

如何培养儿童的正确写字姿势

何潼芝

(湖南省长沙市宁乡市白马桥街道滨江小学 湖南 宁乡 410600)

【摘要】在现阶段教育中,儿童能够写出一手漂亮的字是非常重要的,那么就需要儿童从最初学习写字的时候就养成良好的写字姿势。正确的坐姿,不仅可以使儿童写出漂亮的文字,而且对儿童以后的学习和身体健康有重要的影响,会有益儿童终身。那么在日常写字中应该如何让儿童养成正确的写字姿势呢?这是现阶段家长和教师应该思考的问题。由于儿童年龄较小,所以需要在教师和家长的指导下养成良好的习惯。因此在日常的生活和学习中为切入点,在一点一滴中帮助学生养成良好的习惯,写字的时候保持正确的姿势。

【关键词】儿童;正确;写字姿势;有效措施

笔者在调研和实际教学中发现,大多数儿童都没有良好的书写姿势,所以写出的字比较呆板,甚至是歪七扭八,过于潦草,使书写的效果受到影响。不良习惯的养成对儿童以后的成长和发展受到影响,甚至会影响儿童的身体健康。因此,现阶段,帮助儿童从最开始学习写字的时候就养成正确的写字姿势是非常必要的,也是素质教育下不可忽视的教育问题。通过本文,笔者就针对相关的内容进行阐述分析,并根据现阶段儿童的实际提出有效的改进措施。

一、儿童错误的写字姿势的危害

现阶段,大部分儿童写字的姿势存在问题,不仅会影响字迹的美观程度,而且还会产生巨大的危害,进而造成儿童养成不良的写字习惯;对儿童的生长发育也会造成影响。儿童长期在错误的姿势下写字,会造成脊柱的弯曲和近视,儿童正是身体发育的关键时期,所以错误的写字姿势会产生不良影响。在儿童时期,保持正确的写字姿势,儿童的书写会越来越规范,促进儿童的健康生长发育。因此,在儿童最初开始学习写字的时候就要养成正确的坐姿,如果发现儿童写字的姿势存在错误,家长和教师不要过于着急,应该与儿童沟通交流,让儿童意识到错误的写字姿势会带来哪些危害,然后逐渐的教会儿童写作的姿势。正确坐姿的形成是一项系统性的工程,所以不是一天两天可以形成的,需要在耐心的指导下形成,所以不管是家长还是教师都要有耐心^[1]。要想真正的纠正儿童的写字姿势,在儿童写字的过程中应该适当的提醒(特别是最初学习写字的时候应该时刻提醒),在写作业的时候应该在一旁监督。为了帮助儿童能够快速的掌握正确的写字姿势,可以编成口诀,方便儿童的记忆“写字时要做到,头正、身直、脚平,握笔的时候眼睛要距离书本一尺的距离,手距离笔尖一寸的距离,课桌离胸前一拳的距离。”在平时写字之前,家长和教师可以让儿童先背诵口诀,然后再以正确的姿势写字。特别是儿童最初学习写字时就应该先练习坐姿和握笔姿势,再用笔在田字格里画圆、写笔画,掌握运笔方法,再慢慢练习写字。孩子一旦出现错误的写字姿势,应该及时的指导。

二、培养儿童正确写字姿势的有效措施

(一)转变观念,引起重视

在课堂教学中,笔者发现,在写字的过程中儿童出现错误的写作姿势,教师提醒以后,儿童就会迅速的改正,并且能做出正确的姿势。但是坚持的时间不够长,学生又会用错误的姿势进行写字,儿童会认为错误的姿势比较舒服。由此可以看出,儿童对正确的写字姿势是有意识的,但是在实际的写字中没有重视起来,儿童心理认为不管是什么姿势,只要写出的字漂亮就行,时间一长儿童就养成了不良习惯。之所以儿童会有这样的心理,就是因为教师把字写的好与坏作为评价标准,并没有对儿童写字姿势标准纳入评价。因此,在实际教学中,教师应该把写字姿势融入到评价之中。写字姿势正确的儿童不仅会受到教师的表扬,还会得到小红花的奖励。在这样氛围的熏陶下,儿童内心的观念就会有所变化,逐渐对正确的写字姿势重视起来^[2]。

(二)讲清要求,将抽象转化为具体

为了引起儿童的重视,教师应该让儿童明白正确写字姿势的重要性和危害。写字姿势的错误会影响儿童的视力,甚至导致脊柱侧弯,会给儿童以后的学习、生活等方面带来不良的影响,有害儿童的身体健康。所以教师应该向儿童讲述具体的目标和要求,让儿童心中有一个明确的准则,让儿童养成正确的写字姿势。比如,教师可以教儿童握笔的方法,告诉儿童头正、身直、打开臂膀、足平,然后教师还要做出相应的示范。由于儿童年龄较小,所以对有的要求不能理解,教师应该将抽象化的内容具体化,让儿童掌握正确的写字姿势。

(三)激发儿童兴趣,讲求实效

根据相关的心理学家表明,人的需要与自我认知有重要的关系,所以当儿童把需要转化为愿望的时候,才能够激发儿童的动力和积极的追求。在课堂教学中,引导学生保持正确的写字姿势,在一点一滴中养成良好的习惯,这不是一件简单的事情,如果只是靠教师的指导是不能达到理想的效果。因此,教师应该培养儿童认为正确的写字姿势一种良好的习惯,而且是在自愿的基础上完成的,严格要求自己行为。但是儿童的年龄比较小,自制能力比较差,所以会产生枯燥的心理,不能长时间的坚持,为了保证教师的预期效果,教师应该加强指导和监督,根据儿童的身心发展特点,采用新式多样的训练方式,可以把写字姿势编写成儿歌,激发儿童的兴趣,方便儿童的记忆,在潜移默化当中受到感染^[3]。与此同时,教师还可以多鼓励儿童,对于正确写字姿势保持时间长的进行口头表扬。在实际上课中,教师可以语言的描述和眼神的示意儿童,帮助儿童纠正不良的写字姿势。

(四)关注细节,严格要求

由于儿童的各方面发育不够完善,所以具有较强的可塑性。教师在培养儿童良好写字姿势的时候,要注意细节,严格要求儿童。教师抓住儿童向师性的特征,所以教师应该具有较高的基本功。在板书的过程中,要严格规范字型,起到表率的作用。与此同时,教师善于观察儿童的细微举动,加强各方面的要求,对写字姿势存在问题的地方进行纠正。这样一来,儿童在教师的严格要求下就可以形成正确的写字姿势。

三、结束语

综上所述,现阶段儿童写字姿势不正确的现象比较常见,不仅会使影响书写的美观,而且还会影响儿童的身体健康。因此,教师和家长应该重视起来,良好写字姿势的形成是一个长期的过程,同时也可以锻炼儿童的意志品质,最终使儿童养成正确的写字姿势。

参考文献

- [1] 爱尔眼科医院. 青少年正确写字姿势[J]. 青少年日记: 小学生版, 2018(9): 63-63.
- [2] 刘西平. 如何培养小学生正确的写字姿势[J]. 现代农村科技2017(12): 70.
- [3] 林婉生, 弓立新. 正确的写字姿势必须从小养成[J]. 少年儿童研究, 2018(5): 13-15.