



高考热点素材：“体育”和“美育”

导 语

近期，教育部连续重磅发声：体育中考要逐年增加分值，直至跟语数外持平。而且，到 2022 年，要逐步实现美育中考。

增加对“体育”和“美育”的重视度，已成为当前教育改革的一大趋势。

这种趋势可能会影响到高考作文命题。

基于这样的考虑，针对“体育”和“美育”的话题作文，高中生们应该进行一些准备和训练。

素材君精心筛选和整理了一批这方面的素材，今天分享给大家。

名人名言

01. 健全的精神寓于健全的身体。——朱维纳利斯[古罗马诗人]
02. 虚弱的身体，永远培养不出有活力的灵魂和智慧。——卢梭[法国思想家]
03. 我生平喜欢步行，运动给我带来了无穷的乐趣。——爱因斯坦
04. 完全人格，首在体育。——蔡元培
05. 德智皆寄于体，无体是无德智也。——毛泽东
06. 文明其精神，野蛮其体魄。——毛泽东
07. 兴于诗，立于礼，成于乐。——孔子
(译文：人的修养开始于学诗，自立于学礼，完成于学乐。)
08. 美是上帝的微笑，音乐是上帝的声音。——苏格拉底
09. 假使你有两块面包，你得用一块去换一朵水仙花。——柏拉图
10. 美具有引人向善的作用和力量。——柏拉图
11. 一个完整强健人格的养成，并不源于知识的灌输，而在于感情的陶养。这种陶养就在于美育。——蔡元培
12. 人生有四种境界：欲求境界、求知境界、道德境界、审美境界。审美为最高境界。——张世英[当代哲学家]
13. 科学和艺术是不可分割的，就像一枚硬币的两面。——李政道[诺贝尔物理学奖获得者]
14. 文盲不可怕，美盲才可怕。——吴冠中[当代画家]
15. 没有审美力是绝症，知识也解救不了。——木心

精彩语段

01. 体育不仅是健儿们在赛场上为国争光，也是平常日子的一份“标配”。让运动成为一种



生活方式, 改变从每个人做起, 受益的将是中华民族的未来。

02. 许多人对体育的理解还停留在“强身健体少生病”的阶段, 仅把体育当作智育的辅助, 这样的看法无疑落了下乘。在真正的教育者眼里, 体育不仅能壮筋骨, 还能调感情、强意志, 是人格教育的最好方式。

03. 伦敦奥运会的一个主题叫“激励一代人”, 其奥组委这样阐述这一主题: 首先, 体育教会孩子们如何在规则的约束下去赢; 然后, 体育教会孩子们如何体面并且有尊严地输。

04. 美育是审美教育, 也是情操教育和心灵教育, 不仅能提升人的审美素养, 还能潜移默化地影响人的情感、趣味、气质、胸襟, 激励人的精神, 温润人的心灵。

05. 没有美的教育, 就不是完整的教育。从细处说, 美育是帮助孩子发现美、理解美、追求美, 让美的精神融入日常生活; 从大处说, 美育是以美育人、以文化人。

06. 宫室可以避风雨就好了, 何以要雕刻与彩绘? 器具可以应用就好了, 何以要图案? 语言可以达意就好了, 何以要特制音调的诗歌? 由此可以证明美的作用是超越实用范围的。

07. 美育绝不是“无用”, 而有实实在在的“大用”。物理学家钱学森爱好音乐、书画, 园林学家、古建筑学家陈从周热爱文学, 水稻专家袁隆平喜欢小提琴, 他们在享受美的同时创造美, 以杰出的综合素养在各自领域斩获殊荣。

08. 我们只有坚持“智育与美育并举”, “科学与艺术并重”, 让学校充溢良好的科学与艺术氛围时, 才能培养出情感丰富、综合素质高、创造性的人才, 才能创造出更富有想象力、更美好的生存方式和空间。

09. 现在很多人穷, 穷的不是物质, 也不是文化, 而是审美。没有恰当的审美, 生活将变得粗俗不堪, 无聊至极。越来越追求实用化的背后, 伴随的是无趣的人生和创造力的枯萎。

人物事例

01. 毛泽东: 文明其精神, 野蛮其体魄

1917年, 毛泽东在《新青年》杂志上发表了一篇文章, 提出“欲文明其精神, 先自野蛮其体魄。”这振聋发聩的呼喊, 是对民族的警醒, 是对每一个同胞的激励。不仅是写文章呼吁, 毛泽东本人也身体力行, 坚持锻炼。他一生酷爱运动, 尤其是游泳, 主席一生17次畅游长江, 81岁时还在长沙游泳, 以实际行动践行了“终身体育”的理念。

02. 爱因斯坦: 运动给了我无穷的乐趣

20世纪最伟大的科学家爱因斯坦, 一生热爱体育锻炼, 爬山、骑车、赛艇、散步都是他喜欢的项目。有一次, 他去比利时访问, 当火车进站后, 迎接他的人却看不到爱因斯坦的影子。原来, 爱因斯坦避开了那些列队欢迎的人, 一路步行来到王宫。他笑着对王后解释: “我平



生喜欢步行, 运动带给了我无穷的乐趣。”

03. 爱因斯坦与小提琴

爱因斯坦的母亲是位优秀的钢琴师, 小爱因斯坦 6 岁时, 母亲就让他学习拉小提琴。因为从小教育和熏陶, 音乐成为了爱因斯坦一生的挚爱。在繁忙的科研工作之余, 拉小提琴是爱因斯坦主要的休闲方式, 而且, 这也是他的灵感来源。他的助手霍夫曼说: “爱因斯坦的研究方法, 虽然以渊博的物理学为基础, 但在本质上, 是美学的、直觉的。”因为在科学研究中发挥了艺术家的想象力, 爱因斯坦具有了惊人的创造才能。

04. 蔡元培: 完全人格, 首在体育

蔡元培当北大校长的第一年, 就发起成立了“北京大学体育会”, 在办学经费极其紧张的情况下, 学校仍然想方设法购置了许多体育器材和设备, 甚至还新建了游泳池和溜冰场。蔡元培始终相信一个道理, “完全人格, 首在体育。”体育不仅是为了锻炼身体, 它还是健全人格的基础所在。

05. 蔡元培: 以美育代宗教

蔡元培是中国提出美育的第一人, “以美育代宗教说”闻名于世。蔡元培在北京大学亲自开设、讲授的一门课程就是“美育”。他曾大声疾呼: “美育是最重要、最基础的人生观教育。”他把美育的意义总结得简单明了: “纯粹之美育, 所以陶养吾人之感情, 使有高尚纯洁之习惯。”

06. 钱学森: 艺术修养很重要

钱学森 5 岁时就开始学习绘画和音乐, 在上海交大读书时, 他是校乐队的主力圆号手。新中国成立之初, 钱学森急于回国效力, 因而被美国政府软禁五年, 这期间, 是贝多芬、莫扎特的交响乐, 激励着他进行积极的抗争。音乐不仅支撑了钱学森的精神, 还给他带来了创新的灵感。钱学森后来说过, “艺术修养对我的科研工作很重要, 它开拓了科学的创新思维, 我们当时搞火箭的一些想法, 就是在和艺术家们交流中产生的。”

07. 李政道: 科学和艺术就像硬币的两面

诺贝尔奖获得者、著名物理学家李政道对中国画有很深的造诣, 他的国画作品笔墨洒脱、色彩绚丽, 令人赏心悦目。谈起科学和艺术的关系, 李政道说, “当科研思路受阻时, 某些艺术美感的启示, 能使你茅塞顿开。”“科学和艺术是不可分割的, 就像一枚硬币的两面。”

08. 罗素: 数学包含着无上的美

伯特兰·罗素是英国剑桥大学的数学教授, 他写的《数学原理》是学界的经典名著。令人折服的是, 罗素还是 1950 年诺贝尔文学奖的获得者。罗素可谓是打通了科学和艺术的天才人



物。罗素认为科学与美息息相关,他说:“数学包含的不仅是真理,也有无上的美,一种冷峭而严峻的美,恰像一尊雕塑。”

09. 开普勒:感谢上帝,让我看到了美

科学不但求真也求美,科学家像艺术家一样追求美,是科学取得创新性成果的原因之一。德国天文学家开普勒,是行星运动三大定律的发现者。当他发现行星运行的轨道并非哥白尼所说的圆形,而是椭圆形,并最终确定太阳在椭圆的一个焦点上时,他高兴得跳了起来,大声喊道:“感谢上帝,让我看到了美!”

10. 木心:我白天是奴隶,晚上是王子

十年动乱期间,木心因言获罪,被关进积水的防空洞,三根手指惨遭折断,但他从未说过半句怨言,只留下一句:“我白天是奴隶,晚上是王子。”白天,他清洗下水道、打扫厕所,从事着最为肮脏卑下的劳作;夜间,他手绘钢琴的黑白琴键,无声地“弹奏”莫扎特与巴赫。他没有选择以死殉道,原因是“我不能辜负艺术对我的教养。”是艺术之美帮木心挺过了人生中最黑暗的岁月。