

乡村中学体育课程中融入生命教育的现实困境与突破路径

谯一诺 张宝华* 陈冰瑜

佳木斯大学, 黑龙江 佳木斯 154007

[摘要] 生命教育是素质教育的重要组成部分,旨在激发学生对生活的热爱,学会对生命负责、对社会负责,以促进学生身心的健康发展。乡村中学学生处于生长发育关键阶段,应在体育课中注重培养学生对生命的认知和对生活的热爱。生命教育在融入乡村中学体育课程中面临着缺乏外部支撑和内部资源条件有限的困境。国家政策带头引领、剖析并回归学生自身需求、创新体育教学课堂,落实“学、练、赛、评”一体化教学模式,有助于乡村中学体育课程中全方位实施生命教育,进而促进学生更好的全面发展。

[关键词] 农村中学; 生命教育; 中学体育; 体育课程; 突破路径

DOI: 10.33142/jscs.v4i4.13572

中图分类号: G633

文献标识码: A

Realistic Dilemma and Breakthrough Path of Integrating Life Education into Rural Middle School Physical Education Curriculum

QIAO Yinuo, ZHANG Baohua*, CHEN Bingyu

Jiamusi University, Jiamusi, Heilongjiang, 154007, China

Abstract: Life education is an important component of quality education, aimed at inspiring students' love for life, learning to be responsible for life and society, and promoting the healthy development of students' physical and mental health. Rural middle school students are in a critical stage of growth and development, and physical education classes should focus on cultivating students' awareness of life and love for life. The integration of life education into rural middle school physical education curriculum faces the dilemma of lacking external support and limited internal resource conditions. The national policy takes the lead in guiding, analyzing and returning to students' own needs, innovating physical education teaching classrooms, and implementing the integrated teaching mode of "learning, practice, competition, and evaluation", which helps to comprehensively implement life education in rural middle school physical education curriculum and promote students' better comprehensive development.

Keywords: rural middle school; life education; middle school physical education; physical education curriculum; breakthrough path

引言

2021年10月,教育部关于印发《生命安全与健康教育进中小学课程教材指南的通知》,明确提出“良好的学校生命安全与健康教育有助于学生树立正确生命观、健康观、安全观,养成健康文明行为习惯和生活方式,自觉采纳和保持健康行为,为终身健康奠定坚实基础。将生命安全与健康教育全面融入中小学课程教材,是实现生命安全与健康教育系列化、常态化、长效化的重要举措,对培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人具有重要意义”^[1]。《义务教育体育与健康课程标准(2022版)》指出要将生命安全与健康重大主题教育有机融入课程,增强课程思想性^[2]。

随着时代的发展和社会的进步,人们日益认识到生命安全与健康教育在青少年成长过程中的不可替代性。中学阶段作为青少年身心快速成长的关键时期,不仅是个体形成稳定世界观、价值观的重要时期,也是培养其健康生活习惯、提高自我保护能力的关键节点,体育与健康课程教学是培养中学生健康素养和安全意识的重要途径。然而在农村地区,教育资源的稀缺性与教育实践中的过度实用主

义倾向,限制了学生全面生命成长。因此,如何将生命安全健康教育融入乡村中学体育与健康课程中,亟待解决。

1 生命教育意蕴

1.1 生命教育基本内涵

生命教育(Life Education)是由美国学者杰·唐纳·华特士(J. Donald Walters)在1968年首次明确提出的。华特士的生命教育最初主要针对的是当时美国社会中日益严重的青少年自杀、轻生等问题。他希望通过教育,使青少年能够了解生命的起源、发展和终结,从而更加珍视生命,尊重生命,热爱生命。

生命教育核心在于培养学生珍视且尊重自己和他人生命、提高在各种环境和情况下生存的能力和认识、接纳自己并实现自我价值,其倡导人的全面发展,树立正确三观,涵盖身心健康、情感发展、社会责任等多个方面。

1.2 在乡村体育课程中融入生命教育的独特价值

1.2.1 体育课程是生命教育的关键环节与平台

在我国乡村,生命教育被简单理解为“安全教育”,忽视其对生命品质的塑造和心理韧性 with 幸福感建设。目前乡村中学没有专门的“生命教育”课程,生命教育主要靠

各学科渗透进行教学。体育课程作为落实生命教育的关键环节与平台,具备得天独厚的优势,体育锻炼本身是缓解紧张情绪和释放压力的有效方式。从哲学的“存在论”视角审视,体育课通过有意识的身体活动实践,对个体作为现实且自然的生命体进行塑造,实现了一种规定性的转变^[3]。这一过程不仅促进了从自然生命向社会生命的质变,让个人在社会结构中找到定位,还进一步引领了对精神层面的超越,启迪心灵成长,展现了体育教育在促进人的全面发展方面的深刻意义。“教育的本质是生命教育”,因此,学校体育教育的本质同样是在学校这一特定场域通过身体的手段进行的生命教育运动^[3]。

1.2.2 体育课程为学生提供直接体验生命教育核心价值的机会

体育课程中的体育规则教育、比赛体验、运动合作等活动,可以有效地向学生传达生命教育的核心理念,例如:体育规则教会学生遵守纪律和尊重规则的重要性,这是社会生活的基础。通过学习比赛规则,学生学会公平竞争、诚实守信,理解规则存在的意义是为了保障每个人的权益和安全,这与生命教育中强调的法律意识、道德规范和社会秩序紧密相关。此外,通过比赛,学生体验成功与失败,学习如何面对挑战、处理压力,以及如何在逆境中保持积极向上的心态。这种经历对于培养学生的韧性和抗挫能力至关重要,是生命教育中关于勇气、坚持和自我超越的生动体现。像团队体育项目如篮球、足球等要求队员之间密切配合,共同为团队目标努力。在合作过程中,学生学会倾听他人意见并发挥各自优势,这不仅增强了他们的社交技能、培养了集体荣誉感、也深化了对团队协作价值的认识。生命教育中的互助、尊重和共同成长的理念,在体育合作中得到具体实践。由此,体育课可以培养中学生对生命的敬畏之情,培养学生的抗挫折能力、增强学生责任感并树立正确生命观。

2 乡村中学生生命教育困境

2.1 乡村中学教育环境分析

随着国家经济结构的调整,城乡二元结构矛盾愈加凸显。乡村教育中的资源本就相对有限,再加上教育功能存在“应试主义”“工具主义”的倾向,乡村中学生生命教育面临各方阻碍。

2.1.1 外部缺乏支撑

在政策方面,乡村学校生命教育缺少相关政策支持,包括专门的、系统的生命教育政策保障和生命教育相关的立法保障^[4]。

学校的现状体现在教学设施较为基础,管理及设施建设有待加强,这限制了校方组织多元化的生命教育活动的的能力,难以有效地规划和实施系统化的课程教学及实践活动。

教育资金短缺也是乡村学校面临的问题,这直接制约了学校在基础学科之外开展更多样化的教育项目,生命教

育活动也因此受限。资金不足不仅影响到教师薪酬,降低了工作积极性,还造成了优质师资的流失与吸引新人才的障碍。另外教师对生命教育理念也没有系统培训,导致教师感觉“心有余而力不足”,进一步加剧了乡村学校在推进生命教育方面的困境。

2.1.2 内部资源有限

从经济条件这一根源引申分析,乡村家庭经济基础相对薄弱,家长在时间与资源分配上往往侧重于孩子基本生活保障和学习成绩,对于培养孩子良好生活习惯和思想品质等生命发展其他关键方面显得力不从心。且乡村家庭家长多从事农业或外出打工,经常依赖长辈来进行子女的监护,老龄监护人普遍受教育程度有限,再加上“隔辈亲”溺爱现象严重,无法对孩子进行正确引导,使得在家庭环境中有效实施生命教育成为一大难题。

2.2 乡村中学学生特点

2.2.1 身体机能快速发育

中学生正处在快速生长发育的关键时期,此时他们的身体机能展现出旺盛的活力,但骨骼和肌肉系统尚未达到完全成熟的阶段,运动过程中容易受到损伤。乡村中学生需要掌握正确运动技能^[5],提高自我保护能力。

2.2.2 心理发展尚待完善

中学是三观形成的重要时期,学生的认知能力快速发展并开始关注自我,但心智尚不成熟且情绪波动大,容易缺乏安全感甚至心理压抑。乡村中学生在生活、教育条件相对落后的情况下,可能引发无助、自卑、情感缺失等心理倾向;再加上沉迷电子产品,网络环境纷繁复杂,使未成年学生的生理成熟期明显提前,极易产生生理、心理和道德发展的不平衡现象^[6],引发价值观混乱、生活迷茫等精神倾向。

2.2.3 生活环境冗乱复杂

乡村地区环境复杂且居民点分散,安全隐患层出不穷。由于地理位置和社会条件的特殊性,若缺乏教师和监护人的密切指导与监管,学生极易卷入各类突发危险情境,比如不慎溺水、意外触电、异物误入口鼻或是被动物咬伤,这急需对乡村中学生进行生命教育,让他们掌握基本急救知识和技能,保护自己和他人的生命安全。

2.3 乡村中学体育课程融入生命教育的现状

2.3.1 相容程度不高

目前生命教育在农村课程体系中融入程度不够深,本就未能充分贯穿于各类课程与活动中。相较于城市中学,乡村中学可能面临体育基础设施不足、专业教学人员匮乏以及教育资源分配不均的问题,限制了生命教育深入多样化体育活动。并且由于乡村教师缺乏针对性的培训,在融合生命教育于体育课程时,可能受限于自身的知识结构和教学技巧,难以将二者恰当融合。再加上体育课程重技能实践教学缺乏素养培育,教学模式应试化,教法创新与多样性不足,生命教育实施方法较为单一,仅能满足在体育

课时不受伤，难以适应学生的多元化学习需求。

2.3.2 缺乏各界重视

在推动乡村生命教育发展的过程中，缺乏来自政府层面的有力政策扶持和导向性文件，这可能导致资源配置不足、实施方向不明晰以及推广力度不够，进而影响生命教育的有效普及与深化。相较于文化课程，部分教育工作者、学生及家长可能尚未充分认识到体育教育及生命教育的紧迫性和重要性，导致这两门课程在乡村实际教学中的边缘化现象。且由于乡村中独特生活节奏和经济压力等因素，监护人往往难以在孩子的体育活动和生命教育上给予足够的关注和支持，加之乡村社区资源有限，外部助力不足，所以目前生命教育融入乡村中学体育课程得不到重视。

2.3.3 成效难以衡量

最新修订的《义务教育体育课程标准（2024年版）》，更加注重过程性评价和多元评价，关注学生在学习中的情感、态度、合作等方面。但体育学科的评价体系目前仍偏向于量化的成绩指标，主要聚焦于运动技能的掌握程度和体质健康的改善，而相对忽视了健康行为习惯的养成以及体育精神和品德方面的评价。在评估生命教育效果时缺乏统一、科学的标准和机制，导致教育成效难以准确衡量与反馈，影响了体育教学中生命教育教育质量的持续改进。

3 乡村中学体育课程中融入生命教育的突破路径

3.1 国家层面带头引领，落实政策保障

2024年两会期间，全国人大代表张顺勇建议，国家层面加强心理普查和摸底科研，建立学校常态化危机预防和干预体系，发展基于中国文化教育特点的心理危机测评体系和网络测评系统，研制《生命教育国家课程标准（纲要）》，科学编制和有效使用地方生命教育读本，建立健全国家生命教育资源库，将生命教育纳入教师教育内容和通识培训^[7]。教育部门应出台具体政策指导乡村学校如何有效实施体育与生命教育的融合，并提供必要的资源和资金支持，比如教学设备、教材开发、师资培训等。

3.2 回归生命本质，重视学生需求

乡村中学的体育教学应当回归生命教育的本质，确立以关怀每个学生生命成长为核心的体育教育理念。重视学生生命体验，建构生命张力的体育课堂。在优化体育教学体系的过程中，需全面融入生命教育元素，确保从课程规划直至评价机制，均围绕提升学生的生命质量和促进身心和谐发展的长远目标来设计。学校体育应深刻体现生命的根本属性，追求教育过程中对生命尊重与价值实现的内在统一，促成生命教育与体育实践的深度融合。同时教学要跳出应试教育思维，以学生的身心健康发展和终身体育为教学最终落脚点。通过体育活动，让学生亲身感受到生命的活力，深刻理解生命的深层含义。

3.3 整合创新课程内容，发挥体育课堂的主体地位

学校是乡村学生接受系统生命教育的主要场所，因此

丰富的体育课程内容和正确的体育指导是强健青少年体魄、引导青少年树立正确的体育意识和规则意识的关键^[8]。将生命安全与健康教育内容嵌入中学体育与健康课程，在乡村中学体育课程中教授学生基本的急救知识和应对技巧^[5]，从而提升自我保护能力和救助他人的意识，全方位地守护和提升学生的生命安全与健康水平。在课程规划上，学校体育课程应创新内容，确保其既富有趣味性又具有包容性，使每名学生都能积极参与让体育课成为学生乐于参与、有所成长的平台。另一方面，强化体育教师队伍的专业素养和教学质量是不可或缺的一环，个别体育教师素质低下，在教学过程中的不恰当方式和消极言语会对学生造成伤害，因此，学校必须严格筛选体育教师，并建立有效的评价机制监督教学效果。体育教师的角色不仅仅是技术教练，更应成为传递正确体育价值观的导师，通过讲述杰出运动员的故事、解析体育竞赛规则等方式，潜移默化地向学生灌输团队合作、坚持不懈等体育案例精神，从而深化学生对生命的理解和尊重。

3.4 落实“学、练、赛、评”一体化教学

“学练赛评一体化”是指在体育教学中将学习理论知识、技能练习、竞技比赛和绩效评价四个环节有机整合，形成一个连续、循环、互动的过程。这样的教学模式旨在全面提升学生的体育素养，不仅让学生掌握体育技能，通过实际操作练习加深理解，还在比赛中应用所学，同时结合科学的评价体系，反馈学习效果，促进学生在技术、战术、心理、道德等多方面的综合发展，实现知识学习与实践应用的无缝对接，以及个体能力与团队协作的同步提升。

“学（Learning）”：教师要吃透教材，才能将生命教育完美融入进体育课。将生命教育融入教学目标，拓展丰富体育课程内容，将生活技能、求生技能融合进体育课程的创新性生命教育方法，也可以通过设计主题活动引发学生对生命的思考^[9]，培养学生在掌握动作技术的同时，树立“安全优先”的意识，以此为核心构建起一种全新的课堂教学模式。

“练（Practice）”：重视“课前热身”活动环节，热身对于预防运动损伤、提高运动表现、促进身体和心理的准备以及培养学生良好的运动习惯都具有重要意义。同时根据学生的身体条件和能力，设计合理的锻炼方案，鼓励学生理解并尊重自己的身体极限，避免过度训练带来的伤害。另外要注重安全技能的训练，将基本的自我保护技巧、急救技能（如CPR心肺复苏）融入日常练习中，确保学生能在实际操作中掌握这些救命技能。

“赛（Competition）”：竞技体育所蕴含的正能量精神极其丰富，对乡村中学生的精神世界是一种宝贵的滋养，有助于他们更健康地学习与生活。对于中学生而言，竞技体育中包含的顽强拼搏、积极向上、团结合作和公平竞争等精神都是帮助其树立正确生命观念和价值观的重要教

育资源。学校要适时举办体育竞赛,让学生实战中亲身体会公平与尊重,学会在团队中相互支持,感受同伴间深厚的友情。此外,学校和监护人应引导学生观看高水平体育赛事,亲眼目睹我国运动员的卓越表现和荣耀瞬间,这样的直观体验能够极大地激发青少年的爱国情怀和奋斗激情,通过体育明星的榜样作用,激励他们在面对挑战时展现出生命不屈不挠、勇于拼搏的竞技精神。

“评(Evaluation)”:构建德育、智育、体育为一体的多元评价体系综合评价体系,除了体育技能和体能测试外,还将学生的安全行为、团队合作精神、自我挑战态度等生命教育相关指标纳入评价体系,全面评估学生的成长。并鼓励学生进行自我反思,回顾每次训练或比赛中的学习点、安全表现及团队合作情况,培养自我评估和持续改进的能力。另外可以对监护人设计关于生命教育的反馈问卷,收集监护人对学生体育活动兴趣变化及安全意识提升等方面的反馈,鼓励家长提出关于体育教学和生命教育的建议和意见,持续优化家校合作模式。

4 结语

在实施素质教育、强调教育公平的今天,体育学科中的生命教育有着其他学科不可替代的作用和价值。针对乡村中学体育教育中学校体育与生命教育之间存在的融合困境,进行深入的反思是至关重要的。这要求我们直面学校体育在生命教育上的不足,积极探索两者之间的内在联系,力求在体育活动中实现生命教育的真正渗透。只有将生命教育融合乡村中学体育课堂中,才能真正让乡村学生生命自由地绽放,让教育公平真正得以实现。

[参考文献]

[1]中华人民共和国教育部.教育部关于印发《生命安全与

健康教育进中小学课程教材指南》的通知.教材函(2021)3号.2021-11-02[Z].

[2]中华人民共和国教育部.义务教育体育与健康课程标准(2022版)[M].北京:北京师范大学出版社,2022.

[3]李海鸣.我国学校体育生命教育的哲学审视与文化反思[J].当代体育科技,2023,13(30):159-162.

[4]王武,赵文乔,李尽晖.农村小规模学校生命教育困境与突破路径[J].教育参考,2024(1):36-42.

[5]宋爱菊.生命安全健康教育融入高中体育与健康课程的策略研究[J].家长,2023(29):17-19.

[6]翁铁慧.落实“两个纲要”精神推进“树魂立根”工作[J].思想·理论·教育,2006(2):4-6.

[7]央广网.2024 听两会|全国人大代表张顺勇:建议将生命教育纳入中小学课程体系[EB/OL].(2024-03-05)[2024-07-01]<https://baijiahao.baidu.com/s?id=1792668835303907905&wfr=spider&for=pc>

[8]乔晓阳.体育运动防治校园霸凌的内在价值与实现路径[J].青少年体育,2022(5):49-52.

[9]张弛誉,凌嘉宝,王涛,等.融合生命教育理念:探索现代体育课程一体化的理论与实践[A].第十三届全国体育科学大会论文摘要集——专题报告(学校体育分会)[C].北京:中国体育科学学会,2023.

作者简介: 譙一诺(2000—),女,汉族,山东东营人,硕士在读,佳木斯大学,研究方向:学科教学(体育);陈冰瑜(1999—),女,汉族,浙江瑞安人,硕士在读,佳木斯大学,研究方向:运动训练;*通讯作者:张宝华(1968—),男,汉族,黑龙江佳木斯人,本科,副教授,佳木斯大学,研究方向:排球教学科研。