

# 江苏省大中小学生健康状况 蓝皮书

魏国强 主编

南京师范大学出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

江苏省大中小学健康状况蓝皮书 / 魏国强主编. —南京:  
南京师范大学出版社, 2005. 11

ISBN 7-81101-158-1/G · 753

I. 江... II. 魏... III. 学生—健康—状况—调查研究  
—江苏省 IV. G478.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 135948 号

- 
- |        |                                                                 |
|--------|-----------------------------------------------------------------|
| 书 名    | 江苏省大中小学健康状况蓝皮书                                                  |
| 主 编    | 魏国强                                                             |
| 责任编辑   | 万 斌 周海忠                                                         |
| 出版发行   | 南京师范大学出版社                                                       |
| 地 址    | 江苏省南京市宁海路 122 号(邮编:210097)                                      |
| 电 话    | (025)83598077(传真) 83598412(营销部) 83598297(邮购部)                   |
| 网 址    | <a href="http://press.njnu.edu.cn">http://press.njnu.edu.cn</a> |
| E-mail | nspzbb@njnu.edu.cn                                              |
| 照 排    | 江苏兰斯印务发展有限公司                                                    |
| 印 刷    | 盐城市华光印刷厂                                                        |
| 开 本    | 850×1168 1/32                                                   |
| 印 张    | 9.625                                                           |
| 字 数    | 241 千                                                           |
| 版 次    | 2005 年 12 月第 1 版 2005 年 12 月第 1 次印刷                             |
| 书 号    | ISBN 7-81101-158-1/G · 753                                      |
| 定 价    | 15.00 元                                                         |

出 版 人 闻玉银

---

南京师大版图书若有印装问题请与销售商调换

版权所有 侵权必究

“中国青少年研究中心·青年研究文库”

编委会

主 任 李学谦

副主任 徐文新 孙云晓 安国启

委 员 李学谦 徐文新 孙云晓 安国启

刘俊彦 杨长征 王小东 李五一

# “中国青少年研究中心·青年研究文库”

## 编纂说明

为推动我国青少年研究事业的繁荣和发展,积累优秀的青少年研究成果,中国青少年研究中心自2000年起推出一项策划编纂、资助出版相关学术著作的科研计划。该计划共分三个系列,即“中国青少年研究中心·青年研究文库”、“中国青少年研究中心·少年儿童研究文库”和“中国青少年研究中心·青年运动史研究文库”。中国青少年研究中心决心通过长期的努力与投入,使三个文库均成为该领域品质卓越的科研品牌。

“中国青少年研究中心·青年研究文库”的宗旨是:以优秀的科研成果,为青年发展、青年工作和青年教育服务。本文库收入各类青年研究方面的著作,其标准是学术性、原创性、实用性与可读性的和谐统一,作者一般是具有高级职称的专家学者。

# 《江苏省大中小学健康状况蓝皮书》

## 编委会

主 任 魏国强

副主任 李国华 陈金虎 丁 纯 练月琴

委 员 (按姓氏笔画为序)

万闻华 公永刚 朱永安 刘红明

杨旭峰 沈自力 张钦文 周 斌

周永中 姜 东 龚亲华 谭 忠

薛 峰

审 读 安国启

# 《江苏省大中小学健康状况蓝皮书》

## 编撰人员

主 编 魏国强

副主编 练月琴

撰 稿 魏国强 练月琴 沈自力

周永中 张海燕

## 序

共青团中央书记处书记 杨岳

学校健康教育与促进,不仅是世界卫生组织在全球范围内积极倡导的一项对人类健康具有深远战略意义的基础性工作,也是我国全面落实科学发展观、促进人的全面发展和建立社会主义和谐社会的战略选择。青少年学生健康教育关键在于引导青少年学生正确认识自我,正确认识和处理人与自然、个人与他人、个人与社会的关系,夯实社会主义和谐社会的基础。

我国在校的大中小学生是国家未来发展与强盛的宝贵资源,他们正处在长身体、长才干的重要时期,重视和搞好大中小学生的健康教育,关心和促进他们的健康成长,对于提高中华民族的身体素质和健康水平,积极推进科教兴国和人才强国战略,为社会主义现代化建设培养有用之才,具有重要的现实意义。建国以来,我国大中小学生的生长发育和体质水平比建国初期有了长足的进步,但从近年来有关专家对全国大中小学生的健康状况抽样调查来看,还存在不少问题,我国大中学生素质指标的增长与先进发达国家相比还有一定的差距。从共青团江苏省委组织编撰的《江苏省大中小学生健康状况蓝皮书》专题研究成果看,青少年学生近视、睡眠不足、心理问题已经成为青少年生长发育的三大障碍。作为沿海经济比较发达的省份,江苏省的这份健康研究报告无疑具有重要的参考价值。

青少年是祖国的未来,民族的希望。关心青少年的健康成

长是党和国家的大事,是关系社会主义千秋大业后继有人的大事。我们党和国家始终把培养教育青少年作为关系党和国家前途命运的一项战略任务。当代青少年生逢其时,激烈的国际竞争需要人才参与,中国现代化建设需要人才支持,中华民族伟大复兴需要越来越多、越来越优秀的人才去实现。时势造英雄,社会需要是人才成长永不枯竭的源泉,这是一个需要大批人才,也必将产生大批人才的时代。大力开发青少年人才资源,培养造就青少年人才大军,是共青团和青少年组织服务经济社会发展、服务青少年成长需求的有效途径,也是共青团在社会转型期的优势所在,而培养造就青少年人才大军,必须从青少年健康开始。

开展青少年学生健康教育与促进,是关系青少年学生健康成长、造福民族未来的崇高事业。作为党的助手和后备军,共青团组织要义不容辞地站在时代发展的前列,勇开风气之先,以高度的社会责任感和求真务实精神,从一件件具体的事情做起,做出实效,推动青少年学生健康事业蓬勃发展,促进青少年健康成长,为培养社会主义现代化事业的合格建设者和可靠接班人作出积极的贡献。

2005 年 12 月

# 目 录

|         |     |
|---------|-----|
| 序 ..... | (1) |
|---------|-----|

## 江苏省大学生健康状况调查报告

|                                |      |
|--------------------------------|------|
| 一、导言 .....                     | (3)  |
| 1. 大学生健康调查的背景 .....            | (3)  |
| 2. 现有成果 .....                  | (4)  |
| 二、研究介绍 .....                   | (6)  |
| 1. 基本假设和研究思路 .....             | (6)  |
| 2. 样本概况 .....                  | (7)  |
| 三、调查结果 .....                   | (14) |
| 1. 身体健康状况 .....                | (14) |
| 2. 学校生活 .....                  | (25) |
| 3. 婚恋家庭观 .....                 | (34) |
| 4. 社会化现状 .....                 | (38) |
| 四、结语 .....                     | (42) |
| 1. 特点与问题 .....                 | (42) |
| 2. 对策 .....                    | (46) |
| 江苏省大中小学健康状况调查问卷(大学生卷)<br>..... | (55) |

## 江苏省高中生健康状况调查报告

|                        |       |
|------------------------|-------|
| 一、导言                   | (75)  |
| 1. 问题与背景               | (75)  |
| 2. 现有成果                | (76)  |
| 二、调查简介                 | (77)  |
| 1. 研究方式与设计             | (77)  |
| 2. 研究对象                | (78)  |
| 三、分析报告                 | (81)  |
| 1. 日常生活状况和方式           | (81)  |
| 2. 校园生活                | (94)  |
| 3. 学习                  | (106) |
| 4. 价值观念和社会意识           | (110) |
| 四、结语                   | (117) |
| 1. 特点与问题               | (118) |
| 2. 对策                  | (121) |
| 江苏省大中小学生健康状况调查问卷(高中生卷) |       |
|                        | (135) |

## 江苏省初中生健康状况调查报告

|          |       |
|----------|-------|
| 一、导言     | (155) |
| 1. 问题与背景 | (155) |
| 2. 现有成果  | (156) |

|                       |       |
|-----------------------|-------|
| 二、调查简介 .....          | (157) |
| 1. 研究方式与设计 .....      | (157) |
| 2. 研究对象 .....         | (158) |
| 三、初中生的基本情况 .....      | (158) |
| 1. 性别构成 .....         | (158) |
| 2. 年龄分布 .....         | (158) |
| 3. 就读状况 .....         | (159) |
| 4. 政治面貌 .....         | (159) |
| 5. 家庭基本状况 .....       | (159) |
| 四、日常生活和生理情况 .....     | (162) |
| 1. 身体素质 .....         | (162) |
| 2. 生活习惯 .....         | (163) |
| 五、学习和思想情况 .....       | (166) |
| 1. 学习与考试 .....        | (166) |
| 2. 班级事务 .....         | (170) |
| 3. 媒体接触与娱乐休闲 .....    | (171) |
| 4. 价值观念与规范意识 .....    | (176) |
| 六、心理状况 .....          | (181) |
| 1. 自我认知 .....         | (181) |
| 2. 沟通交往 .....         | (188) |
| 七、结语 .....            | (191) |
| 1. 特点与问题 .....        | (192) |
| 2. 对策 .....           | (195) |
| 江苏省大中小学健康状况调查问卷(初中生卷) |       |
| .....                 | (203) |

## 江苏省小学生健康状况调查报告

|                                 |       |
|---------------------------------|-------|
| 一、导言 .....                      | (223) |
| 1. 问题与背景 .....                  | (223) |
| 2. 问卷设计的思路 .....                | (224) |
| 二、调查方法及样本基本构成 .....             | (225) |
| 1. 样本基本构成 .....                 | (225) |
| 2. 调查方法 .....                   | (226) |
| 三、调查结果 .....                    | (227) |
| 1. 家庭状况 .....                   | (227) |
| 2. 小学生身体健康状况 .....              | (231) |
| 3. 小学生的心理健康状况 .....             | (236) |
| 4. 小学生的思想健康状况 .....             | (260) |
| 四、结语 .....                      | (267) |
| 1. 主要特点 .....                   | (267) |
| 2. 存在问题 .....                   | (268) |
| 3. 对策 .....                     | (270) |
| 江苏省大中小学生健康状况调查问卷(小学生卷)<br>..... | (279) |
| 后记 .....                        | (292) |

# 江苏省大学生健康状况 调查报告

- 一、导言
- 二、研究介绍
- 三、调查结果
- 四、结语



# 一 导言

## 1. 大学生健康调查的背景

随着人类社会经济的迅猛发展,大病重病不治之症发生的频率随着人们物质生活水平的提高而不断增加,负担压力、茫然无助、空虚无聊等心理问题越来越成为人们司空见惯的心理现象,自杀、他杀等社会失范行为逐渐成为社会公共问题。更重要的是,这些现象越来越有年轻化的趋势——这都不得不让人们开始审视自身的健康状况,健康已经成为 21 世纪的主题。

作为国家希望、民族未来的年轻大学生,在社会转型期多元文化、多种思潮碰撞的生存环境的影响下,越来越成为“不健康病毒”的受害者。因此,了解大学生的健康和发展状况,把握他们面对的生存困难和问题,对于做好大学生工作有着重要的作用。

世界卫生组织(WHO)在宪章中指出“健康不仅仅是没有疾病或者不虚弱,而是身体的、精神的和社会适应良好的总称”。健康是多层面的复合体,不仅仅包括身体体质健康,还包括更深层次的心理素质、思想认识和社会适应等方面,这些是一个健康的个体不可或缺的层面。

21 世纪对教育和教育所培养的人才提出了更高、更严格的要求,比传统只关注大学生体质健康要更进一步,人们开始认识到心理素质在大学生整体素质中的重要作用。心理素质是在人的先天

生理基础上、经过后天教育和社会环境的影响、由知识内化而形成的相对稳定的心理品质,它是社会教化的结果。但是,单纯具有知识并不等于具备一定的心理素质。知识是心理素质形成或提高的基础,没有知识作基础,心理素质的养成和提高便不具有必然性和目标性。心理素质影响着人们对待外界和自身的态度。心理素质是一个合格的大学生应对各种压力挫折、迎接各种挑战的重要素质。因此,掌握江苏高校大学生的健康状况,及时发现和妥善解决问题,是我省培养高等教育人才的一项非常紧迫的任务。

## 2. 现有成果

关于大学生健康状况的已有研究可分成两大类:身体健康研究和心理健康研究。身体健康或者体质健康的研究资料相对来说比较有限,主要是根据国家教育部、体育总局于2002年出台的《学生体质健康标准》中的若干项目,如身高、体重、肺活量、50 m或立定跳远、台阶实验、坐位体前屈、仰卧起坐、握力六项指标进行测量,判断大学生的体质健康状况。这个方面的研究主要有常海林等人的“大学生体质健康状况的调查与分析”<sup>①</sup>、米艳等人的“当代大学生健康状况分析”<sup>②</sup>,以及对于中日、中韩大学生健康状况的比较研究,如赵忠伟等的“中、韩两国大学生体质健康状况的比较

① 常海林,邱小慧,周金玲:“大学生体质健康状况的调查与分析”,载《上海体育学院学报》,2001年第11期。

② 米艳,张晖:“当代大学生健康状况分析”,载《首都体育学院学报》,2002年第12期。

研究”<sup>①</sup>。但是这些健康指标大多局限于身体形态、机能的测量，并不能真正界定体质健康。

关于心理健康状况的研究资料比较齐全，研究层面也更加多元化。仅从心理健康内涵研究方面看就有：潘树章的“大学生的心理健康与个性塑造”<sup>②</sup>、黄琳庆的“大学生人际交往不良心理的分析及对策研究”<sup>③</sup>、廖凤林的“大学生自我概念三种类别落差与心理健康的调查”<sup>④</sup>等。此外还有大量的分析大学生的心理健康总体概况以及影响因素，包括体育锻炼、生活习惯、网络、社会媒介、学校等方面的研究文献。

总体来说，对于大学生的健康研究较多的是涉及健康概念的某一个或几个方面，局限在现象的描述上，即使部分学者提供了解释，但是很少有通过实证调查来揭示各因素之间的内在联系。同时，到目前为止，江苏省大学生最为全面的研究成果是共青团江苏省委李国华主编的《江苏省青少年生存发展状况蓝皮书》，其研究目的是全面了解青年的生存发展概况，而对大学生的健康状况研究虽然有所涉及，但专题研究不够。本次研究的目的是要了解江苏省大学生总体健康状况，以及通过科学的数据分析较为深入地掌握大学生心理健康发展中的问题与特征，并提出对策建议。

① 赵忠伟，邹师：“中、韩两国大学生体质健康状况的比较研究”，载《中国体育科技》，2002年第11期。

② 潘树章：“大学生的心理健康与个性塑造”，载《西南民族学院学报（哲学社会科学版）》，2002年第2期。

③ 黄琳庆：“大学生人际交往不良心理的分析及对策研究”，载《改革与战略》，2004年第8期。

④ 廖凤林，方平：“大学生自我概念三种类别落差与心理健康的调查”，载《中国心理卫生杂志》，2003年第2期。