

# 健康中国视域下高校大学生主动健康促进的管理机制构建

王震<sup>1</sup>, 李长振<sup>2</sup>, 林文弢<sup>3</sup>

(1.广东青年职业学院, 广东 广州 510545; 2.广州城市职业学院,  
广东 广州 510405; 3.广州体育学院, 广东 广州 510500)

**摘 要:** 基于“健康中国”战略规划, 从分析高校大学生体质健康状况和现实诉求入手, 构建运行机制、激励机制、制约和监督机制三大主动健康促进管理机制。研究认为, 从决策机制、动力机制、保障机制层面构建“指导—服务”式的运行机制; 从主动健康干预路径融合奖励体系的视角构建激励机制; 从科学配置、信息公开、综合监督、责任追究4个核心要素构建制约和监督机制。旨在积极推动高校大学生健康管理机制创新, 为实现“健康中国”提供坚实的制度保障。

**关键词:** 主动健康促进; 管理机制; 大学生; 健康中国

中图分类号: G80-05 文献标志码: A 文章编号: 1006-7116(2023)02-0089-06

## Construction of the management mechanism with active health promotion for college students under the perspective of Healthy China

WANG Zhen<sup>1</sup>, LI Changzhen<sup>2</sup>, LIN Wentao<sup>3</sup>

(1.Guangdong Youth Vocational College, Guangzhou 510545, China; 2.Guangzhou City Polytechnic,  
Guangzhou 510405, China; 3.Guangzhou Sport University, Guangzhou 510500, China)

**Abstract:** Based on the strategic plan of "Healthy China", starting from analyzing the physical health status and realistic appeal of college students, the management mechanism of three major active health promotion mechanisms, namely, operating mechanism, incentive mechanism, restriction and supervision mechanism, is constructed. This study holds that the operating mechanism of "guide-service" type is constructed from the perspective of integrating reward system from active health intervention path; the construction of stimulus system from the active healthy intervention path integrating the reward system; and the restriction and supervision mechanism is constructed from four core elements: scientific allocation, information disclosure, comprehensive supervision, and accountability. The aim is to actively promote the innovation of health management mechanism for college students and to provide solid institutional guarantee for realizing the "Healthy China".

**Keywords:** active health promotion; management mechanism; college students; Healthy China

党的十九大报告提出“为中国人民谋幸福, 为中华民族谋复兴”的历史使命, 并指出“健康中国”是新时期国家重要战略任务, 也是习近平治国理政的重要思想。2019年7月以《“健康中国2030”规划纲要》为行动纲领, 国务院发布《关于实施健康中国行动的意见》, 成立健康中国行动推进委员会并印发《健康中

国行动(2019—2030年)》, 至此以“健康中国行动”为推进抓手的我国国民健康保护体系全面形成。2018年以“越主动、越健康”为主题的第一届中国主动健康大会, 推动“被动医疗”走向“主动健康”, 因此“主动健康”观念正逐渐深入人心。学校体育作为“健康中国”实施的重要阵地, 应厚植“主动健康”理念在

收稿日期: 2022-01-30

基金项目: 教育部人文社会科学研究项目(21YJA890032); 广东省哲学社会科学规划项目(GD20CTY08); 广东省教育科学“十三五”规划项目(2020GXJK516); 广东省“攀登计划”专项资金(pdjh2022b0896)。

作者简介: 王震(1980-), 男, 副教授, 博士研究生, 研究方向: 运动与体质健康促进。E-mail: wangzhen1980.89@163.com 通信作者: 林文弢

学生体质健康管理中,才可有效落实学生体质健康促进的有关政策。

众多研究认为,大学生健康与饮食、生活方式等密切相关,其特征表现为富营养化、久坐不动、缺乏运动导致肥胖等。身体活动不足已被世界卫生组织(WHO)列为造成全球死亡率的第4大风险因素<sup>[1]</sup>。《中国儿童青少年营养与健康报告2018》数据显示,各年龄段学生肥胖和近视率仍未缓解,且中小学生的身体素质优于大学生<sup>[2]</sup>。由此可见,高校大学生体质健康水平已经引发全社会关注,这块短板急需高校给予重大关切。目前,我国高校大学生体质健康状况仍停留在测试和数据上报层面,关于健康观、健康促进的管理及理念引导仍然不足,主动健康促进的管理机制没有形成。主动健康促进的生活方式是健康状况的一个重要决定因素<sup>[3]</sup>。主动健康促进行为是指人们为保持健康和预防疾病而采取的做法和信念<sup>[4]</sup>。为此,在健康中国背景下尝试构建大学生主动健康促进的管理机制迫在眉睫。本研究试图构建运行机制、激励机制、制约和监督机制三大主动健康促进机制,从而为在实践中扭转学生“被动健康”问题提供相关理念上的调整和借鉴。

## 1 高校大学生主动健康促进的运行机制

在“健康中国”战略背景下,建立主动健康促进长效管理运行机制显得尤为重要。赵富学等<sup>[5]</sup>认为,针对高校体弱大学生的健康状况应建立个性化信息档案。有研究提出构建高校大学生健康管理的必要性,认为高校健康管理构建是高校的社会责任<sup>[6]</sup>。田甜等<sup>[7]</sup>构建高校体质健康教育的管理模式,其内容分为计划、组织、监控和评价4个方面。刘青等<sup>[8]</sup>认为,在建设健康中国的新目标和新形势下高校应发挥主力军作用。

目前,高校将重点放在体质健康测试和评价方面,缺乏主动健康促进的长效管理运行机制,如主动健康促进行为习惯的养成、健康咨询指导、健康危险因素排查以及健康促进模块干预。大学生主动健康促进的管理运行机制,要依托政府、社会、高校及家庭引领大学生树立正确的健康观,确保政策制度和运行机制通畅。主动健康促进应构建以决策主体、执行主体、制定方案为核心要素的科学决策制定机制;以介入机制、奖励机制、互动机制为核心要素的灵活动力机制;以输入机制、督促机制、评价机制为核心要素的多层次保障机制的“指导—服务”式运行机制(见图1)。

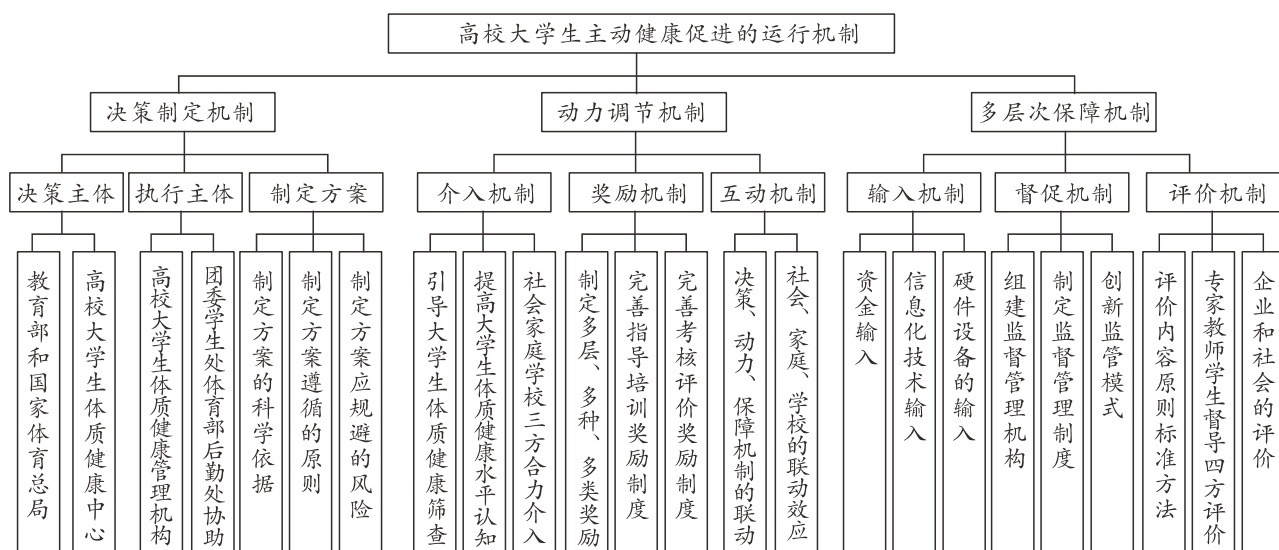


图1 高校大学生主动健康促进的运行机制

### 1.1 科学的决策制定机制

决策制定机制包涵决策主体、操作主体和方案制定3个要素。决策主体主要是指政府各级别的教育主管部门以及各大学生体质健康管理中心,操作主体是指大学生体质健康测试管理中心的具体执行方案,需要教务处、团委、学生处、后勤处、体育部门和财务部等部门联动协调执行。主动健康促进方案的制定则更侧重

科学依据、遵循原则和规避风险因素以及应对策略。

### 1.2 灵活的动力调节机制

动力调节机制是推动大学生主动健康促进组织运行的动力,是通过一系列知识、认知、环境和奖励的驱动,是为了充分调动大学生主动健康促进的积极性、主动性和创造性。动力调节机制包括介入机制、奖励机制和互动机制。鉴于当前我国大学生体质健康整体

认知水平不高,疫情期间学生体质健康水平下滑,因此针对大学生主动健康促进政策、措施不完善,必须发挥介入的作用,即通过大学生体质健康大筛查、体质健康指导答疑、自我指导培训、体育通识课提高健康认知水平,让大学生直视自身体质健康现状、困境和出路。同时,发挥学校政策层面的引导作用,鼓励学生每周开展3~4次中等强度以上的体育锻炼,体育教师积极上好体育课,学生积极参加体育活动和校内外竞赛。社会的引导作用要结合社区推进,社区拓展锻炼路径,吸引学生参与社区体育策划和体育竞赛。家庭的疏导作用体现在家长与孩子共同参与体育锻炼和互相指导、交流锻炼思想,以此共同聚力促进大学生主动健康促进管理成效达成。

当前,提高学生体质健康和推进高校体育工作的文件和政策不少,但是高校大学生对待体质健康测试的态度冷淡和思想消极等情况仍一定范围内存在,这与文件和政策的制定没有紧紧把握住当代大学生体育参与动机、个性特征和心理需求有一定关系。因此,要从学生的参与动机、个性特征和心理需求出发制定多样化、多层次和多类型的奖励措施,内部奖励和外部奖励相结合,物质奖励、精神奖励和权能奖励相结合,从学生的心理需求和个性特点以及参与动机出发制定多样化的奖励措施。互动机制要实现决策主体、动力机制和保障机制之间的互动,决策主体构建组织制度,构建保障机制保证管理机制运行的效益最大化。除学校主导作用外,社会引导和家庭疏导作用的相互联动也是促进大学生主动健康的一个重要方面。保证大学生主动健康促进的主动需求和大学生体质健康权益之间实现互动,不仅要建立大学生主动健康促进的锻炼路径和健康平台,还要明确大学生主动健康促进

锻炼路径的前提下,采取有效措施和手段,最大限度满足大学生主动健康促进的锻炼需要。

### 1.3 多层次保障机制

大学生主动健康促进的保障机制是保障决策主体实现其决策意志的保证,包括输入机制、督促机制和评价机制。输入机制是保障大学生主动健康促进管理运行机制的经济基础,也是主动健康促进管理运行机制的重要部分,输入机制包括经费输入、信息化技术输入和硬件设施输入。为了更好保障大学生主动健康促进管理的高效运行,高校必须加大经费投入比例,不断升级信息技术,及时更新硬件设备。督促机制是为了大学生主动健康促进管理运行机制更高效的运行所采取的监管方法和手段。学校可以成立督促管理服务机构,这是进行监管的前提,同时通过完善监管制度、明确监管内容、创新监管方法和手段来保证监管组织良性运行,还应该构建多元化的监管模式,强化学生监管和自媒体监管的力度,促使监管机制多元化、全方位的落到实处。评价机制是对大学生主动健康促进的最终效果给予评价,包括评价内容、原则、标准、方法和手段等要素。评价从大学生身心健康角度出发,选取适合的评价指标体系,可以尝试专家评价、教师评价、监管评价和学生自评等方面相结合。

## 2 大学生主动健康促进的激励机制

### 2.1 梳理激励的逻辑思路,确立激励机制模型

学校体育工作激励制度体系的建立和完善,是影响我国学校体育未来发展的决定性要素<sup>[9]</sup>。综合激励模型是1968年爱德华·劳勒和莱曼·波特在《管理态度和成绩》一书中提出的。构建大学生主动健康促进的管理机制引入综合激励模型(见图2)。

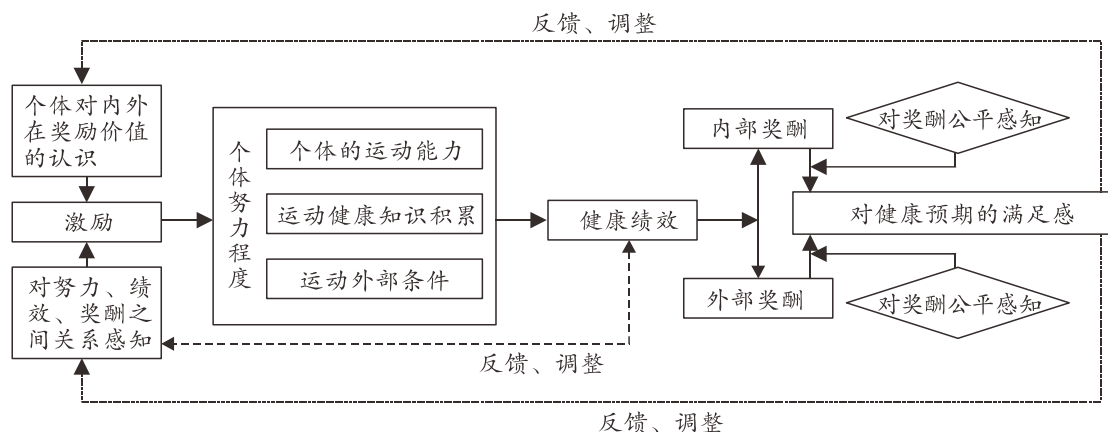


图2 高校大学生主动健康促进激励机制模型

该激励机制包涵4个变量：努力、绩效、奖酬和满足感。个体努力是基于大学生对健康的认同和追求；健康绩效是大学生主动健康促进的反馈和成效，不仅取决于个体努力，还依赖个体运动能力和健康知识储备；奖酬是指大学生主动参加体育锻炼后获得的额外刺激，包括奖励和惩罚；满足感是大学生在参加锻炼后，对体质健康水平提升的自我认同。这4个变量之间的关系是有效激励，可以激发大学生努力提高体质健康水平。大学生健康促进程度取决于个人能力高低及努力程度，当个体看到奖励与体质健康挂钩时会刺激他们提高锻炼热情，尤其当体质健康水平提升得到认可时。

## 2.2 基于激励模型创建大学生主动健康促进的激励机制

激励就是动力，能驱动个体实现既定目标<sup>[10]</sup>。建

立大学生主动健康促进激励机制时要因地制宜，在大学生体质健康水平的基础上，充分考虑大学生主动健康干预和体质提升目标，努力实现双赢。激励主体是大学生群体，学生主动健康干预的激励措施主要是干预路径融合的外在激励和内在激励。外在奖励包括制定科学的考核奖励标准、大学生主动健康促进发展规划和学生体质健康知识提升以及良好锻炼环境的营造。内在奖励包括满足大学生求胜心理设置体育项目挑战赛，学生兴趣、爱好的引导和维护，体育锻炼文化氛围的养成以及关注学生个体差异，方能促进学生全面发展。大学生对预期体质健康提升的满意度体现在公平感知、价值认同和获得健康预期等方面(见图3)。

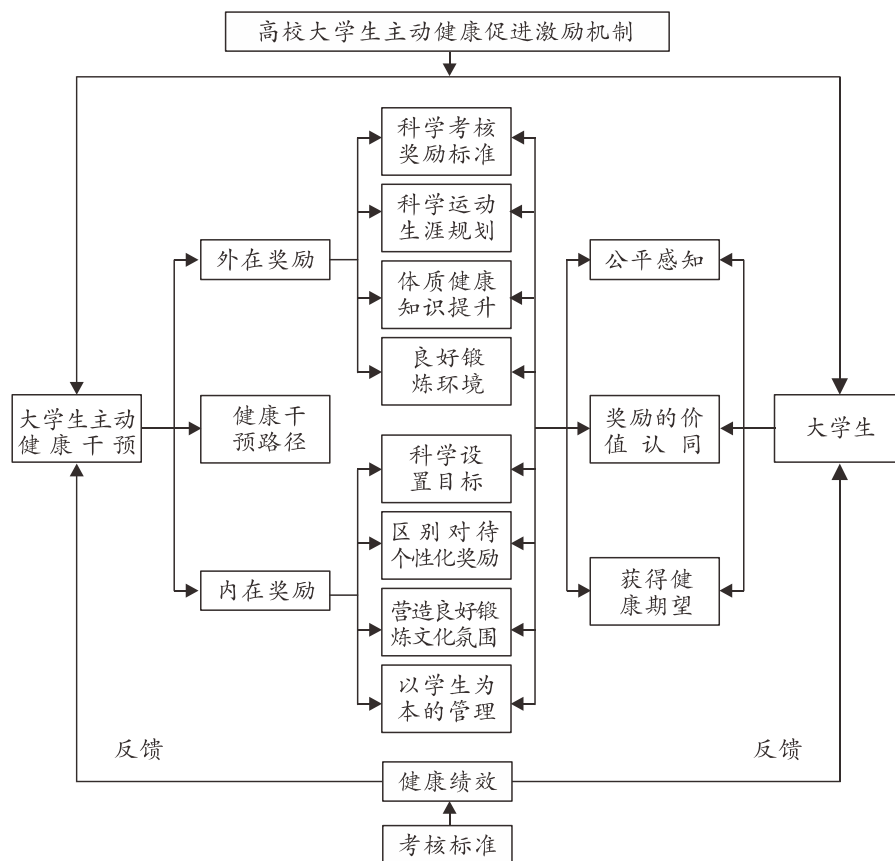


图3 高校大学生主动健康促进激励机制

### 1) 大学生主动健康促进的干预路径。

1986年《渥太华宣言》指出“健康促进是指人们提高(控制)和改善自身健康的过程”，这阐释了健康促进的广泛性<sup>[11]</sup>。21世纪以来，有关健康促进的研究突出了健康促进的动态性，并提出要融合多学科改善生活方式、提升生命质量<sup>[12]</sup>。提高生命质量是健康促进的目的，体质健康促进过程是实现自我健康状态的科

学调整，引导人民群众形成良好的行为习惯与饮食规律，实现对健康风险的有效调控，降低疾病发生率<sup>[13]</sup>。要实现大学生主动健康促进的管理，其干预路径包括：(1)政府、学校、教育主管部门要高度重视，根据高校的地域环境条件制定科学可行、真实卓效、有针对性的体育工作计划，并采用科学引导、精准评价、监督激励等有效手段保证大学生参与体育锻炼。(2)高校各



部门要加强协作和沟通,发挥各自作用和功能汇聚合力,共促大学生体质健康提升。学校要夯实体育锻炼基础设施,完善学生体质管理的规章制度,成立大学生体质健康监测中心,有针对性地制订科学可行的大学生体质健康测试执行体系、教学资料、体育比赛活动、体育课外活动方案、体育社团活动计划、阳光长跑和体质健康评价、监督和奖励机制等。学校后勤、体育和团委等部门,要加强教育大学生学习健康知识、合理膳食、充分睡眠,促使其养成健康生活方式和良好锻炼习惯。(3)社区、家庭以及社会团体要组织、引导和宣传体质健康的重要性。

#### 2)大学生主动健康促进的外在奖励方式。

大学生主动健康促进外在奖励方式包括科学制定考核标准、科学的运动生涯规划、体质健康知识和良好锻炼环境。科学制定外在奖励是大学生主动参与锻炼的动力,是保持高昂运动激情的源泉,因此要对大学生体质健康促进进行科学精准考核,依据考核进行奖励。外在奖励主要指外部奖酬或在体育锻炼时意外获得的间接满足,包括表扬、认同、给予荣誉或者物质奖励<sup>[4]</sup>。体质健康的考核标准要突显个性化,不能“一刀切”,结合定性和定量进行考核。从主动健康促进奖励的角度来说,要对大学生做好主动体质健康促进培训工作,引导大学生意识到健康促进的益处,要实现有效奖励,高校为大学生提供锻炼平台,适时给予指导解惑,让学生保持主动健康促进的热情。公平奖励是体现学生能力、调动锻炼积极性的重要保障,同时公平竞争是形成激励氛围的前提,有利于大学生主动健康促进保持的持久性。高校要引导大学生树立健康促进的竞技意识,通过运动锻炼的外在激励对结果进行考核,对考核成绩较差者进行指导与帮助,进行口头鼓励和奖励,督促提高体质健康水平。

#### 3)大学生主动健康促进的内在奖励方式。

内在奖励是从事体育锻炼本身得到的满足,如体育爱好和兴趣,体育的挑战性及从运动中体会到的成就感<sup>[5]</sup>。大学生主动健康促进的内在奖励方式包括目标激励、个性化奖励、锻炼氛围营造和以“生”为本4个方面。实施科学的体质健康提升目标激励,将大学生的体质提升目标和主动健康促进所设置的目标有效结合,通过实施体质健康目标管理,强调自主锻炼、自我激励,以期最大程度地激发大学生的运动潜能。入学时对大学生开展体质健康水平诊断,以该诊断成绩为起点,以每学期或每学年成绩提升幅度作为奖励条件,做到区别对待,个性化奖励,才能激发每个学生养成自主锻炼习惯。学校要定期开展体质健康宣传活动,努力营造运动促进健康的氛围,凝聚大学生的

健康观、生命观,在这种氛围中学生便会自觉地将拼搏、努力、竞争等精神内化为个人锻炼动力,体验快乐,保持自主锻炼热情。以“生”为本,是以学生的健康为根本,强调一切从学生出发去管理。主动健康促进激励模型把大学生视为组织最重要的资源,而将以“生”为本的理念运用于高校大学生主动健康促进的激励机制中,有益于尊重大学生健康权益的实现。

### 3 大学生主动健康促进的制约和监督机制

#### 3.1 大学生主动健康促进的制约机制

制约机制是权力主体间的相互钳制,进而防止权力滥用、效率折损,在实践层面加强统筹协调<sup>[3]</sup>。大学生主动健康促进制约机制应以科学配置为核心,建立科学合理的配置机制,如决策权、执行权、监督权。首先,高校领导层是决策者和协调者,对大学生主动健康促进管理机制有人事和政策提议权以及调整权。作为对决策权的一种制衡,学生体质健康促进管理的各相关部门领导对学院党委决策有参与权和发言权,学校领导班子对学生体质健康各部门提交的文件有审议否决权。同时,对学生体质健康促进的各部门有政策执行权,教务处对政策执行情况有评估权,评估结果作为政策修正和人事调整的现实依据。最后,学校领导对学生主动健康促进政策和预算有审查监督权,监管机构划归为二级学院领导直接管辖,可直接向学校领导报告审计结果。

#### 3.2 大学生主动健康促进的监督机制

信息公开机制、综合监督机制、责任追究机制组成大学生主动健康促进运行监督体系。信息公开机制是保障大学生对体质健康的知情权和监督权,是加强大学生主动健康促进制约与监督的一项基础性制度。首先,信息公开的负责部门要主动作为,加强学生体质健康信息公开,数据反馈要积极主动。其次,体质健康信息公开要实事求是,切忌修改或隐藏不达标数据,学生体质健康监测须公布原始数据。最后,要完善学生体质健康数据信息公开机制,比如缺乏人员、经费等。综合监督机制的运行需要多个部门联合监督、民主监督、舆论监督。首先,教务处、督导办和后勤处进行联合监督,建立大学生体质健康促进的巡查制度,以解决监督弱化和监督不到位问题,从而加强学生体质健康促进负责部门和业务部门之间的统一协调和管理。其次,加强民主监督。强化学生群体在体质健康促进中的民主监督地位。在管理制度上对学生民主监督进行规范,对组织实施、结果运用等进行明确规定,监督对象对群体监督意见不采纳时监督部门实施监督程序。最后,完善舆论监督。通过网络媒体平

台监督大学生主动健康促进的管理运行,是大学生体质健康促进的新形式、新路径。责任追究机制是以责任来约束权力,是对权力运行进行制约和监督的重要方式<sup>[6]</sup>。当前,必须坚持大学生主动健康促进管理的权力和责任并行,使用权力受到监督,失职造成损失或不良影响要问责。首先,要加强对管理主体的问责,管理主体由高校主管领导推选产生,对管理主体进行监督,行使建议权和否决权,同时管理主体也要接受同级相关部门的监督。其次,开拓新闻媒体平台问责渠道,加强媒体平台宣传力度,发挥舆论监督作用。最后,完善大学生群体的问责途径。大学生群体具有民主监督权,可以通过设立专门组织机构实施监督与问责,并明确问责形式、途径和程序。

在“健康中国”战略规划下,建立大学生主动健康促进的管理机制是当前亟待解决的重要问题。在前人的基础上,研究构建大学生体质健康促进管理的运行机制、激励机制、制约和监督机制,期待在丰富大学生主动健康促进管理理论研究的同时,解决大学生体质健康需求的现实问题。实际上,大学生主动健康促进管理体系中各种机制之间的深层次平衡难以实现。因此,未来研究需借助“大数据”进行定量和定性各管理机制之间的内在关系。

### 参考文献:

- [1] TUKUITONGA C, KELLER I. Implementing the world health organization global strategy on diet, physical activity and health[J]. *Scandinavian J Nutr*, 2005, 49(3): 122-126.
- [2] 杨三军,刘波. 深化体教融合促进青少年体质健康的现实诉求、实践路径与保障机制[J]. *西安体育学院学报*, 2021, 38(3): 366-371.
- [3] WEI C N, HARADA K, UEDA K, et al. Assessment of health-promoting lifestyle profile in Japanese university students[J]. *Environ Health Prev Med*, 2012, 17(8): 222-227.
- [4] NACAR M, BAYKAN Z, CETINKAYA F, et al. Health promoting lifestyle behavior in medical students: A multicentre study from Turkey[J]. *Asian Pac J Cancer Prev*, 2014, 20(6): 8969-8974.
- [5] 赵富学,王云涛,但艳芳. 美国"学校健康与体育教育联盟"组织的特征及启示[J]. *体育学研究*, 2019, 26(6): 88-93.
- [6] 王维,张澜. 高校健康管理体系的构建与发展研究[J]. *辽宁大学学报(哲学社会科学版)*, 2016, 44(1): 42-47.
- [7] 田甜,古博文. 大学生体质健康管理模式[J]. *中国学校卫生*, 2017, 38(9): 11-13.
- [8] 刘青,赵元吉,刘智丽,等. 体育在健康中国建设中的作用及走向[J]. *成都体育学院学报*, 2017, 43(1): 1-7.
- [9] 王登峰. 完善学校体育制度体系和治理机制[J]. *中国教育科学*, 2020, 3(2): 96-102.
- [10] 皮书数据库: 上海市精神文明建设委员会办公室, 2017年上海志愿服务发展报告[EB/OL]. [2022-01-05]. <https://www.pishu.com.cn>
- [11] 安力彬,郑昊. 中国健康教育与健康促进发展现状与对策[J]. *现代预防医学*, 2008, 35(21): 4203-4209.
- [12] 汪晓赞,郭强,金燕,等. 中国青少年体育健康促进的理论溯源与框架构建[J]. *体育科学*, 2014, 34(3): 3-14.
- [13] 曲鲁平,欧高志,李宗浩,等. 我国青少年体质健康促进模型构建的研究[J]. *武汉体育学院学报*, 2015, 49(9): 69-75.
- [14] 周伟. 湖北省大学生体质健康现状审视与对策研究[D]. 武汉: 武汉理工大学, 2019.
- [15] 董璜. 中国特色权力运行制约监督机制的三重逻辑[J]. *甘肃社会科学*, 2021(2): 32-39.
- [16] 高山. 国家权力的制约监督[M]. 石家庄: 河北人民出版社, 2005.