

数学核心素养培养的策略与实践

■ 胡建

核心素养是指学生应具备的能够适应终身发展和社会发展需要的必备品格和关键能力,主要包括数学抽象、逻辑推理、数学建模、直观想象、数据分析等。数学核心素养是数学课程标准所提出的一种新型的学习目标,体现了数学教育的本质,对学生全面发展和终身发展至关重要。在当前新课改背景下,各学科都在积极推进核心素养培养,小学数学教育作为义务教育阶段的重要组成部分,如何通过有效的教学方法与策略来培养学生的数学核心素养是小学数学教师必须关注和解决的重要课题。本文将结合笔者多年教学经验对此进行分析和探讨。

传统的教学方式以教师为中心,以传授知识为主要目标,学生只是被动地接受知识。然而,在新课改背景下,这种教学模式已不符合时代发展要求。学生不再是单纯的被动接受知识,而是积极主动地探究知识、发现问题、解决问题。教师在教学过程中也应该积极转变教学理念和教学方法,以培养学生的数学核心素养为目标。首先,教师应引导学生进行自主探索。在小学数学教学过程中,教师要充分尊重学生的主体地位和首创精神,而不是对其进行直接的传授。只有让学生真正成为学习的主人,才能让学生主动参与到课堂学习中来,这也是学生数学核心素养培养的关键。其次,教师应充分发挥自己在课堂教学中的主导作用。作为教师应该对所教授的知识点进行充分分析和理解,明确教学重难点以及所要达到的教学目的。另外,教师应尽可能地采用多样化、生动有趣教学方法来激发学生的学习兴趣和积极性。

同时,教师要充分发挥自身主导作用,引导学生进行自主探索和实践。只有这样才能充分激发学生学习数学知识的兴趣和积极性,有效培养出他们的数学核心素养。数学概括能力是学生学好数学的基础,数学抽象能力的培养离不开具体的教学活动。小学数学教师要通过有效的教学活动来激发学生学习数学的兴趣,并能够让学生在学习数学知识

的过程中感受到数学知识与实际生活之间存在着紧密联系,从而加深学生对数学学习的认识和理解,最终帮助学生在数学学习中获得更大的成就感和自豪感,为其今后更好地学好数学知识打下坚实基础。

数学课程标准强调,学生在学习过程中应通过观察、操作、实验和推理等活动获得数学知识,并进行逻辑推理。因此,在小学数学教学中,教师应重视培养学生的逻辑思维能力,并引导学生通过这些活动来进行学习与探究。例如,在教授“圆锥的体积”时,教师可以利用多媒体课件展示不同尺寸的圆柱和圆锥模型,引导学生观察并比较它们的几何特征和物理属性。学生在观察后可能会注意到圆柱和圆锥在形状上的不同导致了它们的体积计算方式也不同。

教师可以进一步提问:“如果一个圆柱和一个圆锥的底面积和高都相等,那么它们的体积之间有什么关系?”学生通过讨论和推理可能会发现,等底等高的圆柱体积是圆锥体积的三倍。这样的数学活动,学生能够从实际操作和推理中理解数学概念,而不仅是记忆公式。这种教学方法有助于学生深入理解数学知识,并将所学应用于解决实际问题,从而培养他们的数学核心素养。

在当前新课改背景下,小学数学教育中不仅要求学生能够掌握基础的数学知识,同时还需要学生具备一定的数据分析能力,从而能够在今后的学习和工作中对收集到的数据信息进行分析,并根据相关信息提出合理的建议。因此,在小学数学教学中,教师要培养学生的数据分析能力,使学生能够通过对数据进行分析得出有效的结论。

教师通过设计富有启发性的教学活动,鼓励学生主动探索和实践,从而促进学生的全面发展。这种教学方式不仅提高了学生的数学成绩,更重要的是培养了学生终身学习的能力,为他们的未来奠定了坚实的基础。

(作者单位:利川市第一民族实验小学)

肿瘤医院放疗科患者睡眠障碍的护理干预策略

■ 郑丽华

干扰患者的睡眠。

2.住院期间生活习惯的改变,如床的舒适度、睡眠时间的限制等,也可能影响睡眠。

四、肿瘤医院放疗科患者睡眠障碍的护理干预策略

(一)健康教育

1.向患者及家属详细讲解睡眠的重要性,提高他们对睡眠障碍的认识。

2.传授改善睡眠的方法和技巧,如保持规律的作息时间、创建良好的睡眠环境、睡前避免刺激性活动等。

(二)心理护理

1.加强与患者的沟通交流,倾听他们的内心感受,给予心理支持和安慰。

2.采用认知行为疗法、放松训练等心理干预方法,帮助患者缓解焦虑、抑郁等不良情绪。

3.鼓励患者积极参与社交活动,转移注意力,减轻心理压力。

(三)症状管理

1.对于疼痛患者,采取有效的止痛措施,如药物止痛、物理止痛等,减轻疼痛对睡眠的影响。

2.针对放疗和化疗引起的其他不良反应,如恶心、呕吐、疲劳等,及时给予相应的治疗和护理,缓解症状,提高患者的舒适度。

(四)环境优化

1.保持病房安静、整洁、温度适宜、光线柔和,为患者创造一个舒适的睡眠环境。

2.合理安排病房内的医疗设备和护理操作,尽量减少噪音干扰。

3.提供舒适的床垫、枕头和被褥,保证患者的睡眠舒适度。

(五)饮食护理

1.指导患者合理饮食,避免睡前过饱或饥饿。

2.建议患者多摄入富含色氨酸、维生素B等有助于睡眠的食物,如牛奶、香蕉、坚果等。

(六)运动干预

1.根据患者的身体状况,制定个性化的运动方案,如散步、瑜伽、太极等。

2.适当的运动可以增强患者的体质,缓解疲劳和焦虑情绪,有助于改善睡眠质量。

(七)中医护

1.采用中医按摩、针灸等方法,调节患者的气血和经络,促进睡眠。

2.可以让患者服用一些安神助眠的中药方剂,但需在中医师的指导下进行。

五、护理干预效果评估

(一)评估方法

干预前后的睡眠质量指数(PSQI)对患者的睡眠质量进行评估,同时观察患者的生活质量明显提高。

(二)评估结果

综合护理干预,患者的PSQI评分显著降低($P<0.05$),睡眠质量得到明显改善。患者的主观感受也表明,入睡困难、夜间觉醒次数、早醒等症得到了有效缓解,白天的精神状态和生活质量明显提高。

六、讨论

本研究通过对肿瘤医院放疗科患者睡眠障碍的原因进行分析,并实施了一系列针对性的护理干预策略,取得了显著的效果。然而,在实际护理工作中,仍存在一些问题和挑战。例如,部分患者对护理干预的依从性较差,需要进一步加强健康教育和心理支持;护理人员在睡眠障碍护理方面的专业知识和技能还有待提高,需要加强培训和学习。

未来,我们应进一步深入研究肿瘤患者睡眠障碍的发病机制,探索更加有效的护理干预方法和技术。同时,加强多学科团队的合作,共同为改善肿瘤患者的睡眠质量和生活质量而努力。

七、结语

睡眠障碍在肿瘤医院放疗科患者中普遍存在,严重影响了患者的生活质量和治疗效果。通过对患者进行全面的评估,分析睡眠障碍的原因,并采取综合性的护理干预策略,包括健康教育、心理护理、症状管理、环境优化、饮食护理、运动干预和中医护理等,可以显著改善患者的睡眠质量。护理人员在肿瘤患者的护理过程中,应高度重视睡眠障碍问题,积极采取有效的干预措施,为患者提供更加优质、全面的护理服务,促进患者的康复。

(作者单位:承德市第三医院放疗科)

新课改的初中数学教学模式创新研究

■ 李秀斌

随着新课程改革的深入,初中数学教学面临着更高的要求。教师在开展教学活动时必须认识到教学模式创新的重要性,并采取相应措施以提升学生的数学成绩。教师需要深刻理解新课改的理念,并在此基础上不断创新教学模式,激发学生的学习兴趣,使他们在数学学习中更加主动。

在进行数学教学时,教师应根据教学内容和学生实际情况选择适宜的教学方法,针对不同学生的认知水平和学习能力采取不同的教学策略。例如,在教授“角”的概念时,教师可以通过将数学知识与生活实际相结合,引导学生进行讨论和探究,帮助学生逐步理解角的概念和特性。通过提出问题和解答,教师可以引导学生深入探究,从而加深对知识点的理解。

教师应创设问题情境以激发学生的学习兴趣,并引导他们自主探究问题,提升思维能力。通过问题情境的创设,教师可以使学生在学习过程中保持愉悦的心情,从而提高学习效率。例如,在教授“二元一次方程组”时,教师可以利用多媒体动画展示相关情景,提出问题,引导学生自主探究,促使他们主动思考和解决问题。

教师在教学中应注重过程教学,培养学生良好的学习习惯,从根本上提高学生的学习能力。他们应明确指出数学学习方法,如自学、独立思考、合作学习等,以培养学生的数学思维。同时,教师应采用启发式教学,引导学生积极思考。例如,在教授“全等三角形”时,教师可以引导学生自行制作模型,并在日常生活中寻找具有全等三角形特征的物体或图形,探索其特性。

在新课改理念的指导下,应充分认识到数学教学模式创新的必要性和重要性,并在教学过程中注重创新教学模式,提高学生的学习效率和质量。同时,教师应培养学生良好的学习习惯,使他们对数学知识有全面的理解。数学教育是一种长期教育,新课改要求教师不断创新教学模式,以提升初中数学教学水平。

新课改要求教师改变传统教学模式,鼓励学生自主探究学习。教师应发挥主导作用,对学生进行引导和启发,帮助他们更好地掌握和运用所学知识。例如,在教授圆锥曲线时,教师可以通过设置问题情境,使学生在探究中自主发现图形的性质和联系,然后引导学生进行归纳总结,加深对圆锥曲线的理解。

应充分发挥主导作用,鼓励学生进行探究学习,并在此基础上培养学生的创新意识,使其能够主动参与到课堂教学中来。教师应鼓励学生大胆想象和创新,积极参与课堂教学,并在此过程中发现问题,解决问题。通过培养学生的创新意识,使其在学习过程中不断实现自我发展。

在开展初中数学教学活动时,应积极转变教学理念,创新教学模式,利用小组合作的方式来增强学生之间的沟通交流,促进学生综合素质的全面提升。教师可以将学生划分为若干个学习小组,让他们在数学活动中进行交流与讨论。例如,在讲解“直线方程”时,教师可以将学生分组,让每个小组的代表参与与讲解,其他成员辅助。这样,每个学生都能充分发挥作用,参与到课堂教学中,增强互动和交流,使课堂氛围更加活跃。

新课改下的数学教学工作要求教师改变传统的教学观念和模式,积极开展教学模式创新,通过多样化的教学方法激发学生学习兴趣,使学生更加积极主动地投入数学学习过程中,提高初中数学教学效率和质量。教师需要深刻理解新课改理念,并结合新课改要求积极创新教学模式,提高教学效率和质量。目前,我国初中数学教师的创新意识还有待提升,存在一些问题亟待解决。因此,教师需要不断更新教育观念,利用多种教学手段激发学生学习兴趣和主动性;同时,加强与其他教师的交流与合作,学习先进的教育理念和方法,提高自身专业素养,从而提升创新能力和发展。在创作过程中,学生的自信得到增强。学

在小学英语教学中,情感教育的融入对于学生成长至关重要。教师不仅要传授知识,更要重视学生情感的培养,帮助他们形成正确的世界观、人生观、价值观,并养成良好的行为习惯。通过家庭主题的教学活动,学生可以在体验中接受情感教育,这对于他们的情感发展和英语学习都具有积极的影响。

小学阶段是学生情感发展的关键时期,他们的情感意识强烈,容易受到外界影响。因此,教师应注重培养学生的情感体验,通过各种活动引导学生进行情感体验,帮助他们形成正确的情感认知。教师可以让学生根据自己的爱好选择家庭主题,并设计相关海报。在设计过程中,教师应鼓励学生多动手动脑,使其在创作中获得情感体验。

学生通过创作海报,能够获得情感体验。小学生对美术作品的欣赏具有一定的局限性,因此,教师要引导他们走进生活,发现美、感受美。在设计海报时,教师要充分考虑学生的情感体验,让学生能够在创作过程中获得情感体验。教师可以让学生为自己的家设计一幅海报,体现家庭的特点。教师可以让学生利用家中现有的物品进行设计,如小凳子、小花盆、灯、鱼缸等,将这些物品组合搭配,设计成家庭主题的海报。

在创作过程中,学生的自信得到增强。学

初中物理课堂教学创新方法的探索与实践

■ 杨先俊

初中物理教学是培养学生科学素养的重要阶段,对学生形成正确的世界观、人生观、价值观起到了非常重要的作用。教师要在教学过程中,将新课标中对于学生创新精神和实践能力的培养作为重点,在教学过程中不断地对课堂进行创新,实现初中物理教学的有效性。在初中物理教学过程中,教师要注重对学生的创新意识、创新能力的培养,注重对学生独立思考能力的培养,实现学生在初中物理教学过程中综合素质的全面提升。因此,在初中物理教学过程中,教师要积极进行课堂教学方法的创新探索,利用多种教学手段来进行课堂教学活动的设计,提高学生的学习兴趣和积极性,提升初中物理教学质量。

物理实验能够将抽象的物理概念转化为具体的实践操作,帮助学生更深刻地理解、掌握和应用物理知识。因此,教师在初中物理教学中应重视培养学生的实验技能,将学生置于课堂学习的中心,充分发挥他们在物理实验教学中的主体作用。

应鼓励学生亲自参与实验的设计和实施,这不仅有助于他们更深入的理解物理知识,还能有效提升他们的实验操作技巧和实践能力。在物理实验教学中,教师应重视培养学生的动手能力,鼓励学生主动参与实验的设计、制作和分析等环节。

应积极引导学生自主进行物理实验,激发他们的探究兴趣和创新思维。通过这样的教学方法,学生能够体验到探究式学习的优势,从而更加积极地参与到物理实验中。教师应通过引导学生自主设计实验方案,培养他们的科学探究能力和问题解决能力,让学生在实验室中学习,在实践中实践,从而全面提升他们的物理实验能力。

教师要对课堂教学进行创新,将传统教学与现代化教学手段相结合,开展多样化的物理教学活动,激发学生的学习兴趣和积极性,使其能够主动参与到学习活动中。教师要在教学过程中,将培养学生的创新精神、实践能力作为重点内容,不断地对教学方法进行创新和探索,以提高初中物理教学质量。

(作者单位:利川市南坪乡民族初级中学)

初中物理课堂教学创新方法的探索与实践

■ 杨先俊

初中物理教学是培养学生科学素养的重要阶段,对学生形成正确的世界观、人生观、价值观起到了非常重要的作用。教师要在教学过程中,将新课标中对于学生创新精神和实践能力的培养作为重点,在教学过程中不断地对课堂进行创新,实现初中物理教学的有效性。在初中物理教学过程中,教师要注重对学生的创新意识、创新能力的培养,注重对学生独立思考能力的培养,实现学生在初中物理教学过程中综合素质的全面提升。因此,在初中物理教学过程中,教师要积极进行课堂教学方法的创新探索,利用多种教学手段来进行课堂教学活动的设计,提高学生的学习兴趣和积极性,提升初中物理教学质量。

物理实验能够将抽象的物理概念转化为具体的实践操作,帮助学生更深刻地理解、掌握和应用物理知识。因此,教师在初中物理教学中应重视培养学生的实验技能,将学生置于课堂学习的中心,充分发挥他们在物理实验教学中的主体作用。

应鼓励学生亲自参与实验的设计和实施,这不仅有助于他们更深入的理解物理知识,还能有效提升他们的实验操作技巧和实践能力。在物理实验教学中,教师应重视培养学生的动手能力,鼓励学生主动参与实验的设计、制作和分析等环节。

应积极引导学生自主进行物理实验,激发他们的探究兴趣和创新思维。通过这样的教学方法,学生能够体验到探究式学习的优势,从而更加积极地参与到物理实验中。教师应通过引导学生自主设计实验方案,培养他们的科学探究能力和问题解决能力,让学生在实验室中学习,在实践中实践,从而全面提升他们的物理实验能力。

教师要对课堂教学进行创新,将传统教学与现代化教学手段相结合,开展多样化的物理教学活动,激发学生的学习兴趣和积极性,使其能够主动参与到学习活动中。教师要在教学过程中,将培养学生的创新精神、实践能力作为重点内容,不断地对教学方法进行创新和探索,以提高初中物理教学质量。

(作者单位:利川市南坪乡民族初级中学)

初中物理课堂教学创新方法的探索与实践

■ 杨先俊

初中物理教学是培养学生科学素养的重要阶段,对学生形成正确的世界观、人生观、价值观起到了非常重要的作用。教师要在教学过程中,将新课标中对于学生创新精神和实践能力的培养作为重点,在教学过程中不断地对课堂进行创新,实现初中物理教学的有效性。在初中物理教学过程中,教师要注重对学生的创新意识、创新能力的培养,注重对学生独立思考能力的培养,实现学生在初中物理教学过程中综合素质的全面提升。因此,在初中物理教学过程中,教师要积极进行课堂教学方法的创新探索,利用多种教学手段来进行课堂教学活动的设计,提高学生的学习兴趣和积极性,提升初中物理教学质量。

物理实验能够将抽象的物理概念转化为具体的实践操作,帮助学生更深刻地理解、掌握和应用物理知识。因此,教师在初中物理教学中应重视培养学生的实验技能,将学生置于课堂学习的中心,充分发挥他们在物理实验教学中的主体作用。

应鼓励学生亲自参与实验的设计和实施,这不仅有助于他们更深入的理解物理知识,还能有效提升他们的实验操作技巧和实践能力。在物理实验教学中,教师应重视培养学生的动手能力,鼓励学生主动参与实验的设计、制作和分析等环节。

应积极引导学生自主进行物理实验,激发他们的探究兴趣和创新思维。通过这样的教学方法,学生能够体验到探究式学习的优势,从而更加积极地参与到物理实验中。教师应通过引导学生自主设计实验方案,培养他们的科学探究能力和问题解决能力,让学生在实验室中学习,在实践中实践,从而全面提升他们的物理实验能力。

教师要对课堂教学进行创新,将传统教学与现代化教学手段相结合,开展多样化的物理教学活动,激发学生的学习兴趣和积极性,使其能够主动参与到学习活动中。教师要在教学过程中,将培养学生的创新精神、实践能力作为重点内容,不断地对教学方法进行创新和探索,以提高初中物理教学质量。

(作者单位:利川市南坪乡民族初级中学)

初中物理课堂教学创新方法的探索与实践

■ 杨先俊

初中物理教学是培养学生科学素养的重要阶段,对学生形成正确的世界观、人生观、价值观起到了非常重要的作用。教师要在教学过程中,将新课标中对于学生创新精神和实践能力的培养作为重点,在教学过程中不断地对课堂进行创新,实现初中物理教学的有效性。在初中物理教学过程中,教师要注重对学生的创新意识、创新能力的培养,注重对学生独立思考能力的培养,实现学生在初中物理教学过程中综合素质的全面提升。因此,在初中物理教学过程中,教师要积极进行课堂教学方法的创新探索,利用多种教学手段来进行课堂教学活动的设计,提高学生的学习兴趣和积极性,提升初中物理教学质量。

物理实验能够将抽象的物理概念转化为具体的实践操作,帮助学生更深刻地理解、掌握和应用物理知识。因此,教师在初中物理教学中应重视培养学生的实验技能,将学生置于课堂学习的中心,充分发挥他们在物理实验教学中的主体作用。

应鼓励学生亲自参与实验的设计和实施,这不仅有助于他们更深入的理解物理知识,还能有效提升他们的实验操作技巧和实践能力。在物理实验教学中,教师应重视培养学生的动手能力,鼓励学生主动参与实验的设计、制作和分析等环节。

应积极引导学生自主进行物理实验,激发他们的探究兴趣和创新思维。通过这样的教学方法,学生能够体验到探究式学习的优势,从而更加积极地参与到物理实验中。教师应通过引导学生自主设计实验方案,培养他们的科学探究能力和问题解决能力,让学生在实验室中学习,在实践中实践,从而全面提升他们的物理实验能力。

教师要对课堂教学进行创新,将传统教学与现代化教学手段相结合,开展多样化的物理教学活动,激发学生的学习兴趣和积极性,使其能够主动参与到学习活动中。教师要在教学过程中,将培养学生的创新精神、实践能力作为重点内容,不断地对教学方法进行创新和探索,以提高初中物理教学质量。

(作者单位:利川市南坪乡民族初级中学)

初中物理课堂教学创新方法的探索与实践

■ 杨先俊

初中物理教学是培养学生科学素养的重要阶段,对学生形成正确的世界观、人生观、价值观起到了