



全国优秀校本课程出版工程

中学生人文阅读系列



总主编：张金豹
本册主编：俞秀玲 蒋万清
本册副主编：程 雯

阳光阅读 社团讲堂

阅读社团讲堂·人生智慧无限
嘉言善行 立德修身 务本乐学

让青少年受益一生的智慧讲堂

江苏凤凰教育出版社
Jiangsu Phoenix Education Publishing Co., Ltd.



总 主 编：张金豹
本 册 主 编：俞秀玲 蒋万清
本册副主编：程 雯

阳光阅读 社团讲堂

图书在版编目(CIP)数据

阳光阅读. 社团讲堂 / 张金豹总主编. —南京: 江苏凤凰教育出版社, 2016.5

ISBN 978-7-5499-5713-2

I. ①阳… II. ①张… III. ①阅读课—中学—教学参考资料 IV. ①G634.333

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第093061号

书 名 阳光阅读: 社团讲堂

总 主 编 张金豹

责任编辑 雷利军 李佃云

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司

江苏凤凰教育出版社(南京市湖南路1号A楼 邮编210009)

苏教网址 <http://www.1088.com.cn>

照 排 红十月图文设计有限公司

印 刷 三河市九洲财鑫印刷有限公司

厂 址 河北省三河市灵山大口

开 本 787毫米×1092毫米 1/16

印 张 6.5

字 数 89千字

版 次 2016年5月第1版 2016年5月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5499-5713-2

定 价 22.00元

网店地址 <http://jsfhjycbs.tmall.com>

邮购电话 025-85406265, 85400774 短信 02585420909

E-mail jsep@vip.163.com

盗版举报 025-83658579

苏教版图书若有印装错误可向承印厂调换

提供盗版线索者给予重奖



前言

根据近年来的社会需求和教育发展形势，特别是2008年高起点完成市级初中标准化学校建设以来，二桥中学校长室、党支部立足高点，谋划全局，通过学习、讨论逐步统一了全校教职工的认识：要全面实施素质教育，实践“阳光教育”办学理念——立足校园实际，进一步挖掘内部潜力，调动教师的积极性，发挥教师的特长，全面组织开展以学生社团活动为主要载体的多形式多渠道的校园活动，以此进一步培养学生的特长，彰显学生的个性，让每一位学生都有自己的特长，都能成为有二桥中学特色的“阳光少年”。

实施素质教育的目的是让每一位学生都能得到自主发展。二桥中学校长张金豹认为，通过开展各种形式的校园文化活动，既能培养学生的兴趣和爱好，又能促进学生的个性发展和健康成长，同时让每一位学生都具备一定的特长，使素质教育落到实处。基于这样的理念，2008年春，二桥中学开始试验性地组织、指导学生社团活动。几位有特长的教师率先行动，指导学生建立了书法社、舞蹈社、科技社和合唱社，并精心制作了招募宣传海报。海报在校园一贴出，立即引起了热烈的反响，吸引了很多同学踊跃报名。学生们的激情一旦被唤醒，便充满了无限的创造力。经学生们自己动手组织，各个社团的社长、组织部长和宣传部长等社团骨干相继产生，各个社团的活动计划、规章制度迅速出台。当活动真正开展起来的时候，指导教师才发现，学生的能力是很强的，学生的热情是很高的，社团活动的效果是很好的，指导教师逐渐变成了旁观者、协调者。经过一个学期的尝试，定场所、定时间、定人员成了二桥中学社团活动的常态。2008年秋，学生社团规模进一步发展壮大，在原有“四社”的基础上，又陆续增加了美术社、英语口语社、话剧社、武术社、手工社、健美操社、篮球社、足球社、记者社等10多个学生社





团，全校学生社团参与率由当初的13%提高到了100%。学生社团活动的开展，大大释放了学生的个性。学生参与活动的热情和学习热情同时高涨，学有所得，玩有其乐。二桥中学学生社团活动开展得红红火火，完全印证了张校长当初的设想。

依托学生社团活动的开展，二桥中学在特色教育方面取得了显著成绩。学生通过丰富多彩的社团活动，充分展示了自己的才华，也分别在众多比赛中取得了优异的成绩。在2008—2010年度，二桥中学举办的校园文化艺术节获得了全校师生的一致好评；2009年，二桥中学在汉阳区中小学生迎国庆合唱比赛中获得金奖，同年，二桥中学又在武汉市首届“大家唱，大家跳”艺术教育展演活动中一举获得合唱第一名、广播操第一名和全能一等奖等三项大奖，奖项总数列全市第一；2009年和2010年，二桥中学在汉阳区中小学生田径运动会中获得初中组团体总分第一名；2009年，在由中国艺术教育促进会主办、《中国校外教育》杂志社有限公司承办的第十四届全国中小学生绘画书法作品比赛中，二桥中学美术社选送的作品《庆国庆》荣获一等奖，《双龙戏凤迎国庆》《国庆60年》等作品荣获二等奖，在参赛阵容和作品质量等方面，二桥中学都代表了武汉市中小学生的最高水平。

二桥中学将继续以完善和丰富学生社团为重要方式，致力于培养学生的阳光心态，促进学生的全面发展，让二桥学子在这片激扬着青春、激情与梦想的天空中自由地翱翔……



目 录

心语社教学案	1
学会感恩	1
学会信任和接纳	3
正确对待挫折	4
英语社教学案	7
第一课	7
第二课	10
第三课	13
第四课	15
记者社教学案	21
报社记者讲座	21
小记者亲身采访	21
观看采访记录，提升写稿能力	22
参观报社，深化认识	23
健美操社教学案	25
校园健身操《青春魅力》（一）	25
校园健身操《青春魅力》（二）	26



校园健身操《青春魅力》（三） 27

校园健身操《青春魅力》（四） 29

科技社教学案 31

课题的研究过程 31

实验及结果 33

水的净化 34

一次性碗的研究 36

话剧社教学案 39

话剧基本知识（一） 39

话剧基本知识（二） 40

话剧基本知识（三） 41

话剧基本知识（四） 42

书法社教学案 45

软笔（毛笔）书法 45

楷书（毛笔）技法 47

结构和选帖（毛笔） 49

楷书正误和创作（毛笔） 50



武术社教学案 **53**

武术操（一）	53
武术操（二）	55
武术操（三）	57
武术操（四）	59

合唱社教学案 **61**

合唱（一）	61
合唱（二）	64
合唱（三）	67
合唱（四）	69

舞蹈社教学案 **75**

把上擦地组合	75
舞蹈《王者之舞》	76
藏族舞蹈《走进西藏》	78
傣族舞蹈《雨林》	79

美术社教学案 **81**

身边的物品	81
情感的记录	83



在绘画中永生——外国肖像画赏析	85
另一种选择——外国风景画、静物画赏析	87

手工社教学案 91

彩豆贴画	91
沙画	92
布贴画	92
纸盒房子	94

心语社教学案



阳光阅读·社团讲堂

学会感恩

一、理论依据

融洽的人际关系是心理健康的一种表现，也是心理健康的促进剂。懂得感恩，懂得付出，是形成良好的人际关系的前提。一些人之所以人际关系不佳，究其根本原因就是不懂得感恩，不懂得付出，不体谅别人。就如有的人总是在抱怨自己得到的太少，但是又不愿意付出。

二、活动目标

1. 让学生懂得感恩，懂得付出。
2. 让学生学会体谅他人，学会“用四个手指迎接爱”。

三、活动方式

1. 做游戏。
2. 讲述与讨论。

四、活动步骤

1. 让一半的同学先围成一个圆圈，另一半的同学分别站在围成圆圈的同学的身后，形成一个稍大的圆圈。

2. 播放音乐。里圈的同学转过身，与外圈的同学相对而站。教师介绍游戏规则：“当我说‘手势’时，如果你与对方都伸一个手指，表明你们之



间比较陌生，而且不愿认识对方，那么听到我喊‘动作’时就请把脸转向左边。如果你们同时伸出两个手指，表明你们愿意相识，那么听到我喊‘动作’时就握一下手。如果你们同时伸出三个手指，表明喜欢对方，那么听到我喊‘动作’时就握一下手。如果你们同时伸出四个手指，表明你们愿意分享对方的快乐，承担对方的痛苦，能为对方真心诚意地付出，那么听到我喊‘动作’时就请拥抱对方。如果你与对面的同学伸出的手指数不一样，就不需要做动作。”

3. 开始做游戏：老师说“手势”，完成一个动作。

4. 里圈的同学向左跨一步，再次进行游戏 重复做游戏，直到向左行进半圈。

5. 教师小结：总伸一个手指的同学应该明白一个道理了吧？为什么你们的朋友一个个地离开了你们？因为你们根本就不懂得付出。你们总是在抱怨自己得到的太少，可是你们又付出了多少呢？大家回头看一看，有多少人因为你的舍不得付出而与你擦肩而过了。也许等到你愿意付出时，已经没有了机会了！

6. 里圈的同学再向左跨一步，再做一次刚才的游戏。

7. 请同学自由讨论（只有懂得体谅别人，懂得感恩，懂得付出，才能拥有良好的人际关系，并应该首先从自己做起——用四个手指迎接爱）。

8. 请同学自愿到讲台上谈谈自己的感受（鼓励游戏开始时总伸出一个手指，而最后一次伸出了四个手指的同学谈谈自己的感受）。

9. 教师总结：当对生活充满了感激时，你会觉得自己得到了很多，你会觉得自己是可爱的，因为很多人都在为你默默地付出着。纵然生活中有风有雨，你也不会害怕，因为有那么多爱你的人会支持你 我们要学会用四个手指迎接爱。



学会信任和接纳

一、活动主题

学会信任与接纳

二、活动时间

45分钟（一节课）

三、活动目标

培养心语社成员之间的默契，增强互信基础

四、活动对象

七年级心语社成员50人

五、活动过程

1. 热身活动：寻找我的组员（约20分钟）

（1）活动目标：通过本次活动认识彼此，建立互动关系。

（2）活动准备：一副扑克牌。

（3）活动操作：将扑克牌随机发给每一位成员，拿到同一数字的成员即为一组，每组四位成员。分好小组之后，四个成员围坐成一圈，自由交谈5分钟，互相认识。然后，全体成员围成一圈坐下，轮流将各自的小组成员介绍给大家，使团体中每一个成员都能互相认识。



2. 主题活动：镜中人（约25分钟）

（1）活动目标：培养成员对他人的敏感性，相互沟通，相互接纳。

（2）活动操作：团体成员两人一组，一人自由做动作，另一人模仿，两分钟后互换角色，不可以说话，用心体会对方的用意。结束后互相交流，确认自己对他人的理解是否准确。然后仍然两人一组，一人说话，另一人照原话重复叙述，两分钟后互换角色。结束后两人交流讨论，分享体会。

正确对待挫折

一、理论依据

以心理学的观点来看，挫折是指人们在从事有目的的活动时，由于受到阻碍和干扰，其需要得不到满足时出现的一种消极的情绪反应。如果处理不当，它会给人造成心理压力，从而影响学习和生活，损害身心健康。对学生进行挫折教育，使学生正确对待挫折，具有三方面的作用。

（1）战胜学习中的困难，顺利完成学业。

（2）战胜生活中的困难，成为一个独立的人。

（3）战胜自身弱点，成为一个具有健康人格的人。

可见，帮助学生正确对待挫折，不但对其自身的成长有益，而且对他们在将来适应社会具有积极的意义。

二、活动目标

1. 通过讲述与讨论等方式，使学生懂得挫折是人生不可避免的一种情况，不要害怕挫折，要正确对待挫折。



2. 通过现场采访及观看电视录像,使学生知道战胜挫折需要迎难而上、坚韧不拔的意志,向学生渗透“战胜挫折才能取得成功”的思想。

3. 介绍减轻心理压力、调节情绪的几种方法。

三、活动步骤

1. 讲述与讨论
2. 现场访问
3. 观看电视录像

(1) 谈话引入。

① 读“悄悄话信箱”中一封没有署名的同学来信:上学期期末考试,因为语文没有考好,我没被评上“三好”学生。直到现在,一想起这件事,我就会掉眼泪,甚至有些灰心丧气。我该怎么办呢?

② 请同学说说自己遇到的挫折。

③ 普通人会遇到挫折,那么名人呢?请看名人的“挫折档案”。

出示美国前总统林肯的简历:22岁生意失败,23岁竞选州议员失败,24岁再次生意失败,27岁精神崩溃,29岁竞选州议员发言人失败,34岁竞选国会议员失败,37岁当选国会议员,39岁寻求国会议员连任失败,45岁竞选参议员失败,47岁竞选副总统失败,49岁竞选参议员再次失败,51岁当选美国总统。

④ 提问:从林肯的简历中,你发现了什么?林肯是经历了多少次失败才获得成功的?

老师向学生指出:人生的道路不可能一帆风顺、万事如意,我们在生活、学习和工作中都会遇到挫折,如果能够正确看待挫折,那么挫折并不可怕。

(2) 请你来当“知心姐姐”。

① 给写信的那位同学出主意,鼓励他战胜困难,赢得成功。



② 老师在学生讨论的基础上指出：面对挫折，应当以冷静的态度分析原因，才能使自己摆脱挫折，转败为胜。

（3）如果是我，怎么办？

① 老师讲述《现代健康人》刊登的一篇通讯——《老师罚抄课文，学生自缢身亡》。

1998年5月7日，新疆建筑工程总公司附属小学六年级的小学生李星睿同学，因为没有按要求补写老师布置的抄课文的作业，被老师罚抄课文。当天下午1点40分，李星睿的爸爸妈妈回家，发现女儿躺在客厅里，脖子上缠着一条红领巾，由于发现太晚，经抢救无效死亡。

② 师生讨论：如果这件事发生在你身上，你该怎么办？

（4）老师发给学生一份简单的问卷，了解学生对于遇到挫折后各种表现的看法，并向学生介绍几种调节受挫心理的方法，如宣泄法、转移法、自我暗示法等。

（5）老师进行总结：在成长的道路上，我们会遇到各种各样意想不到的困难和挫折，只要以健康的心态去对待它们，就可以做到不在失败中倒下，而从挫折中奋起。



英语社教学案

第一课

Period 1

Step 1 Pronunciation

No.1 关键词: love

关键句: I love money. 我喜欢钱。

A: I love money. (我喜欢钱。)

B: Everyone loves money. (每个人都喜欢钱。)

No.2 关键词: lucky

关键句: I'm just lucky. 我只是运气好。

A: How did you become so successful? (你是如何取得如此大的成就的?)

B: I'm just lucky. (我只是运气好。)

No.3 关键词: work

关键句: Did it work? 这行得通吗?

A: Did it work? (这行得通吗?)

B: I'm not sure yet. (我还不确信。)

【发音秘诀】“Did it”要连读。

No.4 关键词: perfect

关键句: Nobody's perfect. 没有十全十美的人。



A: You made a mistake! (你犯了一个错误。)

B: Nobody's perfect. (没有十全十美的人。)

No.5 关键词: matter

关键词: What's the matter? 什么事?

A: What's the matter? (什么事?)

B: Nothing is the matter. Everything is fine. (没什么。一切顺利。)

No.6 关键词: teacher

关键词: Our English teacher is great. 我们的英语老师很好。

A: Our English teacher is great. (我们的英语老师很好。)

B: You're so lucky to have a good teacher. (你们有这样一位好老师真是幸运。)

No.7 关键词: about

关键词: Forget about it. 忘记它吧。

A: I'm sorry I'm late. (很抱歉,我来迟了。)

B: Forget about it. (忘记它吧。)

No.8 关键词: together

关键词: China and America should work together. 中美应该携手合作。

A: China and America should work together. (中美应该携手合作。)

B: You're exactly right. (你说得太对了。)

Step 2 英文电影赏析

《阿甘正传》(Forrest Gump)是一部根据同名小说改编的美国电影,小说作者是温斯顿·格鲁姆(Winston Groom),该影片荣获1995年奥斯卡金像奖最佳影片奖、最佳男主角奖、最佳导演奖等6项大奖。