

体系。

(二) 环境因素

1. 家庭环境

家庭环境对一个人的影响是无形但至关重要的,尤其是家庭教育方式。研究结果表明,在严厉、专断、限制或强迫接受的家庭背景下长大的儿童自控自理能力较强,但容易产生过度情绪压抑、盲目服从、退缩或过度攻击性心理行为、反社会行为。而对孩子漠不关心、放任自流,或过于追求溺爱等,都会直接导致孩子的自我自控力严重缺乏,意志力薄弱。因此,青少年自控力的教育培养自然离不开每个家庭的努力。

2. 社会环境

信息时代对青少年确实存在太多太多的不良诱惑,譬如金钱的诱惑,游戏的诱惑,网络的诱惑等等。而青少年时期的孩子对一切充满了好奇,但尚未完全形成正确的价值观,认知能力有限,尚不能做出正确的非判断。由此可见,必须形成良好的社会风气,为青少年的健康成长提供良好的社会环境。

3. 校园环境

青少年主要是校园生活为主,很多学龄孩子容易长期出现每天上课期间注意力不集中的不良行为,比如趴着睡觉、讲小话、吃东西等。而到了青少年发展时期,青少年很容易感受到身边亲人同伴的压力影响,正正是所谓“朱之近朱者赤,近墨者黑”。因此,同伴的作用不可忽视。

三、自控力培养策略

(一) 目标设立策略

目标的重要性不言而喻,俗话说:“有了正确的目标才有前进的方向和动力”。而目标的设立也有一定的要求和技巧。美国著名社会心理学家洛克和休斯的“目标设置理论”中明确指出目标两个基本属性:明确度和难度。明确度指目标的具体与否,

它使人更清楚该怎么做,有助于评价和确定个体的能力。因此,目标越明确越好。而目标难易度取决于人和目标之间的关系。同一个目标对不同的人来说难易度不一样。因此,目标的设立既要有一定的难度,又要保证可操作性。只有这样,青少年才能时刻保持积极专注,自觉地控制自己的偷懒或者放弃之类的行为和想法。

(二) 情绪管理策略

自控力的培养必须要学会管理各种情绪。首先,青少年要接受自己的各种情绪。生活中每个人都会有各种各样的情绪,或开心、喜悦又或伤心、焦虑、嫉妒等。要意识到每种情绪的出现都很正常并欣然接受它。其次要很好地感知情绪。帮助感知情绪的方法有很多种,写日记就是一种很好地感知情绪的办法,可以把自己经历的事情喝当时的感受记录下来,当同样或者类似的情况发生时,就会泰然处之。只有了解并懂得感受情绪之后,才能正确合理地控制自己的情绪和行为,进而提高自我控制的能力。

四、总结

青少年阶段是人一生中非常关键的时期,这一阶段的孩子情感和意志相对脆弱,自控力不够稳定和持久,而自控力关系着人的一生。因此,父母、学校和社会必须形成合力,综合运用多种策略,帮助青少年养成良好的自我控制能力。

参考文献

- [1]陈彩虹.培养初中生的自控力之我见[J].航海探航,2018,1(3):5
- [2]陈艺华,张灵聪.学生情绪智力与学习自控力的关系研究——以漳州市三所中学高一、高二学生为例[J].宁波大学学报,2011,33(4):30-33.
- [3]邓哲,赵杰.重视青少年心理特征研究 引导青少年心理健康发展[J].中国民族教育,2013(3):19-20.
- [4]唐璜,任俊.自我控制与自我控制资源[J].心理科学进展,2012,20(9):22.

基于核心素养的学历史案撰写

张文静

(包头师范学院 内蒙古 包头 014030)

【摘要】在强调核心素养和学生全面发展的今天,传统教案已无法满足学生发展的需求了。崔允灏教授提出的学历史案强调学生的主体地位,将学生作为学习目标的主体,将评价任务置于学习过程之前,直指对于目标的检测,实现了教—学—评的一致性,指向学生的深度学习。

【关键词】学历史案;核心素养;深度学习

一、学历史案

学历史案的概念是华东师范大学的崔允灏教授的团队在当前教学改革要求培养学生核心素养,要求深度学习的教育背景下提出的。学历史案是教师在班级教学中为了帮助学生构建经验,围绕某一学习主题或课时,对学生的学历史案进行预设的方案。一定程度上相当于传统的教案,但与教案有着巨大的区别。教案的出发点是教师,首先考虑的是教师要教什么,在课程设计中教师是行为主体,描述的是教师本节课要教学的具体知识;学历史案的设计实现了真正的学生主体,在进行设计时首先考虑“学生需要什么”、“期待学生会学什么”。然后以此为出发点进行针对目标的评价任务设计,整个学历史案考虑的是学生如何学会。

二、学历史案的结构及撰写

崔允灏教授提出:通常一份结构完整的学历史案包括6个基本要素,分别是学习主题、学习目标、评价任务、学习过程、作业与检测以及最后的反思。教师应首先确定好自己的学习主题或者是课时,接着要以学生为出发点设计出可检测的学习目标,评价任务的设计是与学习目标相对应的,学习过程的设计将学生放在首位,考虑学生如何学会知识,然后是对本主题学习的检测与巩固,最后还要对整个学历史案进行反思,总结经验。

(一) 学习目标的确定

适切的目标是高效课堂的基础。学习目标的确定是学历史案叙写的依据,也是学生主体地位的体现。学习目标的确定一般分为五个步骤,第一步是分析教材和课标的对应关系,分解内容标准。就是要分析行为表现得基本要素,要通过行为的动词来表示学习的水平。第二步是依据教材对学情进行分析以确定教学的重点和难点,最重要的是了解学生当前的知识基础和水平。第三步是依据教材和学情的分析并确定行为程度,在确定行为程度前要先确定可观察、可操作、可检测的行为动词,后面接的是学习结果的具体内容。第四步是确定行为条件,主要是学生通过什么来学习的说明,涉及的是学习方式、学习资源等。第五步是综合呈现学习目标,目标的设定要涵盖课程标准所强调的三维目标,即知识与技能、过程与方法情感态度价值观。

(二) 围绕目标进行评价任务设计

评价是教学中的一个重要环节,在学历史案中评价任务的设计更是关键。与传统教案不同,学历史案将评价任务提前,放在学习过程设计之前,与学习目标相对应使每一个目标都有相对应的评价任务,及时反映学生对于学习目标的完成情况。但评价任务与目标并不是简单地一一对应,可能是多个评价任务对应一个学习目标,也可能一个评价任务可以同时检测多个学习目标的达成情况。但评价任务的设计必须反映学习目标,是对目标的检测,否则就是无效的。评价任务的设计包括传统的纸笔测验,即强调甄别和选拔的功能,这可能会忽略学生的平时表现。当前的课程改革要求教学评价改变以往只重视评价甄别和选拔的功能,加强对于过程性、形成性评价的运用,关注学生在课堂上、教学过程的真实情境中的表现及对知识的真正的理解水平和掌握情况。在学历史案评价任务设计中要多关注学生在课堂上的表现,在传统纸笔测验中也要融入表现性评价,以此来尽可能地检测学生的真实水平。

(三) 学习过程

学习过程一般包括学前准备、课中学习和学后检测三部分,学前准备就是我们常说的预习,或是近些年运用的任务单。学前的准备是课中学习的前提,可以让学生提前调动知识的储备,也便于教师对学生的学情进行检测。课中学习与我们所说的传统教案有一定的相似性,主要进行学生学历史案的设计。课后检测是对学习的一个延伸,一般以检测题的形式出现,也是评价任务的一部分。在编写学历史案时首先要明确的还是学生主体,要从有利于学生学习的角度出发,要按照学生的认知程度、知识结构、及学习方式和习惯来设计学历史案,还要从学生的已有经验出发,循序渐进,在新知识和已有的经验知识之间建立起联系,使学生在学历史案情境中能够主动地建构知识体系。此外,在整个学历史案过程中必须坚持“教—学—评”的一致性,学历史案都指向学习目标,目标按照顺序排列,完成后就要及时进行评价检测。

(四) 作业与检测

学历史案中的作业与检测是对学习目标、学习过程的反馈,关注的学生的学习过程。崔允灏依据作业的功能将作业分为检测性作业、巩固性作业和提高性作业。检测类的作业主要用来检测学习目标的达成情况的,遵循的也是“教—学—评”一致性原则。巩固类的作业是对所学进行回顾运用的作业,这类作业不一定是纸面书写的作业,还可以是讨论、合作交流、演讲等多种形式,最终达到检测学历史案目标的目的即可。提高类的作业是针对拓展而设置的,比检测性作业和巩固性作业有难度,适合于理解消化知识较快的学生。但这类作业在设计时也应注意专注于提高学生分析、解决问题的能力,不对知识的深度、广度做过多拓展。总之作业的设计还是为了检测反映学生的目标达成情况,以促进学生的学历史案深度学习。

(五) 反思

反思是学历史案的最后一个部分,不同于教案中教师对于学历史案的反思,学历史案中的反思是学生针对自己学历史案的过程进行的总结与反思,教师在这个过程中起到引导、指导的作用。当前的学生学历史案中往往不重视反思的重要性,只顾着跟着教学进度听课,刷大量的题,教师要在学历史案中阐明反思的重要性,引导学生从学习方法、策略等方面进行反思。在反思中还应写明自己学历史案过程中的困惑,最好还可以梳理出本次学历史案的知识,写出自己的学历史案经验,与同学进行分享交流。教师可以有意识的收集注意学历史案中的这一部分,通过反思部分教师也可以及时了解学生的学习情况和困惑,针对学情和困惑及时调整教学,如此良性循环以促进学历史案走向深度学习,利于每个学生的发展。

三、总结

学历史案是在当前课改强调核心素养和深度学习的背景下应运而生的,真正意义上实现了学生在学习过程中的主体地位,使学生走向深度学习,强调自主建构知识体系,让学生学会学习。

参考文献

- [1]尤小平.学历史案与深度学习[M].华东师范大学出版社,2017:9.
- [2]杨向东,崔允灏.课堂评价:促进学生的学习和发展[M].上海:华东师范大学出版社,2012.
- [3]崔允灏.指向深度学习的学历史案.人民教育,2017(20):47-52.