

儒家生命思想对体育教学的启示

郑亚森

(曲阜师范大学 体育科学学院, 山东 曲阜 273165)

摘要:当前体育教学出现了不同程度的生命异化现象,可以从儒家的生命思想中获得改革发展的启示。借鉴儒家“立德养性”的生命观,突显体育课程的生命价值意义;借鉴“仁爱”思想,达到完善学生人格、促进教师发展的目的;借鉴儒家的养生观,加强体育课中的理论指导,凸显其为生命健康服务的宗旨;借鉴儒家的生死观,不断调适师生双方的心态,帮助其以积极向上的心态实现可持续发展。

关键词:儒家;生命思想;体育教学;生命异化

中图分类号:G807

文献标志码:A

文章编号:1008-3596(2016)05-0030-04

体育教学对生命的异化主要体现在忽视生命存在、漠视生命价值等方面。生命的异化包括学生生命异化和教师生命异化两个方面,这些异化现象在传统体育教学及课程改革后的教学中都不同程度地存在。因此,找到一种理论或思想对其进行纠正,给当前体育教学树立航标和方向是当务之急。从中国传统思想中汲取营养,回到两千多年前的孔子那里寻找智慧,不失为一种有效途径。儒家思想对后世影响深远,其中的生命观对当今体育教学回归生命关怀具有启发意义。

1 传统体育课对生命的异化

传统体育教学模式是以“技术知识的传授”为中心,以“讲解、示范、模仿、纠错、评价”为基本方法,以“整齐划一的队形、统一的口令”为组织形式,以“达标”为评价标准。传统体育课的功利性和教条化使体育知识、技术和技能变得更绝对、更权威,将学生变成体育知识、技术和技能的“存储器”,控制、模仿以及重复成为了体育课堂教学的主要内容^[1],导致学生的生命主体性、情绪体验以及创造能力等方面都受到不同程度的异化。

在传统体育课堂上,不同程度地存在着教师歧视、谩骂、侮辱、体罚学生的现象。人们对体育课持有偏见、体育老师待遇不公等问题,导致体育教师群体普遍存在职业倦怠,主要表现为职业冷漠、情绪低落等^[2]。甚至有些体育教师寻求改行,有些体育教师成了“混世魔王”,教师的人格也由此而发生异化。

2 课程改革后体育教学的异化现象

课程改革是在对传统体育课程批判的基础上进行的改革创新,课程改革将学生的主体性、创造性、个性及非智力因素(情绪、态度、价值观等)提到重要位置。课程改革倡导学生自主学习、探究学习,强调激发学生兴趣、体验快乐等原则。这些新理念的提出,较之于传统体育教学中对学生生命发展与完善的漠视无疑是一种进步。但在教学实践方面,由于体育教师自身素养、教学条件及社会功利主义等原因,课程改革后又出现了一些新的生命异化现象,需要引起足够的重视。

首先,“放羊式”和“快乐体育”课漠视学生生命意识,贬损了体育教师的生命价值。课程

收稿日期:2016-05-31

基金项目:山东省社会科学规划研究项目(14CTYJ21)

作者简介:郑亚森(1974—),男,山东济宁人,讲师,硕士,研究方向为体育教学训练理论与方法。

改革后的体育课堂，为了张扬学生的主体性、个性及兴趣，教学形式日渐灵活，但吃苦耐劳、持之以恒的锻炼精神逐渐被遗忘。同时，新课程标准对教学内容规定较为宽泛，教学方法、教学形式只提供指导性建议。习惯于传统模式的教师一时不知怎样上体育课，让学生自备器械或发器械让学生自己玩成了体育课新的一景。许多缺乏知识含量的“放羊式”及“快乐体育”课，美其名曰倡导学生自主体验，但由于学生锻炼自觉性较差，如果没有教师的监督和控制，学生接触到的只是运动的皮毛，根本体验不到运动后的快感、超越自己后的喜悦感，本质上是对学生生命的漠视，体育教师失去的是职业的尊严，贬低的是自身的生命意义^[3]。

其次，学生主体性的过度膨胀，限制了学生生命主体权利的有效性。新课标旨在突出“以学生为主体”“重点强调自主学习”，这是对以教师为主体的传统教育教学实践性较差等弊端作出的补救措施，同时也是一种创新突破。但“以学生为主体”是相对的和有条件的，它同时要求教师在学生的学习过程中充分发挥主导作用；“强调学生自主学习”也不意味着抹杀了教师的存在，教师应该成为学生自主学习的组织者、引导者，要注意根据学生不同的生理条件、不同的兴趣爱好和不同的体育基础进行有针对性的教学和引导，做到因材施教。因此，我们应当在充分理解“以学生为主体”的内涵的基础上，实现教师的精心培养和全面指导，而不是让本来应该简洁明了的“示范”“讲解”被繁琐复杂的“分组讨论和对话”及“启发”取代^[4]，这种不负责任的突出“主体性”和“自主学习”，实际上是对学生学习权利的限制。

第三，体育教学公开课“做秀”，也在某种程度上伤害了师生的生命尊严。学校为了进一步推行改革后的新课程，增加了大量的体育交流观摩课程。体育公开课除了展示学生的学习效果，也应该显示出教师指导的必要性，但是实际上很多公开课往往被过度理解成教师教学能力的展示，变成了一场教师个人秀。学校为了展示对课程改革的理解和实践效果，举全院之力来“秀”课程：绝佳的气氛渲染、流畅的教学过程、完美的示范动作、多媒体手段的全方位运用……体育公开课的形式和内容反而越来越僵化统一，毫无个性和创造力。“完美”的公开课让新课标失去

了真实性、有效性和实践性，这种公开课也就失去了意义，反而是对教师和学生生命尊严的漠视与践踏^[5]。

3 儒家生命观对体育教学的启示

3.1 生命意义中的超越观

儒家生命观基于孔子生命伦理思想，是对“尽善尽美”的解释和阐发。要求对个体自然生命的“尽美”，也要求对生命超越性意义的“尽善”。通过外在尽美，达到内在的尽善，实现两者的统一。当生理生命和价值生命发生冲突的时候，儒家重视的是后者：“志士仁人，无求生以害仁，有杀身以成仁。”“三军可夺帅也，匹夫不可夺志也。”“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈，此之谓大丈夫。”这些论述无不体现了儒家对于生命意义的思考，无不表现出儒家对“立德养性”的看重，对精神生命和价值生命的珍视^[6]。

在课程改革后的部分体育课程中，由于缺乏统一的指导，在实践过程中必然会出现某种偏差。同时由于教师主观认识的欠缺，学生的主体性、自主学习理念往往成为“放羊式”教学和一些教师作秀的借口。体育课快乐的真正意义在于学习任务的完成，在于学生在学习过程中体验任务的艰辛和成功的乐趣，并由此感悟个人的价值、收获合作的意义。因此，应该借鉴儒家生命观的“立德养性”的精神，充分展示体育知识、技术、技能在生命意义中的延展性，培养学生自身顽强拼搏的意志，树立其挑战困难的决心；深化个人认识，实现个人完善与发展；注重集体的价值，体验国家和集体的内在意义。这样就达到了既发展与完善其生理生命，更完善与超越其精神生命的目的。

3.2 生命交往中的豁达观

儒家生命观里“仁爱”“仁者无敌”的观念，体现了生命交往中的豁达观念和奉献观念、人际交往的基本伦理观念、社会生命超越自然生命和精神生命的观念。

我国计划生育政策在有效控制人口增长的同时，也形成了我国独特的“独生子女文化”。在经济快速发展的今天，伴随着“望子成龙”的家庭期盼，在这一文化氛围中长大的孩子们，拥有了得天独厚的物质条件。营养状况好、身体发育快、学习资源丰富等为他们生命的发展奠定了良

好的物质基础。足智多谋、博学多才、遇事懂得随机应变也彰显出独生子女的优势。但在诸如家庭溺爱、社会期望值过高、社会工作压力大等种种外因的影响下,独生子女的心理品格也存在一些缺陷,例如任性、霸道和以自我为中心等。在社会生存能力方面,则表现出“不知道尊重别人,不知爱惜物品,缺乏劳动习惯,生活能力差,怕累、怕脏、怕苦、动手能力和实践能力差”^[6]等特征。

体育教学中也存在人类意识形态的交流,也强调培养学生与社会交往的能力,使学生“学会生存,学会做事,学会与他人相处,学会发展”^[7]是体育教学的社会责任与目标。而在现代体育教学中所表现出的“教师与学生之间关系的冷漠、学生与学生之间关系的平淡、服务与被服务的意识和行为较差、协作意识与能力较弱”^[8]等现象令人担忧。在20世纪七八十年代,上体育课能够帮助老师去借器械、发器械、还器械,学生认为那是一种光荣,可是现在如果没有教师要求,主动去整理器械的学生少之又少。

“仁”是儒家的核心观念,借鉴“仁”的理念可以给我们的体育教学提供帮助:体育教师首先要达到“仁者”的标准,在体育教学活动中,学生是活生生的生命个体,体育教师要尊重学生,爱护学生;学生也要向“仁者”这个标准靠拢,在体育学习活动中,要做到尊重老师,尊重同学;在体育教学比赛中,体味互相配合、共同完成任务的意义,要学会“立人”“达人”。众所周知,当前社会对体育课还存在诸多错误认知,在这种环境下,作为一名体育教师,更应减少抱怨,抛开社会偏见,用更多的时间和精力提升自己的知识文化素养和教学育人水平,以良好的教学效果和工作业绩,赢得学生、家长和社会的尊重。

3.3 生命发展中的养护观

儒家重视饮食营养和身体锻炼的生命养护观,也给当前的体育教学以深刻的启示。无论体育教学模式如何改革,重技术传授而轻理论指导都是其通病。饮食、营养和卫生保健知识往往被忽略,很少出现在课本和教师的课堂中。当前青少年人群中肥胖型、豆芽菜型普遍存在,这一方面是因为学生学习压力大导致锻炼时间少,另一方面也在于学生缺乏对饮食营养合理搭配的科学认识。而这恰恰应该是体育课需要解决的问题。

传统体育课堂是在教师的控制和监督下运行的,为了“技术和达标”,学生机械地学练,其实并没有真正掌握,当然体育知识技术生命意义的领悟、良好锻炼习惯的养成更无从谈起。这就是为什么很多学生在中小学体育课测试能合格,但到了大学却什么体育项目也不会。孔子“养其生以有所为也”是为了将来的“内圣外王”做准备,我们即便不从这种宏伟的目标出发,至少应准确认识体育锻炼对生命发展的意义,意识到体育知识的学习、技术技能的掌握不是为了“达标”,而是为生命健康服务的,是为了将来更好地学习、工作、生活。

3.4 生命可持续发展的前提——平衡心态

不良情绪存在于师生两方面,它既是体育课生命异化的原因,也是结果。从教师层面来说,产生不良情绪的原因可能是教学设计和示范的错误、教学目标的偏差或学生的不配合等等。另外,领导、学生、家长和社会对“语、数、外”等课程的重视,对体育课的忽视等也是重要因素,这会让体育教师越来越没有存在感,怀疑自身的价值,导致心理失衡,最终影响体育教师职业价值的实现。引起学生心态波动的原因有二:一、同自身比较,感觉课程进度完成缓慢;二、同同学比较,自身与其他同学存在差距,以及教师对待自己和其他同学态度不同。学生心态浮动,会削弱其对体育课的热情,甚至厌恶体育课,直接否定体育课存在的意义。

儒家的生死观或可以作为师生调整心态的方法。儒家清醒地认识到“死”的客观存在性,因而将关注的焦点集中于“生”,主张人要在有生之年,明道救世,自强不息,建立功业,因而标榜“不怨天,不尤人”的人生态度。对体育教师而言,应不断加强自身修养,提高心理承受能力和应变能力;严于律己,在课上课下时刻以良好的心态面对学生,尊重学生;正确认识情绪的感染作用,坚持以最佳的情绪状态引导学生进行自我调节;坚持职业操守,不歧视任何一个学生,并特别注意和帮助那些先天条件较差的学生。学生作为学习的主体,要相信教师的指导,尊重教师的劳动,坚持在教师的指导下进行乐观、积极的学习,时刻对学习充满热情,无论成功还是失败,都应该肯定过程的价值,并磨炼自己的意志品质。

4 结语

作为中国两千多年封建文化的正统，儒家学说中包含着丰富的人生智慧和独特的生命思想，其“珍视生命、尊重生命、超越生命、养护生命、调适生命”的生命教育观对中国传统教育体系一直发挥着深远的影响。在体育教学陷于迷茫而出现异化的今天，儒家的生命观无疑为其指明了前进的方向。未来的体育教学应该将生命思想内化到体育课堂教学实践中，激发教师和学生的生命智慧，发掘体育知识、技术和技能的生命意蕴，把生命的发展与完善作为终极追求。

参考文献：

[1] 叶澜. 教育理论与学校实践[M]. 北京：高等教育出版社，2000：136.

- [2] 张朋, 杨麟, 王莉莉. 青少年体质健康促进的合力研究[J]. 河北体育学院学报, 2015, 29(1): 5-8.
- [3] 卢屏. 青少年生命教育缺失的归因分析[J]. 山东省青年管理干部学院学报, 2005(6): 5-7.
- [4] 李天慧. 儒家文化, 引你走上长寿路[J]. 养生大世界, 2004(5): 8-10.
- [5] 张玉兰. 体育教育中的生命本质与体现[J]. 河北体育学院学报, 2013, 27(3): 49-51.
- [6] 田雨普. 独生子女社会背景下的我国体育发展对策研究[J]. 体育科学, 2003(2): 25-31.
- [7] 雅克·德洛尔. 教育——财富蕴藏其中[M]. 联合国教科文组织总部中文科, 译. 北京：教育科学出版社, 1996: 2-3.
- [8] 汤维熊. 课堂教学夸大并异化学生主体[J]. 江苏教育, 2003(12): 35-37.

Enlightenment of Confucian Life Thought on PE Teaching

ZHENG Ya-miao

(School of Sports Science, Qufu Normal University, Qufu 273165, China)

Abstract: The current PE teaching shows life alienation of different degrees, which can draw inspiration from the Confucian life thought to reform and develop. Learning from the Confucian life view of “moral and physical cultivation”, the significance of life value of PE courses should be highlighted; Learning from the Confucian view of benevolence, the purpose of improving the students’ personality, and promoting teachers’ development should be achieved; Learning from the Confucian view of health keeping, the theoretical guidance to PE courses should be strengthened to highlight its purpose of life and health services; Learning from the Confucian view of life and death, the mentality of teachers and students should be continuously adapted to help them with a positive attitude to achieve sustainable development.

Key words: Confucianism; life thought; PE teaching; life alienation