

The Developmental Research of School Physical Education on Adolescent Masculinity

Xingyuan Shen Wenquan Zuo

Yunnan Normal University, Kunming, Yunnan, 650500, China

Abstract

On January 28, 2021, the Ministry of Education of the People's Republic of China responded to the *Proposal on Preventing the Feminization of Male Adolescents*, which caused heated discussions on the Internet, some scholars expressed different views on the "masculinity" in the paper. The paper explores the development of youth "masculinity" by consulting and analyzing relevant literature and using sports as a means. Research believes that: ① "masculinity", like other characters, is an excellent traditional virtue in China, and is a necessary good quality for everyone. ② School sports has a leading role in the cultivation of adolescent masculinity. ③ After-school physical exercise is an important way through the development of youth moral character and values. ④ The role of teachers' own personality and psychology on teenagers should not be ignored.

Keywords

physical education; youth; masculinity; teacher

学校体育于青少年阳刚之气的发展性研究

沈星原 左文泉

云南师范大学, 中国·云南昆明 650500

摘要

在2021年1月28日, 中华人民共和国教育部回复《关于防止男性青少年女性化的提案》在网络上引起了热议, 部分学者纷纷对文中的“阳刚之气”表达出不同观点。论文通过查阅分析相关的文献, 以体育为手段, 对青少年“阳刚之气”的发展问题进行探究。研究认为: ①“阳刚之气”和其他品格一样, 是中国优秀的传统美德, 是每个人必备的优良素质。②学校体育对于青少年阳刚之气的培养具有主导作用。③课余体育锻炼是青少年品德及价值观发展的重要途径。④教师本身的个性心理对青少年的作用不容忽视。

关键词

体育; 青少年; 阳刚之气; 教师

1 引言

阳刚之气作为中国传统美德, 在数千年中得到了无数文人骚客的推崇, 但是随着娱乐大众化的发展, 娱乐文化、流行文化乃至韩流文化映入眼帘, 众多娱乐演员也变得耳熟能详。考虑到由于长期以来西方媒体对中国人民的诽谤、丑化, 导致相当一部分人无故崇拜这些外来文化。在西方资本的操控下, 这些所谓的精神阉割愈演愈烈, 甚至使个人的价值观产生了不同程度的偏曲。论文基于以上现象, 并以体育运动为切口, 探讨体育对青少年阳刚之气的研究。

2 何为阳刚之气

阳刚之气在很多人的心目中都认为, 应该是男性所独有的一种特征, 但在如今的各类综艺节目中, 各类妆容比女

生还精致的男生, 在舞台上描眉画眼、扭捏作态甚至撒娇卖萌, 面对这种现象没有人会觉得不尴尬, 但是问题是, 这些节目的收视率却只高不低。究其本质, 还是因为社会上有这方面的需求, 才会产生这种奇怪的现象。正是由于这种奇怪的风潮对青少年产生了太多的不利影响, 很多人都认为对男生的阳刚之气教育势在必行。但问题是, 何为阳刚之气? 只有男生需要阳刚之气吗?

笔者认为所谓阳刚之气, 并不只是所谓的“娘”或者“汉子”, 这样非黑即白的判断, 而是作为一种品格, 是青少年勇于承担责任, 面对挫折坚忍不拔, 面对强权敢于挑战, 面对不公敢于发声质疑的中国精神, 所以阳刚之气不分男女。

总之, 阳刚并非男性之专利, 而成功的要素也非仅仅包含阳刚, 亦需兼备阴柔、细腻。由于现代社会的多元化和分工化, 唯有将这两种相结合, 方能塑造出一个完整的人^[1]。但是在如今的社会里, 由于时代环境的影响, 大多数青少年对于前者, 即阳刚之气有所欠缺。

【作者简介】沈星原(1998-), 男, 中国安徽宣城人, 硕士在读, 从事运动训练研究。

3 学校体育和阳刚之气的共通之处

体育的功能,通常包括了体育的本质功能和延伸功能,其本质功能——健身功能,更是代表了体育对人最原始的功效,在体育的健身功能中就包括了调控心理健康。发展阳刚之气更是当中极为重要的一个环节。所以通过体育运动,就能很好的塑造青少年的阳刚之气。例如,传统武术运动强调“仁、义、礼、信、勇”;各类竞技性运动,更是对人身心全方位的锻炼和塑造;而娱乐类体育项目,也能在运动中对性格的塑造起到其独特的作用。所以体育运动作为塑造阳刚之气的重要手段,需要得到更多人的重视。

在青少年成长的过程中,学校教育作为主导,就更要不遗余力地通过学校体育发挥这一作用,帮助学生形成正确的人生观、世界观、价值观,培养其良好的个人品质,促进学生健康全面成长。但是,面对我们现在的中小学体育教学方式来说,更为关注的是运动技能的增强,运动负荷、动作质量等生理性指标,显然忽视了对于品性塑造和对心理的影响。所以在广大体育教师的教学过程中,更要重视关于这方面的调整,找到能够提升青少年阳刚之气的方式,且增加这些训练环节,在学校中以上课的班级为一个集体,在这样的氛围里更是能有效地促进学生对自身价值和集体力量的了解,进而培养学生自信、自尊、自强,形成团结协作、积极向上的良好作风,从根本上培养青少年的阳刚之气^[2]。

4 学校体育如何塑造青少年的阳刚之气

在青少年的发展过程中,不同年龄段会有不同的问题,由于青少年生长发育的一般规律可知,在学校体育的教学过程中,体育教师要尤为重视因材施教,抓住各个年龄段各项素质发展的关键期。例如,初中生在由他律转向自律的关键阶段,体育教师可以针对课堂适应能力,适当增加一定程度的生理及心理负荷,并给予一定的压力,在压力和困难中达成目标,完成任务,进而培养其自觉、坚韧性等意志品质,并以此而制定相关实施计划^[3]。

4.1 以教学竞赛为根,练就阳刚之树

在教学过程中根据上课内容的不同,且考虑到其他因素的影响,安排一系列的教学比赛。在一定的规则中,适当提高课程的激烈性,增加一定的对抗,在这种情况下,需要学生善于运用体力,把握机会,克服困难,方能获得较为满意的成绩。所以,通过竞争,使学生逐渐适应这种有适当压力的环境,从而树立青少年的危机意识、竞争意识和规则意识,保持警醒、看清自我、正视挫折,以能力说话,使学生无论面对什么样的挫折和困境都能够保持信心,永不言败^[4],正所谓赍续前行,奋楫争先。

4.2 以游戏练习为点,覆盖各方各面

适当的开展教学游戏对青少年的发展也具有重要作用,体育游戏能够有效地减少青少年的依赖性,提高自制力、自

觉性和果断性^[5]。根据维果斯基的“最近发展区”理论,儿童的发展包括儿童的现有水平和可能达到的发展水平,两者之间的差值即为“最近发展区”,而教学是引导学生发展的主力军,所以“教学需于发展之前”。而维果斯基同样强调了玩耍的重要性,即使是在部分缺少教学的环境中,玩耍也能在一定的程度上促进学生全方位的发展,相较于玩耍,游戏显然更为高级,在玩耍的基础上,进一步帮助学生理解规则,培养其竞争意识,发展互助精神,提高承担责任的能力^[6]。

5 课余体育锻炼对青少年阳刚之气的发展

受到现今升学压力的影响,青少年的课余体育锻炼时间被压缩得越来越少,大多数学生可能只剩下在学校内的课间操、晨跑和一年一度的运动会,对学生来说,显然达不到相关部门每天锻炼一小时的要求。然于百年前毛泽东同志就提出了“欲文明其精神,先自野蛮其体魄”的思想,可欲野蛮其体魄,仅依靠上课时间显然不足,更需要平时的时间进行补充。在课余体育锻炼中,学生可以自行选择锻炼方式,部分学生喜欢集体类项目,可以自行组队或参与其中,另一部分学生可能喜欢独自慢跑、骑行等项目,也可以通过这些项目积极参与体育运动。

有研究表明,课余集体体育锻炼效果相对而言对心理的调控作用可能会更好^[7]。但值得一提的是,其他类型的运动项目对身心的发展也不容忽视。在对参加不同强度课余体育锻炼的学生进行调查发现,中等强度的课余体育锻炼对心理健康状况的改变更为有效^[8]。

综上所述,在青少年进行课外体育锻炼时,要充分考虑到强度、时间等因素的影响,同时建议增加自己喜欢的项目,这样才更能产生愉悦感,进而有效地改善自身的情绪状态,达到心理健康、提高阳刚之气的效果。相反若是一味地追求生理等指标,则容易产生倦怠感,不利于之后的体育锻炼。

6 教师本身对学生阳刚之气的影晌

在中国传统的社会中,受儒家思想的印象,长期以来一直存在着“尊师重道”的传统,正如韩愈于《师说》一文中所写的那样,“古之学者必有师。师者,所以传道授业解惑也”。这在一定程度上提高了教师的地位,但也会让教师在学生心目中变成权威的化身,尤其是年龄较低的孩子,善于模仿他人,却又不能够合理分辨,所以教师的一言一行都容易受到学生的模仿^[9]。若是部分教师个性心理不佳,则会潜移默化的对学生产生各种不良影响。

因此,欲培养学生的阳刚之气,就要首先从教师入手,培养教师本身积极进取,主动探索,能够合理地制定目标,冷静的处理问题,同时拥有顽强的意志,积极的情感,高度的责任感,等等。教师以自身为榜样,带给学生所谓的阳刚

之气,用激情和教学去感染学生,从而成为青少年成长的催化剂。

总而言之,作为教师,除了过硬的教学水平、知识技能,其本身的个性心理特征则会不断地在隐性课程中影响青少年的发展,成为其成长过程中重要的一环。

7 结语

作为一个多元、开放、包容的社会,我们本该容下更多的文化,更多的审美方式,更多的新思想。而我们对青少年阳刚之气的探讨,本质上也是担忧他们不能明辨优劣,而导致失去了血性,丢掉了责任,放弃了向上向善向美的浩然正气,却染上了精神上的迷茫,性格上的软弱,我们担忧的正是如此,也是我们一而再地呼唤阳刚之气的原因。

体者,载知识之车而寓道德之舍也。阳刚之气内涵丰富,其中众多品质的培养,都离不开体育,这是由体育本身的特性决定的。在育人的过程中,我们需要以体育使人身心强健,蓬勃向上。同样,我们还需要学校、家庭、社会三合力,对青少年共同培养。体育老师在其中更是要承担艰巨的责任,需要挖掘体育的精神要素,改进教学方式,丰富课程内容,提升教学理念,更要在课程中“加刚”,加大相应的训练强度。最终把好关口,设立严格的考核制度,杜绝体育课出现所谓的“放羊式教学”,对各个方面都需要不断地提高要求^[10]。对青少年的阳刚之气的培养,这对我们这个快速发展的民族来说是极其重要的,对组织者和广大青少年而言,切莫不能

贪图眼前的安逸,要以青少年的发展为中心,重塑青少年的阳刚之气。

参考文献

- [1] 王美. 阳刚与权力:对我国男孩“阳刚教育”的省思——基于康奈尔男性气质理论[J]. 上海教育科研, 2015(11):18-21.
- [2] 叶珏,徐波. 试析学校体育对青少年社会性格的影响[J]. 心理科学, 2007(3):735-736.
- [3] 安彦伟. 初中体育教学中学生意志品质的培养[J]. 教学与管理, 2013(27):119-121.
- [4] 张新贵. 试论体育教学如何培养女性化男生的“阳刚精神”[J]. 当代体育科技, 2019,9(1):99-100.
- [5] 张丁曼,胡连峰. 建构游戏中大班幼儿意志品质发展现状调查[J]. 陕西学前师范学院学报, 2019,35(7):80-85.
- [6] 王利国,程传银,赵富学,等. 规则与竞争:学校体育游戏范式研究[J]. 体育科学, 2016,36(11):3-11+30.
- [7] 何秋华,刘夫力. 课余集体体育锻炼对促进大学生心理健康的研究[J]. 体育学刊, 2002(5):59-61.
- [8] 刘继志. 课余锻炼对中南区高等农业院校学生心理健康的影响[J]. 山东体育学院学报, 2010,26(5):93-96.
- [9] 明月. 教师的个性心理特征对学生心理健康的影响[J]. 教育理论与实践, 2017,37(23):33-34.
- [10] 赵犇,王晓芳. 重塑“阳刚之气”:学校体育教育改革新探[J]. 体育学刊, 2020,27(1):76-79.

(上接第2页)

第四,要构建科学的传承机制,有教师、有资源、有课程、有方法。

5 结语

把优秀传统文化融入高中德育课堂是对学生人文素养的再教育,高中学生多抱着“高考改变命运”,如同一座座“王屋太行山”,因其各自的差异或大或小,要怎么通过读书和奋斗来提升自己的生活水平甚至是改变自己的命运,都可以从中得到启示。作为德育教师,也应该竭尽自己的努力,

为学生的阶段性成长需要探索出科学合理的教学策略。

参考文献

- [1] 崔琦. 中华优秀传统文化融入高中《生活与哲学》教学的对策研究[D]. 呼和浩特:内蒙古师范大学, 2021.
- [2] 张扬. 中华优秀传统文化融入新时代高校德育工作研究[J]. 绥化学院学报, 2021,41(3):131-133.
- [3] 田媛媛. 中华优秀传统文化融入大学生德育教育[J]. 汉字文化, 2020(22):184-185.