

青春健康加油站

在健康学校建设框架下系统推进“五健”促进行动

●马迎华

健康学校建设是落实“健康中国”战略、推动教育系统性变革的关键举措,也是系统推进儿童青少年健康促进的核心制度平台。

近日,国家卫生健康委员会发布的《儿童青少年“五健”促进行动计划(2026—2030年)》聚焦体重、视力、心理、骨骼、口腔五大健康领域,急需一个系统化、常态化的实施载体。

本文在梳理全球共识与国家政策的基础上,结合全国健康学校建设实践,探索如何在健康学校建设框架下融合推进“五健”促进行动,为构建高质量健康教育新生态提供参考。

时代背景

儿童青少年时期是全生命周期健康的关键窗口期。世界卫生组织与联合国教科文组织明确提出“每一所学校都应该成为健康促进学校”,并强调教育机构需要采用系统性方法,将健康融入校园生活的方方面面,提升学生、教职工及家庭的福祉。这一全球共识的核心依据在于,更健康的孩子学习效果更好,受教育程度更高的成年人更健康、更具生产力。学校因此成为同时改善健康与教育双重产出的最具成本效益的干预场域。

当前,我国儿童青少年健康面临多重挑战:超重肥胖与近视人数已位居全球首位,且呈低龄化趋势;心理行为问题日益凸显;脊柱弯曲异常和龋齿等常见病同样不容忽视。

更值得关注的是,儿童青少年常见病多病共患现象愈发严重。2022年教育部启动全国健康学校建设计划,2025年将其纳入教育强国建设三年行动计划综合改革试点,标志着我国学生健康工作实现了从“外部项目驱动”到“内生系统治理”的根本性跃升。

而健康学校建设正是落实“五健”促进行动的核心战略场域——它不是各项任务的简单叠加,而是为其提供系统整合的制度平台与运行机制。

五个维度融合

全国健康学校建设的七项目标任

“当前,我国儿童青少年健康面临多重挑战。健康学校建设是落实“五健”促进行动的核心战略场域——它不是各项任务的简单叠加,而是为其提供系统整合的制度平台与运行机制。

务——落实立德树人、健全健康治理、提升健康素养、完善健康教育、建立监测机制、增强服务能力、营造健康环境,与“五健”五大领域高度契合。以健康学校为宏观制度框架,可有效整合分散的专项工作,形成协同育人工程。

基于全国首批健康学校建设单位的实践探索,结合北京、上海、广东等7省市试点任务,笔者梳理了在健康学校建设框架下落实“五健”促进行动的系统路径,总结出“一体五翼”的融合推进模式:“一体”指健康学校建设这一系统平台,“五翼”指体重、视力、心理、骨骼、口腔五大健康领域的系统整合。该模式具体体现为五个维度的融合:

1.治理体系融合:将健康目标纳入学校发展规划与评价体系。清华大学构建“目标分解-多部门协同”机制,将健康指标纳入整体考核;河南省建立“一账三单”制度,将健康学校建设纳入省级教育督导;广州市形成涵盖硬件与过程的标准化评价体系,推动健康管理从“软指标”到“硬约束”。这种治理模式使健康促进从零散专项上升为学校常规工作。

2.课程教学融合:推广“健康+”学科教学模式。将生命安全与健康教育融入各学科教学。中山大学深圳附属学校开发多学科融合课件,在生物课中讲解营养代谢,语文课探讨心理健康,体育课融入脊柱健康内容,解决课时不足、内容碎片化问题。

3.环境营造融合:将“五健”理念



组、心理辅导室、食堂管理等职能,形成“一中心多站点”的服务网络,实现资源共享、信息互通、干预协同。

3.深化课程融合,将“五健”知识系统融入日常教学。学生身心健康的促进,是一场需要全员参与的教育变革。让每一位教师都成为健康教师,将健康育人意识贯穿教育教学全过程。为此,需开发“五健”跨学科课程资源库,推广“健康+”教学模式,引导各学科教师自觉将体重管理、视力保护、心理健康、脊柱健康、口腔保健等知识有机融入本学科教学,实现润物无声的健康教育。

4.强化监测预警,建立“五健”数据一体化平台。借鉴试点相关经验,整合体检、体测、心理、视力、口腔等数据,建立学生电子档案,实现数据贯通与动态预警,推动从结果管理向过程干预的转变。

5.构建协同网络,形成家校社医联动格局。推广“健康副校长”“医生导师”制度,深化医教协同;建立家长健康学校,提升家庭健康素养;整合社区资源,拓展健康实践场景,共同构筑协同支持体系。

迈向新未来

展望未来,笔者认为,需深化以下研究:一是探索“五健”共因共防机制,识别多病共患共同风险,开发整合干预技术;二是开展融合推进效果评估,验证健康学校建设对“五健”目标的促进作用;三是总结不同区域典型经验,形成可复制推广的实践模式。

健康学校建设是从“单一卫生干预”向“整体生态营造”的战略转型,是一场没有“旁观席”的深刻教育生态变革。“五健”促进行动的系统推进,将使每一项健康促进措施都成为滋养学生成长的育人实践。愿每一所学校都成为健康学校,每一位师生都成为健康中国的活力细胞,以师生之健康铸就中国之健康!

(作者单位:北京大学儿童青少年卫生研究所)

转化为校园物理环境与文化氛围。通过建设安全充足的运动空间促进体重管理,优化教室采光与课桌椅配置以保护视力与脊柱健康,设立心理舒缓空间与咨询室为学生心理健康提供支持,建设标准化食堂与直饮水设施,从营养膳食与日常口腔卫生等保障学生健康。

4.监测服务融合:依托健康学校监测机制,建立“五健”数据一体化平台。重庆市“社会·愉悦·惠学生”应用设立“学生健康服务”子系统,推动健康数据的贯通与标准化建设,整合多维健康数据构建学生身心健康画像,实现动态监测与精准预警。

5.家校社协同融合:将“五健”促进行动延伸至家庭与社区。建立家长健康委员会参与食堂营养管理,开展亲子运动与家庭护眼行动,形成学校主导、家庭主体、社会赋能的健康共同体。

五点对策推进

如何在健康学校框架下系统推进“五健”促进行动?笔者认为,可从以下五点着手:

1.强化顶层设计,将“五健”纳入健康学校核心指标体系。建议教育、卫健部门联合制定相关实施指南,“五健”促进行动在学校层面的具体目标、监测指标和干预策略,使要求可操作、可测量、可评价。

2.创新融合机制,推动“五健”从专项工作走向系统治理。建立校领导牵头的“五健”协调机制,整合校医室、体育