

培育大学体育精神的现实意义及途径

黄晓波

(华南师范大学, 广东 广州 510631)

摘 要: 体育精神是体育锻炼过程中形成对人的发展具有启发意义的价值观念。大学体育精神是高校校园文化内涵的有机组成部分, 它的沉淀、整合、提炼贯穿于高校校园教育文化建设整个过程。应通过营造良好的体育文化氛围、形成工作长效机制、构建体育活动价值体系, 彰显体育精神价值等有效途径, 进一步提升大学体育精神在校园的影响力。

关 键 词: 学校体育; 大学体育精神; 校园文化

中图分类号: G807 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2012)01-0082-04

Realistic significance and realization ways of cultivating college sports spirit

HUANG Xiao-bo

(South China Normal University, Guangzhou 510631, China)

Abstract: Sports spirit is a value conception that is formed in the process of physical exercising, provided with enlightenment significance for human development. College sports spirit is an organic constituent part of the connotation of college campus culture. Its sedimentation, integration and refinement go through the entire process of construction of college campus education culture. Therefore, the influence of college sports spirit on campus should be further boosted by effective ways such as creating a nice sports cultural atmosphere, forming a long effective working mechanism, building a sports activity value system, highlighting sports spiritual value etc.

Key words: school physical education; college sports spirit; campus culture

作为一种理性精神, 大学体育精神是大学校园环境 中校园人围绕体育或依托于体育而创造和形成的精神财富, 包括与之相适应的体育道德、体育知识、体育目标、体育风尚、体育观念等。长期以来, 大学体育精神的培育在我国高校教育文化中仍处于相对弱势地位, 体育锻炼与健康观念并没有成为高校校园文化内涵中的重点。调查结果显示, 近年来大学生的体质健康状况不容乐观, 对体育的兴趣并不高, 尤其是体育精神中内蕴的规则意识、竞争意识、团队合作意识等缺乏, 大学生的耐挫能力、抗压能力呈现弱化趋势等。因此, 高校采取有效途径, 加强培育大学体育精神成为现实之需。

1 体育精神的内涵

所谓体育, “体” 是人之本; “育” 指人的训练、培育。体质是人的先天禀赋和后天培养综合的结果。

体育的目的除了形成强壮的体魄之外, 上升至精神层面则是一种体育精神的提炼。柏拉图曾提出, 体育精神是一种最为高贵的精神, 接受体育锻炼就是接受教育。即“人们从事身体锻炼, 可以净化灵魂, 获得道德上的提升, 在本质上是接受教育”^[1]。亚里士多德认为体育有助于培养人的勇敢, 而勇敢是诸多品质教育中的关键。中国古代也有内外兼修的体育运动方法, 由此可以看出体育精神在古代已受到关注。

体育贯穿于人类发展的始终。体育是最古老的文化之一, 可以说它是伴随着人类的出现而产生的。原始社会中, 原始体育形式的产生通过生产实践和劳动技术的传承, 是一种不自觉的体育锻炼, 是维持生存的一种自然方式, 后来随着社会分工和商品经济的出现以及社会经济文化的发展, 体育逐渐演化成一种产业、一种文化、一种生活方式。总体而言, “世界公认的 3 次人类文明的高峰与体育运动的发展有着高度的

关联。一是古希腊文明，它勃兴了古代奥林匹克运动；二是曾称‘日不落帝国’的英国，它是近代第一次现代化的代表，催生了户外运动；三是知识经济的代表——美国，在第二次现代化的过程中，将竞技运动职业化、商业化推到极致同时催生了休闲体育”^[2]。人类从森林、从野蛮走来，体育精神作为一种文化，有源远流长的历史，经历由低级到高级的发展历程。

作为由体育运动而产生的意识形态，体育精神的价值远远高于体育运动本身且具体内涵因时而变，至今已形成为十分丰富的内容体系。对于竞技体育而言，更多的是侧重于更高、更快、更强的奥林匹克体育精神。从实践的角度理解体育精神，它主要包含着人们在体育运动中所体现的宝贵品质，并为社会观念所积极接受的积极意识，即公平竞争、运动员风范、光明磊落和合作精神。强调以人为本和人的全面发展，提倡体育与文化、思想、教育融为一体，鼓励人生的奋斗精神，支持公正性和正义性，主张学习社会规范，树立社会榜样^[3]。作为一种理性精神，体育精神影响着人们的文化生活。当代大学生的体育活动形式更为丰富，无论是专业的竞技比赛，还是趣味运动会，都是教育大学生健康、快乐地生活。因此，对于大学生群体而言，参与、快乐、健康是最基础也是最重要的。体育精神不是体现在获得多少奖牌，而在于人们通过体育运动懂得什么是坚强，拥有健康的体魄，能够更健康、幸福地学习、工作和生活。更深层次的体育精神，则是在锻炼过程中所形成的不畏艰险、排除困难的精神及抗挫折能力，团结协作的团队精神和友谊，重在参与，超越自我的勇气和终身锻炼的理念。奥林匹克主义谋求把体育运动与文化融合起来，创造一种以乐于付出努力，发挥良好榜样的教育价值并尊重基本公德原则为基础的生活方式。体育运动与文化教育的融合，构成了体育文化的新内涵——体育精神。

2 体育精神在高校校园文化建设中的现实意义

体育精神作为一种教育文化，进入高校校园主要取决于现实的需求和体育精神自身的功能。所谓教育文化，就是将学术意识和人文精神融入到文化当中，经过长期的沉淀形成一种文化认同。在大学生体质健康水平下降、健康意识相对淡化时，体育精神的功能逐步凸显，作用和地位日益突出，开始释放出巨大的潜能。大学教育文化亟需体育精神，这是时代进步与现实发展提出的要求。重视健康观念，培育体育精神，提升体育精神在高校校园文化建设中的地位具有现实

意义。

第一，是转变中国传统教育思想的需要。西方伟大的哲学家柏拉图指出，什么是最好的教育？体育能够使人强大健康，但容易使人粗鲁；音乐使人温文尔雅，但容易使人柔弱，二者结合起来才是最好的教育。实际上，西方不仅注重体育与音乐相结合的教育方式，他们更为注重将智育与体育结合起来开展教育；而我国传统文化和教育理念是把智育和体育分离开来的。古往今来，智育培育为先的思想在人们心中已是根深蒂固，在尚文轻武传统的民族心灵深处，智育占据着不可撼动的地位。中国古话“万般皆下品，唯有读书高”就是最好的写照。直至今日，仍然存在着对体育的偏见和误读。不少大学生对于体育锻炼和体育精神的培养缺乏正确的认知，关注程度不高，这成为大学生的未来发展道路的隐患。

第二，是破解大学生身体素质下滑窘境的需要。随着社会的进步与发展，中国人的生活水平和营养健康状况得到显著改善与提高，大学生的成长获得了优越的物质生活条件。按照常理，大学生的身体素质本应得到较大的提升，但现实结果却引发我们的担忧。2006年由国家体育总局、教育部等10个部门联合进行的全国第2次国民体质监测结果显示：我国学生在身高、体重、胸围增长的同时，超重与肥胖检出率继续增加，成为影响学生营养健康状况的一大因素。大、中、小学学生视力不良率均有所上升，学生各年龄组的肺活量水平继续下降，速度、爆发力、力量耐力、素质水平进一步下降。据统计，改革开放30多年以来，中国青少年已经连续28年体质严重下滑。由此看来，作为中国青少年重要构成部分的大学生群体，加强体育锻炼，增强体育素质已迫在眉睫。加强体育锻炼，注重培养体育精神已成为摆在我们面前急需解决的现实性问题。

第三，是改变大学教育培养模式的需要。当前，考证在高校一直备受推崇，学生热衷于参加各类证书的考试以证明自己的学识水平，学校的培养计划也紧密围绕未来职业需要的具体技能而设置课程，所谓“要什么就传授什么”。固然，这种模式在短时间内能大批量培养出“速成品”，然而却与大学教育的初衷渐行渐远。大学教育是把大学生培养成全面发展的人，而不是为了培养出模式化的人。功利化的教育使大学成为培养适应社会职业所需的人才“工厂”。单一化的培养模式，重知识轻素质的教育理念不利于培养真正适应时代发展需求的人才。“人的素质又是一种可以长期发挥作用的个人品质”^[4]，文凭、证书是知识水平的象征，但是人们习得的知识和技术往往会因时间而消退。在

知识更新速度日益加快的当今社会尤为明显,大学获得的知识并不能赶上信息时代的高速列车,而素质与人的求知能力和掌握技术的本领却可以长期发挥作用。只有当大学生具备了思维的能力,才能更好地适应未来日新月异的世界。大学的真正目的不是培养机器,而是培养一种素质,体育素质是构成人的素质的基本层面之一。加强体育精神的培养,不仅利于提升大学生的身体素质、营造良好的校园文化氛围,而且对于转变大学教育培养模式具有积极作用。

第四,是培养大学生健康人格的需要。高校开展体育运动,培养体育精神,对于培养大学生健康人格具有重要作用。一是培养大学生具有规则文化意识。无论是竞技体育还是普通的体育活动,都有特定的技术动作要领和规则,需要从事相同运动项目的人的认同,体育精神本身就是规则文化的体现,培育体育精神提升了大学生的规则文化意识,对于形成健康人格,顺利步入社会起到积极的促进作用。二是奠定大学生获取成功与幸福的基础。只有拥有健康体魄的人,才有资本获取成功和幸福。构成幸福的指标是多元的,学习成绩、事业、爱情无疑为幸福增值,而所有的幸福建立在健康的基础上,没有健康的身体,一切都是零,没有健康,人便会失去追求幸福最起码的权利。现代生活节奏和社会发展对人的心理压力承受程度提出更高的要求,一切要靠自己,一切要与人竞争,需要抗压能力和不畏艰险的精神,这正是体育精神的内涵。大学生承受着来自学习、家庭、社会甚至是自身期望的压力,培育体育精神作为一种最有效的心理疗法,成为大学生应对压力的重要方法,使体育成为一种崇尚健康的生活方式并从中升华体育精神,对大学生未来获取成功和幸福大有裨益。三是锻炼大学生意志力。意志品质是根据某种动机,支配人的行动、思维、身体去克服困难,达到预定的目标的一种心理过程。通过体育锻炼,大学生的顽强意志得到磨练,竞争意识得以提升,体育竞争中对待输赢、克服自身局限、不断超越自我实则是一种自我挫折教育,由此形成的体育精神能够成为人成长的精神食粮,让人保持永久的活力,拥有不服输的上进心。

3 高校培育大学体育精神的途径

体育精神普遍存在于校园各式体育活动中,除了专门的体育课程设置外,课外的体育活动设置也可以丰富体育生活,提升大学生积极锻炼的意识,营造体育精神文化氛围,进而传递体育精神。现代传播载体的加盟也可以为体育精神的传播增添活力和色彩。体育精神融入高校教育文化,可以着眼于以下几方面:

第一,营造良好的体育文化氛围,发挥体育精神内隐式教育作用。体育精神作为一种文化,具备潜移默化、润物无声的渗透功能,在生活的方方面面都能对大学生产生影响。良好的氛围利于激发大学生主动锻炼的自觉意识和兴趣,进而在体育锻炼中达到情感、精神升华的文化教育效果。当前,全国各高校开展的阳光体育运动,倡导“我运动、我健康、我快乐”的理念,深得大学生的喜爱和认同,为体育文化精神的塑造提供了契机,为校园营造了浓厚的文化氛围,取得了积极成效;尤其是培养良好的锻炼习惯和健康的生活方式,在校园内形成了崇尚锻炼、追求健康的风气,极大地丰富和活跃了校园文化生活。

第二,将体育精神培养纳入校园文化建设体系,形成工作长效机制。受传统思想观念影响,许多父母只是把体育锻炼作为一种副业,即使支持孩子参加体育锻炼项目,也仅仅是为了有健康的身体,体育从来都不是目的,更不用说作为一种精神来培养。而在西方发达国家,即使是生活非常安逸的中产阶级也时刻提醒自己的孩子参与各种体育锻炼,其目的在于培养孩子的竞争意识,增强必胜的信心和勇气。相比而言,我国在体育精神培养方面是比较欠缺的。高校是人才培养的重要场所,体育精神的培养对于塑造身心健康的大学生,营造良好的校园文化氛围十分重要,但体育精神的培养不能只顾一朝一夕的努力,而是形成一种常态化的机制,更要敢于破除传统思想的束缚,在校园内形成人人讲体育精神、人人支持体育精神培育的环境。学校应首先提高思想认识,并主动承担对学生培养的责任。

第三,构建体育活动价值体系,彰显体育精神价值。体育精神普遍存在各项体育活动当中,其表现形式具有高度的概括性,往往较为抽象,难以把握。部分大学生在轰轰烈烈、声势浩大的活动之余并没有领会到活动的深层价值,知晓体育精神蕴含于活动当中,却很少深掘体育精神的具体内涵,体育精神的真正提升无从谈起。因此,不断细化体育精神的内涵,并结合具体体育活动的特点才能为大学生体育精神的培养提供切实可行的途径。如“重在参与”这一体育精神就具有深刻的哲学意义和丰富的内涵。“重在参与”由奥运会发起人顾拜旦提出,参与,意味着试一试、看一看、体验一下,是主动尝试发挥自我潜能、走向成功的过程。因此,放弃参与的机会,就等于放弃发现自我、放弃成功的机会^①。体育精神不是口号式的标语,不是三言两语就能阐明的道理,更多的是需要在体育活动中不断地深入解读和探讨。大学生的知识水平和体悟能力具有差异性,因此,细化体育精神的具体内

容，建立一套认可度较高的体育活动价值体系，是大学体育精神培育中不可忽视的重要环节。

第四，创新教育方式方法，引导大学生将体育精神内化为自觉意识与行为。布卢姆在教育目标分类学中将教育目标划分为认知、情感、动作逐步递进的 3 个层次。教育的最高目标是内化为人的自身价值并付诸于行动。体育精神的最终归宿是内化为人的情感并形成行动的精神支撑，这需要教育方式方法的不断创新和丰富，从而激发大学生发自内心的学习热情和主动感悟能力。当前，体育精神主要通过各式各样的体育活动来呈现，大至校级学生运动会、体育社团，小至学生自发组织的小集体活动，在强身健体的锻炼意识养成方面发挥的作用不可否认。然而，体育活动并不是唯一渠道，体育精神的培养形式仍然存在着拓展和创新的空間。现代受众面大的通讯工具、颇具影响力的体育明星等，也可以在大学生体育精神培养方面增添特色。如微博、贴吧、QQ 群等作为网络信息传递的流行通讯工具日益受到大学生的青睐，与其劝诫大学生远离虚拟空间，不如利用通讯工具本身独特的功能为弘扬体育精神所用。通过微博建立体育微群，宣传健康生活理念，动员更多的大学生参与到体育精神的讨论之中，久而久之，形成的良好舆论氛围对体育精神的情感内化大有裨益。此外，体育明星对青少年精神认知具有积极意义。体育明星的人格魅力深受

大学生的欢迎，比赛和训练中的精神能给大学生以行为示范作用，榜样的亲身经历可以作为教育引导的有效支撑和有益补充。因此，结合体育明星作为活动发起者等方式可以为高校体育精神培育提供新的思路。此外，俱乐部、知名企业联盟等手段也可以作为体育精神培育的扩展方法，多元化的途径运用有助于体育精神培养不断保持动力与活力。

体育精神与大学生生活及未来前途发展息息相关，承载着民族复兴、国家富强的重要力量，将体育精神纳入教育文化的蓝图之中，是大学生未来发展的必需，是坚持高校以人为本、全面发展理念的要求，更是顺应时代发展的当务之急。

参考文献：

- [1] 杨文轩. 序言[G]//任光耀. 体育传播学. 北京：高等教育出版社，2004.
- [2] 谭华. 体育史[M]. 北京：高等教育出版社，2005.
- [3] 陈友名. 试论大学校园中的体育精神[J]. 南京体育学院学报：社会科学版，2009，23(3)：102-103.
- [4] 卢元镇. 中国体育文化纵横谈[M]. 北京：北京体育大学出版社，2005.

