

# 上饶市青少年体质健康促进“家校社”联动机制研究

毛超良

上饶师范学院体育学院, 江西 上饶

收稿日期: 2025年11月1日; 录用日期: 2025年12月1日; 发布日期: 2025年12月16日

## 摘要

青少年体质健康是衡量区域教育质量与社会发展水平的重要指标。当前, 上饶市青少年体质健康状况虽整体呈改善趋势, 但仍面临理念协同不足、资源配置不均衡与机制运行不畅等问题。基于协同治理与健康促进理论, 本文结合社会网络分析与博弈论视角, 系统探讨“家校社”联动机制在青少年体质健康促进中的内涵、结构逻辑与优化路径。研究指出, 上饶市应依托红色文化与书院文化资源, 构建理念共建、资源共享、机制协同的健康促进体系。通过强化理念共识、完善制度设计与创新协同模式, 可形成多主体协作的常态化健康教育格局。研究结果为地方政府与教育部门推进青少年健康促进提供了可行思路与理论参考。

## 关键词

青少年, 体质健康, 家校社联动, 协同治理, 健康促进, 上饶市

# Research on the “Family-School-Community” Linkage Mechanism for Promoting Adolescent Physical Fitness in Shangrao City

Chaoliang Mao

School of Physical Education, Shangrao Normal University, Shangrao Jiangxi

Received: November 1, 2025; accepted: December 1, 2025; published: December 16, 2025

## Abstract

Adolescent physical fitness is an important indicator for assessing regional educational quality and social development. In Shangrao City, although the overall level of adolescent physical fitness has shown improvement, problems such as insufficient coordination of health concepts, unbalanced resource

allocation, and inefficient mechanism operation still exist. Based on collaborative governance and health promotion theories, this study integrates the perspectives of social network analysis and game theory to systematically explore the connotation, structural logic, and optimization path of the “family-school-community” linkage mechanism in advancing adolescent physical fitness. The findings suggest that Shangrao City can draw on its distinctive red culture and academy cultural resources to build a coordinated health promotion system featuring shared values, integrated resources, and interactive mechanisms. Strengthening consensus, refining institutional design, and innovating collaborative models can help establish a normalized health education framework involving multi-stakeholder cooperation. These findings provide feasible approaches and theoretical references for local governments and education departments to advance adolescent health promotion.

## Keywords

Adolescents, Physical Fitness, Family-School-Community Linkage, Collaborative Governance, Health Promotion, Shangrao City

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

青少年体质健康水平是衡量国家人口素质和教育质量的重要指标，也是建设健康中国和实现教育现代化的重要基础[1]。近年来，尽管国家先后出台《“健康中国 2030”规划纲要》《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》等政策文件，青少年体质健康水平总体有所改善，但肥胖、近视、体能下降等问题仍然突出[2]。实践表明，仅依靠学校体育的单一推动，难以从根本上提升青少年体质健康水平[3]。青少年体质健康的形成受家庭、学校与社会多重因素共同影响。家庭是健康行为的启蒙场所，学校是体育教育的主阵地，社会则提供外部支持与文化氛围[4]。然而，在现实中三者之间存在一定脱节：家庭体育意识薄弱、学校课程落实不足、社会资源供给不均衡，导致体质健康促进缺乏整体合力[5]。为此，构建科学、高效、可持续的“家校社”联动机制，成为推动地方青少年体质健康提升的重要方向。本文以协同治理理论和健康促进理论为基础，从系统互动与博弈协作的视角，探讨上饶市“家校社”联动机制的内涵、结构逻辑与实践路径，旨在为地方青少年体质健康提升提供理论参考与实践启示。

## 2. “家校社”联动机制的内涵与结构逻辑

### (一) “家校社”联动机制的概念内涵

“家校社”联动机制是指家庭、学校与社会在青少年体质健康促进过程中，通过信息沟通、资源整合与功能协作形成的多元共治体系[6]。其核心目标在于打破单一教育主体的局限，实现多方参与下的协同育人与健康促进。家庭在其中承担健康教育和生活习惯养成的基础作用，学校是体育教育与健康干预的核心载体，社会则为青少年体育活动提供政策、资源与文化支持。通过形成持续互动的合作机制，三方共同推动青少年体质健康水平的全面提升。结合上饶市的实践背景，地方政府、社区组织及体育社会机构的积极参与，使“家校社”联动机制具备了更为鲜明的区域特征与可操作性。地方社会资源的整合与政策支持，为该机制在基层层面的落地提供了现实基础。

### (二) “家校社”联动机制的结构逻辑

从结构层面看，“家校社”联动机制可分为主体层、运行层与目标层。主体层包括家庭、学校与社会

三类主体, 分别在健康教育指导、体育教学组织与社会资源支持方面发挥功能; 运行层包括沟通协作机制、资源共享机制和反馈评价机制, 通过信息互通和责任共担实现机制运转; 目标层则以促进青少年体质健康为中心, 推动身心协调发展与终身体育意识的形成[7]。三层结构相互作用、动态平衡, 构成了一个系统化、可持续的体质健康促进体系。在上饶市层面, 这一逻辑结构不仅体现为“家庭-学校-社会”三方的纵向联动, 也体现在教育行政部门、社区体育资源、社会志愿组织等多方的横向协同, 共同形成了促进青少年体质健康的社会合力。

### (三) 理论支撑与逻辑关系

“家校社”联动机制的理论基础主要源自社会协同理论和教育生态学理论。社会协同理论强调不同主体在共同目标导向下实现资源互补与效能共生, 重视系统内部的协调与合作。教育生态学理论则认为, 个体的发展应置于家庭、学校与社会相互联系的开放生态系统中, 只有实现教育要素间的动态平衡与良性互动, 才能促进青少年的全面发展[8]。在此逻辑框架下, 家庭提供健康教育的基础支持, 学校承担体育教育的核心功能, 社会提供制度、资源与文化保障, 三者通过持续协同, 构成促进青少年体质健康的整体性支持体系。

## 3. 上饶市“家校社”联动机制的现实背景

上饶市地处江西省东北部, 是一座以生态旅游和红色文化著称的城市。其地理特征为“山多、城乡分布广”, 这既为户外体育活动提供了天然资源, 也带来了城乡体育资源配置不均的现实挑战。在经济结构上, 上饶以文旅产业为主导, 学校体育与社区体育的融合潜力较大。文化方面, 红色文化与书院文化深厚, 可在青少年体质健康教育中融入“坚韧”、“自律”等体育精神, 从而形成独特的文化支撑。此外, 地方政府近年来不断推进“15 分钟健身圈”建设, 为“家校社”协同提供了良好的基础设施条件。总体来看, 上饶市具有良好的政策与文化基础, 但仍需通过制度设计和社会协同转化为实效。

## 4. 青少年体质健康促进的现实困境

### (一) 理念协同不足, 健康教育认知存在偏差

青少年体质健康促进的首要难点在于家庭、学校与社会在理念上的协同不足。长期以来, 上饶市部分家庭对体育教育重视程度相对有限, 部分家长仍受传统应试观念影响, 将学业成绩作为衡量学生成长的主要标准, 而忽视体育锻炼在促进身体素质、心理健康和社会适应能力中的重要作用。在家庭生活中, 体育活动往往被视为课余消遣, 缺乏主动陪伴与科学指导, 使青少年在运动意识与健康行为养成方面缺乏持续支持。学校层面, 体育教育理念仍存在局限。一些学校在课程安排上重文化课、轻体育课, 体育教学以技能训练或达标测试为主, 缺乏健康知识教育和终身体育意识的培养。体育课程评价体系尚未完全体现健康导向, 学生参与体育活动的积极性不足, 体育教师在健康教育中的作用未得到充分发挥。社会层面, 公众健康教育意识亟需提升。部分社区和社会组织虽开展多样化体育活动, 但多以短期项目为主, 缺乏健康文化的长期传播与价值引导。总体来看, 家庭、学校与社会在理念认同和行动观念上的不一致, 使青少年体质健康促进缺乏统一目标和协同动力。

### (二) 资源配置不均衡, 支持体系建设滞后

资源供给不足和结构性失衡是制约青少年体质健康提升的重要瓶颈。在学校方面, 上饶市部分中小学校尤其是农村地区, 体育场地面积有限、器材陈旧, 难以满足多样化教学与课外锻炼的需求。体育教师数量不足、专业水平参差不齐, 培训体系不完善, 导致健康教育质量受限。不同学校之间的体育资源差距, 使学生接受优质体育教育的机会存在不平等。家庭层面, 运动物质条件和时间保障受限。城市家庭虽物质条件较好, 但课业压力大, 闲暇时间有限; 农村家庭缺乏场地与科学指导, 家长体育知识有限,

难以营造健康的生活环境。家庭体育指导缺位,使学校体育教育效果难以延伸到课外生活。社会公共体育资源供给亦存在不足。社区体育场馆建设滞后,社会体育指导员数量有限,群众体育组织发展不均衡,青少年参与公共体育活动渠道狭窄。政府部门在教育、体育、卫生等领域的政策协调仍需加强,资源配置缺乏系统规划。资源分配不均衡与支持体系滞后,使“家校社”联动在实践中缺乏稳定支撑。

### (三) 机制运行不畅,协同效能尚未形成

目前,“家校社”协同机制的运行缺乏制度化与系统性,协同效能尚未充分体现。家庭与学校之间的互动主要集中在学业沟通层面,对体育与健康议题关注不足。家长与教师缺少关于健康教育的常态交流渠道,信息传递滞后、反馈机制不完善,使得教育合力难以形成。学校虽然组织各类体育活动,但在活动策划与家长、社区的参与联动上缺乏系统设计,导致资源利用效率不高。社会力量参与的深度和广度也存在不足。部分社会体育组织、公益机构或企业在健康促进中发挥了一定作用,但多以项目制或短期活动形式存在,缺乏持续参与和制度化合作机制。政府在政策层面虽提出“家校社共育”理念,但跨部门协同机制尚未完善,教育、体育、卫生等部门在职责划分、信息共享与经费保障上存在壁垒。此外,现有的评价体系更多侧重个体体质测试结果,而缺乏对家庭参与度、学校投入度和社会支持度的综合评估,难以形成有效的激励与改进机制。机制运行的零散化与不稳定性,使“家校社”联动在实践中仍停留在概念层面,未能真正转化为可持续的行动体系。

## 5. 青少年体质健康促进的“家校社”联动路径

### (一) 强化协同理念,形成共识导向的健康教育格局

理念共识是“家校社”联动机制的思想基础。应通过政策宣传与教育实践,促进家庭、学校与社会在健康教育价值上的统一。可通过构建“健康教育协同网络图”,采用社会网络分析方法描绘家庭、学校、社会组织及政府部门的互动关系,识别关键节点与弱连接环节,从而明确联动机制的改进方向。家庭层面,应强化家长健康素养教育,鼓励家长以身作则参与体育活动;学校应通过课程教学和校园文化建设,培养学生的健康责任感;社会层面可依托社区讲座、媒体宣传和公共活动,传播健康理念,提升社会参与度。理念共建能够为机制协同提供价值引导,使健康教育成为多方共享的社会责任[9]。

### (二) 优化资源整合,完善多元参与的支持体系

资源整合是“家校社”联动的关键支撑。上饶市可依托“文化+旅游+体育”融合优势,探索学校利用景区、体育公园等公共资源开展实践性课程。政府应统筹教育、体育、卫健等部门,建立协调机制,推进公共体育资源向学校和社区开放。学校可邀请社会体育指导员、康复师、志愿者参与教学活动;家庭可协助健康监测与运动计划;社会组织可承担资源链接与志愿服务功能,形成多主体共治的支持体系。通过建立跨部门资源平台,动态更新可利用场地、师资与资金信息,提升资源配置效率[10]。

### (三) 创新制度机制,推动协同治理的常态化运行

制度创新是确保联动机制高效运行的根本保障。基于博弈论视角,家庭、学校与社会三方在合作中既存在共同利益,也存在资源投入与收益分配的博弈。可通过建立“激励-约束”机制调节合作动力,如设立家校社健康促进专项基金,依据绩效结果进行经费支持与荣誉激励。教育行政部门应制定协同推进细则,建立联席会议制度与数据共享平台。学校应建立信息反馈系统,定期发布学生健康报告并邀请家长和社区代表参与评估。社会组织和社区应将青少年健康促进纳入日常项目清单,形成持续支持机制[11]。

### (四) 注重文化引领,培育健康行为的社会氛围

文化认同是青少年健康行为形成的深层力量。应通过构建多层次的体育文化体系,促进健康理念在社会中内化与传播。上饶市可将红色文化精神与体育教育结合,打造“红色毅行”、“书院体育节”等



品牌活动, 增强青少年的文化认同感与运动参与度。家庭应强化榜样作用, 将运动融入家庭生活; 社会应通过全民健身活动与媒体传播, 营造积极向上的健康文化氛围[12]。这种文化引领机制有助于将健康行为转化为社会共识和长期习惯。

## 6. 结语

青少年体质健康的改善不仅是教育发展的重要任务, 也是社会公共健康治理的重要环节。上饶市在推进青少年体质健康促进过程中, 已具备一定的政策基础和社会条件, 但家庭、学校与社会之间的协作机制仍需进一步完善。未来, 应以协同治理理念为指导, 推动“家校社”机制的系统化运行。具体而言, 一是建立跨部门协调与信息共享平台, 实现教育、体育、卫生等资源的高效整合; 二是鼓励学校与家庭共同制定学生健康行动计划, 将科学锻炼与生活方式教育贯通起来; 三是充分利用上饶的红色文化与书院文化资源, 构建具有地方特色的体育文化体系, 强化青少年健康意识的文化引领。通过理念共建、机制共治与文化共育, 可逐步形成社会各方协同参与、持续运行的健康促进格局。这一机制的完善, 不仅有助于提升上饶市青少年的体质健康水平, 也为地方教育高质量发展和健康社会建设提供了实践示范与经验借鉴。

## 基金项目

2024 年上饶市经济社会发展和哲学社会科学规划课题研究; 课题名称: 江西省青少年体质健康促进“家校社”联动机制研究; 项目编号: 24YB34。

## 参考文献

- [1] 梁璐璐, 郭玲玲. 政策协同与精准执行: 我国青少年体质健康治理的工具组合运用与操作路径[J]. 天津体育学院学报, 2025, 40(3): 331-340.
- [2] 崔李明, 刘艳, 王家宏. 我国青少年体质健康政策的时代变迁、实施困境与优化策略[J]. 西安体育学院学报, 2025, 42(3): 298-307.
- [3] 梁城铭. 从边缘到中心: 协同育人背景下学校体育的转向与通路[J]. 沈阳体育学院学报, 2024, 43(5): 36-42.
- [4] 叶湛霞, 涂南萍, 周峰, 等. 政府统筹、多元联动、资源整合构建家校社协同育人的广东路径[J]. 人民教育, 2025(11): 69-71.
- [5] 陈永堂, 刘飞. 家校社协同育人“教联体”建设的四维向度[J]. 教育科学研究, 2025(2): 12-18.
- [6] 杨明, 陈奕哲, 常娟. 新时代我国“家校社”体育与健康促进一体化治理研究——基于元治理的分析框架[J]. 武汉体育学院学报, 2025, 59(3): 79-86.
- [7] 周琳珍, 苏群珍, 徐雄. 动态博弈视角下我国学生体质健康协同治理的路径探索[J]. 广州体育学院学报, 2024, 44(6): 91-100.
- [8] 孙杰远, 于玲. “双减”背景下基础教育生态系统的演化逻辑与发展向度[J]. 现代教育管理, 2022(6): 1-9.
- [9] 孙洪涛, 颜亮, 张强峰. 家校合作: 学生体质健康促进的实然与应然[J]. 体育学刊, 2018, 25(6): 91-95.
- [10] 李海云, 范檬予. 我国家校社协同育人政策变迁历程、演进逻辑及未来展望[J]. 教育理论与实践, 2025, 45(28): 17-25.
- [11] 李百成, 潘小峰. 重塑家校社协同育人“教联体”建设组织边界[J]. 教学与管理, 2025(25): 14-18.
- [12] 李江楠. 论家校社协同育人的“行动”进路[J]. 教育理论与实践, 2025, 45(14): 22-26.