# 浅谈体育教育在现代教育中的必要性

嵇文

韩国汉阳大学

DOI:10.32629/er.v2i12.2236

[摘 要] 随着各方对体育教育的重视,体育教育在学生综合素质的发展中发挥着越来越重要的作用。在素质教育的要求下,体育成为了学校教育中必不可少的重要课程,其重要性主要表现在如下三个方面:第一,体育教育是提升学生身体素质的必要保障,体育教育在一定程度上有利于锻炼学生的身体,使他们从繁重的课业中休息大脑、休息眼睛,更重要的是锻炼出强建的体魄;第二,体育教育磨砺学生精神意志的有效方式,当代的青少年学生往往被认为是温室里的花朵,是金丝笼里的宠物鸟,是象牙塔里的"利己主义者",经不起风吹雨打,然而体育教育能使他们在运动中锻炼出坚强、勇敢、不抛弃、不放弃的坚定意志;第三,体育教育是提高学生道德品质的重要途径,在体育课程中,团结精神、互助意识等一系列优秀道德品质都会在实践中被学生潜移默化地吸收。

[关键词] 体育教育; 身体素质; 精神意志; 道德品质

随着素质教育的推进和新课改的进行,片面注重培养学生文化素质的 传统教育模式已然不能满足现代教育促进学生德智体美劳全方位发展的 更高诉求了,除了音乐、美术等提高学生审美能力的课程以外,更具有培养 意义的体育课程在学生教学过程中,尤其是在中学和高校的教学过程中的 必要性逐渐显现出来。

接下来,笔者将从体育教学对学生的身体素质、精神意志、道德品质三个层面出发,由浅入深地论述体育教学在现代学校教育中的必要作用。

毛泽东同志曾经在《体育之研究》一文中说道: "无体是无德智也。" 这句话告诉我们,想要实现学生德智体美劳等各方面素质的综合发展,体 育教育是最基础也最重要的一环。

## 1 提高身体素质,增强学生体魄

现代社会的就业竞争压力越来越大,这也从某种程度上影响了在校学生的竞争意识。自古以来,中国的传统教育都强调把智育放在学生学习和教师教育的首位,"万般皆下品,唯有读书高"的落后观点至今仍然影响着一大批的家长和学生。所以我们在校园中经常可以看到埋头苦学的孩子,却很少看到运动场上有他们奔跑的身影,这样填鸭式的教育对孩子身心健康发展其实是十分不利的。

从这个角度上来说,其实体育课才是学生提高智育、德育、美育水平的基础。但体育课能带给孩子们身体的益处,绝对不仅仅体现在45分钟的课堂上。在笔者看来,每周一到二节的体育课程只是起到抛砖引玉的作用,许多学生由于这45分钟对某一项体育运动的介绍而产生了浓厚的兴趣,从而自愿花更多时间去参与相关的运动,从而锻炼出健康的身体,也侧面对学校教育的其他学科产生了推进作用。

学校体育是社会体育的基础,学生在学校受到的体育教育表面上看会随着学校教育的结束而终止,实际上则会直接影响到学生们日后参与体育运动的兴趣和习惯,进一步来说,会对他们一生的健康产生重大影响。今天的学生,就是未来社会中的各个岗位的建设者,拥有健康的体魄、旺盛的精力将为更好地奉献于社会打下坚实的基础。在校学生正处在身体成长和发育的重要阶段,这一阶段的体育教育作用是不可估量的,这种作用一旦被忽视,会给孩子未来走上工作岗位后的身体健康状况埋下重大的隐患。

学贯中西的国学大师王国维先生根据《黄帝内经》等传统中医著作提出,"吝于运动"是"致病之大源",可谓真知灼见。体育课程的开设,功在短暂的45分钟时间,利却显示在学生的一生,体育课上教授的健康知识与培养的优秀习惯会伴随他们一生,会让他们在毕业后、在走上工作岗位

后乃至在步入中年以后都受益无穷。

显而易见,提高身体素质,是体育教育的一个重要功能,但不是其唯一的功能。在身体这一物质基础之外,体育教育还有更高层次的目的与作用。

## 2 磨砺精神意志,塑造坚定品格

除了身体素质以外,体育教学对学生们心理素质的培养作用也不可忽视。一方面,对于孩子们来说,体育运动培养他们各方面素质的作用都是非常明显的。比如坚强,比如自信,比如乐观,比如永不言弃,比如斗志昂扬,比如坚韧不拔。另一方面,它也可以像美术、音乐等综合素质课程一样,以另一种方式陶冶孩子们的情操,对锻炼学生的心理素质意义重大。

对于心智既算得上成熟,又尚且稚气未脱的中学生和大学生来说,他们主要有如下几方面的心理特点:首先,长期生活在在校园和家庭的庇护中的青少年,他们的抗压能力往往比较弱。家长们"捧在手心怕飞了、含在嘴里怕化了"的过度保护心态使一部分学生娇生惯养,吃不了苦。其次,与生活在战争时代的先辈们不同,现在的孩子肩膀上并没有担负着救亡图存的重任,因此,他们之中也无有能像谭嗣同那样喊出"各国变法,无不从流血而成,今中国未闻有因变法而流血者,此国之不昌者也。有之,请从嗣同始"口号的人。另外,当今社会,经济与文化的发达程度可谓前所未有,尤其是生活在城市中的孩子,基本上从出生开始就是衣来伸手、饭来张口,几乎没有遇到过除了学习成绩以外的困难和存折,然而,没有经历过暴风雨洗礼的翅膀就不会有展翅高飞的力量。

而体育教育则恰好是对付以上三点的重要法宝。首先,竟技体育是体育教学的本质,身体上的劳累是不可避免的,但是学生们的抗压能力在其中得到了提升,这方面的教学价值是不可估量的。第二,体育运动尤其是团体运动,是最能培养学生责任感和意志力的教学工具。即便有家庭和学校为他们遮风挡雨,学生们自身也必须警钟长鸣,在意外发生时才能足够成熟地去应对。第三,学生们在进行体育运动的过程中一定会面临各种主观困难和客观困难,不断克服这些困难的过程,也正是意志品质的培养过程,越是努力地克服主客观困难,就越能培养自己坚定的意志。

柏拉图是古希腊著名的哲学家和教育家, 远在数千年前他就说过:"一个人从小受的教育把他往哪里引导, 能决定他后来往哪里走。"受到过严格的体育训练的学生, 不仅身体得到了某种程度的锻炼, 也一定拥有一颗坚强的心。

## 3 提升道德品质,完善学生人格

学生在参加体育课程、进行体育竞赛时,由于年龄和经历,往往兴奋不

己,在这种情况下,他们潜在的道德品质和精神追求便会更直接地流露出来,在竞赛的过程中,存在着一种公平公正的教育手段:那就是包括比赛规则、裁判的判断与裁决以及体育道德风尚,与书本教育的生硬死板不同,它能让学生在积极的互动中完成比赛,这样的手段往往会收到较好的效果。如果说优良的体育道德风尚是参赛选手们的一个可有可无的选择,那么遵守纪律、服从裁判、礼貌待人、顾全大局的优良作风就是体育运动带给他们的必要品质。这正是体育运动潜移默化影响学生的魅力所在。

奥运会田径冠军刘翔说:"我的胜利说明,黄皮肤的运动员能够像那些黑人和白人跑得一样快",这是不断突破自己,追求更高更快更强的品质。奥运跳水冠军郭晶晶说:"我是国家的运动员,不是想退就能退的,我会服从组织安排",这是先集体后个人,无私奉献的责任品质。奥运冠军林丹说:"我希望羽毛球能像NBA一样受欢迎,希望自己能够帮助推广这项运动",这是以整个行业的发展进步为己任,是胸怀天下的责任品质。这些品质难道是天生的吗?不是。是从书本中读来的吗?不是。这是在日复一日的体育训练中学到的,是融入运动员的血液与生命的责任和信仰。

然而比赛的输赢并不等于一切,我们允许学生去重视比赛的输赢、重视荣誉感,但是体育教育需要告诉学生,体育竞技中最重要的东西不止于此。奥蒂丽亚·杰德捷泽扎克,一位获得奥运金牌的女运动员,她选择拍卖自己的奥运金牌去捐助白血病患者,这是体育教育需要宣扬的博爱精神;33岁的老将张宁17年后顶着各界压力重回巅峰,这是体育教育应该交给孩子们的拼搏精神;时隔十二年的里约奥运会上,中国女排重新站在了世界冠军的领奖台上,背后支撑的团结互助精神,更是体育教育会交给孩子们的令他们终身受益的财富。

不仅对于学生自身,体育课程的开展对整个社会乃至国家的未来都有不可忽视的影响。梁启超先生说:"故今日之责任,不在他人,而全在我少年。"风华正茂的中学生和大学生们,正处在"指点江山,激扬文字"的关键年纪,健康的身体、坚定的意志、高尚的品德对他们来说必不可少。对于整个社会来说,青少年犹如生机勃勃的春天,犹如含苞待放的花蕾,犹如

蓬勃生长的树苗, 犹如展翅待飞的雏鹰, 他们是整个社会的希望, 而培养一批具有社会责任感的好青年, 就相当于为未来的社会输送一批健康活泼的新鲜血液, 对整个社会的前进和发展都意义重大。而对于如新星般在世界民族之林中冉冉升起的中国来说, 这样的一批青年人也正是国家崛起、民族复兴的主力军。开展体育教育对学生、对社会、对国家的必要性由此可见一斑。

青少年人是早晨七八点钟的太阳,是一个民族的希望和未来,而身体 是革命的本钱,体育课程作为中学和高校所有课程中唯一一个致力于学生 身体素质提升的课程,体育教育的重要性由此本就可见一斑了。而学校体 育课程开展的必要性又不止于此,除了物质层面,它还有利于培养学生坚 强勇敢、永不言弃的意志力,进而完善他们的道德观念。综上所述,在现代 学校教育中,体育教学的开展是不可替代的。

## [参考文献]

[1]李宝玉,叶玲.职业体能发展视域下高职体育课程改革的必要性和重要性[J].北京财贸职业学院学报,2019,35(04):57-60.

[2]徐永进,孙永旺,陈红.读毛泽东《体育之研究》有感——新时代学校体育如何塑造青少年男生男子汉气概[J/0L].体育世界(学术版),2019(10):71 -72[2019-11-20].https://doi.org/10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2019.10.042.

[3]马爱民,秦玲玲,吴春林.中学生体育学习兴趣与身体活动水平的关系研究[J/OL].体育世界(学术版),2019(10):197-198[2019-11-20]. https://doi.org/10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2019.10.122.

[4]李启旗.论高校体育教学中增加人文素质教育的必要性与方式[J]. 内蒙古财经大学学报,2018,16(05):115-117.

[5]刘朝猛.大学体育引进运动教育模式的必要性和可行性研究[J].当代体育科技,2018,8(02):90-91.

[6]赵鸿博.论加强青少年体育文化教育的必要性和重要性[J].阴山学刊(自然科学版),2018,32(01):39-42.

## 作者简介:

嵇文(1993--),男,回族,安徽省芜湖市人,体育学博士,研究方向:体育学教育。