体育休闲视域下学校体育人文精神的回归路径

Study on the Returning Path of Humanistic Spirit of School Sports from the Perspective of Sports Leisure

马思远
MA Si - yuan

摘 要:体育休闲的本质是休闲,是人类摆脱体育的生存和工具需要后的本性归真。采用文献资料法、专家访谈法和逻辑分析法,探析体育人文精神的内涵,近现代我国学校体育人文精神遗失的文化根源和体育休闲的本质。研究认为,体育人文精神是以人为中心和准则的体育哲学,表现为体育对人类身心全面发展的人性关怀和对人类生存意义及价值的追求;我国学校体育教育长期受功利主义、军国民体育思想和体质教育观等影响,造成体育人文精神缺失并酿成严重后果;体育休闲蕴含丰富的人文精神内涵,其人文理念重构校园体育文化,契合学校体育人文精神回归的诉求,能有效促进学生健康生活方式的养成,促使学校体育人文精神的回归;重视体育休闲教育,建立正确的体育休闲观念,研究体育休闲文化理论,掌握体育休闲技能是实现学校体育人文精神回归的基本路径。

关键词:体育人文精神;学校体育;体育休闲;教育;回归路径
中图分类号:G80 - 05 **文献标识码**:A **文章编号**:1008 - 2808(2021)06 - 0017 - 06

Abstract: The essence of sports leisure is leisure itself, which is returning to nature of human beings after getting rid of the need of sports as subsistence and tools. By means of literature review, expert interview and logical analysis, this paper aims to explore the connotation of humanistic spirit of sports, the culture root of the loss of humanistic spirit in school sports in modern China and the essence of sports leisure. The research suggests that the sports humanistic spirit is a kind of sports philosophy that is human - centered and regards people as norm, showing the humanistic care for the all - round development of human body and mind as well as the pursuit of the meaning and value of human existence exerted by physical education; School physical education in China is chronically affected by the influences of utilitarianism, military national sports thought and constitution physical education concept, which leads to the lack of humanistic spirit in sports and to other serious consequences; Sports leisure contains rich humanistic spirit connotation, and its humanistic concept reconstruction of campus sports culture, in line with the pursuit of the returning of humanistic spirit of school sports, can effectively promote the cultivation of students´healthy lifestyle and

收稿日期:2020 - 02 - 21;**修回日期**:2021 - 06 - 11
基金项目:2017年度全国教育科学"十三五"规划课题(编号:BLA170224)。
作者简介:马思远(1974 -),男,副教授,博士,研究方向为体育人文社会学。
作者单位:首都体育学院 休闲与社会体育学院,北京 100191

the returning of humanistic spirit of school sports; The basic ways to realize the returning of humanistic spirit of school sports are to attach importance to the education and the correct concept of leisure sports, to study the theory and master the skills of leisure sports.

Key words: Humanistic spirit of sports; School sports; Sports leisure; Education; Returning ways

体育源于生活并从劳动中逐渐分离出来,丰富了人类的生活,不自觉地促进了人的发展,这是一个漫长的人类文明演进过程。当体育成为教育的内容和手段时,它由原来的不自觉状态逐渐转变成自觉育人的过程,并卓有成效地推动了人类的健康发展。可以说,人类从野蛮走向文明,体育对完善人格、健全体格、启发心智、呵护健康等方面起到了重要作用,体现了体育丰富的人文内涵和人文精神。

当西方体育从器物层面以兵操的形式传播到我国时,恰逢国民体质羸弱、内忧外患和民族危机。为了救国图强,国人怀着"强国强种"的民族情怀,尚武健体,意欲摘掉"东亚病夫"的帽子。但由于时局动荡,国人根本无暇顾及和深究体育更深层次的对人性关怀的文化精髓,而自然将注意力集中在其较为实用的强健体魄上。新中国成立后,为了巩固国防、保家卫国和工农业建设,体育实用为兵操和体质教育;21 世纪,当"健康第一"的教育理念载不动学校体育"健康"使命时,扭转不了学生体质持续下降的困局时,学校体育再次饱受诟病。本文从解析体育的人文精神内涵着手,研究我国近现代学校体育人文精神迷失的历史原因和文化根源,探究契合学校体育人文精神回归的路径。

1 体育人文精神

"人文"一词最早见于《周易·贲卦·彖传》:"刚柔交错,天文也;文明以止,人文也。观乎天文,以察事变,观乎人文,以化成天下。"指的是人事之理,有"人伦""德化"之意,与西方的"人文"(humanity)意义有所区别,西方的"人文"是针对神学而言的,意指"人性""人本",其旨在从神学宗教的一元化专制桎梏中解放出来,实现人的思想和精神自由[1]。这种以人文为本体,创造、表达人性化自由和价值追求,即"人文精神"。

人文精神源于古希腊文哲史兴起时对教育的重视,包括对身体教育的重视。身体教育中那些体现人类对自身的重视和关怀,强调"人本""人性"的东西,即体育人文。体育人文精神是以人为中心和准则的体育哲学,即从人性的角度出发思考体育的本质问题,肯定了"人"的地位和体育对人的作用,表现为要求个性解放、思想自由和身心健康发展,其核心价值体现为体育对人类身心全面发展的人性关怀和对人类生存意义及价值的追求。

欧洲的启蒙运动和文艺复兴等文化运动,发扬和继承了体育对人的身心关怀等人文理念,并且积极倡导古希腊身心和谐健康发展教育,这也直接导致了近现代体育人文精神的诞生。

2 学校体育人文精神遗失的根源与后果

2.1 学校体育人文精神遗失的根源

19 世纪中叶,清朝统治经历两次鸦片战争的失败和农民运动,面临内忧外患的巨大危机,意欲徐图中兴,唯有"师夷长技以自强"。在此背景下,西方体育随洋务运动传播到中国。受"师夷制夷"和"中学为体,西学为用"等功利主义思想影响,西方体育仅以兵操等形式在我国学校中传播。第一次世界大战后,西方自然主义体育思想乘着新文化运动的思潮来到了中国[2],由于时局动荡,国人体质羸弱,学校根本无暇顾及和深究体育对人性关怀的文化精髓,必然将注意力集中在其较为实用的强健体魄上。西方体育作为图强救国的工具进入中国,主要目的在于军事操练、"野蛮其体魄"和洗刷"东亚病夫"的耻辱,满足了民族"强国强种"的迫切需要,其人文精神无奈地遗失了。

五四新文化运动提倡民主、科学,倡导文化革新和思想解放,反对封建传统和专制,提出"重新估定一切价值"[3],将我国传统的具有直觉思维的养生、"阴阳五行""经络"和"气"等文化作为批判对象。诚然,这些与以现代医学为基础、极具强身价值且内容丰富新颖的西方近现代体育体系相比,近乎"背离"了新文化运动所倡导的"理性"与"科学"。在对传统文化的批判声中,尽管有"兵操存废"和"土洋体育"之争,但实际上,因强悍的军国民主义思想的影响,传统的民族民间"土体育"只

能让位于强势的具有实用价值的“洋体育”，“土体育”中的保健、养身等人文理念在军国民主义思想教育中逐渐消失殆尽。

新中国成立后，体质观盛行。长期以来，“增强体质”在学校里被视为体育的本质功能和教育的最主要目标。21 世纪初，体育新课标提出“健康第一”指导思想充满人文关怀，然而“新的课程标准未经科学实验就草草推行”[4]所倡导的“教师主导和学生主体”教学模式受体育教师文化素养等因素的影响，结果出现教学内容“荒诞化”、教学组织形式“体质达标程式化”、传授运动技能“避难就易简单化”、兴趣培养“迎合化”、教学评价“客气化”等诸多问题，学生体质持续下降。

西方体育以器物文化传入中国，遗失了人文精神；军国民教育思想强化军事技能，摒弃传统人文理念；一维体质观过分强调体育教育的生物属性，单纯追求体能发展和体质水平的提高，脱离了体育教育的教育性和教养性。学校体育教育因长期游离体育人文精神，必将酿成严重后果。

2.2　学校体育人文精神遗失酿成的后果

当西方体育传入中国时，灾难深重的中国没有植根人文精神的土壤；五四新文化运动批判和否定中国传统文化，否定中国传统的养生观念；新中国成立后，军国民体育思想、体质教育观，这些带有强制性和工具性的体育，无法给体育人文思想孕育的温床[5]。直到上个世纪 80 年代人文学科解禁，体育人文学科才得以恢复、重建。然而，学校体育不论是“西学”兵操，效仿“苏式”的体育教育，还是今天我们依然重视的“体质教育观”，在很大程度上，皆因满足不同时期的军事、政治、经济等发展的需要，工具化了学校体育教育。这种有“物”无“人”的教育，既缺乏东方文明中养身文化的血脉，又缺乏西方文明中人文价值滋养和对体育文化本位理解缺失的空壳体育[6]，积重难返，难以形成学校体育理论的文化核心，并制约着我国学校体育科学发展和体育理论创新。

3　体育休闲蕴含的人文精神

3.1　休闲的本质

人存在的本质在于人要“成为人”。休闲是人的生命的一种状态，是一个人完成个人与社会发展任务的主要文化空间，是“成为人”的过程[7]。成为人意味着人要不断发展各种能力，获得自由和幸福，达到人性的完善和不断接近人的本真状态[8]。对此，马克思认为，休闲是个人受教育的时间、发展智力的时间、履行社会职能的时间、进行社交活动的时间、自由运用体力和智力的时间[9]。所以，休闲是人为了实现个人自由全面的发展，在自由时间里从事的活动；而这种活动是独立于劳动过程之外的，对生命意义和快乐的探索[10]。然而休闲在其演化的过程中长期被异化、耻化，直到“冷战后的后工业革命时期随着暴力淡化，冲突、对抗趋向缓和以及现代高新科技的发展，休闲才又被赋予更多的人性关怀，它根源于人性、成长于人性、发展于人性、提升并完善于人性，又反过来服务人性、成就人性、完善人性、使人健康幸福、使人性达致自由”[11]。休闲滋润了人的心灵、精神和个性，体现了休闲的人文本质。

在新世纪中，休闲已经成为人类生活的中心内容，人们将不满足于生活的富裕、物质生活水平的提高，而是追求更高层次的充实的精神生活，人们将更加关注生命的质量、身体的健康和自由全面发展。

3.2　体育休闲的人文内涵

体育从劳动和生活中分离出来，成为人类休闲最重要的形式之一，无论从人的自然属性还是社会属性都决定着它的人本性，即体育是为“人”服务的，是为人的身心健康和自由全面发展服务的。体育休闲活动的起源与休闲的起源二者紧密联系，早在原始社会就有体育休闲活动的萌芽。

体育休闲是近现代工业化发展的产物。随着生产力的发展，体育逐渐从体力劳动的补偿性中摆脱出来，与谋生性劳动和工具需要无关时，才真正实现体育休闲。“人类学家的考察告诉我们，休闲与体育是与人类成长相伴的活动，它们相互依存，存在于个体、群体及社会活动中”[12]。休闲作为一种特殊的文化形态，它往往以渗透、融合、感染、凝聚、净化等多种形式影响人的生活方式和生命质量[13]。在人们的传统观念中，休闲活动与玩耍密切相关。但随着时代发展，这一固有观念逐渐被打破，越来越多的人意识到休闲不仅意味着娱乐，更包含了全面发展和自我进步的理念[14]。

体育休闲是体育的重要内容，也是休闲的一种重要形式，它以增进身心健康，丰富和创造生活情趣，完善自我为目的，其特点具有文化性、自由性、非功利性和自愿性等。在人的生命里，要将人的各阶段思想、身体和精神融入到体育休闲活动之中，

并使其成为生活方式。体育休闲对增强每个人的自身价值感受,充沛人的体力和精神力量,能极大限度地促进人类发挥生理、心理、体力以及社会潜能;它能使个人从保持身体运动的过程和经历中获取积极的力量;它激发了我们控制自身健康的信心和增强了我们自己掌握人生航向的重要意识。通过体育休闲可以远离消极颓废的生活,建立健康的生活方式;能缓解精神压力和紧张的情绪,享受身体运动娱乐;可以启发心智,营造美好的生活情趣和提升创新能力;能激发挑战精神,实现体育运动的高峰体验;对树立体育休闲伦理观,构建良好的人际关系,更好地融入社会和乐于担当社会责任都具有重要的社会现实意义和人文价值。

4 体育休闲契合学校体育人文精神回归的诉求

4.1 体育休闲人文理念重构校园体育文化

“体育休闲已经被看做是生活中不可或缺的重要组成部分,是人们进行自我评估、塑造自我形象的良好手段”[15]。基于休闲的人文价值理念,美国著名的休闲研究教授杰弗瑞·戈比认为:“对休闲的利用将对中国广大的人民群众的身心健康与生产效率发挥极为重要的作用……每个文化都不断地对休闲进行构建和重构,中国也正在对休闲进行重构;我们真诚地希望这一重构将产生辉煌的成果”[16]。

学校体育受功利主义、军国民体育思想和体质教育观等影响,特别是经历了种种探索和改革之后,体育休闲人文理念进校园对学校体育文化进行构建和重构,这是教会学生如何支配余暇时间,热爱运动和生活,娱乐身心的需要;是启发学生心智,塑造和发挥学生主体性的需要;是历练学生顽强拼搏、刻苦训练、激发挑战精神的需要;是培养学生社会责任担当和乐观积极向上的人文情怀的需要。然而,我们总有人忌惮休闲理念进校园会重蹈各种教学理念“满天飞”和体育课堂“放羊式”的覆辙,这是对休闲的误解和对体育休闲人文精神的曲解。体育休闲人文理念重构校园体育文化,对促使学校体育人文精神回归具有重要意义。

4.2 体育休闲促进学生健康生活方式养成

现代工业文明发展所带来的双重后果凸显了构建和谐的生存方式和生活方式的重要性,引起了当代休闲理论研究家和体育学者的极大关注,这是体育休闲开始走向自觉的契机[17]。过去由于历史、政治、军事、经济和文化等原因,我国鲜有青少年的休闲娱乐教育,那种长期追求体质效果,把游戏、竞技、休闲和娱乐等一概逐出学校体育的狭义做法,其教训是相当严重的。实践证明,具有独立思考和创新能力的人才,一定需要体验休闲娱乐带来的自由游戏境界,否则我们培养最优秀的人才也只能是勤奋劳作的工具。学校体育理应用理性人文的眼光去发展学生,重视体育休闲游戏对人性本真的唤醒,让学生真正享受身体娱乐教育;用竞技体育的人文精神,激发学生挑战自我的热情。

休闲时代到来,现代科技的突飞猛进与经济的快速发展,人们更加注重生命和生活的质量,同时也改变了人们的生活方式,特别是一些不健康的生活方式,不仅影响人的体质健康,也诱发许多心理疾病和社会问题。体育休闲在很大程度上能较好地实现自我调节,缓解压力,成为预防与消除现代文明病的良方,是现代人生活中的“调味剂”;体育休闲作为现代人健康生活方式的重要内容,对正在生长发育和习惯养成的青少年学生来说,真正学会体育休闲,养成健康的生活方式,对促进身心健康协调发展,构建和谐社会,实现强国梦具有重要的现实意义。

5 学校体育人文精神的回归路径

5.1 重视体育休闲教育

“教育是一个引导人自我完善、人性丰满的过程”[18]。早在1860年,英国著名教育思想家赫伯特·斯宾塞就在《教育论》中专门讨论“余暇运动的教育”,他认为“不能教会孩子们支配余暇时间的教育是一种不完整的教育。”1918年,美国联邦教育局就将休闲教育列为高中教育的一条“中心原则”。美国学者E·Nixon也认为,“不对学生进行消遣教育,学生一走出学校就会迅速老化”。

美国著名经济学家约翰·纳什关于休闲层次理论(见图1)告诉我们,休闲有高低层次之分,高品质的休闲需要通过休闲教育才能实现。同样,高品质的体育休闲也需要教育才能实现。过去,由于受到“闲是生非”“游手好闲”等传统文化对“闲”的异化和曲解,时至今日,体育休闲在学校体育中依然得不到应有的重视。香港浸会大学Atara Sivan教授认为,青少年参与休闲活动对其未来发展具有潜在重要影响,学校应重视体育休闲教育,要帮助青少年选择他们喜爱的活动,以支持青少年的休闲发展[19]。

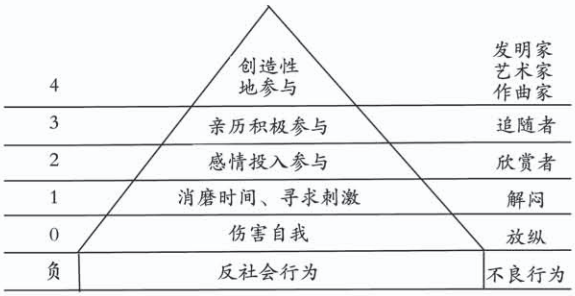

图 1　约翰·纳什的休闲分层理论图

5.2　建立正确的体育休闲观念

基于我们休闲思想观念落后和休闲层次总体偏低，首先要建立正确的体育休闲观念。充分、正确认识体育休闲的价值，明确体育休闲的层次，是建立正确的体育休闲观念的前提。体育休闲应当坚持“乐而不流”“乐而有度”的价值取向，体育休闲在“善与恶”“美与丑”“圣与俗”“真与假”等价值体系中只有选择正价值，排除负价值，才能实现体育休闲的真正价值[20]。过去由于我们异化休闲，以至于把体育休闲简单理解为娱乐体育、享乐体育，这是不全面的，甚至是肤浅的。实际上，体育休闲不仅是一种教育手段和健康的生活方式，更是一种最自由、最本真、最具有创造力的运动休闲过程；它不仅寻求健康运动的快乐，更是寻求体育运动生命的意义。

5.3　科学研究体育休闲文化理论

早在古希腊，哲学家们就把哲学与休闲联系起来，认为“哲学是制造和谐生活的相容性知识，为我们提供了宁静和自由。”[21]休闲是自由地选择，知识则启示我们聪明地去选择，因此，休闲哲学观决定一个人以什么样的方式去追求幸福，所以，幸福是哲学的成就，更是休闲哲学的产物。我国休闲文化研究起步较晚，当下的休闲重实践体验，轻文化理论研究。美国的休闲发展经验告诉我们：休闲理论对于实践的作用影响非常大，特别是休闲哲学、休闲教育，它能让休闲决策者、规划者和经营者明确方向、目标和目的。早在上个世纪 90 年代，于光远先生就认识到“要玩的有文化，要有玩的文化，要研究玩的学术……”[22]的重要性。同样，体育休闲文化也需要研究。我们不因传统文化异化休闲而耻于谈体育休闲教育，也不因疏忽体育休闲文化研究，导致过度追求物质的体育休闲产业而偏离了方向。因此，要实现学校体育人文精神回归，我们必须要深入研究体育休闲文化，掌握体育休闲相关理论知识，才能真正地懂得体育休闲，并赋予体育休闲更丰富的人文内涵，指导体育休闲实践，做到休而有节、休而有礼、休而有为、休而善为。

5.4　掌握体育休闲技能，实现学生全面自由健康发展

运动休闲是体育休闲最重要的形式，没有运动技能支撑和载体，体育休闲就难以实现。运动技能水平与体育休闲质量存在一定的关系，一般而言，运动技能水平越高，体育休闲体验的品质也相对较高。体育休闲技能的习得需要通过一定周期的学习、训练与实践，逐步掌握体育休闲技能。体育休闲技能水平越高，参与体育休闲运动兴趣越稳定。因此，加强对学生体育休闲技能教育，掌握必要的体育休闲运动技能，是实现学校体育人文精神回归的重要环节。

实现学生全面自由健康发展是体育休闲教育的高级阶段，也是实现学校体育人文精神回归的最终目标。唯有从政策、制度上重视体育休闲教育，建立科学的体育休闲观，较为深入地研究体育休闲文化，掌握体育休闲技能，有效施行个性化体育休闲教育，激发学生广泛兴趣和想象力，提升学生思考力和创造力，才能实现学生全面自由健康发展（见图 2）。

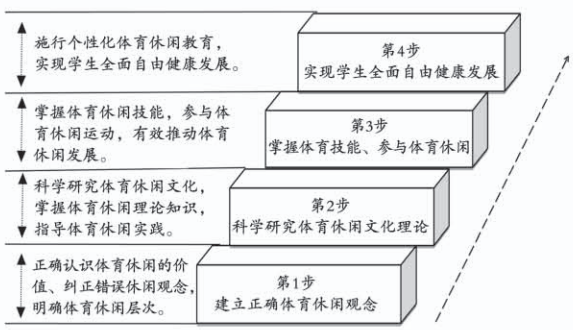

图 2　实现体育休闲教育途径图

6　结　语

西方体育以器物文化传入中国，由于历史的种种原因，学校体育遗失了人文精神，并酿成严重后果。体育休闲蕴含丰富的人文内涵，契合学校体育人文精神回归的诉求。体育休闲人文理念进校园重构校园体育文化，对促成学生健康生活方式的养成，促进学生身心健康、社会和谐具有重要人文价

值，能有效促使学校体育人文精神回归。休闲时代，我们应该深刻地认识到，不因传统观念的偏见和学生体质持续下降的现实而因噎废食，缄口不言休闲理念走进校园，这种游离体育休闲人文的关怀，对学校体育造成巨大损失和伤害，破坏学校体育的发展。相反，我们要放眼未来，在大力倡导体育休闲的人本性、价值和意义的同时，加强研究体育休闲文化理论，制定科学的体育休闲教育制度和政策。通过体育休闲教育，让学生建立正确的体育休闲观念，掌握体育休闲技能，真正实现学校体育人文精神回归，为国家培养出赋有人文情怀的，心智健康和人格健全的全面自由发展的高质量体育人才。

参考文献：

[1] 卢元镇. 体育人文社会科学概论高级教程[M]. 北京：高等教育出版社，2003：24.

[2] 体育史教材编写组. 体育史[M]. 北京：高等教育出版社，1996：120.

[3] 王立群，赵继伦. 中国传统文化观的理性反思[J]. 社会科学战线，2014(8)：54－56.

[4] 高嵘，张建华，毛振明. 对我国基础教育体育与健康课程改革问题的反思[J]. 北京体育大学学报，2007(1)：74－77.

[5] 陈德敏，向勇. 中国学校体育呼唤体育人文精神回归[J]. 武汉体育学院学报，2006(5)：99－102.

[6] 胡晓明. 体育休闲论[M]. 成都：四川科学技术出版社，2008：38.

[7] 吴文新，张雅静. 休闲学导论[M]. 北京：北京大学出版社，2013：4.

[8] 金雪芬. 论休闲的人学内涵与价值[J]. 齐鲁学刊，2012(6)：74－77.

[9] 中共中央马克思恩格斯列宁斯大林著作编译局. 马克思恩格斯全集[M]. 北京：人民出版社，1975：287.

[10] 张宏宇. 运动休闲异化的哲学反思[J]. 哈尔滨体育学院学报，2016(1)：53－56.

[11] 吴文新，张雅静. 休闲学导论[M]. 北京：北京大学出版社，2013：5.

[12] 马惠娣. 休闲与体育的文化渊源及现代意义[J]. 上海体育学院学报，2010(1)：1－5.

[13] 马惠娣. 休闲：人类美丽的精神家园[M]. 北京：中国经济出版社，2004：71.

[14] 方青，郑航. 释放与交往：体育休闲空间的社会学析[J]. 哈尔滨体育学院学报，2016(6)：1－6.

[15] 克里斯多弗·R. 埃廷顿. 休闲与生活满意度[M]. 杜永明译. 北京：中国经济出版社，2009：4.

[16] [美]杰弗瑞·戈比. 21 世纪的休闲与休闲服务[M]. 张春波，等译. 昆明：云南人民出版社，2000.

[17] 渠彦超. 我国体育休闲研究的发展路径探微[J]. 哈尔滨体育学院学报，2015(5)：37－41.

[18] Kant. Education. Translated by A. Churton [M]. The University of Michigan Press, 1971：180.

[19] 王琰，邓茹月，郑夏童. 2019 体育休闲国际会议在杭州召开[J]. 浙江大学学报(人文社会科学版)，2019，49(6)：146.

[20] 周爱光. 儒家休闲哲学与体育休闲观[J]. 体育科学，2008(11)：72－77.

[21] Durant，Will. The Pleasures of Philosophy[M]. New York：Simon and Schuster，1981：12.

[22] 于光远. 论普遍有闲的社会[M]. 北京：中国经济出版社，2005：112.

[23] 赵洪波，胡顺鼎. 学校体育供给侧结构性改革研究[J]. 南京体育学院学报，2020，19(2)：11－16.

[24] 朱乔. 我国学校体育发展过程的演进与缺失[J]. 南京体育学院学报，2019，18(12)：54－58.