

心态决定一切

濮阳市第二实验小学 王卫丽

“停课了，暂时不返校。”“小区楼下来了‘大白’，我和爸爸妈妈被告知小区要封闭管理，我只能居家学习了！”“居家学习要使用手机和电脑，可我总是因为这个和爸爸妈妈起冲突，没法和他们好好说话了！”“在学校每天都有体育课能锻炼身体，家里没有那么大的空间，一天到晚坐着真令人。”面对居家隔离在线学习，家长和孩子如何做好情绪调适？

首先学会接纳。要认识到疫情和居家隔离引发的焦虑等情绪，是正常心理反应。要理解和接纳自己的情绪。反之，越是压抑和否认，就越容易被它支配。

当焦虑和恐惧袭来时，我们不妨去试着接纳它们，因为焦虑情绪也是我们人类的一种正常情绪反应，适当的焦虑可以帮助我们保持心理防御系统正常运转，让人提高警惕、自我保护。

其次获取支持。家长要保持自己的情绪稳定，避

免把不良情绪传递给孩子。鼓励家长跟朋友、同事交流、倾诉，以释放情绪。在孩子面前，正面引导，当孩子表达情绪时，家长多一些耐心来接纳孩子的情绪，特别要了解孩子情绪背后的原因。当情绪平稳后，可以与孩子讨论他们的感受，讨论怎样以更好的方式表达自己的需求。利用这个机会与孩子加强交流，加深对孩子的了解。在共同游戏中鼓励孩子表达自己的想法，找出亲子关系中不恰当的部分，改变对孩子过度控制或过度放任，学会理解、倾听、共情、接纳、帮助、支持。

第三调适心态。建立积极的应对方式，及时调适自己的生活状态。除了孩子的学习，自己的工作外，放下手机，投入生活，试试做做有氧运动，听听音乐，读读书，绘画、烹饪、手工、养植物，保持饮食平衡，合理安排好作息时

间，第四树立信心。积极心理暗示，树立信心。要认识到接受隔离也是对阻断疫情做出的一个重要贡献。反反复复的疫情打乱了我们原本的生活节奏，也扰乱了我们的心绪。学会转化思维，换个积极的角度看问题。你一定听过“塞翁失马”的故事，对事情的好坏评判往往就在我们的一念之间。此时你需要告诉自己：这并不是什么不可挽回的灾难，它只是一个小意外而已，换一个角度也许有意想不到的收获。时常告诉自己也许事情没有那么糟糕，我所需要做的只是换个角度去看待目前的困难，用积极心态去面对。隔离不仅可以在最大程度上切断疫情，还可以使自己在隔离期间获得休整和免疫力提高的机会。

最宽的天空来自心底的辽阔。用烦恼的心看世界，你会无路可逃；用轻松的眼看世界，你会发现这个世界处处都是美好。



浅谈发展“群文阅读”教学的现实意义

范县板桥实验学校 胡翠珍

信息化时代的飞速发展,让当今的学生获得知识和信息的渠道不断丰富起来。然而面对这种繁杂的碎片化信息,快餐式阅读也变得越来越流行。久而久之,这种碎片化阅读会使学生形成一种情性依赖,习惯于通过搜索或提问来获得知识碎片,不容易形成深度的、批判性的、系统性的知识体系。因此,作为语文老师,有必要教会学生阅读的方法,教会他们去科学、正确地阅读。

大多数语文教师在课堂上只是“教教材”而并非“用教材教”,语文阅读课堂只是紧紧围绕教学目标开展师生问答形式的课堂教学。所幸,优秀的教育工作者针对这一教育弊端给出了解决问题的方法——“群文阅读”。

“群文阅读”是近两年在我国悄然兴起的一种具有突破性的阅读教学实践方式,其最大的外在特征就是由单一文本的阅读教学走向多文本的阅读教学。以课内、教材内的文本为主,增加课外、教材外的语篇阅读,“一篇带多篇”“一篇带多本”的核心主题阅读,以此把课内和课外阅读打通,引导学生走向更加宽广的阅读世界。“群文阅读”就是在较短的时间内,针对一个议题,进行多文本的阅读教学。

“群文阅读”和传统的阅读教学相比,有着更深刻、更广泛的现实意义。

激发阅读兴趣,点燃阅读激情。不断有阅读内容出现,学生饱含阅读期待,学生忙着看书、思考、交流、倾听等语文实践活动,不仅加大了阅读量,提高了阅读速度,同时,阅读兴趣和阅读能力也大大提升。

丰富阅读方式,养成阅读习惯。在课堂教学模式中加入“群文阅读”,逐步进入整本书阅读,以完善学生的阅读方式,同时养成学生的阅读习惯。

班主任的“严”与“爱”

濮阳市油田第十八中学 王爽

“牢记使命勇担当,不忘初心得始终。”这句话总让我回想刚当老师时的初心;要爱生如子,要保持热爱,要给予学生陪伴,要给予学生最大的关怀和耐心,要做一束光照进他们的生命里,照亮他们前进的路……

2017 年 10 月,我正式接管一个各方面表现都很差的班级。第一个月,我似乎能感受到教育信仰在慢慢崩塌。每天一进班我就忧心他们的未来,像很多焦虑的妈妈一样:暴躁、焦虑,时常心情烦闷,总是异常严厉地批评他们。

但我感受到他们各方面变化确实很大,只是几乎从不靠近我。我开始反思自己,意识到我只做到了“严”字当头,好像没有让他们在我的“严”中感受到“爱”,或者说“严”和“爱”这个尺度,我没有把握好。我总觉得他们长大后一定能理解我这种严厉,理解我的苦心,却忽视了在一起时,他们有没有感受到我“严”里的“爱”。

小蔡是班里表现较好的学生之一,受到了我的批评少。但是,由于家庭情况的特殊,小蔡学习以外的小心思较多,时不时地学习就不专心。我就从她开始入手,慢慢地跟她谈心,她也开始对我敞开心扉,她隐隐约约想谈恋爱时我

告诉她,花若盛开,蝴蝶自来,让她专心提升自己;她为父母关系落泪的时候我告诉她,成人有成人法则,而你要做的就是成为一个更厉害的成人,拥有更多选择的权利,才能改变你想改变的现状。后来,小蔡顺利考入她理想的高中并进入了重点班,毕业时她用 A4 纸满满写了正反两面给我的话,她说,老师,你是我生命里的光,遇见你可真好。

后来,班里有了更多个“小蔡”,他们开始信任我,依赖我,毕业的时候,他们举着摄像机对着我,一张口我们都已泣不成声;他们送给我自己画的明信片:操场、跑道,扎着马尾的我和坐在地上的他们;送我印着“脾气暴躁”的粉色的小杯子,提醒我注意保养;送他们自己做的一脸严肃说是特别像我的小人偶……我也才察觉到,点点滴滴的相处中,他们已经那么懂我,感受到了我“严”里的“爱”。

简单粗暴地对待也许只会让他们一时“听话”,可只要你是发自肺腑地爱他们,并让他们感受到你“严”里的“爱”,不管你在教育时怎么惩戒,他们都会坦然接受并越变越好。

小学数学教学中核心素养的培养

濮阳经济技术开发区实验学校 赵荣荣

在当下小学数学的教育实践中,培养学生的学科核心素养,成了教育教学工作中的重点工作。教师要充分结合学生的特点,激发学生的学习兴趣,积极探索新的教学模式,不断创新优化教学课堂,以全面提高学生的学习能力,提升个人学科素养。

重视课堂导入,激发学生的学习兴趣。课堂导入是学生参与课堂教学的第一步。数学教师可采用灵活的课堂导入方式,充分调动学生参与学习的主动性与兴趣,帮助学生积极参与到教学过程中。游戏导入、多媒体导入、故事导入等均作为常见的导入方式。教师要结合学生的学习特点与兴趣爱好等选择适合的课堂导入方式。

创设问题情境,培养学生的数学思维。为培养学生数学思维与学科素养,教师应对课堂教学情境进行创新,以问题为导向对学生数学思维进行培养。这需要考量学生的学习水平,遵循循序渐进的教学理念,不断加大问题难度,满足学生的学习需求,在此过程中培养学生的解题能力,从而帮助学生养成良好的数学思维。

利用生活实践,提高学生的数学知识应用能力。数学来源于生活又作用于生活。数学教学活动是对学生数学学习综合应用能力的考查,能反映学生的数学思维反应能力。在构建数学生活实践活动的过程中,教师可选择校内活动或者与家长教育相结合的模式开展教学工作。例如,如何计算校园操场的面积,如何计算教室内最多能坐多少学生。小组实践活动属于数学知识的拓展活动,能引导学生更好地探究数学与生活的关系,也是核心素养下提升小学生学习质量的重要途径。

小学阶段是学生学习数学这门学科的启蒙阶段。小学数学教师需要不断提升自身的专业素养,加强教学能力,保证课堂教学有效顺利地展开。同时,要不断进行创新探索,积极转变自身的教学观念,激发学生的学习热情。

家校合作之我见

濮阳市第五中学 杨艳霞

小学数学是学生学习的基础科目,在学习数学的过程中家校合作对学生的发展具有十分重要的影响。良好家校合作的开展,能促进老师与家长间的沟通,让教育更具有时效性、针对性和目标一致性。

要了解家长,同他们进行平等沟通。老师了解学生父母的性格、教育方式、职业特点、家庭结构、文化程度等,是与家长沟通地前提。要理解、尊重家长,同他们平等的沟通,换一种谈话方式、换一种角度、换一种身份,同家长进行平等地交流和沟通,以得到家长的信任,赢得家长的支持。

教师和家长要加强学习,提高自身能力。教师要注重提升沟通能力,系统学习家庭教育理念及方法,并将所学知识应用到教学实践中去,及时、主动与家长取得沟通,促进同家长间的合作。邀请家长参加教育讲座,召开家长座谈会共同分享教育经验、教育方法,并对咨询的家长进行一对一指导。

拓展合作空间,进行教学延伸。为真正全面了解每个学生的家庭环境、生活现状,要多次开展家访活动,拉近与家长间的距离。帮助家长为孩子构建和谐、民主、自由的家庭关系,让孩子在健康的环境中茁壮成长,激发了学生们的生活热情和学习劲头儿,为未来学习与成长提供了坚实保障。

完善家校合作的制度。除了学校制订的规章制度外,教师与家长协商制订了有利于双方开展工作的小制度,明确各自职责。比如:家长们的反馈意见要上报到家委会,请假必须给班主任提前打电话或发私人微信、写假条等。这让双方的行为都得到规范与引导,推动了各项工作的顺利开展。

在小学的数学教学中,开展家校合作的模式,同家长形成一种合作伙伴关系,让学校教育和家庭教育形成合力,使教育事半功倍,为学生健康成长、全面发展保驾护航。

浅谈学习新知识前的探究性作业设计

濮阳市实验小学 张丽霞

探究性作业关注学生能力的养成,关注思考过程的呈现,探究性数学作业具有撬动课堂生长的强大能力。小学数学探究性作业有一部分适合布置在新知识学习之前。

一是需要探明新知识的起点时。新知识会深受学习起点的影响。当确定学习的起点对自己设计的新知识教学过程起了决定性影响的时候,就可以在新知识学习前布置探究性作业。比如“圆的周长”的教学,如果孩子们已经知道圆的周长是直径的 π 倍,教学时就可以让他们去经历一个验证式的探究过程。

二是需要为新知识铺垫准备时。学习新知识前,孩子们必须储备一些必要的基本经验,那会有助于他们获取相近的学习成果。首先,是一些活动经验的必要准备。比如“千米的认识”的教学,可先通过探究性作业与他们沟通与 1 千米长度经验最为相近的经验。其次,是一些思想方法的必要准备。数学知识内在相互关联,内隐的数学思想方法的积累更需要“瞻前顾后”,建立合理的序列,方能在“课前孕伏”的基础上达到“课后拓深”。如在五年级学习平行四边形面积前,孩子们需要准备“转化”的思想方法,而四年级教材在编排认识多边形内容的时候,设计图形拼组练习,就可以将其放大,以探究性作业的形式让孩子较深刻地感悟转化思想。

三是当新知识可以迁移时。在数学学习中,孩子们要将新知识纳入已有认知结构,往往需要在知识之间建立起实质性的联系,这样才能实现对新知识的理解。在这一过程中,孩子们头脑里的已有知识为新知识的理解提供了依据。比如四年级上学期学习“亿以内数的认识”一课之前,就可以让孩子试试“写大数”探究作业。孩子在写大数、标数位的操作过程中,会激活已有数经验,通过探知数位的秘密触及新知识学习或产生困惑。

总之,布置在新知识学习前的小学数学探究性作业,能激发学生的迁移探究能力,不仅能让学生们养成主动学习、独立思考、大胆创新的学习习惯,而且能“反刍”课堂,提高教学效率。

