

基础教育新概念

G478
M15

健康教育

丛书主编 石中英 王卫东
本书著 马健生 王月胜

教育科学出版社
· 北 京 ·

责任编辑 王 兰

责任印制 田德润

责任校对 程丽明

图书在版编目(CIP)数据

健康教育 / 马健生, 王月胜著. - 北京: 教育科学出版社, 1999.3 (2000.9 重印)

(基础教育新概念 / 石中英, 王卫东主编)

ISBN 7-5041-1854-0

I. 健… II. ①马… ②王… III. 健康教育 IV. G 479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 34153 号

出版发行 教育科学出版社

社 址 北京·北三环中路 46 号 邮 编 100088

电 话 62003339 传 真 62013803

经 销 各地新华书店经销

印 刷 河北省遵化市胶印厂印装

开 本 850 毫米×1168 毫米 1/32

印 张 5.125 版 次 1999 年 3 月第 1 版

字 数 128 千 印 次 2000 年 9 月第 3 次印刷

定 价 7.00 元 印 数 15 001-25 000 册

(如有印装质量问题,请与本社发行部联系调换)

前 言

当前,我国社会主义现代化事业正在蓬勃地向前发展,社会的各个方面迸发出巨大的活力。为了适应社会发展的客观需求,教育也必须发生深刻的变革。在基础教育领域中,就是由“应试教育”向“素质教育”的转轨。现在,基础教育正处在这个历史性的转变过程中,呈现出较为乐观的前景。但是来自基础教育第一线的大量信息也在说明,基础教育跨世纪的根本性转变不是轻而易举就能实现的事,还存在着从理论到实践,从制度到方法的许多问题,需要所有的教育工作者做出长期艰苦的努力。

在这个过程中,观念的转变是极为重要的一环,是一切工作的前提。只有在新的教育观念的指导下,才会有新的教育实践,并把这种教育实践由自发的、经验的高度提升到自觉的、理性的高度,主动适应社会发展的客观要求。这种新的教育观念,不能只存在于教育理论家、教育领导干部的头脑里,而应该走向丰富、复杂的教育实践当中去,为第一线的广大教育工作者所理解、应用、掌握、修正和发展,因为他们才是现代教育改革的中坚,新教育正是从他们手里诞生的。没有这个层次上的理论和实践结合的具体实现,基础教育的转轨是不可能的。每一位教育工作者以及全社会关注教育改革的人士都应该看到这一点。

现在,在各级各类基础教育实际工作者那里,一股争先恐后地学习教育理论的良好风气正在形成,这是中国教育史上所从来没有过的。但毋庸讳言,与此种热情不协调的是,由于长期以来受经

院式学风以及其它复杂因素的影响,我们教育理论工作者面对这种形势,一时还拿不出多少针对教育工作中的实际问题,适合教育实际工作者学习的教育理论来,特别是拿不出系统的、可读性较强、具有时代气息、与当前基础教育历史性变革的精神相一致的教育理论来。我们应该正视这个问题,并谋求积极的解决办法,从而满足教育实际工作者的强烈需要,为基础教育改革提供必要的理论指导。这就是我们编撰这套《基础教育新概念》丛书的出发点。

丛书编撰的宗旨是:力图完整、准确地把握有中国特色的社会主义现代化进程中的时代精神以及时代的教育精神,在中央和教育部关于基础教育改革根本精神的指导下,综合古今中外优秀的教育理论,结合时代具体的教育需要,为世纪之交的教育实际工作者提供一分丰盛的精神食粮,促进基础教育更快、更好地由“应试教育”向“素质教育”的转轨。

丛书首批计划出十本,它们是:《素质教育》《环境教育》《主体性教育》《情感教育》《集体教育》《创造教育》《健康教育》《青春期教育》《有效教学》以及《家校合作》,内容主要涉及国内和国外基础教育中的一些最新理论与问题。

为了保证丛书的质量,丛书的作者都是在各个问题上有多数研究的专家学者,对教育理论和教育实践两方面都比较了解。此外,丛书在选题、结构和写作上都力图打破高等师范教育教材的模式,根据广大实际教育工作者的知识基础与工作需要,努力体现以下原则:

一、时代性 在选题、组织材料到历史研究、理论概括等各方面都力图紧紧地围绕当前和将来社会与个人发展的实际需要,体现鲜明的时代特色,不做无谓之论。材料要新,信息量要大,要有超前意识。在古今中外的关系上,坚持“洋为中用,古为今用”。

二、问题性 在兼顾全书逻辑性的同时,强调以问题为核心组织内容,不要求面面俱到。要有强烈的问题意识,在撰写的各个环

节中都贯穿这种问题意识。所研究的问题要有针对性,针对人们教育思想上或实践中切实感到困惑的问题。问题的提出要明确,问题的分析努力切中时弊,一针见血。

三、普及性在选材、写作时,心里要时刻想着广大的中小学教师,要反复地提醒自己是为他们提供理论指导,努力培养起一种教育责任意识。在注意文字的可读性,深入浅出,通俗易懂的同时,也要注意表述的科学性和准确性。

四、操作性 注意理论与实践相结合,为广大中小学教师提供一些可操作性的意见和建议,使他们在理论与实践两个方面都有收获。尽量地通过一些典型教育案例的分析来具体地说明某一教育理论及其一般策略。

丛书从创意到编写、出版,都得到了教育科学出版社李玢总编辑和责任编辑王兰副编审的积极支持、鼓励和指导,为丛书润色不少,在此深表谢意。但由于主编者水平有限,不足之处在所难免,恳请各位读者在使用过程中不吝赐教。

目 录

第 1 章 中小学健康教育概述	(1)
一、什么是健康教育	(1)
二、中小学健康教育的意义	(8)
三、健康教育的目的和任务	(11)
四、中小学健康教育的实施范围与内容	(13)
五、我国中小学健康教育的发展	(15)
第 2 章 健康的儿童、青少年	(20)
一、儿童、青少年的生长发育规律	(20)
二、儿童、青少年的身心发育特征	(24)
三、影响儿童、青少年生长发育的因素	(29)
四、儿童、青少年健康的表现	(32)
第 3 章 健康服务	(35)
一、健康观察	(35)
二、健康检查	(40)
三、健康评价	(42)
四、健康指导	(44)
五、简易急救	(46)
第 4 章 健康的学校环境	(50)
一、校址的选择与卫生要求	(50)
二、学校建筑物的卫生要求	(52)
三、学校的卫生管理建议	(55)
四、培养健康的学校精神环境	(59)
第 5 章 健康教学的内容	(65)
一、心理健康教育	(65)

二、学习卫生	(73)
三、运动卫生	(78)
四、饮食与营养	(81)
五、生活习惯与生活方式(行为健康)	(86)
六、安全教育	(89)
七、性健康教育	(94)
八、拒烟与反毒教育	(98)
第6章 中小学健康教育的人员及其作用	(103)
一、领导人员及其作用	(104)
二、专任教师及其作用	(105)
三、任课教师及其作用	(107)
四、校医(保健教师)及其作用	(108)
五、中小学卫生保健机构的人员及其作用	(110)
六、班主任及其作用	(111)
第7章 中小学健康教育的途径、原则与方法	(113)
一、中小学健康教育的途径	(113)
二、中小学健康教育的原则	(118)
三、中小学健康教育的方法	(121)
第8章 健康教育的计划与评价	(127)
一、健康教育的计划	(127)
二、健康教育的评价	(130)
三、我国现行学校健康教育评价指标体系	(134)
四、关于健康教育效果评价中的问题	(140)
第9章 国内外中小学健康教育实践举例	(141)
一、美国学校健康教育简介	(141)
二、湛江市中小学健康教育实验简介	(147)
三、上海市中小学健康教育情况简介	(150)

参考文献

中小学健康教育概述

一、什么是健康教育

1. “健康”概念的演变

关于“健康”，历史上许多伟大的思想家都作过精辟的论述。马克思提出把健康作为人的第一权利，作为一切人类生存的第一个前提，也就是作为一切历史的第一个前提。美国哲学家爱默生则认为健康是人生的第一财富。英国教育家洛克则强调若没有健康，就不可能有什么幸福可言。德国哲学家叔本华则形象地指出，一个健康的乞丐比有病的国王更幸福。的确，没有健康作为基础，人生的一切就会黯然失色。对于成天吃药打针的人，对于心理不正常的人，对于社会适应不良的人，快乐和幸福犹如水中月、雾里花，可望而不可及。为人师者、为人父母者，谁不热切期盼自己的学生、子女幸福？而这一切的第一个前提是孩子们健康地成长。

那么，健康是什么？

许多人也许会说，身体没病就是健康。有人说得更具体：不吃

药、不打针、不感到身体不舒服就是健康。这些话有一定道理,但不完全正确。事实上,健康是一个综合的、历史性的概念。随着人类社会的发展,人类对健康的要求和认识也不断变化、更新和扩展。在人类社会发展的早期,生产力水平极低。人们在与大自然的搏斗过程中,若失去健康就无法生存,所以此时的健康等同于生命。随着生产力逐渐提高和物质日渐丰富,人类才有可能考虑抵御和消除疾病和伤痛,改善生活质量,以求得更长的生存期。在很长的一段历史时期中,人们衡量一个人的健康状况是看其是否患病以及患病的严重程度为尺度的,认为不生病就是健康。

进入 20 世纪,随着科学技术的迅速发展和新兴边缘学科的出现,人类对健康的认识日益深入,对健康的要求日益提高。20 世纪 30 年代,美国健康教育专家鲍尔(W. W. Bauer)认为:“健康”是人们身体、心情和精神方面都自觉良好、活力充沛的一种状态。1948 年世界卫生组织(WHO)在其宪章中把健康看做是身体的、心理的和社会的一种完全安宁幸福的状态,而不仅仅是没有疾病和身体虚弱。这一定义改变了以往“健康”仅指无生理异常而免于疾病的观念。在 1979 年国际初级卫生保健大会所发表的《阿拉木图宣言》中,再次重申了这一观念,强调指出:“健康是基本人权,达到尽可能高的健康水平是世界范围内的一项重要的重要的社会目标”。1988 年,世界卫生组织总干事马勒博士(Dr. Moarefi)强调了这样一种思想,即:健康并不代表一切,但失去了健康,便丧失了一切。此外,世界卫生组织还进一步确定了健康的 10 个标志:

(1)有充沛的精力,能从容不迫地担负日常生活和繁重的工作而不感到过分紧张;

(2)处事乐观,态度积极,勇于承担责任,事无巨细,不挑剔;

(3)应变能力强,能较快地适应外界环境的各种变化;

(4)善于休息,睡眠良好;

(5)能抵抗普通感冒和传染病;

- (6) 体重适当, 身体匀称, 站立时头、肩、臀位置协调;
- (7) 头发有光泽, 头屑少;
- (8) 眼睛明亮, 反应敏锐, 眼睑不易发炎;
- (9) 牙齿清洁, 无龋齿, 无疼痛, 牙龈无出血而颜色正常;
- (10) 肌肉丰富, 皮肤富于弹性。

在世界卫生组织的推动下, 健康的新概念在全球得到了传播并日益为人们所接受。世界已公认健康是社会进步的一个重要标志和潜在动力; 促进健康不仅是卫生部门的责任, 也是教育部门的责任, 是全社会共同的责任。个体不但要对自己的健康负责和向社会求得医疗服务, 而且要在促进他人和全社会的健康方面承担义务。这就要求人们重视健康的价值, 具有增进健康的强烈意识, 树立“人人为健康, 健康为人人”的正确观念。

需要指出的是, 健康与疾病之间的界限并不十分清晰。一个人体内可能潜伏着病理性缺陷或功能不全, 而表面上仍是健康的, 只有在出现症状或体征时才能被认为是“生病”。事实上, 人们对于疾病的认识也是随着社会和科学技术的发展而不断变化的。这些变化直接影响和指导着医学的研究和实践, 从而形成一定的医学模式。考察人类发展的历史, 可以发现医学模式经历了“神灵医学模式”、“自然哲学医学模式”、“生物医学模式”、“现代医学模式”等。神灵医学模式出现在古代, 那时, 人们认为生命为神灵所赐, 病痛则是神灵的惩罚, 因此治病疗伤主要是求神问卜, 即使采用了一些有效的方法也是医巫混杂。随着生产的发展和经验的积累, 出现了自然哲学医学模式, 如我国传统医学中的阴阳五行说和内外因病因说, 强调健康、疾病与人类生活环境之间的相互关系, 而古希腊的医学家希波克拉底则提出体液说。他认为人体存在血液、粘液、黑胆、黄疸四种体液, 如果各体液配合正常, 人就健康, 如配合不当, 人就生病。到 16 世纪中叶以后, 自然科学有了很大的进步, 人类发现了血液循环, 细菌学、组织胚胎学、生物化学、遗传学、病理

学等学科形成,显微镜等各种检测技术在医学研究与治疗中得到广泛应用,这些使人类得以从生物学的观点来解释生命现象,在器官、细胞或生物大分子的水平上寻找形态结构和生物化学代谢等方面的变化,据此来探求治疗的手段,这就形成了生物医学模式。这种模式在确定生物致病原因,阐明其机制与规律,以及在传染病预防,与危害人类生存的严重疾病的斗争中,做出过重大贡献。时至今日,生物医学模式在我国医疗、卫生、保健等领域内的影响还明显存在,如在医疗方面投入的人力物力仍占极大的比重;医疗诊断几乎都立足于测量人体的生物变量,均以阳性体征和实验室数据为诊断依据;人们习惯于用药品或仪器去治疗“病人”等。到了20世纪下半叶,越来越多的研究表明,人的健康与疾病,不单纯受生物因素的影响,即使是以生物因素为主的传染病,也日益受到社会心理因素和个人生活方式的制约。于是,美国学者恩格尔(G. L. Engle)在70年代率先倡议生物医学模式应向生物——心理——社会医学模式转变。这种模式几乎概括了影响人类健康的各种因素,突出了社会、心理因素在导致疾病中的作用,使人们在对待疾病和健康的总体认识上有了根本性的改变。世界卫生组织关于健康的概念是符合现代的生物——心理——社会医学模式的。总之,健康是人生命活动中一种正向期望,疾病是一种负向反映。健康与疾病的界限,随着科学的发展和人们认识的深入而不断变化。

2. 健康教育的涵义

关于“教育”,一般界定为“培养人的活动”,这主要是从教育者的角度来说的。如果从学生的角度来界定,美国教育家杜威所给的定义最深刻。他主张教育即生活。教育是继续不断地改造我们的经验,使生活更有意义,使未来的生活更为美好。如果我们把“健康”和“教育”综合起来说,那么,“健康教育”就是一种有目的、有计划、有组织的教育活动,旨在帮助和鼓励人们树立增进健康的愿

望,传播一定的健康知识,促使人们自愿地采取有益于健康的行为,养成健康的生活方式,创造健康的环境,并学会在必要时求得适当的帮助,从而保护和促进健康,提高生活质量。

需要指出的是,对于健康教育,目前还没有一个公认且十分准确的定义。这是因为各国经济水平、文化传统、卫生政策和保健要求等方面存在很大的差别,对健康教育的理解和要求也就不尽相同。此外,人们对健康教育的认识也有一个逐步深化的过程。下面是一些有代表性的、常被引用的健康教育的定义。

(1)健康教育是一切影响于个人的、社会的及种族的健康习惯、态度以及知识的经验总和。

(2)健康教育是借助教育方法,把健康知识转变为个人与社会所需的行为方式。

(3)健康教育是提供学习经验的过程,其目的在于影响有关个人、社会及世界的健康习惯、态度和组织。

(4)健康教育是通过促进健康的生活方式,推动社会健康活动,改善有益于健康生活的条件,从而增进健康。

(5)健康教育是激发人们接受并利用健康信息,形成有益的习惯,避免有害的行为,从而使自己更健康。

(6)健康教育和一般教育一样,关系到人们知识、态度和行为的改变,它致力于引导人们养成有益健康的行为、使之达到最佳的健康状态。

(7)健康教育是通过影响人们的认识态度和价值观念,促进大众学习并运用医学知识技能,提高自我保健能力,从而创造健康的社会环境。

在1988年和1991年召开的第13届、14届世界健康教育大会上,100多个国家的健康教育专家和代表,再次探讨了健康教育的涵义,着重指出:健康教育决不是一般卫生知识的传播、宣传和动员,它的着眼点是行为问题,是人们建立与形成有益于健康的生

活方式和行为。

健康教育通常都是从学校开始,然后扩展到其他领域。那么,中小学健康教育是指什么呢?专家们认为,中小学健康教育是根据一定的社会要求、条件和规范,在中小学阶段进行有目的、有计划、针对性和有评价的健康教育活动,其目的在于利用各种教育手段,使儿童、青少年获得必要的卫生知识,转变态度,树立正确观念,养成健康行为和良好的生活方式,促进身心健康,为终身健康打下牢固的基础。

3. “健康促进”的涵义

在实施健康教育活动中,常常要遇到“健康促进”这个概念,它是 20 世纪 70 年代后期在世界范围内提出的新概念。

目前为许多国家和学者所引用的健康促进的概念是在 1986 年由 36 个国家通过的《渥太华宪章》中所确认的。该宪章强调为了实现人人享有健康的目标,必须做到:(1)减小人民享有卫生服务方面的不平等,增加预防和提高自我保健与应激能力;(2)减少高收入与低收入人群在享有卫生资源上的不平等,要从社会根源和社会责任方面去努力;(3)从健康促进机制到具体策略,都重视组织、机构和环境的改变。健康促进就是指以教育、组织、法律(政策)和经济等手段来干预那些对健康有害的生活方式、行为和环境,以促进健康。

关于健康促进和健康教育之间的关系,在 1991 年召开的第 14 届世界健康教育大会上,世界卫生组织健康教育部主任迪龙(S. Dillon)和国际健康教育联盟主席托马斯(D. Thomas)的联合发言,重申了 1986 年渥太华健康促进大会上确定的“健康教育与健康促进互为依存”的认识。一般认为,健康教育与健康促进不能相互取代。健康教育是健康促进的重要内容和基础工作,它着重于健康知识的传播,建立健康的信念,并要求最终落实到建立健康的

行为上;而健康促进的含义较健康教育广泛,包括健康教育以及能够促使行为、环境改变的组织、政策、经济支持等各项策略,它不仅是对个体的要求,还主张全社会力量的参与,尤为重视政治和国家行政机构所起的作用。当前世界健康教育发展的趋势是,采用行政干预促进健康教育达到预定效果。

相应地,学校健康促进的涵义也较学校健康教育广泛,它包括学校健康服务、健康教学、健康环境、与社区健康促进的结合、学校体育教育、学校饮食服务、学校健康咨询及教职员工的健康促进计划等。中小學生正值成长发育阶段,较易养成健康的习惯和形成健康的生活方式。学校健康促进容易对在校学生起作用,而且具有低投入高效益的特点,而学生则能够作为改变现状的力量,来改善他们的家庭和社会的健康状况。学校健康教育往往只是在课堂上把卫生知识传授给学生,让学生个人掌握,而没有把改变学校作为目的,也没有试图改变社区。学校健康教育的重点通常放在学生和教师身上,学生学起来是被动的,效果如何也很难确定。而且学校卫生保健也大多停留在查视力、查听力、查食堂卫生上。学校健康促进则包括了健康教育和学校卫生,重点在于改变整个学校,要求所有教职员工都要改变,学生家庭也要改变,还要通过学生家庭影响到社区,使得学生、教师、家长、社区成员都来关心学生健康。1995年11月,“中国/WHO健康促进学校合作项目研讨会”在北京举行,并向已确定的12所项目学校颁发示范学校证书,这表明健康促进学校国际合作项目在我国正式启动。这将促进我国学校健康教育跨入一个新的发展阶段。

值得注意的是,健康教育和健康促进与一般的教育和卫生宣传是有根本区别的。卫生宣传通常是指卫生知识的传播,往往缺乏精心设计的健康教育计划,对计划的长期目标、行为目的未能作出明确的规定,是一种单纯的卫生知识的传播。卫生宣传的出发点是希冀提高群众的卫生知识,增强保健意识,从而改变不健康的行

为,但实践证明其实际效果一般很不理想。例如,我们进行了大量的吸烟有害的宣传活动,但烟民却有增无减。这是因为行为改变是一个非常复杂的过程,人们的行为形成定势后有一种惯性,倾向于保持他们已经建立起来的习惯,因此,仅仅依赖大众传媒来影响人们的不健康行为是很困难的。卫生宣传只是实现特定健康教育目的的一种手段,健康教育和健康促进的实质则是一种干预措施。

二、中小学健康教育的意义

1. 中小学健康教育为儿童、青少年的终身幸福奠定基础。1995年初,世界卫生组织曾在发表的新文件《健康新地平线》中强调指出:“在一定的环境下,人们具有对他们的健康产生长期影响的潜能。”处在生命准备期的儿童、青少年,他们在生命初期所形成的卫生习惯和生活方式,很可能对他们一生中的其他发展阶段的行为方式产生深远的影响。这是因为,儿童正处在发育时期,身心健康的基础若不在此时奠定,那么他们终身不易得到美满的健康生活。另一方面,儿童的可塑性较大,易形成“动力定型”,是健康教育的最佳时期。要培养学生良好的卫生习惯必须从此时开始,否则不良习惯,久则成癖,积重难返,从而贻害学生终身幸福。

2. 中小学健康教育是影响整个人群、家庭和社会的根本措施。学校是各阶层、各种环境中成长的儿童汇聚的场所,相互接触机会多,易于疾病传播,难以防范。如果在学校中爆发传染性疾病,则可以通过学生而传播到家庭,造成更大范围的流行。因此,学校必须切实做好健康教育,避免学校成为一个疾病传播源。从积极的角度看,儿童、青少年是健康教育的最佳目标人群,因为他们与家庭和社会有着天然而广泛的联系。中小學生一旦获得卫生知识、价值观和行为技能,不仅儿童自身可以愉快地生活,而且还会对其父母、邻居、亲友和社会产生良好的影响,并有可能发挥移风易俗的

作用。

3. 中小学健康教育是促进全民基础保健教育、提高群体素质的有效途径。1995年全国学生体质健康调研结果表明,我国学生体质状况仍令人担忧,如我国学生的耐力、柔韧性素质、肺活量等10年来趋于停滞甚至有所下降;肥胖儿童及超体重儿童比例有所增加;城市学生近视率居高不下,农村学生近视率呈上升趋势;农村学生口腔保健仍处于较低水平;部分少数民族学生生长发育绝对水平仍然较低;城乡之间、发达地区与相对不发达地区之间学生生长发育水平发展很不平衡等。简言之,目前我国学生体质健康状况没有跟上经济发展和社会进步的步伐,与发达国家相比依然存在着相当大的差距。造成这些问题的原因主要是学生体力劳动减少、体育锻炼不够(包括时间和强度均不够),特别是学校长跑活动减少。此外,生活水平虽普遍改善,但饮食结构不合理,因而加重了学生肥胖的发生。学生课业负担过重、近距离用眼时间过长导致学生近视率居高不下,社会上电子游戏机盛行、中小生长时间玩游戏机以及在家里长时间观看电视进一步加剧了近视的发生。农村地区学生口腔保健水平较低,主要原因在于农村地区经济、社会、教育发展相对滞后,卫生、教育资源相对匮乏,卫生保健意识淡漠。这些问题的存在正严重影响着我国21世纪人才的素质。而要在短时间内使学生体质健康状况有大的改善,就必须进一步加强和开展中小学健康教育,切实普及健康教育,促进学生养成良好的卫生习惯和建立健康的生活方式。

4. 中小学健康教育是全面发展教育的重要组成部分,是素质教育的应有之义。兴学校、办教育的根本目的在于改造人生和增进人类幸福,而人类幸福是以保持健康为基本前提的,因此,各国制定的教育目的或教育方针都强调要维护学生的健康。我国的教育方针是培养全面发展的社会主义事业的建设者和接班人。作为全面发展的人,学生必须在身体、心智等方面协调健康地发展。事实

上,我国颁布的《教育法》《教师法》等一系列法规法令都明确规定要维护学生的健康。也就是说,维护和增进学生的健康,既是学校道义上的责任,也是学校法律上的责任,因此健康教育必须成为学校全面发展教育的重要组成部分。

但是,长期以来,由于升学竞争,过分偏重智育发展,全面发展教育蜕变为“应试教育”,忽略了健康教育,结果令人震惊:考入大学的学生,其体质不如高中毕业生的总体水平;升入重点高中的学生,体质又不如初中毕业生的总体水平;甚至同一所学校中,“好学生”的体质不如一般学生。以近视率为例,1998年的一次抽样调查表明小学生近视率为22%,初中学生为38%,高中学生为70%。这就是所谓“高分数,低体能”现象。这表明我们的学校没有尽到教育工作者和公民的责任。大家都知道,如果一个孩子因为缺乏必要的健康方面的知识 with 技能,不会选择安全而有益于健康的环境而生病或死亡,那他所学的文化知识再多又有什么用呢?如果我们的学生百病缠身,纵然考上大学,他如何保障自己的幸福,如何为国尽力呢?因此,我们绝不能以牺牲学生健康的方式来提高学生的文化成绩,而是要保证学生“可持续性地发展”。

科学研究表明,只有健康的儿童才能在学校获得理想的学习效果。经常因病缺课、佩戴眼镜、因情绪障碍而滋生事端、营养不良、长期精神倦怠、遭受虐待等类型的儿童,即使采用最好的教学方法,他们也无法高效率地学习。而我们的学生却在课业负担过重的条件下取得好的学习成绩,他们所克服的困难,所遇到的痛苦,是一般人难以理解的,简直可用“苦难”来形容。我们不应忘记,教育不仅仅是为未来作准备,更不是以牺牲现在来为未来作准备,教育过程本身就是一种生活,是每个儿童必须经历的生活,这种经历会深刻地烙印在他们的心里,会影响他们未来的生活。因此,应试教育可以休矣!必须真正地实施素质教育,实施全面发展的教育。也许美国进步主义教育家柯布(Coob)的教育思想值得我们深思,