

基于疫情居家期间小学生情绪障碍进行体育疏导

乔君 肖晓 尤军

(北京市房山区羊头岗完全小学 北京 102400)

【摘要】运用文献资料、逻辑分析等研究方法,对疫情期间居家进行小学生情绪障碍进行体育疏导的原因以及实践进行研究。主要结论:疫情居家期间小学生进行体育疏导是基于学生居家期间心理障碍的内在诉求。建议:了解疫情期间小学生居家环境,制定切实可行的体育教学形式与方法,让学生真正通过体育锻炼缓解情绪障碍,树立正确的克服困难的意识与决心。

【关键词】疫情居家;小学生;情绪障碍

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.07.1506

由于疫情对于民众心态的影响以及长时间的自主居家隔离,会导致民众产生心理障碍,小学生心理产生障碍多且直接影响学生的免疫能力,减少对疫情的自我防护。本研究旨在探究小学生的小学生居家环境,制定切实可行的体育教学形式与方法,让学生真正通过体育锻炼缓解情绪障碍,树立正确的克服困难的意识与决心。

1. 对于疫情下关于小学延期开学的要求以及部署

为响应教育部要求北京市关于疫情下延期开学针对本市学生情况进行明确部署1.“一校一策”定在家学习课表2.毕业年级在线辅导3.幼儿园延期开学4.暂停校外培训机构线下培训。区教委根据教育部以及北京市教委的统一部署结合本区学生外地学生居多的现状进行具体安排:区中小学生学习开始“居家学习”。为促进学生在“居家学习”期间德智体美劳的全面发展,区教委精心准备的“五类主题课程”如期上线。具体为:“居家学习”不是“线上上课”,不开展任何形式的线下集体教学活动,不要求同学们每天上网打卡,不要求同学们在电视或电脑前具体观看多长时间。区教委结合相关要求,研究制定了延期开学工作方案、指导意见和学生自主学习指导课程方案,并利用两周时间,完成了“我学习,我进步”“我阅读,我成长”“我创作,我精彩”“我运动,我健康”“我劳动,我快乐”5个主题课程方案的研制、22个课程模块的设计、162节课例的开发,形成了1张40节课的课程推送表、5个主题课程的基本说明,涉及录课教师119名,覆盖51所学校。这些课程将分期分批在教育信息中心视频资源平台、教师研修平台、联通平台上推送,首期推送40节课(每周10节)。

2. 小学生居家环境分析

了解小学生居家环境状况对于合理制定有效的课程内容有着重要的意义。(表1)其中男生 275 (49.01%),女286 (50.98%),城市居住的 290 (51.69%),乡镇居住的271 (48.30%);基于此对于学生的体育课程的设置内容应该进行两种类型的教学安排:1.适合于室内室外兼顾的教学内容2.适合于室内教学内容,以不影响上下楼层的邻里关系为主的教学内容。

3. “体育疏导”教学理念分析

教师要以促进学生心理健康第一为指导思想,教师要以健康第一为指导思想,以《体育与健康课程标准》为理论依据,在课堂上以学生发展为中心,努力使学生养成积极观察、思考、探究、自主学习的习惯;教师在注意调动学生积极参与活动的同时,启发学生思维,培养学生的创造力。

4. “体育疏导”意志培养方式

教师基于在本校工作6年时间,对于小学生以及家长比较了解,学生突出问题

表1 传统、“体育疏导”引导方式比较表

	《义务教育课标》	“体育疏导”体育课程
引导方式	以教师为主的传授知识性引导方式	学生喜闻乐见的教学引导方式新形势运动能力

新体系下优化小学音乐课堂教学内容的实践研究

朱辰呈

(苏州市沧浪集团沧浪实验小学校 江苏 苏州 215000)

【摘要】音乐课程是基础认知阶段的重要课程,对学生音乐素养、审美水平、思维能力的提高具有积极意义。小学音乐教学的主要目的就是增强学生的活动体验与情感体验,所以教师在课堂教学环节要高度重视教学的过程,对活动体验加以强化,适当优化教学内容,从而激发学生对于音乐知识的学习兴趣,达到预想的教学效果。本文针对新体系下优化小学音乐课堂教学内容的实践展开研究。

【关键词】新体系;小学音乐;课堂教学内容;优化实践

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.07.1507

一、贴近距离

小学音乐教材的内容大多都是由几个单元构成,各单元有不同的人文主题,由多首歌曲或乐曲编排而成。在小学音乐课堂教学过程中,若将每首歌曲都当成教学内容,往往不可取,加上一些单元的内容对不同层次学生而言有不同的难度,导致教师面临素材选用的难题。为此,针对教学内容的选择,教师必须要以学生的年龄特点和兴趣爱好为依托,选择学生能接受或喜欢的教材内容^[1]。例如:高年级的小学生爱唱爱跳,对待音乐作品的审美态度基本是以新颖有趣为依据,参与活动时注重自我情感的满足,所以教师在教学中应该选择易记易唱、富有童趣的歌曲,如《种太阳》等,这样学生多听几遍即可进行学唱,从而享受自己的音乐。另外,教师应该选择与学生实际生活相贴近的音乐素材,将学生的艺术经验与生活经验相结合,帮助学生形成乐观的生活态度、高尚的审美情趣。例如:《好可爱的动物》《好朋友》《游戏》《跳起舞》《难忘的歌》等单元从多个角度呈现出学生生活的各个方面,选择这些歌曲来引导学生对不同情绪的音乐活动进行体验,能丰富学生的情感生活,促使学生更加享受音乐。

二、调整顺序

针对小学音乐课堂教学而言,课堂上安排的教学顺序不一定会有序呈现教材的内容,需要教师从课堂教学和学生学习的实际情况出发,优化调整课堂教学顺序。例如:《新年好》和《过新年》分别是三年级与一年级的最后一课,教师可以将其调整至年后进行讲授,这是因为年后学生还能清晰记忆过年时的情景,在学习中能更好地感知歌曲中的喜庆气氛。另外,教师也可以从节气或气候等方面出发,有针对性选择教材内容,恰当调整教学时间,如:与春天题材相关的单元不易安排在早春时节进行教学,这是因为早春时节没有作品中所描绘的“鸟语花香”“春光明

媚”,甚至室外还下着春雪,不利于学生结合生活来感知音乐的魅力。

三、抓紧要素

音乐作品的构成要素包括旋律、力度、节拍、速度、节奏等,不同的音乐作品有着不同的重点要素,展现的特点也有所不同,需要教师在教学中准确把握住重点要素,在此基础上对音乐活动进行精心设计^[2]。以《捉迷藏》为例,该歌曲有着轻快、活泼的旋律,每个小分句开头的节奏都能生动展现春夏秋冬捉迷藏的情景,因此教师在教学中可以播放《捉迷藏》的伴奏音乐,让学生根据小分句的节奏学跛脚走路,即:轻轻一踮受伤脚,将其快速挪到好的脚一侧,以此体现出音符的轻重长短,对重点要素的特点加以体验,感知歌曲中的俏皮情绪,获得丰富的学习经验与审美体验。

四、恰当适度

通常小学生在音乐课程知识的学习过程中,有些音乐素材的要求过低,而有些音乐素材的难度较大,继而影响到学生对音乐知识的学习。因此教师在实际教学中可以对不同版本的教材进行交叉利用,积极寻找与学生知识经验相符的音乐素材,帮助学生更好地学习音乐知识。以《春雨蒙蒙的下》为例,该歌曲有着优美且简单的旋律,方便学生歌唱和记忆,教师在教学环节可以适当引入方言版歌曲,利用方言展开教学,这样能让教学内容与学生生活更为贴近,充分激发学生的学习兴趣,促使学生灵活学习、轻松记忆音乐知识。

五、增加内容

小学音乐教师开展课堂教学活动时,可以适当引入流行音乐,以此满足学生对音乐的学习热情,增强课堂活力,即:以教学大纲要求为依据,对时代感强的音乐作品予以适当补充,尤其是旋律优美、朗朗上口的流行歌曲或影视歌曲,如《时间

针对家中有小院子的同学,为了增强学生学习兴趣同时增加活动密度提高运动心率,进行波比跳。最后统一进行放松训练。

结语

疫情期间,学生学习期间由于时间空间范围的受限,教师为了让每个学生按照自己的节奏学习是一种共识,更重要的是,在这种理念的背后行知有效的保障体系。从教学方针的制定、教学理念、教学引导方式、教学方式、到教学技能的突破,都是为了保证让学生拥有公平、自主的教育内容,从体育精神与技能上陪伴学生走向独立、直面困难、完善自我。

参考文献

[1]张晓娟,刘松涛,李贺斌,等.唐山市区重点中学生焦虑心理及影响因素[J].

[2]李少闻,王悦,杨媛媛,雷晓梅,杨玉凤.新型冠状病毒肺炎流行居家隔离期间儿童青少年焦虑性情绪障碍的影响因素分析[J].中国健康心理学杂志 2020-02-18