

基于“健康第一”理念的初中体育课程优化路径探究

■ 刘 波

随着新课程改革的深入推进,我国的教育教学理念和方法发生了显著变化,对体育课程改革也提出了更高要求。在体育教学中,教师应以“健康第一”为核心理念,以促进学生的健康发展为根本目标,不断创新和优化体育课程教学。为此,教师需在明确“健康第一”理念的基础上,深入分析当前初中体育课程教学中存在的问题,并提出相应解决对策。教师还需对学生进行全面、系统、科学的体育素质评价和健康教育评价,以不断提升初中体育课程教学水平。

在“健康第一”的教育理念指引下,教师需转变教学观念,从教育教学实际出发,创新和优化体育课程教学方法与手段,以实现初中体育课程教学质量的持续提升。首先,应依据学生的身体素质发展水平、兴趣爱好及特长等因素,合理选择体育课程内容,优化教学内容结构,培养学生良好的体育锻炼习惯。其次,教师要树立“健康第一”的教育理念,尊重学生的个体差异,针对不同层次、不同需求的学 生实施区别化教学。再次,教师需创新教学模式和方法,激发学生参与体育课程学习的积极性,为学生营造良好的学习氛围。最后,教师要注重对学生 进行健康教育评价和素质评价,从根本上提高初中生的体育素质水平。

在“健康第一”理念的指导下,初中体育课程教学应结合学生的兴趣爱好和发展特点来设计教学内容,从而激发学生参与体育课程学习的积极性。教师需根据教学目标和内容合理安排教学,避免因课程内容安排不合理而导致学生 学习兴趣缺失。在具体教学过程中,教师应根据学生的个体差异设计体育课程教学内 容,让学生在 学习过程中知识和技能的同时,提升身体素质,养成良好的体育锻炼习惯,实现

全面发展。创新教学模式和方法是提高体育课程教学水平的有效途径,也是促进学生健康发展的重要手段。在初中体育课程教学中,教师要充分发挥自身的主导作用,积极创新教学模式和方法,通过丰富多样的教学方式激发学 生参与体育课程学习。例如,在初中体育课上,教师可采用合作学习方式开展教学。在合作学习过程中,教师可引导学生自主学习探究学习内容,让学生在自主探究中感受体育课程的魅力。教师还可通过创设问题情境激发学生参与课堂学习,并鼓励学生在体育课堂上大胆表达自己的见解和想法。合作学习和自主探究学习方式的应用,使学生能够积极主动地参与体育课程学习。

健康教育是促进学生身心健康发展的一种教育方式,对于促进学生的全面发展具有重要意义。在初中体育课程教学中,教师要建立科学的体育素质评价和健康教育评价机制,以此来对学生进行全面系统的评价。在当前的体育教学过程中,教师要 从学生的身体素质、运动技能和心理素质等方面进行综合评价,并以此为依据来制定更加科学合理的教学目标和教学方案。

在实际教学中,教师可以通过多种方式来 实现这些目标。例如,在课程内容的选择上,教师可以结合学生的兴趣和身体发展需求,引入多样化的体育项目,如篮球、排球、羽毛球、乒乓球等球类运动,以及田径、体操、武术等基础体育项目。通过丰富课程内容,满足不同学生的兴趣爱好,激发学生的 学习积极性。同时,教师还可以根据学生的身体素质和运动技能水平,将学生分为不同的小组,进行分层教学。对于运动技能较强的学生,教师可以设置更具挑战性的训练内容;而对于身体素质相对较弱、

运动技能有待提高的学生,则可以安排一些基础的、适合他们的运动项目和训练内容,帮助他们逐步提升身体素质和运动技能。通过分层教学,让每个学生都能在适合自己的水平上进行学习和锻炼,从而更好地实现因材施教。

在评价机制的建立上,教师要注重评价的全面性和科学性。除了对学生体育技能的评价外,还要关注学生的身体素质、心理素质、团队合作能力、体育精神等方面的表现。例如,在体育比赛或团队活动中,教师可以观察学生是否积极参与、是否遵守比赛规则、是否具有团队合作精神等,并将这些表现纳入评价体系中。同时,教师还可以采用多元化的评价方式,如学生自评、互评、教师评价相结合,让学生参与到评价过程中,增强学生的自我反思和自我提升能力。

在培养学生体育锻炼习惯方面,教师可以通过多种途径进行引导。例如,在课堂上,教师可以向学生传授科学的锻炼方法和健康知识,让学生了解体育锻炼对身体的重要性。同时,教师还可以组织学生开展课外体育活动,如体育俱乐部、运动会等,鼓励学生在课余时间积极参与体育锻炼。

总之,在初中体育教学中,教师要以“健康第一”为理念,积极探索基于“健康第一”理念的初中体育课程优化路径,为学生提供优质的体育教学,促进学生的身心健康发展。通过创新教学内容、教学方法和评价机制,尊重学生的个体差异,培养学生良好的体育锻炼习惯,教师可以 更好地实现初中体育教学的目标,为学生的全面发展奠定坚实的基础。在未来的教学实践中,教师应不断努力,持续优化教学过程,让“健康第一”的理念真正融入每一节体育课上,让每一个学生都能在体育学习中收获健康、快乐和成长。

(作者单位:利川市忠路镇初级中学)

小学语文教学中传统文化渗透的现状与对策研究

■ 周晓兰

小学阶段是学生学习的重要阶段,也是学生价值观、人生观和世界观形成的重要时期。小学语文教学在促进学生语言能力发展的同时,也要注重对学生传统文化的教育,帮助学生树立正确的价值观和世界观。在语文教学中渗透传统文化是新时代赋予教师的一项重要任务。

当前语文教学的现状并不乐观。许多学生对传统文化的认知较为淡漠,学习积极性不高,这与学校对传统文化教育的重视程度不足有关。部分教师在课堂上对传统文化的教学不够重视,仅依靠教材中的少量知识进行教学,导致学生接触传统文化的机会较少。传统文化在小学语文教材中的渗透还存在一些问题,如渗透比重不足、内容失调、缺乏实践性等。部编版小学语文教材中传统文化内容的占比未达到理想水平,且在传统科技方面的渗透明显不足。

针对这些问题,可以采取多种策略来优化传统文化在小学语文教学中的渗透。首先,应深入挖掘教材中的传统文化元素,明确渗透目标。小学语文教材中蕴含着丰富的传统文化内容,在教学过程中应将这些元素有机融入教学活动。例如,在教授古诗词时,可以通过讲解诗人的创作背景和情感,让学生更好地理解其中

蕴含的爱国情怀或思乡之情。其次,要创新教学方法,提高传统文化渗透的效率。可以采用多媒体教学手段,通过视频、图片等形式生动地展示传统文化知识,拉近学生与传统文化的距离。此外,还可以通过组织学生进行角色扮演、故事讲述等活动,增强学生的参与感和体验感。

教师自身素养的提升也是关键。需要不断学习和积累传统文化知识,提高对传统文化的理解和认识,以便更好地将其融入教学中。学校和教育管理部门也应加强对教师的培训,提供更多的学习机会和资源,帮助教师提升传统文化教育的能力。还应注重拓展传统文化渗透的途径。除了课堂教学,可以利用课外活动、校本课程等形式,进一步丰富学生的传统文化体验。例如,学校可以组织传统文化主题的演讲比赛、书法比赛等活动,激发学生的学习兴趣。可以引导学生 在生活中寻找传统文化的踪迹,如参观博物馆、了解传统节日习俗等,让学生在 实践中感受传统文化的魅力。

在小学语文教学中,评价方式的改革对于促进学生全面发展具有重要意义。传统的评价方式往往过于注重学生对知识的掌握程度,以考试成绩作为主要评价标准。这种单一的评价模式容易忽视学生在学习过程中的体验和感

悟,难以全面反映学生的学习能力和综合素质。需要转变评价观念,采用多元化的评价方式,以更好地激励学生的学习积极性和主动性。

首先,可以引入小组讨论作为评价方式之一。在小组讨论中,学生能够相互交流、合作探究,共同解决问题。这种形式不仅能够培养学生的团队协作能力和沟通能力,还能让学生在交流中碰撞出思维的火花,激发学生的创造力和批判性思维。其次,项目作业也是多元评价的重要形式。通过布置与传统文化相关的项目作业,如制作手抄报、编写小故事、创作诗词等,学生可以在完成作业的过程中深入体验传统文化的魅力。最后,还可以采用自我评价和同伴评价的方式。自我评价能够让学生反思自己的学习过程,认识到自己的优点和不足,从而更好地调整学习策略。同伴评价则能够让学生学会从他人的视角看待问题,培养学生的评价能力和客观思维。通过多元化的评价方式,可以更全面地了解学生的学习情况,提供更有针对性的指导和帮助。

总之,在小学语文教学中渗透传统文化是一项长期而重要的任务,需要从多方面入手,通过创新教学方法、提升自身素养、拓展教学途径等方式,提高传统文化渗透的效果,帮助学生树立正确的人生观和世界观,促进学生的全面发展。

(作者单位:利川市第二民族实验小学)

小学教师心理健康素养对学生心理发展的影响

■ 郝仲国

在当今教育背景下,小学教师的心理健康素养对学生心理发展具有深远影响。教师不仅是知识的传递者,更是学生心理发展和情感发展的引导者。教师的心理健康素养不仅涉及其个人发展,也直接关系到教育质量和学生的全面发展。

一、教师心理健康素养的内涵与重要性

教师的心理健康素养包括对心理健康知识的了解、对心理疾病的识别能力、维护和促进自身及他人心理健康的态度和习惯。这些素养共同构成了教师应对职业挑战、实现个人成长和促进学生发展的基石。例如,教师需要掌握基本的情绪管理和压力应对策略,这不仅有助于他们维护自身的心理健康,也能在日常教学中发现并关注学生的心理健康需求。

二、教师心理健康素养对学生心理发展的直接影响

教师的心理状态直接影响到他们的教学效果和与学生的互动。心理健康素养较高的教师更能保持高度的教学热情和创新能 力,以更加积极的态度对学生遇到的挑战,更加耐心和细致地关注每一个学生的学习需求和心理变化。例如,教师在识别学生的情绪问题时,能够及时提供支持和引导,帮助学生建立积极的心态。此外,教师的心理健康素养还体现在他们对学生心理健康的关注和干预能力上。教师能够通过日常观察,识别学生可能出现的心理问题,并及时引导他们寻求专业帮助。这种能力对于预防和干预学生的心理问题至关重要,尤其是在学生面临学习压力、人际关系困扰或家庭问题时。

三、教师心理健康素养对校园文化的影响

教师的心理健康素养不仅影响学生个体,还对校园文化的形成和发展起到关键作用。在一个积极健康的校园文化中,教师和学生都能感受到尊重、理解和支持,这有助于减少心理压力 and 降低疾病的发生率。教师通过自身的言行影响学生,教导他们如何有效地管理自己的情绪和压力,从而营造出更加积极和鼓舞人心的教学环境。

四、提升教师心理健康素养的策略

为了更好地支持学生心理发展,提升教师的心理健康素养显得尤为重要。首先,学校和教育主管部门应加强心理健康教育和培训,帮

助教师掌握心理健康知识和应对策略。例如,北京市委启动的中小学教师心理健康教育素养提升行动,通过系统化的培训课程,帮助教师提升心理健康素养。其次,学校应建立支持系统和资源网络,为教师提供心理健康服务。这包括设立心理咨询中心、开展心理健康讲座和提供在线心理健康资源等。最后,优化校园文化和工作环境也是提升教师心理健康素养的重要途径。学校可以通过营造积极的校园文化,减少教师的职业倦怠感,增强他们的职业幸福感和工作满意度。

小学教师的心理健康素养对学生心理发展具有不可替代的作用。教师的心理健康素养不仅影响他们的教学效果和与学生的互动,还对校园文化的形成和发展起到关键作用。通过提升教师的心理健康素养,可以更好地支持学生心理健康,营造积极健康的校园环境,从而促进学生的全面发展。因此,教育系统和社会各界应高度重视教师心理健康素养的提升,为教师和学生创造一个更加健康、积极的学习和工作环境。

(作者单位:利川市第二民族实验小学)

“双减”背景下小学英语作业设计改革研究

■ 吴妍辉

在“双减”政策背景下,小学英语作业设计改革成为教育领域的重要课题。新课程改革强调作业布置要以学生为主体,注重对学生学习兴趣、学习习惯和学习能力的培养,同时为教师减负提供保障措施。因此,小学英语作业设计必须在“减负”“提质”的基础上,以“有效作业”为出发点,提升作业设计质量,构建“有效作业”的生态体系。

学生的学习能力和兴趣爱好各不相同,作业设计需要具有层次性和多样性。对于学习能力较强的学生,可以设计一些富有挑战性和创造性的作业,以激发他们的学习热情和探索精神;而对于学习能力较弱的学生,则可以布置一些基础性、理解性和技能型的作业,帮助他们巩固知识,逐步提升学习能力。通过分层设计作业,可以确保每个学生都能在作业中有所收获,满足不同层次学生的学习需求。

在作业设计方面,应引导学生做好课前预习,培养学生自主学习的能力。预习是学生自主学习的重要环节,可以帮助学生对即将学习的内容有一个初步的了解,发现自己的疑问和难点,从而在课堂上有针对性地进行学习。可以引导学生 在预习时标记不懂的地方,并在课堂上进行提问或通过自主学习来理解内容。此外,还应鼓励学生独立完成作业,提高学习兴趣。作业不仅是对知识的巩固,也是培养学生独立思考和解决问题能力的重要途径。可以设计一些开放性的问题或任务,让学生在完成作业的过程中主动探索和解决问题。

在作业评价方面,应建立科学的评价标准,及时反馈评价结果。评价不仅是对学生学习成果的检验,也是了解教学效果的重要手段。可以根据学生完成作业的数量与质量进行评价,将学生分为优秀、良好、合格和不合格四个等级,并通过比较分析,了解教学过程中的不足之处。同时,还可以通过作业评价提升自己的教学水平,增强专业素养。

在“双减”背景下,要认识到作业布置与管理工 作的重要性。作业布置是教学中不可或缺的一部分,应以学生为主体,注重学生的兴趣、爱好和个性差异,根据学生实际情况安排不同层次的作业。例如,对于学 习能力强的学生,布置有挑战性、层次性的作业;对于学习能力弱的学生,布置基础性的作业。在布置作业时要针对 不同层次的学生提出不同层次的要求。此外,还应丰富作业形式与内容,避免仅局限于书面形式。作业的形式可以多样化,如口头作业、实践作业、小组合作作业等。教师可以融入游戏元素和生活元素,设计一些趣味性和实践性的作业,让学生在完成作业的过程中感受到学习的乐趣。例如,可以设计一些情境化作业,让学生在 实际生活中运用所学知识,增强作业的实用性。同时,应做好学生的作业评价,明确作业设计中的问题,为后续作业设计提供依据。

在作业设计过程中,还需遵循挑战性原则、参与性原则和开放性原则。挑战性原则要求设计富有挑战性的作业,激发学生的内在源动力,促使他们主动探索和解决问题;参与性原则强调要充分体 现学生的主体性,让学生在 学习过程中积极参与,通过自主思考和实践提升学习效果;开放性原则则要求教师在作业中引入课外内容,拓宽学生的视野,激发学生的灵感,培养他们的创新思维。通过遵循这些原则,教师可以设计出更具吸引力和教育意义的作业,为学生的全面发展奠定坚实基础。

综上所述,在“双减”背景下,小学英语作业设计改革需要教师综合考虑学生的个体差异、学习需求和兴趣爱好,通过科学合理的作业设计,实现“减负”与“提质”的目标,促进学生的全面发展。教师应以学生为中心,注重作业的层次性、趣味性和实用性,同时通过有效地评价和反馈,不断提升教学水平,为学生的成长和发展提供有力支持。

(作者单位:利川市南坪乡长乐小学)

小学语文低段识字教学趣味性策略研究

■ 田仁华

在小学语文低段识字教学中,可以运用多种趣味性策略来提高教学效果。首先,可以通过创设情境的方式激发学生的识字兴趣。可以利用多媒体技术展示与生字相关的图片或视频,将抽象的文字与具体的事物联系起来,帮助学生更好地理解 and 记忆。在教学“羊”字时,可以播放羊吃草的视频,引导学生观察并讨论,从而加深对“羊”字的理解。还可以通过拟人化情境创设,将生字赋予生命属性,拉近学生与汉字的认知距离。教学“苗”字时,通过动画演示“田地里长出小草”的过程,并辅以儿歌,让学生在情感体验中识字。

游戏化教学是提升小学低段识字效率的重要策略。小学生处于认知发展的初级阶段,其注意力集中时间较短,且对抽象的汉字概念理解能力有限。游戏化教学能够将枯燥的识字过程转化为生动有趣的活动,极大地激发学生的学习兴趣和参与热情。通过设计多样化的游戏活动,可以引导学生在轻松愉悦的氛围中主动探索汉字的奥秘。

信息技术在小学低段识字教学中的应用,为教学带来了全新的视角和方法。多媒体技术和互联网资源为教师提供了丰富的教学素材和工具。通过信息技术创设生动形象的识字教学情境,可以将抽象的汉字转化为直观的视觉图像,帮助学生更好地理解 and 记忆。在教学“雪”字时,可以利用多媒体软件创设一个下雪的情境,通过动画展示雪花从天空飘落的过程,并结合科学知识讲解雪花的形成原理。这种情境创设不仅能够吸引学生的注意力,还能激发他们的好奇心和探索精神。学生在观看动画的同时,能够直观地感受到“雪”字所代表的自然现象,从而加深对汉字含义的理解。

实践活动是小学低段识字教学中不可或缺的重要环节。通过实践活动,学生能够将所学的汉字知识与实际生活紧密联系起来,从而加深对汉字的理解和记忆。实践活动的设计可

以多样化,既可以是简单的观察活动,也可以是复杂的操作活动。例如,在学习“日”字时,可以组织学生进行观察活动,让学生观察太阳在天空中的位置变化,并用汉字写出来。这种实践活动不仅能够帮助学生直观地理解“日”字的含义,此外,还能培养他们的观察能力和语言表达能力。还可以通过实践游戏让学生感受汉字文化的魅力。在讲解“月”字时,可以引导学生观察月亮的形状变化,并结合古代诗词讲解“月”字在不同语境中的文化内涵。通过实践活动,学生能够从多个角度去理解和感受汉字,从而增强对汉字的兴趣和热爱。

运用字理识字法,帮助学生理解汉字的结构和意义。在教学“天”字时,可以通过图片展示“天”字的象形字起源,解释其从表示站立的人到表示天空的演变过程,并引导学生组词,如“天上”“每天”等。这种方法不仅能帮助学生理解汉字的音、形、义,而且还能增强识字的趣味性和深度。通过编口诀和儿歌的方式帮助学生识记汉字。针对“喝”字,可以编出口诀“口能喝水,水能解渴,打个哈欠歇一歇”,帮助学生记忆字形和写法。还可以通过童谣创编的思维训练,针对形近字、同音字混淆问题,构建“童谣辨析”教学策略。例如,针对“李”字易误写为“禾+子”,可以创编童谣:“李白是诗仙,木字才是男;禾字加子变‘辨子’,诗人怎会扎小辫?”这种方法不仅能够帮助学生区分易混淆的汉字,还能培养他们的自主识字能力。

总之,小学语文低段的识字教学需要教师运用多种趣味性策略,通过创设情境、游戏化教学、信息技术应用、实践活动以及字理识字等多种方式,激发学生的学习兴趣,提高识字效率。应根据学生的认知特点和心理需求,灵活运用这些策略,为学生创造一个轻松愉快的学习环境,从而帮助他们更好地掌握汉字知识,培养他们的语文素养。

(作者单位:利川市沙溪乡岸坎小学)

数字化如何让小学数学高效课堂有温度

■ 汪永祥

数字化技术为小学数学课堂带来了革命性的变革,它不仅提升了教学效率,更为课堂注入了人文温度。在传统数学课堂中,抽象的数学公式难以具象化,枯燥的重复练习消磨了学生的学习热情,统一的教学进度难以兼顾个体差异,而单一的评价方式又无法全面反映学生的学习状态。数字化技术的引入,恰恰在这些关键痛点上实现了突破性进展。通过智能教学平台的精准诊断系统,可以在课前快速了解每个学生的前置知识掌握情况;借助动态几何软件的可视化呈现功能,抽象的数学概念变得触手可及;利用游戏化学习系统的即时反馈机制,练习过程充满了趣味性和挑战性。这些技术手段的有机融合,让数学课堂在保持高效运转的同时,也变得更加人性化、个性化,真正实现了“因材施教”的教育理想。

数字化工具让数学知识的传递变得更加温暖而富有感染力,这种转变在概念教学环节体现得尤为明显。当学生学习分数概念时,他们不再只是面对冰冷的数字和分数线,而是通过互动式APP将披萨分割、糖果分配等生活场景生动再现。学生可以亲自在平板上拖动分割线,直观感受1/2和1/4的实际意义,系统会即时显示每一份的具体数值变化。这种沉浸式的学习体验,不仅显著降低了认知难度,更让学生在情感上自然接纳了数学知识。智能批改系统的应用则彻底改变了传统的评价方式,当学生完成练习后,系统会根据答题情况给予个性化的鼓励性评价:“你的解题思路很有创意!”“再检查,你一定能发现其中的奥秘!”这样的正向反馈,远比传统的红叉批改更能保护学生的学习积极性。在图形与几何单元,AR技术的应用让学生可以“走进”立体图形内部观察其特征,他们可以通过手势操作旋转、拆解立方体,这种神奇的体验往往能引发阵阵惊叹,让数学学习变成一场充满惊喜的探索之旅。

数字化环境下的课堂互动呈现出前所未

有的温度与深度,这主要体现在三个方面:交流方式的多元化、学习支持的个性化和教学反馈的即时化。云端协作平台的广泛应用让害羞的学生也能通过匿名提问向教师表达困惑,班级讨论区里一个有趣的数学谜题常常能引发数十条创意解答,这种安全的表达环境极大地促进了学生的参与热情。在“数学小讲师”活动中,学生可以使用屏幕录制功能制作解题微课,这种角色转换不仅巩固了知识,还培养了表达能力和自信心。智能学情分析系统的引入则实现了真正意义上的个性化学习,当系统检测到某个学生在“时间计算”单元存在困难时,会自动推送相关的动画讲解和梯度练习,这种“雪中送炭”式的辅导让学生感受到被关注和理解。教师也因此得以从繁重的批改工作中解放出来,将更多精力投入到与学生的个别交流和情感互动中。值得注意的是,这些数字化互动都留下了详细的过程性数据,可以通过分析学生的操作轨迹、讨论记录等,更深入地理解每个学生的学习特点和情感需求。

数字化赋能让数学教育回归育人本质,在效率与温度之间找到了完美平衡,这种平衡在项目式学习中表现得尤为突出。在“家庭消费统计”项目中,学生使用简单的数据处理软件分析家庭月度开支,既锻炼了数据分析能力,又增进了对家庭经济状况的理解。很多学生在完成该项目后主动提出了家庭节约计划。在“校园植物测量”活动中,电子测距仪和植物识别APP的使用让户外数学课充满欢声笑语,学生们在测量树径、计算绿化面积的过程中,不仅掌握了测量技能,而且还培养了对自然的关爱之情。当技术应用着眼于解决真实问题、关注情感体验时,数学课堂就能成为既有思维深度又有温度的学习场域。

未来,随着教育技术的发展,我们期待看到更多既高效又温暖的数学课堂。

(作者单位:利川市第一民族实验小学)