

•学校体育•

体美融合的逻辑与路径探索

马宏霞

(郑州幼儿师范高等专科学校, 河南 郑州 455000)

摘 要: 新时代我国教育肩负着“努力培养担当民族复兴大任的时代新人, 培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人”的重任。在“五育”中, 体育与美育占两育, 在全面育人中具有不可或缺的重要地位。立足于新时代“五育并举”的育人要求, 聚焦体美融合, 以音乐、美术、戏曲3类富含体美互动属性的经典艺术形式为实践媒介, 剖析其“以体育人、以美润心”的融合机理, 探讨其促进青少年全面发展的内在逻辑与实践路径, 以期培养身心和谐、全面发展的时代新人提供参考。

关键词: 体美融合; 体育; 美育; 五育

中图分类号: G802 文献标志码: A 文章编号: 1006-7116(2026)04-0096-08

Exploration on logic and path on integration of physical and aesthetic education

MA Hongxia

(Zhengzhou Preschool Education College, Zhengzhou 455000, China)

Abstract: In the new era, China's education shoulders the critical mission of "cultivating a new generation capable of shouldering the great responsibility of national rejuvenation, and fostering socialist builders and successors with all-round development of morality, intelligence, physical fitness, aesthetics and labor." Of the "five-fold education", physical education and aesthetic education constitute two essential components and also play an indispensable role in all-round development. Based on the educational requirements of "integration of five-fold education" in the new era, focusing on the integration of physical education and aesthetic education, and using music, art, and traditional Chinese opera as practical media that inherently exhibit interactive attributes between physical and aesthetic education, this study analyses the integration mechanism of "cultivate character through physical education and enrich the mind through aesthetic education," exploring the internal logic and practical pathways for promoting the all-round development of adolescents, so that providing references for cultivating a new generation with harmonious physical and mental development, as well as all-round development.

Keywords: integration of physical education and aesthetic education; physical education; aesthetic education; Five-fold education

新时代我国教育肩负着培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人的重任。学校作为育人主阵地, 如何落实“五育”并举的教育方针, 促进学生全面发展, 将“五育”融入教育教学全过程, 是学校教育改革探索的新方向。“以体育人, 以美润心”, 是当前教育领域深化“五育并举”理念的重要实践路径, 体

育与美育的融合旨在促进学生身心健康与全面发展, 培育时代新人。音乐、美术是中小学美育的传统课程, 而戏曲作为我国非物质文化遗产中的瑰宝, 更是中华优秀传统文化的代表, 三者都具有深厚历史文化积淀、鲜明的体美互动属性, 以及在教育与社会实践中具有广泛影响力。本研究通过对这3类经典艺术形式的剖析,

收稿日期: 2025-07-18

基金项目: 河南省科技厅软科学研究项目“戏曲助推乡村振兴的河南模式探究”(242400411252); 河南省高等学校哲学社会科学研究项目“‘三全育人’理念下河南戏曲融入美育建设路径研究”(2024-ZZJH-357)。

作者简介: 马宏霞(1970-), 女, 教授, 研究方向: 美育管理。E-mail: 5888248@qq.com

从听觉、视觉及综合表演等不同维度,探讨体美融合的逻辑基础与实践路径,从而为理解与推动新时代融合育人提供扎实的依据。

1 体美融合的逻辑基础

1.1 体美融合的历史逻辑

通过对美育与体育进行梳理,可以发现二者本是同源,体美融合根植于人类文明对身心一体性的本源认知,贯穿人类文明进程,呈现出一条“同源共生、分化发展、自觉融合”的清晰脉络。这一历史逻辑,深刻揭示了促进身心和谐、培育全面发展的人,是文明演进的内在追求。

在文明初期,体与美同源共生,天然统一于生存实践与精神仪式中。人类以原始歌舞来反映生产劳动、神灵祭祀等,其动作既包括狩猎和耕种等劳动动作,也包括祭祀活动的象征性动作。因此,它既是一种身体运动,又是宗教礼仪的外化。中国古代的体育美育主要体现在“六艺”(礼、乐、射、御、书、数)中,蔡元培在评论“六艺”时就认为“盖自数之外,无不含有美育成分者”^[1]。古希腊时期,“体操”与“音乐”并重,旨在培养身心均衡的公民^[2],奥林匹克竞技与人体雕塑成为力与美的永恒象征,如青铜雕塑《掷铁饼者》通过投掷铁饼的一个典型瞬间动作,充分展现了人体的美和运动所包含的生命力。随着工业革命推进,学科化导致体美分途。体育趋向生物力学与竞技效率的量化追求,美育则更多关联精神与艺术领域,笛卡尔的“身心二元论”在观念上加剧了这种割裂。二者虽在制度层面分离,但实践中的内在联系从未断绝,如芭蕾对形体的雕琢、体育对动作美感的追求。近现代时期,体育与艺术唇齿相依。顾拜旦曾指出,奥林匹克运动并非只是增强肌肉力量,它也是智力与艺术的^[3]。蔡元培认为“体操者,一方以健康为目的,一方实以身体为美的形式之发展”^[4]。人本主义心理学与具身认知理论深刻动摇了身心二元论,促使体美融合从自发走向自觉,实现了创造性的整合。首先体现为教育理念的革新:从杜威的“做中学”,到我国的“五育并举”,教育目标转向人的全面发展,体育被赋予陶冶情操的美育使命,美育则强调通过身体实践来实现。其次,在实践层面,艺术体操、花样滑冰、现代舞蹈及“戏曲进校园”等,皆成为身体技艺与艺术表达高度融合的鲜活载体。最后,国家政策积极引导,通过系列文件将“增强体质、锤炼意志”与“以美育人、以文化人”相结合,从制度上保障融合推进。因此,当代的体美融合绝非简单复古,而是在科学理解“完整的人”基础上,对教育本源目的的回归与升华,是培养兼具健康

体魄、审美素养与健全人格的时代新人的必由之路。

1.2 体美融合的理论逻辑

1)体育与美育的教育目标一致。

王国维在《论教育之宗旨》中所提出“完全之人物”,强调人的全面发展与协调统一^[5]。以此为基础,体育与美育作为促进目标的两种重要路径,其共同点在于身体与心灵的同步发展。现代教育实践中,诸如戏曲进校园等活动便是此融合教育的典范。通过身体动作和艺术表现的融合,学生在表演过程中既锻炼身体,也提高艺术修养和文化认同感。

具体而言,体育活动不仅注重身体的锻炼,如武术和体育舞蹈,能够增强学生的身体素质,还能够培养自信、毅力和团队合作精神。美育则通过引导学生“认识美、感知美”,提升学生的审美能力,进而体验美。两者结合的教育形式,使学生在身体与心灵双重成长中找到融合,真正做到“寓教于乐,寓美于心”。

参与蕴含“美”元素的体育活动能使学生提高幸福感^[6],这也验证了王国维所提倡的“身心和谐”的教育目标。例如,某些学校通过戏曲表演和体育课程的结合,不仅提高学生的身体素质,还增强其文化自信,形成了良好的校园文化氛围。体育和美育的目标都是促进个体的全面健康和谐发展,一个是以身体活动促进身心健康,另一个则是以美的手段培育美的心灵。体育由关注外在形体的塑造,进而促进身心的健康;美育侧重内在心灵的熏陶,产生灵魂的健康。体育以身体活动为基本手段,传授健康知识和运动技能,培育体育精神和体育品格。身体是个体发展的物质基础,美好的心灵栖息于健康的身体。美育以审美实践、艺术鉴赏和情感教育为途径,培育审美趣味,提升审美素养及创新素养。

2)体育与美育相互赋能。

体育是以身体活动为手段促进身心健康,美育则是通过各种美的事物培养人美的能力,都是为培养全面和谐发展的人为目标,是教育的重要组成部分^[7]。柏拉图认为,单纯的体育锻炼和专搞音乐文艺都不能使人变得温文而秩序井然,只有体育和美育以适当的比例进行调和,才能更好的实现全面发展的育人目标^[8]。学界泰斗蔡元培是第一位主张五育并举的教育家,他认为“健全的精神,宿于健全的身体”,并提出“完全人格,首在体育”的教育理念。而“五育”之间的关系,乃是如同身体的有机统一体,将美育比喻为可以传导的神经系统,如同神经贯穿于整个人体一样贯穿于其他“四育”中^[9]。体育美育相结合不是叠加关系,而是和谐共生关系,二者相互赋能、融合借鉴、协同共进、互为补充,体美融合是“化学反应”的过程,

共同作用于教育实践。体育“以体育人”，通过锻炼塑造强健体魄，构建了“育体”“育智”“育心”并最终塑造体育精神的完整体系；而美育“以美育人”，通过浸润心灵、陶冶情操、启迪心智的过程，实现人格的完善、精神的丰盈与生命的和谐发展。体育由外而内、由身至心的全面教育过程，其内在的智性光辉与精神力量，恰恰与美育所追求的内在和谐、心灵净化相贯通，共同构成“以体塑形，以美润心”的融合教育，致力于培养人格健全、全面发展的时代新人。

3) 体育与美育的教育手段重合。

教育过程中，体育以身体练习塑造形体、以体健美；美育通过对身体美的感知与表达，以美育体、以美育人。温克尔曼认为，体育运动员身材体型是艺术家心中美的标准，这种美“一览无余地给艺术家以莫大的教诲”^[10]。如健美操、体育舞蹈等运动项目通过练习者的动作、造型、姿态的艺术形式所表现出的运动美；运动后所形成的身体匀称、体态端庄、生命力旺盛的身体美；练习者蓬勃向上的精神美；表演中音乐、舞蹈动作展现的艺术美。以体育运动项目所展现运动美、身体美、精神美和艺术美为表达，达成学习者审美能力的全面提升。因此，体育美育能够通过共同的教育手段同时实现育体与育心，将身体之美进行形式上的升华，增强对心灵之美、精神之美、自由之美的追求，塑造完整意义上的教育。

4) 具身认知理论。

美是人脑的一种特殊感觉，是人在欣赏美的过程中，对美的感知、体验和评价，人对美的认知过程始终伴随着情绪、情感和联想活动，是感受、知觉、情感、想象诸多心理活动的有机统一。心理学家普遍认为认知无法脱离具体身体而存在。身体的解剖学结构决定了我们对外界的感知，人对世界的认识来源于身体^[11]。梅洛-庞蒂提出了具身哲学的思想，认为知觉的主体是身体^[12]；约翰·杜威认为人的理性思维是以身体经验为基础的，不能够将身体经验与理性思维进行割裂；让·皮亚杰和维果茨基认为人的认知对身体具有很强的依赖性，这些理论观点都强调了身体活动对思维和认知过程的作用^[13]。所以认知是身体的认知，美是身体对具体形象的认知，它是不能脱离身体而独立存在的。具身认知理论为体美融合奠定坚实的理论基础。

1.3 体美融合的现实逻辑

体美融合的现实逻辑是由政策保障驱动、以全人教育为核心、通过课程融合实践、最终服务于国家人才培养战略和个体生命质量提升的辩证统一体，是新时代教育迈向高质量发展的重要路径。《关于深化教育

教学改革全面提高义务教育质量的意见》中提出坚持“五育并举”教育方针，要求强化体育锻炼、增强美育熏陶；《关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见》中指出，要树立学科融合理念，加强美育与德、智、体、劳动相融合^[14]；《关于印发义务教育课程方案和课程标准(2022年版)的通知》中指出要确保“五育并举”，促进学生健康、全面发展，并可窥见“五育融合”的身影。这些重要政策文件的出台，不仅为体美融合提供合法性保障，更揭示了其内在的必然性。“五育并举”明确了体育与美育的同等基础性地位，而“融合”理念的提出，则要求二者打破传统学科壁垒，实现内容与形式的相互渗透，这直接推动了课程标准的修订与实施路径的创新。体美融合回应“全面发展”的人本追求，体育所锤炼的意志品质、规则意识在美育的审美体验与情感共鸣中得到升华，而美育所培育的和谐、节奏与创造力则通过体育的肢体动作与空间构图得以具身化呈现，共同指向学生核心素养中“健康生活”与“人文底蕴”的复合型培养。

在实践教学中，体美融合体现为教学与评价的双重变革，如开发体育舞蹈、韵律体操、运动雕塑等融合性内容，并在评价上超越单一技能考核，关注学生在运动中所展现的形体美感、团队协作的韵律以及对于体育文化中美学价值的理解。近年来，体美融合的社会实践成果丰硕，如北京冬奥会开幕式展现了独特的中国式浪漫，运动员在赛场则完美诠释了力与美的结合，使冬奥会成为一场盛大的体美融合课堂^[15]；杭州亚运会期间，“亚运+戏曲”广播体操风靡网络，其动作巧妙融入戏曲“手眼身法步”的精髓，如“涮腰”和“飞天十三响”，生动体现了体育精神与艺术之美^[16]；亚运前夕的《越·亚运》系列产品，用越剧扮相演绎竞技项目，展现浙江文化底蕴与时代活力^[17]；霹雳舞选手刘清漪、京剧演员裘继戎分别在表演中融入少林武术和戏曲身段，赋予现代舞蹈鲜明的中国印记；2024年巴黎奥运期间，央视《异曲同“功”》节目创新性地让奥运冠军与戏曲人跨界体验6大竞技项目和戏曲技巧，弘扬体育精神与艺术之美^[18]。体美融合深刻地契合了时代逻辑，既是“健康中国”与“文化自信”战略在教育领域的具体交汇，通过武术、民族舞蹈等项目强化身心共育与文化遗产，也是应对未来社会对创新与情感智慧人才的需求，培育人工智能难以替代的身体动觉智能与审美创造力。因此，体美融合绝非简单的课程拼盘，而是一场深层的教育范式重构，旨在培养出身心和谐、兼具生命力与审美力的新时代建设者和接班人。

2 体美融合的路径探索

2.1 体美融合的实践媒介

体美融合的实现,需依托具体而生动的实践媒介。尽管其表现形式多样,但各类艺术与身体实践紧密结合的领域,尤为鲜明地承载着这一融合特质。为进行深入且具代表性的探讨,本研究选取音乐、美术与戏曲3种艺术形式为例进行分析。

1)音乐。

音乐作为一门独特的艺术形式,是一座连接心灵与身体、美感与动能、个体与集体的桥梁,深刻体现了其在促进人身心和谐与全面发展方面的核心价值。它既是直击心灵的美感源泉,又是激活身体的律动能量,实现了审美教育与身体教育的有机统一。

在美育层面,音乐是滋养心灵、塑造高尚情操的核心载体。它通过旋律、和声、节奏与音色的变化,直接而深刻地触动人类情感,激发斗志或带来慰藉,完成情感的“净化”与升华。同时,音乐是提升审美与创造力的重要途径,通过欣赏多元音乐文化,能够系统训练感知美、鉴赏美与创造美的能力。此外,音乐承载着文化认同与精神传承的使命,如《流水》中的“天人合一”哲学、《黄河大合唱》的民族精神,都能筑牢个体的文化自信根基。

在身体与意志层面,音乐与运动有着天然联系。身体是音乐的“第一乐器”,演奏与歌唱本身就是对协调性、耐力的卓越训练。节奏作为音乐的灵魂,为舞蹈、艺术体操等运动提供内在框架与情感维度,也能提升日常锻炼的效能与愉悦感。此外,音乐活动是锻造意志与团队精神的熔炉。长期练习乐器所需的毅力,与合唱、合奏中要求的纪律性、协作意识,都与体育精神的内涵深度契合。

音乐的卓越之处,在于将“美”与“体”浑然融合。在舞台表演中,艺术家同时展现了音乐内涵的深度与身体技巧的精度;在大众参与中,人们随着音乐律动,同步获得情感滋养与身体释放;在教育实践中,达尔克罗兹教学法中的体态律动,赋予音乐具象化的身体表达与生命律动^[19]。它以美育陶冶情操、传承文化,又以体育特质激活身体、锤炼意志,最终推动人的整体和谐发展。

2)美术。

美术作为视觉艺术,在塑造精神世界与调动身体实践两方面展现出独特而融合的价值。它不仅是静态的审美对象,更是身心协同的创造过程,体现了精神陶冶与身体力行的统一。

从美育角度看,美术是视觉审美与人文涵养的核心途径。它通过线条、色彩、构图等形式语言,直接

提升人的视觉感知与审美判断力。从原始壁画到宋元山水,从文艺复兴到现代抽象,美术史是人类视角与审美演变的直观记录。欣赏多元艺术作品,能培养敏锐而深刻的“审美之眼”。同时,美术是情感与思想的无声语言,观者在与作品的对话中获得共鸣、反思与升华。此外,美术承载着民族文化身份与集体记忆,如中国书画的笔墨精神、敦煌壁画的融合气象,都是建立文化认同、坚定文化自信的重要视觉载体。

从体育特质审视,美术创作是身心合一的身体实践。创作过程要求高度的协调与精准控制:书法运笔讲究全身气息贯通,雕塑凿刻考验力量与空间感,大型壁画绘制挑战体力与耐力。这本身就是一种身体训练,锻炼手眼协调、精细操控与持久力。美术技艺的习得与体育训练规律相通,需经年累月的重复练习以形成肌肉记忆,此过程磨砺了毅力、专注力与追求完美的精神——这正是体育意志的核心。许多美术作品更直接捕捉与颂扬身体美与运动感,如古希腊雕塑的理想人体、未来主义绘画的速度力量,激发人们对生命活力的共鸣。

美术的至高境界在于“体”与“美”的水乳交融。艺术家在物我两忘的创作中,使思想情感通过身体技能物化为笔触、形态与气韵。这在工艺美术中尤为显著,制作陶瓷等器物既是严谨的技艺施展,也是美的创造与文化承载。当代艺术教育中,陶艺、壁画协作等实践性活动,让参与者在动手创造中同步实现审美启迪与体能协作的锻炼,达成“劳其筋骨”与“悦其心意”的统一。它以美育塑造眼光、陶冶情操、传承文化;又以体育特质关联身体、锤炼意志、促进身心协调,共同推动人的全面发展。

3)戏曲。

非物质文化遗产作为全人类的共同财富,蕴含着深厚的育人功能,实现学校非遗传承教育和以体育人、以美化人的助推剂^[20]。戏曲作为中华优秀传统文化的璀璨瑰宝,完美融合了美育与体育的双重功能。它以情景交融的意境、虚实相生的美感,集中体现了民族审美理想,其形式与意境之美具有跨越文化的感染力。国家美育政策明确强调传承中华优秀传统文化,戏曲正是为学校美育注入鲜活文化动能的重要内容。

戏曲蕴含着深厚的体育特质,其表演体系融合传统武术、体操等元素,形成一套高度程式化的身体训练方法。身段、把子功、毯子功等基本功,要求表演者具备出色的柔韧性、力量与协调性,其训练过程的艰苦与运动员的体能锤炼极为相似,无形中锻造了坚韧不拔、挑战极限的体育精神。例如,扇子功、水袖等动作在运动轨迹和韵味上与乒乓球、艺术体操等运

动异曲同工。

作为非物质文化遗产,戏曲进校园有利于陶冶情操、弘扬美德,增强民族认同、传承拼搏精神,引导学生健康审美,促进身心发展。《程婴救孤》《苏武牧羊》等经典剧目承载着“仁爱孝悌”等传统美德与英雄气概,学生在欣赏中能感悟文化博大,传承融合了美与力的民族精神。《红旗渠》等现代戏再现的奋斗精神,与女排精神等体育精神谱系相通,能有效提升青少年的文化自豪感与复兴信念。戏曲是高度提炼的美之精华,能提升学生审美能力,并激发其参与体育锻炼的内在动力。戏曲广播操等创新形式,更以“润物细无声”的方式实现了强身健体与心灵滋养的统一。

让戏曲在校园生根,不仅是对文化的传承,更是推动体美融合、促进学生全面发展的有益途径。它让学生在感受传统之美的同时强健体魄、锤炼意志,最终成长为身心健康、品格健全、兼具审美素养与体育精神的时代新人。

2.2 体美融合的路径探索

1)通过跨学科主题学习,推进体美融合。

新课标提出的“跨学科主题学习”打破了学科领域的局限,推动教育创新发展,各级学校都对其进行了多方面的探索。如成都市海滨小学构建了“爱慧运动”体育育人体系,注重在体育教学中渗透美育元素,课堂重点从技能掌握走向素养形成与美感体验,通过“绳文化艺术节”开展跨学科主题学习,在体育课中体验节奏美、动态美、造型美与创造美,实现美育与体育的自然融合^[21];山东师范大学的“最美体育课”在健美操课中融入中华健身鼓、彩带等元素配合《上春山》等传统曲目,在锻炼身体的同时感受传统文化的韵律美与力量美^[22];上海体育大学以武术为载体,将武术演练与古典诗词吟诵、书法绘画相结合,通过“诗风武韵”的跨学科形式,展现文学意境、弘扬传统文化与体育精神^[23];湖南省桂阳县第三中学在“美术+体育”课堂上完成运动场景速写,“音乐+体育”中围绕体育精神创作或改编歌曲^[24];郑州银山路幼儿园以“丰收”为情境,选取豫剧“小放牛”片段,通过舞动彩绸“小鞭子”模仿放牛娃踏步,在增强幼儿运动能力的同时让幼儿感受到戏曲的魅力与美感。

除了课堂教学,多所学校将跨学科理念融入校园文化建设中,将整个校园变成一个可沉浸的跨学科学习场。合肥一六八玫瑰园学校就将“力与美”主题博览会与学校运动会同步举行,学生运用美术的动态线、色彩等知识,表现运动中的人体力学与拼搏精神^[25]。威海世昌中学构建“身·心”和美育人体系,通过空间重构(如动态体能走廊)和科技赋能,将体育精神与

校园文化、各学科知识深度渗透^[26]。通过跨学科主题学习推进体美融合,本质上是构建一种以身体参与为纽带、以审美创造为出口的深度学习模式。其核心在于设计能贯通不同艺术门类与身体实践的多层主题,形成有机联动的课程网络。例如,“韵律的形与声”主题可引导学生分析非洲鼓乐的节奏结构、未来主义绘画中的动态线条以及戏曲程式化身段的动作逻辑,从而在听觉、视觉与动觉的统合体验中理解节奏作为共通表达语言的本质;而“色彩的情感剧场”主题则能融合美术的色彩心理学、音乐的调性情绪理论与戏曲脸谱服饰的象征体系,驱动学生创作出融合声、色、形、体的沉浸式叙事作品;“戏曲雕塑馆”为情境的“体育+美术”学习,通过戏曲基本功如云手、台步、水袖等动作的展示,锻炼学生的身体平衡性、柔韧性、协调性,并让学生用绘画或捏泥人的方式来定格动作美。通过跨学科实践,不仅解决了传统教育中艺术与运动割裂的问题,更让学生在身体力行中感悟中国文化“文武相济”“形神合一”的深层智慧。这种模式对培养兼具健康体魄、审美品位与文化底蕴的新时代人才具有长远价值。

2)通过课外体育活动,推进体美融合。

开展课外体育活动是学生加强体育运动的重要保障,教育部副部长王嘉毅指出,要让学生们身上有汗、眼里有光^[27]。在学校课外活动体系中,通过音乐、美术、戏曲探索体美融合路径,是打破学科壁垒、促进学生全面发展,构建“以身体感知美、以美赋能身体”的实践新范式。

课间操是课外体育活动的重要环节,课间操的内容多为广播体操,音乐为配乐和口令。近年来,各地学校都在探索课间操的创新,将流行音乐与体操配合,创编动感十足的操化动作。梁小斐创编的《河南省第一套豫剧韵律操》以豫剧曲牌为基础,融合云手、指法、弓箭步、涮腰等戏曲身段元素;贵州大学“黔剧课间操”将黔剧的云手、亮相、甩袖等经典程式化动作,融入广播体操,配合戏曲旋律进行课间锻炼^[28];非物质文化遗产代表性传承人张书堂为学生们量身打造的戏曲课桌舞《花木兰》帮助学生足不出教室也能够很好的锻炼身体,通过加上云手、双划手、单剑指、双剑指、跑场、膝腿、抱拳等戏曲动作,让学生在练习过程中增进对戏曲艺术的了解和体验,成为学生乐于参与的重要运动方式,推动中华优秀传统文化的校园传承^[29];重庆两江新区行远小学在课间操中将音乐与体育深度融合,学生一边整齐做操、一边齐声歌唱,唱跳结合的方式不仅全面锻炼了学生的身体素质,还提升了学生的情绪调节能力^[30];山东鄄城县大埕镇仪

楼完全小学在课后服务时段,以“运动触发情感、艺术表达情感”为理念,开设“运动自画像”“跑出来的线条”等校本课程,实现体育与艺术的无缝衔接^[31]。在课外活动中还可以设计“音乐主题创意体能挑战”,选取如《春之祭》这样充满张力或《月光》般宁静的作品,引导学生聆听后,分组创编一套融合现代舞、健美操元素的身体叙事片段,用肢体语言诠释音乐的情绪、结构与色彩。此类活动将听觉意象转为视觉化的身体表达,实现了从内化情感到外化动作的完整美育-体育闭环。

美术类课外活动的融合,则可着力于空间与材质的身体性介入。如在课外活动中体验“运动轨迹绘画与动态雕塑”,学生佩戴装有颜料的颜料垫、彩粉袋等,在大型画布上进行预设的身体动作,用身体运动的轨迹“画”出抽象作品;或利用可塑材料,通过模仿运动中的身体形态来创作“动态雕塑”,将瞬间的力与美凝固为永恒形式。这使学生亲身成为创造的“笔触”,深刻理解身体动能与视觉形式生成的关系。这些探索不仅丰富了体育活动的内容和形式,更在深层次上实现了强健体魄与陶冶情操、传承文化的统一,在强健学生体魄的同时,浸润其心灵,提升其审美,加深其对民族文化的认同,是促进“体美融合”落地生根、培养全面发展时代新人的一项富有远见和价值的实践探索。

3)通过体美融合特色项目建设,推进体美融合。

自2020年国际奥委会将霹雳舞设为奥运会正式项目以来,霹雳舞作为新兴体育项目备受大众喜爱,它是一项既有娱乐健身作用,又具有表演性的体育运动^[32],以其动感的音乐、视觉的美感吸引众多青少年的目光。如,杭州亚运会冠军刘清漪和13岁的李勇秋凭借“武术+霹雳舞”的精彩表演而一战封神;“十五运会和残特奥会广州赛区新彩广州全民志愿行动之非遗炫荔湾系列活动”中年轻舞者以“龙舟竞渡”“木射”“蹴鞠”等传统体育动作与霹雳舞结合进行主题演绎^[33];上海视觉艺术学院2022级学生在“视界”的实习汇演中展示了融合功夫元素的霹雳舞《必经之路》^[34];北大深研院学生艺术团在第三届深圳高校舞蹈大赛中用慵懒到有力的音乐节奏变化,充满张力的肢体延伸,编排舞蹈动作,视觉化演绎从白日梦想家到坚定实践者的内心蜕变等^[35]。以上舞蹈都是以音乐引导身体动作的力度、节奏与情感表达,用视觉美感元素拓展身体语言的文化深度和表现力。目前,很多学校都成立了街舞(霹雳舞属于其中一种)社团,如华北水利水电大学的“HS CREW 街舞协会”、新乡学院的“街舞协会”、河南省郸城县第二实验小学的“街舞社团”等,

通过街舞将体与美进行融合,展现了这一运动的独特魅力。街舞等特色项目打破传统边界,以贴近学生兴趣的方式,让体育之“体”与艺术之“美”在动态过程中交相辉映、相互促进。通过系统的课程设计与活动开展,不仅激发了学生的主动参与,更在潜移默化中培养了他们的团队精神、审美素养与创新思维,为新时代的体美融合实践提供了生动可行的育人方案。

4)通过传统节日的文化内涵和仪式感,推进体美融合。

传统节日以深厚的文化内涵与庄重的仪式感,为探索体美融合提供了天然的文化母体与实践场域。传统体育活动如舞龙、秧歌等本身即是“具身化”的仪式行为,其动作、节奏与阵型承载着特定的文化内涵。通过音乐与美术视觉设计等艺术形式的深度介入,这些活动的身体技术被赋予更强烈的审美意向与情感张力。艺术美不仅装饰了体育活动的外在形式,更关键的是,它激活并显性化了内嵌于身体动作中的文化密码与精神价值,使参与者在律动与协作中,同时完成身体的锻炼、审美的体验与文化的认同。2025年央视春晚节目《潮起舞英歌》将源自武术的英歌舞与现代表演艺术结合,用“一手举千山,一手化百川”的舞蹈展现体育的力与美^[36];中南林业科技大学“奇妙端午”沉浸式活动中学生在精心设计的园林舞台上,参与太极、蹴鞠等传统体育运动,身临其境地感受文化与运动之美^[37];端午节等节日的舞龙舞狮运动,在充满力量的舞龙舞狮运动加入柔美,可以增强表演的艺术性,在第十五届全国舞龙舞狮锦标赛斩获冠军的上海三林舞龙,将龙狮文化与现代艺术元素相结合,在体育运动的基础上融入舞蹈、戏曲、武术和技巧,形成现代舞龙的“海派”特色^[38]。除了传统节日,作为文旅大省,郑州国际少林武术节是一项集武术、旅游、文化交流于一体的大型综合性节会^[39],在世界范围内产生了深远的影响,成为连接五大洲武术爱好者的重要纽带^[40]。在第十三届郑州国际少林武术节开幕式上,俄罗斯歌手Katy用流利的中文,唱响了融合中国戏曲韵律的歌曲《回马枪》惊艳全场,向世界展示了武术与音乐的融合魅力。登封的《禅宗少林·音乐大典》以嵩山自然山水为舞台,通过武术、舞蹈、音乐与光影艺术的深度融合,成功将身体运动的“力”与禅宗美学的“韵”结合,是体美融合的典范。开封万岁山武侠城的表演,将武术动态的身体与江湖的静态美学深度融合。演员们凭借真刀真枪的硬桥硬马功夫,在高度还原的实景中演绎经典,而精心构建的夜间光影、仙侠奇境等场景,与全天候密集的互动演出共同营造出“一步一江湖”的沉浸美学,让游客在亲身参与中

完成从观看到体验的审美跨越。河南卫视《七夕奇妙游》中推出的《龙门金刚》以“伎乐天”的飘逸柔美与“金刚力士”的雄健力量形成刚柔对比。舞姿与造型严谨复原自石窟造像,同时运用数字技术对石窟进行扫描与色彩复原,让静态的文物之美通过动态的身体语言和现代视觉科技重焕新生。《梨园春》作为中国电视界戏曲栏目的第一品牌^[41],2025年《梨园春》俺村最有戏·戏超总决赛,焦作山水太极队以精湛表演展现太极文化与戏曲艺术的融合,将太极文化融入舞台设计,通过青山绿水的布景与太极动作的阴阳平衡哲学,打造出极具视觉冲击的舞台效果。

将艺术美融入传统体育活动,是依托传统节日的文化场域与仪式结构,探索体美融合的重要路径。传统节日蕴含的集体记忆与象征符号,为体育与美育的深度融合提供了超越日常的意义框架。舞龙、秧歌等传统体育活动作为高度仪式化的文化实践,其动作与节奏承载着族群的历史叙事与审美原型,而音乐、美术等艺术元素则对其实现“美学激活”。艺术赋能使体育之力转化为可感知的美,既为传统体育的现代传承注入活力,也为“五育并举”提供了具有文化根基的实践方案。

中华民族伟大复兴,文化是重要基础,体育是强大动力。无论是艺术还是体育竞技,最终所彰显的都是一种文化精神,二者在挖掘人类自身潜力和表达价值追求上有着本质上的一致性^[42]。体美融合并非体育与美育的简单叠加,而是深层次、结构性的教育范式革新。它根植于人类文明对“身心一体”的本源认知,在理论层面得到了哲学、教育学与心理学的有力支撑,并在国家“五育并举”的战略指引下,获得了坚实的现实发展逻辑。音乐、美术、戏曲等经典艺术形式,以其与身体实践的天然联结,成为探索融合机制的生动范本,体育也会因为更多艺术形式的参与而有新的完善与补充,将身体运动所蕴含的力、健、竞与艺术活动所追求的美、情、意有机统一,使“以体育人”与“以美润心”在动态的教育过程中同频共振、相得益彰。体美融合的实践必将超越技能传授的层面,引导学生在挥洒汗水中感受韵律之美,在艺术创造中锤炼坚韧之志,从而实现身心的和谐统一与人格的臻于完善,为个体生命的充盈与社会文明的进步奠定坚实的基础。

参考文献:

[1] 席格. 蔡元培美育观与传统礼乐的现代转进[J]. 郑州大学学报(哲学社会科学版), 2020, 53(3):

5-14+127.

[2] 王柯平. 柏拉图的身体诗学观[J]. 哲学研究, 2005, 51(7): 80-86.

[3] 任赫. 种下热爱运动与艺术的种子[N]. 中国教育报, 2022-04-19(9).

[4] 丁海洋. 蔡元培体育教育思想融入体育课程思政教学建设研究[J]. 体育科技, 2023, 44(4): 137-139.

[5] 赵甲杰. 论王国维“完全之人物”的超越精神[D]. 长春: 东北师范大学, 2023.

[6] 刘苑鑫. 高职院校运用健美操锻炼提升大学生主观幸福感浅议[J]. 河南医学高等专科学校学报, 2022, 34(3): 376-378.

[7] 陈淑芬. 审美教育融入高校思想政治理论课的路径探析[J]. 教育观察, 2019, 8(23): 26-28.

[8] 王婕玟.《理想国》教育思想研究[D]. 济南: 中共山东省委党校, 2025.

[9] 高平叔. 蔡元培教育文选[M]. 北京: 人民教育出版社, 1980: 05.

[10] 冷旭. “美育维度”视域下高校啦啦操教学创新研究[D]. 长春: 吉林体育学院, 2019.

[11] 王心亮. 具身认知研究进展综述[J]. 文化创新比较研究, 2021, 5(10): 1-3+49.

[12] 张露, 尚俊杰. 基于学习体验视角的游戏化学习理论研究[J]. 电化教育研究, 2018, 39(6): 11-20+26.

[13] 殷世东, 杨斯飏. 中小学研学旅行课程设置价值与理论基础[J]. 宁波大学学报(教育科学版), 2020, 42(4): 26-34.

[14] 人民网. 以美育人 以美化人 以美培元[EB/OL]. (2023-03-10)[2026-01-12]. <http://edu.people.com.cn/n1/2023/0310/c1006-32640965.html>

[15] 中国国家画院. 流光溢彩的 2022 北京冬奥会开幕式诠释中国审美的当代表达[EB/OL]. (2022-02-08)[2026-01-12]. <http://www.cnapp.org.cn/cnap/yaow/202202/e923afbb711e4491966eb27206885cc8.shtml>

[16] 央视综艺. “亚运+戏曲”的广播体操来了! 快来跟练![EB/OL]. (2023-09-24)[2026-01-12]. <https://baijiahao.baidu.com/s?id=1777852393031723945&wfr=spider&for=pc>

[17] 潮新闻. 越·亚运① | 乘风万里, 永不止步 [EB/OL]. (2023-09-20)[2026-01-12]. https://tidenews.com.cn/video.html?id=2585310&duration=34.0&isVertical=1&fsize=10024151&width=720&height=1280&video_h5_mode=1

[18] 百度百科. 异曲同“功” [EB/OL]. (2024-07-27)[2026-01-12]. <https://baike.baidu.com/item/%E5%BC%82%E6%9B%B2%E5%90%8C%E2%80%9C%E5%8A%9F%E2%80%9D/64786263>

- [19] 杨晨. 基于“动·唱·奏”理念的高职音乐教育专业视唱练耳教学路径探析[J]. 大众文艺, 2025, 70(22): 127-129.
- [20] 徐玉隽. 非遗融入高等教育促进课程思政与体美融合路径探索[C]//第十三届全国体育科学大会论文集. 中国体育科学学会, 2023: 9961-9962.
- [21] 教育导报. 以学生为中心 构建体美融合课堂[N/OL]. (2025-12-02)[2026-01-12]. <https://jydb.scedumedia.com/DocumentElectronic/doc-29611.html>
- [22] 光明网. 山师这堂能出汗的“最美体育课”引发社会关注[EB/OL]. (2025-03-18)[2026-01-12]. <http://www.qlshx.sdn.edu.cn/info/10434/197214.htm>
- [23] 上海体育学院. 我校《在“诗歌演武”中以体育人以武彰文》项目入选上海大中小学思想政治教育一体化建设工作典型案例[EB/OL]. (2025-02-16) [2026-01-12]. <https://www.sus.edu.cn/info/1038/18024.htm>
- [24] 邓小红. 体美融合育人实践[J]. 中小学校长, 2025, 31(9): 59-61.
- [25] 中国网教育. 合肥一六八玫瑰园学校南校第三届运动会同步开启“力与美”主题博览会, 解锁跨学科育人新样态[EB/OL]. (2025-10-28)[2026-01-12]. http://edu.china.com.cn/2025-10/28/content_118146616.shtml
- [26] 于志健. 山东省威海世昌中学: 以体育为纽带促进“五育”融合 [N/OL]. (2025-06-10)[2026-01-12]. http://www.jyb.cn/rmtzgjyb/202506/t20250610_2111355558.html
- [27] 腾讯新闻. 教育部谈中小学课间时间延长: 让孩子身上有汗、眼里有光 [EB/OL]. (2024-09-26) [2026-01-12]. <https://news.qq.com/rain/a/20240926A05TCF00>
- [28] 贵州大学音乐学院. 音乐学院学生让黔剧走进校园 [EB/OL]. (2025-04-01)[2026-01-12]. <http://music.gzu.edu.cn/2025/0401/c10223a247540/page.htm>
- [29] 晋戏宣. 戏曲课桌舞课间才艺增[EB/OL]. (2022-04-30)[2026-01-12]. <http://www.chnjinju.com/html/shangdangbangzi/2022/0430/17009.html>
- [30] 两江新区官网. 既能唱又能跳 看行远小学“玩转”大课间[EB/OL]. (2025-10-14)[2026-01-12]. <https://www.liangjiang.gov.cn/mixmedia/a/202510/14/WS68edfa8ce4b0840ed56761a9.html>
- [31] 徐兴坡. 美育体育融合发展 助力儿童健康成长[N/OL]. (2026-01-12)[2026-01-12]. <http://www.sdjyb.com.cn/content/2026-01/12/037058.html>
- [32] 苗胜兰. 街舞进入高中校园的SWOT分析及策略研究[J]. 基础教育研究, 2023, 36(8): 65-67.
- [33] 澎湃新闻. 非遗街舞炫动新彩广州[EB/OL]. (2025-11-01)[2026-01-12]. https://www.thepaper.cn/newsDetail_forward_31876240
- [34] 上观新闻. 古今碰撞, 艺术无界! 上海视觉艺术学院学子演绎跨越千年的艺术对话[EB/OL]. (2025-07-10)[2026-01-12]. <https://sghexport.shobserver.com/html/baijiahao/2025/07/10/1608419.html>
- [35] 北京大学深圳研究生院. 捷报|北大深研院学生艺术团参加第三届深圳高校舞蹈大赛并斩获佳绩[EB/OL]. (2025-06-18)[2026-01-12]. <https://news.pkusz.edu.cn/info/1002/9103.htm>
- [36] 央视新闻. “飒”出天际!“最强过年氛围组”英歌舞亮相春晚舞台[EB/OL]. (2025-06-18)[2026-01-12]. https://content-static.cctvnews.cctv.com/snow-book/index.html?item_id=4727706628459738476
- [37] 中南林业科技大学体育与音乐学院. 活动预告|“林籁泉韵·奇妙端午”沉浸式传统文化体验活动[EB/OL]. (2024-06-03)[2026-01-12]. https://mp.weixin.qq.com/s?__biz=MzUzNjYwMDE4NA==&mid=2247492336&idx=1&sn=cd7bdf3e0cb38956733db08a472741a&chksm=faf169e7cd86e0f14de51a70bf48e57319fecf9cf001d697c89ed016231b44905fb4fe680c8&scene=27
- [38] 赵天予, 陆大杰. 走向国际的三林“龙王”[J]. 浦东开发, 2018, 27(7): 52.
- [39] 王甜. 少林武术发展途径及建议[J]. 武术研究, 2016(11): 56-57.
- [40] 李晓光, 刘超峰, 杜向东, 等. 以少林功夫架起沟通世界的桥梁[N]. 郑州日报, 2024-10-22(08).
- [41] 王静. 地域文化视角下《梨园春》的品牌塑造研究[D]. 长沙: 湖南师范大学, 2017.
- [42] 景俊美. 艺术与体育交融呈现文化与精神交相辉映[N]. 中国文化报, 2023-10-19(03).

