

# 浅析体育教育的审美心理建构

王树松

山东省东营市利津县北宋镇实验学校

**[摘要]**体育教育的审美心理是研究人与体育的审美关系的科学,体育美的本质与体育的本质密切相关,相辅相成。互为补充,随着人类物质文明和精神文明的发展,以及竞技体育水平的极大提高。人们对体育本身美的要求和享受提出了更高的要求。竞技体育中审美心理的展现,成为人类在观看竞技体育比赛时的另一层面上的要求,值得我们更加详细,深入地研究和探讨的问题。

**[关键词]**美学; 体育; 竞技体育

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.10.1387

## 一、体育已成为现代人类生活必不可少的重要内容

体育的发展日新月异,其中蕴涵了丰富的审美心理因素,同时伴随着审美心理过程的发生。因此体育教育与审美心理在艺术规律和发展规律上密切相关,相辅相成。同时我们在体育教学中可以从审美的角度优化教学,提高技术、战术和艺术水平,同时从心理的角度培养学生审美素质,开发审美心理潜能,逐步形成体育审美心理的发展方向。

### (一) 审美教育的基础是形体锻炼

毛泽东主席曾撰文提出了“德智皆寄于体。无体是无德智也欲文明其精神,必先野蛮其体魄”的鲜明观点。时至今日这一观点仍具有很强的现实针对性。目前许多调查表明,随着电脑网络游戏、特别是手机网络终端化的普及,各年龄段众多学生沉迷于虚拟世界中,身体上喜静不喜动,心理上浮躁萎靡,有些复至出现近视眼、颈椎病、过度肥胖、脊柱侧弯等中老年化疾病,许多男生不挺拔,女生不匀称,给人以迟钝去的印象。

### (二) 技能运用是审美教育的展现

无论现代竞技体育还是大众体育的各类运动项目,都高度重视参与者的运动技能的训练和运用。正因为如此,现代体育运动的观赏性、美感才会与日俱增,赏心悦目。技能越是熟练,越是灵巧,越是高超,就越是能使运动员表现出美的动感。最能表达人类不可言,不可状之心灵姿势与生命的律动。

## 二、体育作为人类文化之一种,求美的因素是它原始以至终极的目的之一

美是事物信息的高层次显现,随着体育文化的进步发展,美的现象将高度发挥。人类体育实践活动的目的即在于创造更加完美。

1. 当前初高中学校学生,出现参加体育活动兴趣下降趋势,部分学生甚至出现“厌学”倾向。这与现代体育教学“为培养21世纪合格人”的根本目标要求,形成强烈反差。如何从根本上解决学生体育兴趣下降的厌学倾向问题,已成为广大体育教育工作者关注的焦点。现代体育教学应以体育与美育的统一为课程目标。

2. 体育美学是研究人在体育实践中,人同现实之间的审美关系。现在体育美学已经是学校体育工作的重要组成部分。它与德,智,体三者之间是相互联系,相互促进的。体育着重增强人的体质,身心协调发展,它是包括了以身体为基础的综合锻炼。体育对自身的健美塑造更重视与体育美学相结合。

3. 从教育的功能和性质来说它们都是以生命活动本身为目的,不带狭隘的功利性是促进人的身心的全面发展。体育本身也是一种体育美学,人体的健与美是统一的,有些体育活动在身体过程本身也会产生美的体验。根据我校的实际情况,由于学生正处在长身体,长知识的阶段,并且肥胖儿童过多,心理素质较差的特点进行了教学改革和实验,改变了以往陈旧枯燥的教学模式,

## 三、体育美学的产生和发展,既是社会实践发展的客观需要

在人类文明发展史中,体育文体源远流长,人类活动不可能超脱审美活动,从技术动作的表现看体育包含了:

### (一) 健康美

体育是人类有意识、有目的为健全发展自己,塑造完

美人格的一种高级行为方式,它能促使人类精力旺盛,体魄强健,并获得生生不息的活力,从而奠定了健康美的基础。世界卫生组织将健康定义为:“健康是指在身体、心理和社会各方面都完美的状态,而不仅是没有疾病和残疾。”体育通过人的身体活动、心理表现和社会交往,形象而富有感染性地表现人的健康美,即表现为匀称的体格、挺拔的身材发达而富有弹性的肌肉、红润的肤色;在动作表现为协调、迅捷和灵敏;在神情上表现为有充沛的精力、良好的情绪和进取精神及在社交礼仪中表现得气质、风度。这种身与心的和谐、统一,体现了人类向着自由全面的完美方向发展。这也是人类所追求的最高境界。

### (二) 人体美

人是运动的主体,在体育活动中人们首先展示自己的身体外形。身体匀称,肌肉丰满坚实,身体的外部形态显示出的比例、曲线及气质、性格,我们称之为形体美。在运动过程中人体各个部分的协同配合呈现出某种特定的动作造型,从表态或动态的角度表现为力量速度、灵敏与柔韧等身体素质;而良好的身体素质与人体内脏器官系统旺盛的代谢和人的心智活动能力交融隐含在动作造型之中,加深了人体美的内涵。

### (三) 动作美

人体在运动过程中通过准确协调、连贯、富有节奏的表现,塑造出优雅、细腻、柔韧、精巧、刚健、雄劲、致速的动作及动作组合,体现了刚与柔、动与静、身与心、健与美的和谐。如艺术体操运动员手持彩带的奔跑。运动员轻轻跃动,腾然跃起,前腿提屈,后腿伸举,两腿在空中的分展,形如流云;与此同时上体后仰,下颌上扬,手中舞动彩带化为人体腾空的延伸线。一种爆发向上的气息脱颖而出,仿佛运动员进入了一个理想的自己王国。女性的细腻、青春与活力尽在表现之中。体育中动作美主要是运动亦技术的合理运用。技术界定在于动作。

体育运动的目的是,除强身健体外,更以运动美的形式给人们展示绚丽多姿的美的艺术世界,给人以美的陶醉,美的享受。体育教育的审美心理是研究人与体育的审美关系的科学,体育美的本质与体育的本质密切相关,相辅相成。互为补充,随着人类物质文明和精神文明的发展,以及竞技体育水平的极大提高。人们对体育本身美的要求和享受提出了更高的要求。竞技体育中审美心理的展现,成为人类在观看竞技体育比赛时的另一层面上的要求,值得我们更加详细,深入地研究和探讨的问题。

最后,体育审美心理建构是体育种类特别是审美活动类的主要表现形态之一,是一种行为,大学体育在21世纪新的发展特点是以全面发展学生为中心,以“健康第一”的宗旨为指导思想。体育教育的审美心理在学校体育教育,普及体育知识中起着不可替代的作用。陶行知认为“教育是教人化人,化人者也为人所化,教育总是互相感化的”他站在广义的角度确认了教育的艺术化,是使受教育者在一种精神愉悦和享受中获得成长、进步。

### 参考文献

- [1] 蔡春霞, 王德洪. 论体育教学中的体育欣赏[J]. 温州职业技术学院学报, 2002(03): 54-55+61.
- [2] 杨向明. 体育欣赏-高校体育理论课教学新形式[J]. 安徽师范大学学报(自然科学版), 2006(01): 100-102.