

# 大班课中高校心理健康课程体验式教学探索

浙江农业商贸职业学院 朱兵

**【摘要】** 高校心理健康课程是大学生在校期间掌握心理健康知识、提高心理韧性与素养、增强积极心理品质的主要渠道。事实上,由于师生配比失衡、教学场地限制、传统教学观念的束缚等主客观原因,大班教学模式目前普遍存在于高校心理健康课程中,影响大学生心理健康课程实效,造成心理健康教育实践中的错位。基于高校大班教学模式中存在的问题,从体验式教学出发,分析探讨体验式教学在高校心理健康课程中应用的实现路径,以发挥心理健康教育在立德树人中的重要作用。

**【关键词】** 心理健康教育; 大班教学; 互动体验

2023 年,教育部等十七部门联合印发了《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025 年)》,指出全面加强和改进新时代学生心理健康工作,切实把心理健康工作摆在更加突出的位置,促进学生思想道德素质、科学文化素质和身心健康素质协调发展,培养担当民族复兴大任的时代新人。大学生心理健康课程作为国家规定的高校通识教育课程之一,是高校素质教育重要的组成部分,无论在心理育人还是价值引领中都发挥着不可替代的作用。近年来,高校学生心理健康课程建设迅速发展并取得了显著成效,然而,调查显示,大学生对心理健康课程的趣味性、针对性、实用性和专业性

评价较低,对心理健康课程高评价的人数比例仅有 50% 左右,这反映出高校心理健康课程实践中依然存在一些现实性问题。本文基于大班教学背景,剖析大学生心理健康课程的现实困境,尝试探索课程改革与建设的可行路径。

## (一) 高校心理健康课程的现实困境

按照 2011 年教育部颁布的《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》,高校必须开设一门心理健康公共必修课且覆盖全体学生。然而,从目前调研情况来看,多数高校配备的专职心理健康教育教师数量相对有限,如实落实全校学生的心理健康课程,在很大程度上依赖具备心理学背景的辅导员或行政人员。

因此,短期内合并不同专业和班级,以大班形式展开心理健康课程成为解决当下矛盾的“应急预案”。但是,心理课作为集知识传授、心理体验与行为训练为一体的公共课程,极为重视个体的心理体验和安全信任的情境氛围,因此对上课人数有一定的要求。实践表明,在专业的大型心理团体辅导活动中,40~60 人左右的团体比较容易操作,人际间交流和互动及团体氛围兼顾,而目前高校,即便是单个班级的人数也基本在 50 人左右,合班之后,大班基本达到 80 人以上。大班规模教学背景下场地小、学生数量多、不同班

级学生之间关系陌生等特点衍生出大班课开展形式有限、课程内容理论化、学生体验感较低、教学评价模式单一、师生情感联结弱等诸多教学问题。

1. 课程形式单一，教学趣味性不足

彭彪等人近期在全国范围内的一项调查显示，高校心理健康教育授课方式完全采用讲授法的高校占 46.52%，采用讲授法为主、少量采用活动体验法的学校占比 39.14%，采用讲授法、活动体验法各一半的占 14.34%。可以看出，现阶段高校心理健康教育授课方式多数情况下还是以讲授为主，教学方法单一。究其原因，除部分教师囿于传统教学思想，多个人单向宣讲外，另一重要原因在于很多高校由于教学场地和班级人数的限制，心理健康教育课堂上开展团体或实践活动较为困难。而教学过程缺少变化与层次，便无法稳住学生的注意力。此外，大部分学生在初、高中阶段已接触过形式多样的心理健康课，最初抱着心理课有趣有料的想法参与课堂，实则单调乏味，产生心理落差，高校心理课在学生心中的美誉度和期待值自然会出现滑坡。

2. 课程内容理论化，学生获得感偏低

高校心理健康课程的教学目标是普及传播心理卫生知识、增强心理健康意识，提高日常生活中解决心理问题、调节心理状态的能力，是一门实用型课程。同时，研究发现，新时代背景下的大学生实用主义和功利主义表现突出，

如若教师所授理论知识“不接地气”，不能满足学生心理发展需求，则不能使大学生对心理健康课程产生强烈的认同感。在大班课的日常备课与教学中，教师很容易把心理健康课上成基础的科普课，学生缺乏情感体验和习得练习的机会，深受“知道做不到”的困扰，无法内化于心，外化于行，不能为己所用。甚至有些教师大讲特讲自己的人生经历，忽视学生诉求，与学生身心发展规律脱节，而学生又缺少将所学知识与自身矛盾问题联结的能力，最终出现学生获得感缺失、“教”与“学”两张皮的现象。

3. 课堂考核书面化，存在不客观与不公平性

目前，高校心理健康课程普遍采用过程性考核与纸笔化测验相结合的评价形式。其中，过程性考核多体现在学生日常出勤率、课堂问答情况，学生听讲认真、理论知识掌握牢固即为成绩优异，其更注重学生的学习状态及知识掌握情况，忽视了能力方面的评估，与“知情意行”四维一体的心理育人目标偏离。该考核形式一方面无法客观反映学生的学习效果与实际心理素质水平，缺乏客观性与公平性；另一方面因为教学反馈方面的偏差也会让理论学习能力较差的学生失去学习兴趣，从而降低教学质量。

4. 师生情感联结弱，隐性育人功能受限

在大班规模教学背景下，每个班级学生数量庞大，教师难以关注到所有

学生,并且与专业课教师相比,心理教师与学生课上见面次数更少,不能记住所有学生,或是无法对号入座,或是不能和班级团体建立一定的情感联结,如此,教师自身的隐性教育功能很难发挥。如果仅通过公共通识课开展心理健康教育,心理育人的成效必然会大打折扣。切实提高大学生心理健康水平,单单依靠开设心理课程这种显性教育肯定是不够的,还需要利用多种形式的隐性教育进行熏陶,例如教师的“言传身教”、校园文化与活动的“境教”、宣传与展览的“物教”等,以隐性教育的无形力量推进显性教育的过程,两者相辅相成。

## (二) 体验式教学在高校心理健康课程中应用的必要性

“知情意行”是个体行为的基本形式,也是高校大学心理健康课程的主干教学内容,主要目标是了解心理保健知识,增强积极心理体验,提高心理调节和社会适应能力。为实现预期目标,需要教师完成创设情境体验、引导交流反思、促成感理性认知、实现行为外化系列体验式教学过程。体验式教学极为契合大学生心理健康课程的特点,其关键是“体验”,强调教学过程中学生的参与、实践和亲身感受,使学生在参与实践中理解知识内容、提升个人能力、产生情感体验、认同学习的意义。有研究表明,在大学生心理健康课程中运用体验式教学模式有利于提高大学生心理健康水平。探索体验式教学在高校大班规模化教学中的实现路径对于适应

高校心理健康课程改革、提高教学质量、满足学生心理需求有着重要意义。

### 1. 体验式教学是深化课程改革的客观要求

建构主义教学理论和布鲁纳的发现学习都指出,学习是学习者主动建构内部心理表征的过程,而不是一个被动的接受过程。更何况,心理健康课的主要目的不是简单地增长新知识,而是拥有新经验与新感悟。通过单一的讲授式教育无法给学生提供生长出新理解的支架,体验式教育可创设情境或者营造代入感,在充分调动大学生学习热情的基础上,将心理体验与实践相结合,有助于学生自主自觉学习。此外,体验式教学还为教师与学生之间的良性互动提供了契机,教师既能及时掌握学生学习的情况,又能及时发现问题并做出教学反思,甚至互动过程可能带给教师新的教学灵感,从而创新教学模式,增加教学智慧,实现教学相长。

### 2. 体验式教学与学生心理需求具有良好的耦合性

随着新媒体的蓬勃发展,“00后”的思维模式、行为模式和价值观念呈现出互联网时代的全新面貌。有调查发现,新一代大学生心理障碍增多、精神压力较大但自我调节的自主性较差。在实践教学中也不难发现,学生自我排解、自我调适能力较弱,即便是上完心理健康课后依旧不知道该如何排解他们人际、恋爱或者就业等方面的心理压力。当生活困境发生在大学生身上时,他们并非缺乏理性,而是在面对困境

时束手无策。该结果映射了心理健康课的教学模式和 student 需求相悖的事实,这只会导致心理健康课程形式大于内容,与开设心理健康课的初衷渐行渐远。而体验式教学基于“教学做合一”的教学理念,能在知、情、意、行的统一中促进学生心理状态的改变和心理素质的提升,课堂上的参与体验实际上是一次提前练习与预演,能有效提高学生未来处理突发心理问题的能力。

### (三) 体验式教学在大班心理健康课程中的具体实现路径

目前来看,大班规模化教学是高校心理健康课程解决当前师资力量薄弱、教学场地与设备受限等矛盾问题的主要方式,但是随着社会高速发展带来的多元价值观冲击以及社会压力的增加等诸多因素,大学生群体的心理问题日益凸显。学校心理健康教育是“为党育人、为国育才,落实立德树人根本任务”的一项重要工作,大班课背景下高校心理健康课程改革具有必然性和必要性,笔者针对目前大班教学中存在的教学方面的现实困境,结合教学实践,以互动体验为着力点,认为可以从创新教学方法、优化心理育人内容、完善教学评价机制、积极拓展第二课堂等方面着手改革高校大班心理健康课程。

#### 1. 搭建融合媒体,丰富课堂搭手

互联网的深入普及极大程度上影响了大学生信息获取的方式,其既可以成为大班课堂上教师最大的“敌人”,也可以成为教师丰富课堂的“好搭档”。充分利用互联网普及度高、反馈即时、

吸引力强等优势,将传统教学媒介与新型媒介进行整合,可以营造更加多维度和潮玩化的教学环境。在大班心理健康课程中,教师可以有效运用学习通、云班课等线上学习平台的讨论、抢答、投票调查等课堂组织功能,实现“线下+线上”混合式教学,营造轻快活跃的课堂氛围,同时,师生间也能实现即时互动与反馈。例如,在讲影响人际关系间吸引力的因素时,相比要求大班学生进行口头分享,组织学生在线谈一谈自己喜欢和什么类型的人交往这种方式则更为有效,随后,教师可以使用词云功能将高频词汇统计出来再进行讲解。

#### 2. 创新教学方法,增强学生课堂带入感

虽然体验式教学与心理健康教育有着不谋而合的契合之处,但是,在大班课中实施体验式教学的确存在一定难度,教育者需要创新课程教学方法,运用情境教学、个案分析、小型互动活动等多元形式展开教学,增强学生心理体验,从而实现认知能通达、情绪有共鸣、实践有成效。

(1) 创设角色扮演情境。为了提升学生运用所学心理知识解决实际问题的能力以及强化教学互动,教师可为学生创设相应主题的模拟情景,让学生进行学习前和学习后的情境模拟,表演的学生能够得到更为直接的沉浸式体验,观看的学生也更易被身边的同学感染。例如讲如何处理宿舍矛盾时,教师可创设一些大学宿舍容易出现的作息冲突问题,让学生先代入角色自行

处理问题，由小组讨论该处理方法的可行性后，取其所长、弃其所短，再由教师补充。让学生在直接与间接的体验中主动觉察自我感受的起伏变化，进而自发生长出新理解、新体验、新成长。

(2) 利用个案分析。学生往往比较关注同龄人碰到类似问题时候是怎么看待和处理的，教师要学会窥一斑而知全豹，会用、善用大学生实例，选用具备一定时效性、趣味性、综合性与专业性的案例，讲好课堂故事。大学生的热点关注话题或教师在心理咨询中所遇到的案例极其契合学生实际，可以选择性地在课前对相关案例进行搜集设计，课堂上以口述、文字、图画、视频等多种形式讲故事，带给学生真实感和融入感，这样不仅可以让学生在课堂上看到自己的影子，也能促进自我反思和自我成长。另外，这些年各类综艺节目层出不穷，深受学生的青睐，在讲解大学生恋爱问题时，就可以搜集情感调解类综艺节目中同龄人遇到的恋爱问题，如腾讯视频出品的《心动的信号》《爱情保卫战》等，这些节目对大学生群体既具有吸引力，又能借事喻理。

(3) 挖掘小型互动活动。互动活动具有参与性与趣味性，凸显学生课堂主体地位的同时潜移默化地引发启迪感悟。大型活动显然不适合大班教学，因此，需要精心挖掘设计小型活动。例如，转移注意力是压力管理方法之一，但让学生切身感受转移注意力的效果，则可以组织学生现场参与一个名为“看不见的大猩猩”的经典实验，具体过程

为：先利用多媒体放映一段视频，视频中身着黑白球衣的两只篮球队伍正在比赛，请学生将注意力集中在白队球员身上，并数一数他们之间的传球数。因球的东走西窜致使个体的眼神很难跟进，需要学生发挥最佳状态，大部分人可以计算出白队球员总的传球次数，但是大家却很难注意到画面走过的一只大猩猩，以此说明一个人专注于手头的事物或活动时，就无法注意周围的环境。因而在遇到压力事件时可以将注意力转移到感兴趣且需要专注力的活动上，防止消极情绪的蔓延。

### 3. 优选教学内容，契合学生心理需求

在社会快速发展的今天，学生对心理健康知识的要求也在不断改变，心理健康问题的灵活性和时效性要求教师关注媒体报道、社会热点事件及心理健康学术论文等方面，及时更新课程素材，保证大学生心理健康课程内容遵循学生的身心发展规律，符合学生个性发展特点。此外，学生的原生家庭情况、个体经验、性格特点都有差异，教师在日常备课时要甄选覆盖范围广泛的多样化案例，准确把握并分析学生的心理现状，切忌单纯泛泛而谈，有针对性地帮助学生解决问题。教师要善于利用“班主任”“心理咨询教师”等身份走入学生生活，寻找课程与学生生活的契合点，选用喜闻乐见的身边事、身边人，对课程内容进行精选和整合，进而实现与学生需求的同频共振。

### 4. 完善教学评价，注重考核形式

## 多样化

体验式教学评价体系的构建对于心理课程的教学检验极为重要，为保证教学评价与教学目标相呼应，心理健康课程的教学评价应侧重于过程性、及时性、多样性与实效性。首先，要注重心理课程的质性教学评价，避免期末书面化考核环节占比过重。其次，在实施参与式教学设计时，应给予学生即时反馈，并且评价的结果应与最终成绩挂钩，体现每次评价的意义。最后，教学评价不能局限于教师独裁式的评价，可以采用生生评价和教师补充评价的形式，让学生对小组展示进行互评或投票。当然，在教学评价中应当注意以学生的团队合作、人际沟通、心理承受能力等综合素质为参照进行全方位评估，注重评价的多元化。

### 5. 利用第二课堂，强化师生情感联结

大班教学模式下，如若教师记不住学生，学生不信任教师，那在课堂中必然会出现学生心理设防和互动环节尴尬冷场的局面，反过来，学生的不配合又会降低教师的教学成就感和职业认同感，产生恶性循环。情感是打动学生的钥匙，教师只有用无条件的接纳与真心关爱的情感走进学生心灵深处，才能获得学生的信任与认可。因此，发挥高校心理健康教育的隐性育人功能，

（上接第 27 页）

方？”而黄老师在念完我的作文之后说：“这世间万物，最怕匆促，一旦匆促，就失去了洞察和感知美好的能力，即

还需积极利用外部环境抑或拓展第二课堂，强化师生间的情感联结。例如，可以根据学生的心理特点、面临的问题有针对性地开设心理健康选修课，使其与心理健康教育课程相辅相成、互为促进。还可以借助微信、抖音短视频等新媒体平台，教师化身为“网络博主”进行直播录播，为心理健康知识“带货宣传”或者进行线上心理咨询。重要的是，心理健康教师变身“网络博主”不仅能帮助学生解决问题，还能树立可亲可信的形象拉近与学生的心理距离，顺利推动大班课堂的教学进展。

### （四）结束语

高校心理健康教育是高校人才培养体系的重要组成部分，也是高校思想政治工作的重要内容。短期内，大班规模教学将是多数高校开展心理健康课程的主要方式，将体验式教学运用于大班教学，可以有效改善大班课开展形式有限、课程内容理论化、学生体验感较低、师生情感联结弱等问题，促进学生的知识获得和能力培养。大学生心理健康教育工作者一定要牢牢把握这门课程的教学目标，以当代大学生成长成才需要为立足点，在实际教学中不断积累教学素材、抓住教学灵感、纪录教学反思、创新与改革教育方式与手段，增强心理健康课程教学实效。

选自《现代职业教育》2024 年第 5 期

使有美景在侧，也失去了欣赏的能力。旅游如此，人生亦是如此。”这句话影响了我大半生。

# 正念训练对高职助产生体像烦恼的干预研究

江苏卫生健康职业学院 周敏

**【摘要】**目的：探讨正念训练对高职助产生体像烦恼的影响。方法：随机把 102 名高职助产生分成正念训练组 (n=52) 和对照组 (n=52)。对训练组进行为期 4 周的正念训练，对照组不需要接受任何训练。正念训练前后均需要统计两组学生五因素正念量表 (FFMQ, 得分越高正念水平越高) 和青少年学生体像烦恼问卷得分 (得分越低, 体像烦恼问题越严重), 同时统计两组学生考试成绩。结果：训练前, 两组学生不论是在五因素正念量表总分、青少年学生体像烦恼问卷得分, 还是学习成绩上均未见显著差异 ( $P>0.05$ )。训练后, 训练组的五因素正念量表总分较对照组高 ( $P<0.01$ )；训练组的青少年学生体像烦恼问卷得分较对照组高 ( $P<0.01$ ), 即训练组体像烦恼水平低于对照组；训练组的学习成绩较对照组高 ( $P<0.01$ )。高职助产生学习成绩与体像烦恼问卷得分呈正相关 ( $P<0.05$ )；高职助产生学习成绩与五因素正念量表总分呈正相关 ( $P<0.01$ )。结论：经过正念训练, 高职助产生的正念水平有所提高, 体像烦恼水平有所下降, 学习成绩也有一定程度的提升。

**【关键词】**正念训练; 高职助产生; 体像烦恼

体像是指个体对自己的外貌、体形在他人眼中是怎样的一种想象, 以

及他人如何看待自己身体功能的意象。个体的体像心理可分为：正常的体像心理、体像烦恼和体像障碍。目前普遍接受的观点为：体像烦恼是指由于个体的自我审美观或审美能力出现偏差, 从而对自己体像失望而引起的心理烦恼, 是一种介于正常体像心理和体像障碍之间的一种不正常的体像心理, 主要包括形体上的烦恼、容貌方面的烦恼、性别的烦恼以及性器官方面的烦恼。

与其他年龄群体相比, 青少年这一群体对自己的形象更为关注, 更容易对自己的容貌形体等产生不满, 进而产生一些负面情绪, 而他们对负面情绪的调节能力较弱, 会影响学业和身心健康。相关调查研究发现, 国内大学生体像烦恼的检出率为 16.4%~34.3%, 体像烦恼对青少年自尊、社会交往、健康情感、学习积极性都有一定的影响; 女生的体像烦恼, 特别是在形体、容貌、性别三个维度烦恼的检出率均高于男生; 但在性器官烦恼上男生的检出率显著高于女生。由此可见, 针对青少年和女性的体像烦恼较为常见。助产学是从护理学分化出来的一门新兴学科, 旨在培养高素质的、具有助产技术的人才。助产专业的学生, 除了需要具备基础的护理学知识外, 还需要熟练掌握助产相关理论及技能, 且需要具备较高的心理素质, 能在特殊情况下随机应变。如何

培养高专业素养、高度责任感、心理素质良好的助产士是需要关注的问题。高职助产专业的学生以青少年女性为主,年龄、性别和专业的特殊性决定了针对这一群体的体像研究尤为重要。目前针对这一群体的相关研究较少,本研究对高职助产生的体像烦恼情况进行调查,并进行干预,旨在提高高职助产生的心理健康水平和生活质量,从而以饱满的精神状态全身心地投入学习中,提高学习效率,从而以更好的专业素养和良好的心态迎接未来的助产工作。因此,本研究也是在为培养高专业素养、高度责任感、心理素质良好的助产士提供新思路,具有一定的应用价值和实践意义。

正念这个概念最初源于佛教禅修,与中国的道教也有较深的渊源,是从坐禅、冥想、参悟等发展而来,可以说,正念是一系列较为深刻的冥想,是对个体本心的一种净化和洞悉。正念又称心智觉知,需要个体有目的、有意识地关注、觉察当下的一切,而对当下的一切又都不作任何判断、分析和反应,只是单纯地觉察它、注意它。正念即是让我们有意识地觉察当下我们正在经历的事情,用心去体会它。出门散步时,感受风拂过脸颊、阳光照射的感觉;洗碗时感受水流划过指尖等等。正念可以通过自己阅读相关书籍去获得,也可以通过训练来养成。在正念被引入心理学领域后,开始出现了正念训练,训练方法包括:正念减压疗法、正念认知疗法等。正念在临床心理学、临床医学和体育运动中皆有运用。国内外研究发现,

正念训练对某些身心症状的消除有一定作用,还可以在在一定程度上让个体以积极的心态面对问题。正念可以用于情绪的觉知,个体清晰地知道自己此刻的情绪。例如:悲伤愤怒时,个体能觉察到这些负面情绪,并且不评判自己的情绪,不因为此刻的情绪而烦躁自责,只需要知道,我此刻是愤怒或悲伤的,这种情绪让我产生何种改变。个体的正念状态可以让个体以一种不评判的状态去觉察或顺应身体的内在感受,减少个体产生负面身体情绪时对身体的冲动或破坏性的行为,个体的正念水平与其身体满意程度呈显著的正相关。本研究探讨是否可以通过提高高职助产生的正念水平,提高其对身体的满意程度,减少其对自身体像的过度关注,从而降低体像烦恼。综上所述,正念训练对高职助产生体像烦恼的研究较少,所以本研究旨在为改善高职助产生体像烦恼提供新的思路和方法,从而帮助这一群体更好地应对和处理体像烦恼,让高职助产生更好的处理生活和学习的压力,也对正念训练作用研究进行拓宽。

## (一) 研究资料

### 1. 研究对象

#### (1) 样本选取

选择江苏卫生健康职业学院 2021 级助产专业的学生 102 名,均为女生,平均年龄 18~20 岁。

#### (2) 入组标准

- a. 自愿参加本研究。
- b. 身体健康,从未参加过正念训



练。

## 2. 研究方法

### (1) 研究工具

采用《正念五因素量表》(FFMQ) 评估正念水平，问卷包含 39 个题目。量表计分越高说明其正念水平越高。

采用《青少年学生体像烦恼问卷》评估体像烦恼水平，青少年学生体像烦恼问卷包含 25 个项目，得分 25~49 分为存在体像烦恼，50~75 分无体像烦恼。体像烦恼问题越重者，得分越低。

### (2) 研究过程

正念训练前：指导两组学生填写五因素正念量表和青少年学生体像烦恼问卷，统计得分，同时收集所有学生学习成绩。

正念训练：采用 Zeidan 等人的正念训练方法。训练组每次练习 1 小时，每周 2 次，共计 4 周。练习共 4 个步骤，依次为：a. 放松。b. 关注完整呼吸。c. 进行躯体扫描。d. 重复 2 和 3。

正念训练后：指导两组学生再次填写五因素正念量表和青少年学生体像烦恼问卷，计算得分，同时收集所有学生学习成绩。

### 3. 统计处理

采用 SPSS 22.0 对训练组和对照组

的相关数据进行分析。对两组学生训练前的正念五因素量表总分、青少年学生体像烦恼问卷得分和学习成绩采用独立样本 t 检验进行分析；两组学生训练后正念五因素量表总分、青少年学生体像烦恼问卷得分和学习成绩的采用独立样本 t 检验进行分析；最后对学习成绩与正念五因素量表总分、青少年学生体像烦恼问卷得分的关系采用相关性检验进行分析。

### (二) 研究结果

1. 正念训练前，两组学生正念五因素量表总分、青少年学生体像烦恼问卷得分和学习成绩无差异

正念训练前收集统计两组学生正念五因素量表总分、青少年学生体像烦恼问卷得分及学习成绩，并进行分析发现（见表 1 和表 2），两组学生的正念五因素量表总分、青少年学生体像烦恼问卷得分和学习成绩均无显著差异（t 正念总分：-0.073,  $P>0.05$ ；t 体像烦恼总分：0.212,  $P>0.05$ ；t 学习成绩：0.440,  $P>0.05$ ）。值得一提的是，102 名高职助产生中，检出体像烦恼的有 45 人，占总人数的百分比为 44.12%。

2. 正念训练后，两组学生正念五因素量表总分、青少年学生体像烦恼问

表 1 训练前两组高职助产生正念、体像烦恼和学习成绩描述性统计 (n=102)

| 项目      | 训练组    |        |    | 对照组     |        |    |
|---------|--------|--------|----|---------|--------|----|
|         | M      | SD     | n  | M       | SD     | n  |
| FFMQ 总分 | 122.68 | 15.235 | 51 | 122.882 | 11.706 | 51 |
| 体像烦恼 总分 | 51.45  | 13.442 | 51 | 50.94   | 10.646 | 51 |
| 学习成绩    | 85.38  | 4.020  | 51 | 85.04   | 3.948  | 51 |

表 2 训练前两组高职助产生正念、体像烦恼和学习成绩

| 项目     | 方差齐性      |       | Mean Difference | 均值方程的T检验 |     |          |
|--------|-----------|-------|-----------------|----------|-----|----------|
|        | Levene 检验 |       |                 | t        | df  | Sig (双侧) |
|        | F         | Sig   |                 |          |     |          |
| FFMQ总分 | 1.069     | 0.304 | -0.196          | -0.073   | 100 | 0.942    |
| 体像烦恼总分 | 4.708     | 0.032 | 0.510           | 0.212    | 100 | 0.832    |
| 学习成绩   | 0.189     | 0.665 | 0.347           | 0.440    | 100 | 0.661    |

卷得分和学习成绩有显著差异

正念训练后收集统计两组学生正念五因素量表总分、青少年学生体像烦恼问卷得分及学习成绩，并进行分析发现（见表 3 和表 4），两组学生在正念五因素量表总分、青少年学生体像烦恼问卷得分和学习成绩上均有显著性差异。由表 3 可知，训练组的正念五因素量表总分高于对照组（FFMQ:M 训练组 =128.94>M 对照组 =121.59）；训练组的青少年学生体像烦恼问卷得

分高于对照组（M 训练组 =57.04>M 对照组 =50.12）；训练组学生的学习成绩高于对照组（学习成绩：M 训练组 =86.37 大于 M 对照组 =83.54）。由表 4 可知，训练组和对照组学生的正念五因素量表总分、青少年学生体像烦恼问卷得分和学习成绩均有显著性差异（t 正念总分：3.014, P<0.01；t 体像烦恼问卷总分：3.434, P<0.01；t 学习成绩 =3.449, P<0.01）。

### 3. 学习成绩与正念五因素量表总

表 3 训练后两组高职助产生正念、体像烦恼和学习成绩描述性统计 (n=102)

| 项目      | 训练组    |        |    | 对照组    |        |    |
|---------|--------|--------|----|--------|--------|----|
|         | M      | SD     | n  | M      | SD     | n  |
| FFMQ 总分 | 128.94 | 12.741 | 51 | 121.59 | 11.881 | 51 |
| 体像烦恼 总分 | 57.04  | 10.129 | 51 | 50.12  | 10.229 | 51 |
| 学习成绩    | 86.37  | 4.092  | 51 | 83.54  | 4.203  | 51 |

表 4 训练后两组高职助产生正念、体像烦恼和学习成绩 独立样本 T 检验 (n=102)

| 项目     | 方差齐性      |       | Mean Difference | 均值方程的T检验 |     |          |
|--------|-----------|-------|-----------------|----------|-----|----------|
|        | Levene 检验 |       |                 | t        | df  | Sig (双侧) |
|        | F         | Sig   |                 |          |     |          |
| FFMQ总分 | 0.091     | 0.764 | 7.353           | 3.014**  | 100 | 0.003    |
| 体像烦恼总分 | 0.112     | 0.739 | 6.922           | 3.434**  | 100 | 0.001    |
| 学习成绩   | 0.363     | 0.548 | 2.833           | 3.449**  | 100 | 0.001    |

注：\*P<0.05, \*\*P<0.01

+

分、青少年学生体像烦恼问卷得分的相关性检验

从表 5 可以看出,高职助产生学习成绩与正念五因素量表总分在  $P < 0.01$  水平上呈正相关,相关系数为 0.289。学习成绩与青少年学生体像烦恼问卷得分在  $P < 0.05$  水平上呈正相关,

表 5 正念水平与体像烦恼及学习成绩的相关关系

| 项目     | 学习成绩    |
|--------|---------|
| FFMQ总分 | 0.289** |
| 体像烦恼总分 | 0.218*  |

(三) 讨论

首先,我们发现 102 名高职助产生体像烦恼的检出率达 44.12%,高于国内大学生体像烦恼的检出率 16.4%~34.3%。这可能与高职助产生女性所占比率较高有关,既往的研究也发现女性体像烦恼的检出率高于男性。无论如何,如此高的检出率说明在高职助产生这一群体中,体像烦恼问题具有普遍性,势必对其心理健康水平产生影响,进而影响其更好地完成学业。所以这一问题不容小觑,针对其研究十分有必要。我校的高职助产生属于青少年学生,这些高职助产生是所有青少年学生的一个缩影,见微知著,青少年学生的体像烦恼问题值得家长、教育工作者和社会反思,体像烦恼问题的成因及解决方案亟需进一步探索。

通过对两组学生训练前的数据(见表 1 和表 2)进行分析可知,训练组和对照组在正念五因素量表总分和青少年学生体像烦恼问卷得分上并没有显著差异。正念训练后,再次对两组学生

相关系数为 0.218。由此可见,学习成绩与正念五因素量表总分呈正相关,学习成绩与青少年学生体像烦恼问卷得分呈正相关,即正念水平越高,学习成绩得分越高;体像烦恼问卷得分越高,学习成绩得分越高,即体像烦恼水平越低,学习成绩得分越高。

的数据进行分析(见表 3 和表 4)发现,正念训练可以提升高职助产生的正念水平;提高青少年学生体像烦恼问卷得分,问卷得分越低代表体像烦恼问题越严重;正念训练后高职助产生的学习成绩也有所提升。正念的核心是有目的、不评判将注意力集中在当下,强调的是接纳和不评价。正念可以教会个体更好地觉知自己,而不是浑浑噩噩,随波逐流,这对于高职助产生更好地明确当下的目标,切实抓住当下的时间有一定的帮助。个体觉知自己、了解自己之后不是评价自己,是接纳自己,而不是陷于自己不够完美的情绪中自暴自弃、焦虑不安。正念训练是通过转变人的思维模式来达到这一目的的,即把注重评价和改变的行动思维模式转换成注重接纳和不评价的存在思维模式。但是本研究并没有涉及正念训练对高职助产生其他负面情绪的影响,以及对情绪调节能力的影响,希望在今后的研究中进一步完善和充实这方面的数据,以便更好地明确正念训练对这一群体的作用。

通过对学习成绩与正念五因素量表总分、青少年学生体像烦恼问卷得分的相关性检验(见表 5)分析发现,学习成绩与正念五因素量表总分呈正相关,与青少年学生体像烦恼问卷得分呈正相关。因此,提升高职助产生的正念水平,降低体像烦恼水平,可以在一定程度上提升学生学习成绩。由此结果可知,正念水平和高职助产生的体像烦恼水平和学习成绩都有一定的关联。该结果与本人先前的研究,正念训练可以提高正念水平,改善医学高职生学业拖延,提高其学习成绩是相符合的,对高职助产生进行正念训练是有意义的。此外,由前所述正念训练在临床医学中也是有较好应用的,研究发现正念训练能改善部分患者的焦虑抑郁情绪,提高其生活质量等,所以因正念训练受益的高职助产生,可以将正念训练应用

(下转第 17 页)

(上接第 24 页)

师: 2 个小朋友轮流掷骰子, 数字骰子掷到几, 你就收获点数是几的菜。如果掷到的数大于菜的点数, 你可以把菜进行组合, 合起来正好是骰子数。试试不同的组合方法, 并记录下来, 最后要清点自己收的菜, 积分多的人为胜。

关键性指导语: 骰子掷到几, 我们就收获数字是几的菜。如果掷到 6, 用什么办法收菜? (如 6 可以分成 3 和 3, 3 和 3 合起来是 6; 6 还可以分成 3 个 2, 3 个 2 合起来是 6。)

(分析: 幼儿在游戏中进一步理解与运用 8 以内的分合, 感知同一个数有不同的组合形式。)

到以后的工作中, 使更多的患者受益。因此在高职助产生中开展正念训练, 可以先惠己, 再及人。正是由于自己有过切身的训练经历, 可能更有说服力, 更能妥善高效地帮助患者。

影响青少年学生体像烦恼的因素众多, 采用正念训练改善体像烦恼的研究为数不多, 且针对高职助产生这一群体的研究很少, 所以采用正念训练这一方法改善高职助产生体像烦恼较为新颖。但是本研究基于量表评估, 有一定局限性, 主观性强, 且没有仔细探讨正念训练是如何改善体像烦恼的, 因此还需要进一步深入研究。青少年学生体像烦恼的产生有内部原因和外部原因, 内部原因源于青少年对自身的过度关注, 外部原因则与现在网络上过度渲染的美的标准和变美欲望有关,

层次三: 投放 5 ~ 10 的数字骰子、棋盘和自制的菜。

师: 2 个小朋友轮流掷骰子, 数字骰子掷到几, 就去收合起来是几的菜。最后要清点自己收的菜, 积分多的人获胜。

关键性指导语: 掷到 9, 可以收价格是 3 个 2 和 1 个 3 的菜, 也可以收获 5 个 1 和 2 个 2 的菜。把你选的数量记下来, 你会发现同一个数有不同的组合。

(分析: 重点帮助幼儿理解与运用 10 以内的分解与组合, 并能用数字正确表示 10 以内的数量。)

选自《早期教育》2024 年第 9 期



### 采取 cǎi qǔ

【动】表示选择施行某种方针、政策、措施、手段、形式、态度等。通常带名词、动词或形容词宾语。可带“了、过”。

~正确的方针 / ~行动 / 对于协作单位，要~积极合作的态度不能~高压手段 / ~有力措施制止犯罪行为 / 在这件事上你应该~主动（~被动） / ~了紧急措施 / ~过灵活多样的形式 / ~过不合作态度

可以作定语。

~的手段十分卑鄙 / ~的态度不卑不亢

【比较】采取：采用“采取”的对象是方针、

政策、态度等抽象词语。“采用”的对象多为具体事物或某种办法。“采取”除可带名词宾语外，还可带动词、形容词（均为双音）宾语；“采用”只能带名词宾语。

### 采用 cǎi yòng

【动】认为合适而利用。可带“了、过”，有时可重叠。可带名词宾语。

~新方案 / ~过新技术，新工艺 / ~了灵活的战术 / ~无记名投票的方式 / 这一次比赛，我们队将~全新的打法 / 在他的书里，~了不少新术语 / 也可以~~他的建议

【比较】采用：采取 见“采取”。

### 参加 cān jiā

【动】加入某种组织或某种活动。

~政党 / ~会议 / 我们都~明天的新年晚会 / 弟弟~了武术培训班  
可以带动词宾语。

~比赛“~了他们的讨论”他~过几次竞选

可以作定语。

~的人数比去年多

【动结】参加得（不）了（liǎo）

参加得（不）成 能（不能）参加：

这次学术会议，我参加得了 / 明天的会，我恐怕参加不了啦 / 我要出差，你们的婚礼也参加不成啦

**【动趋】** 参加起…来 加入某种活动并继续下去:

他也参加起我们的活动来了

**【比较】** 参加: 参与 见“参与”。

参与 cān yù

**【动】** 参加 (事务的计划、讨论、处理等)。可带“了、过”, 不能带“着”。可带名词宾语或动词宾语。

那天的事情我没有~/~国际事务/他也~了这项工作/曾经~过盗窃活动/他~了我们的调查/~了公司的筹建/由于他的积极~, 最后制订出来的计划充实多了

**【注意】** 也可写作“参预”。

**【比较】** 参与: 参加 “参与”指参加事务的计划、讨论或处理等活动。“参加”指加入某种组织或对某事提出意见。例如“他参加(×参与)了书法学会”。“我在公司里从来没参与(×参加)过机密”。

层 céng

**【量】** 1. 用于重叠或累积的事物。表示序数的数目字前也可不加“第”。

三~院子/这座楼有十五~, 我住在第五~/再上一~楼/我们研究所在六~/把他围了个里三~外三~(限用“三”)/远远望去, 山坡上是~~梯田/一~~地传达下去

数+层+的。修饰“楼、宝塔”。

七~的宝塔/一座二十四~的大楼

2. 用于可以分项、分步的东西, 主要是表思想、含义、理由等抽象意思的。

这句话有两~意思/这里还有一~原因(理由、道理)/我可没料到这一~

3. 用于覆盖在物体表面上的东西。

桌上蒙了一~灰/外面罩着一~塑料薄膜/窗户缝儿上糊了两~纸/再铺上厚厚的一~棉花/河面上结了一~冰/盖上薄薄的一~土/外面包了好几~, 先是一~布, 然后是几~纸, 要一~一~地打开

曾经 céng jīng

**【副】** 表示从前有过某种行为或情况。

a) 曾经+动。动词后一般用“过”, 也可以用“了”。

我~跟他在一起工作过三年/这位画家~到过西藏/他又回到童年时~住过的村子/他~学过俄语, 后来改学英语/我~为这件事费了很多时间

“曾经+动”的否定形式是“没(有)+动(+过)”。

我没有跟他一起工作过 / 我没有到过西藏 / 他从来没有失信

“不曾”或“未曾”口语已经罕用,书面上有时还能见到。

除此之外,不曾发现其他可疑之处 / 如此盛大的场面,我从来未曾经历过

b) 曾经+形。形后必用“过”或“了”。

前些天~热过一阵,这几天又凉快些了 / 为了做好准备工作,他~忙了几天 / 刚得病的时候,我也~悲观过,是大家的鼓励使我变得坚强了

“曾经+形”的否定形式仍是“没(有)+形(+过)”。

我从来没有这么兴奋过 / 这条街从来没有像现在这样热闹

c) “曾经”后面不能是否定式,除非有时间限制。

为了搞试验,~三个月不出门(为了搞试验,~不出门)

比较曾经:已经 1) “曾经”表示从前有过某种行为或情况,时间一般不是最近。“已经”表示事情完成,时间一般在不久以前。

这本书我曾经买过好几次,都没买到 / 这本书我已经买到了,不用你费心了

2) “曾经”所表示的动作或情况现在已结束;“已经”所表示的动作或情况可能还在继续。

我曾经在这里住过三年(现在不住在这里了) / 我已经在这里住了三年(现在还住在这里)

3) “曾经”后的动词以带“过”为主,也可用“了”;“已经”后的动词以带“了”为主,少用“过”。

差不多 chà · bu duō

【形】1. 一般;大多数。后面加“的”修饰名词。

~的农活儿他都会 / ~的人都知道这事,你还不知道?

2. 相差很少、相近。作谓语或补语。

姐妹俩的长相~ / 三班的水平跟二班大概~ / 那麻袋很沉,你扛不动,我去还~ / 麦子熟得~了,该收割了

【副】表示相差很少;接近。

a) 差不多+动(常包含数量或程度词语)。

快去,火车~要进站了 / ~等了两个小时 / ~有两千人 / 他的年龄~是我的  
一倍

b) 差不多+形(常包含数量或程度词语)。

他俩~高 / 头发~全白了 / 两个箱子~一样重 / 你比我~高一头

c) 差不多 + 数量 (+ 名)。

这个工厂已经办了~六年了 / 走了~十五里山路 / ~一半同学都学过英语

差点儿 chà diǎn r

【副】表示某种事情几乎实现而没有实现, 或几乎不能实现而终于实现。

a) 表示不希望实现的事情几乎实现而没有实现, 有庆幸的意思。动词用肯定式或否定式, 意思相同。

~(没)闹笑话(事实是没闹笑话) / ~(没)答错(事实是没答错) | ~(没)摔倒(事实是没摔倒)

b) 表示希望实现的事情几乎不能实现而终于实现, 有庆幸的意思。动词用否定式。

~没见着(事实是见着了) “~答不上来(事实是答上来了)” ~没买到(事实是买到了)

c) 表示希望实现的事情几乎实现而终于没有实现, 有惋惜的意思。动词用肯定式, 前面常用“就”。

~就见着了(事实是没见着) / ~考上甲班(事实是没考上甲班) / ~就买到了(事实是没买到)

【比较】差点儿: 几乎“差点儿”基本同“几乎”2项, 口语中“差点儿”更常用。

产生 chǎn shēng

【动】生出; 出现。多用于抽象事物。可带“了、着、过”。可带名词宾语。

~问题 / ~力量 / ~困难 / 我最近对象棋~了很大的兴趣 / 在中国几千年的历史中, ~了极其丰富灿烂的文化 / 当初我们没估计到会~这样多的矛盾

代表所产生的事物的名词常常用作主语。

旧的问题解决了, 新的问题又~了 / 这种情况还没有~过

【动趋】产生出 必带宾语: 在实践过程中必然会产生出新的经验产生出来经过多次培育, 新品种终于产生出来了

长短 cháng duǎn

【名】1. 长度, 口语中通常儿化。

这条裤子~儿挺合适 / 绳子的~儿不够, 差两寸 / 这两根柱子的~儿一样 / 你试试这件衣服~儿怎么样

2. 意外的变故(多指生命危险)。常作“有”的宾语。前面用量词“个”。



你要有个~儿,我可怎么办/万一他有个~儿,你就该后悔了/

【习用语】三长两短指意外的灾祸。多指人的死亡。

他要有个三长两短,我怎么向他的家人交代啊!

说长道短 指议论别人的是非。

长期 cháng qī

【形】长时期。作定语和状语,不单独作谓语,作谓语只能在“是……的”中。

a) 作定语。

~贷款/~任务/这是一个~的历史过程/作好~的打算/经过~的不懈努力,他们取得了最后的成功

b) 作状语。

今后我们要~合作/~居住在郊外/各种细菌~生存在人的体内/他在西藏住了二十年,~地考察那里的地形地貌/这种病~地折磨着老人

c) 是+长期+的。

这笔贷款是~的/这种影响是~的/我们的计划是~的/

长于 cháng yú

【动】(对某事)做得特别好;擅长。必带名词宾语。

~书法/~音乐/~民歌/~绘画/~诗歌朗诵/王先生~写作七言律诗

场 cháng

【量】事情经过一次为一场。

a) 用于风雨、病、灾、农事活动等。

下了两~雨(雪、雹子)/刮了一~大风/生了一~病/受了一~虚惊/发了一~大水/这~大火整整烧了两天/发生了一~革命/经过一~大战/掀起一~风波/经受了这~大风浪的考验/轧了一~麦子/打了三~谷子

b) 用于某些言语行为,后面不能接名词。

大哭一~/闹了两~/责备了我一~/这才不辜负父母辛辛苦苦培养你一~/我决心在建设地铁的战斗中大干一~

【习用语】一场空 比喻希望和努力完全落空。

(上接第 12 页)

本研究所采用的正念训练,主要是对体像烦恼产生的内部原因起作用,外部原因的改善则需要家庭、学校、社会以及其他更多的部门通力合作。随着时代的发展,多元化的价值观和审美越

来越为人所接受,对个体的评价标准也应多元化。道阻且长,祖国的花朵如何茁壮成长,需要一代又一代的人们付出努力,创造良好的环境。

选自《现代职业教育》2024 年第 5 期

# 童漫作文：开启儿童习作那扇明亮的窗

江苏省南京市江宁区秣陵小学 程晋燕

漫画是一种集讽刺性和幽默感为一体的艺术表现形式，深受广大群众尤其是少年儿童的喜爱。宋运来老师首创的“童漫作文”，就是以儿童喜闻乐见的漫画为载体，为儿童习作开启了一扇明亮的窗，让儿童想象力在自由天地中纵横，思维力在听说读写中飞翔，表达力在引导鼓励中创意展现。

## (一) 童漫作文的特点

### 1. 尊重与呵护：坚守“儿童立场”

长期以来，习作一直是困扰师生的难题。尽管从立意到选材，从结构到语言，教师自认为指导得有板有眼，面面俱到，但学生的习作仍然会出现“杜撰”“抄袭”“下笔难”“写不出”等现象，形成“我千方百计教你写，你无动于衷不会写”的尴尬局面。童漫作文有助于破解此困境，它以生动有趣的儿童漫画作为课程资源，让儿童天性回归自由，想象纵横驰骋，思维合理延展，潜能充分激发。宋运来老师的童漫作文课是有情趣，有智趣的。宋老师在执教三年级看图编写童话故事时，分别出示教材里的四幅漫画，并有意识地引导学生根据图画内容给图中的小动物们起“绰号”，再到起“雅号”，学生的童心被唤醒，童言被激发。整堂课轻松而自然、活泼而富有童趣，学生们踊跃发言，沉浸其中。

儿童漫画以趣味的方式表达一定

的内涵，或让人发笑或让人深思。世界著名漫画家卜劳恩怀着的一颗童心，用童眼看事物，用儿童的耳朵去倾听，用童心去体会，创作出经典漫画《父与子》。在作文教学中，将漫画的创作方法，如夸张、对比、反衬等手法引进作文教学，激发儿童用自己的眼光观察生活，写作会达到事半功倍之效。

### 2. 求异与鼓励：激发“创意想象”

儿童漫画具有趣味性、形象性、故事性、开放性等特性，这些特性不仅释放了儿童天马行空的想象力，还增加了叙事与想象之间的张力，通过率真的多元习作视角解读，让原本无声的、静止的漫画变得有声有色、妙趣横生。教师再给予一定的引导与鼓励，使习作的故事情节更加跌宕起伏、精彩不断。宋运来老师在教学《愁女的故事》时，他首先让学生欣赏第一幅漫画中的“☒”，发挥想象，自由言说。有的学生说可能是地球，有的说可能是鸡蛋，还有的说可能是 0 分……在学生满满的期待中，宋老师顺势出示第二幅漫画，画上一个女孩的脸被头发遮挡得严严实实，双手举着一张零分试卷，原来是 0 分。宋老师趁热打铁让学生想象此时愁女的表情，大家在课堂上自由言说，当揭示最后一幅漫画时，一个鸡毛掸子蹦了出来，学生联系自己考试后的心理境遇，对愁女的遭遇展开合理的想象。

最后,引导学生为愁女分担忧愁,将愁女的故事编写出来。

课堂教学不断让儿童产生意外之感,不是儿童漫画的某种内在奇异性使学生感到好奇,而是这个特性同儿童已有的概念框架之间有一种明显的冲突,使学生感到好奇。这种冲突引起了学生的好奇心,它反过来作用于概念世界,然后促使学生进一步探究,欲罢不能的童漫作文课就是这样上出来的。

### 3. 激活与提升:建构“积极语用”

童漫作文是一个有效激活与提升儿童“积极语用”的实践平台。在教学中,教师不仅要引导学生把漫画上的故事背景说清楚,还要创设熟悉的生活情境,引导学生把画中人物的特别经历和自己的生活联系起来,让学生形成一种“如鲠在喉,不吐不快”的表达冲动。除此之外,在每节童漫作文课中教师至少挖掘一个相对应的语言和思维的训练点,敏锐地关注学生言语表达上的规范性、准确性、独特性,有意识地把童言稚语转化为规范的书面语,这样学生写成的作文才会更规范,更清楚,更连贯。如教学童漫作文《乔皮画龟》时,引导学生用上“先……然后……接着……最后……”这四个连接词,有条理地叙述乔皮画龟的整个过程。

儿童基于实际需求进行个性言说的表达与交流,实现从“接受本位”向“表达本位”转型。童漫作文的积极语用观践行着一种新的课堂哲学,为语文活动注入新的活力。

### 4. 欣赏与渗透:发挥“育人功能”

德育教育是学校教育的重要组成部分,对学生的道德观念、良好道德行为习惯的形成具有积极的意义。一幅幅漫画既生动形象又让人深思,既是对生活的真实反映,又是对生活的思考和感悟,它能将一个个富有内涵的人生哲理寓于直观的人、事、物、景之中,为学生创造一个轻松和谐、寓教于画的德育世界,让学生在认真学习的同时,潜移默化地提高他们的审美情趣和明辨是非的能力,为提升德育工作的实效性和针对性铺设一条绿色通道。神笔马良是洪汛涛先生创作的经典人物形象,马良爱憎分明,为穷人造福。宋运来老师在执教《神笔马良新传》时,先引导学生猜测小动物们的心愿,学生的猜测五花八门。当出示第二幅漫画图时,学生恍然大悟:原来它们只有一个心愿——就是请马良给它们画一片树林,但这一次善良的马良却没有答应它们,大大出乎所有人的意料,这到底是因为什么呢?原来马良画得再快,也赶不上人类砍伐得快啊!就这样在马良不同态度的前后对比中,加深了儿童对人类破坏森林的思考,生态文明教育自然水到渠成。

## (二) 童漫作文形式

### 1. 依画作文

依画作文就是学生根据儿童漫画来写文章。教师在教学前需从网络或各类书刊中筛选符合儿童审美心理和理解能力的漫画素材进行作文教学。挑选的漫画篇幅一般控制在四格以内,对于低年级学生主要以训练说话为主,

对于中高年级学生通常针对漫画负载的言语训练点鼓励儿童自由表达和有创意的表达。统编版五年级下册习作八《漫画的启示》就是依画作文的典型实例。教材以华君武的两幅漫画为素材,在教学中,教师引导学生仔细观察和积极思考,把自己最感兴趣的一幅漫画内容描述清楚,再聚焦漫画的“可笑之处”,借助已有的生活经验从不同角度联想到生活中存在的一些“可笑之处”,思考漫画中人物的行为带来的启示,让生活与习作相融相生。

### 2. 依文作画

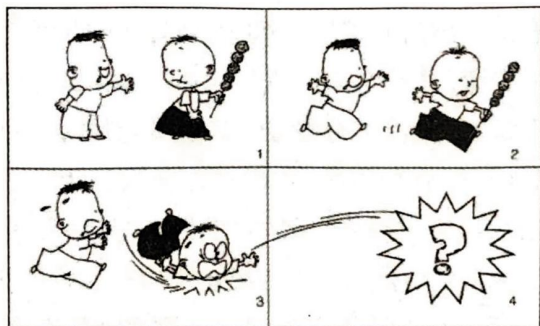
依文作画,从字面来理解就是依据文章的内容来进行漫画创作,这和上文所谈到的依画作文是两个相反的操作模式。在教学过程中,教师要选择一篇结构清晰且情节曲折的有趣例文,在朗读、分析、鉴赏中提升对文章的理解能力,再逐步引导学生从事件的起因、经过、结果这几个方面进行漫画创作,将抽象的文字符号转化成直观的画面。

### 3. 补画续写

在呈现多格主题漫画时,故意将其中一幅漫画省略,引导学生通过推测和想象为残缺的漫画进行合理补画,接着进行合乎整幅漫画逻辑的文字创作,使得文章的内容更加丰盈。如有这样一幅残缺漫画:

此幅漫画与学生生活情境相类似,学生在读图理解的过程中将图画中的情境与自己的生活情境联系起来,可能会迸发出如下的思维火花:没有跌倒的小男孩扶起了跌倒的那个孩子,

两人重新买了一根冰糖葫芦,你一颗我一颗地品尝起来;没有跌倒的小男孩见机拾起地上的冰糖葫芦,开开心心地吃了起来;手拿冰糖葫芦的小男孩一边跑一边吃,结果“扑通”一下摔倒了,一颗冰糖葫芦恰巧卡在了喉咙里,怎么咳也咳不出来……补画的过程,是一种想象的过程,也是一种言说的过程,作为教师要能够珍视学生独特的想象和感受,鼓励孩子大胆写作。



### 4. 创作漫画



创作漫画即学生围绕一个有趣的话题,进行漫画创作。所创作的漫画可以是单幅漫画,也可以是四格漫画,还可以是多格漫画。例如笔者给定一个话题“童年趣事”,学生按照这个规定命题发挥想象并结合自己的生活经验进行个性化创作,建构出属于自己的漫画故事。这样的创作形式一方面培养

了学生对日常生活的观察、取材能力,另一方面也对学生的想象力和创造力的提升有着一定的促进作用。

### 5. 文画相生

这是漫画运用过程中最受学生们喜爱、最能提高儿童自我效能感的一种写作形式,它需要多个学科教师共同参与、共同实施。首先美术、音乐、科学等学科教师需要引导学生围绕一个话题进行漫画创作,语文教师则负责在指导课前,对学生创作的漫画进行筛选和整理,并根据精选的原创漫画训练学生由口语表达向书面表达过渡的能力。如《猪八戒当厨师》,就是比较高质量的原创作品,它来源于学生个体,

并很好地运用到作文教学中,继而进一步激发学生的写作动力。

童漫作文是集赏析、观察、想象、作画、说话、写作为一体的综合性作文教学活动。作为一线教师我们要不断地开发和利用好这种优质的课程资源,把“画”和“文”有机结合,把“说”和“写”巧妙结合,努力营造一个充分释放儿童天性的课堂,让儿童在一个相对轻松的环境中感受生活,描绘生活,想象生活;在一次次的漫画赏析中,在一次次的漫画创作中,在一次次的依画作文中,促进语文综合素养的提升。

选自《新作文·小学作文创新教学》2021 年第 6 期

(上接第 26 页)

彩、形式多样的种子画,有的幼儿画出小鸡的形状,用黄色的种子进行填充;有的幼儿用泥巴捏成房子的形状,将花生壳粘在上面当作屋顶,并将红豆当作墙砖粘在壁上;有的幼儿将种子串起来当作画中小公主的项链。幼儿的作品制作完成后,教师将剩下的种子收起来,对适宜当地生长的植物进行种植,便于幼儿观察生命的成长。

我国历史悠久、文化深厚,节日是文化的重要组成部分,教师基于丰富的教育资源开展美术活动,能够调动幼儿的参与热情,感受文化魅力。在大多数节日的背后都有一段历史和传说,教师可利用故事中的美好精神和爱国导向,鼓励幼儿进行自由创作。如在端午节开展包粽子、画龙舟等活动,教师可先给幼儿讲解端午节的来历,了解相

应的传统习俗,让幼儿感受传统文化的魅力,并激发他们参与活动的积极性。同时,教师也为幼儿提供自然中的操作材料,让他们动手制作龙舟、香囊等有端午节特点的物品,促使幼儿在美术活动中感受节日氛围、提升美术素养。

幼儿阶段是培养幼儿兴趣爱好和良好品质的关键时期,教师应通过引导和鼓励增强幼儿的自信心,提升幼儿的自主探究能力。教师需在幼儿美术教育中尊重幼儿的感受,带领他们亲近自然,感受自然赋予的一切生命和力量,也引导幼儿发现美好,从而提高其审美能力和创造能力。在巧妙利用自然材料的过程中促进幼儿用心观察,拓展思维,同时丰富生活经验,以促进幼儿身心健康发展和道德品质的提升。

选自《早期教育》2024 年第 9 期



## 大班数学个别化活动：种菜



杭州市西湖区花语城幼儿园 夏菁华

大班幼儿对种植活动有浓厚的兴趣，因此，我们以种植情景为现实依托，融入数学学习，幼儿在积累种植经验的同时，还能收获数的体验。

幼儿数学的学习除了以集体活动的形式集中呈现，还可以小组个别化的形式随时随地进行。我们以种菜情境设计大班数概念个别化学习活动，并贯穿整个学期，把数数、20 以内的计数、10 以内的分解与组合等数概念融入“拔草除虫—积分买苗—种菜比武—菜地丰收”四个情境中，每个情境又设计了不同层次，以满足不同能力水平的幼儿随时随地进行数体验。

情境一：拔草除虫

A) 游戏目的

按数取物，能有意识分类，通过点数、目测数、按群数等方法说出总数；理解物与数的对应关系。

B) 游戏材料

围棋子（白色当杂草，黑色当害虫）、棋盘，1~6 的数字骰子，面值为 1 分、2 分、5 分的积分卡若干。

C) 游戏玩法

导入语：春天来了，幼儿园的种植区需要种菜，可是地里有很多的杂草和害虫，需要我们来清理。

层次一：投白子（在棋盘上随机撒一些白子当作杂草）。

师：2 个小朋友轮流掷骰子，数字

骰子掷到几，就拔几棵草，一棵草换 1 个积分，看看谁拔得多。

关键性指导语：现在我们拔了几棵草？数一数，不能多数，不能漏数。谁最多？谁最少？多了几棵？

（分析：幼儿按数取物，不受物体摆放形式影响，通过点数、目测数等方法说出总数，以一一对应的积分形式进行验证。）

层次二：投黑子（在棋盘上随机撒一些黑子当作害虫）。

师：2 个小朋友轮流掷骰子，数字骰子掷到几，就消灭几个害虫。一个害虫可以换 2 个积分，看看谁消灭的害虫最多。

关键性指导语：一个害虫 2 个积分，你能换多少积分？你是怎么数的？（鼓励群数）

（分析：通过点数、群数说出总数，以 1 对 2 的积分形式进行验证。）

层次三：黑白混合（在棋盘上随机撒一些白子和黑子，分别当作杂草和害虫）。

师：2 个小朋友轮流掷骰子，数字骰子掷到几，可以自主选择是拔几棵草还是除几个害虫。同样一棵草换 1 个积分，一个害虫可以换 2 个积分，看看谁赚的积分多。

（分析：教师有意识地用数学语言帮助幼儿积累数数的经验，鼓励他们

说出自己的思考。)

### 情境二：积分买苗 游戏目的

以积分买苗的方式，借用数轴条感知游戏中 1 对 1、1 对 2、1 对多的对应关系，理解与运用不同物与数的交换。

#### A) 游戏材料

幼儿用多米诺牌自制 1~3 不同点数的小苗，面值为 1 分、2 分、5 分的积分卡，数轴条若干。

#### B) 游戏玩法

导入语：种植区拔草除虫后，我们要去购买小苗进行栽种，有 1 元、2 元、3 元不同价格的小苗，请用你们刚才赚的积分去买苗。

层次一：投放 1~2 点数的小苗和 1 分、2 分积分卡若干。

师：1 个积分换 1 元的苗、2 个积分换 2 元的苗。这棵苗是 1 点，表示是 1 元，需要 1 个积分来交换；这棵苗是 2 点，表示是 2 元，2 个积分交换 2 元的苗……

(分析：通过一一对应的操作，帮助幼儿理解与运用以一一对应方式进行物品与积分的交换。)

层次二：投放 1~2 不同点数的小苗和 1 分、2 分的积分卡若干。

师：如果我们换 3 棵 1 元的苗需要几个积分？换 5 棵 2 元的苗需要几个积分……

关键性指导语：想一想如果要买 3 棵 2 元的小苗，需要几个积分？我们借用数轴对应的方式，数 2、4、6，可以发现需要 6 个积分。

(分析：借用数轴操作方式，帮助幼儿理解与运用一种价格的多个物品与积分交换。)

层次三：投放 1~3 不同点数的小苗和 1 分、2 分、5 分积分卡若干。

师：现在一共有 20 个积分，你可以买哪些苗？你能说说你是怎么想的吗？

关键性指导语：想一想如果需要 3 棵 2 元的小苗、3 棵 1 元的小苗，一共需要多少积分？借用数轴对应的方式，先数 2、4、6，接着数 7、8、9，一共需要 9 个积分。

(分析：通过需求提问，帮助幼儿理解与运用不同价格的多个物品与积分进行交换。)

### 情境三：种菜比武

#### A) 游戏目的

以掷骰子的方式进行 20 以内的计数。

#### B) 游戏材料

鸡蛋托当菜地，每块菜地分别标有 1~10 数字；自制 1~4 点数的菜苗，1~6 的数字骰子。

#### C) 游戏玩法

导入语：每一块菜地都有相应的数字，种的菜苗点数合起来是这个数就表示这块地种满了。

层次一：投放一片数字菜地，上面随机标 1~4 的数字。1~6 的数字骰子，点数为 1 的菜苗若干。

师：轮流掷骰子种菜，如果骰子是 3，就可以拿 3 棵点数是 1 的菜苗种到标有数字 3 的菜地里，种的时候菜苗

的点数合起来不能超过菜地上标的数量。看看谁先种完 10 棵菜。

关键性指导语: 如果骰子是 5, 菜地的数字最多只有 4 怎么办? (引导幼儿说出解决的办法, 比如: 将 4 棵菜苗种在 4 的菜地, 将这块菜地种满, 再将 1 棵菜苗种在另一块菜地。)

(分析: 幼儿轮流栽种, 直到种好 10 棵菜苗。教师通过提问帮助幼儿进一步了解自己是用什么方法进行比较的。)

层次二: 投放一片数字菜地, 上面随机标 1~7 的数字。1~6 的数字骰子, 点数为 1~3 的菜苗若干。

师: 轮流掷骰子, 如果骰子是 5, 可以拿点数合起来是 5 的菜苗种到标有数字 5 的菜地里。看谁先种好 15 棵菜。

关键性指导语: 如果菜地是数字 4, 骰子掷的是 6, 怎么办? (引导幼儿想办法, 比如: 把 4 的菜地先种满, 再在另外的菜地种 2 棵。)

(分析: 幼儿轮流栽种, 感知数的不同分解方式, 并以自己的方式快速计算小苗总数、比较多少。)

层次三: 投放一片数字菜地, 上面随机标 1~10 的数字。1~6 的数字骰子, 点数为 1~4 的菜苗若干。

师: 轮流掷骰子, 如果骰子是 6, 可以种点数是 3 和 3 的菜苗, 也可以种 3 棵点数是 2 的菜苗……看看谁先种好 20 棵菜苗。

关键性指导语: 如果骰子是 5, 菜地的数字是 8, 怎么办? (引导幼儿思考解决的办法, 比如先种 5 棵菜苗, 后

面再掷再种, 直到种满 8 棵。)

(分析: 幼儿感知数有不同的分解方式, 不同的点数方法决定数数的速度。)

情境四: 菜地丰收

A) 游戏目的

以掷骰子的方式进行 10 以内数的分解与组合, 感知同一个数有不同的组合形式与数量的变化, 并能用书面数字符号正确表示 10 以内的数量。

B) 游戏材料

棋盘, 1~6、3~8、5~10 的数字骰子, 自制的菜, 分合记录本。

C) 游戏玩法

导入语: 小苗一天天长大了, 到了收获的季节。我们一起来帮忙收菜吧!

层次一: 投放 1~6 的数字骰子、棋盘和自制的菜。

师: 2 人轮流掷数字骰子, 掷到几, 你就收获点数是几的菜。如果掷到的数大于菜的点数, 你可以把菜进行组合, 合起来正好是骰子数。看看谁能把自己的菜地最快收完。

关键性指导语: 如果你掷到 5, 那可以收获价格是 2 和 3 的菜, 也可以收获价格是 2 个 2、1 个 1 的菜。可以根据自己的需要来选择, 只要合起来是骰子数就行。

(分析: 幼儿在收菜的过程中理解与运用 6 以内的分合。)

层次二: 投放 3~8 数字骰子、棋盘和自制的菜。

(下转第 12 页)



## 亲自然 享艺术——以自然材料为载体培养幼儿的艺术创造能力

宿迁泗洪县幼儿园 杨越

美术活动是幼儿艺术教育领域中的重要组成部分，生活中随处可见的沙、石、泥土、植物等自然材料为幼儿美术活动提供了优质的资源。教师在一日活动中需充分利用自然材料开展美术活动，让幼儿的生活学习空间在自然环境和社区资源中得到有效扩展。本文基于幼儿对自然材料的感知与探究，引导幼儿运用自然材料制作美术作品，以培养幼儿欣赏美、表现美、创造美的品质，助推幼儿身心健康发展。

（一）感知多元的自然材料，激发幼儿的艺术创造兴趣

幼儿的世界充满着惊奇和兴奋，大自然也充满了神奇的力量吸引幼儿去探究。亲近大自然是幼儿的天性，从种子到植株，从嫩芽到花朵，从虫卵到昆虫，从春天到冬天，从郁郁葱葱到落叶遍地等，自然界中诸多的材料可为幼儿美术创造提供无限可能。为满足幼儿的好奇心和求知欲，教师可利用野外郊游、果园采摘、参观植物园等活动组织幼儿走进自然，让他们在活动中开阔眼界、拓展思维，充分感受到大自然的一花一木、一景一物之美，从而激发幼儿的想象力和创造力，提高他们对美术活动的兴趣。教师在策划户外活动时需考虑幼儿的年龄特点，在其能力范围内开展美术活动。例如，幼儿进行“竹林里有什么？”游戏活动，教师在活

动过程中鼓励幼儿自己寻找美术材料，幼儿也发挥想象：竹叶可以装饰头发，掉落的竹枝可编织帽子或制作成小伞和竹扇等。幼儿就是在游戏中感受了自然材料的可塑性。再如，在秋天组织幼儿去果蔬园，幼儿在丰茂的树木和甜甜的果香中对丰收有了更多感触，大自然赋予的美景不仅能培养幼儿的观察力和想象力，还能激发幼儿对美术活动的兴趣。

（二）探究丰富的自然材料，满足幼儿的艺术创造需求

每位幼儿的兴趣爱好、行为习惯和能力各不相同，相较于传统的美术课程，开放性的创意美术活动能给幼儿提供更广泛的想象空间，宽松的活动氛围能够增强幼儿的自主探索意识。教师可在班级的美术区投放材料，鼓励幼儿进行美术活动，在满足幼儿发展要求的同时提升其想象力和自我学习能力。比如，选取贴近生活、安全方便，且符合幼儿年龄特点的材料，如原生植物、纸盒、石头、布料等，并引导幼儿自己收集材料进行投放。

1. 在教师的引导下探究自然材料

每位幼儿都是天生的艺术家。教师要为孩子们提供自由想象、涂抹和创造的机会，鼓励幼儿用自己的方式表达对周围世界的认识和感受。例如，班级开展了“创意娃娃”美术活动，在教师

的引导下，幼儿在活动区域的材料中选取自己所需进行制作。有幼儿选择蛋壳作为主要材料，并运用两种方式展开手工操作：一是将较完整的蛋壳当作身体，在蛋壳上描绘色彩斑斓的花纹当作“蛋娃娃”的衣服，再绘出五官和头发，憨态可掬的娃娃就完成了。二是将蛋壳捏碎，拼出娃娃的形状并进行粘贴、涂色。在制作过程中，教师给予幼儿适宜的指导和帮助。这样的活动，不仅激发了幼儿的创作灵感，也有助于培养幼儿想象、探索与实践的精神。再如，美术区开展“纸盒变变变”活动，幼儿将收集的礼品盒、点心盒等进行创作。有的幼儿选取颜色鲜艳的纸盒并在各面剪出花纹，形成镂空的多面体，再将手工折的花束放在镂空盒里做成漂亮的花瓶，也有的幼儿将纸盒拆开重新折叠，制成垃圾桶或收纳盒等。这样的美术活动不仅锻炼了幼儿的动手能力，还让他们在材料操作的过程中对旧物利用、绿色环保有了新的领悟。

## 2. 在家长的支持下探究自然材料

家庭教育是幼儿教育中不可或缺的部分，教师应充分利用家长这一教育资源，向家长普及自然材料在美术教育中的重要作用，鼓励家长转变教育理念，让家校携手完成幼儿的培养和教育，共同促进幼儿的发展。

例如，幼儿园组织亲子活动，教师引导家长与幼儿共同走进山水田园，并收集自然材料。在亲近大自然的过程中，家长也可用趣味性的游戏吸引幼儿的注意力，如提出“谁捡的树枝

长？”“谁编的柳枝环漂亮？”“谁能找到更大的花朵？”等问题，这有助于提高幼儿参与活动的兴趣，也有助于激发他们的创造能力。家长和幼儿共同参与美术活动，还有助于他们在情感交流中形成良好的亲子关系。

## （三）运用多样的自然材料，培养幼儿的艺术创造能力

幼儿对色彩具有较强的感知力，自然中的事物能够引发他们的好奇心。因此，教师应尊重幼儿的天性，创设生活化的美术活动，正确引导幼儿感受自然、感知生活并创作作品。活动中教师需巧妙利用自然材料，以促进幼儿创造性思维的发展，提高他们对美好事物探究的兴趣。

例如，教师在秋天开展了以收集种子、树叶、果核等自然材料为主题的美术活动，并延伸了“树叶的颜色”“种子画”“树叶拓印”等一系列活动，指导幼儿将收集的树叶按照形状、颜色、大小进行分类，幼儿可根据自己的爱好进行思考并动手操作。在“树叶的颜色”活动中，有的幼儿喜欢金鱼，便用几片红色的树叶叠在一起粘贴在纸上形成鱼的身体，将黄色的树叶做成尾巴和头部，也有的幼儿喜欢蝴蝶，将蝴蝶形状画在纸上，并把树叶剪成各种形状做成翅膀的花纹。幼儿在动手操作的过程中不仅提升了思维能力，也有助于养成合作互助的习惯。在“种子画”活动中，教师引导幼儿发现种子的多样性并进行区分，以创作缤纷多

（下转第 21 页）

## 最怕匆促

曾颖

上取高的第一年，学校组织春游，目的地是 40 多公里外的新都，这对没怎么出过远门的我，无疑充满诱惑。为了不给妈妈增加负担，我连续一个多星期没吃早饭，把饭钱攒下来，交完一元五角钱的车费后，还剩八角钱。

我们坐着汽车，一路摇摇晃晃到新都，上午逛宝光寺，下午游桂湖公园。对于只有十四五岁的我们，后者的吸引力显然要大一些，说不定还可以让我们荡起双桨，像歌里唱的那样。

事实上，当时的桂湖公园，湖是一小畦水，桂花尚未盛开，公园里只有一些旧房子。大家转一圈，便觉兴味索然。只有语文老师黄仁文一路兴趣盎然，一副楹联、一块牌匾、一丛花草、一棵老树或一块奇石，都不肯放过，且走且吟，一脸惬意，仿佛所见都是久别的老友。那时，黄老师刚教我们不久，但他身上那股掩盖不住的潇洒又儒雅的气质，深深吸引着我。不知不觉间，我就跟在他身后了。他起初是自顾自地诵读，后来开始给我讲解，哪一副对联是郭沫若题的，上下联里嵌着“桂湖”两个字；哪一句话又和哪一部古典名著有关。还说到“青山依旧在，几度夕阳红”，之前我在读言情小说时见过这句词，一直以为作者是琼瑶，殊不知，原来还与这座房子的主人杨升庵有关。杨升庵这个名字，从此进入我的视野。

关于杨升庵，黄老师给我讲了一

个猫市巷的故事。传说当年杨升庵遇祸遭贬，他对皇帝说：“万岁，您把我发配到哪里都可以，唯独不要把我送回新都老家，我家隔壁有一条巷子，叫猫市巷，那里有很多猫屎，我最怕闻那个味道。”

他以为皇帝会因为讨厌他，将他送到他不想去的地方，从而达到回老家的目的。但皇帝看穿了他的小心思，直接将他派去云南。

这当然是无可稽考的故事演绎，距历史事实很远，但距青少年的兴趣很近。黄老师给我讲的许多关于杨升庵的真实故事，我都淡忘了，唯独记得这一个，历经 39 年，它依然清晰如昨。

不知不觉间，我们就和大队伍分开了。没有嬉闹追逐，公园显得异常宁静，阳光灿烂且有一点儿小风，既明亮又不燥热。黄老师说话时语调沉稳，完全不像平时上课那般嘹亮激昂。此时此刻，在这片被花树和传说包围的小小世界，只有我们这一老一少，小桥流水式的言语，更贴切，也更应景。那天午饭，黄老师带的是师母做的卤肉夹馍，他硬分了一多半给我，使我省下几角钱。他让我买了一盒新都特产桂花姜糖带回家，我和爸爸妈妈弟弟一道，吃得满心欢喜。我将此归功于黄老师。

之后的作文课，我写了桂湖。同学们感叹：“我们去的难道不是一个地

（下转第 6 页）

## 看得见的运气，看不见的努力

杨梅

《宋史》记载，樊若水是南唐时期一名普通的书生。当时南唐政治腐败，民生凋敝，像樊若水这样胸有鸿鹄之志的人却不被任用，连进士都考不上，他非常郁闷。他听说崛起于北方的赵匡胤有雄才大略，正招贤纳士，便产生了投奔的想法。

数月之后，樊若水抛家舍业，跋山涉水，一口气跑到大宋都城开封，然后直接向皇宫里递送了一封自荐信。读了自荐信的赵匡胤，竟仰天大笑，高呼一声：“南唐李煜小儿，已尽入我袋中。”又当着文武百官的面拍板：“人才难得，此人重用！”

而樊若水的人生，也就此飞黄腾达——先被特许参加进士考试，然后官至舒州军事推官，到任不久，又升任太子右赞善大夫。

樊若水的平步青云招来了其他官员的羡慕和忌妒，一封封弹劾批评的奏章呈上了赵匡胤的案头。

开宝八年（975 年）十一月，大宋军队在樊若水的指挥下势如破竹，越过长江天堑，直捣黄龙，俘虏了南唐国主李煜。

原来，当樊若水决定投奔后，他就想给赵匡胤送上一份不同凡响的见面礼。经过深思熟虑，他认为大宋之所以长期攻不下南唐，绝不是军事原因，浩荡的长江屏障才是宋军最大的障碍。

樊若水颇懂兵法，也读过不少有关地理和水利的典籍，加上他长期生活在长江边，对长江的渡口、关卡、要塞等都了如指掌，便决定帮赵匡胤架一座浮桥。

在那个年代，要想在广阔的江面上架设一座浮桥，并不是一件容易的事。除了要有技术，还要有充分的物质保障。其中最关键的是，要得出江面的准确宽度，才能有针对性地准备架桥的物资，并在岸边搭建浮桥的固定设施。为掩人耳目，方便勘察测量，樊若水经人介绍，到具有地理优势的广济寺，当起了和尚。

一有机会，他便来到牛渚矶边察看地形，并暗自绘下图纸，标上记号。为了得到长江水面宽度的准确数字，他经常以垂钓为名，划着小船，带上长长的丝绳，在采石江面上不知疲惫地往返数月，反复测量。

为了给将要建造的浮桥做好固定，樊若水又向广济寺捐献了一大笔钱，建议寺庙用这笔钱在牛渚山临江处凿出一个个石洞，供奉佛像，名义上是保佑过往船只平安，实则是为宋军日后渡江做好准备。他“请造浮梁以济师”的计策和精心绘制的堪称人类桥梁工程学新纪元的技术报告《横江图说》，令宋太祖惊叹。书信上不但有详细的施工规划与精巧的设计，就连采石江面

（下转第 36 页）

## 有“搭子”，不孤单！

马晓晴

《太原晚报》2023 年 4 月 20 日载有一篇题为《年轻人的新型社交》的文章，文章写道：

(1) “饭搭子”“摄影搭子”“旅游搭子”“学习搭子”“运动搭子”……最近，随着春风而来的一股“搭子风”，在太原年轻人的社交圈里“刮”开了。4 月 17 日，记者咨询了相关专家，他们建议，大家在享受网络社交带来的便利体验的同时，最好不要涉及经济来往。

“搭子”作为一种新型的社交关系，在社会上广为流行。社会生活的方方面面都可看到“×搭子”。

“×搭子”意思就是“一起做某事的人”。从形式上看，如果行为可用单一动词表达，就直接用“动词+搭子”形式，像“旅游搭子”“运动搭子”，直接用“旅游”“运动”；如果该行为需以动宾短语表示，×就是动宾短语的宾语，像“饭搭子”“牌搭子”，分别提取“吃饭”的“饭”和“打牌”的“牌”。从内容上看，×或是基本需求型的，像“下午茶搭子”“学习搭子”；或是兴趣爱好型的，像“演唱会搭子”“摄影搭子”。以下是一些实例：

(2) 近日，浏览豆瓣、小红书等平台，除了旅游攻略、旅游必备清单等恒久不变的热门旅游话题，“找旅游搭子”的帖子异军突起。（《福建日报》

2023 年 5 月 1 日）

(3) 因兴趣相投，她在活动上结识了几位本该是“竞争者”的女性朋友，还发展成了彼此“饭搭子”，隔三岔五就会聚在一起。（《中国青年报》2021 年 4 月 30 日）

(4) 据媒体报道，随着近期堂食、旅游等外出活动增多，一种叫作“搭子”的新型社交方式在年轻人中盛行。不少人甚至会在社交媒体发帖“求搭子”。其中除了“饭搭子”“逛街搭子”等日常生活需求，还有许多基于兴趣爱好建立的“搭子”，涉及陆地冲浪、飞盘、骑行、汉服、剧本杀等多个领域。（《南京日报》2023 年 4 月 27 日）

“搭子”本来是一个方言词，在吴语中指“玩牌的伙伴”（见许宝华、宫田一郎主编的《汉语方言大词典》第 5987 页），也就是说，“搭子”最早专门指“牌搭子”。后来，“搭子”除了指“玩牌的伙伴”，还可以指在其他领域一起从事某些行为的人。

“搭子”在社会上传播流行，一方面符合语言自身的规律，另一方面是社会的需要。从语言方面看，“搭子”一词由动词性语素“搭”和后缀“子”构成，组合成为名词。这种构词方式在语言中是常见的，传统词语有“凿子”“刷子”等，新兴词语有“黑子”“喷

（下转第 31 页）



## “名山”未必“大”

吕永进

按理说，像“名医”“名人”“名将”和“名产”一样，在一般人的心里，“名山”的“名”也是“有声誉的，大家都知道的”的意思，“名山”就是“有名的山”。然而，权威语文工具书《现代汉语词典》和《汉语大词典》里“名山”却均释为“著名的大山”。一个“大”字，或让“中国名山录”上的诸多“名山”名落孙山了。众所周知，像“武夷山”“庐山”“五指山”和“九嶷山”等与“五岳”等相比算不上大，然而它们的的确确也是“名山”。古人有言，“山不在高，有仙则名”。除了“仙”之外，风景、掌故或文化传承等等，都可使一座山成为“名山”。大而著名的，如“五岳”“喜马拉雅山”“天山”等，只是名山的一类。所以，把“名山”解释为“著名的大山”未免失之偏颇。

现代语文辞书把“名山”释义夹带进“大山”的成分，当与“名”的古义“大”有关。《礼记·礼器》：“是故因天事天，因地事地，因名山升于中天，因吉土以飨帝于郊。”郑玄注：“名，犹大也。”

考之古籍，“名”训“大”者不乏其例。《国语·鲁语上》：“取名鱼，登川禽，而尝之寝庙。”韦昭注：“名鱼，大鱼也。”《后汉书·明帝纪》：“郡县有名山大川能兴云致雨者，长吏各洁斋祷请，冀蒙嘉澍。”参之古人“积土成山，风雨兴焉”等观念，以及设坛祈雨等习俗，笔者认为祷雨所涉“名山大川”之“名山”

当侧重其高峻以“兴云致雨”，即便有“名望”的成分，也当由其高峻所附带。故此“名山”当指“大山”，与“大川”并列，文从字顺。

与“名山”相类，古代大的河流或称为“名川”。如《左传·襄公十一年》：“司慎司盟，名山名川。”孔颖达疏：“名川，谓四渎也。”江河淮济谓之“四渎”，是当时大的河流。又，《吕氏春秋·有始》：“水道八千里，受水者亦八千里，通谷六。名川六百，陆注三千，小水万数。”这里“名川”与“小水”相对，其“大川”义显明。另，“名川”或称“名水”。如银雀山汉墓竹简《孙臆兵法·雄牝城》：“营军取舍，毋回名水。伤气弱志，可击也。”“名水”这里泛指大江大河无疑。且本篇中尚有“名谷”之称：“城在淖泽之中，无亢山名谷……”“亢山”即高山，“名谷”指“大的山谷”，可与之相佐证。

总之，“名”古籍中有“形体大”之义无疑，因此，“名山”可专指“大山”，不必与“有名”相伴。

“名”由“大”义引申而指抽象义的“重大、贵重”等。如“名公巨人”，古指位高权重的人。而《三国志·魏志·公孙度传》：“郡中名豪大姓田韶等宿遇无恩，皆以法诛。”其中“名豪”《汉语大词典》释作“有名的豪族”，似未达于一间。清代吴伟业《葺城行》：“纵

有名豪解折行，可堪小户胜狂药。”“名豪”与“小户”相对为文，可见重以地位论，而不在名气。

或因“大”“重”与“名气、名誉、名声”关系紧密，所以二者之间往往纠葛。正如《尚书·武成》“告于皇天后土，所过名山大川”之孔颖达疏所言：“山川大乃有名，名、大互言耳。”如前所言，“名山”也有“著名的山”之用。如《晋书·孙统传》：“纵意游肆，名山胜川，靡不穷究。”又如《醒世恒言·闹樊楼多情周胜仙》：“从来天子建都之处，自然名山胜水。”“胜”者，“优美”之义，与“名”对文，则“名”取其“名气、著名”义，而非重于“高大”。诚如前文所举“武夷山”“五指山”等均为名山，却很难称大山。

现代语文辞书或囿于“名”之“大”的古训，又鉴于今之“有名”的常用义而骑墙地把“名山”释作“著名的大山”，

（上接第 29 页）

子”等。“黑子”是对现实或虚拟的人物、作品进行针对性贬低、侮辱的人。

“黑”本来是形容词，在针对某些人进行贬低、侮辱的语境中用作动词，加上后缀“子”，组合成为名词。“喷子”是动词性语素“喷”与词缀“子”组合，指喜欢胡乱指责他人的人。

从社会方面看，“搭子”的流行是快节奏生活中人们寻求精准高效陪伴的表现。人的兴趣爱好是丰富多样的，生活习惯也不尽相同，因此想要找到各方面都合拍的朋友并非易事。“搭子”关系是基于某种特定的生活习惯

无意中缩小了现代汉语“名山”的范围，同时对古今承袭的成语“名山大川”“名山大泽”等的释义也往往降低了其精准度。如《汉语大词典》释“名山大川”为“著名的大山大河”，《现代汉语规范词典》把“名山大川”释为“著名的高山大川”等，显然也是把“名”之“有名”和“大”义糅合为释。又如，中华书局出版的湖北大学古籍研究所编的《汉语成语大词典》把“名山胜川”“名山胜水”看作是“名山大川”的异形成语，恐怕也值得商榷。

如此说来，大山多有名，而名山未必大，二者在“名山”义上并非因果关系。“名”之“大”义或应收录于现代语文辞书，使之区别于“有名”之义。否则，将影响“名山”“名山大川”等一系列词语的释义。

选自《咬文嚼字》2023 年第 9 期

或兴趣爱好而达成的，是一种垂直细分领域的陪伴。现代人更加专注于自身的感受，有相同兴趣爱好的“搭子”可以作为行动伙伴和精神陪伴在某一领域中度过一段舒适的时光，领域之外一般互不干扰。

虽然“搭子”不是传统意义上的朋友，但他们能够因为兴趣爱好而结伴同行，也不失为一种良好的社交关系。

“搭子”从表示“玩牌的伙伴”到“万物皆可搭”，词义不断扩大，这正是多元社会给词汇注入生命力的体现。

有“搭子”，不孤单！

选自《咬文嚼字》2023 年第 7 期

## 《华语教师之友》导师信箱



目前，中国大陆非常流行分组讨论式教学。那么，华语教师如何在菲律宾华语第二语言的情况下，针对不同课型、不同年龄的学生开展分组讨论式教学？——计顺基督 林雨联

# 浅谈菲律宾华语分组讨论式教学的实施

博爱公益教育中心 赖小桥

**【摘要】** 分组讨论式教学是中国目前比较流行且常用的课堂教学模式，它能有效调动学生参与课堂的积极性，同时锻炼其组织、协作和解决问题的能力。在中文作为第二语言的菲律宾华语教学中，就不同课型、不同年龄段等具体问题，如何利用分组讨论式教学提高课堂效率，营造积极热烈的课堂氛围，在以学生为主体的讨论中提升学生中文学习能力，将是本文讨论的重点。

**关键词：** 第二语言 分组讨论 不同课型 不同年龄

美国教育学家本杰明·布卢姆曾研究过不同教学方法所激起的学生思维过程，他指出，与教师单一讲授式教学方法相比，课堂小组讨论教学方法更能活跃学生的思维、吸引学生的注意力。课堂小组讨论法的研究实际是对合作学习更加细化的探索。课堂小组讨论法应用在教学过程中能充分发挥学生的主体能动性，体现学生的主体地位。但是，不管课堂采用何种教学方法，它都只是一种手段，而不是最终的目的，如果运用不当，便会流于形式，最终的效果便会大大打折。分组讨论教学法亦是如此，它在中国课堂中的出现已有

一段时间，经过许多一线教师的实践、反思、调整、完善，已经总结出了一些经验。在汉语为母语的课堂和中文为第二语言的菲律宾华语课堂，学生的中文水平不同，呈现出来的效果也会有一定的差异。如何在菲律宾华语课堂教学中借鉴中国课堂分组讨论式教学的经验，提高课堂效率，激发学生学习的积极性，是一个非常重要的问题。在回答此问题之前，我们需要了解什么是分组讨论教学，它的优点和分组方式，以及在使用过程中可能出现的问题。

### （一）什么是分组讨论式教学

分组讨论教学法，也叫做小组讨论法，是针对一个学习问题或学习内容，以小组为单位，对其进行研讨交流，得出小组结论，并与其他小组对照的一种教学方法。这种方法能锻炼学生的倾听能力、决策能力、表达能力和沟通能力以及团队协作解决问题的能力。

### （二）分组讨论式教学的优点

在麦克·格尔森在他的著作《如何在课堂中使用讨论》中说到，讨论的目的是“让全班学生都参与到设定的课堂活动中，以便人人都能从中学习。对教师来讲，课堂活动本身不是目的，



目的是通过课堂活动达到教师给学生设定的学习目标。”因此，分组讨论的第一个优点就是体现学生的主体性，激发学习的兴趣；其次可以锻炼学生的语言沟通和表达能力；活跃课堂气氛，有助于学生从不同的角度看问题，拓展思考的广度和深度等等。

### (三) 分组讨论式教学的几种类型及作用

一堂完整的课，往往会采用多种不同的教学方式，而分组讨论式教学作为整个课程中的一个环节或一个构成部分，它作为学生的一种学习方式嵌入到教学环节中，起着不同的作用：

1. 开放式问题的小组讨论，目的是引出新知，引出大家对即将探讨知识的关注。同时引出大家已有的一些知识经验。

2. 解决具体问题的小组讨论，它是在教师讲授新知之后尝试进行问题解决的一种讨论，他的目的是帮助学生理解新知。在这次讨论之后，教师要带领全班一直总结和巩固新知。

3. 具体案例的小组讨论，目的是应用新知。刚学习的新知识应该如何使用呢？那就需要在案例中应用试试。但不是某个学生单打独斗、冥思苦想的应用，而是小组讨论，这是学生学习的脚手架，不至于一下子就处于不确定的未知学习情境中。当然在学生具体应用的过程中，会有一些疑问之类的，这些疑问在也需要老师在学生讨论过程中发现，并选择代表性的问题集中答疑和总结。

4. 学生继续小组讨论或自主思考问题，这些目的都是为了新知的迁移和巩固。课堂上给学生探讨，课下才有可能在“获得”的基础上进行更多的自主学习。如果学生在课堂上都没有获得感，课下想必也不会再有心思或兴趣去翻开书本继续深入学习。

### (四) 分组讨论式教学中可能出现的问题

分组讨论式教学是为了让所有的学生参与到问题的讨论中来，让学生在自主、合作、探究中对教师所提问题进行深入地思考并提出自己的见解，因此激发学生参与的兴趣和热情显得尤为重要。如果使用不当，会导致学生缺乏兴趣，丧失积极性。此方法在运用过程中，常出现以下几种问题：

#### 1. 讨论进入的时机不当

在课堂进行时，问题进入的时机十分重要，适当的时机能够让课堂的衔接更自然。然而，在现实的课堂中，讨论进入的时机往往不恰当，讨论的问题大多为书上的活动题，讨论接入点单一，并且部分活动题需要学生提前准备，缺乏准备或者准备不充分，学生仓促应对，就会积极性不高。

#### 2. 讨论时长的设定不当

讨论时间过短，学生还没进入状态就已经结束了。讨论时间过长，学生则容易说一些与老师要求无关的内容。讨论时间无论是不足还是过长，都不能达到有效讨论的目的，也不能收到课堂预期效果，可能还会影响教师正常的教学进度。

### 3. 小组成员的组成不当

第一, 小组人数划分不合理。一般来说, 小组最好由 4-8 人构成, 但是由于课堂座位分布的限制, 教师在分组时很难达到这一要求, 最常见的分组情况是 2 人或 4 人一组, 由于班级人数较多, 导致小组数过多。

第二, 小组划分随机性高。目前, 往往是同桌或是前后桌分为一个小组, 而不是依据“组内异质, 组间同质”的原则划分。这种随机性划分小组的做法会影响小组讨论的效果。例如, 小组内成员都很内向, 讨论无法展开; 或是小组成员都是活跃分子, 讨论容易乱成一锅粥, 造成局面失控, 失去小组讨论的意义。

第三, 小组成员分工不合理。在小组中, 一般是由成绩较好或平时表现较好的学生担任组长, 而其他成绩较差的学生则处于被安排的位置。

### 4. 教师扮演的角色不当

首先, 有的教师在课堂小组讨论时, 将自己置身事外, 让学生自己来完成整个过程, 不指导、不监督。这会导致学生讨论不认真。其次, 有些教师没有给学生提供展示学习成果的平台, 尤其容易忽略学生错误的学习过程。这会打击学生的积极性。

### 5. 问题设定难度不当

问题的难易程度影响着学生参与课堂小组讨论的积极性, 过于简单的问题会使学生缺乏讨论的兴趣, 失去讨论的必要性, 让小组讨论流于形式; 过难的问题会使学生无所适从, 不知从

何处开始讨论, 导致讨论停滞。

### 6. 讨论结束方式不当

结束方式是课堂小组讨论的一个重要环节, 很多教师不注重对这个环节的处理。结束方式不当表现在以下两个方面: 一是学生讨论后没有总结, 直接过渡到下一个话题, 这会让学生对问题答案没有明确的认识; 二是不听取学生的意见, 直接给出标准答案——这种做法忽略了学生的努力, 让学生失去讨论的兴趣。这两种做法都会消磨学生对小组讨论的积极性。

(五) 如何根据不同课型和学生年龄进行分组讨论式教学

分组讨论教学法包含了两个部分: 分组和讨论, 老师和学生。因此, 如何合理地分组, 如何引导学生进行有效的讨论, 需要教师采取一定的策略。

#### 1. 有效分组

在小组讨论中, 有效分组尤为重要。有一些教师在课堂教学中仅仅是为了分组而分组, 因此, 只是机械地将学生分为若干小组。小组活动时, 表面上看很热闹, 实际上并不能提高学生的合作意识与学习能力。由此可见, 有效分组关系到小组任务的达成以及学生能力的提高, 是基础性工作。

怎样有效分组呢?

根据儿童社会认知发展理论, 6-7 岁的孩子正处于社交技能和自我表达的初级发展阶段。部分孩子可能因为性格内向、缺乏自信、害怕被嘲笑或不理解小组讨论的意义而不愿意参与。正如心理学家艾里克·埃里克森 (Erik

Erikson) 所述: “这个年龄段的孩子正在发展自我意识, 他们对他人的评价非常敏感。” 因此, 鼓励参与需要从提升自信、理解小组讨论的重要性的培养社交技能入手。对于低学段孩子, 笔者认为, 先让其敢参与、愿意参与才是其基本, 因此教师营造支持性和无压力的讨论环境、引入角色扮演与讨论任务、通过合作游戏和奖励激励参与激发其参与热情, 然后慢慢按照一定的分组原则进行分组, 效果可能更好。

对于高段学生的分组方式, 可以参考以下三种:

一是依学生特点分组。

由于学生之间存在很大差异, 他们的兴趣、爱好、能力、知识基础以及社会背景等都不同, 因此, 在实施小组讨论的过程中, 教师应当依照“组内异质, 组间同质”的原则合理进行分组, 以达到优劣互补的效果。

二是依小组规模分组。

在小组形成的过程中, 也应当考虑人员的数量, 小组规模过大或者过小均不利于小组讨论的开展, 从而对讨论结果造成影响。只有实行有效分组, 才能更好地提升学生的小组合作意识以及相互学习的能力。

三是可以采用趣味分组的方法。

比如按男女比例、兴趣爱好等。总而言之, 只有对学生进行有效分组, 教师才能更好地掌控课堂, 并能够按照预设的教学目标更好地发挥小组讨论的作用。

有效分组是为了让学生了解合作

式学习的作用、目的以及如何有效开展讨论等, 从而让学生懂得尊重、理解、倾听他人, 并学会认真分析、思考与交流, 因此应该考虑学生特点和实际情况, 进行合理分组。

2. 学生角色定位与角色互置

为了达到“组内异质, 组间同质”的效果, 避免学生情绪上和思想上的惰性, 在分组时每位学生都应找到属于自己的工作或角色, 都能发挥作用, 从而实现小组合作式讨论形成的初衷与目的。同时, 教师要在分组前让学生了解各个角色需要承担的责任以及应该完成的任务。

组织者, 应起到统领全局的作用, 负责小组其他成员工作的分配, 带领小组成员就相关问题展开有效讨论, 并确保将问题高质量地完成。记录员, 负责对小组内各成员对问题的看法和观点加以记录并对其进行有效融合。发言人, 能够通过自己的语言将小组最终形成的结果清晰、明了地陈述出来, 以便在全班分享的时候, 让教师及其他学生清楚地明白自己所在小组要阐述的内容与观点。组内各种角色可以互换, 不要角色固化。

3. 问题设定与教师调控

在教学过程中, 不是所有的内容都适合用来进行小组讨论。如何有效地设计出适合学生讨论的问题, 是能否激发学生讨论的兴趣与积极性的关键。

讨论之前, 教师应该精心设计讨论问题, 具体可以遵循四个原则:

问题本身具有价值。例如, 我在讲

授中华文化鉴赏课《郑和下西洋》时，给学生提出的问题是郑和为什么要下西洋，你如何看待他的这一行为？

问题应当契合学生的兴趣。兴趣是最好的老师，有了兴趣才会有思考和探索的欲望。同样在《郑和下西洋》中，我要求学生合作讨论，画出郑和的路线并做好标记，他们非常开心地讨论并动手画起来，当标记到菲律宾时，甚至爆发出了一阵欢呼声。

问题的设置须难易适中。太难或太简单的问题都会降低讨论的积极性。在讲授《二十四节气》时，我提出的问题是：如果让你用一种颜色表现中国的四季，你会使用什么颜色，为什么？在讲评中，对于开放性的问题，或者有多种解答方式的问题，也可以采用分组讨论的方式得出答案。

问题应当具有争议性的。问题能够引发讨论的关键之处在于它本身是富有争议的，这样才能够引起学生之间意

见的分歧、观点的争鸣。例如在讲《十二生肖》时，有同学对老鼠位居十二生肖之首的资格提出质疑，于是我便顺水推舟，通过小组讨论来回应同学的质疑。

一个高质量的小组讨论活动，除了问题的设计要精心，还需要教师合理地引导与调控讨论过程，做到倾听与复述、点评与质疑、方向与节奏的把握。最后，重视小组讨论后的课堂总结，可以分为三步完成：第一步：对讨论的观点进行梳理和归纳；第二步：教师基于归纳的成果引导学生展开更高阶的思考，使新知识有效地纳入学生已有的知识结构中去，达成有意义的学习；第三步：教师高屋建瓴地做最后总结。

分组讨论是生生对话，是学生相互启发，共同提高的过程。要特别注意讨论的过程，不能走过场，图热闹。要精心设计，合理引导，使小组讨论的过程成为学生锻炼表达能力、砥砺思维、培养合作精神的过程。

(上接第 28 页)

上的水纹深浅都有标注。几乎每个字，都是他冒死在江面上往返勘测得来的。

樊若水也因此被称为中国历史上第一座长江大桥的发明者和缔造者。

选自《读者》2023 年第 20 期

## 幽默

男人买了一条鱼回家让老婆煮，然后自己跑去看电影，老婆也想一起去。男人说：“两个人看浪费钱，你把鱼煮好，等我看完回来，边吃边和你分享故事情节。”

待男人看完回来时，没见到鱼，就问老婆：“鱼呢？”老婆淡定地找了把椅子坐了下来，说：“鱼我全吃了，来，坐下来我给你讲讲鱼的味道。”