

体育教学中思想品德教育和心理健康教育的结合

邵红艳¹, 郭琳²

(1.北京师范大学 体育与运动学院, 北京 100875; 2.北京邮电大学 体育部, 北京 100876)

摘 要: 在体育新课程改革中, 思想品德教育目标和心理健康教育目标必须有机结合, 以实现二者的互补互动, 相得益彰, 而不能单纯强调一方, 忽视另一方。其依据主要是: 思想品德教育和心理健康教育存在着交叉互补、相互影响的关系, 决定了两者有机结合的必要性; 体育教学自身的特点, 以及体育教学基本要素和基本环节的统一, 为两者有机结合提供了现实条件。

关 键 词: 学校体育; 体育教学; 思想品德教育; 心理健康教育

中图分类号: G807.0 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2007)04-0114-05

Combination of moral character education and mental health education in physical education teaching

SHAO Hong-yan¹, GUO Lin²

(1.School of Physical Education and Sports Science, Beijing Normal University, Beijing 100875, China; 2.Department of Physical Education, Beijing University of Posts and Telecommunications, Beijing 100876, China)

Abstract: In the reform of physical education curriculum, the objectives of moral character education and mental health education must be combined organically, so as to realize mutual complementation, interaction and benefit between these two aspects, instead of emphasizing only one of these two aspects and ignoring the other. The bases for this conclusion are mainly as follows: A crossing mutual complementing and affecting relationship exists in between moral character education and mental health education, which has determined the necessity of the organic combination of these two aspects; the characteristics of physical education teaching itself, and the unification of the basic elements and links in physical education teaching, have provided the organic combination of these two aspects with realistic conditions.

Key words: scholastic physical education; physical education teaching; moral character education; mental health education

为适应新世纪的发展, 世界各国以体现全球化时代基本精神的多元价值观为指导进行了基础教育课程改革。在此背景下, 我国在2001年启动了新一轮的体育课程改革。体育课程改革的核心是“健康第一”^{[1]114}, 根据“三维健康观”确立5个学习领域, 明确提出心理健康的学习维度, 并制定了心理健康学习目标。但是, 一直作为我国体育教育的重要目标之一的思想品德教育, 在我们新课程标准中没有了^{[2]30}。而重视在体育课中进行思想品德教育, 应该说是中国体育教育中最大的特色^{[2]32}。那么, 在体育教学中心理健康教育能代替思想品德教育吗? 新课改要在继承与发

扬优良传统的基础上进行改革创新, 而不应从一端走向另一端, 思想品德教育和心理健康教育在体育教学中应该而且可以实现互补互动, 有机结合。

1 思想品德教育和心理健康教育的关系

1.1 思想品德教育与心理健康教育的内涵比较

要分清思想品德教育和心理健康教育在体育教学中的地位 and 作用, 必须首先弄清其各自内涵。学术界对思想品德教育的内涵有较明确的认识, 主要是指世界观、人生观与价值观教育, 是教育者按照一定社会或阶级的要求, 有目的、有计划、有组织地对受教

育者施加系统的影响,把一定社会的思想准则和道德规范转化为个体的思想意识和道德品质的教育。在西方,一般指伦理道德教育以及有关价值观的教育;对于社会主义学校而言,思想品德教育就是对学生进行以共产主义思想为核心的政治、理想和道德教育,要求学生形成正确的政治方向和立场,树立科学的世界观和人生观,具有共产主义道德品质,可以分为思想教育、政治教育和品德教育三个相对独立,又相互渗透、相互影响的组成部分^[3]。

学术界对心理健康教育的内涵进行了初步研究。心理健康教育是指根据人的心理活动的规律,在心理学、教育学、社会学、生理学、行为科学等学科理论的指导下,通过多种途径与方法,有目的、有计划地培养学生良好的心理素质,开发其心理潜能,增进其心理健康,进而促进其整体素质提高的教育活动。心理健康教育的总目标是:提高学生的心理素质,充

分开发学生的潜能,培养学生乐观向上的心理品质,促进学生人格的健全发展^[11]。总之,心理健康教育是围绕心理健康开展的教育活动,为了更准确地理解这一问题,有必要进一步弄清楚心理健康的内涵和标准。《简明不列颠百科全书》指出:心理健康是个体心理在本身及环境许可的范围内所达到的最佳功能状态,但不是指绝对的十全十美的状态。其具体标准是:认知过程正常,智力正常;情绪稳定、乐观,精神舒畅;意志坚强,做事有目的、计划、步骤、方法,能克服困难达到目的;人格健全,性格、能力、价值观等均正常;养成健康习惯和行为,无不良行为;精力充沛地适应社会,人际关系良好^[4]。这些标准也规定了心理健康教育的具体内容和取向。

根据上述思想品德教育和心理健康教育的内涵分析,两者在具体内容和目的上各有异同(见表1)。

表1 思想品德教育与心理健康教育内涵比较

教育	内容		目的	
	不同点	相同点	不同点	相同点
思想品德	思想教育:世界观、人生观; 政治教育:爱国主义、集体主义、社会主义、革命传统等; 品德教育:公民道德意识和行为规范	培养团结协作、互助互爱精神; 培养坚强意志和拼搏进取精神; 培养自尊自信、求实创新精神	树立科学的世界观、人生观和价值观; 形成正确的政治观点和政治信仰,树立崇高的理想信念; 提高道德水平	促进个体社会化,发扬集体主义精神; 培养良好的意志品质; 发展竞争意识和竞争精神; 实现自我价值和社会价值统一
心理健康	培养学习智能; 树立心理健康意识; 培养良好性格以及健康习惯和行为; 培养人际交往能力		提高心理素; 增强心理调节能力; 充分开发潜能; 促进人格的健全发展	

1.2 思想品德教育与心理健康教育的相互关系

从思想品德教育与心理健康教育的内涵比较表明,在体育教学中二者存在着交叉融合、互补互动关系。首先,二者各有不同内容、不同侧重,所要达到的具体目标和实践意义也就不同,因而不能偏废。它们分别着眼于学生政治思想道德层面和个性心理层面的塑造,都是社会主义全面发展教育不可分割的重要组成部分,是培养全面发展新人的重要途径,是建设社会主义精神文明不可缺少的方面。

其次,二者的内容和目的又存在部分重叠和类同现象,就此而言,二者本来就是相互融合的,是一个教学过程中的目标、内容的统一体,是一个过程的两个方面。所以,思想品德教育和心理健康教育既是两

个相对独立的系统,又存在一定的交叉融合;既有不同的功能指向,又有两位一体不可分割的内在要求。

最后,二者在体育教学中又是相互联系、相互作用的。由于品德素质在人的素质结构中占据中心地位,对人的各方面素质的发展有积极的导向作用、动力作用,因而思想品德教育是正确实施心理健康教育的根本保证。同时,心理健康教育又为有效的思想品德教育提供了良好基础,也是教育深入发展的必要延伸。体育教学中心理品质教育通过调动学生的积极主动性,发挥学生情感、信念、意志因素的作用,可以更好地解决思想品德教育中的知与不知、信与不信、知与行这样三种矛盾,将道德认识、道德情感和道德行为统一起来,从而能更好的培养学生的政治思想品德^[5]。

1.3 忽视思想品德教育的弊端

思想品德教育与心理健康教育的密切关系应该是体育教学改革的基本依据。然而,在当今体育教学改革及实践中,却存在着过度强调心理健康教育,忽视思想品德教育的趋势。有学者指出,现在根据新的发展时期的需要,拓宽心理健康和社会适应目标是对的,但在某些方面太过于强调,甚至喧宾夺主了^{[2]63}。体育教学改革的这一取向,将不可避免地带来一定弊端。

首先,忽视思想品德教育,不能适应新时期建设社会主义和谐社会的根本要求。正如胡锦涛^[6]指出的:“一个社会是否和谐,一个国家能否实现长治久安,很大程度上取决于全体社会成员的思想道德素质。没有共同的理想信念,没有良好的道德规范,是无法实现社会和谐的。”同时,思想品德教育作为我国体育教育的优良传统,是培养社会主义现代化建设合格人才的根本政治保证。没有思想品德教育的正确引导和规范,就容易使青少年迷失方向,造成青少年对道德问题麻木不仁,很难形成现代生活所必须的国民基础道德。

其次,忽视思想品德教育,不符合我国素质教育的根本要求。素质教育的根本要求是面向全体学生,培养全面发展的时代新人。全面发展的学生素质结构包括政治素质、思想素质、品德素质、文化素质、身体素质、心理素质等等,这些素质要素又是相互联系相互影响的有机整体。仅仅突出心理素质而忽视其他素质的培养,不在综合平衡中充分利用各种要素的积极作用,显然不是成功的素质教育,不利于学生的全面发展。

最后,忽视思想品德教育,也不能更好地实施心理健康教育。如上所述,思想品德教育与心理健康教育在某些内容是交叉重叠的,完全不要思想品德教育的心理健康教育实际上是对心理健康教育的曲解。同时,没有思想品德教育的导向作用和动力作用,心理健康教育也缺乏稳固的根基,难有持久的效果。

上述分析表明,思想品德教育与心理健康教育是教育体系中既相互区别又紧密联系的两个方面,它们在体育教学中应该是不可分割的有机统一体。教育者理应在教学过程中有意识地将二者有机统一起来,并为二者更好地实现统一创造条件,这才是遵循了教育自身的内在规律。

2 体育教学的特点决定了思想品德与心理健康教育的有机结合

体育教育的内在规律同样证明,在体育教学中实现思想品德教育与心理健康教育的有机结合是完全可

能的和必然的。

2.1 体育教学的连续性和顺应性是二者有机结合的前提

体育贯穿于从小学到大学的整个学校教育的全过程,不同阶段的体育课程依据青少年身心发展的阶段特征又各有不同特点和要求。所以,体育教学既有自身连续性,又有阶段顺应性。而思想品德教育与心理健康教育都是青少年教育过程中的长期目标,都是一个系统的动态的过程,是需要不断引导和完善的。因此,体育教学的连续性和顺应性,正是思想品德教育与心理健康教育有机结合于体育教学过程的前提,它不仅有利于系统科学地培养学生的健康心理,而且有利于学生正确世界观、人生观的逐步形成,并产生深刻持久的影响。

2.2 体育教学的身体活动性为二者有机结合提供了重要条件

体育教学有别于其他以传授知识为主的学科,在多数情况下,它是学生通过一定的身体练习而进行的。身体活动性是体育教学的最主要特点^[7]。在练习中学生对任何一种技术的掌握,都要经过一个复杂的教学过程,付出较大的体力和进行积极的思维,还要忍受疲劳感、疼痛感、酸胀感等生理反应,战胜怕苦、怕累、怕疼、怕伤等心理。因此,体育教学是培养学生不畏艰难困苦、百折不挠的意志品质的重要平台。这实际是思想品德教育与心理健康教育所要达到的共同目标,是二者实现有机结合的重要条件。

2.3 体育教学的竞争性和艰苦性有利于实现二者的共同目标

体育具有高度竞争性和对抗性,这也正是体育的独特魅力。顾拜旦先生所提倡的奥林匹克格言“更快、更高、更强”深入诠释了这一体育精神。它充分表达了奥林匹克运动所倡导的不断进取、永不满足的奋斗精神,不仅表示在竞技运动中要不畏强手,敢于斗争,敢于胜利,而且鼓励人们在自己的生活和工作中不甘于平庸,要朝气蓬勃,永远进取,超越自我,将自己的潜能发挥到极限。另一方面,伴随着体育竞争性的是艰苦性,学生必须忍受各种生理、心理和艰苦的外界环境的考验,才能取得优异成绩。因此,体育教学既可以锻炼学生身心承受能力,培育学生坚忍不拔的战斗作风和拼搏精神,又可以培养学生积极进取、勇于竞争、不甘落后的时代精神。这也体现了思想品德教育与心理健康教育的共同目标。

2.4 体育教学的公平性蕴涵着二者有机结合的内在机制

体育运动以及体育教学具有鲜明的公平规则性,

这集中体现在体育思想的精髓——奥林匹克精神之中。奥林匹克精神所倡导的公平竞争、公正竞赛、遵守原则、照章办事、光明磊落、平等公平等体育规范，不仅是体育运动的一种道德标准，而且也是一种人道礼让的精神，是人类追求和弘扬的优秀品质和公德规范^④。这种公平公正意识、规则平等意识长期在体育教学中被灌输、强调，促进了学生的心性修养，逐步塑造了学生的健康心理和健全人格，这就为学生优秀思想品德的形成提供了有效基础，使这些思想意识在潜移默化中内化为学生自觉的道德规范意识，而只有作为内在的人格特征来培养的思想品德才是巩固的、持久的。进而言之，如果把这种公平意识、规则意识迁移到社会各个领域，让人们的一切行为都能遵循“游戏规则”，那么整个社会将是一个理想的和谐社会。可见，体育教学的公平规则性蕴涵着思想品德教育与心理健康教育有机结合并扩大其社会功用的内在机制。

2.5 体育教学的集体合作性使二者密切相联

体育教学是一种群体性活动，相互配合、集体协作在其中十分重要。学生在互相学习、团结协作的过程中树立和发扬了集体主义精神，并在友爱、好学、

上进的观念引导下，掌握体育的基本知识、技能，打下终身体育的基础，把体育健康与个人发展、集体利益、国家利益结合起来，使学生思想水平进一步得到发展和提高。同时，体育课作为学生学习、互助、交往、协作的重要场所，为学生在和谐的人际关系中培养健康的个性心理创造了条件。在群体的体育活动中，学生感受体育带来的愉悦身心的体验，与人共同分享的快乐，有利于树立乐观向上的精神状态，形成健康稳定的情绪。可见，体育教学的集体合作性把思想品德教育与心理健康教育密切联系在一起。

3 体育教学基本要素和环节决定了思想品德教育与心理健康教育的有机结合

我们还可以从体育教学的基本要素和环节来分析思想品德教育与心理健康教育有机结合的现实条件和必然性。

3.1 体育教学基本要素能够有效实施思想品德教育

体育教学是一个复杂的过程和系统，其中的各要素对于实现思想品德教育的具体内容各有侧重，这可以由图1清晰反映出来^⑤：

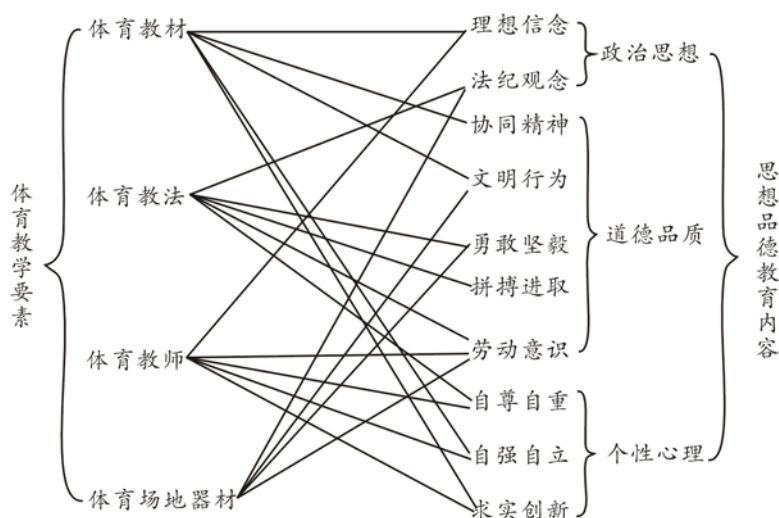


图1 体育教学要素与思想品德教育内容的关系

由图1可以看出，体育教学的各个基本要素蕴涵着思想品德教育的不同重点内容。教师在进行体育教学设计时，可以充分考虑把思想品德教育渗透到教学基本要素中去。例如，各种教法对于培养学生的优秀思想品德各有不同功用：在采用比赛法和评价法教学时，可以培养学生的集体荣誉感以及公而忘私的集体主义精神；在采用探究式学习法教学时，可以培养学生的勇于探索、求实创新的精神；在采用合作式学习

法教学时，可以培养学生的协同合作精神，等等。

3.2 体育教学基本环节能够有效促进心理健康教育

首先，体育教学中传授知识、技能的环节，是学生的认知过程，也是培养智能的过程。研究表明，体育教学中学习运动技能能对儿童身体知觉能力和技能知觉能力的准确性有明显影响，长期的体育锻炼在认知表现上比短期锻炼有更大的效应^{④100}。其次，体育教学的评价环节也是健全人格、完善个性的过程。学生

可以在自我评价、同伴评价、教师评价中,认识自我,完善自我,增强面对现实的勇气,增加克服困难的信心。最后,体育教学的全部过程和环节也伴随着学生无时不在变化的情绪体验过程,对于塑造和培养健康的个性心理和良好的情绪状态具有重要影响。体育运动鼓励人渴望追求胜利,也培养人不怕失败接受失败的心理品质,为心理健康教育提供了有效途径。

综上所述,体育教学过程是体育教学基本环节和基本要素的统一体。教学过程是基本环节的链条,基本环节是基本要素的载体和支撑,基本要素是构成基本环节和过程的必备素材和基础。这样,蕴涵于体育教学基本要素和基本环节之中的思想品德教育与心理健康教育自然是有机而且应当有机结合的。

综上所述,在体育教学中,思想品德教育与心理健康教育存在着交叉互补、相互影响的关系,而体育教学的内在规律决定了两者可以统一于体育教学过程之中,所以两者必须而且能够在体育教学中相互渗透、有机结合。首先,要充分认识思想品德教育在体育教学中的重要地位。体育课程的心理目标是不能缺少的,但心理目标绝不能过分夸大,更不能作为体育教学的唯一目标,也不能完全代替思想品德教育目标^[22]。思想品德教育不仅对于塑造合格的社会主义建设者是必不可少的政治保证,而且是培养学生的健全人格的根本前提和重要动力,是培养全面发展的时代新人的重要内容。这种优良传统既要坚持,又要与时俱进;既要增强时代感和实效性,又要积极在实践中寻找与心理健康教育的结合点。其次,在体育教学中加强思想品德教育的同时,注重心理健康教育,二者优势互补,就会相得益彰。思想品德教育就象是一个面,心理健康教育就象是面上的亮点,在确定面的大方向下,点的内涵越多,面的内容就越丰富。同时,面就象是一

个航标,指引着点不断地朝正确的方向前进,不断实现自我完善和突破,最终实现点与面的和谐统一。

注 释:

① <http://www.blogercn.com/user1/3975/upload/200512228341.doc>.

② <http://www.olympic.cn/olympic/movement/2004-04-16/142685.html>.

参考文献:

- [1] 王润平.体育锻炼与心理健康[M].桂林:广西师范大学出版社,2005.
- [2] 毛振明,赖天德.解读中国体育课程与教学改革[M].北京:北京体育大学出版社,2006.
- [3] 睢文龙,廖时人,朱新春.教育学[M].北京:人民教育出版社,2000:305.
- [4] 季 浏.体育心理学[M].北京:高等教育出版社,2006.
- [5] 郑 雪.心理学[M].北京:高等教育出版社,2006:287-288.
- [6] 胡锦涛.在省部级主要领导干部提高构建社会主义和谐社会能力专题研讨班上的讲话[N].人民日报,2005-06-27.
- [7] 毛振明.体育教学论[M].北京:高等教育出版社,2005:87.
- [8] 高 嵘,张建华.顾拜旦体育思想的教育价值[J].武汉体育学院学报,2005,39(3):28.
- [9] 谭 平.在中小学体育中进行思想品德教育的研究[J].中国学校体育,2001(1):62.

[编辑:邓星华]