

生命教育视阈下的学校体育

刘 曼,杨雪红,刘 慧,宋 强
(集美大学体育学院,福建 厦门 361021)

摘 要:从生命教育的视角,探讨了学校体育应以实现人的自由和全面发展为终极目标,以学生的生命存在与生命安全、学会生存与适应社会、学会学习与不断发展、珍惜生命与自尊自信、激发潜能与超越自我为子目标,充分挖掘学校体育的教育形式,采用立体全方位的评价方式,对学生进行生命存在需求的安全技能教育、生命维系需求的生活技能教育、生命发展需求的体育素养教育、生命尊重需求的情感技能教育、生命超越需求的潜能开发教育。

关键词:生命教育;学校体育;体育本质

中图分类号:G807

文献标识码:A

文章编号:1007-7413(2018)06-0027-05

A Study on School Sports from the Perspective of Life Education

LIU Man, YANG Xue-hong, LIU Hui, SONG Qiang

(Physical Education College of Jimei University, Xiamen 361021, China)

Abstract: From the perspective of life education, this paper made a research that school sports should take the free and all-round development of human as the ultimate goal. There are five sub goals: students' life existence and life safety; Learning to survive and adapt to society; Learning to learn and develop; Cherishing life, self-esteem and self-confidence; To inspire potential; To surpass ourselves. The education form should be fully explored and the three-dimensional omnidirectional appraisal method should be adopt in school sports. School sports should teach students the safety skills of life survival needs education, life maintenance needs life skills education, the sports quality of life development needs education, the emotional skills of life respect needs education, the potential of life beyond needs development education.

Key words: life education; school sports; essence of sports

当今时代特征及生活中的种种现象表明,进行生命教育刻不容缓。生命教育不是一门课程,但与体育的教育目标一致,体育可以成为生命教育的载体。^[1]因学校体育具有普遍性、普及性,且内容丰富、形式多样、涵盖面广等特点,决定了它可以成为当今时代下进行生命教育的切入点,这就为学校体育赋予了新的内涵和使命。那么,融入了生命教育的学校体育是什么样子的呢?生命教育视域下的学校体育应是学生生命活动的展现和人的本质力量的凸显,是寻求学生生命自由发展的体育,应从生命的实际需要出发,制定学校体育的目的、计划;根据各级学校学生的年龄特征和身心特点,选择教学内容、进行课程设计、创新课程模式;充分利用社会资源和学校教育因素,拓展学校体育的教育形式;课后评价也应尊重个性,注重

体验,重视过程,制定不同的评价标准,淡化“分数论”,避免“一刀切”。

1 生命教育视域下学校体育的目标

教育应以育人为根本,促进人的不断发展。学校教育应充分开发学生的生命价值、头脑价值和灵魂价值,以培养出具有健康生命、智慧头脑、丰富灵魂的人为目标,让学生成为一个真正意义上的完整的人。随着生命教育的提出、“人本主义”的兴起,生命的价值、人的地位更加凸显,教育也逐渐将人的全面发展、提升生命活力作为首要目标。学校体育是学校教育的重要组成部分,生命教育视域下学校体育的目标必须紧扣学校教育的目标。而体育作为人类一种特有

的生命活动,是人的本质力量的一种自我确证,是人性自由和解放。生命教育视域下的体育工作应将生命作为基石,“育体”的同时更要“育人”,以实现人的自由、全面发展。

马克思关于人的本质认识的重要命题是:“活动是人的特征,自由自在的活动是全面发展人的根本特征。”^[2] 体育活动是人的一种自由自觉的活动,换言之,体育活动是人的需求。马斯洛将人的需求划分为五个层次:生理需求、安全需求、社交需求、尊重需求和自我实现需求。对应这个理论,可以把人对体育的需求划分为如下层次:生命存在需求、生命维系需求、生命发展需求、生命尊重需求、生命超越需求。所以生命教育视域下的学校体育有以下五大目标:第一,生命存在、生命安全的目标;第二,学会生存、适应社会的目标;第三,学会学习、不断发展的目标;第四,珍惜生命、自尊自信的目标;第五,激发潜能、超越自我的目标。

各级各类学校应遵循以上目标,根据学生的年龄、特点、地域等特征制定学校体育的计划,让生命教育落到实处。

2 生命教育视域下学校体育的内容

对应生命教育视域下学校体育的五大目标,学校体育的内容可以划分为以下五类:基于生命存在需求的安全技能教育、基于生命维系需求的生活技能教育、基于生命发展需求的体育素养教育、基于生命尊重需求的情感技能教育、基于生命超越需求的潜能开发教育。

2.1 基于生命存在需求的安全技能教育

人的生命本性在于生存,没有了生命,其他一切都是虚无的,生命存在需求是一切需求的基础。然而,生活中意外时有发生。据统计,我国每年约有 40 万儿童青少年发生各类伤害,有 2 万名中小学生非正常死亡,也就是说每天有 50 名少年儿童因意外伤害失去生命。意外伤害死亡已经成为我国 1 到 14 岁儿童死亡的第一因素,每年直接造成的经济损失约 30 亿元,而给家庭带来的痛苦则是无法用数字来计算的。^[3] 这些自然的、人为的意外像一颗颗隐藏着的定时炸弹,时刻威胁着人们的生命安全。雪灾、洪水、泥石流、地震、台风、海啸等自然灾害来临时,有安全意识、对避灾知识有学习、对自救技能有训练的群体或个人更容易保全性命;身体强健、运动技能强的人在

险恶环境下更容易获得生存。2008 年汶川大地震中,桑枣中学因为平时安全意识强,训练有素,撤离迅速,无一人伤亡。2010 年上海胶州路高层公寓火灾,有人根据自身身体素质状况,果断决策,从窗户跳到脚手架而保住性命。灾难发生往往猝不及防,这就需要平时做好安全技能教育,加强锻炼,防患于未然,学校体育对这一重任有着义不容辞的责任。王鹏认为学校安全教育包括:第一,心理健康安全教育,包括应对突发事件的能力、艰苦环境的适应能力和坚忍不拔的品质和及时的心理疏导;第二,身体安全教育,包括运动损伤的应急处理、运动器械的结构原理、非正常状态下的运动、人体生理学知识;第三,社会安全教育,包括自救与自护技能、自身防卫技能、健康的生活方式。^[4] 梁佳麒认为对应中小学生生命安全事件可开设相应的课程内容有以下五类:第一,基本逃生能力训练,包括行走能力、奔跑能力、跳跃能力、攀爬能力、翻滚能力、游泳能力等;第二,自然灾害的防护,包括对洪涝灾害、地震灾害、台风、泥石流等自然灾害的防护;第三,交通安全防护;第四,公共场所安全防护技能,包括踩踏事件、火灾等;第五,自护自救能力训练和食品安全知识等。^[5]

综合以上两位学者观点,基于生命存在需求的安全技能教育包括以下三方面:第一,培养学生安全意识,包括防灾意识、对危险情况的警惕意识、交通安全意识、食品安全意识等;第二,学习救生、逃生、避灾、抢险等知识;第三,加强身体锻炼,在实践中锻炼逃生本领、自救与互救能力、野外生存能力等。如果学校体育能够按上述要求,对学生进行安全意识的培养、避灾抢险知识的学习、逃生技能的训练,并将这些意识、知识、技能内化,让每个学生都具有安全常识和自我保护意识,让学生在灾难面前具备有效的应对危机的方法和技能,那么各类意外伤害的数据将大幅度下降。

2.2 基于生命维系需求的生活技能教育

生命维系是生命存在的延续。社会在发展,时代在变迁,人们的生活环境经历着日新月异的变化,生命个体只有积极面对,不断适应自身、社会环境以及各种非正常的变化,才能保持生命的正常维系,是所谓“适者生存”。而现实生活中,学业的压力、青春期的躁动、人际关系的压力常常让人无所适从,引发一些人间悲剧。

生活技能教育是帮助学生了解生活常识、实践生活过程、获得生活体验,确立正确的生活观,追求个

人、家庭、团体、民族、国家和人类幸福生活的教育。^[6]“获得生活体验”,即体验生活中的成功、失败、竞争、合作、人际关系等,体育起源于生活并服务于生活,运动场就是一个浓缩的社会。就像很多同学会认为:生命过程就像一场长跑,“极点”是生命中的挫折,只有在“第二次呼吸”中生命才阳光灿烂。^[7]运动中要面对胜利与失败、竞争与协同、求胜欲望与规则限制……在努力追求成功、实现自己目标的同时,挫折、困难也时常伴随左右。人类社会且演且进,优胜劣汰不仅是生物进化的规律,也适用于人类社会,生命个体只有能正确面对挫折与困难,才能适应社会和复杂环境,才能在竞争的社会环境中求得立足之地,求得生命的维系。所以学校体育要充分挖掘体育运动中的生命教育价值,设置生命体验、生活体验的场景,对学生进行挫折教育、生存与适应教育,让学生对复杂的生活世界有直观的主体体验,并在自我身体实践中获得应对的技巧和方法,建立劣势生存的认知与操作系统,通过发现、思考、理解和领悟,增强耐受力 and 意志力,从而维系生命的存在。^[8]

2.3 基于生命发展需求的体育素养教育

生命发展是基于生命存在、生命维系而言的更高一个层次,是生命存在、生命维系的必然结果,是个体生命达到全面、自由的过程。生命发展需求是人们内在生命与身心和谐、与社会关系和谐,以及人与自然和谐的需求。“向真、向善、向美”是人的本性,而奥林匹克运动“更高、更远、更强”的精神是生命发展需求的另一种诠释。生命不息,对“真”“善”“美”的追求,就不会停止,对美好幸福生活的向往促使个体的人生向“更高、更远、更强”的方向发展。人若想不断发展就必须紧随社会进步的步伐、就必须学习。不断学习,也是生命力保鲜、持久发展的重要途径和通道。

体育素养是指以先天遗传和后天环境影响为基础,个体在运用身体运动以促进身心发展的过程中逐渐形成的综合文化素养。^[9]是一个人在体育运动方面的修养,它不仅注重个体现在的一般发展,而且更重视培养个体的自我发展能力。^[2]“自我发展能力”是一种终身受用的内部发展动力和技能,正所谓“授之以鱼不如授之以渔”。学校体育应遵从人的本性、遵从体育的本质,选择、开发有助于生命发展需求的内容,创设有助于生命发展需求的情景,促进学生养成健康和积极的生活方式,引领学生体育价值观念内化,提高学生的体育素养,让学生从“学会”到“会学”,使学生学会学习,学会锻炼,学会发展,学会终

身体育能力。生命不息,运动不止,让学生在短暂的生命历程中,有一项或多项运动技能相伴,实现生命发展需求。

2.4 基于生命尊重需求的情感技能教育

生命的存在需要被尊重、被珍视,任何践踏生命的行为都是可耻的。然而,现代人似乎越来越冷漠、自私、蛮横、甚至残忍。家长不让看手机,一怒之下就跳楼;考试不及格,消沉之际便自杀;同学同伴之间一点小矛盾,怨恨之余就投毒……自杀、互相残杀的事件举不胜举,这种漠视生命的行为令人发指,珍惜、真爱生命的意识过于薄弱。

人格需要被尊重。别林斯基曾说:“自尊是一个灵魂中的伟大杠杆。”李小龙也认为:一个人有了自尊心,他才可以明确地去“指导”自己向正确的道路迈进,人应该不断地维持自己的尊严,尊严可以发掘自己的潜能、促进自己的工作效果。每个生命都是一个独立的个体,都有被尊重的需求,都是有尊严的。尊严,是指人的生命、心灵、精神的尊贵和不受侵犯的特性,同时也指人们在社会中因为某种卓越而获得的敬仰和尊崇。就像希腊人所理解的那样,一个人如果在运动场上跑得最快、跳得最高,那么他就获得人们更多的尊重和敬仰,这样的人也就更有尊严。^[10]可见,体育在培养人的尊严感方面有着独特的优势,培养学生的尊严感也应成为学校体育的内容之一。

运动有助于缓解压力、调节负面情绪,让生命阳光、热情、积极向上;体育具有公开、公正、公平的特性。学生在体育活动中有着复杂的互动关系一个人与集体、自我与同伴、本人与对手,有着强烈的情绪体验—挥洒汗水时的激情、身体达到极限时的无助、队友间的鼓励助威……在体育运动中既要遵守规则,又可以张扬个性,既可以获得成功的喜悦也会体验失败的痛苦,既有服从也有反抗……学校体育应充分利用各个项目的特点,让学生在体育运动中认知生命、感知生命,体悟到生命的有限与独特;在体育运动中认识自我、展现自我,培养自信与尊严;在体育运动中学会交流、懂得友谊,建立积极的交往方式;在体育运动中学会尊重,尊重自己,尊重对手,尊重生命的存在特性、发展规律与生命的独特性。

所以,生命教育视域下基于生命尊重需求的情感技能教育包括:珍爱生命教育、培养学生的尊严感及自信。

2.5 基于生命超越需求的潜能开发教育

人的合理生存、健全发展与走向自由解放,是马

克思人本理性哲学的人类学价值原则所追求的目标。^[11]人具有追求自由、超越自我的需求和本性。首先人要超越动物的原始本性才能称其为人。其次,人是在不断地自我突破、自我超越中成长的。第三,人的未来具有不确定性,人的生命都是尚未完成的生命、是尚待发展、尚待超越的生命。人的发展有无限种可能,教育就是要发挥、挖掘出最好的那种可能。如石中英所说:教育应以个人的“自我完成”为目标,个人是“教育的主体”,教育的基本目标是“在发现自我的境遇中进行个人的自由发展”。^[12]这种“自我完成”“自由发展”应是潜能充分挖掘、才能充分展现的“完成”;是不断自我突破、挑战极限,实现了个体生命的圆满、和谐、全面的“发展”。而体育是引发生命潜在教育素质的教育手段,是对生命冲动的引导与诠释手段,是全人教育的手段。^[13]体育自诞生之日起就被赋予了超越性的本质,每一次速度和高度的竞争、力量和意志的对抗无一不在体现着这种超越,是人类实现自我超越的一种方式。^[14]

生命教育视域下的学校体育,应将生命融于体育,将体育融于生活,帮助学生在体育运动的过程中,体悟、触摸到生命的本真。有人说“人生最难的不是超越别人,而是征服自己”,体育运动中往往要克服困难、战胜自己、超越极限。学校体育应搭起一座桥梁,让体育成为启发生命的一种手段,把在体育运动中被激发出的斗志、潜质迁移到社会生活的其他领域,以实现生命的最大价值。

人的生命是以一种整体的形式而存在的,其过程是人的心理和生理、感性和理性、情感和思想、社会和历史等方面的复合整体运动过程。^[14]生命教育视域下学校体育的这五个方面也是相互关联、相互依存的统一整体。人的认知、情感、意志等方面相互作用,实现着生命存在到生命超越的五大需求。学校体育应对应这五个方面的内容,根据各级各类学校学生的知识水平、年龄特征、专业特征或所在学校的地域特征等,遵循学生生活的逻辑,以“体育体验生活”为核心,以学生的现实生活为基础,充分挖掘各项体育运动的生命价值,让生命教育融于学校体育。

3 生命教育视域下学校体育的教育形式

学校是实施生命教育的极佳场所。学校体育具有丰富的体育教育载体,体育课、课余训练、阳光大课间、运动会、课间操及各种单项比赛中的困难、挫折、

合作、竞争、成功、失败、规则、场地、对手、队友、裁判、判罚等问题都可以成为学生生命教育的切入点。^[15]要想真正使生命教育融入学校体育工作,首先是要转变教育理念,从思想意识上认识到生命教育的迫切性、重要性,以及体育与生命教育之间互惠互利、唇齿相依的关系。其次要改变传统的课程模式,创新课程模式,拓展生活化的课程空间。课程模式的创设要以学生对各种情景情感的体验、对生命意义的把握过程为基础,是所谓“体验出真知”。而思想意识的转变是潜移默化的,往往在一些看似不经意的场景、不着痕迹的片段中顿悟。隐性教育是让人们在一种浑然不知的情况下,去体会某一个事物或情景,通过自身对事物的感受,使之在教育学习过程中,对某一事物产生共鸣,从而受到它的感染,增强自身的认同感,并接受它的存在。^[16]充分利用隐性教育资源,有助于潜移默化地影响、改变人们的思想意识。所以生命教育视域下学校体育的教育形式一方面要充分利用体育教学、课外活动、大课间等“显性”教育资源,并与社会紧密结合,与公安、消防、交通、卫生等部门建立良好、密切的联系,另一方面要充分挖掘隐性教育资源,让生命教育理念不着痕迹地深入人心。生命教育视域下学校体育的教育形式可以归纳为以下三种:第一,体育教学、课外活动、校园大课间等常规教育;第二,培训讲座、教育录像、实践演习、安全知识竞赛、应急避险能力比赛、以生命教育为主题的运动会等专题教育形式;第三,校园容貌、校园建筑风格、体育场馆布局、学校雕塑、板报、广播、宣传画等隐性教育形式。

4 生命教育视域下学校体育的评价方式

生命教育是以人为本的教育,生命教育视域下的学校体育是一种关注人的生命的实践活动,其评价应以“生命的内在体悟”为核心,而不是简单的以跳多高、跑多快、投多远或某项运动技能的完成与否为标准。评价不是目的,评价是为了反馈情况,是为了更好地发展。学校体育是一个动态的、体验的过程,学生参与运动或宣泄情绪、或建立自信、或激发斗志、或获得友谊……这些体验过程远远比结果重要。体能上量化的数据与运动技能的评定不能作为唯一标准或重要标准,更要考虑到参与个体的学习态度、习惯养成、合作意识、进步与否等因素。即不仅要考察学生对体育基本知识、基本技术和技能的掌握,还要关注其参与体育的情感、创新的能力、体育道德、以及进步的幅度,以对学

生构建起立体的、发展的过程性评价。^[14]

生命教育蕴含着人的生命存在、生命维系、生命发展、生命尊重和生命超越的各个方面;学校教育也是教师和学生共同活动,所以评价方式也应多元化。不仅要对学生评价,还要对老师评价,学生可以自评、互评、小组评,教师也可以自评、互评、学生评。

生命教育视域下的学校体育应充分发挥评价的反馈功能和激励作用,定量评价和定性评价相结合,结果评价和过程评价相结合,学生评价和教师评价相结合,自我评价和他人评价相结合……立体的、全方位的评价方式,一方面是对学生生命差异性的尊重,另一方面有利于学生感受生命的自我力量,完成自我生命的确认。

5 结语

生命教育视域下的学校体育应以体验生命为核心,以实现人的自由、全面发展为终极目标,以学生的生命存在与生命安全、学会生存与适应社会、学会学习与不断发展、珍惜生命与自尊自信、激发潜能与超越自我为子目标,针对各级各类学校学生的特点,通过创新课堂模式、设计教学情境、营造生命气息的校园氛围、挖掘学校体育的教育形式、采用立体全方位的评价方式等,进行生命存在需求的安全技能教育、生命维系需求的生活技能教育、生命发展需求的体育素养教育、生命尊重需求的情感技能教育、生命超越需求的潜能开发教育,让生命教育与学校体育得到完美的契合,让学生的生命之花在学校体育这片沃土上绽放。

参考文献

[1] 刘曼,杨雪红,宋强,等.生命教育:当今时代赋予学校体育的使命[J].体育科学研究,2017,21(2):84-87.

- [2] 冯古首,王勇慧.体育素养教育模式研究[J].山西师范大学学报,1999,14(2):24-26.
- [3] 路坤.应急避险情景模拟法在体育教学中的实验研究——以济宁市圣才双语学校初中学生为例[D].曲阜:曲阜师范大学,2015:1.
- [4] 王鹏.中学体育与健康课程中开展生命安全教育的可能性研究[D].长春:东北师范大学,2011:17.
- [5] 梁佳麒.体育视域下的中小生命安全教育课程内容设置研究[D].郑州:郑州大学,2015:29-39.
- [6] 罗崇敏.全面实施三生教育,建设现代教育价值体系[J].昆明学院学报,2009,31(1):1-5.
- [7] 范红艳.生命关怀视野下的学校体育研究[J].体育科技,2008,29(1):25-27.
- [8] 王帆,杨雪芹,牟少华,等.生命安全诉求下学校体育运动教育的价值[J].体育学刊,2012,19(1):16-18.
- [9] 马勇,饶平,谭丹华,等.体育素养概念内涵及外延探究[J].湖北体育科技,2016,35(8):669-672.
- [10] 李建业.人的尊严与生命伦理[J].医学与哲学(人文社会医学版),2008,29(11):36.
- [11] 苗启明.论马克思人本理性哲学的应用关怀:生命、生存、生活关——兼论“三生教育”的哲学基础[J].昆明学院学报,2009,31(4):1-4.
- [12] 石中英.教育哲学导论[M].北京:北京师范大学出版社,2004:87.
- [13] 于文谦,荆雯.回归生命教育语境下的体育[J].首都体育学院学报,2013,25(4):333-337.
- [14] 刘云朝,刘丽.生命视野下学校体育课程的理论构建与实践样态[J].浙江体育科学,2010,32(6):95-62.
- [15] 张善斌,朱佳滨.生命教育渗透学校体育的内涵与途径研究[J].体育文化导刊,2017(11):125-128.
- [16] 辛娟娟.校园文化体育氛围对大学生体育意识的养成[J].高教探索,2018(5):125-128.

[责任编辑 魏 宁]