

The Construction and Practice of Middle School Embodied Moral Education Curriculum System under the Perspective of the Integration of the Five Educations

Yan Xiao

Chongqing Experimental Foreign Language School, Chongqing, 400052, China

Abstract

To address the practical challenges of the disconnect between moral education knowledge and practice in secondary schools and the superficial integration of the “Five Educations”, this study systematically constructs and implements an embodied moral education curriculum framework based on embodied cognition theory. Centered on the core concepts of “physical presence, emotional resonance, and behavioral internalization”, the framework establishes five integrated curriculum modules: “Soul-Casting and Belief”, “Heart-Nourishing and Values”, “Intellectual Enlightenment and Culture”, “Environmental Protection and Ecology”, and “Empowerment and Psychology”. It innovatively proposes a four-stage cultivation pathway: “Physical Imprinting – Emotional Activation – Value Internalization – Behavioral Creation”, exploring progressive operational strategies from habit formation to creative value expression. A dynamic evaluation mechanism of “Multi-Subject Behavioral Observation” is also developed. Practical implementation demonstrates that this embodied and integrated curriculum design effectively promotes the internalization of students’ moral cognition and behavioral transformation, providing a replicable paradigm for the practical transformation of secondary school moral education in the new era.

Keywords

Integration of five educations; Embodied moral education; Curriculum system; Implementation strategies; Secondary school moral education

“五育”融合视域下中学具身德育课程体系的构建与实践研究

肖艳

重庆实验外国语学校, 中国·重庆 400052

摘要

为破解中学德育知行割裂与“五育”融而不透的现实困境,本研究基于具身认知理论,系统构建并实践了一套以“身体在场、情感共鸣、行动内化”为核心理念的中学具身德育课程体系。体系以“五育”融合为导向,确立了“铸魂·信念”“润心·价值”“启智·文化”“护蓝·生态”“赋能·心理”五大融合性课程模块;创新性地提出了“身体烙印—情感唤起—价值内化—行为创造”的四阶培养实施路径,探索出从行为习惯养成到价值创造性表达的进阶式操作策略;并构建了与之配套的“多元主体·行为观测”动态评价机制。实践表明,该体系通过具身化、融合性的课程设计与实施,有效促进了学生道德认知的内化与行为转化,为新时代中学德育的实践转型提供了可资借鉴的范式。

关键词

五育融合; 具身德育; 课程体系; 实施策略; 中学德育

【基金项目】重庆市教育科学“十四五”规划2022年度一般课题“五育融合视域下中学具身德育课程体系构建与实践研究”(项目编号: K22YG108472); 重庆市第三批立德树人特色项目实践研究基地《基于US合作的“融润”生涯教育课程构建与实践研究》项目研究成果。

【作者简介】肖艳(1979—),女,中国重庆人,硕士,高级教师,从事中学德育、中学生物教学研究。

1 引言

立德树人是教育的根本任务。“五育”融合作为推动基础教育高质量发展的核心路径,已成为共识。然而,当前中学德育实践仍面临严峻挑战:一方面,“五育”之间往往呈现“拼盘式”组合,德育难以真正渗透并引领其他各育;另一方面,德育活动常陷于知识灌输与形式化运作,与学生鲜活的生命体验相疏离,导致“知”“行”脱节。其深层原因在于,传统的“离身”德育观忽视了认知、情感和道德判

断植根于身体与环境互动的本质。

源自哲学与认知科学的“具身认知”理论为德育改革提供了新视角。孟万金教授提出的“具身德育”理论，强调“正心立德，劳动树人，知行合一”，为超越知性德育提供了重要的理论支撑。然而，现有研究多集中于理论探讨或局部实践，将“五育”融合与“具身德育”两大前沿理念进行系统性整合，并构建可操作、可推广的课程体系的研究尚显薄弱。

基于此，本研究立足于学校三年的实践探索，旨在系统回答：如何构建一个以“五育”融合为视域、以“具身认知”为理论基石的中学德育课程体系？其核心架构与关键实施策略为何？本文将从课程体系的整体建构与具体实践策略两个层面展开论述，以期深化中学德育改革提供理论范式与实践路径。

2 中学具身德育课程体系的整体建构

本研究构建的课程体系，以“身体在场、情感共鸣、行动内化”为核心理念，旨在通过学生的身体参与和情境体验，实现“五育”要素的有机互嵌与深度渗透，形成“理念引领—目标分层—内容融合”的完整框架。

2.1 理念引领：以“具身浸润”激活“五育”融合内核

本体系核心理念在于，德育必须从抽象的符号认知

回归学生的身体感知和生命实践。它强调道德学习是一个身心一体的整合过程，通过设计“身体在场”的实践活动，让学生在亲历亲为中产生情感共鸣，进而将道德规范内化为稳定的价值观念和行为习惯。这一理念将德育目标有机渗透至智育的探究过程、体育的锤炼过程、美育的熏陶过程以及劳动教育的创造过程之中，为实现深层次的“五育融合”提供了内在机制。

2.2 目标分层：锚定“三维”素养发展阶梯

课程目标紧密对接“德智体美劳”全面发展的总体要求，分设价值认同、品格塑造、能力提升三个维度，并细化为可观测、可评价的层级目标。

价值认同层：侧重于通过“爱国文艺创演”、“红岩精神践行”等活动，深化学生对国家、民族、文化的认同感与归属感。

品格塑造层：聚焦于通过“情绪管理”、“生命教育”等课程，培育学生诚实守信、勇于担当等公民基本品格。

能力提升层：注重在“传统技艺习得”、“生态保护方案设计”等实践中，发展学生的社会参与、实践创新等综合能力。

2.3 内容融合：构建“五维联动”主题课程群

课程体系的核心是五大主题课程模块，每个模块都本质地体现了“五育”的深度融合。具体内容框架如下：

课程模块	核心内容	五育融合点	代表性具身活动
铸魂·信念具身课	理想信念教育、红色基因传承	德育（价值引领）+ 智育（历史探究）	红岩遗址探寻（初中）、党史故事角色扮演（初中）、模拟法庭（高中）
润心·价值具身课	爱国主义教育、法治教育、文明礼仪	德育（品格培养）+ 美育（情感陶冶）	爱国文艺创演（初中）、社区文明倡导（初中）、模拟听证会（高中）
启智·文化具身课	家国情怀、传统美德、科学精神	德育（规则意识）+ 智育（科学思维）	家风老物件触摸（初中）、传统技艺习得（初中）、生涯规划情境模拟（高中）
护蓝·生态具身课	环保教育、劳动教育、生命教育	德育（责任担当）+ 劳育（技能应用）+ 体育（体魄锤炼）	湿地清洁行动（初中）、旧物改造创意赛（初中）、校园碳足迹监测（高中）
赋能·心理具身课	自我认知、情绪管理、人际交往、生涯规划	德育（健全人格）+ 智育（元认知与规划）	心理情景剧（初中）、生物反馈训练（初中）、团队协作挑战（高中）

该框架打破了传统德育课程的碎片化格局，形成了横向贯通、纵向衔接的立体化内容体系，确保了“五育”融合在课程内容层面的实质性落地。

3 中学具身德育课程的实施策略与路径创新

本研究探索并形成了系统化的课程开发流程与阶梯式的“四阶”培养核心策略，确保理念能落地、目标可实现。

3.1 系统化的课程开发流程：确保课程的科学性与适应性

课程开发遵循“需求诊断—目标规划—内容设计—审评优化”的闭环流程，这是一个严谨的、专业化的过程。

需求诊断与资源评估：通过问卷、访谈等方式，精准把握学生道德发展中的真实困惑与需求，同时系统梳理校内外各类资源，为课程设计提供靶向和支撑。例如，在开发“铸

魂·信念”课程前，调研发现学生对革命历史有认知但缺乏共情，本地红岩资源丰富但利用不足，这直接决定了该课程将采用“实地探寻”的具身化路径。

目标规划与模块设计：基于诊断结果，紧扣“五育”融合与“具身体验”核心，参照国家政策文件，将宏观育人目标细化为五大课程模块的具体、分层、可测的目标。例如，“护蓝·生态”课程的目标不仅包含环保知识（智育），更强调劳动习惯（劳育）和责任担当（德育）的协同培养。

内容整合与活动创建：组建跨学科课程开发团队，寻找德育主题与各学科课程标准、知识点、能力要求的自然连接点。例如，“启智·文化”课程中的“传统技艺习得”活动，由历史老师讲解背景，美术老师指导审美，劳技老师教授技能，班主任组织反思，真正实现跨学科协作设计。

课程审议与动态完善：建立年级、课题组、专家组三

级审议机制。年级组进行适用性初审，评估活动与学段的匹配度；课题核心组进行科学性复审，审视其五育融合点与具身性是否充分；邀请高校或教研机构专家进行专业性终审，提升理论站位。并在实施后通过学生反馈、成果分析等进行持续修订，形成良性循环。

3.2 “四阶”培养的阶梯式实施策略：遵循道德内化的渐进规律

道德的内化是一个由外而内、再由内而外的渐进过程。据此，研究者构建了“身体烙印—情感唤起—价值内化—行为创造”的“四阶”培养策略，旨在引导学生经历完整的道德学习历程。

3.2.1 一阶：身体烙印（可感知）——奠定行为基础

此阶段主要针对新生或新行为习惯的建立。通过高频次、重复性的身体实践，使基础道德规范形成肌肉记忆和条件反射。

强调行为的标准化和仪式化。例如，在新生入学教育中，进行微笑、鞠躬、问好三位一体的“实外问候礼”标准化训练，通过每日重复，让尊重这一抽象概念首先内化为一种不经思索的身体自觉。这一阶段看似简单，实则是将社会规范书写进学生的身体记忆，是情感和价值内化的物质前提。

3.2.2 二阶：情感唤起（可操作）——建立情感联结

此阶段是连接身体与心灵的关键。通过角色扮演、情境模拟等，将抽象的道德符号转化为可触摸、感知的实体，激发学生的情感共鸣，建立身体体验与道德情感的有效联结。

重在创设浸润式情境。例如，在“家风传承”活动中，让学生亲手触摸祖辈的勋章、阅读泛黄的家书、聆听物件背后的故事，让爱国与孝亲在心跳加速、眼眶发热的瞬间自然生发。这种“身体接触+叙事共情”的模式，极大地增强了道德教育的感染力。

3.2.3 三阶：价值内化（可沉淀）——促进理性建构

此阶段是实现道德认知飞跃的核心。通过引导学生在深度体验后进行结构化反思，将外在的身体体验与情感触动进行深度加工，自主建构起内在的、稳定的价值观念。

强调实践后的反思。广泛采用“实践+日志”、“小组讨论”、“成果展示与答辩”等方法。例如，在“重走红岩路”徒步研学后，不仅要求学生记录过程，更引导其反思脚上的水泡与革命者的意志之间有何关联，从而将身体的酸痛感升华为对理想信念的深刻理解。没有此阶段的深度反思，体验可能流于肤浅，唯有通过反思，感性经验才能系统化、理性化，真正沉淀为个人价值观。

3.2.4 四阶：行为创造（可创造）——实现价值外化

这是实施的最高阶段，标志着道德已成为学生精神世界的有机组成部分，并能主动地、创造性地影响环境。通过搭建多元化平台，鼓励学生将内化的价值观转化为自主、创新的道德实践，实现从内化于心到外化于行的创造性转化。

注重日常的行为创造。例如，在“护蓝·生态”课程中，

学生不再满足于日常的节水节电，而是自发组建课题小组，利用所学知识深入调研校园能耗，形成数据分析报告，并向学校后勤部门提交具体的节能减排方案。这种行为创造，是评价德育成效的终极指标，它体现了学生真正的道德主体性和实践智慧。

这“四阶”策略环环相扣，构成了一个符合道德成长规律的育人闭环，确保了具身德育不仅仅是身体在场的活动堆砌，更是价值生根的深度教育。

4 中学具身德育课程的支撑体系

为确保课程体系有效运行，我们配套构建了“多元主体·行为观测”动态评价机制，改变了单一结果评价，建立聚焦行为表现与价值内化过程的评价体系。

评价主体多元：学生填写《“成长足迹”自我认知档案》完成自评，同伴通过小组协作任务评价完成互评；教师填写《课堂/活动行为观测量表》完成观察评价；家长填写《家庭实践表现反馈表》完成反馈评价。

评价焦点具象化：聚焦易于观测的行为改变、情感内化和成果物化内容，比如，冲突解决方式、价值表达、项目方案等。

评价工具创新：运用成长档案袋、行为观测量表、项目成果展评等工具，动态追踪学生素养发展。

5 结语

本研究构建的“五育”融合视域下中学具身德育课程体系，是对德育范式的一次系统性创新。它通过“理念-目标-内容-实施-评价-资源”的一体化设计，实现了德育从“离身”到“具身”、从知性到践行、从孤立到融合的深刻转型。其中，“四阶”培养实施策略揭示了道德内化的阶段性规律，具有重要的方法论价值。

实践表明，该课程体系能有效激发学生的道德情感，促进价值认同，并转化为创造性的道德实践行为。当然，课程的有效实施也对教师的教育观念与课程实施能力提出了更高要求，仍是未来需要持续探索的课题。总体而言，本研究为在中学阶段扎实落实“五育”融合理念、破解德育低效困境提供了一个具有较强操作性和推广价值的实践方案。

参考文献

- [1] 孟万金,张冲.具身德育:立德树人新视野[M].山东人民出版社,2019.
- [2] 李政涛,文娟.“五育融合”推动基础教育高质量发展[J].中国教育学刊,2021(02).
- [3] 宋岭.道德教育生活的具身化改造——从“置身事外”到“具身卷入”[J].教育研究.2025,46(12).
- [4] 杜威.民主主义与教育[M].王承绪,译.北京:人民教育出版社,2001.
- [5] 马卫国.德育课程一体化的理论逻辑与实践建构[J].课程·教材·教法,2019,39(07).