

体验式活动助力学生理性精神培养

黄靖

南京一中明发滨江分校

摘要：初中道德与法治课程的基本原则是坚持正确价值观念的引导与学生独立思考、积极实践相统一。因而，作为初中道德与法治教师，应设计有效的体验式活动，如公共参与类活动、亲情感悟类活动、自我反思类活动等，以吸引学生的兴趣和注意力，培养他们的理性思维，从而更好地发展学生理性精神的核心素养。因此，本文主要就体验式活动助力学生理性精神培养展开研究。

关键词：体验式活动；理性精神；道德与法治

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2025.07.148

引言

理性精神作为学生成长道路上不可缺少的素养，不仅能帮助学生客观地分析问题、合理地判断决策，还能帮助学生树立独立人格，更好地适应社会。但理性精神的培养需要学生在实践中不断磨砺、在体验中逐步深化。传统的教育模式虽然可以传授相关知识，但在激发学生主动思考、培养其理性思维等方面存在一定局限性。体验式活动将学生作为中心，打破了传统课堂的束缚，为学生提供了一个真实可感、富有挑战的氛围，学生不再是被动的知识接受者，而是亲身参与、主动探索、分析问题并尝试解决问题，通过与环境、他人的互动和体验，对理性精神的内涵进行深刻理解，逐渐养成理性思考的习惯。

一、自我反思类活动，塑造自我认知理性

随着网络的快速发展，各种信息大量涌入，加之初中生自我意识增强，面对各类突发事件容易沉浸在自我的想法和情绪中，不能辩证地看待问题。针对这一现状，教师要在教学中开展自我反思类活动，引导学生理性反思，促进学生成长为有担当、负责任的人。

在教学人教版七年级上册《正确对待顺境和逆境》时，我设计了“和挫折握手”活动，引导学生分阶段填写握手卡内容，逐步学会理性面对挫折。

第一阶段聚焦情绪与初步应对。学生记录具体挫折（如“准备比赛的素描被4岁的表弟拿黑笔描了一遍”），用9个黑色圈标注负面情绪，并罗列消极念头（如“表弟讨厌”“自己太笨”“比赛无望”）。通过“向妈妈抱怨后得到劝慰”等实际案例，引导学生意识到情绪宣泄与寻求支持是理性反思的起点。

第二阶段深入原因分析与行动规划。学生区分挫折的外部因素（学校比赛、弟弟年幼）与内部因素（物品摆放不当、未提前说明），明确“弟弟年龄小”是不可

改变的客观现实，需以“多陪伴交流”积极应对；而“收纳习惯”等可改变因素，则通过“重新创作”“向老师说明”等具体行动改进，同时学会向家长、老师、同学求助。这一阶段帮助学生建立“接纳不可变、优化可变”的理性思维模式。

第三阶段实现情绪转化与方法总结。学生用9个红色圈标注正面情绪，提炼出“积极心态”“主动沟通”“寻求支持”等战胜挫折的核心方法。活动通过“情绪体验——原因拆解——行动落实”的递进设计，让学生在具象经历中领悟到理性并非压抑情绪，而是在直面情绪的基础上，用辩证思维寻找解决路径，最终实现自我认知的理性成长。

此阶段是学生理性反思的成果阶段，教师引导学生描述情绪变化的原因和表现，帮助学生理解生命的韧性就来自于每一次战胜挫折的方法中。带领学生理性认知挫折，积极乐观地面对挫折、战胜挫折。

自我反思式的活动设计，促使学生和自我对话，通过独立思考、组内分享、全班展示的形式，进行自我探索和互帮互助，通过前后对比情绪感受的等级变化，使学生隐性的生命力量变得显性，培养了学生的理性精神。

二、亲情感悟类活动，塑造家庭理性

初中生正处于青春期，逆反心理严重，与父母缺乏沟通、对家缺乏正确认识又制约着亲子关系的健康发展，这就需要教师加以正确引导，引导他们在家庭中发现美、传承美。

教学人教版七年级上册《让家更美好》时，“家庭美德传递卡”活动以“分享——共情——反思”为逻辑主线。教师率先以“父亲陪护病重奶奶”的亲身案例诠释“孝敬老人”的内涵，为学生提供情感表达的范本；学生分享中，“外婆失明后仍乐观安慰家人”的故事触发集体共情，而一位常与父母冲突的学生则流露对家庭

温暖的渴望。教师未停留在情绪宣泄层面，而是引导全班聚焦“沟通方法”（如冷静交流、主动关心），并启发该生发现自家“父亲冒寒为母亲买蛋糕”的温情细节，帮助学生打破“非黑即白”的认知偏差，理解家庭美德并非完美无缺的表象，而是藏在日常细节中的双向付出。

活动的价值在于：通过真实家庭故事的碰撞，让学生在情感共鸣中剥离“父母不理解自己”的情绪化判断，理性认知“家庭责任是相互的”，既需父母的包容，更需自身的主动付出。这种从“被动抱怨”到“主动理解”的转变，正是家庭理性的核心体现，也印证了亲情感悟活动对消解代际隔阂、构建理性家庭认知的独特作用。

家庭美德是优秀传统文化的核心内容，在家庭中发现美、传承美，是本次活动的主题。活动中，学生有了真切体验，表达真挚，流淌真情。面对一些家庭小冲突，教师能够给学生以积极正向的引导，“我”是家庭重要的一员，我需要父母的理解和关爱，父母也需要我的理解和关爱，增强学生对家的责任感，从而在生活中主动放下心理抵触，与父母积极沟通，共同营造温馨和谐的家庭氛围。

三、公共参与类活动，塑造社会理性

初中生对于公共参与的意识才刚刚起步，因为相对缺乏公共参与的常识，容易出现情绪化、无序化的问题，这些不仅仅是初中生个人的问题，更是我们的公民教育缺失的问题。传统教育模式某种程度上强化了学生的义务本位，导致知识学习与公共参与之间的脱节，造成了学生个人对公共生活的疏离。新课标要求通过公共生活培养学生的公共精神，提倡教师善于引导学生关注现实生活中的问题，合理利用有效资源，理性参与公共事务。

教学人教版八年级上册《遵守规则》时，针对“学生为图便捷横穿马路”的现象，设计“学校周边设立人行横道”模拟听证会，直指“个体需求与公共规则”的认知矛盾。活动以分组协作的形式展开。“问题组”聚焦安全隐患调研，“政策组”梳理法规依据，“行动组”分析学生需求，“方案组”设计解决方案，“听证人组”则从公共利益视角提出质疑（如“调查范围是否全面”“方案安全性与成本平衡”）。这种“提出问题——论证依据——博弈方案”的流程，让学生直观感受到公共事务的决策绝非“方便与否”的简单判断，而是需兼顾个体需求、法规边界、现实条件的系统工程。

听证会的核心价值，在于将“遵守规则”从被动要求转化为主动认知。学生在质疑与回应中逐渐理解社会

理性不仅是对规则的敬畏，更包含对公共利益的考量、对多元诉求的包容。这种认知的转变，打破了“公共生活与己无关”的疏离感，让学生在实践中体会到理性参与与公共事务，正是现代公民核心素养的重要体现。

在课堂中开展听证会活动，让学生接触社会，更有利于理解和掌握课堂上学习的知识。更重要的是，可以培养学生的规则意识，养成亲社会行为。学生通过搜集资料作出判断，通过汇总问卷调查作出理性的解释，通过讨论方案作出选择，通过质疑促进反思和修正，这些都使学生在分析问题、解决问题的过程中形成大局观念、展现人生智慧、凝聚责任共识、培养家国情怀。

四、辩论竞赛类活动，塑造价值理性

初中生正处于价值观形成的关键时期，面对纷繁复杂的社会现象和多元思潮，容易在价值判断上出现困惑与迷茫。网络信息的海量传播，更是让各种观点激烈碰撞，学生若缺乏理性思考和价值判断能力，很容易被片面或错误的信息误导。因此，培养学生理性看待问题、做出正确价值选择的能力至关重要。

在教学人教版九年级上册《凝聚价值追求》时，围绕“网络文化对青少年成长利大于弊还是弊大于利”这一热点话题，组织了一场激烈的辩论赛。辩论赛前，学生们积极准备，分成正反两方，广泛收集资料。正方同学深入挖掘网络文化为青少年带来的丰富知识资源，如在线学习平台提供了海量优质课程，让青少年能接触到更广阔的知识领域；网络社交拓展了青少年的交友圈，有助于培养他们的沟通能力和团队协作精神。反方同学则聚焦网络文化中存在的暴力、色情等不良信息对青少年身心的侵蚀，以及部分青少年沉迷网络游戏导致学业荒废、视力下降等问题。

辩论过程中，正反双方唇枪舌剑，逻辑严密地阐述各自观点。正方一辩开篇立论，条理清晰地列举网络文化对青少年成长的诸多益处，强调其积极影响占据主导地位。反方一辩迅速反驳，以具体案例和数据为依据，指出网络文化带来的负面影响不容小觑。在自由辩论环节，双方辩手更是针锋相对，正方提出可以通过技术手段和家长、学校的监管来过滤不良信息，充分发挥网络文化的优势；反方则强调在现实中，监管往往存在漏洞，不良信息仍可能对青少年造成伤害。

辩论结束后，教师引导学生进行深入反思和总结。让学生认识到，网络文化本身并无绝对的利弊之分，关键在于我们如何正确对待和利用它。通过这次辩论，学

生们学会了从不同角度全面、客观地分析问题，不再盲目跟从某一观点，而是能够运用理性思维，权衡利弊，做出符合自身成长和社会发展的价值判断。

五、文化体验类活动，传统文化的传承

在传统文化传承的浪潮中，道德与法治课堂积极响应国家对传统文化教育的重视，在教学人教版九年级上册《延续文化血脉》，我设计了“古韵今风：传统文化传承之旅”活动，精心组织了一系列丰富多彩的项目，如书法、国画、传统手工艺制作等，让学生们深入领略传统文化的魅力。

书法课堂上，学生们在老师的指导下，临摹古代名家的书法作品。从握笔姿势到笔画的起承转合，学生们都认真揣摩，力求写好每一个字。在这个过程中，他们不仅感受到了书法艺术的独特韵味，还体会到了古人对书法的执着和敬畏之心。一位学生在学习书法后感慨地说：“以前觉得书法就是写字，现在才知道每一个笔画都蕴含着深厚的文化内涵，它是中华民族智慧的结晶。”

国画教室里，学生们用笔墨丹青描绘着祖国的大好河山和传统文化元素。他们学习运用不同的绘画技巧，如写意、工笔等，表达自己对传统文化的理解和热爱。在绘制国画的过程中，学生们了解到国画注重意境的营造，追求“形神兼备”的艺术境界，这让他们对传统文化的审美观念有了更深刻的认识。

传统手工艺制作环节更是精彩纷呈。学生们学习剪纸、刺绣、编织等传统手工艺，亲手制作出一件件精美的作品。在剪纸课上，学生们用一把小小的剪刀，剪出了形态各异的图案，如龙凤呈祥、年年有余等，这些图案不仅具有装饰性，还蕴含着丰富的文化寓意。在刺绣课上，学生们穿针引线，用细腻的针法绣出了一幅幅美丽的画卷，感受到了传统刺绣工艺的精湛和细腻。

在文化展览区，学生们展示了自己国家的传统服饰、手工艺品、美食等。他们热情地向其他国家的学生介绍自己国家的文化，分享自己的文化故事。来自中国的学生展示了精美的旗袍、剪纸、京剧脸谱等，还现场制作了中国传统美食饺子和汤圆，让外国学生品尝到了中国美食的独特风味。外国学生对中国文化表现出了浓厚的兴趣，纷纷向中国学生请教关于中国文化的问题。

此外，课堂还组织了国际文化交流微论坛，学生们围绕“文化差异与融合”“跨文化交际的挑战与应对”等主题展开了热烈的讨论。他们分享了自己在跨文化交流中的经历和感受，探讨了如何在尊重文化差异的基础

上，促进不同文化之间的交流与融合。通过这次论坛，学生们不仅拓宽了自己的国际视野，还提高了自己的跨文化交际能力和批判性思维能力。

“生命化教育”的倡导者张文质先生指出：教育是一个“慢活”、“细活”，是生命潜移默化的过程，教育的变化是极其缓慢的、细微的，它需要生命的沉潜，需要“深耕细作”。学生理性精神的培养也不是一朝一夕、一个活动就能解决的。但是我坚信，只要教师积极投身于新一轮课程改革，改变课堂教学的传统模式，精心设计、恰当选择课堂体验式活动，创设立意更高的平台，学生理性精神的培养必将水到渠成。

结语

初中道德与法治课程是一门以初中学生生活为基础，以引导和促进初中学生思想品德发展为根本目的的综合性课程。道德与法治学科教学，必须着眼于学生核心素养提升。然而，长期以来，一线教师受应试教育的影响，习惯于用学科思维传授知识和应试技巧，却忽视了道德与法治学科发展学生思维的功能。而要在实际生活中发展学生的思维，可以通过创设丰富生动的体验式活动情境，让学生参与、感悟、反思，从而实现价值内化，进而培养学生作为现代公民的核心素养——理性精神。

参考文献

- [1] 义务教育思想品德课程标准（2011年版）[S]. 北京：北京师范大学出版社，2012.1.
 - [2] 陈有芳. 情境设计能力与学科核心素养的养成[J]. 思想政治课教学，2016（9）.
 - [3] 戴慧，唐凤林. 论思想品德学科的核心素养[J]. 中学政治教学参考，2016（1）.
 - [4] 黎燕妮. 初中政治新教材《道德与法治》改革之我见[J]. 学周刊，2017（1）.
 - [5] 张文质. 教育是慢的艺术——张文质教育讲演录[M]. 上海：华东师范大学出版社，2009.1.
 - [6] 张跃茜. 体验式教学活动在初中道德与法治课中的应用策略探究[J]. 国家通用语言文字教学与研究，2022（07）：29-31.
 - [7] 吴小翠. 体验式教学在初中道德与法治课程中的运用[J]. 亚太教育，2022（05）：88-90.
- 作者简介：黄靖（1983—），女，汉，湖南邵阳人，本科，中学一级教师，研究方向为初中教学方法与策略研究。