

桌椅高矮对幼儿生长发育的影响

孙田园

(陕西省延安市延安大学 陕西 延安 716000)

[摘要]幼儿在园生活中长时间与桌椅为伴,选择适合幼儿的桌椅是十分必要的。高矮合适的桌椅能减轻幼儿的疲劳感,维持良好坐姿,防止脊柱侧弯,还能预防近视。高矮不合适的桌椅对幼儿生长发育、身体健康有巨大危害,因此教育管理部门和幼儿园必须重视幼儿桌椅的选择与更换,尽快解决幼儿桌椅高矮不适当的问题。生产部门应按有关规定生产合乎标准的幼儿桌椅。而且需要注意同龄幼儿之间生长发育水平可能有明显差异,所以幼儿桌椅的高度要因人而异。安全且适宜的幼儿园桌椅的设计和选择需要满足科学性、实用性、审美性和安全性四个标准。

[关键词]桌椅;学前儿童;生产发育

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2019.11.337

1 引言

人骨骼中的无机物使骨具有一定的硬度、具有弹性。成人骨骼中的有机物占三分之二,硬度较大,而幼儿的骨骼中有机物大约占二分之一,与成人相比,幼儿的骨骼更柔软,可塑性强。此外,幼儿的颈曲、胸曲、腰曲、骶曲这四个生理性弯曲尚未定型,容易受不良姿势的影响而发生姿势性脊柱弯曲。高矮不合适的桌椅不利于幼儿养成良好的坐姿,而且园内生活中幼儿与桌椅长时间相伴,所以,桌椅高矮对幼儿的生长发育有重要影响。

2 不合适的桌椅对学前儿童生长发育的危害

办园条件较差的幼儿园普遍存在幼儿桌椅不合适的问题。不少幼儿使用的是中小学生的桌椅,甚至有些幼儿园使用着家长为幼儿自备的、高度不相称的桌椅。一些办园条件较好的幼儿园,不论幼儿年龄大小,个头高矮,都用同样规格的桌椅,不能因人而异,桌椅高度也不能调节,幼儿园并没有意识这会对幼儿的生长发育造成怎样的危害,他们的“墨守成规”让一些幼儿苦不堪言。过去的条件艰苦,使用同样高度的桌椅是无可奈何的,现在条件变好,课桌也应该与时俱进。毕竟桌椅高矮对培养正确的书写姿势、保护视力、预防脊柱侧弯有很大影响,因此大多数家长情愿自掏腰包,让孩子拥有合适的桌椅,幼儿园必须对这一问题加强重视。

如果桌子低,幼儿就会长期弓着腰、含着胸、低着头看书写字,长此以往会造成驼背。驼背后幼儿横膈的位置低于正常,影响腹腔、内脏器官的正常活动,胸廓也受到挤压,造成肺部不能充分扩张,肺活量减少;如果幼儿长期使用高桌子矮椅子,由于右手(或左手)拍得过高,身体扭着,头部长时间歪着,易形成脊柱侧弯,高低肩,而且眼睛离课桌太近,易造成视力减退。如果是椅子过高,幼儿坐在上面双脚无法接触地面,臀部压力会加大,容易疲劳。

幼儿园桌椅高矮不合适的主要原因有如下几点,一是生产部门对幼儿桌椅生产的少,小初高桌椅生产的多,以至于幼儿桌椅供不应求;二是在桌椅设计之初就未考虑到幼儿的实际需要;三是有的单位一律按照小学桌椅尺寸定制,不考虑幼儿的实际需

表1 学前儿童课桌椅尺寸(单位:mm)

尺寸名称	幼1号	幼2号	幼3号	幼4号	幼5号	幼6号
桌面高	520	490	460	430	400	370
桌下净空高	≥450	≥420	≥390	≥360	≥330	≥300
座面高	290	270	250	230	210	190
座面有效深	290	260	260	240	220	220
座面宽	270	270	250	250	230	230
靠背上缘距座面高	240	230	220	210	200	190

要;四是有些幼儿园管理层对幼儿身体健康关心不足,桌椅多年不更换,不维修。这些现象产生的根据都是幼儿教育的理念落后,对幼儿生长发育所需保障的认识不足,教育管理部门和幼儿园管理人员要提高重视,严格把关,把与幼儿发展有关的每一件小事都当作幼儿园工作的大事,把关怀和责任落实到每一张桌和每一把椅上。

3 如何为幼儿提供合适的桌椅

2002年国家质量监督检验检疫总局发布了国家学校课桌椅功能尺寸最新标准——《学校课桌椅功能尺寸》标准,把幼儿的桌椅分为六种型号,对每种型号的桌椅尺寸高度都有严格的规定,具体可参见表1。

由于每年有新老幼儿入园离园的人员流动,各种型号桌椅的比例每年都要有变动,更换桌椅对幼儿园说是一个耗财费力的过程,这也是当今许多幼儿园更换桌椅不及时的一个重要原因,为了便利性和节约成本的考虑,同时也为了使桌椅能够适合不同的生长发育情况的幼儿,许多专家学者建议用可升降课桌椅的型式:采用分离式桌椅、桌椅高低可以调节。调节档次按高度标准将大班、中班、小班各分成三档(高档、中档、低档),桌椅有分档标志,便于幼儿和教师辨认。这样的可升降课桌椅在市面上已是屡见不鲜,有的幼儿园也正在使用。随着教育设备智能化和电子化趋势日益增强,更是出现了既能满足桌椅可调节需要,又具有高科技感,能进行人机互动的智慧课桌。

总而言之,幼儿园桌椅的设计和选择,一定要考虑到幼儿生长发育情况的不同,因人而异,如果能满足以下四个标准,那么其桌椅的选择无疑是合适的:

(1)科学性。桌椅的各项尺寸应能考虑到不同年龄段幼儿的平均身高、坐高,在满足大多数幼儿需要的同时,加入可调节的设计,既可调节课桌高度,又可调节椅子高度,照顾到个别幼儿,真正做到课桌椅的高度适合全体幼儿。除此之外,还应尽可能符合人体工程学设计,让椅子的坐感和椅背的靠感更为舒适。(2)实用性。桌椅的重量、体积、造型应以幼儿易搬、易推、使用安全方便为原则,桌椅可灵活组合,发挥桌椅的最大功效。(3)审美性。幼儿喜欢色彩鲜艳、生动形象的、可爱美观的用具,因此,桌椅在满足可调节需要的同时,还应该满足幼儿的审美需要。桌椅的颜色要柔和,造型上要充满童趣,例如椅子靠背设计成动物形状或有镂空图案。(4)安全性。桌椅与幼儿朝夕相伴,因此在材料上一定要安全,无毒无味,桌椅转角圆滑,有防撞减震功能,避免幼儿撞伤,钉子等小配件也应尽可能贴合,桌椅的表面要光滑,避免幼儿刮伤。

参考文献

- [1]陈琴芳.幼儿园可调节桌椅研究[J].上海教育科研,1985,04:40.
- [2]黄培红.幼儿家具的卫生评价[J].幼儿教育,1999,02:30.
- [3]唐锦麟.关于学校课桌椅高度及其地区差别的研究[J].中华预防医学杂志,1982,16(s):257
- [4]唐锦麟.课桌椅高度与读写姿势关系的数学模型[J].哈尔滨医科大学学报,1983,04:41.

吕剧在当代的生存现状

田新元 王晓彤 贾秀 李佳璇 张金帆

(山东师范大学 山东 济南 250014)

[摘要]20世纪50年代至60年代中期,吕剧在山东省内广泛流传,与京剧、豫剧、越剧、评剧、黄梅戏、秦腔、川剧并称为“中国八大戏曲剧种”。进入21世纪,吕剧的发展大不如前。几乎所有的吕剧团都面临演职人员不足、观众不足、创新剧目少和资金不足的问题。2000年,全省仅存专业吕剧团18个。2008年,吕剧被文化部列入国家级非物质文化遗产名录,受到更广泛的关注。各地政府纷纷采取措施发扬吕剧,扶持当地吕剧团的发展,增加吕剧演出场次,建立吕剧非物质文化遗产博物馆,开展吕剧进校园活动等。同时,各个吕剧团也结合时代发展特点,创新表演内容,致力于新剧目的编写及表演,引发了吕剧学习和欣赏的热潮。但总体看来,吕剧发展仍旧式微。

[关键词]吕剧;生存现状;吕剧爱好者

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2019.11.338

一、吕剧团体生存现状——以时家村吕剧团为例

东营市东营区牛庄镇时家村是吕剧的发源地,创始人时殿元在广泛吸收其他戏曲、曲艺艺术成分的基础上,把山东琴书由坐唱形式改为化装演出,首创化装扬琴,后被命名为吕剧。牛庄人爱吕剧,唱吕剧,从清光绪年间一直唱到现在。可以说,吕剧是牛庄人的家乡戏。然而在当代,牛庄镇的吕剧却面临无人演出、无人传承、管理不善等问题,发展现状令人心忧。

笔者通过田野调查了解到,时家村吕剧团采取民办公助的方式运营,具体运作方式为:政府给每个剧团分配任务,按照演出场次发放补助费,每场最低一千,最高不过两千。而剧团则需要上交书面材料和照片、光盘等一手材料证明演出任务完成,政府审核后会在年终将所有的演出经费打到剧团账户上。剧团的演出范围主要

在本村,有时也会联合其他村子的吕剧团在邻村演出,演出范围最大至本乡镇(比如牛庄镇、陈庄镇、官庄镇等),甚至本区(东营区)。其中区里的演出一般是在社区,有时也会去敬老院。这些演出都是义务的,除了政府发放的演出经费外不收群众的一分钱。而剧团持有的演出证书需要年年审核,加上其他各种费用,一年大约需要花费一千五百元来获得演出资格。在此运行模式之下,由于政府的扶持力度达不到吕剧团的运行标准,剧团往往入不敷出,演员甚至要自己承担伙食费和车费。这使得吕剧演出几乎只能以一种兴趣的形式存在,而不能作为一种谋生的职业。

另外政府每年都会组织评比,根据评比水平发放一定数额的补助金。评估成绩好则补助金较多,而成绩差的补助金可低至一千。评委包括专业的吕剧老师、吕剧

团骨干、山东省吕剧院的艺术家等。

谈及此事,时玉良团长感叹道:现在剧团很不景气,面临着人员不足的问题。很多剧团都是村民组成的业余剧团,为了在评比时获得较高评价,会雇佣剧团之外的专业吕剧老师表演。更多的剧团因为不具备专业表演能力,甚至选择放弃参加评比。今年将近三分之二的剧团,即大约二十多个都不参加评比,其原因一方面是因为经费少,另一方面是剧团内部人员不足,只能高价雇佣别人唱戏,剧团无力负担。归根结底,剧团的发展不景气是因为缺少资金和成员,并且呈现出每况愈下的趋势:时家村吕剧团十多年以来,从未停止演出,今年却停止了。

分析时家村剧团面临的主要问题,最迫切的是缺少演出人员。村里的年轻人都在外上学或打工,老人们虽有很多喜欢唱戏、演戏的,但因为没有条件学习、没有时间演出等原因组织起来较为困难。时玉良还表示自己年纪大了,不会使用电脑和智能手机,录像、压碟、传数据等技术操作都需要花钱请别人帮忙,不但费用高而且也相当耗费精力。笔者相信这也是大多数老团长共同面临的问题:时代在发展,传统艺术、传统老艺术家该何去何从?

当我们问到时玉良团长是否有其他吕剧传承人的联系方式时,时团长表示:其现在已经没有非常正式的可以称作传承人的吕剧表演者了,大家都把具有一定演出水平、社会上认可的吕剧表演者看作是传承人。因为现在不再举行严格的拜师仪式,老师带徒弟也不像传统意义上那么正式,一个学生可能会在多名老师的帮助下学习。比如时团长有一名叫王雷的徒弟,他自己跟着电脑学习拉唱,遇到不会的问题就来请教时团长,可以说是跟着时团长学习弹拉技能。这名徒弟最近大摆宴席拜了区文化局的一位白老师为师,学习演唱的技能。由此可见吕剧的传承情况十分复杂。

二、吕剧爱好者的努力

“吕剧”微信公众平台创办于2016年,是由青年吕剧戏迷自发创建的微信平台,以弘扬和振兴吕剧艺术为宗旨。至今点击量已突破两百万,积累了许多固定粉丝,其中不乏吕剧名家、全国各级院团的专业人士。

浅论物理教学中培养学生的自主学习能力

赵瑞芬

(清丰县教师进修学校 河南 濮阳 457000)

【摘要】自主学习是实现终身学习能力的前提和基础。在物理课堂教学中,通过创新课堂教学氛围、创设情境课堂;运用不同的教学方法,营造良好的学习环境;注重学法引导;充分发挥学科学习特点,提高学生的自主学习动机等多种方式,有步骤、有计划地培养学生自主学习意识,才能培养学生具有良好的学习习惯,最终养成学生的终身学习能力。

【关键词】物理教学;培养;激发;自主学习能力

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2019.11.339

2020年突如其来的冠状病毒,让我们改变了的生活节奏,各级各类学校不得已实行“停课不停学”,全面展开在线教学,在此过程中涌现了网络新语言:“网课学困生”。这个“网词”展现突出了借助网络学习,但学生在学习中中对这种在线学习的环境极度的不适应,根本完成不了学习任务的情况。

经调研,在线教学和学习不仅是对一线教师以往的教学模式提出了新的挑战,也对学生的自主学习能力提出了新要求。自主学习不单单是在线学习的必要条件,更是实现终身学习能力的前提和基础。本论文就如何在物理课堂教学中培养学生的自主学习能力分为以下四方面浅论一下:

一、创新课堂教学氛围、创设情境课堂,激发自主学习兴趣

自主学习应在轻松、愉快的气氛下进行,这样才有助学生情绪高昂,思维敏锐,信心倍增,从而激发学习兴趣,更好的适应新的教学环境。因而教学中教师应主动地为学生创造良好的学习氛围,使学生身心受到激发、从而被潜移默化的主动学习。教师在了解学生的心理特点的基础上,灵活运用多种适宜的教学方法,从而触动学生学习的兴趣。在网络课堂中教师应为所有的学生提供展示学习成果的机会,充分肯定学生优点,使学生自觉主动参与到课堂中,让学生真正感受到成功的乐趣。

在营造情境课堂教学中、积极激发学生学习的兴趣。经调研在教学实践中,教师在课堂教学过程中积极地营造教学情境,提出问题将学生引入情境之中更能激发学习的乐趣,激发学生学习兴趣,从而以此为契机立足于诱导学生的学习兴趣。

例如,在学习“磁现象”时,可以播放磁悬浮列车视频激发学生学习的兴趣、在学习“功率”时,通过让学生估算自己回家上下楼的功率大小来巩固练习所学知识等,通过和身边的生活实际相结合,充分调动学生的学习积极性,让学生自己去发现、去分析,这样学生在自我观察、发现、分析、思考、探索和自我实现的过程中就会逐步掌握基础知识和基本技能,就会在这种自主性的学习中逐步学会学习和形成正确的价值观。

二、运用不同的教学方法、营造良好的学习环境

在我们教学过程中是教与学的相互连接是相互促进的过程。传统的教育模式中,教师是知识的讲授者,是教学活动的主导者,而学生只是知识的被动接受者。新课改理念是:学生是学习的主体,主动学习是学习成功的前提。学生是课堂教学的主体参与者,教师应是课堂教学的组织者、引导者。在实施教学的过程中应该突出学生的主体地位,强调教师的服务意识。因此在课堂教学中,须改变陈旧教法,调动学生参与教学的积极主动性,做到让学生在课堂活动中学习,在自主学习中发现,在探索发现中增加,在获得增加中创新。从而充分体现学生的自主学习意识,让学生自主发现学习方法、寻找思路、自主探究,让学生自主解决困惑问题,从而让学生在自主愉悦的创新环境中磨砺意志,锻炼思维,提高能力。

通过开展合作式教学、启发式教学等多种教学方式方法来营造适应的学习环境,从而充分发挥学生的学习主动性。如在“摩擦起电”一节的教学中,教师可以营造一个良好的学习氛围,联系生活实际:首先向学生提问“你们知道‘电’是什么吗?”“你的生活中如果没有了‘电’会怎么样?”“我们是如何得到‘电’

笔者了解到,公众号创始人——江天,创办“吕剧”的初衷是想为吕剧爱好者提供一个聚集的平台,同时也把公众号作为吕剧推广的一种方式,希望大家不仅可以欣赏吕剧表演、唱段、作品,而且能够通过欣赏到看到一些更深层次的戏理方面的东西。

公众号作为现代新媒体发展的产物,带来了商机和新的传播方式。江天等人能够利用公众号传播速度快、范围广的优势推广吕剧无疑是顺应时代发展的正确方式,这也是新一代的吕剧人较缺乏数字媒体知识的老艺术家所具有的巨大优势。而在浮躁的数字化时代,一个公众号如果仅仅停留在欣赏吕剧的音乐和表演浅显层面上,读者随时都有可能流失,一旦能够深入接触到一些东西,哪怕是接触到一个点、一个方面,只要能够引起读者的兴趣,那么就能吸引读者持续关注。

江天表示他热爱吕剧这种传统剧目,往后余生都会通过这种方式去更深入地了解、追随这个剧种、这种艺术的发展。

公众号的文章来源为运营人员创作、投稿和约稿。其文章创作和选择,无论是原创还是摘编,大部分都是公众号运营人员自己组稿的,投稿和约稿占比较小。“吕剧”公众号在文章的选择和组稿上有三个标准:首先立场要尽量客观,且不能出现常识性问题。第二内容要丰富,就是要有内容。至于大家都知道的或者讲述得不具体,没有什么实际意义的文章,公众号都不会推送。第三无论是什么来源的文章,运营人员都会不断修改,修改的主要方面是语句和用词,即文辞要通畅,不能词不达意。

“吕剧”公众号最有特色的栏目是名家访谈。运营人员分布各地,在工作之余通过各种途径接触演员、名家们,通过访谈了解吕剧演员们的艺术人生。通过公众号的推送,观众所了解到的就不仅仅是艺术家们在舞台上的样子,而是可以看到他们台下的真实生活,感受到他们内心的真情实感,能够为观众还原出一个真实存在的、立体的吕剧表演者。通过这种方式,观众看到的不仅仅是屏幕前的表演,更窥见了幕后的生活,有助于观众产生兴趣进而喜欢上吕剧,这也是江天等人致力于吕剧推广的真正目的。

的?”然后安排学生利用身边材料分组进行摩擦起电实验。而后让同学们观察老师玩的一个“魔术”,即摩擦带电的两根玻璃棒、橡胶棒的相互排斥或吸引现象从而说明了什么?启发学生思考和自学。得出电荷间相互作用规律。总之,良好的学习环境是学生作为主体参与教学的重要保障,有利于学生自主学习能力的培养。

三、注重学法引导,培养和提升学生自主学习能力

自主学习不是自由学习,自主学习是指在学校教育过程中,在教师的指导和带领下,学生积极主动参与整个学习过程的一种学习形式。在教学过程中,学生是学习认知的主体,只有学生主动参与,才能使个体的智力因素转化为学习的动力。我们从学法引导中,注重的是善于发现知识,而不是简单地获得结果,注重的是找到答案的探究的精神。俗话说“授人以鱼不如授人以渔”。在教学过程中,教师不能只是知识的传授者,而是注重学习方法和各种能力的培养者,使学生掌握科学的学习方法。但在实际情况中,中学生自主学习意识不强,很容易受周围环境的左右,自主学习的能力不够。所以作为教师应通过对学生的引导,培养学生自主学习的能力,根据教材内容和学生的实际情况,有针对性引导学生自学。我们教师在讲内容前,引导学生自学章节提纲,指导学生阅读教材。或者以小组合作的方式学生自己编写自学提纲,整理知识内容,知识结构图表等。从而达到对不善于学习的同学能在提纲的引导下养成自主学习的习惯。

在生活中通过时政热点,用不同色彩的不同字体来表现不同的教材内容的教学方法来指导学生,让学生学会对所学知识进行归纳,形成系统的知识体系。实践表明教师通过各种途径,对学生进行学法指导,能够让让学生在过程中不仅掌握课本知识,而且学会如何学习,从而提高学生自主学习的能力。

四、在发挥学科学习特点中,提高学生的自主学习动机

物理学本身是以实验为基础的自然科学,物理学的定义、公式、定理、定律都是建立在大量的实验和实践活动的基础之上,观察和实验是研究物理学的重要方法,学生对实验都有浓厚的兴趣,都希望自己有更多的机会去动手实践。

教师在物理实验课堂上除了可以使用实验室现有的器材,完全可以自制教具,充分利用我们身边生活中的日常物品进行实验。在此过程中如果能有机结合教材内容,巧妙安排实验现象,通过探究物理现象,揭示其中的物理规律,并将此知识应用与生产实际相结合,那么,就能培养学生终身的探索乐趣、良好的思维习惯和初步的科学实践能力。同时通过这些课本上没有出现的器材也可以很好的启发学生的创新意识和培养学生的创新精神。

综上所述,教师在教学过程中,应该充分利用物理学科的特点,有步骤、有计划地培养学生自主学习意识,才能培养学生具有良好的学习习惯,最终养成学生的终身学习能力。

参考文献

- [1]任雪峰.高中物理教学中培养学生自主学习的策略[J].新课程,2020(33):208.
- [2]唐小兵.优化物理分层教学策略促进学生成才[J].成才之路,2013(31):88-89.