

目 录

第一课 我是小学生.....	1
第二课 结交新朋友.....	5
第三课 我和老师做朋友.....	9
第四课 我的班级真可爱.....	13
第五课 学习让我更出色.....	17
第六课 勤思考，多发言.....	21
第七课 我有学习好习惯.....	25
第八课 小学生活真有趣.....	29

第一课 我是小学生



课程背景

学情分析

一年级学生懵懂地从幼儿园步入小学，缺乏对小学学习生活的具象认知，他们不了解小学生和幼儿园小朋友的社会角色差异，不适应被学校规则限制的生活，容易产生对小学生身份的不认同。

设计意图

本课属于小学低段新生适应部分的内容，根据《中小学心理健康教育指导纲要》中“帮助学生认识班级、学校、日常学习生活环境 and 基本规则”的要求进行编写，从“自我认知”的角度，借助积极心理学的理念，帮助学生从行为到意识逐步认同自己的小学生身份，促进学生积极成长。

理论背景

学生能从幼儿园顺利过渡到一年级，适应新阶段的学习生活，与其独立性和自信心的发展有很大关系。适应是个体在新环境中身心不断协调并在新环境中不断发展的过程。一年级学生进入小学后自身与学校环境相适应，由入学初期的紧张状态过渡到与学校环境和谐共处，并不断发展自身能力，为今后的学习生活奠定基础。



教学目标

1. **认知目标：**从小学生与幼儿园小朋友社会角色的不同，认识到小学生学习任务与能力的变化。
2. **情感目标：**形成小学生的社会角色概念，体验成为小学生的自豪与喜悦。
3. **行为目标：**学习符合小学生角色的行为规范，并养成小学生应具备的良好习惯。



教学重难点

1. **教学重点：**辨别小学生与幼儿园小朋友的社会角色差异。
2. **教学难点：**形成小学生的社会角色观念，养成小学生应具备的良好习惯。



教学准备

课时：1 课时。

场地：教室或团体辅导室。

课前准备：

1. 制作课件或者打印体现小学生与幼儿园小朋友典型活动的图片。
2. 学生带彩笔。
3. 学生带一张幼儿园时的全身照片。



教学过程

故事屋

教学建议：时间安排 10 分钟。

提前请学生准备一张幼儿园时的全身照片，可以制作在课件里，也可以现场通过投影仪投影出来，请学生们辨别屏幕上的人是谁？现在的他/她和以前有什么不一样？（可回答：头发长长了，个子变高了……）也请屏幕上的学生说说自己的变化。在分享中注意引导学生描述出积极的变化，并多给予学生一些不同角度的肯定。

如果学生有说到负面的变化时，注意鼓励学生，表达相信其能健康成长。同时注意引导其他学生的同理共情和对该学生的帮助、支持。

最后总结，用学生喜欢的儿歌的形式，呈现上小学后，年龄变化带来的身体发育和独立能力、社会能力的增长，唤醒学生的自豪感和喜悦之情。

【方法技巧】

在故事屋环节可以提前将学生的幼儿园照片素材制作成幻灯片，以游戏的形式，随机停在某个学生画面上，并请学生们猜猜这是谁。为调动气氛也可以放上一些班级教师幼儿时的照片。在读儿歌部分可以边读边表演动作。

万花筒

教学建议：时间安排 15 分钟。

活动一 找不同

课前将幼儿园与小学生的典型差异用图片在课件上呈现或者描述在卡纸上，展示给学生。内容主要从学习生活环境（如学校设施、场馆、午餐等）、学习方式（如教室座位布置、上课教学场景等）、学习内容（如课本、书包、玩具等）。请学生对以上图片内容进行辨别，并请学生用向左指的手势告诉老师哪些照片是幼儿园的，用向右指的手势告诉老师哪些照片是小学的，同时老师将相应图片放到“幼儿园”或者“小学生”对应的框内。

老师鼓励学生思考：自己观察和感受到的幼儿园和小学生还有哪些不同？（可回答：吃饭的时间不同，饭菜不同，小学有课间休息，周围的人不同……）请学生们动手在本子上画上相应的符号，并举手说明。老师将学生说的正确的部分也板书在黑板上或写在卡纸上放入相应的框里。

最后，老师总结，表扬学生的认真观察，并强调小学生与幼儿园小朋友在学习与生活中不同的部分，特别是符合小学生身份的行为与任务。鼓励学生们做真正的小学生，再次激发学生对小学生身份的认同。

活动二 找进步

请学生阅读和观察教材上的图片：自己穿衣服，自己收拾整理书包，端正的学习坐姿，自己吃饭，举手回答问题，见到老师主动行礼。在自己能做到的图片下方的星星里涂上自己喜欢的颜色。经常自己做的，涂满三颗星；能做但是做得不多的涂两颗星；目前做不到的，涂一颗星。

老师总结肯定学生长大变能干的表现，对于目前还做不到的，老师也要以鼓励为主，相信学

生能通过学习变得更能干。

【方法技巧】

在万花筒环节的学生活动中，可以采用分组活动。这样既能促进学生之间的交流，也能节省时间。

分享角

教学建议：时间安排 5 分钟。

老师可以先请学生分享：日常在学校发生的新鲜事或者烦恼事，你最想跟谁分享？并说说如果分享后，对方会是什么反应？也可以请学生表演日常家里的互动。老师注意鼓励和肯定学生主动分享的意识 and 行为，同时引导学生从自己的实际情况出发，根据具体的问题，找到恰当的时机跟家长分享或寻求帮助。

【方法技巧】

在分享角环节，老师可以帮助学生在课堂上先进行适当演练，比如，分角色表演，一个人扮演家长，一个人扮演孩子；或者用绘画的形式，让学生画出对学校生活的印象。



教学资源

资料

上学歌

太阳当空照，
花儿对我笑。
小鸟说：早早早，
你为什么背上小书包？
我去上学校，
天天不迟到。
爱学习，爱劳动，
长大要为人民立功劳。

我是小学生

我是小学生，书包自己清。
每天看课表，用具都带好。
晚上按时睡，早上起得早。
上课有精神，身体棒学习好。

心理学理论

学生的角色学习

角色是一定社会身份所要求的一般行为方式，以及理解事物的态度和价值观。在现实社会生活中，角色是个人与社会的桥梁，一个人有着什么样的角色，社会就会对其产生什么样的要求、期望。为此，角色反映着人们生活的诸多侧面，并影响着人们的实际生活状况，以及人们的行为方式与内在心理状态。

个体的社会环境和社会生活，首先是与其社会角色相一致，并依据社会对于相应角色的要求和期待而被系统化的。对于处在特定社会位置、有着某种社会角色的个体，共同的社会要求和期待，使他们的社会生活具有了高度的一致性。对于学生角色占据核心地位的儿童和青少年，社会对于他们有着高度一致的理解、期待和对待方式。这种一致性程度很高的社会化环境，使他们对事物的基本看法、对社会事件的观念与态度及基本的价值倾向具有很高的一致性。

小学一年级学生刚从幼儿园毕业，面临着角色转换的问题。在幼儿园里，他们所扮演的是幼儿的角色。那时，他们主要的活动就是游戏，时间观念比较淡薄。而到了小学，他们在校的主要任务就是学习，必须严格遵守学校的各种规章制度，遵守课堂纪律，要有较强的时间观念。

儿童的角色转换是通过角色学习来完成的。角色学习包括两个方面：一是形成角色观念，一是学习角色行为。小学生角色观念的形成主要包括以下几个方面：第一，形成小学生角色地位观念，要让小学生认识到自己已经是一名小学生而不再是幼儿园小朋友，应该了解小学生和幼儿园小朋友的区别；第二，形成小学生的角色义务观念，要让学生知道应该遵守学校的各项规章制度；第三，形成小学生的角色行为观念，要让学生认识到小学生应当具备的基本行为模式；第四，形成小学生的角色形象观念，要让学生了解自己的角色应该具备的思想、品格、风格等，也就是小学生应该以怎样的形象出现在大家面前。

实际上，学生形成角色观念的过程也是学生角色学习的过程。一般来说，角色学习的过程是一个主动的过程，所以在教学过程中，应当引起学生的情感共鸣，使他们主动形成正确的角色观念。

学生的角色学习除学习学生角色观念之外，还包括学习学生角色行为，也就是学习如何顺利地完成学生角色扮演的任务，履行学生角色的权利和义务，塑造良好的学生角色形象。

总体说来，学生角色学习是一种综合性的学习，因为角色是根据它所处的地位而由各种行为方式组合起来的一个整体。学生的角色学习还应该在互动中进行，学生应该在集体中进行角色学习，在集体中有学生进行角色学习的榜样和楷模，因而在集体中也更容易体会到角色的权利、义务和情感。所以在教学过程中，老师应当给学生提供较为形象、具体、生动的榜样。

亲爱的老师，您好！当孩子对小学生与幼儿园小朋友的角色差异感到困惑，难以适应小学生身份和养成良好习惯时，AI小助手能成为您的得力帮手。它能帮孩子制订逐步适应小学生生活的计划表，引导他们养成小学生应有的好习惯。您可以引导学生课后打开相应板块中的AI功能，与AI互动，获得即时的心理支持或问题解决妙招。让我们携手AI，共同助力孩子成长！

第二课 结交新朋友



课程背景

学情分析

朋友对于儿童的成长具有非常重要的作用，刚入学的小学生首先通过与学生的交往，从对方的眼中及话语中了解自己。让学生在谦让、友善的交往中感受友谊，有助于缓解一年级学生刚入学的紧张与烦恼。友情可以降低他们的焦虑感和孤独感，增强他们的自尊心和自信心，也可以提高学生对学校生活的积极态度与满意度。

设计意图

可让学生通过参与丰富的活动，了解交朋友的各种小常识与方法，并且会熟练运用各种交朋友的小方法，在新环境中交到新朋友，体验到交新朋友的喜悦之情。

理论背景

本课根据《中小学心理健康教育指导纲要》中“培养学生礼貌友好的交往品质，乐于与老师、学生交往，在谦让、友善的交往中感受友情；使学生有安全感和归属感；帮助学生适应新环境、新集体和新的学习生活”的要求进行编写，通过各种活动培养学生乐于交往的意识、礼貌友好的品质，引导学生体验友情的美好。



教学目标

- 1. 认知目标：**让学生通过情景故事、游戏活动知道要结交新朋友，首先要了解新朋友，同时也要让新朋友了解自己。主动认识别人可以交到更多的朋友。
- 2. 情感目标：**让学生通过活动感受到交新朋友的快乐，为建立友好和谐的人际关系奠定基础，能愉快地融入小学生活。
- 3. 行为目标：**让学生学会介绍自己和朋友，懂得与人交往的基本技巧和方法。



教学重难点

- 1. 教学重点：**能勇敢地表达交朋友的需要。
- 2. 教学难点：**会用正确的方式与人交往，介绍自己和朋友。



教学准备

课时：1 课时。

场地：教室或活动室。

课前准备：足够数量的姓名贴。



教学过程

故事屋

教学建议：时间安排 5 分钟。

教师可先做课前小调查：学生们进入小学已经有一段时间了，在学校里你结交到了新朋友了吗？交到几个新朋友了，他们是谁？你是怎么和他变成朋友的？（比如，下课他跟我一起玩，我难过的时候他开导我了，他的铅笔坏了我借给他……）教师视情况进行提问，并对学生的反馈予以鼓励和肯定。

教师在教这个问题时，要充分考虑到班级中，可能有些学生因为种种原因没有交到新朋友，这时可以组织学生讨论，如何帮助他们去认识新朋友，在这个过程中教师要具体问题具体分析，点拨时注意方法。

教师带领学生们阅读教材上的案例，可以通过讲故事、角色扮演或提前录制一段小视频的方式让学生体验冬冬想交朋友的意愿，鼓励学生想办法帮助冬冬主动去认识新学生，参与他们的游戏活动（比如，如果你是冬冬的朋友，你可以主动邀请她和你一起玩，也可以告诉她“不用害怕，大家都愿意和你一起玩”，还可以将你认识朋友介绍给她）。注意点出学生们用到的方法，比如，介绍自己，提出请求，愿意等待，主动帮忙，热情接纳，等等。

【方法技巧】

在故事屋环节，教师可采用情景表演的形式，也可以采用讲故事的方式。

万花筒

教学建议：时间安排 25 分钟。

活动一 我的朋友树

教师引导学生先说说自己已经交到的朋友的名字，然后用写或画的方式将他们的名字或者符号写或画在教材上的朋友树上，并在小组内和同学交流你的好朋友。

由于一年级的学生会写的字并不多，在此环节写姓名时，学生可以采用写字、写拼音或画画的方式。如果这个环节当中有的学生没有交到新朋友的话，也可以引导他们将自己的名字先写在朋友树上，自己就是自己最好的朋友之一。同时鼓励他们在后面的活动中去主动结交新朋友。

活动二 找一找

在这个活动开始之前，如果条件允许，可以将学生的座位调整成圆形，让学生可以彼此用目光交流。提醒学生努力记住做介绍同学的名字，其他的学生也要礼貌地倾听。介绍结束之后引导学生分享交到新朋友的感受，比如谈谈你对新朋友是什么印象？可以根据学生的现场反应，适当调整游戏的轮次，这样学生可以交到更多的朋友。

教师给每个学生五张姓名贴，请学生们先在上面写好自己的名字。教师组织学生先跟小组内的学生进行练习，熟悉交朋友的方法和自我介绍的内容。同桌分 AB 角色进行对话练习。

A：我是***，很高兴认识你，希望能和你成为好朋友！/我们一起玩吧！

B：我是***，很高兴认识你，希望能和你成为好朋友！/我们一起玩吧！

A：我平时喜欢……，你呢？

B: 我平时喜欢……

练习完以上对话后，组织学生们在班级寻找自己目前还想认识的学生，然后带上自己的姓名贴和朋友树在教室里找到对方，进行上面的对话练习并相互贴上姓名贴。

在学生们对上面的练习已经比较熟练之后，也可以让他们交流对彼此兴趣爱好的感受，以及发现对方身上的优点等。

教师总结交朋友的小秘诀：

第一，记住对方的名字，能叫出对方的名字。

第二，交谈时要耐心倾听，礼貌回应。

第三，学会欣赏彼此的兴趣爱好。

第四，发现对方的优点就及时告诉他。

【方法技巧】

可以将万花筒环节整体设计成一个交朋友的游戏。教师带着学生们设计自己的姓名贴，描述自己的兴趣爱好、个性特点等。在找朋友的环节可以多留一点时间，让学生们能完成彼此的交流分享。视情况决定游戏的轮次。

分享角

教学建议：时间安排 5 分钟。

环节为课后延伸活动，但是在教室里可以事先预演：请学生们分享一个今天交的朋友当中印象特别深刻的人，说说你是怎样跟他成为朋友的，以及他有什么特点。鼓励学生们回家后跟父母分享在学校里交朋友的情况。

【方法技巧】

分享角环节可以先在课堂上进行演练，一人扮演家长，另一人扮演孩子，表演完后角色互换。也可以设计成作业单，让学生和家长一起完成“我的新朋友”的创作，可画可写，目的是促进亲子间的交流。



教学过程

资料

托马斯和他的朋友们

热心助人的托马斯是一辆可爱的火车头，住在美丽的多多岛上。他是一个完美主义者，最喜欢帮助别人，不过也常常因为过分热心而令自己卷入麻烦中。但是他乐观开朗，很快就会忘记不愉快的事，所以时常都是笑口常开，心情愉快。托马斯有很多火车好朋友，他们团结友爱，互相帮助，勤奋工作。他们每天都会接载不同的乘客，因而发生了不少趣事。在交往的过程中，他们认识到公平和友爱的重要性。

两辆、四辆、六辆跟着八辆。

拉着货车厢，载着货物。

他们都是非常有用的小火车。

他们扮演着不同的角色。

绕着提茅斯机房或者是更远的地方，

他们滑下山丘，绕过转弯处。

托马斯和他的朋友们。

托马斯，他的胆子大。

詹姆士，爱炫耀但很有趣。

培西准时拉邮件。

高登轰隆隆地开过铁轨。

艾米丽，业务精通。

亨利，鸣响汽笛，喷气再喷气。

爱德华，喜欢帮忙和分享。

托比呢，他很方正。

心理学理论

人际交往概述

人既是自然界的一员，又是社会的一员，在其整个生活历程中，不可能孤独地生活，总要与他人进行交往。人际交往是个体基本的社会活动，是个体保持自己生存和发展的必要条件。因而，人际交往能力已经成为除智力以外个体必备的一种能力。人际关系状况如何，对于人们顺利地地完成社会活动，对于集体的形成和巩固，对于个体德智体诸方面的全面发展，均有深刻的影响，同时，它也是中小学生心理素质的重要内容，直接影响其自我意识的发展和心理健康的水平。

许多心理学家把人际交往的功能归纳为：信息功能、自知及知人功能、自我表现功能、人际协调功能、社会化功能、身心保健功能等。大量事实也证明，儿童要健康地成长，成为符合社会要求的成员，除了需要身体上的照顾，还要与社会成员进行交往，发生感情上的联系。

要使人交往发挥上述功能，个体就应该懂得合作。合作是个体在社会交往中与他人分担共享的心理倾向，是 21 世纪人的基本素质之一。未来的社会，善于合作的人才会获得生存、赢得发展，合作行为的培养问题已经成为具有国际意义的研究课题。我国正处于经济发展时期，教育必须培养与经济发展、未来社会发展相适应的人才，这样的人才除了有聪明才智，还要具有善于与人合作的能力。但从目前看，我国大多数独生子女以自我为中心，不愿意、不善于与人合作。所以，如何使儿童掌握与他人合作的知识、发展与他人合作的能力，使合作成为每个儿童应有的行为习惯，成为我国教育面临的迫在眉睫的问题。

小学一年级学生，进入一个比较大的社会群体中，这个社会群体有老师、学生，还有许多后勤的人员。在学校，学生与人交往的频率大大提高，参加的社会性活动进一步增加，并且这种交往更有组织性。此外，他们独立与人交往的机会也更多。因此，应该培养并提高学生的人际交往能力，认识合作在学习、生活中的必要性和重要性。

亲爱的老师，您好！当孩子不知如何表达交友愿望，在交往中显得拘谨时，AI小助手能成为您的得力帮手。它能模拟交往场景，引导孩子大胆表达，教给他们介绍自己和主动交友的正确方式。您可以引导学生课后打开相应板块中的AI功能，与AI互动，获得即时的心理支持或问题解决妙招。让我们携手 AI，共同助力孩子成长！

第三课 我和老师做朋友



课程背景

学情分析

刚刚进入小学的学生对一切都感到陌生，充满了好奇。老师作为学生进小学后密切接触的第一个人，对学生既严格又关爱，学生往往抱有既害怕又渴望得到老师关注的心理，很多孩子不懂得该如何与老师相处，可能会出现羞怯或故意捣乱的行为来引起老师的关注。而老师的态度和评价会对学生产生极大影响。对于小学低年级学生来说，老师是他们人际关系中最重要的人之一。师生关系的和谐程度往往对教育的效果产生较大的影响，低年级学生会因为对某位老师的喜爱而对该老师任教的学科感兴趣，从而增加对学习的兴趣。学会和老师交往，不仅可以建立良好的师生关系，而且可以使学生从中学会很多与成年人交往的经验。建立良好的师生关系，一方面，老师需要提升自身素质，关心、爱护学生，另一方面，学生也应当了解师生关系的重要性，认识到老师工作的辛劳，学会和老师建立良好的师生关系。

设计意图

本课通过一系列的活动，让学生对不同老师有深入的了解，知道老师有不同的性格，有不同的爱学生的方式，学生可以通过“主动问好，认真学习，耐心倾听，不插嘴，遵守纪律，不淘气”等方式来表达对老师的喜欢。

理论背景

本课根据《中小学心理健康教育指导纲要》中的“乐于与教师、学生交往，在谦让、友善的交往中感受友情，使学生有安全感和归属感”的要求进行编写，从“与人交往”的角度帮助学生了解老师、喜欢老师，获得在新学校的安全感与归属感。



教学目标

1. **认知目标：**通过情境故事、游戏活动，让学生了解到不同学科的老师以及老师的工作内容。
2. **情感目标：**通过活动营造氛围，让学生能感受到老师爱自己，自己也爱老师，体会到老师对学生的关爱，培养尊敬老师的情感。
3. **行为目标：**让学生学习使用常用的礼貌用语，学会用自然的姿态亲近老师。



教学重难点

1. **教学重点：**学会用自然的姿态亲近老师。
2. **教学难点：**体会老师对学生的关爱，培养尊敬老师的情感。



教学准备

课时：1 课时。

场地：教室或活动室。

课前准备：班级各科老师的照片。



教学过程

故事屋

教学建议：时间安排 10 分钟。

请学生扮演语文老师、数学老师和美术老师等角色，通过“我演你猜”的方式让其他学生猜一猜，他扮演的是哪一位老师，从而唤起学生对教自己的各科老师的美好和有趣的回忆。老师在组织这个活动时，要注意引导学生抓住自己喜欢的老师身上最显著的特征和印象最深刻的事来表演，从而激发学生对任课老师的喜爱之情。

也可以通过观看各科老师的照片，请学生们猜猜分别是哪一位老师以及学生们在这门课上学到了哪些知识，有哪些收获？

【方法技巧】

在故事屋环节，教师可以用多种方式切入主题，如可以给学生看老师的照片，可以用情景表演或者“你演我猜”等方式。

万花筒

教学建议：时间安排 25 分钟。

活动一、二 画一画，说一说

首先让学生画一画自己喜欢的老师，然后向学生们介绍喜欢的老师及原因。介绍时可以说：“我最喜欢***老师，因为她/他……，在她/他的课堂上，我能学到……”

画画时不强调绘画技巧，重点在学生的内容表达上。

这个环节可以通过讨论让学生认识更多的老师，以及他们所教课的内容，让学生认识到老师和老师是有不同的，但是老师们都会教给大家不同的知识。

活动三 演一演

此环节设计了学生和不同的老师相处的几个典型，通常采用情境表演的形式来上课，让学生自愿表演自己见到不同的老师时的情景，思考应该如何应对。（比如，如果遇到数学老师王老师，我们应该主动看着王老师，并且礼貌地打招呼，说：“王老师好！”如果遇到不知姓名的老师，我们要礼貌打招呼。如果要到办公室找老师，需要先敲门，得到允许后再进去）学生在行动中学会用恰当的方式表达对老师的尊敬和喜爱，在这一环节中，只要学生表演的方向是正确的，是尊敬老师的行为，不必拘泥于教材，教师都要予以肯定，并及时地有针对性地进行总结。

【方法技巧】

万花筒环节中有“画——说——演”三个连贯的环节，也是层层深入的过程。教师还可以再拓展为：“画——说——演——说——总结”这几个环节，来了解并归纳学生们对老师的认知。

分享角

教学建议：时间安排 5 分钟。

这一环节，老师通过总结前面的学生表演中的内容告诉学生，虽然老师们的性格不同，但是他们都同样爱着学生，同样会教给学生很多知识并陪伴学生一起成长，特别是要让学生明白，爱老师不仅仅是说声“老师，您好”，还包括其他一些内容，比如认真学习、耐心倾听、不插嘴、遵守纪律、不淘气等，这些是学生可能没有意识到的地方，需要着力引导。鼓励学生们回去询问爸爸妈妈，请他们讲讲自己小时候在老师陪伴下成长的故事。

【方法技巧】

分享角环节可设计一次信息反馈作业，请孩子在听完家长的分享后在家长的帮助下完成。比如：父母讲了一个怎样的老师和故事，你会喜欢父母的这个老师吗？在课堂上老师也可以讲一个自己小学老师的故事，引导学生反馈自己对这个老师的印象感觉。



教学资源

资料

老师

你给我一句话，就打开我一扇窗。
 你给我一个微笑，我就浑身是力量。
 你给我一个眼神，我就找到了方向。
 你放开双手，让我遨游知识的海洋。
 老师啊老师，你像我兄长。
 老师啊老师，像老朋友一样。
 老师啊老师，是我学习的榜样。
 你给我的一切，我永远不会忘。

心理学理论

小学低年级师生关系的主要特点

师生关系是指教师和学生之间的人际交往关系，心理学研究表明小学低年级的师生关系具有以下四个特点。

1. 小学生对教师的依赖性强。几乎每一个小学生刚跨入小学校门时都对教师充满了崇拜和敬畏，教师的要求甚至比家长的话更有权威。有关调查发现，100%的小学低年级学生认为要听教师的话，皮亚杰认为 6~8 岁儿童的道德认知发展为“权威一服从阶段”，即“他律阶段”。对小学生而言，教师的话是无可置疑的。低年级儿童的这种绝对服从心理有助于他们很快掌握学校生活的基本要求。
2. 师生关系简单。小学生事事依赖教师，可他们接近教师，又带有强烈的感情色彩，对喜欢的教师就接近，对不喜欢的教师便疏远。
3. 师生关系较稳定。小学生缺乏独立的见解，对教师唯命是从，只要教师关心热爱学生，小学生又尊敬教师，就可以建立良好的师生关系。而且这种师生关系也会持久，具有一定的稳定性。

4. 师生关系对小学生的影响极大。第一，师生关系影响小学生的学习态度和学习成绩。如皮革马利翁效应中提到的，教师的期望对小学生的学习态度和学习成绩有着直接的影响。由于低年级学生关于学业的自我表现较为肤浅，对教师的不同对待方式较为敏感，小学生会把对教师的情感渗透到他们所教的学科中去。因此小学生对教师的情感会对其学习成绩有显著影响。第二，师生关系影响小学生的性格发展。教师对儿童性格的影响，首先体现在以自身为榜样的教育上，教师的品德和言行都是儿童模仿、学习的榜样，同时也时刻在潜移默化地影响着儿童性格的形成。其次教师对每个儿童亲切深厚的感情和因材施教的态度是培养儿童良好性格的有效方法。民主和谐的师生关系，能使小学生形成情绪稳定、自信心强和乐观外向等优良性格特征。相反，紧张、冷漠的师生关系又会使小学生形成焦虑、偏执和缺乏自信等不良的性格特征。

在学校中，学生往往先喜欢教师，再喜欢教师所提供的教育。他们很注重对教师的整体感觉，是“喜欢”还是“不喜欢”，然后再决定对教师的教育是“接受”还是“不接受”。师生交往时，如果教师伤害了学生的自尊心和感情，学生与教师的人际关系必然僵化，那么，教师无论有怎样的良好用心，学生也不会接受，并从内心深处对教师产生很强的抵触感。当学生喜欢一位教师后，对这位教师所给予的教育会产生较强的接纳感，他会带着良好的情感来正面理解教师的语言，接受教师的要求。因此，学生是先喜欢教师，再喜欢教师所提供的教育，并接受教师所施加的教育影响。

亲爱的老师，您好！当孩子在亲近老师时感到胆怯，难以体会老师的关爱时，AI小助手能成为您的得力帮手。它通过情景互动引导孩子如何去了解老师，亲近老师，感受师爱，学会尊敬老师。您可以引导学生课后打开相应板块中的AI功能，与AI互动，获得即时的心理支持或问题解决妙招。让我们携手AI，共同助力孩子成长！

第四课 我的班级真可爱



课程背景

学情分析

一年级的小学生刚刚从幼儿园进入小学，小学的班级环境、规模、管理制度与幼儿园有很大的差别，要帮助学生尽快融入新的集体，适应新的环境，爱上新的班级，找到归属感。

设计意图

本课主题属于低年级适应板块中环境适应的内容。本课通过调查、讨论、情境判断等方式，让学生感受到班级环境的美好，认识自己班级的情况，认识到自己就是班级的一分子，并知道爱护班级环境的良好做法。培养学生爱护班集体、爱护学校的责任感和意识。

理论背景

本课根据《中小学心理健康教育指导纲要》中“帮助学生认识班级、学校、日常学习生活环境和基本规则”，及“帮助学生适应新环境、新集体和新的学习生活”的要求进行编写。目标是在激发学生对班级的热爱，让学生有主人公意识，更好地适应班级生活。



教学目标

- 1. 认知目标：**通过调查、交流讨论和情境判断，让学生能够认识到班级的基本情况，以及爱护班级的良好行为。
- 2. 情感目标：**通过活动，让学生体会在班级中的归属感，养成爱护班级、爱护学校、喜爱上学的情感品质，形成爱护集体的责任意识。
- 3. 行为目标：**让学生了解并熟悉班级的基本情况，识别爱护班级的良好行为，养成热爱班集体、积极投入班级学习生活的良好品质。



教学重难点

- 1. 教学重点：**体验到在班级中的归属感。
- 2. 教学难点：**养成爱护班级、爱护学校、喜欢上学的情感品质，形成爱护集体的责任意识。



教学准备

课时：1 课时。

场地：教室或活动室。

课前准备：教室的关键物品图片、足够数量的奖励贴纸。



教学过程

故事屋

教学建议：时间安排 10 分钟。

教师组织学生数一数集体有多少人。先数小组一共有多少人，分别多少男生多少女生；再数班级一共有多少人，多少男生多少女生；最后数有多少位任课老师，帮助学生认识到班集体首先是由很多人组成的，自己也是班集体的一分子。

随后教师再组织学生观察班级里还有哪些物品，把自己寻找到的物品用开火车的形式说出来，教师将重要的常用物品罗列出来，或者用图片展示出来。（比如，课桌、讲台、黑板、粉笔、电脑、扫把、拖把……）组织学生讨论这些物品在日常学习生活中的作用，帮助学生们认识到班集体的物品都是陪伴我们学习生活的好伙伴，我们要爱护这些集体物品。（比如，课桌椅可以让我们读书写字更方便，讲台能让老师放教学用品，黑板能写字……）

【方法技巧】

故事屋环节可以由个人到小集体再到大集体，比如，同桌、小组、大组、男生、女生、某某班、一年级、某某学校……让学生理解集体的概念，集体是由一个一个的个体集合组成。

万花筒

教学建议：时间安排 25 分钟。

活动一 找一找

教师组织学生将教室的环境和人物联系起来，一起找找爱班级的好人好行为。教材提供了几个情景，让学生们观察并思考：首先是个人爱卫生，会整理自己的课桌环境的都有谁；其次是爱护班级卫生、爱劳动、打扫卫生认真负责的都有谁；再次，还可以拓展到爱护学生、乐于助人的都有谁。引导学生思考，爱护班级 首先要做好个人义务，更好地融入班集体，共同建设班级。

此环节建议使用奖励贴纸，学生们评选人物的时候要尽可能地说出理由，老师发给奖励贴纸。

活动二 说一说

此活动由几幅情景图组成，首先请学生结合自己的情况做出判断，在自己可以也愿意做的图片上画“√”。情景都是积极正向的行为，教师可以通过活动引导鼓励学生热爱班级，对同学友爱互助，积极参与班级和学校的活动，形成爱人、爱班、爱校的意识。

为了使我们的班级更加可爱，我们还可以为班级做哪些事情呢？此环节鼓励学生们进行头脑风暴，但教师在总结时对那些不合理、消极行为要进行明确说明。

【方法技巧】

在万花筒环节，教师可以采取多种模式授课。可以采用角色扮演的方式，让学生表演教材中的情景。也可以用照相机技术，定格现场画面，多媒体播放出来由学生们来观察、评比。还可以用头脑风暴、开火车等技术，鼓励学生人人发言，人人参与。

分享角

教学建议：时间安排 5 分钟。

这一环节，教师和学生再次梳理班级的基本情况，日常陪伴学生们学习生活的人、事、物有哪些，他们帮助我们在更好、安全、卫生、温馨的环境中学习生活，教给我们知识，促进我们健康成长。作为班级的一员，我们首先要照顾好自己，不做有损班级的行为。其次，要维护和爱护班级，为班级增光添彩，团结友善，积极参与集体活动。

鼓励学生回家后跟父母交流班级的基本情况，包括可爱的人和可爱的事情。

【方法技巧】

分享角的内容尽量在课堂上进行分享后再安排学生回家跟父母分享。



教学资源

资料

作文：我能为班级做什么

我能为班级做许多事，如打扫卫生、帮助同学、为班级争光、制止不文明行为……

我虽然力气不大，但可以把地拖干净；我虽然身体笨拙，但也可以把垃圾扫得一个不剩；我虽然个头小，但也可以把窗户擦得亮亮的。这是为什么？因为我有特异功能吗？不是！是因为我经常为班级打扫卫生，熟能生巧，而且我也喜欢打扫卫生，相信我能把班级卫生打扫得更好。

我不聪明，但学习成绩还不错，可以帮助一些同学。我很爱运动，虽然跑不快，但可以教有运动天赋的人一些要领，也可以陪他们练习。

我不灵敏，也不健壮，不能用暴力制止不文明行为，但我可以不乱吐痰、不乱扔垃圾，用我讲文明的行为来感染别人，让他们也讲文明。从自己做起，虽然力量不大，但一传十，十传百，以后会有更多人讲文明，直至整个班级，甚至整个校园都讲文明，懂礼貌。

我，不聪明，不灵敏，力不大，个不高，但可以帮班级做许多事，给班级争光。

心理学理论

小学生同伴交往的重要性

刚入学的儿童，还没有形成真正的集体关系和集体生活，他们还没有集体的意识，班集体还只是人为设置的、是松散的集合。在教师的正确指导下，到一年级下学期时儿童就能初步形成集体关系和集体意识了。

著名发展心理学家皮亚杰于 20 世纪 30 年代，论述了同伴关系在儿童社会能力发展中的重要作用。他认为，正是产生于同伴关系中的合作与感情共鸣，使儿童获得了关于社会的更广阔的认识视野，在儿童与同伴交往中表现出的冲突将导致社会观点采择能力发展，并促进社会交流所需技能的获得。发展心理学的许多研究也表明：年幼的儿童处于“自我中心”阶段，不能认识到他人的观点、意图和情感，而在与同伴交往的过程中，由于儿童处于平等的地位，他们逐渐学会与

同伴合作、协商，逐渐从他人角度考虑问题，观点采择能力、角色扮演能力、移情能力等社会能力逐渐发展。

集体主义道德教育

李伯黍等人早年针对儿童集体观念的发展开展研究，发现 7 岁儿童就会产生集体主义道德意识，9 岁左右是儿童出现为集体和个体做出道德判断的转折期。

学校要根据儿童集体观念的发展特点开展集体主义道德教育。相关研究指出，道德教育的激励能有效促进儿童道德发展层次的提高。因此道德教育中集体主义教育的催化，能推动相应程度集体观念的顺利过渡，并向更高一阶发展，即积极开展小学中低年级的班集体教育，能培养小学生热爱班级的强烈意识。

每当我们给个人一种影响的时候，而这影响必定同时应当是给予集体的一种影响。

——苏联教育家 马卡连柯

集体生活是儿童之自我向社会化道路发展的重要推动力，为儿童心理发展正常发展的必需。一个不能获得这种正常发展的儿童，可能终其一生只是一个悲剧。

——中国教育家 陶行知

亲爱的老师，您好！当孩子对班级情况不够了解，难以体会归属感和集体责任时，AI小助手能成为您的得力帮手。它通过情景对话、制订计划等方式引导孩子认识班级，感受集体温暖，学会爱护班级、积极参与班级生活。您可以引导学生课后打开相应板块中的AI功能，与AI互动，获得即时的心理支持或问题解决妙招。让我们携手AI，共同助力孩子成长！

第五课 学习让我更出色



课程背景

学情分析

对于小学一年级的学生来说，正处在从幼儿园向小学的过渡时期，从自由自在玩游戏的状态，突然进入严肃规矩的学校，日常生活的重心从以游戏为主过渡到以学习为主，难免会出现畏难情绪，他们的乐趣需要延伸，同时也要上升到新的层次。

设计意图

本课属于小学低年级适应板块中的生活适应的内容，旨在通过一系列的活动帮助学生尽快地适应小学的学习生活，通过丰富多彩的活动体验让学生寻找到学习中的乐趣，摆脱对学习的恐惧和畏难情绪，掌握一定的学习方法，从而感受到学习的乐趣，激发学习的动机。

理论背景

《中小学心理健康教育指导纲要》要求让小学低年级学生初步感受学习知识的乐趣，重点是学习习惯的培养与训练。教师需要引导学生分享和发现学习的乐趣，通过认知训练帮助他们掌握学习新本领的正确方法，逐步提高学生正确处理和解决问题的能力，积极学习新本领，克服对学习的畏难情绪。



教学目标

1. **认知目标：**通过活动能发现学习中的乐趣，认识到学习的价值和意义。
2. **情感目标：**通过活动能够体验到学习新知识带来的快乐，能摆脱对学习的畏难心理，初步形成乐观向上、热爱生活的积极心态，萌发学习兴趣。
3. **行为目标：**掌握学习新知识的方法，发展爱学习的品质。



教学重难点

1. **教学重点：**认识到学习的价值和意义。
2. **教学难点：**掌握学习新知识的方法，发展爱学习的品质。



教学准备

课时：1 课时。

场地：教室或活动室。

课前准备：红、黄、蓝三种颜色的颜料，调色盘。



教学过程

故事屋

教学建议：时间安排 10 分钟。

此环节的教学，教师可以采用讲故事或者情景表演的方式，调动学生现实的生活经验，也可以利用一些视频提供案例引起学生的共鸣，引导学生发现生活中会读书、会认字的情景以及由此带来的成就感，体会学习乐趣，进一步唤起学生的学习动机和自豪感。

【方法技巧】

在故事屋环节，教师可以采用情景表演或讲故事等方式授课，重点是引出学习带来的能力上的提升，让孩子感受到长大、变能干的自豪，激发学生的学习积极性。

万花筒

教学建议：时间安排 25 分钟。

活动一 试一试

此环节活动，重在引导学生大胆地想象，勇于尝试，让学生感受学习中最快乐的事情，就是发现新现象，学会新知识。活动中的红、黄、蓝是三原色，用这三种颜色进行不同的搭配，可以调出新的颜色，并让学生思考为什么会出现这样的变化，进而让学生尝试用这三种颜色来调试出新颜色（比如，红+黄=橙，红+蓝=紫，黄+蓝=绿等，颜色的深浅可以通过颜料的多少比例来调配）。在进行此项活动之前，可以先让同桌之间互相猜猜不同颜色混合会出现怎样的变化，熟悉活动规则后，教师可以根据班级的情况，分成 4 人小组来玩颜色变化的游戏。活动过程中，教师要及时肯定学生的尝试，在颜色的不断调试和变化中关注学生的心态变化。教师要注意始终激发学生昂扬积极的情绪状态，活动后分小组分享他们的成果及感受，引导学生发现学习中最令人快乐的事情就是发现更多新现象，学会更多新知识，进而变得更出色。

活动二 秀一秀

此环节，教师展示学生进入一年级后学到了哪些新本领。先让学生看看教材当中展示的 4 个新本领自己是否已经学会，我们还可以让学生上台展示除此之外的自己学到的新本领。教师适当引导学生拓展到德、智、体、美、劳等方面。同时教师要注意，有一些本领学生目前暂时没有学会也没有关系。鼓励和引导学生在接下来的时间里，带着愿意学、想学的心态，认真去学习就一定能够学会，也会变得更出色。

【方法技巧】

在万花筒环节，教师可以用动手实验的方式授课。除了调色实验，还可以做“用不同颜色的透光纸遮住电筒进行的透光实验”，以及其他一些简单的科学实验，目的是激发学生的好奇心，并能让其掌握一些知识。通过亲自动手做实验，让学生感受到学习的成果，激发学生带着好奇和快乐的心情去学习和生活。学习是件非常有意义的事，通过学习我们可以获得许多新知识，发现许多新奥秘，我们也会变得更出色。

分享角

教学建议：时间安排 5 分钟。

教师总结进入小学后的学习内容非常丰富，读书、写字、算术、唱歌、画画、运动、做游戏，都是学习。教师可以让学生准备一张“本领清单”，请学生和父母一起完成。清单里罗列了现在的本领，以及以后的学习中还想学会哪些本领。学会了新本领，就在后面画上“√”，等学期结束时进行评比，比比谁学会的新本领最多。家长也可以配合评价孩子的本领学习情况。

【方法技巧】

分享角环节意在帮助学生梳理和固化学习的成果，教学生使用“本领清单”，请学生带回家和家长讨论，分享对学习成果的理解，激励学生爱上学习。



教学资源

资料

沈括上山看桃花

“人间四月芳菲尽，山寺桃花始盛开”，当读到这两句诗时沈括的眉头拧成了一个结，“为什么我们这里的花都开败了，山上的桃花才开始盛开呢？”为了解开这个谜团，沈括约了几个小伙伴上山实地考察了一番。四月的山上乍暖还寒，凉风袭来，冷得人瑟瑟发抖，沈括茅塞顿开，原来山上的温度比山下要低很多，因此花季才比山下来得晚哪！凭借这种求索精神和实证方法，长大以后，沈括写出了《梦溪笔谈》。

学习，思考，是成长最重要的途径。在小学时期培养的爱学习的习惯，会影响人的一辈子。因此在学习时，最重要的不是“考了多少分”，而是“想不想学”和“该怎么学”。

学习是一种方法，也是一种能力，养成爱学习的习惯的人要比那种不爱学习的人以及养成了不良学习习惯的人，具有更大的潜在能量。

心理学理论

学习兴趣及其培养

学习兴趣不仅能使学生产生获取知识的渴望，具有促进学习的作用，还能使学生在在学习过程中获得愉快的情绪体验，有利于产生进一步学习的需要。激发学生的学习兴趣，是促使学生积极学习的一个重要方式。学生容易对下列事物或环境产生兴趣：过去经历过的并获得成功结果的事情，抱有希望的事情，符合本人能力水平的活动，新颖的、能引起好奇和注意的事物。

教育者在培养学生的学习兴趣时应注意以下几点：

1. 教育学生明确学习知识的社会意义是形成学习兴趣的重要条件。
2. 使学生参与力所能及的学习活动，运用所学知识解决实际问题，从中体验学习的欢乐和成功的愉快，是形成学习兴趣的重要途径。
3. 获得某一领域的知识和经验，是对该领域产生兴趣的基本条件。
4. 各种课外活动小组、兴趣小组在培养学习兴趣和增强学习动机上常常起着不可估量的作用。

在课堂教学中增强学生的学习兴趣，教师要注意以下几点：

1. 向学生提出具体而明确的学习目标。
2. 利用灵活的教学方式使课堂教学风趣化。
3. 加强课堂内容的新颖性，形象性和具体性。
4. 实施启发式教学，创设问题情境，激发认识兴趣和求知欲。
5. 充分调动学生在课堂学习中的主动性。
6. 组织合理的课堂活动结构，实施合作学习。

亲爱的老师，您好！当孩子难以发现学习的乐趣，抑或因畏难而退缩时，AI小助手能成为您的得力帮手。它通过有趣的故事，趣味活动等引导孩子感受学习快乐，传授学习方法，帮孩子摆脱畏难心理，激发学习热情。您可以引导学生课后打开相应板块中的AI功能，与AI互动，获得即时的心理支持或问题解决妙招。让我们携手AI，共同助力孩子成长！

第六课 勤思考，多发言



课程背景

学情分析

发言是教学过程中的一个重要环节，是启发学生思维、分析问题和解决问题，以及训练学生口头表达能力的重要途径。当前课堂中，由于学生有时存在自卑心理、从众心理、惰性心理等，导致在课堂上不愿发言，不敢发言，害怕发错言。

设计意图

本课通过情境故事、游戏活动等使学生认识到勤于思考、积极发言是具有良好的学习品质的表现，要善于思考、敢于表达。让学生感受到只要举手就能享受发言的快乐，增强自信心，调动学生课堂发言的积极性。

理论背景

《中小学心理健康教育指导纲要》要求学生能够“树立自信，乐于学习，乐于与老师和学生交往”，因此教师应引导学生学会正确自我评价，欣赏自我，增强自信，使他们能够积极思考，爱在课堂上发言。同时，小学阶段是人的自我意识的客观化时期，也是塑造健全人格的关键时期，能否正确认识并悦纳自己，能否勇敢而自信地回答问题、与人交流，将直接影响学生健康个性与健康心理的形成。



教学目标

- 1. 认知目标：**通过情境故事、游戏活动，知道积极发言是良好的学习品质表现，在学习中有重要的作用。
- 2. 情感目标：**在活动中积极思考，举手发言，获得肯定，获得快乐，能正确地认识并悦纳自己，增强自信。
- 3. 行为目标：**通过体验活动分享活动，能大胆地表述自己的观点，提高课堂发言的积极性，学会更好地与人交流。



教学重难点

- 1. 教学重点：**让学生体会思考的乐趣，培养学生善于思考的能力。
- 2. 教学难点：**让学生形成举手发言、积极发言的课堂习惯。



教学准备

课时：1 课时。

场地：教室或活动室。

课前准备：一些变字游戏、字谜、填字游戏的材料。



教学过程

故事屋

教学建议：时间安排 10 分钟。

在故事屋环节，教师通过讲述张衡通过观察思考发明了浑天仪的故事引起学生兴趣，引导学生分享自身经历中自己通过观察、思考获得新发现的故事，从而引出课程主题。

【方法技巧】

在故事屋环节，教师可以拓展讲一些爱思考的人物故事，可以是名人和普通人的，甚至可以是班级学生的案例，可以以故事会的形式来开展。

万花筒

教学建议：时间安排 25 分钟。

活动一 变一变

教师组织学生开展变字游戏比赛，需讲清楚两条规则：1. 先思考，得出答案（比如：“十”加一笔可以变成“土”“干”“士”“千”等，“大”加一笔可以变成“太”“天”“夭”等，“日”加一笔可以变成“白”“田”“目”“甲”等）；2. 举手，被请到的学生发言。教师视情况要多准备一些可变字。同时也可以变换游戏，如猜字谜、填字游戏、数独游戏等，游戏的目的是激发学生动脑思考问题。

活动二 辨一辨

此环节教师可以请学生进行情景扮演，或者做成视频，让学生直观地听到面对提问时不同学生的内心独白，并采用小调查的方式，看看班级中大多数学生对发言的态度如何。教师适当予以引导。

【方法技巧】

万花筒环节的活动“变一变”可以和后面的“备选活动”中“说一说”两个活动连起来开展，教师要留意其中典型的现象，再递进到“辨一辨”活动中，来自班级中的真实情景更能引起学生们的共鸣。

分享角

教学建议：时间安排 5 分钟。

教师组织学生回顾今天一天目前为止的上课情况，自己举了几次手，被请到发言几次，有什么印象深刻的情景，说说当时的感受。先同桌交流，再班级发言。教师鼓励学生们回家跟父母分享在学校上课发言的情况，听听爸爸妈妈的反馈。

【方法技巧】

在分享角环节，教师要注意帮助学生提炼出课堂思考发言的小故事，试着组织语言表达清楚，让学生能回家与父母交流。也可以用画画的方式请学生将自己举手发言的情景画下来，带回家与父母分享。还可以请爸爸妈妈写下两句鼓励你发言的话，争取在以后的学习中多发言。



教学资源

备选活动

活动：说一说

请举手发言，念出自己变的字。

我发现_____的“变法”跟我的想法一样。还有，_____的“变法”让我有了新的发现。

活动建议：在前面的活动一“变一变”环节中一定会出现很多学生答案相同，但是没有被请到发言的，难免有些学生会有失落情绪。这一环节教师给出一个句式，让学生们举手发言，按照句式发言，既让学生的发言欲望得到满足，也教会学生适当的表达方式。同时引导学生从多角度思考积极举手发言对我们有什么帮助？比如，让我知道我的答案是不是对的，让老师知道我是不是已经学会了老师教的内容，让同学们知道我的答案对他们有没有启发……发言是一种内心活动的表达，有利于我们的沟通。

资料

儿童的话语——一位教师的课堂实录

要让举手成为一个持久的好习惯，我认为首先要丰富举手的方式，让儿童知道自己的小手会“说话”。

新接一个班，我就会和儿童聊聊举手的话题。“你会举手吗？”当我这样问时，他们确实感到有点意外，“会吗？”我又追问。好多孩子都在点头。“那就举起来看看！”一些孩子下意识地把手举了起来。“你知道吗？举起的小手会‘说话’。”我示范了一个标准而最常见的举手姿势，让他们也跟着这样举举，然后问他们：“这样举，小手似乎在说什么呢？”有的说：“小手好像在说‘我知道’。”有的说：“小手好像在说‘我要回答’。”……我又示范了一个高高扬起的举手姿势，让学生也学着举举，并说说这样举小手又在说什么。有的说：“小手好像在说‘快叫我回答吧！’”有的说：“小手迫不及待了。”有的说：“小手好像在说‘我的答案很精彩’。”……“如果真的很想很想回答问题，你还可以让举起的小手手心朝前，并尽力张开五指，让老师注意到你。如果老师还没注意到你，你还没有争取到发言的机会，你就向老师‘发信息’——晃动手掌。来，我们一起试试看。”他们兴致勃勃地做着这一切。在这样的交流中，他们自然地一次次举起了自己的小手，饶有兴趣地了解了举手的新方式。

学生们一次次实践着这样的新方式，兴趣盎然。很快我又发现了新的问题，当别的学生回答出问题后，没争取到机会的学生总是很失望，甚至有的还怪学生抢了先。于是我故作神秘地告诉孩子们：放下的小手也会“说话”。孩子们特别惊讶，放下的小手会说什么呢？“放下的小手在说‘英雄所见略同’。当学生回答完问题，你也把小手放下时，老师就知道你的想法和学生的一样，你也一样了不起！”于是课堂上再碰到这样的情况时，学生们就会非常自豪地把手放下，不再嘟囔，不再失落。

心理学理论

学生课堂发言的主要问题

1. 不愿发言

在教学中随着年级的升高，愿意发言的学生越来越少，学生倾向于成为“沉默的大多数”中的一员。

2. 不敢发言

有些学生虽然有发言的意愿，却因为种种顾虑，不敢大胆发言。有些学生大多有发言的意愿，但鼓不起发言的勇气。这种情况在学业水平一般、性格比较内向、对发言没有十足把握的学生身上表现得尤为明显。

3. 不会发言

还有一部分学生，既有发言的意愿，也有发言的胆量，但缺乏发言的能力，主要表现为：有的没听清楚问题，或对问题理解有偏差，答非所问；有的思路不够清晰，逻辑比较混乱，语无伦次；有的口头表达能力比较差，言意转换不畅，词不达意；有的过度紧张或准备不够充分，张口结舌；有的自我意识太强，不会平等交流，强词夺理；有的没有认真倾听别人发言，重复拖沓。

学生课堂发言的心理障碍产生的原因：教学内容枯燥乏味、教学方法呆板教条、教学准备比较仓促、教师要求过于严格……当然也有学生自身的因素，包括以下心理障碍：自卑心理、从众心理、懒惰心理……

亲爱的老师，您好！当课堂上有些孩子习惯沉默，或因胆怯、不知如何表达而犹豫举手时，AI小助手能成为您的得力帮手。它能鼓励引导孩子认识到积极发言的价值与快乐制订积极发言的计划，逐步提升课堂参与的积极性与表达交流能力。您可以引导学生课后打开相应板块中的AI功能，与AI互动，获得即时的心理支持或问题解决妙招。让我们携手AI，共同助力孩子成长！

第七课 我有学习好习惯



课程背景

学情分析

小学一年级的学生刚从幼儿园过渡到小学，孩子的角色已经发生了变化，之前的幼儿园生活都是以游戏为主，而小学开始系统学习和掌握知识技能。阶段作息时间与学习环境也都发生了变化，部分新生心里还依恋着幼儿时自由自在的玩耍生活，对课堂学习不是很适应。从而无法养成良好的学习习惯。一年级的学生注意力很难集中，上课开小差或者讲悄悄话，不懂得听课方法等习惯都会影响学生的学业水平和身心发展，所以养成良好的学习习惯至关重要。

设计意图

本课属于小学低年级学习板块中的学习习惯养成的内容，通过活动促进学生明确小学生的角色任务，更快地进行角色转换，以便培养学生养成良好的学习习惯。

理论背景

《中小学心理健康教育指导纲要》明确指出要“使小学中低年级学生认识班级、学校、日常学习生活环境和基本规则；初步感受学习知识的乐趣，重点是学习习惯的培养与训练”。因此，教师应当引导小学低年级学生认识小学学习的变化和要求，并建立好的学习习惯，体会到好的学习习惯带来的学习效果，增强学习信心，为今后的系统学习奠定基础。



教学目标

1. **认知目标：**了解日常上课前、上课中、下课后、放学后常见的学习习惯有哪些。
2. **情感目标：**感受到好的学习习惯带来的帮助。
3. **行为目标：**通过学习能够培养起良好的学习习惯。



教学重难点

1. **教学重点：**认识到学习中的好习惯有哪些。
2. **教学难点：**能够养成良好的学习习惯。



教学准备

课时：1 课时。

场地：教室或活动室。

课前准备：录制一段全面的学习习惯的小视频。



教学过程

故事屋

教学建议：时间安排 10 分钟。

教师讲述解放军在打仗前擦拭枪支，铁路工人在火车开动前进行火车检修，农民割稻子前磨镰刀的故事，启发学生思考“做准备”有哪些好处，比如：打仗时更顺利，火车开动后更安全，收割稻子时更快。总之，做好准备工作能提高工作效率。

【方法技巧】

在故事屋环节，教师可以用讲故事的方式，也可以用播放视频素材来授课。除了讲“准备”的习惯，也可以请学生们谈谈幼儿园学习与小学学习的异同，从对学习的认识引入本课，来讲小学学习习惯的养成。

万花筒

教学建议：时间安排 25 分钟。

活动一 谁的学习习惯好

教师引导学生观察教材中几个图片的情景，适当描述，让学生能看得明白，然后请学生说说哪些是好习惯，这些好习惯会带来什么好处，哪些是坏习惯，这些坏习惯又会带来什么影响。

活动二 填一填

教师组织学生针对上课前、上课中、下课后和放学后的习惯进行讨论，除了教材中列出的好习惯，还有哪些我们可以养成的好习惯，教师带领全体学生一起完成表格，让学生说一说自己目前已经做到了哪些。教师可以给做到了的学生表格里画上小红花。

情景	好习惯	还有哪些好习惯
上课前	提前准备好上课要用的文具、书本	提前回到座位查看下节课是什么课，需要做什么准备
上课时	认真听讲，积极举手发言	不做小动作，眼睛看老师，身体要坐正，开动脑筋想问题
下课后	尽快去上厕所	眺望远方，不追逐打闹，文明休息
放学后	先完成任务，后玩耍	回家路上遵守交通规则，主动跟父母交流学习生活情况等

【方法技巧】

万花筒环节的授课方式多样，教师除了用情景表演和辨析讨论，还可以用播放视频案例故事以及自我评价等方法。

活动三 辩一辩

教师组织学生进行情景演练，对于提到的情景，请学生来表演：此时，你会怎么做？可以适当拓展学习情景，让学生来辨别和应对，帮助学生提高认识。

分享角

教学建议：时间安排 5 分钟。

教师组织学生交流自己在培养学习习惯中的表现，总结有什么做得好的部分和有哪些觉得困难的地方，听听同伴的学习经验。教师也可以提前邀请高年级的学生录制一段经验分享。请学生回家也跟父母交流自己的学习习惯，请教父母小时候的学习经验，促进亲子之间的交流和相互理解。



教学资源

资料

良好习惯的力量

多年前当几十位诺贝尔奖得主聚会时，记者问其中一位获诺贝尔奖的科学家说：“请问您是在哪所大学学到了您认为最重要的东西？”这位科学家平静地说：“在幼儿园。”“在幼儿园学到了什么？”“学到把自己的东西分一半给伙伴，不是自己的东西不要拿，东西要放整齐，做错事要道歉，仔细观察事物。”这位科学家出人意料的回答直接说明了儿时养成的良好习惯，对人的一生具有决定性的意义。

学习习惯的养成也是如此。好习惯的力量是巨大的，一旦养成好习惯，就会不自觉地在这个轨道上运行。刚进入小学的时期是培养学习习惯的最佳时期，要注意养成以下七个良好的学习习惯：自觉收拾学习用品的习惯；爱护书本的习惯；认真书写的习惯；独立学习的习惯；自觉检查的习惯；注意力集中的习惯；课外阅读的习惯。

心理学理论

学习习惯形成的规律

学生学习习惯的形成是一个长期复杂的过程，这一过程的心理发展规律主要表现在下述四个方面。

学习习惯的形成过程是由外部支配到内部控制的过程。小学低年级学生的学习习惯是在教师和家长的要求下，或模仿他人的情况下形成的。例如，小学低年级学生上课注意听讲、积极思考问题，以及认真完成作业等学习习惯的形成，主要靠外力作用，很少出于内部自觉。到了小学中高年级和中学，学生随着学习认识的提高，把老师和家长的要求转化为自己的内部动力，学习习惯的形成更趋于自觉，表现在任何情况下都能自觉地努力学习。

学习习惯的形成过程是由简单到复杂的过程。学生在小学低年级的学习习惯是具体的、简单易行的。例如，上课铃声响，立即进教室准备好上课的文具用品，安静地坐在自己的位置上等。这些都是小学低年级学生容易做到的，但到了小学高年级和中学，随着认识水平的提高、知识的不断增加，那些抽象的比较复杂的学习习惯，利用系统学习方法的习惯等良好学习习惯，在学习

活动中将日益得到巩固。

学习习惯的形成过程是由不稳定到稳定的过程。在小学低年级，学生由于年幼无知，缺乏自制力，一些良好的学习习惯是不稳定的。例如，语文课能认真听讲，但数学课听讲却不认真。而到了小学高年级和中学阶段，在老师和家长的教育下，学生良好的学习习惯日益稳定，例如，对各学科出现的疑难问题都能独立思考等。

学习习惯的形成过程是好习惯和坏习惯不断斗争的过程。不是好习惯替代坏习惯就是坏习惯代替好习惯。教师和家长应根据孩子的年龄、个性特征，培养其良好的学习习惯，抑制和消除不良学习习惯。克服坏习惯，首先要使孩子认识到坏习惯的危害，树立克服坏习惯的信心和决心。其次是锻炼孩子与坏习惯斗争的意志力，意志力在良好的学习习惯的形成中起着重要作用，孩子缺乏毅力，不能持之以恒，良好的学习习惯就难以形成。习惯具有稳定的一面，但又不是固定不变的，只要运用适当的方法，锲而不舍，不良的学习习惯终会被消除。

学习习惯小问卷

如果你做到了，就在括号里打“√”。

1. 每天准时上学不迟到。()
2. 下课及时换好学习用品。()
3. 听到上课铃声马上回到座位，安静坐好。()
4. 上课专心听讲，不玩学习用具，不交头接耳。()
5. 课上主动和老师学生讨论学习中的问题。()
6. 每天在写作业前复习当天所学的知识。()
7. 按时完成作业，不边看电视边做作业。()
8. 主动改正作业中的错误，遇到疑难问题能及时请教老师或学生。()
9. 主动预习第二天的功课。()
10. 每天临睡前都能按课程表准备好第二天的学习用品。()

亲爱的老师，您好！当孩子们对课前准备、课堂专注、课后整理、放学后规划等具体学习习惯感到陌生或不知如何养成时，AI小助手能成为您的得力帮手。它能帮助孩子制定养成学习好习惯的计划表，让孩子在轻松体验中感受到好习惯带来的效率与轻松，逐步建立起规律学习的行动力。您可以引导学生课后打开相应板块中的AI功能，与AI互动，获得即时的心理支持或问题解决妙招。让我们携手AI，共同助力孩子成长！

第八课 小学生活真有趣



课程背景

学情分析

经历了一学期的小学生活，大部分学生对小学的生活内容有了一定的认识和理解。学生能够认识到小学生活与幼儿园生活的不同之处，也能逐渐融入小学的生活。少部分学生在适应中如果遇到困难，还是会怀念幼儿园的生活，想回到幼儿园。

设计意图

本课通过讨论、回顾、总结、评价等方式，让学生回忆整个学期校园生活的丰富多彩、自己的收获，固化学生对小学生活的热爱，提升自己小学生角色的自豪感。通过新年愿望的活动帮助学生提升成长动力，带来希望。

理论背景

本课内容根据《中小学心理健康教育指导纲要》中的“帮助学生认识班级、学校、日常学习生活环境和基本规则”，以及“帮助学生适应新环境、新集体和新的学习生活”的要求进行编写。



教学目标

1. **认知目标：**通过活动，让学生进一步认识到小学生活的基本内容和自己对小学生活的适应情况。
2. **情感目标：**通过活动，升华学生对小学生活的热爱之情，自我成长的自豪感。
3. **行为目标：**通过活动，让学生学会总结小学生活，接纳小学生活和展望小学生活。



教学重难点

1. **教学重点：**让学生总结发现自己的成长。
2. **教学难点：**激发学生对小学生活和小学身份的接纳和认同。



教学准备

课时：1 课时。

场地：教室或活动室。

课前准备：

1. 足够数量的小红花或者奖励贴纸。
2. 制作一个本学期班级学生们的电子相册或者视频，记录这一学期班级活动和学生们的成长足迹。
3. 设计一棵愿望树和足够数量的叶子形状的便利贴。



教学过程

故事屋

教学建议：时间安排 10 分钟。

教师组织学生观看本学期的成长电子相册或视频，讲解这一学期的小学生活都经历了哪些事件，请学生们留意相册或视频中学生的变化。请学生分享自己感受到的小学生活中印象深刻的事情。

【方法技巧】

本课主要是学期的总结课，在方法和形式上教师尽可能多地从不同角度来进行总结，重点是把学生的进步之处提炼出来，增强学生对小学生活的认同和接纳。

在故事屋环节回顾完本期学习生活后，教师可以用开火车的形式请大部分学生快速地说说对小学生活的印象感受，再请学生们分小组讲讲印象深刻的事。

万花筒

教学建议：时间安排 25 分钟。

活动一 活动大盘点

教师组织学生根据教材中的表格，按照活动类型分别进行自我评价，给五角星涂上颜色。过程中，教师要适当讲解活动项目，帮助学生回顾和理解这些活动项目。

活动二 新学期愿望

教师引导学生想象寒假过后就是新年，过完新年学生们又长大一岁，有了本学期的学习经验，在下学期里或者新的一年希望自己能实现哪些愿望，获得哪些成长。请在便利贴上用写或者画的方式呈现出来，并贴到班级的愿望树上。

【方法技巧】

在万花筒环节，教师可以增加一些仪式感，比如可以根据学生的表现情况来评奖，评奖、发奖、拍照时配合音乐，并准备好小礼品。新学期愿望环节可以加入制作愿望树和许愿卡等。

分享角

教学建议：时间安排 5 分钟。

教师引导学生将本学期的成长收获和新学期愿望画在本子上，带回家同父母交流。同时也让父母给孩子讲讲他们发现的孩子的成长变化。

【方法技巧】

在分享角环节，教师可以设计作业单，将本学期的总结和新学期愿望都在作业单上呈现出来，在课堂上组织学生们画出来或者贴出来，请学生们带回家与父母分享，并请父母也来帮助总结本学期学生的成长进步。



教学资源

备选活动

活动：进步之星

请你仔细观察和回忆，这学期班级里谁的进步最大，请告诉他/她吧！

我发现_____（学生）在_____（方面）进步很大，因为_____。

活动指导：教师组织小组学生分别介绍自己本学期的收获和变化，其他学生认真倾听。教师组织学生们在班级进行评比，按照固定句式“我发现某某学生在某某方面进步很大，因为……”来发言。教师给表扬和被表扬的学生都发放小红花或者奖励贴纸，同时肯定学生认真倾听，关注学生积极成长的行为。

资料

作文：小学生活收获大

时光飞快流逝，转眼间，我已经告别我的母校，结束我这六年的小学生活。

在这六年的小学生活中，我收获了很多，也学习到了很多的知识，增长了见识……最值得一提的是我认识了一群好伙伴——我的同学。和这些同学相处，我收获了很多书本上学不到的人生道理，发生了许多令我终身难以忘却的事。

以前，我还是一个爱哭的小孩，但通过和这些同学的交流我渐渐成长，渐渐地脱离了“爱哭鬼”这个行列，这一项进步，离不开这些同学的帮助。以前，我有许多事不敢去做，但又十分想做，是因为我的同学，对我的支持，使我勇敢起来，我才敢去做。才明白了其中的感受，才懂得了其中的道理……

正因为这样，我才一步一步地成长起来，一步一步地脱离那个“胆小、爱哭、懦弱”的时代。

我的多姿多彩的小学生活，令我成长起来，我不会忘记它，更不会忘记和我相处多年的同学、老师。

心理学理论

角色规范

角色也称社会角色，是指人的社会身份，即人在特定的社会环境中占有的位置，并被该社会环境规定了的行为模式。它规定了一个人在一定位置上的活动范围、应尽的义务、享受的权利、行动及感情流露的方式等。不同的角色必须按不同的行为方式行事，如我们不能用教师对学生的行为方式来对待自己的学生，也不能以对学生的行为来对待教师，这就是所谓的“角色规范”。它是一种社会文化现象，在一定经济条件下产生，是被人们所公认的某种社会位置上的人的行为模式。任何一个角色都不是与生俱来的，而是社会化的结果。社会化是个人形成角色观念（角色观念指个体在特定的社会关系中，对自己所扮演的角色的认识、态度和情感的总和）、认识角色的义务和权利、学习有效参与社会生活所需知识和技能的过程。通过社会化，个体掌握社会允许做什么、不允许做什么的标准，并把这些规则用于不同场合，获得在社会中担当社会角色所必需的品质、态度、信念及社会赞许的行为方式。

从幼儿园到学校，是人生的一个飞跃，小朋友面临向小学生角色转换的任务。的确，小学生活与幼儿园生活有很大的不同。幼儿园，有老师无微不至的照顾，起约束作用的纪律、规则、规范较少。进入小学，学习和生活等方面都发生了变化，从此，他们进入了有规律的生活，并要遵守学校的规章制度。上课铃响了，他们必须走进教室，并要遵守课堂纪律。人是有心理惯性的，一年级的学生会留恋幼儿园的生活，喜欢与过去习惯了的生活做比较。适应生活意味着人在不断成长，人只有不断成长才会拥有相对健康的心理机制。因此，应该帮助小学一年级学生尽快适应学生生活，顺利完成从幼儿园小朋友向小学生这个角色的转换。

学习角色

心理学研究表明，学生对自身角色的自我意识程度的高低，会影响其行动的自觉性。因此，小学生是否充分认识到他们的小学生角色，是关系他们能否自觉投入新的学习活动，成为积极主动的学习者的关键问题。

新一轮课程改革对学生提出新的角色要求，即学生应当成为学习的主动构建者、参与者，成为成功的、愉快的、合作的学习者。

当代心理学认为，学习不是学习者被动地吸收信息，而是主动地建构信息的意义的过程。每个学生都在以自己原有的知识经验为基础，建构自己的理解。学习者，作为学习活动的主人，需要对学习活动进行积极的自我管理和反思。因此，学习必须以学习者积极主动的投入为前提。而对小学生来说，要使他们积极主动地投入学习，重要的一点就是要让他们认识到自己当前的学习角色并接受这个角色。而对自身角色认识的一个有效方法，就是通过比较，在比较中发现变化、感受变化。

从幼儿园到小学，学生学习的转变主要有以下几个方面：

1. 由被动学习到相对主动学习的转变。
2. 由更多娱乐性学习到学习性学习的转变。
3. 由过渡性学习到正式的严格的学习的转变。
4. 由零散学习到较系统的基础学习。

亲爱的老师，您好！当一年级新生对小生活还存在一些不适应，融入度不够高时，AI小助手能成为您的得力帮手。它通过趣味互动、温馨对话等引导孩子回顾、发现校园生活的点滴乐趣与进步，并在分享与畅想中深化对小生活的热爱与成为小学生的自豪感，学会积极拥抱并期待未来的每一天。您可以引导学生课后打开相应板块中的AI功能，与AI互动，获得即时的心理支持或问题解决妙招。让我们携手AI，共同助力孩子成长！