

# 家校教育对小学生健康学习心理的影响

□温战强

人的心理活动是个复杂且敏感的过程。对于一个学生来说,小学阶段无疑是孩子学习兴趣的开发、学习动机的形成和学习习惯养成的黄金阶段,而孩子健康的心理正是这些习惯养成的最重要因素。小学生学习动力的表现与心理健康状况,尤其与学习心理紧密相关。

何为学习心理?学习心理一般表现为学习情绪、学习兴趣。学习情绪会直接影响学习动力。从心理上来看,学生的学习动力主要来自积极向上、积极主动的学习心理。

在教学中,我观察到部分小学生学习动力明显不足。主要表现在三类:第一类学生缺乏视野以及正向而长远的学习目标,第二类学生缺乏兴趣以及健康的学习机制,第三类学生缺乏有效的学习方法。如何解决这一问题,需要家校不断探索,积极探索出健康有效的引导方式。

## 一、建立长远学习目标

对于第一类学生,我在和家沟通中了解到,有些家长过于注重事业,完全忽略了孩子起步阶段的陪伴与学习目标的建立。家长是孩子

的第一任老师,也是终生的老师。建议家长多与孩子沟通,在条件允许的情况下家长可以带孩子“行千里路”,博闻广识,开阔视野;在日常生活中,家长可以鼓励孩子多与亲戚朋友或邻居中有正能量的人沟通交流,以提高孩子连接外部世界的主动性和积极性;在开阔视野的基础上,家长一定要与学校紧密联系,主动了解孩子的学习情况,并配合老师及时矫正孩子的不良目标倾向,并主动和孩子一起探寻更加适合孩子特点的近期学习目标,然后再循序渐进地引导孩子树立正向而长远的学习目标。

## 二、制订健康的学习计划

对于第二类学生,我发现,家长过于重视技能学习与成绩的提高,而忽视心理健康的教育与引导,从小学低年级开始就给孩子学习造成了较大的压力,提出过高的学习要求,未能激励德智体美劳五育并举的全面培养。这就使孩子失去了丰富的业余生活,无法劳逸结合适度缓解学习压力从而引发各种心理问题。同时,教育多以批评为主,缺乏表扬与赏识的激励教育。

孩子如果在学习及行为习惯养成过程中经常受到批评或指责,积极性和自信心一定会受挫,从而失去学习兴趣。建议家长精准了解学生的学习能力,多与学科老师沟通孩子在校表现。从培养孩子的学习兴趣出发,与孩子一起探寻成长的意义,在和学生进行学习乐趣的探讨中,从学生的真实体验出发,制订出适合学生个性化、科学化的学习计划。这样更有利于孩子落实,进而获得成就感。

## 三、培养有效的学习方法

对于第三类学生,建议家长多关心孩子的学习问题,先帮助其树立短期学习目标,并引导和鼓励孩子以良好的心态完成,在完成了第一个短期目标之后,让孩子谈谈自己的成就感,强化孩子对学习成就感的体验。比如,预习是学习的重要过程。对于没有预习意识或预习意识比较薄弱的学生,我建议家长首先要将预习的重要性通过个性化适应的方式由家长在家庭教育中向孩子说明,在孩子认识到预习过程对于课堂学习的重要性的基础上,家长在家庭教育中需要有意识

地培养孩子以积极乐观的情绪对待预习过程,可在正式预习前引导孩子做适当的心理放松暗示,以确保在良好心境中开始预习过程,尽可能给课堂学习打好基础。时间久了,孩子自然而然就形成预习的习惯,也会自我生成寻求有效学习方法的能力。

## 四、树立积极的生活心态

学习即生活,小学阶段学习是孩子的绝大部分生活,家长和学校要从探讨学习心理出发,然后和孩子一起探讨生活目标达成的路径,分析其中的困难和解决办法,从而将生活目标的达成和学习目标的达成联系起来,启发学生通过努力学习为自己的理想生活架起彩虹桥,为孩子可持续发展奠定良好的基础。

小学生健康学习心理的培养问题至关重要,家校有效沟通是孩子健康成长必要条件,只有这样,我们才能共同培养孩子健康的学习心理,在促进学习动机的积极性、学习过程的扎实高效、学习成果巩固方面取得明显的成果。

(作者单位:西安市灞桥区庆华小学)

小学阶段的教育教学,是培养学生正确的学习习惯、提升学生学习信心的主要阶段。但是,在传统教育的影响下,很多学生的学习压力大,容易对学习产生抗拒。针对这种情况,小学教师要在教学过程中激发学生学习的主动性,提高学生学习效率。

## 一、优化教学理念,强化教学活动

首先,教师要积极转变传统教育理念,课堂教学不再是教师单方面输出知识而是多角度、多渠道地激发学生的学习兴趣。其次,教师必须对小学教材进行深入分析研究,并根据教材内容设计贴合学生生活的例题和习题活动,结合小学数学知识结构以及学生实际情况来确定教学目标 and 教学内容。在实际教学中应根据小学教材内容设计符合学生认知规律、有利于学生发展的问题情境。第三,要充分发挥课外学习资源的作用。例如,在进行“认识时间”的课堂教学中,可以让学生联想“上学路程中需要30分钟”“一集动画片15分钟”等生活中的时间来具体理解时间;还可以组织一些有趣、生动且具有一定实际意义的小实验来激发学生对学习的兴趣。

## 二、注重学生学习信心,创设情境引导学生学习

“教学的过程就是帮助学生树立信心,提高学生自信心的过程。”对于小学生而言,如果只是死记硬背而不融会贯通地理解所学知识,就不能在实际生活中发现该学科的魅力和价值,渐渐地,就丧失了对学习的兴趣。所以,教师要引导学生认识到,自己是学会并灵活运用所学知识的。首先,在教学中,教师可以鼓励学生积极思考,对所学的内容提出不同意见和想法,这有助于培养学生敢于质疑、敢于创新的精神。另外,在教学中创设成功情境也是激发学生信心、帮助学生树立信心的重要措施。教师在教课时可以让学生在课堂内进行实验,亲自动手,在实操中进行思考,分析过程并得出结论。这样,不仅能让学生了解知识的推演过程,还能让学生收获成功的喜悦,激发他们的学习积极性。

## 三、立足学生的个性差异,提供针对性教学

因学习基础不同、对知识的接受能力不同,小学生们的学习成绩有好有坏,成绩不好的学生容易感到自卑,学习积极性受挫,如何提高后进生成绩、帮助学生进步是小学教师头疼的问题。

为提高教学质效,教师要注意在教学中因材施教,尊重学生的个性差异,有针对性地制订教学计划。首先,在教学中,教师要多给后进生提供发言、表现的机会,如小组讨论中让后进生担

□齐欢文

任汇报人、发言代表等,这一方面可以让后进生更好融入课堂,另一方面也能从后进生的表现中帮助他们找到学习中的薄弱环节并加以指导与辅导,激发其学习兴趣;同时也可以引导后进生积极发言、回答问题,帮助他们树立学习信心并获得成就感。当然在整个课堂教学过程中,教师要注意观察学生的反应,及时发现并帮助这些后进生解决存在的问题,只有这样才能真正调动后进生的学习积极性。

## 四、合理利用评价方式,树立榜样激励作用

在小学课堂教学中,教师要采用多元化的评价方式对学生学习进行客观评价,在不打击学生学习积极性的前提下帮助学生发现问题并改正问题。具体来说,教师既要肯定学生的进步,也要关注学生退步的原因,还要根据学生的不同特点有针对性地进行评价。例如,除了教师评价外,还可以利用小组合作探讨的方式进行练习评价;让小组成员一起完成练习题,再进行全班汇报展示,让其他小组分析、讨论并对该小组的表现进行打分,这样不仅能够让学生了解自己做题、思考、解决问题过程中存在的不足,还能有效地调动学生学习数学的积极性,促进师生互动。

总之,小学生年龄较小,学习能动性较差,为保证教学质效,各小学教师需要注重对学生学习积极性的激发,让小学生更主动地投入到学习当中,主动思考、积极参与,这样才能提高教学效率。

(作者单位:陕西省镇巴县渔渡镇中心小学)

# 微课教学在初中语文课堂的应用探析

□曹美娟

“双减”政策在减轻学生课业负担的同时,也提出了要提升课堂教学效果的重任。微课教学可以有效提升学生的学习能力,促进语文课堂教学效果的提升,教师要结合“双减”政策,积极探索微课教学在语文课堂上的应用。

## 一、利用微课资源引导学生课前开展自主学习

自主探究学习是“双减”政策下,学生需要努力提升的学习能力。学生在语文的学习中要重视课前自主学习,这样才能在课堂上提升学习效果。利用微课资源,教师可以有效地指导学生自主开展课前预习。如在七年级语文《济南的冬天》预习阶段,教师可以将本堂课程中的知识点以微视频的形式录制下来投放到公共平台上,然后引导学生结合微课资源开展自主探究学习。学生在预习过程中,针对存在的问题通过思考探究、查阅资料、微课视频学习等方式来进行自主学习。这样,学生就可以在课堂上有针对性地进行提问和交流。

## 二、利用微课激发学生课堂学习兴趣

微课是以信息技术为依托的,

可以利用其直观性和形象性的特点来增加课堂的趣味性,激发学生的学习兴趣。如在七年级语文《雨的四季》教学中,教师可以提前将四季下雨的场景整理成微视频。学生在视频直观景物的探究中,可以对四季的雨形成不同的认识,对四季雨的特点进行深入的思考。在这样的教学方式中,学生很快被带入到课堂中,激发起学习兴趣。

## 三、利用微课突破教学重难点

语文课本所涉及的内容非常广泛,从天文地理到民间故事,从自然景观到科学技术,对这些内容的理解,需要学生有较强的逻辑思维能力和想象力。微课在语文课堂上的运用可以帮助学生更好地理解语文课堂的知识,更有力地突破课堂教学的难点和重点,从而提升语文课堂的教学效果。如在七年级语文《观沧海》教学中,教师可以充分利用微课资源来整理和展示曹操的生平事迹,并结合这首诗歌所表述的景象进行登山望海景观的展示。这样学生在视频中可

以理解诗人曹操的生平,并结合雄伟壮观的景观来充分体会作者当时的心情和意境,这种教学方式可以有效地突破语文教学的重点和难点。

## 四、利用微课资源实现分层教学

“双减”政策的推行将语文课堂的教学重点由“知识传播”转向“能力提升”,初中阶段的学生在经历很长时间的学后,无论是在知识储备方面还是获取认知方面都有了非常大的差别,传统的统一教学并不适合每一位学生,通过微课教学,教师可以充分关注到学生的差异性,在语文课堂上实现分层教学。如在七年级语文《咏雪》教学中,教师采用微课资源引导不同层次的学生进行分层教学。课堂上教师可以将不同层次的学生划分为不同的小组,然后根据不同小组的知识储备和认知特点来布置不同的课堂任务进行探讨交流,这样每个层次的学生所学习的内容都是与自己能力相匹配的,这样学生们才能在课堂上真正有所收获。

## 五、利用微课资源提升学生的情感体验

学生对语文知识的情感体验是学生对于语文知识升华的重要环节,初中生的抽象思维能力还没有完全形成,对文本内容的情感体验相对比较浅薄,教师可以充分利用微课资源来拓展课堂教学内容,激发学生的情感体验。如在七年级语文《散步》教学中,教师利用微课资源以“相亲相爱一家人”为主题进行相关视频的展示,让学生通过温馨的画面懂得家庭中老人需要更多的关爱,父母日夜辛苦操劳为家庭付出很多,学生应该在生活中懂得去帮助父母照顾老人,懂得体谅关心父母,学生要深刻体会一家人相亲相爱的重要性。通过对微视频的观看结合自身的生活实际来深刻体会课文《散步》所表达的内容,加深学生对文本的情感体验。

总而言之,教师在语文课堂上要充分利用“双减”政策的理念,深刻认识到微课的重要性,通过微课在语文课堂中的利用,促进“双减”政策的落实。

(作者单位:陕西省咸阳市秦都区英才学校)

# 落实“双减”政策 助力物理教学

□卢聪芳

一步,概念建立,让孩子从根本上理解并认识新知识。例如:我们在讲能量的概念时,先给孩子明确关键字“能对”,“能对”的意思是具有做功的本领,但不一定做功。这样讲,有部分同学是不能理解的,那我们就用生活实例去讲解,我们可以将能量比作钱,当我有钱时,我有两种处理方法:可以存银行,也可以花出去。同理:能量存起来,是我们自己的,但我有买东西的实力,即我有做功的本领,如果把能量释放出去,相当于把钱花掉,即对外做功,最后归纳,能是储存的功,功是释放的能。当孩子真正理解了能量的概念后,我相信我们的老师教得轻松,学生学得快乐。

## 第二,教师要讲,讲什么?讲方法。

我们教师在讲习题的过程中,一定要注意引导学生的做题技巧和方法,使学生能事半功倍,轻松学习。我们以选择题为例:方法一,我们在讲选择题时要求同学必须认真读题,勾画重点字词,明确考点后再分析选项;方法二,选择题知识点小、多、杂,我们教师就应该提前备课,做好知识点的汇总、拓展、对比、区分等,在讲授的时候能够有效地让学生复习巩固细小知识点;方法三,我们还可以将选择题改为判断题,让学生在判断中判断,在判断中选择,印象更深刻。当我们的学生巧学智取地完成习题后,我相信学生会信心百倍。

## 第三,教师要提,提什么?提素养。

没有完美的个人,只有完美的团队,无论是新知识的讲授,还是旧知识的复习,我们全体教师都会在一起进行一系列有目的、有针对性的磨课,课后基于学情、教学习惯、常态问题等做好反思,通过教、讲这一系列工作的推进,结合深度学习的指导,提升我们全体教师的职业素养。

学生篇  
“双减”政策落地,为了重塑教

育的公平性,充分发挥学生各自的优势,让学生的身体和心灵都“轻装上阵”,我们还有待解决三个问题:

## 第一,学生要做,做什么?做习题。

学生首先必须独立完成习题,并做好记录,会与不会的,一定要做出明确标识。其次,在老师的指引下,自己理解、归纳、总结细小的知识点,加强对模糊概念的认识。例如,针对选择题,我们要求学生限时保质完成,并按要求做好详细记录,教师在细心批阅后针对学生作答过程中的重难点问题作以梳理归纳,专项讲解,逐个突破,从而让学生学有所获,减少作业数量,给学生真正减负。

## 第二,学生要练,练什么?练技巧。

我们通过大量的专项训练,让学生对所学知识有一个整体的融会贯通,再加之老师的方法指引,学生一定会快速掌握并熟能生巧。我们在做电路故障题时,让学生根据先电流后电压的顺序,运用排除法进行作答;在画电路图、分析电路图时,让学生先取掉独立连接的电压表进行分析,降低电路图的难度,提高做题的准确度等。这些做题技巧的训练,大大缩减了学生做作业的时间,提高了学习效率。

## 第三,学生要提,提什么?提能力。

提高学生的综合能力。学生在做习题练技巧的过程中,举一反三,总结得失,循序渐进,突破自我,达到整体水平的提高,面对“双减”政策的实施,我们用实力拒绝超负荷的作业负担,有效保证课后服务的质量。

总之,在今后的教学工作中,我们要充分发挥教师的主导作用,尊重学生的主体地位,减轻学生的课业负担,使学生健康成长,实现师生双赢。

(作者单位:陕西省大荔县城关中学)

# 信息技术条件下的初中体育教学策略

□李侠

现代信息技术辅助教学作为一种全新的教学手段,它能集文字、声音、动画、图形于一体,提高学生学习的兴趣和效果,便于学生对所学内容理解和掌握,弥补传统教学方式直观性、立体感和动态感等方面的不足,是实施素质教育、全面提高教学质量的有效途径。本文通过自身教学实践,探究信息技术条件下的初中体育教学策略,旨在创新初中体育教学模式。

## 一、当前初中体育教学信息技术应用现状

从现状来看,初中体育信息化教学主要存在着以下几方面的问题。

1. 一些初中体育教师对信息化教学缺乏足够的认识,认为体育教学大多在室外进行,完全可以用自身示范来替代,信息化教学没有多少发挥余地。

2. 一些教师对信息化教学的应用缺乏有效的把握,将大量图片、视频之类的数字化教学资源叠加到一起,看起来内容非常丰富却很难让初中生抓住学习重点,教学效果一般。

3. 一些学校在体育教学上的经费投入相对较少,体育学科教师接受培训的机会也相对较少,在一定程度上限制了初中体育信息化教学水平的提升。

## 二、利用信息技术提高初中体育教学质量的策略

在初中体育教学中引入信息技术不仅可以活跃课堂教学气氛,还可以通过直观的视频演示,突破

教学重难点,提高学生的运动技能。那么,如何利用信息技术提高初中体育教学质量?笔者根据自己多年教学实践,从以下几个方面浅谈一些自己的看法。

## 1. 利用信息技术,激发学习兴趣

传统的体育教学中,教师单凭口头讲解和动作示范,让学生机械地重复练习,学生不能真正领会动作要领,更不能激起体育锻炼的兴趣。而如果运用信息技术教学,教师就可以为学生播放体育动作的视频,并且利用信息技术中暂停和回放的优势,满足学生不同的学习需要。

如教学九年级体育《中长跑》一课时,在教学“中长跑”的示范动作“跑步姿态、双手的摆幅、呼吸的节奏、弯道的技巧”时,教师可以把这些动作制作成动画视频,用动画人物演示各个动作要领,再加以解释说明。这样学生在观看视频中不仅激发了学习的积极性,还精准地掌握了完整且规范的跑步动作。

## 2. 根据教材,突破重难点

体育教学也有重难点,也有学生不易理解的地方,教学中教师要想方设法帮助学生突破重难点。传统体育教学的方法是教师反复强调和做示范动作,学生反复训练,过程机械单调,学习缺乏热情。而运用信息技术后,教师可以利用其图文并茂的特点,把重点知识直观地为学生演示出来,增强直观体验,加深知识理解。

如教学九年级体育《实心球》

时,教师可以把“持球、预备姿势、预摆、最后用力”这些重点知识做成多媒体视频,并附上音频诠释。对于一些技术较难的动作要领运用回放的功能为学生重复播放,等学生掌握这些动作要领后,再让学生到操场上进行实操,对学生的动作进行一一指导,这样不仅突破了教学重点,还让学生及时认识到自己学习中的不足,提高了教学的实效性。

## 3. 结合学情,提高学生技能

传统的教学方法由于教学时空的限制,学生的体育运动只能在有限的时间内完成,要想提高运动技能就有一定的困难。但运用信息技术后,教师就可以把一些技术动作制成视频发到班级群里,学生只需要下载就可以看到,也可以根据教学视频巩固练习运动技巧,便于学生随时随地进行运动练习。

如教学九年级体育《跳绳》一课时,教师就可以把动作步骤和技巧制作成视频,并附上对每一步的要求和技巧。发到班级群里,学生下载后就可以按照要求、标准对照视频动作加强练习,有效拓展和延伸了课堂教学。

总之,教学中应用信息技术已成为一种必然趋势,体育教学中应用信息技术不仅可以激发学生的学习兴趣,还可以帮助教师突破教学重难点,提高运动技能,对的综合发展起到积极的推进作用。

(作者单位:澄城县教师进修学校)

# 激发学习动机 提高学习效率