

浅议高中体育课堂与学生情商培养

邵阳市洞口县第九中学 谭浪

情商,是指情绪商数,也称情绪智力,英文简称EQ,主要指人在情绪、情感、意志、耐性挫折等方面的品质。心理学研究表明:人的情感和思维是受他们的先天气质以及神经类型的影响,但它和人们的性格一样,是可塑和可修饰的。换言之,情商可以培养。打造高中优质体育课堂,可以巧妙地培养学生的情商。

高中体育学科是一门培养学生身体健康、心理健康和良好社会适应能力的学科。利用体育活动,可以培养学生的合作意识、团队精神、抗挫折的能力、抑制自律能力和诚信宽容思想品质。而轻松愉快、生动活泼的体育游戏情境对启发学生的思维能力和创造能力有着积极的作用。学生在游戏过程中,不仅能培养观察能力、记忆力和判断力,而且能调动其视、听、触、平衡、空间等能力,同时还可培养他们对问题的认识和分析能力,为发展其智力广开途径。体育活动将身体活动和智力活动融为一体,加之又有一定的竞争性,能使学生在遵守规则的情况下培养高度的集体荣誉感和自律能力,对学生心理品质、情绪意志都是极好地培养与锻炼。

高中体育教材融思想教育和身心锻炼于一体,情商范围内的资源相当丰富。通过对体育史料的大力宣传,树立榜样,可激发学生热爱体育运动,鼓

励学生奋发进取,为培养其合作意识、团队精神、诚信宽容的品质和锲而不舍、坚忍不拔、勇于争先的学习精神,奠定了良好的情商基础。在教学跨栏跑之前,可先介绍飞人刘翔勇夺奥运冠军再破世界纪录的相关知识,再让学生观看有关跨栏跑和刘翔夺冠的比赛录像,学生会为祖国、对教师在课堂上所讲述的一切充满敬意。至此再转入跨栏跑内容的讲解、示范,然后让学生进行实际运动,其学习的积极性自然高涨,教学效果良好。

人生之路并非一帆风顺,挫折对每个人来说也是难免的。有的人心理承受能力强,能经得起挫折;有的人心理承受能力弱,经不住挫折考验,甚至面对挫折心生恐惧而消极悲观、忧郁,自然影响了正常的学习生活,严重者还会导致心理障碍,影响身心健康。特别是在高科技时代的今天,强竞争、快节奏、多变化给人带来更加强烈的情绪冲击,使矛盾、冲突更普遍更尖锐。因此高中体育教师要善于利用体育学科认真地给学生补上挫折教育这一课。心理研究表明,承受挫折能力和其他心理品质一样,可以通过学习和锻炼而获得提高。在体育活动中,教师要经常教育学生有意识容忍和挑战生理的极点,懂得“失败乃成功之母”,明白许多饱经风霜、遭遇过人生坎坷的人比一帆风顺的人更能忍受挫折,更有作为。

体育作为当今世界一种交际的通用语言,它和其他语言一样,其最主要的功能是传递感情和信息,进行社会交际。体育活动中开展的各种游戏、竞赛等都是培养学生情商的有效途径。乐观就是以宽容、接纳、愉悦和积极的心态去看待周边的现实世界,它能很好地促进人的身心健康。美国心理学教授马丁认为:“乐观是一个人成功的重要因素。”因而培养学生情商,还要注重乐观教育,营造良好的心境。如何使自己乐观起来?在体育活动中乐观的人多数是自信、自爱的,自我控制能力强,且性格外向易与他人交往。鉴于此,通过目标激励,可增强学生的自信心;通过合作学习,可培养学生的社交能力。培养学生的幽默感,令其以轻松的心情对待环境压力,以微笑面对失败;培养学生的乐观主义精神,使他们正确地认识生活的意义,热爱社会、热爱生活、热爱学习、热爱自然、自信积极、乐观向上。

高中体育教师应充分认识情感因素对学生学习和健康成长的巨大作用,利用学科的主要特征,大力加强情商的教育和训练,这不仅可帮助学生填补情感和社会技能的不足,还能使学生面对现代社会的压力,学会做人、学会学习、学会竞争、敢于挑战、勇于开拓。我们应努力把高中生培养成有责任感、有爱心、有能力的新一代高素质的人才。

浅谈语文教学中的德育渗透

湘西自治州龙山高级中学 张肇群

“教育的本质是唤醒。教育,意味着一颗树动摇另一棵树,一朵云追逐另一朵云,一个灵魂唤醒另一个灵魂。”在语文课程标准中,德育教育应是“随风潜入夜,润物细无声”地渗透在教学的各个环节,铭刻在学生的思想中。笔者认为主要从三个方面进行德育渗透。

一、铸就师德灵魂,在言传身教中进行德育渗透

陶行知说:“要学生做的事情,教职员躬亲共做;要学生学的知识,教职员躬亲共学;要学生守的规则,教职员躬亲共守。”古语云:“言教莫如身教”,讲的就是这一道理。进行思想教育,教师自己首先要接受课文思想内容的教育,并内化为思想行动,为学生做出榜样。若教师能在《劝学》一课中找到指导自身学习的方法;于《师说》一文中明白从师的重要性;从《将相和》一篇中领悟宽容与自省的人格魅力,相信学生也能够教师的启发引导下,做一个有上进心、有恒心、有毅力、有担当、有抱负的人。

总之,教师只有在各个方面以身作则、为人师表,才能激发学生的美好事物的追求和对真、善、美的热爱,才能成就学生的良好品德,使其成为一个会做事也会做人的有用之才。

二、打造魅力课堂,在精彩课堂中绘生命色彩

教育是人与人心灵上最微妙的相互接触。美国心理学博士吉诺特说:“在学校当了若干年教师后,我得出了一个令人惶恐的结论:教育的成功与

失败,‘我’是决定性的因素。‘我’个人采用的方式和每天的情绪是造成学习气氛和情景的主因。身为教师,我具有极大的力量,能够让孩子们活得愉快或悲惨,我可以是创造痛苦的工具,也可能是启发灵感的媒介;我能使学生丢脸,也能使他们开心;能伤人,也能救人。无论在何种情况下,一场危机之恶化或解除,儿童是否受到感化,全部决定在我。”教师作为灵魂的工程师,就得学会巧用各种教学手段和策略,努力打造魅力课堂,让学生在魅力课堂中为生命着色。

善设情境,让学生与课堂更亲近,打开学生智慧情感之门。创设情境方法众多,如上《沁园春·长沙》一课就可以借助于有关湘江的图画,去感受湘江秋景的壮丽,感受到词人“以天下为己任”的豪情壮志;学习《林教头风雪山神庙》时,为了感受梁山好汉的英雄气概,更为深刻地把握人物形象,可播放《好汉歌》渲染氛围;学习《飞向太空的航程》时,可给学生展示我国航天飞船飞向太空的视频,激发学生的爱国热情和民族自豪感。

组织讨论,让学生畅所欲言,展现自我个性魅力。课堂讨论有利于开拓学生思路,提高学生的语言表达能力,使学生的思想在碰撞中产生火花,让他们的观点和认识在讨论中互相完善。有效地讨论能够让学生辨明真善美与假恶丑,有助于他们树立正确的人生观、价值观、世界观。

肯定优点,指正缺点,让学生正确

面对自我。哲人詹姆士说过:“人类本质中最殷切的要求是:渴望被肯定。”在教学过程中,教师要多给予学生赏识、赞扬、鼓励,它能帮助孩子树立自信心,使孩子积极健康地成长。肯定并非一定要用语言,有时一个眼神、一个微笑、一个动作都能起到激励学生的作用。但肯定表扬也不能滥用,得有个度,过剩的“嘉奖”会使教师的肯定丧失原有的激励价值,因而对学生的缺点和不足我们应当给予指正,面对错误就应当提出批评,当然,批评是建立在尊重的基础上,不要贬损学生的人格。

三、培养阅读兴趣,在阅读中受益终身

“让学生变聪明的办法不是补课,不是增加作业,而是阅读,阅读,再阅读。”这是苏联教育家苏霍姆林斯基的话。确实,阅读能够给学生带来诸多好处,可开阔视野,丰富知识,陶冶情操,使学生形成健全的人格。新课程标准明确规定:中学生课外阅读总量不少于400万字。为了让学生更好地开展课外阅读,笔者做了一些尝试,给学生介绍符合他们阅读实际的书目,克服学生课外阅读的随意性和盲目性;引导学生进行有目的地阅读,让阅读能够为自身实际服务;培养学生养成圈点、批注等阅读习惯,让他们在阅读中有所收获,有所感悟。

总之,语文老师就应该像一个充满激情的导游,带领着学生在领略中提升人格,完善自我。只要细心挖掘,随处都有德育之机。

借助网络平台开展班主任德育工作的思考

湘西自治州龙山第五小学 张璐

2014年,教育部研制印发了《关于全面深化课程改革,落实立德树人根本任务的意见》。做好德育工作,是班级其他工作得以实施和顺利开展的前提,是培养学生全面发展的先决条件。

在当今网络信息时代,微信公众号、QQ、微博等软件成为社交、工作、学习不可缺少的重要工具。新时代的班主任,应该重视借助网络途径来开展班级德育工作,提高班级德育工作的实效性,成为学生网络学习的引导者,对网络教育资源进行整合利用,发挥网络教育正面积极的作用。

一、借助网络平台,创造性地开展班级德育主题班会

1.班会主题的选择。班主任可以通过网络途径征集班会活动主题,在班级微信群里广泛征求学生和家长的意见,对学生急需改进的问题进行调查,做到有的放矢,提高主题班会的德育效果。

2.班会材料的收集。班主任要注意通过网络收集学生日常的现实表现、家长的想法、心愿及工作状况等方面的内容(如图片、视频、文本)。将收集的材料按主题整理,制作成课件,在班会上交流。让学生看到自己平时忽略的身边小事,了解家长的内心真实意图,体会家人的辛苦。引导学生听取家长的想法,省视自己的言行,促进其进步。以此让学生和家长之间建立联系,从情感上为德育助力。

3.班会形式的改变。班会采取图文欣赏、配乐讲述等丰富多样的形式,更能吸引学生的眼球,拨动学生的心弦。还可以开展分散的网络主题班会,在网络平台上召开共同话题的主题班会,学生畅所欲言地讨论,在讨论中进行德育熏陶。

二、根据实际情况,创造性地开展网络德育实践活动

德育实践活动能让学生在活动中学习,在实践中收获。借助网络平台开展的德育实践活动以其新颖的形式和接地气的方式,受到学生的欢迎。例如:我们可以开展“连连看”的实践活动,与外校或外地班级进行同步实践,通过相互督促、学习和帮助,共同得到提高。也可以在“母亲节”开展家校网络实践比赛,将学生在家、在校的实践活动录制下来,传到班级微信群,让远在外地的家长投票,选出最有孝心、最能干的好孩子。

三、创建网络平台,集中学校、家庭和社会三方面教育力量开展德育工作

要做到德育为先,学校教育必须和家庭教育、社会教育相互协调,形成互动。这其中班主任要起到沟通、组织和融合的作用。班主任可以创建网络平台,充分挖掘和借助社会、家庭资源,对学生进行时事、新闻等方面的德育宣传活动。大到国际时事,小到身边一物一行,让学生真正做到“胸怀祖国,放眼天下,脚踏实地,仰望星空”。

邀请嘉宾开展网上“听红军爷爷讲故事”“交警叔叔对你说”等专题讲座;筛选、链接社会新闻,如针对“平民英雄”“钟山说事”等合适的新闻节目开展讨论活动;还可以组织家长委员会成员,在固定时间通过班级微信、QQ群开设班级家庭德育课,以生活中的事例或身边的故事来进行美德宣传,将班级德育课的开展延伸到课外。

四、利用网络社交,加强师生、生生、亲子之间的沟通和交流

由于现代生活节奏快,家长工作繁忙;教师忙于教研教改,教学负担重;学生在校时间有限,大部分用于学习等原因,使得亲子之间、师生之间、生生之间的交流受限,开辟网络沟通途径势在必行。网络沟通可化解当面沟通的尴尬,更容易打开交流者的心扉,使其接纳和听取他人的建议。所以利用网络交流和沟通,能大大促进师生、生生、亲子关系的融洽。

班级微信群建立后,群里众多学生纷纷展示自己丰富多彩的课余生活。有的翩翩起舞,有的一展歌喉,有的钢琴演奏,有的练习书法……学生的才华得以施展,自信心得到增强,观众们的评论更是对其起到促进和鼓励作用。

利用网络社交,一些不便于当面与老师沟通的问题,通过网络交流,避免了问题的扩大。也使一些不善于当面表达的学生,找到了宣泄的方式。网络交流更是促进了学生之间的互帮互助,学生开始在网络上学着帮助别人,向他人学习。

当然,网络是一把锋利的双刃剑,除了为我们开阔眼界、学习知识、与人沟通等方面提供了便捷及丰富的条件和渠道之外,也存在很多弊端。班主任要正面引导学生健康、正确地使用网络,兴利除弊,避免沉迷,在网络平台上开辟和搭建好德育基地。