

动的主角。实训平台教学实践是基于优秀课例模仿实践之上,进一步提升职前幼师教学能力的活动。

(五) 建立“学生互评、教师评价、用人单位评价”三方共评机制

科学的评价能帮助学生提升活动设计与实践的质量,而三方共评机制的建立,则打破了传统学生自评与教师评价的局限性。一方面,邀请学生参与能达到互相学习、共享资源的目的,也能促进学生的自我反思;另一方,邀请用人单位参与能更好的与行业需求对接,即帮助职前幼师提高教学水平,又能有助于校本课程的优化。实现评价主体多元化、评价内容多面化、评价方式综合化的立体评价系统。

四、结语

活动设计是后续教学实施得以顺利进行的基本保证,好的设计可以为教学活动提供科学的行动纲领,使教师在教学中事半功倍,一定程度上为日后的教学创新打好基础。活动实践是检验活动设计的唯一标准,在实践中要善于反思,才能对设计中的不当或不适用给以修正或调整,使之更加完整、科学和具备实际操作意义。目前幼儿园音乐活动的设计与实践对于职前幼师是一块短板,但在新时代,行业对幼师综合音乐能力“应用型综合人才”的需求下,坚持“能力为重”的

核心价值观,坚持实践-反思-再实践-再反思的教学观,特别是实践反思能力和习惯的培养,使学生的学习过程中保持清醒头脑,久而久之,相信也能帮助和提升职前幼师其他领域活动设计与实践能力。

参考文献

- [1]曾井苒苒,李浩泉.幼儿园五大领域教育活动设计现状、问题及对策[J].教育观察,2020,9(16):37-39.
 - [2]柯秋西.幼儿园音乐集体教学活动设计的内容分析及实践反思[D].四川师范大学,2019.
 - [3]刘迪.幼儿园活动设计类课程实践教学存在的问题[J].林区教学,2019(12):118-120.
 - [4]王瑶.幼儿园音乐教育活动教学设计研究与思考[J].北方音乐,2010(01):65-66.
- 项目名称:在课堂中提升职前幼师音乐教育综合素养的探索
项目编号:ZTJY2019009
“该论文为湖北艺术职业学院艺术教育学院学前教育专业申报支撑材料”

中职生手机依赖的现状分析

彭佳瑜

(绍兴市职业教育中心 浙江 绍兴 312000)

【摘要】中职生手机依赖问题是近年来中职学校在学生管理方面显露出来的较为普遍的问题,针对该问题,本文就中职生手机使用现状进行了调查,并结合国内外文献研究,分析了中职生会产生手机依赖的原因。为了解决这个问题,本文从学校教育和家校沟通两方面提出帮助学生摆脱手机依赖的对策。

【关键词】手机依赖;中职生;管理制度

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.06.808

一、中职生手机使用现状

随着智能手机的功能越来越多样,如今在校学生的手机拥有率明显上升,尤其是中高年段的中职生,基本上人手一部,这说明了智能手机已经在中职校园中普及。

据调查,学生每天手机的使用时间基本上在2-3小时,由于学校没有无线,学生出了家门再上网就需要用流量,因此购买各种流量包也是成了中职生手机消费的主要部分。

中职生在临睡前手机的使用率最高,导致学生的视力在使用手机后急剧下降,同时睡眠质量也受到了影响,缩短夜间的睡眠时间,使得第二天的上课精神非常差,趴桌睡觉,如此恶性循环。

对于手机中的软件使用情况,中职生最常用的就是社交软件,其次是在线音乐、视频,尤其是近年流行的短视频,而在手机上进行网络学习资源的学习基本上没有,失去了手机的实用性。

二、手机依赖研究概述

手机依赖又称为“手机成瘾”“手机焦虑症”,是近年来因智能手机的广泛应用而在社会人群中普遍存在的问题,其中,学生族在手机使用者中占了很大的比重。越来越多的学生产生了严重的手机依赖,尤其是中职学生,这个阶段的学生自控能力和识别信息的能力普遍较弱,常常过度沉迷手机,占用和浪费大量时间,部分学生会因为手机上交而出现焦虑,无法集中注意力听课,这也是引起中职生学习成绩无法提高产生厌学情绪的重要原因之一。

手机依赖的概念目前不管是国内还是国外的学者并没有特别统一的界定标准,和几年前流行的电脑网络成瘾类似。在手机还未开始盛行前,电脑的使用也出现了类似的依赖。

由“电脑”向“手机”转移的这种趋势也引起了很多学者的关注:韩登亮(2005)认为,手机依赖是指个体过度地使用手机而出现了生理或心理不适应的一种病症^[1]。师建国(2006)认为手机依赖是指个体因为无法控制使用手机的行为,导致其身心和社会功能受到损害的痴迷状态^[2]。Phillips和Bianchi(2005)认为手机依赖是指人们很难控制使用手机的时间,在进行其他任务的过程中会因使用手机而分心,还会增加人际冲突的发生概率。^[3]

三、手机依赖原因分析

中职生作为学生中一个比较特殊的群体,自控能力会比较差,而且很多来自经济困难,或者不完整的家庭,因为在学校的表现尤其是学习方面的成绩受到了很多的批评,他们心灵更加脆弱和迷茫,容易产生自卑的心理。而且,大部分中职生毕业后直接进入社会,学业上完全没有目标,导致学习不求上进,常常觉得自己无所事事。智能手机作为一种新生事物,其中的社交软件能让自己得到关注,手机游戏、视频、小说等娱乐功能则能让自己的生活不再无聊,放松减压,得到情感的宣泄,这也是中职生沉迷其中的巨大原因。

四、手机依赖对策

通过访谈、问卷调查得知,平时使用手机时间过长存在严重依赖现象的学生通常在家庭中得不到应有的关心,学业成绩差,没有明确的目标,有一定的心理压力,不想面对现实;而平时能够合理控制手机使用时间的学生大多有一个和谐的家庭,坚定学习目标,生活中遇到挫折能想办法解决,积极乐观。从分析结果看,可

以从学校教育和家校沟通来帮助学生减轻手机依赖的程度。

1. 建立合理的手机使用制度

第一,每位新生在入学报道时可以签署一个关于手机使用告知书,具体的内容先表明学校坚定的态度,学校关于手机方面的规定,这个方法需要三方监督,才能真正落实下去;

第二,学校每个教室可以配备一个手机摆放盒,到校上交,离校方可使用,住校生只允许在寝室规定时间内打开手机。

2. 教育引导,加强认知

多次开展主题班会课,养成给自己按时树立学习目标的习惯,加强专业课的技能,确定好未来的人生方向,重拾信心。

举办多种多样课外活动,比如辩论、演讲、唱歌等,从而转移学生对于手机的注意力。通过组织各类社团,让学生在现实中发挥自己的特长,感受友情的力量和快乐。

请警务工作者列举因手机使用不当造成的安全事故的案例,有了实际案例,学生对手机的认知能够有所加深。

3. 教会高效使用手机

通过课堂教学,让学生体会信息化手段在教学上的应用,进行课堂互动,翻转课堂,既增加课堂乐趣,又能提高上课效率。

另一方面,建立班级的聊天群,让学生们畅所欲言,教师及时掌握心理状态,拉近师生距离,让手机成为班级管理和师生沟通的重要工具。

4. 家校加强合作,社会合力监督

仅仅是学校努力是完全不够的,家庭和社区的协助才能更好地消除手机给学生带来的消极影响。家长首先要做好榜样,以身作则,减少在孩子面前使用手机,尽可能地抽出时间陪伴孩子,共同学习,及时和孩子沟通、谈心,营造温馨、和谐的家庭氛围;社会上,相关部门加强对网络上不良信息的督查,让学生能在一个健康向上的网络环境中探索世界。

五、小结

中职生手机依赖问题是一个非常具有时代代表性的问题,也是目前中职学校在学生管理中暴露出的新问题。学校作为除家庭外学生学习与生活的另一重要地方,就需要直面学生的教育问题,对一切可能会对学生成长进步产生不利影响的情况做好相应的应急预案,不论是学校管理者还是教师,如今都应当重视将学生的手机使用方面的管理工作,进行科学的、系统的手机管理措施,让学生在通过手机接触新鲜事物的同时能够保持良好的学习心态,端正学业的地位,学会自觉控制手机使用频率与时间,逐渐杜绝手机依赖现象的产生。

参考文献

- [1]韩登亮,齐志斐.大学生手机成瘾症的心理探析[J].当代青年研究,2005(12):34-38.
- [2]师建国.网络成瘾形成机制[J].临床精神医学杂志,2006(03):169.
- [3]Bianchi Adriana, Phillips James G. Psychological predictors of problem mobile phone use. [J]. Cyberpsychology & behavior: the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society, 2005, 8(1):45-47.