

## 蔡元培健康教育思想初探

吴务南, 汪明旗

(上饶师范学院 体育系, 江西 上饶 334001)

**摘 要:**蔡元培健康教育思想主要包括3个方面:(1)健身以强身为第一的思想;(2)“寓学问于操作中, 强调劳动可以强身的思想”;(3)“体育本义”是以求身体健康为标准的思想。针对蔡元培关于学生健康的5条原则, 以及提出造就健康的身体, 服务于社会的健康教育思想作了论述。

**关键词:**蔡元培; 健康教育思想; 体育本义

**中图分类号:**G479 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2003)03-0025-03

### Study on Cai Yuan - pei's educational ideology about health

WU Wu-nan, WANG Ming-qi

(Department of Physical Education, Shangrao Normal College, Shangrao 334001, China)

**Abstract:** Mr Cai's educational ideology, mainly included the following three aspects: First, physical fitness is primary and cultivating one's moral character is secondary; second, "Learning is practicing; stress the ideology that labour is good for health"; Third, the original meaning of physical education is the criterion of physical fitness. In addition, Car's educational ideology contains Five Principles about student's health and states that good health can serve society. Therefore, the paper will emphatically discuss the afore mentioned three aspects.

**Key words:** CAI Yuan - pei; health education ideology; meaning of physical education

蔡元培(1868—1940年),字鹤卿,号子民,浙江绍兴人,是我国近现代教育上占有重要地位的教育家。

孙中山对蔡元培曾作这样的评价:“该校长殚心教育,任职有年。值兹整饬学风、妥等善后”。毛泽东同志称他为“学界泰斗,人世楷模。”<sup>①</sup>中国共产党中央委员会在1940年3月12日于蔡元培先生逝世时发出的唁电中指出:“先生为革命奋斗四十年,为发展中国教育文化事业勋劳卓著,培植无数革命青年,促成国共两党合作。”<sup>②</sup>“国家前途之危险实甚,正需国民党中明达之士如子民先生主持大计抵柱中流,以宏济艰难。”<sup>③</sup>(吴玉章语)。“蔡元培先生进行一系列反对封建,反映民族资产阶级利益的教育改革的过程中,发表过大量教育论著。”<sup>④</sup>(高平叔语)从以上多方面的评价中不难看到,蔡元培先生不仅是一位伟大的教育家,同时也是一位伟大的革命家。特别值得我们学习借鉴的是,蔡元培先生一生十分重视在学校实施健康教育,他的这种教育的目的,是培养为资本主义经济服务的德、智、体全面发展的人,在他的教育思想中,有不少符合科学健康教育规律进步的东西,对我国近代学校健康教育思想的形成有直接影响。今天,对蔡元培健康教育思想进行全面整理挖掘,对深入研究我国近现代健康教育思想的发生、发展都有着极其重要的作用。

### 1 “修己之道,康强其身为第一”的健康教育思想

所谓“修己之道”,又称“修身”指品德修养,也包括知识文化的修养。《礼记·大学》<sup>①</sup>“欲齐其家者,先修其身”。也包括身体的锻炼,如孔子的“六艺”中就有射、御两项。旧教育非常重视修身,偏重学生的品德修养,而不顾学生的身体健康,结果使不少有德才之人,因身体孱弱而力不逮志,要么盛年废学或者中道夭逝。诸如颜子短命,贾生早夭、王勃、卢照邻或幼伤、或坐废,这些本来德才很高的人,由于没有一副好身体,因此都没有也不可能完成伟大的事业。

我国20世纪初,虽然对旧教育思想有所改良,但在教育制度上仍然不重视中小学儿童少年的健康,还是搞封建旧教育的一套强迫性教育。其结果对儿童少年的身心摧残是令人吃惊的。民国元年,蔡元培任教育总长,他是一位对满清旧教育十分痛恨的人,他首先在一篇文章里写道:“惟有那班书酸子,一天只知道唧唧唔唔,摇头摆脑的读书,走到人前痴痴呆呆的歪着头,弓着背,勾着腰,斜着肩膀,面孔又黄又瘦,耳、目、手脚无一件灵动中用,这种人虽有手、耳、目、脚和那跛、聋、盲、哑残废无用的人,好得多少呢?”<sup>②</sup>这段话对满清旧教育制度的弊端可谓是一针见血,是对封建教育最强烈的控诉。

蔡元培担任教育总长后做的第一件事,就是制定了新的教育宗旨,新教育就是极力要改变清政府的封建旧教育,新教育完全修改了旧的教科书。为了使广大学生从危害健康的旧教育中彻底解放出来。蔡元培1912年5月亲自编写了“中学修身教科书”。该书与封建旧教育的教科书截然不同,该书在上篇第一章就对体育论述极详,强调德、智、体三育密不可分的关系。书的开篇就首先写到:“修己之道不一,而以康强其身为第一义。”又说:“凡道德以修己为本,而修己之道又以体育为本。”依蔡元培的思想,要修身治国,要有很高的精神品德,没有康强的身体是办不到的,他为了说明这个道理,书中还引用了西方注重健康的名言。他说:“西哲有言,康强之精神,必寓于康强之身体……身不康强,虽有美意,无自而达也。”<sup>①</sup>身体都不存在了,还谈什么知识和德性呢?对于中小学的基础教育,蔡元培推崇和主张学习“西洋教育,全身皆有训练,不单独注重脑部,既有体操发展全身的力量,又有图画和各种游戏;练习耳、目、手、脚的活动能力……”<sup>②</sup>并为此向各级学校指示说:“今之言教育者,以体育、智育、德育并重,其功效胜于旧教育者,以体育、智育、德育,其功效胜于旧教育什百,以言体育,旧时习惯,偏重勤习,而于身体之有妨碍与否,皆所不顾,且以身体与灵魂为二物,人之智慧学术,皆由灵魂出,故重视灵魂而轻视身体,今经科学发现,人之智慧学术,皆由从这脑质运用之力而出,故脑力盛则智力高,身体弱则脑力衰,新教育之所以注重体操运动,实基于此。”<sup>③</sup>从这一段话不难看出,蔡元培非常重视学校的健康教育,他一反旧教育德、智、体的序列,把体育摆在了首位,他认为体脑为一物,“脑力盛则智力高,身体弱而脑力衰”。在教育中把体育看得这么重,是封建旧教育远不能做到的。

在蔡元培先生的大力倡导下,体、智、德三育并重的教育宗旨在民国初期基本确立,虽然当时学校习武和练习洋操的那种体育尚不正规,但比起封建旧教育无疑有了大的进步。修身以“康强其身为第一”的教育主张,也显然是对旧教育一种大的冲击,这种新教育为我国近代在学校实施健康教育开了先河。

## 2 “寓学问于操作中”,劳作可以增强体力

从秦到清代,两千年来中国学术和教育的传统由于以“静”为主,而轻视“动”的教育作用,导致培养的都是那些只读圣贤书、不闻窗外事的书呆子,严重脱离了实际。这种旧教育限制了学生的耳、目、手、脚的活动能力,对身体的健康无疑是最严重的摧残。

蔡元培历来提倡“学用结合”,反对死守几本教科书的教育方法。他称赞“西洋教育”,全身皆有训练,不单独注重脑部,既有体操发展全身的力量,又有图画和各种游戏……<sup>④</sup>他抨击“吾国之旧教育以养成科名仕宦之材为目的……而强受教育者以就之,……如吾人之处置无机物然,石之凸者平之,铁之脆者炼之;如花匠编松柏为鹤鹿焉;如技者数狗马以舞蹈焉;如凶汉之割折幼童,而使之奇形怪状焉;追想及之;令人不寒而栗”。<sup>⑤</sup>为发展资本主义经济服务的资产阶级教育,蔡元培提出了“寓学问于操作中”的教育主张。他在《新

教育与旧教育之歧点》一文中指出:“近世教育,如手工图画等科,一方面为目力手力之操练,而一方面即有成绩品,此能力转移之经济者也。……若合个人生理及社会需要两方面研究之,设为种种手力足力工作,以代拍球这戏,设为种种运输之工作,以利用竞走,竞漕之役;则悉于体育之中,养成勤劳习惯……。”<sup>⑥</sup>又提出:“新教育,在深知儿童身心发达之程序,而择种种适当之方法以助之”。<sup>⑦</sup>依蔡元培的思想,这种手脑并用的教育,一方面能培养学生勤劳的习惯,能产生作品,但最主要的方面是学生全身都得到了锻炼,劳作可以增强体力,而体力则使健康有了保证。他曾明确指出:“不做工的人,体力是逐渐衰退了。”<sup>⑧</sup>他解释到农民之所以健康,是由于勤于农活和大自然的清新空气所造成的,而城市里的人“蠢集于大城市之中,于卫生上观之,不利者甚多,而乡曲之农民,往往具有健康之检查;其所致此,无非以日耕作吹亩之中,受清鲜之大气而然。”<sup>⑨</sup>他又在《湖南自修大学组织大纲》一文中指出:“本大学学友为破文弱之习惯,图脑力与体力平衡发展,并求知识与劳力两阶段之接近,应注意劳动。”<sup>⑩</sup>又在对湖南师大学子的第七次演说词“对于学生的希望”一文中指出:“近人盛倡勤工俭学,主张一边读书,一边做工,我意校中工作,可以学生自为。终日读书,于卫生上也有妨碍。”<sup>⑪</sup>蔡元培先生“寓学问于操作中”的教育思想,是很有卓识的,这种教育打破了中国两千年来脑力劳动者和体力劳动者相分离,读书人轻视劳动的状况,这是对中国教育制度那种脱离实际,死守几本教科书的教育方法的一大改革。同时,这种教育思想能破除读书人文弱之习惯,对改变人类之体魄与品性都有着很重要的作用,所以这也是蔡元培健康教育思想的一个组成部分。

## 3 提出“体育本义”是以求身体健康为标准的思想

体育本义,又称体育真义,换现在的话说就是,指体育的实际作用和对学校教育的真正价值。关于这个问题,有人从社会学,有人从生理学进行阐述,但终没有得出一个标准。蔡元培在任教育总长和北大校长期间,针对当前教育的历史现状,对“体育本义”提出了一种开创性的学说。依蔡元培的思想,学校体育的本义是以促进学生身体健康为主要目的,学生适当参加运动、游戏,正当的娱乐活动也是必要的。他特别反对当时一些学校只为争名誉,培养高水平运动员,而忽视学生德、智两方面发展的做法,对那种参加体育只是为了夺奖牌,博名誉的思想提出了严厉批评。认为学校体育过于论奖励及竞胜是妨于体育本义的,因为那样会滋长学生的虚荣心,失去同情心,因此对学生的心理、生理都是不利的。他主张:“体育者,循生理上自然发达之趋势,而以有规则之人工补助之,使不致有所偏倚。”<sup>⑫</sup>意思是说,参加补助其发展的不足,比如下肢细弱不足,则以体育加强之,以使整个身体的均衡发展,避免畸形。蔡元培在新加坡南洋华侨中学的演说词“普通教育和职业教育”一文中突出表达了这种体育教育本义的思想,他说:“西洋有一句成语,叫做健全的精神,宿于健全的身体,足见体育的不可轻忽,不过体育是要发达学生的身体,振作学生的精神,并不是只在赌赛跑跳……其

实体育最要紧的是合于生理,若只求个人的胜利,或一校名誉,不管生理上有无危险,这不要说于身体上有妨害,且成一种机械的作用,便失却体育的价值了,而且只冀虚名;在心理上亦易受到恶影响……只要在心理上使学生彻底明白体育的目标,只为了锻炼自己的身体,不是在比赛争胜上,要使他们望正鹄做去。”<sup>①</sup>这很清楚地表明,蔡元培先生要在学校实施的体育教育,不只是发达学生身体,而体育的目的是振作学生的精神,最要紧的是符合学生生理、心理发展的需要。蔡元培又提到学校体育采用奖励、竞胜等法,来助长体育作用的做法有二害:一是生理上之害,体育在生理上的本义是:“惟求各经本身为标准,做不致过情而不及格其格,过激而转损其躯”。<sup>②</sup>如果过情和过激会致使:“一涉竞胜,则人人以好胜之故,而为过激之运动,所伤实多……,一涉竞胜,则人不能不择其可以制用之技,而专门演习,则生理上部分偏于发展,而其他部分不能与之适应,失体育之本义矣”。二是心理上之害;“一涉竞争,则为对于人之关系,未竞之先,有希冀之心,既竞以后,胜者,于己为骄矜,于人为蔑视;负者,于己为愧恶,于人为怯忌,是皆心理上之恶德也”。

由此可见,蔡元培先生十分重视对学生精神思想的培养,把精神健康看得很重,所以在体育教育上面,蔡元培不主张学生参加激烈的运动,更是反对一些学校搞徒有虚名的赌赛,他认为这样的比赛很容易造成学生情绪偏激,心理向恶德方面发展。站在传统医学角度上看,人有喜、怒、忧、思、悲、恐、惊等七情。《黄帝内经》中说,怒伤肝、喜伤心、思伤脾、忧伤肺、恐伤肾。可见,一个人的情绪变化都与身体健康

有直接的关系。参加有奖励的体育赌赛,容易养成学生“抑人我胜之观念”,抑却同情心,“胜者,于己为骄矜,于人为蔑视;负者,于己为愧恶,于人为怯忌”。也就是说,获胜的一方,容易产生骄傲,看不起输者。负的一方,则产生自愧和妒忌心理。过于争胜负,对学生的生理、心理的发展是十分不利的。换句话说,蔡元培所提出的体育教育,是要培养健康的精神和健康的身体,对于一切有害于学生精神和身体健康的体育活动,都被蔡元培认为是不正当的体育,蔡元培作为一位杰出的教育家,他站在近代西方新式教育立场上来认识学校体育教育,并提出了上述健康教育主张。

尽管蔡元培当时提出的这种教育主张,目的是为资产阶级培养人才服务的。但其中有不少符合近代西方进步思想和传统养生思想的东西,他的这种学校健康教育理论是符合科学基本规律的。因此,对蔡元培先生的健康教育思想进行系统挖掘、总结和学习,对丰富我们的教育理论乃至指导教学都有现实意义。

#### 注释:

① 蔡元培. 蔡元培全集(第三卷)[M]. 北京中华书局, 1984: 29.

② 高平叔. 蔡元培教育文选[M]. 北京:人民教育出版社, 1980.

[编辑:邓星华]