

·学校体育·

## 重塑“阳刚之气”：学校体育教育改革新探

赵犇<sup>1</sup>，王晓芳<sup>2</sup>

(1.华东师范大学 体育与健康学院，上海 200241；2.西南医科大学 体育学院，四川 泸州 646000)

**摘 要：**以学校体育教育改革为切入点，对青少年阳刚之气匮乏的原因、如何重塑阳刚之气以及需要注意的问题进行探讨。研究认为：(1)当代青少年阳刚之气的匮乏是社会文化长期漠视身体、社会环境和计划生育政策的影响及学校体育实践的局限共同作用的结果。(2)重塑阳刚之气，需要在文化上加强引导，在思想上转变对学校体育作用的认知，并且对幼儿、中小学、高校体育教育的内容进行相应的调整和改革。(3)学校体育在重塑阳刚之气过程中，需要注意矫枉过正、正视安全、家庭和社会通力配合等方面的问题。

**关键词：**学校体育；阳刚之气；青少年；“加刚教育”

**中图分类号：**G807 **文献标志码：**A **文章编号：**1006-7116(2020)01-0076-04

### Rebuilding masculinity: A new exploration of school physical education reform

ZHAO Ben<sup>1</sup>, WANG Xiao-fang<sup>2</sup>

(1.School of Physical Education and Health, East China Normal University, Shanghai 200241, China;

2.School of Physical Education, Southwest Medical University, Luzhou 646000, China)

**Abstract:** Starting with school physical education reform, the authors probed into the reasons for the lack of masculinity in teenagers, how to rebuild masculinity and issues to be noted, and concluded the followings: (1) the lack of masculinity in teenagers is the result of joint effects of long term body ignorance by social culture, influence of social environment and birth control policies, and limitations of school physical education practice; (2) for rebuilding masculinity, teenagers should be educated and guided in terms of culture, the cognition of school physical education functions should be changed in terms of ideology, and the contents of physical education in kindergartens, elementary and middle schools and universities should be adjusted and reformed accordingly; (3) in the process of rebuilding masculinity, school physical education needs to solve and note such problems as raising the status of school physical education, overcorrection, facing up to safety, family and society cooperation, etc.

**Key words:** school physical education; masculinity; teenagers; masculinity intensification education

阳刚之气一词是形容男子具有刚毅、勇敢、果断的性格特质。在当今中国社会，男性缺乏阳刚之气的现象已经愈发普遍，尤其在青少年一代中这一趋势表现得更为突出。据《中国青年报》的调查，在北京市的中小学校中缺乏阳刚之气的男生比例竟达到了30%以上，说话低声细语、外表油头粉面、承受能力脆弱等成为这种现象的具体表现形式<sup>[1]</sup>。基于上述情况，媒体、专家和学者纷纷表达担忧之情，认为青少年阳刚

之气的缺失不仅影响他们的身心健康，更有可能关系到国民精神和国家的兴衰成败。为此，《人民日报》和“人民网”曾专门刊文呼吁当前我国的教育“不能缺失阳刚之气，尤其要重视培养当代青年的阳刚之气”<sup>[2]</sup>。那么，在当前中国社会，青少年一代的阳刚之气因何匮乏，作为塑造阳刚之气的学校体育应该做出怎样的应对，值得深入研究。

收稿日期：2019-05-21

基金项目：教育部人文社会科学研究规划基金项目(18YJA890023)；教育部人文社会科学研究青年基金项目(15YJC890047)。

作者简介：赵犇(1985-)，男，讲师，博士研究生，研究方向：体育文化、健身健美训练理论与方法。E-mail: zhaoben2004@163.com

通讯作者：王晓芳

## 1 当代青少年阳刚之气匮乏的原因

### 1.1 长期漠视身体的必然结果

从社会文化的视角看,在社会中,如果公民某种气质的匮乏或者充盈成为一种普遍现象,那么它通常是历史环境、民族心理以及时代背景共同作用的结果<sup>[3]</sup>。青少年阳刚之气匮乏的原因,在历史环境层面,雷海宗<sup>[4]</sup>认为,自秦汉以后,由于国家大一统的趋势日渐稳定,类似于春秋战国时期大面积、高频率的战争日益减少,加之中原对北方游牧民族的管控也日趋增强,中原社会逐渐由对兵文化、侠义文化的崇拜转变为对文德的崇拜,并一直延续了2000余年。在民族心理层面,梁漱溟<sup>[5]</sup>认为广大的中原农耕地区因为受到“四季有序”“雨水充沛”的帮助,特别重视人与自然的和谐共生,由此产生的“智慧”“静修”等特质,催生了长期以来“崇文抑武”的社会风尚。因此,民族心理中平和、不争的特质比较明显,具体在个人的身上,表现为主静的智慧有余,而主动的肢体活动不足。在当前,上述两方面因素带来的人们在思想上和行动上对身体的轻视,在所谓“尊重人性”“追求个性”以及“多元化、中性化审美”等思潮的影响下渐成“潮流”,对青年一代的身心健康产生了消极的导向作用。

### 1.2 社会环境和生育政策的影响

当前的社会环境和一些政策也对青少年阳刚之气的缺失有一定影响。其一,在传统观念中,父亲的角色被既定为“主外”,即“狩猎捕食”或者“挣钱养家”<sup>[6]</sup>,照看孩子、处理家事被认为是缺乏志向的表现。在当前社会,照顾和教育青少年的任务也多由母亲承担。母亲相对温柔、内隐化的思维方式和处事方法便成为了孩子性格特质的主导。其二,人口政策的影响。1982—2015年为控制人口总量和增量,我国实行了独生子女政策,在这一阶段出生的孩子,正逢改革开放以后中国经济迅猛发展和物质生活水平不断提高,加之“双亲四老”的呵护,让他们从小就生活在无忧无虑的环境之中,因此较为缺乏竞争意识和忧患意识,其三,社会性别意识的淡化。相对于农耕时代而言,男性和女性在社会分工中的体力性差异越来越小。长此以往,男性的体格,尤其是四肢逐渐趋向于纤细化和瘦弱化的女性特征,“小鲜肉”“花美男”以及“中性风”的体型就是典型代表。在媒体的推波助澜下,上述几种体型和所谓的“卖萌”“撒娇”等结合在一起,对青少年崇尚“中性化”甚至阴柔的审美观产生了强烈的导向作用,阳刚之气反而成为异类,有些时候甚至被认为是野蛮和粗俗的代表。

### 1.3 学校体育实践的局限

在实践层面,学校体育工作也并不尽如人意,尤

其是儿童体育教育工作,表现得更为突出。一方面,在我国幼儿园和小学低年级体育活动多数是各式各样的游戏,如袋鼠跳、贴膏药、捉迷藏、跳格子等,且内容设计、时间安排、训练的量、强度、负荷等不科学,其效果只体现在娱乐层面的愉悦,难以对阳刚之气的提升产生实质性的效果。相比而言,欧美及日本等国的儿童很早就接受训练量较大和训练强度较高的长跑、冷水浴、游泳、野外生存等严苛训练。另一方面,在当前幼儿教育阶段,师资结构整体呈现出“阴盛阳衰”的特征,即女性教师的比例远远大于男性教师<sup>[7]</sup>。在很多幼儿园中,甚至都没有男性教师。幼儿的体育教育也基本由女性教师来承担。当前我国青少年一代阳刚之气的匮乏可能在幼儿时期就已经逐渐产生。而到了中学和高校阶段,虽然体育教师以男性居多,但是因为受到安全教学、安全管理等因素的制约,学校体育中对抗性较强、训练强度较高、难度较大的体育项目的教学时常流于形式,有些甚至难以开展,也几乎无法对学生阳刚之气的培养产生助益。一言蔽之,当前我国青少年一代阳刚之气的匮乏,与学校体育认识上的局限和实践的偏差是密切相关的。

## 2 学校体育如何重塑阳刚之气

### 2.1 加强引导,树立忧患意识

当前,虽然我国已经在经济、政治、文化、军事等各个领域取得了不小的成就,但在推进中华民族伟大复兴的历史进程中,形势依然十分严峻。青少年一代无论在精神还是身体上都面临极大的考验。社会各界应树立强烈的忧患意识,应对“阳刚之气”“尚武精神”“担当意识”等进行广泛宣传,引导大众形成崇尚“阳刚之气”的社会氛围。而作为重塑青少年一代阳刚之气的重要践行者,学校体育也应当树立强烈的忧患意识,要充分认识到青年一代的阳刚之气与国家命运、民族危亡之间的联系,勇于承担起培养青少年一代阳刚之气的重任,做到对学生在思想上引导、在行为上支持、在训练上督促、在内容上落实。

### 2.2 转变思想,加深学校体育作用的认知

基于当前青少年一代阳刚之气匮乏的现状,亟待解决的是转变对体育尤其是学校体育作用的认知。即:学校体育的浅层是对身体层面的作用,主要表现在对体质健康的提升和运动技能的培养两个方面;深层的作用则表现在对精神和气质的塑造,这一层面的作用并不只表现在“健全人格”“提高抗挫折能力”“培养团队精神”等,更重要的是对于塑造青少年的阳刚之气、改善当前社会阳刚之气不足的现状有很大的裨益。如老一辈思想家、教育家梁启超和张伯苓的“尚武者,

国民之元气也”“强我种族，体育为先”等精神。因此，教育界和学术界不应当只重视体育对提升体质健康水平的作用，而应当以真实的事例为依据，加强论证和宣传，说明体育培养青少年阳刚之气的作用和意义。

### 2.3 改革内容，提高男性教师的比例

游戏教育虽然能够起到一些体育教育的作用，但是因为其在量、强度、负荷以及教育作用方面并没有科学完善的体系，所以它并不能够完全代替体育教育，对于培养幼儿的阳刚之气更是难以企及。可喜的是，近年来已经有相当一部分的专家、学者和体育工作者意识到这一问题，已经展开了幼儿体能训练、身体教育等方面的理论研究和实践探索工作。如果能使幼儿体育、幼儿体能等理念落实到教学实践之中，以体育的理念和手段指导幼儿的身体训练，设计好内容，把握好训练的量、强度和负荷，对于提高幼儿的身体素质，同时塑造幼儿的阳刚之气，是有重要的价值和意义的。这一点，邻国日本的做法值得借鉴，比如日本幼儿的身体素质训练课程以长跑、侧手翻、跳箱、倒立行走等为主要内容，同时以《学校给食法》来严格保障孩子的营养搭配，这不仅强化了儿童的身体素质，更营造了一种积极向上的竞争氛围，从而有效地培养了孩子们的阳刚之气。国内媒体虽然多以“变态”为题对其进行报道<sup>[8]</sup>，但实际上更多隐含的是对日本这一套做法的惊讶、敬佩和对国内儿童身体素质低下和所谓“娘炮”气质的担忧。此外，在幼儿园中，需要以政策倾斜辅以社会舆论的导向，分步骤、分阶段地提高男性教师的比例，让幼儿在教育阶段的伊始就熟悉和习惯男性气质，提供一种阳刚之气的氛围，避免幼儿对女性教师的过多依赖而产生的怯懦、脆弱等性格特质。

### 2.4 开设“加刚”课程，避免“混课”和“快乐体育”

在中小学特别是中学，应当开设“加刚”课程，并且进行严格的考核，同时还要避免两种趋势的出现和蔓延，其一是“混课”，其二是“快乐体育”。对于“混课”而言，其主要问题在于学校和教师。在学校追求升学率的大背景下，体育课经常被文化课挤占，沦为“鸡肋”的情况屡见不鲜，学校又时常基于少出或者不出安全事故的考虑，不愿意开设对抗性强、对身体素质要求高的体育课程。在这种情况下，很多体育教师会去主动迎合大环境或者放松对自己的要求，“一个哨子两个球”、放羊式的自由活动，就可能完成一学期的课程。这样的体育课，学生不仅在身体锻炼上收效甚微，而且根本无法体会激烈运动中的对抗、逆境中的顽强拼搏，也难有机会体验失败和挫折，更不可能达到塑造阳刚之气的目的。对于“快乐体育”

而言，要明白快乐体育的本意，一定要清醒地认识到游戏、竞赛可以是快乐的，但是一定时常伴随着艰苦和枯燥的一面，而阳刚之气也正是在这种艰苦和枯燥的汗水、疲劳、生理和心理的极限中得以塑造的。正像毛泽东同志在《体育之研究》中所形容的那样：“体育之效，至于强筋骨，因而增知识，因而调感情，因而强意志。”综上所述，在中学体育教育阶段要逐步恢复和开设对抗性较强、难度较大的如单双杠、木马、摔跤、橄榄球等课程，在学校中营造良好的“加刚”氛围。

### 2.5 把好关口，实施硬性达标要求

高等教育阶段，是青少年进入社会的最后一道门槛，也是学校体育最后一次可能塑造学生阳刚之气的机会，虽然此时个体的性格特质已经基本定型，但在一定程度上还是能够有所改善的。在方式和方法上，可以借鉴公安军警类院校的强制体育措施，或者学习清华大学、中山大学等高校对某一项或者某几项体育项目的硬性达标要求，对合格者颁发证书，不合格者不予毕业。高校也应当清楚地认识到，在青少年进入社会前的最后一道关口，即便有社会和舆论的压力，在体育的硬性达标方面也决不能让步和妥协，因为妥协和让步的结果有可能是青年一代身体的垮塌，继而将会是整个社会阳刚之气的匮乏。因此，作为培养社会栋梁的高校，一定要重视通过体育锻炼对学生阳刚之气的塑造，只有具备强烈的阳刚之气，才能顶住压力，应对好未来社会的种种挑战，肩负起国家崛起的重任，即梁启超先生所形容的“少年强则国家强”。

## 3 学校体育重塑阳刚之气需注意的问题

### 3.1 避免矫枉过正

在各个阶段体育教育过程中虽然都需要注重对青少年阳刚之气的塑造，但是这并不意味着可以放松对文德的教育。阳刚之气的缺失固然有很大弊端，但一味地进行强调极有可能发展到另外一种极端。事实上，早在多年前，国外的一些学者就已经开始反思西方社会推崇的四肢强健、武断专横并且喜好支配他人的所谓“传统男性”的气质有可能成为个人和社会的潜在危害。对于个人而言，Ronald<sup>[9]</sup>通过实证研究发现，越是有所谓“男性气概”“血性之气”的男孩在心理健康表现上越糟糕，有时候他们过强的自尊心还会影响到和别人的和谐相处。而在学习表现方面，王美<sup>[10]</sup>对数百名青少年的追踪研究发现，刚气充盈的男孩学习兴趣相对较低，语文、数学、英语等成绩也相对较差。因此，学校体育在培养学生阳刚之气时，一方面需要加强文化的修养，避免阳刚之气向大男子主义的转向；

另一方面要认识到温暖、细心、体贴等所谓的“女性”品质和阳刚之气也并不矛盾,培养二者兼而有之的青少年才应当是教育的目标。

### 3.2 正视安全问题

可以预见的是,学校体育在实施“加刚教育”的过程中一定会遇到这样那样的安全问题。在当前学生体质健康水平堪忧的背景下,擦伤、撞伤等轻微损伤自不必说,在一些剧烈活动中甚至可能出现严重的伤害事故。安全问题通常会给学校以及教育主管部门带来较大的压力。面对当前的形势,首先要明确的是,既然是“加刚教育”,就伴随着肢体的剧烈活动或者对抗,受伤是不可避免的,不能因噎废食。当然,仅有思想上的认识是远远不够的,还需要教育主管部门甚至国家层面的干预,即可以在《体育法》或者《学校体育工作条例》等政策文件中予以相应的制度支持。其次,根据不同省、市、地区的具体情况,可以由各地教育主管部门会同体育局以及高校的科研机构,通过大样本的调查,制定科学可行的、因地制宜的“加刚教育”课程。再次,需要对“加刚教育”的落实者——体育教师的权益进行充分的保障,避免他们成为在“加刚教育”过程中孩子受伤之后的“替罪羊”。可以考虑推进“校园体育保险制度”,由保险公司、各类公益金以及学校三方共同承担“加刚教育”可能带来的风险。

### 3.3 多方通力配合

学校体育“加刚教育”是有可能成为现实的。但需明白在这样一个过程中,学校体育起到的作用是有限的,或者说只是起主导的作用。更重要的是,需要全社会的通力配合,尤其是家庭和舆论的支持。对于家庭而言,不仅需要在思想上认识到阳刚之气对青少年成长的重要性,还要在行为上支持学校体育关于“加刚教育”的改革举措,尤其是孩子因为“加刚课程”而吃苦甚至受伤的时候,家长更应当以冷静的态度妥善处理,避免出现过激的言论和行为。对于媒体而言,则需要客观地做好宣传和报道工作,不应以局部的不足而否定整体的改革方向,还要尽力避免通过断章取义的方式,刻意营造噱头,去博得点击率和传播量,人为制造家庭、社会、舆论和学校体育的对立。总而言之,当代青少年阳刚之气的匮乏是长期以来各种积弊复合之后的产物,通过学校体育的手段进行改革,当然也需要一定的时间。在这样一个长期的“破冰”

过程中,问题在所难免,所以,家庭、社会和舆论一定要宽容以待,否则,改革难以长久纵深,甚至可能适得其反。

早在百年前,毛泽东同志就在《体育之研究》中深刻阐述体育对于塑造国民阳刚之气的作用和意义:

“夫体育之主旨,武勇也。武勇之目,若猛烈,若不畏,若敢为,若耐久,皆意志之事。”在当前,这段论述依旧振聋发聩。必须认识到对青少年阳刚之气的培养,不仅关系到个体的前途,也可能影响民族地位和国家发展。期望家庭、学校和社会能够紧密配合,以学校体育为突破口,重视“加刚教育”,重塑青少年一代的阳刚之气。

### 参考文献:

- [1] 向楠. 中性化“势不可挡”,65.0%的人担心行为偏差[N]. 中国青年报,2010-12-30.
- [2] 崇轶. 教育不能缺失阳刚之气[N]. 人民日报,2011-11-11.
- [3] 司马云杰. 文化社会学[M]. 北京: 中国社会科学出版社,2007: 194-202.
- [4] 雷海宗. 中国文化和中国的兵[M]. 长沙: 岳麓书社,2010: 8-20.
- [5] 梁漱溟. 东西文化及其哲学[M]. 北京: 商务印书馆,2012: 26-27.
- [6] 默里·布克金, 郇庆治, 周娜. 社会生态学导论[J]. 南京林业大学学报(人文社会科学版),2007,7(1): 5-17.
- [7] 王丽. 阳刚之气育中来——探索“阳刚运动”教学路径, 弥补幼儿园男教师缺失的实践研究[J]. 教育教学论坛,2017(18): 149-150.
- [8] 搜狐网. 日本幼儿园“变态”身体素质课! 侧空翻, 倒立行走……中国却在流行娘炮风? [EB/OL]. [2018-09-02]. <http://www.sohu.com>.
- [9] RONALD F L. Race and gender as moderators of the relationship between the endorsement of traditional masculinity ideology and alexithymia: An intersectional perspective[J]. Psychology of Men & Masculinity,2013,14(3): 329-333.
- [10] 王美. 阳刚与权力: 对我国男孩“阳刚教育”的省思[J]. 上海教育科研,2015(11): 18-21.