

中学生怎样获得松弛感



□余姚市舜水中学 徐海青

当下信息飞速发展,媒体实时更新,新闻当天就有可能出现反转;而书籍的出版至少需要半年,当我们读到书中的内容时,热点已不再热;杂志则处在媒体和书籍两者之间,每期滚动更新,知识与话题足够前沿,却又不失客观,带给我们一个经过筛选的世界。这便是我坚定地引领学生阅读《中学生天地》的原因。

“同学们,我们有这么一个好朋友,它看起来瘦瘦小小,可是你别小瞧它哦,因为它长得方方正正,而且肚子里可都是墨水。大家猜到是谁了吗?”

这时候学生都猜是书。
我就势补充:“它和普通的书可不一样,总会在月初来陪伴我们,给我们带来乐趣。”

我拿出2023年11月A刊的《中学生天地》,引出今天的主角,并请学生说说从封面上能看到什么,从图案和文字两个角度去描述。

请学生回答后,我总结道:“封面上有一个穿裙子的青春美少女,闭着眼睛,以一种极其舒服的姿势——‘大’字形,躺在像棉花般柔软的云朵上。也许这个女孩是在做梦吧。看着这样的图片,会让人产生一种放松的感觉。”

的确,封面上的提示语“我好像找到了放松的秘诀”,暗示我们本期的关键词正是“放松”。

“探索陌生世界,仅仅是因为好奇心吗?”“像三体人一样脱水,难不倒它们”“喜欢他,要不要告诉他”3行略微小号的黑体字告诉我们本期3篇文

章的标题。一看到标题,学生们就发出一阵惊呼,这标题明显能激发人的好奇心,还触动了属于中学生的青春心事。

翻开杂志,我引导学生看目录,之前的推断被一一印证。这一环节引导学生选择自己最感兴趣的板块,通过目录翻到文章所在的页码先睹为快。

说一

初中生的学业是繁重的,学会放松是重中之重。“本期《中学生天地》杂志的专题是关于‘放松’,那么就让我们一起来走近‘放松’。先请同学回答:你是如何放松自己的?”

各抒己见后,全班一起阅读第8页到第15页,看看能从名人、同龄人、大朋友们身上得到什么启发。

有学生表示:“英雄所见略同。”也有学生发现:“原来还可以做自己喜欢的事情来放松啊!”

我在PPT上出示了3个有关“放松”的疑难情境,邀请全班学生参加头脑风暴。

情境一:有时候做着放松的事情,可脑子里又会想着厚厚的一叠作业,放松的目的没实现反而更加焦虑。

情境二:有时候选择打游戏、刷视频来放松,但是在结束的一刹那,会被一种空虚感吞噬,这是不是“放了个假松”?

情境三:每当我想着要放松,但是爸妈看到就会觉得我在浪费时间,会很不高,这怎么办?

我将班级分成6个小组讨论,并选出代表上台分享。然后,我告诉大家,在杂志第16页到第19页上也有所探讨。

学生们阅读杂志后,发现有些想法说出了大家的心声;我顺势请大家阅读第20页到第27页更深入的探讨,学生们也很有共鸣。

请学生提炼这几篇文章的思想后,他们明白了:想要获得松弛感,并不是放下该做的事、暂停追求的目标这么简单。压力往往来自他

人,而路是要自己走的,因此,只有接纳自己,发展出一套自己的处事方式,将主动权牢牢掌控在自己手中,才能获得精神上的松弛,获得真正的轻松与快乐。

写一

此时,我发给学生每人一张空白请假条,让大家向这个世界请个假,暂时放下疲惫、焦虑和不安。

小A写道:“亲爱的爸爸妈妈,你们总是拿我和别人比,觉得我不如别人努力,这使我非常焦虑。我要向你们宣布,我不再焦虑,因为从今天开始,我只和自己比。”

小C写道:“坐在我周围的同学都好‘卷’,每节课下课都在做作业,好像屁股被粘在座位上一样。身处其中,我累得喘不过气来,考试自乱阵脚。今天,我要向这些同学请假,我要找回原来的节奏,找到适合自己的学习方法。”

……

谈一

在这样轻松的氛围里,我让大家谈谈自己感兴趣的话题,比如:“喜欢他,要不要告诉他?”我用PPT出示了狐晶晶的一段倾诉:“最近,我喜欢上一个同年级的男生……只是单纯地想表达我的倾慕,这种憋着说不出的暗恋实在太难受。我不知道是说出来好,还是应该把秘密藏在心里。”

班级学生立即分成势均力敌的两派:一派认为犹犹豫豫、瞻前顾后是成年人的胆怯,想爱就爱是青春的热烈与洒脱;另一派则认为早恋并不是真的在一起谈恋爱,说出来也没有多大意义,还会影响学业和生活,不如烂在肚子里。

“让我们来看看专业的心理教师是怎么说的吧,请把杂志翻到第41页。”作为这个环节的主持人,我在学生若有所思时,引导他们阅读文章《人不要轻易爱上一套衣服》作为总结,提醒他们必须警惕情感导致的认知窄化。

品一品

“人为什么会爱上一套衣服呢?”我向学生们提问,在满足了学生的好奇心之后,我请学生从文中寻找答案。

原来,衣服的象征意义出自美国作家米切尔写的《飘》(《飘》)中的女主角斯嘉丽年轻漂亮、聪明顽强,本该拥有幸福美好的婚姻。可惜斯嘉丽执着于追求初恋少年艾希礼,直到青春逝去,才意识到自己错过了太多:“我自己做了一套漂亮的衣服,然后就爱上了它了。”“我便把那套衣服套在了他身上,也不管他穿上是不是合身,而且我也不愿看清楚他到底是怎样的人。我一直爱的是那套漂亮的衣服——根本不是他本人。”

原来人有时会将自己的幻想附加在某个具体的人上,把那人想象成自己心目中的样子。其实,爱上的只是自己制造的幻象罢了。

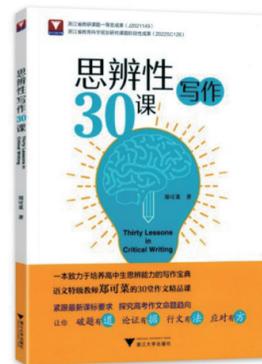
这时,我启发学生,为什么同样是讲道理,杂志小说的我们容易接受,而家长的话却让我们觉得不耐烦呢?

我们发现:首先,这篇文章采用第二人称“你”,拉近了与读者之间的距离,而且讲道理时站在对方的角度;其次,文章通过经典名著中的角色林黛玉与贾宝玉、罗密欧与朱丽叶等举例,并联系学生实际分析为什么早恋大多夭折。

剖析了这篇文章后,学生不仅明白了如何看待早恋,还学会了议论文的写法以及如何劝说他人。

设置这些环节,是为了让学生把专题读明白,以后独自阅读《中学生天地》时,就像有一个亲切的朋友或者和蔼的师长在身边引领,在自我调节身心、持续发展自我的同时,还能够学习写作技巧,积累好词好句,提高阅读理解能力和文字表达能力。

其实,除了青春心事,《中学生天地》还涉及当下的社会热点、神奇的科学探索等其他中学生感兴趣的内容。我抛出几个问题,请学生们带着这些疑问自主阅读,两周后开一个集体分享会,让大家上台展示自己的收获。



书名:《思辨性写作30课》
作者:郑可莱
出版者:浙江大学出版社

□温州市外国语学校 林承恩

长期以来,写作教学在语文学科中处境尴尬,教师不知怎么教,学生也不懂怎么写。教学成果往往转化为一小部分学生依靠天赋、自我摸索的参悟式写作。上海师范大学教授王荣生直陈:“在我国中小学的语文课堂上,几乎没有写作教学。”西南大学教授荣维东认为,作文教学领域存在着全方位、大规模、集团性的问题与危机。

面对积弊已久的现状,深耕教学实践田野的浙江省特级教师郑可莱以低调务实的姿态,扎实精钻的研究,写出《思辨性写作30课》一书,尝试将写作教学引出暗巷。

以我之见,本书呈现出三大特点:

一是以思维牵引为原则,突显思辨性。当下熟知的议论文教学无外乎围绕着论点、论据、论证三要素打转,以文章学的鉴赏来代替写作学的训练,难以抵达思维品质的彼岸。而郑可莱以批判性思维训练为支点,为中学写作教学开出一剂专治思维不足的良方。“寻找黑天鹅”对方辩友意识、心中有个“Ta”立论说假想敌、以“左右互搏”来接纳异见等课例,引导学生借助思维范式攀缘进阶,纵深开掘观点的丰富性,在审辨“已知”中探求“未知”进而写就“新知”。

二是以策略指导为抓手,强调实操性。本书没有艰深晦涩的学理,也没有玄乎虚飘的讲解,而是将知识软着陆,让写作具有可操作性。郑可莱致力于将静态的“是什么”置换为动态的“怎么写”,“汉堡包式”层进结构,由“强迫症”到“失忆症”的花式引用、“拉满现场感”的交际类写作等课例,将大而无当的正确空话升格为“秒懂管用”的精华要架,将抽象的写作要求加以生本化改造,方便学生模仿、实践和内化,让写作成长走向“看得见”的敞亮境地。

三是以系统排列为脉络,力求针对性。写作教学历来无本可依,导致教师的指导常是自由发挥,零碎敲打。为治愈现实的沉疴,本书就审题立意、篇章结构、遣词造句、论证方法、题型归类等方面进行细节式、全息式剖析,30个课例均以具体问题为起点,无论是“直捣材料老底”的沉浸式钻探,还是将素材“大裁小剪”使得例证“句句到位”的路径策略,无不针对写作中真实的盲点、难点与痛点,力求精准叩击、见招拆招。

面向未来的教育更需要培养人的审辨力,《思辨性写作30课》正契合核心素养中“思维发展与提升”的要旨,引导学生在思辨性写作中发展实证、推理、批判与发现的能力,增强思维的逻辑性和深刻性,更助力学生认清事物的本质,辨别是非、善恶、美丑,由“文”及“人”,做理性、求真、独立、公正的现代公民。

让学生的写作成长看得见



岁时珍馐凭双手

冬天正是白菜和萝卜丰收的好时候。为了让幼儿了解与冬天有关的文化知识,近日,义乌市国贸幼儿园开展了一场腌菜活动。幼儿们先观看了泡菜的腌制过程,近距离观察并认识了食材,接着动手洗一洗、切一切,将萝卜、白菜等与食盐充分混合后,密闭在事先准备好的瓶子中。在这一过程中,幼儿们既感受到了传统文化的魅力,又体验到了劳动带来的快乐。

(本报通讯员 方笑娟 摄)

节气里有梦幻般的中国气质

□嵊州市爱德小学 高佳丽

在时光的长河中,二十四节气宛如一颗颗璀璨的明珠,串联起中华民族古老而深邃的农耕文明智慧。吕群芳所著《小魔豆二十四节气童话》恰似一把精巧的钥匙,开启了一扇通往节气童话世界的大门。

本书以苍梧山魔豆家族居于山林,承担唤醒、守护二十四节气的使命为背景,讲述小魔豆和他的爷爷、奶奶、好朋友之间的故事,展现每个节气的物候、农事、习俗和传说,还适时加入了《山

海经》《诗经》等经典作品中的人物,实现丰富知识、培育品德、涵养美感的多重教育价值。

春神是乘着两条龙的句芒,长着鸟的身体和人的脸,掌管春季的来临和草木的生长,还能为善良的人增加寿命;冬神则是两耳各悬一条毒蛇的玄冥……中国神话形象的发掘和再造,打破了学生对节气的抽象认知。节气知识的学习瞬间变得生动可感,不再需要枯燥的背诵,而只需要与这些可爱的角色交朋友,亲切又易于理解,学生在充满趣味的故事中自然而然地领悟传

统文化。

拟人化的角色处理意味着一系列精彩纷呈的故事,如在惊蛰的故事里,小魔豆和他的伙伴椒图听到大地深处传来的阵阵雷声,如同沉睡一冬的巨兽苏醒时发出的怒吼。动植物们纷纷被春雷唤醒,小魔豆将珍藏的雪球作为礼物送给初醒的小熊。故事充满了温暖与友爱,也传递出惊蛰节气所蕴含的生机与活力。

除了以童话为情节线索,本书还多角度呈现了一个立体的节气体系。比如:从天文角度,解释了节气与太阳直射点移动、昼

夜长短变化的关系;从农业角度,描述了农民们依据节气变化播种、灌溉、施肥、收割等农事操作的情景;从民俗角度,介绍了贴春联、采茶羹、吃重阳糕、吃冬至糍、酿冬酒等纪念活动……使得学生对节气有了一个初步的认识和全面的理解,培养了他们对自然科学和人文社会科学兴趣与探索精神。

书中的故事也蕴含着许多宝贵的德育元素,小魔豆和他的伙伴们在面对各种困难与挑战时所展现出的勇敢、友爱、团结和互助等品质,为学生们树

立了良好的榜样。作者细腻而富有诗意的笔触和插画师淡雅又不失童趣的绘画完美融合,处处彰显着温馨、友善、淳朴和真诚。如“脚下的泥土微微透露出暖意,土里的树根慢慢颤动起来,一股新鲜的气息在大地上弥漫开来”这样充满生机的描写,或是“云层低垂,山与天之间是铁灰的寒枝,雪花正在不远处飞舞、旋转、翻涌”这般的宁静而悠远的刻画,都使学生在脑海中勾勒出一幅幅如诗如画的节气景象,感受到文字之美与节气之韵的完美融合。



书名:《小魔豆二十四节气童话》
作者:吕群芳
出版者:人民教育出版社