

• 体育课程理论研究专题 •

# 卢梭教育理论对我国学校体育发展的影响与启示<sup>\*</sup>

## The Influence and Revelation of Rousseau's Educational Theory on China's School Physical Education

邵伟德<sup>1</sup>, 田法宾<sup>1</sup>, 吴维铭<sup>1</sup>, 李启迪<sup>1</sup>, 胡建华<sup>1</sup>

SHAO Weide<sup>1</sup>, TIAN Fabin<sup>1</sup>, WU Weiming<sup>1</sup>, LI Qidi<sup>1</sup>, HU Jianhua<sup>1</sup>

**摘要:**文章在综合卢梭教育理论对中国学校体育影响的前期研究基础上,对卢梭的体育哲学观与学校体育观进行了深入探讨,并认为:卢梭学校体育观的主线是“自然本能论”,也就是说,人类的本能是自然给予的,但社会环境却使人类的自然本能退化了,而体育是防止人类本能退化的重要途径。其中卢梭的“自然”并不是简单指向大自然,也不是纯粹意义上的远离城市的乡村,而是直接指向了人与生俱来的本能与人心的返璞归真。其次,认为不宜把卢梭的体育思想归纳为“自然体育”或“自然主义体育”思想,否则容易与美国威廉士的“自然体育”产生混淆。第三,卢梭根据青少年自然发展规律提出了身体先于精神发展的学校体育观。第四,解放人为枷锁,回归大自然才能练就最好的本领等。在从此基础上提出了卢梭教育理论对我国学校体育改革与发展的启示:区别卢梭自然本能论与威廉士的自然体育;重申儿童身体教育在身心全面发展中的特殊意义;结合大自然资源进行体育锻炼;控欲节食对现代青少年身心健康具有重要作用,通过运动可以增加人体抵抗力、培养意志力、减少对医院的依赖。

**关键词:**卢梭;本能;自然;学校体育

**中图分类号:**G807 **文献标识码:**A **文章编号:**1004—4590(2013)05—0035—06

**Abstract:** On the basis of initial research of generalizing the influence of Rousseau's educational theory on China's school physical education, this paper makes a deep probe into Rousseau's philosophical idea of physical education and school physical education outlook and it is believed that the principal line of Rousseau's school physical education outlook is “natural instinct theory”, that is, the human instinct is given by nature but social circumstances can degrade human's natural instinct, while physical education is an important means to avoid the degradation of human instinct. The word “nature” used by Rousseau here does not simply refer to the natural world or the countryside far away from cities in pure sense, but directly leads to the born human instinct and simplicity of human mind. Secondly, it is not preferable to summarize Rousseau's idea about physical education into the idea of “natural physical education” or “naturalism physical education”, or else it would easily get confused with natural physical education brought up by Williams in the U.S.; thirdly, Rousseau came up with the school physical education outlook of giving priority to physical development over spiritual development; fourthly, the best skills can be developed only by emancipating human-made chains and returning to nature, etc. Based on the afore-said, this paper puts forward the revelations of Rousseau's educational theory on the reform and development of China's school physical education: distinguish Rousseau's natural instinct theory from Williams' natural physical education; reiterate the special significance of children's physical

\* 基金项目:国家社科基金课题项目“近代以来国外教育理论对中国学校体育的影响研究”阶段性成果,项目号:12BTY031。

收稿日期:2013-04-07

作者单位:1. 浙江师范大学 学校体育研究所,金华 321004。

education in their overall development of both body and mind ; combine the resources in nature with P.E. exercises ; restricting the desire and diet plays an important role for body and mind health of youngsters in modern times and doing sports may enhance the immunity of human body , cultivate a person's strong will and lessen his/her dependence on hospital .

**Key words :** Rousseau ; instinct ; natural ; school physical education

让·雅克·卢梭(Jean-Jacques Rousseau,1712年—1778年),法国伟大的启蒙思想家、哲学家、教育家、文学家。1791年12月21日,经国民公会投票通过决议,给大革命的象征卢梭树立雕像,以金字题词——“自由的奠基人”。卢梭一生坎坷多难,他出生后第十天,母亲去世,10岁时,父亲被迫流放到国外。卢梭长年做临时工,16岁时就逃离日内瓦到处流浪,漂泊四方,他当过学徒、杂役、家庭书记、教师、流浪音乐家等。30岁的卢梭因一次有奖征文活动(题目为“论科学与艺术的复兴是否有助于使风俗日趋纯朴?”)获得头等奖而一举成名。他的主要著作有《论人类不平等的起源和基础》、《社会契约论》、《爱弥儿》、《忏悔录》等。

卢梭思想的渊源首先来自中世纪末期夸美纽斯,其次,卢梭接受了英国哲学家约翰·洛克的思想影响,卢梭指出:“我已经充分地论述了身体锻炼的重要性;因为关于较为充分的理由和较为合理的规则,没有别的书胜过洛克的著作,我愿意引证洛克的著作,而把我的意见加以补充。”<sup>[1]</sup>

自从卢梭名字传入中国以后,有关卢梭的研究就不绝如缕,并产生了大量的文献和重要的影响。其中对卢梭教育思想的研究较多,卢梭体育思想的研究相对偏少,特别是当前正处于体育课程改革的大背景下,中国学校体育要在吸纳西方文化中得到传承与发展,就需要深入研究有价值的、有借鉴意义的外国教育理论,基于以上视角,本文在综述前人研究的基础上,探讨卢梭学校体育观及其对中国学校体育发展的借鉴与启示。

## 1 卢梭教育理论对中国学校体育影响的研究概述

有关卢梭教育理论对中国学校体育影响的前期研究综述,可从两个路径入手:其一是查阅有关教育类著作或体育类教材,如《外国教育史》、《外国教育史纲》、《中外教育史》和《体育史》、《体育运动史》、各版本《学校体育学》教材;另一个路径是查阅卢梭体育思想的研究论文,1911—2012年间中国学术期刊网文章共有18篇,核心期刊有13篇,其他“自然体育思想”、“我国学校体育思想”(其中也包含了卢梭体育思想)有关文章20余篇。

梳理以上文献与其中的观点,笔者认为卢梭体育思想的前期研究还是较为全面的,主要涉及的内容有:卢梭体育思想的哲学基础由良心、理性、自由三者组成;卢梭体育的目标——自然人的培养(自然人是身、心协调发展的人);卢梭体育的方法——自然方法,也就说在大自然中得到锻炼;提出了三育并重观,身体发展先于理智发展的思想;两个重要的体育原则:即年龄分期原则和回归自然原则;遵循儿童天性的身体发展观;重视感官的训练等等,这些研究成果为本文提供了一定的研究基础。但其中也暴露出几个问题:一是,提炼卢梭的体育思想缺乏一定的主线,各个观点之间缺乏一定的逻辑性。二是,有的研究没有结合卢梭那个年代的时代背景、深入卢梭的哲学思想、政治思想、教育思想,因此,研究的深入程度有待加强。三

是,有的研究观点有待商榷。如“卢梭认为体育活动促进审美感觉的发展”,<sup>[2]</sup>但文中却看不出与审美有关的证据,因此有偏离卢梭本意之嫌。也有文章认为“卢梭体育思想蕴含了终身体育思想的萌芽”,<sup>[3]</sup>但文中也没有提出证据进行论证。还有的文章混淆了卢梭体育思想与“自然体育”或“自然主义体育思想”的区别,并认为卢梭的“自然主义体育思想”为中国近代学校体育带来的消极影响。<sup>[4]</sup>通过如上分析,笔者认为先前研究虽为我们提供了一定的研究基础,但还有较大的深化研究空间。

## 2 卢梭教育理论有关体育与学校体育观

### 2.1 卢梭体育思想表述辨正

目前,对于卢梭体育思想的表述存在几个容易混淆的概念:自然体育、自然主义体育、自然教育、自然发展观,应如何运用一个比较合适的词语来概括卢梭的体育教育思想呢?

首先,有些学者认为卢梭体育思想并不是“自然体育”。如学者苏竞存认为:“自然体育”学派的代表人物是美国哥伦比亚大学威廉士教授(J.F.Williams)。而最初把自然体育的部分思想传入我国的,是基督教青年会派到中国来的麦克乐(C.H.Mc-Cloy)”。威廉士认为十八世纪末到十九世纪末风行于欧、美的德国式和瑞典式体操的理论与方法,是违反人的本性的“非自然的”或人工的体操练习。<sup>[5]</sup>

已故学者林笑峰的认识与以上观点基本相同:“体育这个概念是1760年开始形成的,已有222年的历史。这222年,基本上是自然体育的历史。就是说,现在世界各国通用的,大多仍然是自然体育。我们看一看自然体育中的古兹牟茨体育、施皮斯体育、高尔霍费尔体育,以及30年代以来的行为主义——本质主义体育、传习式体育和竞技主义体育,从这里可以了解自然体育开始向科学化发展的趋势。”<sup>[6]</sup>

与此观点相近的还有:“经美国哥伦比亚大学体育专家威廉士的发展,形成了一整套‘自然体育’的概念、理论和方法。”<sup>[7]</sup>“自然主义体育思想产生于1890年以来的竞技运动的发展,产生于许多新学科理论上,其中受美国生物学家泰勒,心理学家詹姆斯、桑戴克,实用主义教育哲学家杜威等人学说影响最大。”<sup>[8]</sup>

以上观点中的“自然体育”或“自然主义体育思想”基本没有谈到卢梭,提到最多的是威廉士和麦克乐。

其次,有些学者认为卢梭的体育思想就是自然体育或自然主义体育思想,如“自然主义体育是卢梭自然主义教育的重要组成部分。”<sup>[9]</sup>“自然主义体育思想起源于18世纪中叶的欧洲,主要代表人物有卢梭、洛克等”。<sup>[10]</sup>“自然体育来源于自然主义的体育思想。”<sup>[11]</sup>

“卢梭的自然教育思想决定了他创立的体育是一种‘自然体育’。德国最快接受了由法国卢梭创立的自然体育思想方法,加上19世纪正值马克思唯物辩证思想诞生,使自然体育在德国迅速发展。这个时期德国自然体育的代表人物是古兹姆

茨、施皮斯(也即德国三个“体育之父”)[12]“卢梭崇尚自然,主张‘回归自然’,据此,他提出了自然教育理论。”[13]

“自然主义,有文艺上的自然主义,主张以纯粹科学的态度,对自然及人生作正确的描述;哲学上的自然主义,主张以自然律或自然科学研究法阐明宇宙本体,否定唯心论者所谓心灵的超自然原理;教育上的自然主义,可谓教育宜循人类固有的本能,听其自然发展,不事矫揉造作。教育上的自然主义的代表人物为卢梭和裴斯泰洛齐。最早极力推崇自然主义教育的教育家是巴泽多。然而在德国推行自然体育最负盛名者是古茨穆斯。”[14]

以上观点从卢梭的自然教育理论出发,认为卢梭体育思想就是自然体育或自然主义体育思想。还有一种更为奇特的观点,“自然体育”是一种以“道法自然”为终极依据、以“守自然之道,顺自然而动”为基本方法论、以“回归自然,天人合一”为终极目的的体育观或体育形态。‘自然体育’的方法论包括:运动负荷‘自然’、运动动作‘自然’、运动时机‘自然’、运动心理‘自然’等内容。”[15]当然,这里所说的自然体育并非指代卢梭的思想。但说明一个问题,对于同一词语的理解,不同的学者存在着较大的差异性。

那么我们应如何较为准确地归纳卢梭的体育思想呢?所谓“自然教育”是“法国启蒙思想家与教育思想家卢梭的教育理论”[16]而“自然发展观”是“强调要注重儿童自由发展的教育观,代表人物为卢梭、夸美纽斯、裴斯泰洛奇、福禄培尔和杜威”[16]“自然体育”则是“产生于美国现代体育学派,主张体育应以人体自然活动为主,重视田径、球类、游戏等,而排斥体操,认为体操是人工的呆板的不自然的运动,自然体育 20 世纪 20—50 年代盛行于美国。”[16]从教育大词典解说的视角并结合上述各家观点,我们大致有了一个基本的认识:从教育学视角来看,卢梭的思想理应是“自然教育”,但强调自然教育或自然发展的观点并非卢梭一人,也不是卢梭第一个提出的,在他之前还有洛克、夸美纽斯等人;其次,真正提出“自然体育”的人是本世纪 20 年代美国哥伦比亚大学威廉士,最初把“自然体育”的思想传入我国的是基督教青年会的麦克乐。至于威廉士提出的“自然体育”有没有受到十九世纪卢梭思想的影响或直接出自卢梭的自然教育思想,还有待考证。

因“主义”内含强力推行某主张或学说之意,并具有极强的排它性,如马克思主义。所以,“自然主义体育”与“自然体育”基本意思相近。

综上所述,把卢梭的体育思想归纳为“自然体育”或“自然主义体育”容易与威廉士的“自然体育”产生混淆。笔者认为用“自然本能论”来表述卢梭的体育思想较为妥当,其中的关键词为“自然”与“本能”(包括奔跑、攀爬、投掷等运动本能),也就是说,人类的本能是自然给予的,人类天生就具有各种自然的本能,只是后天的社会环境退化了人的本能,而回归自然、崇尚体育则是阻止人类本能退化的根本方法。要明确理解卢梭体育观的“自然本能论”,还需要细读以下各要点的阐释。

## 2.2 卢梭所指“自然”的重新解读

在卢梭的著作与观点中,经常出现的一个关键词就是“自然”,但对“自然”的含义,卢梭并没有明确说明,那么卢梭所言的“自然”到底是什么意思呢?这正是需要我们解密的。笔者认为卢梭对于“自然”的解说主要有以下五种含义。

首先,指的是“大自然”。大自然白昼交替,草木生枯,寒暑

变迁都是按照自然的规律运行的,并不会因为人类的存在而发生丝毫的变化。这就是大自然的“无情”,大自然对于自然界中的所有物种都是一视同仁的,人类再能,也不能违背自然法则;但大自然也是公平的,大自然对于自然界中的任何生物都会阳光普照、普惠泽恩。因此,卢梭说:“大自然是那样的和谐、那样的匀称,所有的动物都很快乐,而人类则是那样的混乱、那样的没有秩序。”[17]

其次,卢梭所指的“自然”含有“人之天性”之义。在卢梭的早期作品中,他把自然描述为原始人所处的原始状态。后来,在伏尔泰的批评下,他把自然描述为“人建立自己个性和个人世界过程的自发性”。卢梭认为人出生下来就具备良好的天性,这种良好的天性是由良心、理性、自由三者组成。其中的“良心”是指:“在我们的灵魂深处生来就有一种正义和道德的原则,这个原则称为良心”[17]卢梭认为良心是上帝赋予人们的仁爱之心,是人类善良的情感本性。爱自己和爱他人构成了良心的主体。

而“自由”的含义较多,可包含身体运动方面的自由和心灵与意志的自由。在卢梭看来,身体的活动、发展与完善也是人之自由,所以“我想运动我的臂,我就运动它”,“我想移动我的身体,我就移动它”。这就是说,“身体运动”也是“自由”。人的天性是以“自由”权利作为先决条件的,而身体运动的自由是与生俱来的。

第三,卢梭的“自然”之意还指向人的“本能与简单欲望”而非“智慧”。卢梭认为,人类与动物相对比,本能与欲望是共同的,他说:“野蛮人由于缺乏各种智慧,只能具有因自然冲动而产生的情感,他的欲望决不会超出他的生理上的需要。”[18]

人类的本能与欲望一旦受到智慧的驱使,马上就会变得欲念膨胀、贪得无厌,相比之下动物的欲望总是那样有限,能吃饱就算满足了。卢梭认为:“人越是接近他的自然状态,他的能力和欲望的差别就愈小,因此,他达到幸福的路程就没有那样遥远。”[19]

第四,卢梭所指的“自然”还有“远离贵族经院式的城市教育的乡村”的含义。他说:“城市是坑陷人类的深渊,经过几代人之后,人种就要消灭或退化,必须使人类得到更新,而能够更新人类的往往是乡村,因此,把你们的孩子送到乡村去,可以说,他们在那里自然地就能够使自己得到更生的,并且可以恢复他们在人口过多的地方的污浊空气中失去的精力。”[17]

第五,卢梭的“自然”还有“青少年儿童成长的自然规律”之意。如他把青少年儿童进行了年龄分期:第一时期为出生到 2 岁,这时期应当特别重视儿童的体育;第二时期为 2 岁到 12 岁,理智睡眠时期,此时主要发展外部感觉;第三时期为 12 岁到 15 岁,这时期主要发展智力;第四时期为 15 岁到成人,激动与热情时期,此时期的主要实施道德教育。

综上所述,卢梭著作中的“自然”可能的解说至少有五种:大自然;人类良心、理性、自由的天性;人的本能与简单欲望;远离城市的乡村(半自然);青少年成长的自然规律等,我们应如何把握卢梭所言“自然”的真正含义?

首先,按逻辑推理,儿童(处于社会的儿童)要培养成一个德才兼备、身心和谐的人才,就要符合儿童的天性,这个天性就是良心、理性与自由,而儿童这个天性如何与自然法则合二为一呢?按卢梭的说法,动物是最接近大自然的,它所有的只是本能与简单的满足,那么人怎样才能最接近动物呢?人与动物

最大的区别就是人具有思维与智慧的,发挥人的智慧是人的自由,但过分运用,则不仅要遭受大自然的惩罚,同时还迫使人能力的退化,那么应如何控制人的欲念洪流呢?靠的就是良心与理性。基于上述分析,综合卢梭的世界观、哲学观,笔者认为卢梭所指的“自然”并不是简单指向大自然、也不是纯粹意义上的远离城市的乡村,而是直接指向了人与生俱来的本能和人心的“自然状态”——简单欲望的满足,这样才能与动物、大自然的本性相接近,并在此基础上实现完善的人格和精神的自由。而保持这个航行正确方向的总舵主就是人的良心与理性,若人类过分运用思维与智慧,物欲膨胀、贪得无厌,必然偏离这个方向,那么,即使走向大自然或远离城市的乡村,也为徒劳。

其次,如何把卢梭的“自然”与“体育”结合起来?从发生学角度来看,体育源于古希腊,因为是希腊人最先意识到人类能力的退化问题。因此,卢梭笔下的体育不仅仅是停留在身体健康层面,而是以哲学的境界来思考体育作为防止人类自然本能退化和异化的良方。

### 2.3 提出了“身体先于精神发展”的体育观

卢梭特别注重身体的重要性,他说:“既然是身体先精神而生,则我们就应当首先培养身体,这个次序对男人和女人来说都是一样的。”<sup>[1]</sup>卢梭的年龄分期也是这样做的,每个阶段都按其特点进行不同的教育,首先进行的就是身体教育。卢梭认为从孩子出生的一刻起就应该进行身体教育,甚至从父母孕育孩子的那一刻起就得注意。

卢梭认为发展体力是发展理性的基础,他说:“如果你想培养你的学生的智慧,就应当先培养他的智慧所支配的体力。不断地锻炼他的身体,使他健壮起来,以便他长得既聪慧又有理性,能干活,能办事,能跑,能叫,能不停地活动,能凭他的精力做人,能凭他的理性做人。”<sup>[17]</sup>

身体的发展还可以促进心灵的完善与智力的发展,他说:“身体活动愈多,他的心灵愈机敏,他的体力和理性是一同增进的,两者是互相促进的。”<sup>[20]</sup>率性发展的自然人,也是必然的身心调和发达的人。显然,卢梭所憧憬和追求的理想境界,是一种集身体健美,心智发达,感情丰富为一体的和谐完美的人。在他看来,只有在不断的锻炼中才能获得这种高度和谐完美的统一。

卢梭举例了有两种人的身体是在继续不断地锻炼着的,对心灵的培养当然都很少注意,而这两种人就是农民和野蛮人。“正因他不知道教育的意图,他所受的教育愈能发挥良好的效果。这样,他的身体和头脑同时都得到了锻炼。他始终是按照他自己的思想而不是按照别人的思想进行活动的,所以他不断地把身体和头脑的作用结合起来;他的身体愈健壮,他就变得愈加聪明和愈有见识。”<sup>[18]</sup>

对于医学,卢梭的观点是反对人们过分依赖:“医药这一门学问对人类的毒害比它自认为能够医治的一切疾病还有害得多,就我来说,我不知道医生给我们治好了什么样的疾病,但是我知道他们给我们带来的病症实在是足以害死人的,例如懦弱、胆怯、轻信和对死亡恐惧。所以,虽说他们能够治好身体,然而他们却消灭了勇气。”<sup>[21]</sup>可以说,医学虽然医好了人类的短暂病痛,却助长了人类的不良习气:“当一个人由于生活没有节制而搞坏他的身体的时候,他就想用医药使他恢复健康,在他所感到的痛苦之外,又加上他所惧怕的痛苦——对死亡的预料。”<sup>[17]</sup>

### 2.4 回归自然,大自然最能练就本能

卢梭主张“爱弥儿”在自然状态下自由运动,爱弥儿从婴儿开始就自由呼吸,尽情奔跑,卢梭并不担心他摔倒,也不害怕他跌跌撞撞受些小伤,只要是他喜欢的,只要他能感到快乐的,都可以让他尽情玩耍。他说:“爱弥儿将来是不使用学走车、小推车和引步带的,当他知道怎样把一只脚移到另一只脚的前边时,我们就只是在有石子的地方才扶他一下,而且也只是为了使他很快地走过去。我不但不让他呆在空气污浊的屋子里,反而每天都把他带到草地上去。在那里,让他跑,让他玩。”<sup>[17]</sup>

卢梭鼓励爱弥儿走出暖暖的小屋,去户外尽情地奔跑,在大自然中接受锻炼。幼儿期就应当如此:不惧寒冷,不怕酷暑,在大自然的考验下锻炼强壮的体魄。他说:“我不赞成爱弥儿在冬天的时候靠近暖暖的火炉做运动,我要他到户外去,到田野去,到冰雪中去锻炼。”<sup>[17]</sup>

卢梭提倡:“但愿爱弥儿无论在什么季节,每天早晨都赤脚跑出房间,跑下楼梯,跑过花园;我不但不责备他,反而要学他的榜样;我唯一要注意的,是清除路上的玻璃。”<sup>[17]</sup>

卢梭认为让孩子们到大自然中进行锻炼,一方面可以增进体力和感觉能力,另一方面可以养成自由、自主活动的习惯与坚强的意志。卢梭指出:“锻炼他们的体格,使他们能够忍受酷烈的季节、气候和风雨,能够忍受饥渴和疲劳,我们能够在使孩子的生命和健康不遭到任何危害时,就把他培养得十分健壮的。”<sup>[17]</sup>卢梭还说:“要训练他们经得起将来有一天必然要遇到的打击。锻炼他们的体格,使他们能够忍受住酷烈的季节气候和风雨,能够忍受饥饿和疲劳。”<sup>[17]</sup>

## 3 卢梭教育理论对中国学校体育未来发展的启示

### 3.1 区别卢梭自然本能论与威廉士的自然体育

已有较多的参考文献指出了“自然体育”可能导致“放羊式”体育教学,但是“自然体育”应该是威廉士首先提出的,虽然卢梭的自然本能论也强调回归自然,但“自然体育”与卢梭的自然本能论是不同的。若按语义上理解,“自然体育”本身也有逻辑问题,因为“体育”本身就是人为的,非自然的,这样,“自然”与“体育”一词的组合就构成了逻辑问题,本文且不论“自然体育”存在的合理性,主要指出的是“自然体育”与卢梭的自然本能论不要混为一谈。

“自然体育”主要的观点为:“体育就该以儿童的生物学和本能需要为出发点,以儿童为中心,要符合他们的兴趣,强调本能的冲动通过身体运动来教育人,并形成生活技能,善用余暇,从中获得乐趣,采用球类、游戏、走、跑、攀、爬等运动,促进儿童个性的自由发展。”<sup>[22]</sup>而卢梭的自然本能论则强调人应顺应自由天性(包括运动本能)的同时,利用体育的手段恢复人的各种自然本能,同时还需运用理智克制过度的欲求。由此可见,威廉士的“自然体育”观与卢梭的自然本能论还是有很大区别的。

### 3.2 重申儿童身体教育在身心全面发展中的特殊意义

卢梭的体育观是18世纪最进步的,他明确地把体育放在教育的范畴之中,第一次提出“体育”的概念,认为“体育”是教育的重要组成部分,体育先于智育德育的发展,并按学生的年龄自然特征针对分期与施教。虽然在卢梭之前,夸美纽斯、洛克等在其教育论著中都有体育的内容,但都不像卢梭这么完整与系统。卢梭认为从孩子出生的一刻起就应该进行身体教育,

甚至从父母孕育孩子的那时始就得注意。在分期教育的一个时期(出生到2岁),特别强调儿童的体育,它的主要任务就是促进儿童的身体发展,第二时期(2岁—12岁)也要锻炼儿童的四肢、感觉与器官,这与身体各部分的技能锻炼也密切相关。虽然学界对于卢梭的年龄分期教育存在着一定的异议,但他的关于从出生到12岁期间要特别注意儿童身体发展的观点还是非常难得的。

身体的发展是心智发展的基础,这是不争的事实,对于婴儿、儿童来说,首先应关注的是身体发展,并离开温室到大自然中培养对万物的感觉,促进身体器官的发展,这对于青少年儿童将来的发展显得非常重要。但在现实中,我们却常常违背自然规律,通常会把婴儿放入带有空调的温室抚养,导致一出生就离开自然;其次,对于儿童的教育也是一样,应试教育依然盛行,儿童需要在学校承受高强度的文化知识学习,课外还要进行各科学辅导;在技能学习方面,也是书法、绘画、歌唱、舞蹈等,却单单没有体育;书包越背越重,心灵的负荷越来越大,这样状态下培养出来的儿童能身心健康吗?当今的教育界明知不可为还要继续强为之,真是令人痛心疾首!因而,卢梭的自然本能论对于当前普遍存在的婴幼儿过早智力教育,对出生婴儿捆绑式抚养、对儿童经院式的呆读死记的教育提出了违背自然的警示,这在青少年儿童体质不断下降的今天具有特别重要的借鉴意义。

### 3.3 结合大自然资源进行体育锻炼,并培养学生的意志

卢梭有感于当时法国人民的懦弱和无能,提出国民要拥有徒手向狮子挑衅的勇气,要拥有斯巴达人强健的体魄和勇敢的品质。因此,卢梭鼓励爱弥儿在寒冷的冬天外出运动,在炎热的夏天也从不间断,在逆境中逆流而上。爱弥儿是一个可以自食其力、能够自我思考独立面对困境的身心两健的人,他所受的教育是不平坦的,是在与困苦战斗中成长的。爱弥儿可以选择成人的运动项目练习技巧,哪怕这个项目有一定的危险,爱弥儿可以走夜路锻炼自己的感官同时培养自己的勇气。卢梭说“由于你们使孩子沉浸在温柔舒适的生活,实际上却是给他们的将来带来更大的苦难……孩子在户外接受自然给他的锻炼,在你看来是倍加危险,可是事实上刚好相反,这其实是在分散危险、减少危险”。<sup>[18]</sup>

大自然的力量是无限的,它孕育了万物,也滋养了万物,人虽是自然的精灵,但决不能违背自然规律,相反,可以利用自然的各种资源进行有益的教育活动。在我国新世纪学校体育教学改革过程中,常常有一个紧箍咒制约着,那就是体育教学的安全问题,导致了一些具有很强锻炼价值的体育活动退出了体育课堂,这是一种不正常的现象,其次,学校领导为了学生的安全问题,禁止教师在校外自然环境下组织学生参加体育活动等,其中的原因是到自然环境中锻炼存在人身安全事故的隐患。当然,青少年在体育活动中的安全问题的确很重要,目前的大自然与卢梭时代的大自然也有很大的不同,但决不能因为种种理由把人与自然隔离开来,大自然最能锻炼人的体力与毅力,因此,应首先鼓励学生到自然中去锻炼。可喜的是目前国内已有很多的暑期夏(冬)令营,户外体育营地等,这些有组织的活动远比学生在无人看管条件下在家玩电脑或强行组织家教等活动要好得多;其次,在体育课堂教学中,也可以大量使用或引用自然条件下的锻炼手段与方法,提高锻炼的强度,有效促进学生身体发展。第三,由于体育与运动具备克服障碍与

困难的基本特性,经常参加室外运动,无疑可以培养学生坚强的意志品质,让学生在一次次冲击极限中成长,在磨练中孕育坚强的心灵。

### 3.4 控欲节食对现代青少年身心健康具有重要作用

卢梭指出:“富人们过于考究的食品,供给他们增加热量的养分,同时却使他们受到消化不良的苦痛,穷人们的食物不但粗劣,甚至时常缺乏,以至一有机会他们便不免贪食,因而加重肠胃的负担。”<sup>[23]80-83</sup>

因此,卢梭非常赞同“节食疗法”,这对于现代人也非常重要。当今青少年由于缺少这方面的教育,从而导致身心两个方面的恶果:一方面,商店里到处都是一些不健康的食品,儿童由于没有自控能力,家长又娇生惯养,导致他们无法控制自己的食欲,每天吃些不健康的“有害”食物,导致营养过剩而过度肥胖,同时又缺乏运动,学校里的胖墩儿也越来越多;另一方面,更为重要的是心灵教化的缺失。当今是物欲横流的年代,可怜的儿童们不得不深受其害,在不断强化儿童知识学习、提高学业分数的同时,我们的教育给过青少年儿童什么?还不是学着成人的模样,整天追逐着不断更新的花花世界,连七八岁的小孩也要抢着使用美国的“苹果”手机。其虚荣心、攀比心之强盛可谓无可比拟,很可悲!我们的教育不值得反思吗?青少年是我们的未来,青少年的身心健康是我们的希望,我们还是学学古人先哲们的思想,柏拉图、亚里斯多德、夸美纽斯、卢梭等都为我们指明了方向,特别是卢梭,指出了人类在骄奢淫逸、物欲横流中必然变得虚伪与虚弱,只有回归自然,才能得到拯救,其中的方法就是控制自己的欲求、克制自己的食欲、到自然中运动,这样才能减少疾病、防止异化。

同时,卢梭还倡导人类不要过于相信与依赖医学,其一是大量吃药会造成“药物所引起的各种疾病”,其二,卢梭崇尚动物与野蛮人那种自然而然的状态,因为动物在搏杀中常常受伤,依靠的是自己的免疫力而痊愈,害病的野蛮人也是一样。虽然卢梭的说法不一定适合现代社会,但现在一些家长动不动就给儿童吃药、打针、吊瓶,这样看似关注儿童的健康,实际上会毁坏儿童的抵抗力与免疫力。因此,在社会发达的当今,医学虽在救死扶伤方面起到重要作用,但我们依然要坚信体育是预防疾病、增强免疫力的良方,小病自然恢复则是提高疾病抵抗力的有效途径,医学只是大病应急的最后策略。

## 4 结论

综上所述,与自然体育或自然主义体育思想不同,卢梭学校体育观的核心是“自然本能论”,也就是说,人类的本能是自然给予的,但社会环境却使自然的本能退化了,而体育是防止人类本能退化的重要途径。其中卢梭所指的“自然”并不是简单指向大自然,也不是纯粹意义上的远离城市的乡村,而是直接指向了人类与生俱来的本能与人心的返璞归真。根据卢梭所表述的“自然”本意,卢梭认为“体育”是最接近自然的,是防止人类能力退化的途径;其次,青少年成长也有其“自然”规律,并提出了身体先于精神发展的体育观、教育年龄分期论;同时,解放人为枷锁,回归大自然才能练就最好的本领。依据卢梭的自然本能论,提出了我国学校体育未来改革与发展的启示:区别卢梭自然本能论与威廉士的自然体育;重申儿童身体教育在身心全面发展中的特殊意义;结合大自然资源进行体育锻炼;控欲节食对现代青少年身心健康具有重要作用,运动则可增加

人体抵抗力,减少对医院的依赖。

毋庸讳言,我们也清楚地看到卢梭哲学的局限性,卢梭强调学习真正有用的知识、重视生活经验的价值有其正确的一面,但他的教育年龄分期具有一定的主观性,其次,忽视儿童在12岁之前进行智力发展教育却又陷于片面性。但他的教育思想却建立了新的丰碑,对于当今中国学校教育 with 学校体育改革仍具有重要的参考价值。

#### 参考文献:

- [1] 卢梭.爱弥儿[M].李平沅译.北京:人民教育出版社,1985:87.
- [2] 李苏,吴庆华.卢梭体育美学思想初探[J].武汉体育学院学报,1990(1):88-90.
- [3] 符玉叶.卢梭体育思想的现代启示[J].内蒙古师范大学学报,2010(3):135-137.
- [4] 李有义.试论卢梭的自然主义体育思想对近代学校体育发展的影响[J].体育科技文献通报,2007(10):72-74.
- [5] 苏竟存.我国近代体育中的自然体育学派[J].体育文化导刊,1983(1):21-26.
- [6] 林笑峰.自然体育和现代体育科学化[J].武汉体育学院学报,1983(1):54-60.
- [7] 杨永辉.卢梭的自然主义体育思想探析[J].山东师范大学学报,2005(3):99-100.
- [8] 潘志琛.论自然主义体育思想对我国近代学校体育理论与实践的影响[J].中国学校体育,1994(1):65-67.
- [9] 董众鸣.自然主义体育思想的创立——卢梭体育思想的产生与历史地位[J].体育文化导刊,2004(6):68-70.
- [10] 张细谦.浅析卢梭的自然主义体育思想[J].体育与科学,

1998(1):29-32.

- [11] 白春育.自然体育和“竞技主义问题”[J].武汉体育学院学报,1983(2):48-51.
- [12] 陈琦.自然体育与现代体育科学化问题[J].首都体育学院学报,1989(2):30-39.
- [13] 袁锐镠,张季娟.外国教育史纲[M].广州:广东高等教育出版社,2002:207.
- [14] 赵华.论自然体育及其对中国近代体育的影响[J].体育文史,1998(3):32-35.
- [15] 孙庆彬.基于中国传统文化的“自然体育”初论[J].北京体育大学学报,2011(12):17-20.
- [16] 顾明远.教育大辞典[M].上海:上海教育出版社,1998:2143,2145.
- [17] 让·雅克·卢梭.爱弥儿论教育[M].李平沅译.北京:商务印书馆,2007:397,389,43,138,39,68,171,23,139.
- [18] 法.卢梭.论人类不平等的起源与基础[M].北京:红旗出版社,1997:70,138,49.
- [19] 让·雅克·卢梭.爱弥儿论教育(上卷)[M].李平沅译.北京:商务印书馆,1978:75.
- [20] 卢梭.爱弥尔.英文版[M].Rousseau, Emile or Education, Everyman Library, London, J. M. Dent & sons. Ltd. 1933:279.
- [21] 让·雅克·卢梭著.爱弥儿论教育[M].李平沅译.北京:商务印书馆,2007:35.
- [22] 屈杰.近现代中国学校体育思想形成过程中学风问题的反思[J].体育与科学,2005(4):70-72.
- [23] 李力研.卢梭的抗议——体育克服人类缺陷的哲学线索[J].天津体育学院学报,2005(3):80-83.

#### (上接第77页)

呈现过度的虚构和夸张手法。此外我国体育电影对其他体育项目的展现更是数量有限。因此中美体育电影在文化资本的利用意识和传播意识上存在较大差距。

#### 4 结语

体育电影作为体育文化传播的重要载体,不仅传递着人们对体育的认识,也折射出一个国家的文化形态和价值观念。体育电影是展示体育文化、价值观和生活态度的重要平台,也是文化传播的重要载体。通过对中美体育电影的主题叙事进行比较可以发现,我国的体育电影与美国相比无论是在发展的历史、拍摄的数量和质量上都存在明显的差距;我国的体育电影的叙事与时代背景紧密结合,具有明显的时代性特征;在主题叙事上倾向于国家和集体主义层面的励志教育,故事情节呈现程式化特征;叙事主题以竞技题材为主并逐步走向商业化路径。美国体育电影的主题叙事构建了国家、种族融合与胜利主义相结合的叙事途径;崇尚肌肉文化和个人英雄主义;重视对文化资本的挖掘、宣传和表达。中美体育电影的主题叙事存在着国家主义与个人英雄主义、主题叙事的理解程度、文化资本的运用与宣传意识上的明显差异。

#### 参考文献:

- [1] 訾舒涵.中国体育电影综述[J].现代电影技术,2008,(4):20-22.
- [2] 屈雯喆.从体育电影开中国体育文化的演进[J].山西师范大学体育学院学报,2010,(4):29-32.
- [3] 李思琦.我国体育电影文化主题的流变与反思[J].体育文化导刊,2012,(8):147-150.
- [4] 王一川,冯雪峰.从中国美学兴味蕴籍传统看通俗艺术品位提升——以赵本山作品为个案[J].北京师范大学学报(社会科学版)2011,(1):37-43.
- [5] 宋薇.美国体育电影的发展历程及其主题倾向研究[D].北京体育大学硕士学位论文,2008,(6):13-23.
- [6] 张彧,张晓丹.浅谈美国体育电影的主题[J].电影文学,2009,(20):29-30.
- [7] 肖沛雄,万文双.中美体育电影中体育精神的和而不同[J].广州体育学院学报,2010,(3):28-33.
- [8] 王震.体育电影的内涵特征与发展策略探究[J].电影评介,2009(4):23-24.