

从2020年开始,一场突如其来的疫情打破了所有人的正常生活。时至今日,疫情防控依然压力不减,不确定性依然存在,这给所有人民教师带来了新的挑战,也给所有学生带来了新的学习压力和心理压力。在此期间,一些音乐工作者积极创作抗疫歌曲,以音乐独有的艺术形式抚慰了人民焦虑的心情,极大地鼓舞了全国人民的精神和斗志。“音乐是心灵的语言,是思维的灵魂。”在倡导五育并举的今天,如何利用音乐教学来引导小学生在疫情之下保持积极向上的心理;让他们在音乐课堂中感受春日暖阳般的温暖,培养积极向上思想感情,从而指引他们树立正确的人生观,成为了音乐教师艰巨的教育教学任务。

一、音乐教育在情绪调控中的重要作用

情绪是一个人在受到一定刺激时所产生的应激反应。在疫情环境下,焦虑、抑郁、自闭等不良情绪明显增多,这些负面情绪对学生的身心健康产生不利的影响。尤其是在小学阶段,不良情绪的蔓延容易诱发症候群效应,从而产生更大负面影响。依靠谈话等传统的手段进行心理干预效果并不理想,尤其是沟通能力较弱的低年级学生更是收效甚微。疫情发生以来,在课堂实践和个别实验中发现,通过音乐干预,达到缓解不良情绪的效果尤为明显。

音乐通过听觉感官传入人体,会对体内的生理节奏产生刺激,引起身体细胞的共振。研究发现,音乐可以使学生的心理和肌肉紧张度发生变化,这些变化可以引起学生的情绪变化。舒缓、优美的音乐可以让学生紧张的心理和情绪得到放松,欢快、激昂的乐曲可以刺激血液流动的速度,起到振奋精神的作用。上世纪40年代,音乐治疗创立于美国,经过几十年的研究实践,如今音

疫情之下的小学音乐心理健康教学

河南省鹤壁市福田小学 申芳

乐治疗已经成为一门专业的学科,并迅速推广到全世界,我国从70年代开始引入音乐治疗后,各大音乐学院也陆续开设了音乐治疗专业。2003年5月,中央音乐学院音乐治疗师走进sars重症监护室,为多名一线医护人员提供音乐治疗的专业支持获得良好效果。在疫情暴发初期,四川音乐学院就已经收到不少省内医院发来的信息,希望专业的音乐治疗能够介入,帮助前往武汉一线支援的医务人员缓解情绪压力。学院提供了“音乐自我照顾”的专业方法,帮助医护人员利用音乐调整情绪、放松减压。

音乐作为“美育”的重要组成部分,是以兴趣爱好为动力,以培养审美能力塑造完美人格为最终目标,以艺术和现实美为手段的审美教育。因此,在音乐教学中进行心理渗透,帮助学生建立良好的生活态度是音乐学科教学中不可缺少的教育目标。在儿童心理学研究中发现,针对自闭症孩子进行音乐治疗,可以使孩子快速建立联结,帮助他们减轻焦虑并实现自我表达。因此,音乐作为一种世界通用语言,具有比文字和语言更能引起共鸣的独特优势,利用音乐针对学生进行心理暗示和心理干预,将有助于缓解疫情期间学生的生活和学习压力。

二、新冠肺炎疫情下小学生的心理问题

为了解新冠肺炎流行期间小学生心理健康状况,我们在任教学校进行了“疫情环境下小学生心理调查问卷”对本校1-6年级1432名学生进行调查。其中1年级220人,2年级224人,3年级239人,4年级232人,5年级245人,6年级272

人,男生758人(占5294%),女生674人(占4707%)。通过问卷调查发现学生在疫情防控环境下存在的问题主要集中在以下几个方面:

1.缺少对医学知识的了解,面对疫情不知所措。其表现为:焦虑、紧张等负面情绪的产生。小学生正处于认知能力发展的初级阶段,生活阅历和科学认知相对匮乏,对疫情报道中出现的数字和画面无法做出科学判断,因此会出现紧张、焦虑和无所适从;对死亡感到害怕和恐慌,对自己的身体状况会感到格外担忧,对人员密集环境感到恐惧,不愿与同学交往,在校期间出现交往困难。

2.疫情环境下聚集活动减少,学生生活单调心情烦躁。其表现为:烦躁、不安情绪产生,爱发脾气。疫情环境下的社会活动空间受到限制,学生进出游乐园、电影院、景区等娱乐、休闲场所限制增多,课余时间较以前过于单调。学生出现无聊、情绪低落等方面的问题,疫情的反复和不确定性引发学生意志消沉。

3.疫情期间学习方式的变化使得小学生生活节奏打乱,不能快速自我调节,从而产生厌学情绪。其表现为:两极分化,少言寡语、沉迷网络。线上教学开展以来加上“双减”背景下,校外培训机构多数关闭,学生居家时间延长,线上学习增多,改变了以往学生的生活规律,新的规律还没有完全适应,使得生活失控。

三、疫情防控环境下小学音乐教育的几点思考

1.建立良好师生关系促进学生心理健康。研究发现,和谐的人际交流环境有利于学生综合素质的提

升。在课堂教学中,创设良好的师生关系方能取得

良好的课堂效果。师生平等是良好师生关系的前提,教师上课应该避免高高在上,拒学生于千里之外。要杜绝因情绪化的产生而训斥学生,喜欢吵孩子的老师,容易让一些学生产生恐慌心理,也会促使学生产生排斥心理。调查发现:学生产生恐惧、自卑、冷漠、忧郁、失望、焦虑等心态跟所处环境及周围人群的性格有直接影响。因此教师要在教学中摒弃负面情绪的影响,学会尊重学生,欣赏学生,建立平等合作师生关系。和谐的师生情感,爱是核心要素,在教学实践中,要以生为本,以关爱学生为出发点和落脚点,用亲和力量架起师生的沟通桥梁,让学生愿意接触老师。融洽的课堂氛围可使学生保持良好的心境和平稳的情绪,对实现理想抱有乐观的态度,进而形成活泼开朗、积极进取的性格。音乐学科与生俱来就拥有天然感染力,容易引起学生的共鸣,音乐老师优美动听的声音和师长的气质微笑也具有更好的先天优势,更容易吸引和打动学生,从而让学生“亲其师,信其道,乐其学。”

2.挖掘音乐教育资源探索实践音乐疗愈。回望疫情初期,广大音乐人通过积极创作抗疫歌曲振奋国民精神,在疫情防控伟大斗争中的积极作用,结合音乐课程在学生中的好感度,我们可以肯定的看到在后疫情时期音乐疗愈在心理健康教育中的特殊优势和重要作用。在探索音乐疗愈的过程中应该深入挖掘音乐教育资源,鼓励学生积极创作、通过合唱、合奏和合作创编等音乐教育活动,达到培根铸魂、增强信念、弘扬正气的育人目标。

音乐是人类生活中的重要组成部分,更是少年儿童生活、学习和成长中不可缺少的领域。音乐教育不仅能培养和提高儿童的音乐能力,增强儿童对音乐美的敏感性,而且更是使儿童得以和谐发展、健康成长的一种重要手段。学前儿童只有学会认识音乐、驾驭音乐、学会寻找体验音乐的美,才能进入音乐的天地,并借助音乐获得积极的人生经验。

音乐可以安抚人的情绪,净化人的灵魂,给予人真正的快乐。当学生听到喜欢的音乐时,大脑释放神经递质多巴胺这将有助于减轻压力和焦虑。各种研究发现,当我们听熟悉的音乐而不是不熟悉的音乐时,大脑中某些(能够唤起强烈情绪和提高注意力的)区域更为活跃。

当我们听一些不熟悉的音乐时,会分心,以适应这些新的声音,由此我们的注意力更容易丧失。结合小学生特点,通过创编儿歌的形式,不仅可以寓教于乐,更可以让小学生参与到教育活动中,使学生在活动中潜移默化、加深感受。音乐的节奏、旋律产生的声波能量,会直接影响人的血脉跳动和脑细胞思维频率。在引导学生进行创编的过程中,课题组老师将指导学生立足身边事,讴歌身边人,把词曲作为武器投身战“疫”,学生通过词曲作品展示14亿中华儿女为国而战的精神,意义不可小视。

在中国疫情阻击战取得阶段性胜利之后,世界范围的疫情却在蔓延恶化,肆虐的病毒给世界人民带来了巨大的灾难和伤痛,在国内趋于稳定,国外不断蔓延的后疫情背景下,如何通过学校教育对学生心理健康进行心理疗愈已成为人们的关注问题。音乐和儿歌以其独特的艺术感染力和群众亲和力在学生心理疗愈的过程中可以发挥积极作用。

自主互助学习型课堂与智慧课堂探索

山东省曲阜市第一中学 孔祥生

摘要:随着Web3.0技术的出现,信息技术变得更加个性化、智能化,为智慧教学模式提供了技术支持。智慧课堂是以“互联网+”的思维方式和大数据、云计算等新一代信息技术打造智能、高效的课堂。其实质,是基于动态学习数据分析、“云、网、端”的运用,实现教学决策数据化、评价反馈即时化、交流互动立体化、资源推送智能化,创设有利于协作交流和意义建构的学习环境,通过智慧的教与学,促进全体学生实现符合个性化成长规律的智慧发展。

关键词:智慧课堂 自主互助合作

智慧课堂教学模式(追求本质,变革课堂),学习本质公式:学习=动机×习惯。习惯=规则×勤奋,改变了传统的习惯=满堂灌×题海。动机=需求×价值,学生的需求价值正是教育的人文精神所在,而是以人的形式存在的“学生学习本身的需求与价值”。关键是使学生的学习回归到学习本质上,学生有权选择自己的学习内容和形式,努力满足学生自身需求,提升学生自身价值。支持学生实现自主学习、热爱学习、成功学习。这是一种将信息化技术与自主互助合作课堂理念相结合的教学模式,利用平板事先推送资源,指导学生自主学习,老师在利用智慧课堂平台的数据分析对学情进行分析,优化自己的课堂设计,指导学生深度学习,开展智慧学习,以及基于云计算和网络技术搭建的智慧课堂,信息技术增强了课堂互动交流,提升了课堂教学效率。

智慧课堂的教学流程为“3+8模式”,即由3个阶段和10个环节组成。这些阶段和环节包括教师的“教”和学

生“学”的共同活动以及他们的互动关系。

第一阶段是自主学习,分为三步。

第一步:推送任务。教师推送学习任务单,为学生推送多样化的资源及练习,保障学生自主学习的内容、形式、方法指导等,我们很多时候自主学习成为了一节课。

第二步:个体学习。这个过程,一般要20-30分钟,学生自主学习,根据任务单的指导,自选资源、形式进行自主学习。因为任务单具体可行,资源丰富,学生的自主学习都非常投入,非常有效。

第三步:初测小结。任务单的内容完成的怎样?自主学习的成效如何?初测既是一次成果,学生的学习收获得以检测、激励,也是一次挑战,学生的难点在初测中得到过滤,产生出一级难点。

第二段学习:小组合作学习。合作学习分为四步实施。

第一步:初测导学。老师可以以集体分析全班学习情况,也可以分析个别学生的典型成果或问题。这样的反馈与指导,是基于学生的真实数据,学生能看好的反思收获与困难,了解全班普遍性难点,自我对照,学生都非常专注。

第二步:小组学习。小组学习是课堂的一个精彩点,学生特别的热烈,特别的投入。这一步一般15分钟左右,这个过程,每名同学既是求教人、学生,汇报各自的一级难点,向同学求得讲解与帮助,又是讲解人、老师,对别的同学的难点,可以当老师来讲解。无论是当学生求教,还是当老师讲解,都是对自主学习生成的一级难点的突破,既是学生的急迫需求,也体现了每位同学的学习

成就。所以,小组学习会热烈而深入。再加上专家小组进来,很多课堂呈现出非常热闹的景象。而当小组都不会或觉得需要老师进一步指导时,就生成了学习的二级难点,这也注定下一步的集体学习成为学生的期待。

第三步:集体学习智慧课堂小组思辨课堂为什么能实现精讲?实践证明,学生的学习能力是无穷的,每一节课的难点,经过学生两级过滤后就很少了,老师的讲解内容精简了。这个环节,有时是教师直接学习能够准确的评估,学习获得感时有“爆棚”,有的学生能够得到满分,有的学生也生成了自己的三级难点,为后续巩固学习指明了方向。

第四步:二次总结教师根据实时测评反馈结果对知识、难点进行总结和点评,对薄弱环节补充讲解,重点进行问题辨析。

第三段(第八步):清错复习。

智慧课堂,错题数据与内容,成为学生课后清理错题的目标。错题,既成了学生自我挑战活动与游戏,也成为学生之间进行学习竞争的重要方式及游戏,使学生保持着不断清错的动力与乐趣。可以说,三段八步的流程,以学生自己的需要为中心,让学生站在了课堂中央,学生在学习过程中不断检验自己的学习收获提升了价值感,不断生成了三级难点激励学生接受挑战,学生的高级思辨思维习惯也得到不断提升。

“3”段、“8”步学习历程,学生三段实现自主学习上合作学习,清错复习,通过推送任务、个体学习、初测小结、初测导学、小组学习、集体学习、二测总结、清错复习这8个环节,使学生的知识得到强化,老师也能够明确自己的学生哪里是难点,哪里是易错点,从而有的放矢。

强国铸健将,冬奥展雄风

贵州省余庆县城关一小 二(1)王天麒

在全球新冠疫情爆发流行之际,国际冬季奥林匹克运动会于2022年2月4日在北京正式拉开序幕,伟大的祖国一边在努力做好疫情防控工作,一边还竭尽全力保障冬奥会的顺利举行。

经过十六天的拼搏,我们国家斩获九枚金牌四枚银牌和两枚铜牌的优异成绩,让我印象最深刻的是谷爱凌获得的自由式滑雪女子坡面障碍技巧决赛银牌,她在第二次失误摔倒的情况下,忍

住伤痛,坚持比赛,最终以86.23分的优异成绩夺得银牌。她这种拼搏精神,深深地烙在了我的脑海里。

通过北京冬奥会,我也真正地认识到了我们的祖国有多么地强大。他像母亲一样,无时无刻不在全心全意地保护着我们,在祖国母亲的保护下,我们得以茁壮成长。以后我一定努力学习,长大后才能为国家贡献更多的力量。

(指导教师:高蝶飞)

可爱的妹妹

贵州余庆县城关一小四(4)级 安俊杰

我的妹妹叫张云云,长着弯弯眉毛和白白的皮肤,大大的眼睛一闪一闪仿佛会说话。

妹妹的脾气很不好,稍不满意就发火了。有一次,我正吃着巧克力,她非要我给她吃,我不愿意,她“哇”的一声就哭了起来。我怕被妈妈骂,于是就分给了她一点。顷刻间,她又哈哈大笑起来,我

气也不是笑也不是。

妹妹喜欢下跳棋,如果不陪她下棋,她就哭,她一哭我就要被骂。为了不被妈妈骂,我只有陪她下棋。她下棋赢输不得,赢了就笑输了就哭。为了让她高兴,偶尔我会故意输给她,看着她笑咪咪的样子,我也非常开心。

怎么样?我的妹妹可爱吗?

(指导教师:全梅)

寻找春天

贵州余庆县城关一小一(10)班 梁智颖

春天来了,我和妈妈一起来到观光园,这里的景色好美。金灿灿的油菜花阳光照耀下闪闪发光。小草苏醒了,悄悄地探出了脑袋。柳树长出了绿绿的叶子,像小姑娘的头发,在微风中摇曳。小鸟在树枝上叽叽喳喳地叫个不停,我想:一定是

他们在庆祝春天的到来。草地上,百花齐放,有粉红的桃花,有白色的梨花,蜜蜂在花丛中采蜜。在微风的吹动下,一股清香味扑鼻而来,让我感觉到了春天的味道。

春天真美啊,我爱春天。

(指导老师:陈丽)