

学校与教育丛书

学生生命教育与心理培养



Xue Sheng
Jiao Yu
Yu Xin Li Pei Yang

学生能力 因素的培养

学生生命与心理教育指导小组◎编

辽海出版社

学校与教育丛书

学生生命教育与心理培养



Xue Sheng
Jiao Yu
Yu Xin Li Pei Yang

学生能力 因素的培养

学生生命与心理教育指导小组◎编

辽海出版社

责任编辑：陈晓玉 于文海 孙德军

图书在版编目（CIP）数据

学生能力因素的培养/学生生命与心理教育指导小组编. —沈阳：辽海出版社，2011.4
（学生生命教育与心理培养：8）

ISBN 978-7-5451-1133-0

I. ①学… II. ①学… III. ①中小学生—能力培养
IV. ①G635.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2011）第 047423 号

学生生命教育与心理培养

学生能力因素的培养

学生生命与心理教育指导小组/编

出 版：辽海出版社	地 址：沈阳市和平区十一纬路 25 号
印 刷：北京海德伟业印务有限公司	字 数：1280 千字
开 本：640mm×940mm 1/16	印 张：150
版 次：2011 年 5 月第 1 版	印 次：2011 年 5 月第 1 次印刷
书 号：ISBN 978-7-5451-1133-0	定 价：296.00 元（全 10 册）

如发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换。

前言

生命教育是以生命为核心，以教育为手段，倡导认识生命、珍惜生命、尊重生命、爱护生命、享受生命、超越生命的一种提升生命质量、获得生命价值的教育活动。让青少年学生认识生命和珍惜生命成为这一活动的重中之重。心理素质则是生命整体素质的组成部分，是以自然素质为基础，在后天环境、教育、实践活动等因素的影响下逐步发生、发展起来的。



生命教育是一切教育的前提，同时还是教育的最高追求。因此，生命教育应该成为指向人的终极关怀的重要教育理念，它是在充分考察人的生命本质的基础上提出来的，符合人性要求，是一种全面关照生命多层次的人本教育。生命教育不仅只是教会青少年珍爱生命，更要启发青少年完整理解生命的意义，积极创造生命的价值；生命教育不仅只是告诉青少年关注自身生命，更要帮助青少年关注、尊重、热爱他人的生命；生命教育不仅只是惠泽人类的教育，还应该让青少年明白让生命的其它物种和谐地同在一片蓝天下；生命教育不仅只是关心今日生命之享用，还应该关怀明日生命之发展。

在对学生进行生命教育的同时，我们还不能忘记对学生心理素质的培养。心理素质是先天和后天的统一体。学生心



理素质培养不仅是素质教育的重要组成部分，也能够促进其它方面素质的形成和提高，在学生个性和谐发展过程中起着基础性的、动因性的作用。中小學生正处在身心发展的重要时期，在学习、生活、人际交往和自我意识等方面会遇到和产生各种心理问题，有些问题如果不能得到及时有效的解决，不但会对学生的健康成长产生不良影响，还会给学校正常的教育工作带来困扰。

为了帮助青少年探索与认识生命的意义、尊重与珍惜生命的价值，提高综合心理素质，我们特地编辑了这套“学生生命教育与心理培养”图书，包括《学生的生命与自我教育》、《学生的生命与他人教育》、《学生的生命与自然教育》、《学生的生命与社会教育》、《学生的生命与创造教育》、《学生非智力因素的培养》、《学生智力因素的培养》、《学生能力因素的培养》、《学生心理现状因素的培养》、《学生社会适应因素的培养》10册。本书包括学生生命教育和心理培养的各个方面的内容，具有很强的系统性、实用性、实践性和指导性，非常适合教育机构人士和大中小学教师阅读，也是各级图书馆收藏和陈列的最佳版本。



目 录

第一章 学生能力因素教育指导	(1)
1. 学生学习能力因素的培养	(2)
2. 培养学生的审美能力	(6)
3. 培养学生的观察能力	(17)
4. 培养学生的自主能力	(25)
5. 培养学生的动手能力	(31)
6. 培养学生的创新能力	(33)
7. 培养学生的自学能力	(41)
8. 培养学生的写作能力	(44)
9. 培养学生的听说能力	(52)
10. 培养学生的审题能力	(56)
11. 小学生阅读能力的培养	(60)
12. 中学生速读能力的培养	(63)
13. 中小學生创造能力的培养	(68)
第二章 学生的表达力教育培养	(73)
1. 什么叫表达力	(74)
2. 表达力的重要性	(75)



3. 表达应具备的能力 (76)
4. 表达应遵循的原则 (78)
5. 表达需要注意的策略 (79)
6. 缺乏表达力的表现 (83)
7. 表达力的语商提升 (89)
8. 表达力的能力提高 (91)
9. 表达力的训练方法 (92)
10. 表达力的训练技巧 (96)
11. 表达力的开发练习 (99)

第三章 学生的学习力教育培养 (105)

1. 什么叫学习力 (106)
2. 学习力三要素 (106)
3. 提高学习力的意义 (107)
4. 学习力的本质是竞争 (113)
5. 高学历不等同学习力 (116)
6. 培养学习力首先要自信 (119)
7. 提高学习力的六大要素 (120)
8. 学习力的实践方法 (122)
9. 哈佛培养学习力的方法 (123)
10. 中小学生学习力自测题 (139)

第四章 学生的实践力教育培养 (141)

1. 什么叫实践力 (142)
2. 实践的规律和特点 (142)
3. 实践的最基本形式 (143)
4. 实践的表现形式 (144)



5. 实践的基本发展..... (147)
6. 实践力等级指数及测试..... (148)
7. 实践力的重要作用..... (149)
8. 激发实践力的方法..... (151)
9. 大学生实践力的培养..... (154)

第五章 学生的创造力教育培养..... (163)

1. 什么叫创造力..... (164)
2. 创造力的构成..... (165)
3. 创造力的行为特征..... (167)
4. 创造力的培养..... (168)
5. 创造力的发掘..... (170)
6. 开发孩子创造力的方法..... (172)
7. 提高创造力的技巧..... (175)
8. 培养创造力应注意的问题..... (187)
9. 阻碍创造力习惯的改变..... (190)
10. 创造力测试..... (193)



第六章 学生的空间力教育培养..... (197)

1. 什么叫空间力..... (198)
2. 空间力的发展..... (199)
3. 空间感知能力的发展特点..... (201)
4. 空间感知力的培养..... (202)
5. 空间想象力的认识..... (204)
6. 空间想象力的作用..... (206)
7. 空间力想象力的培养..... (207)
8. 空间想象力的训练..... (210)



新课程标准下的小学数学教学

第一章

学生能力因素教育指导



1. 学生学习能力因素的培养

联合国教科文组织提出：“未来的教育，不是不识字的人，而是没有学会如何学习的人”。这对教育提出了明确的要求，不仅对孩子要进行知识的传授，更重要的是培养学生的学习能力。教师毕竟不是知识的源泉，教师能传授学生的知识是有限的，而要靠学生养成了自觉的学习能力，使学生养成能独立学习，获取知识的人。

学习能力的培养它包含自学能力、语言表达能力、阅读能力、作文能力、观察能力、分析能力、想象能力、解决问题能力、独立能力、动手操作能力等等。它是一种综合能力，它的形成和提高是一个心理发展的渐进过程，是一个由量变积累到质变飞跃的过程。

学生学习能力的培养，是要根据学生年龄的特征和心理规律，按不同年龄提出该年龄段的共性要求，又按不同个体的个性特点进行个别指导，因此，进行学习能力的培养，要按学生的学习实际出发，进行学习能力的渗透，发挥学生的主体作用，充分调动学生学习的积极性，从而达到学生学习能力培养的目的。

培养语言表达能力

小学生年龄小，如何提高他们的学习能力，教会他们的学习方法，教师首先要对新课标的要求吃透内容、领会精神、充分发挥教科书的作用，有目的地去培养学生，让学生从不会看书到会看书，从不会操作到会操作，从不会思考到会思考，从不会说到会说……在教学知识的同时，授于一定的学



习方法，并从培养学生形成良好的学习习惯开始，逐步让习惯上升为能力，启发学生调动学生的学习积极性。

孩子一入学，就有意识训练他们说一句完整的话，如：学生到校报到时，就问学生：“你叫什么名字”？要是回答：“赵世杰”句子不完整，再问：“谁叫赵世杰”？答：“我叫赵世杰”。接着，让孩子们一个个回答：“我叫”。

在拼音教学中，着重训练学生们说完整的话。如在教单韵母“i”时，告诉孩子这个单韵母是“衣”时，再问“你的衣服是什么颜色的”？学生回答“我的衣服是黄颜色的”、“我的衣服是红颜色的”、“我的衣服是绿颜色的”，就这样，帮助孩子们在感情上把话说完整。

在观察活动能力中，教会孩子看的方法和顺序，如教第二册识字时，让孩子们从花草树木的形态、颜色、气味等方面去观察，将其特点看仔细说清楚。在学生表达时，提示孩子们加上自己的想法，说说自己的喜爱之情，启发他们联想古诗佳句以增加表达效果。观察动物也是如此，如观察小松鼠，先让孩子们搜集松鼠的外貌、生活习性等。课上有目的地观察，按照从头到尾的顺序观察小动物的外貌，观察小松鼠吃食时的动作、神态，观察小松鼠怎样玩耍的。每观察一项，就让学生练说，并随时了解他们观察的感受。

培养说写完整话的能力

根据本班学生的生活实际和阅读水平，从一年级开始，便有针对性的通过看图学词学句中，帮助学生认识句型。

如第一册，《我多想去看看》的课后题，出现了几个句子，第一句“北京是我国的首都”、第二句“五星红旗是我国的国旗”，告诉学生这是两句话：第一句说什么呢？学生回



答：“第一句说的是北京”，我问北京是什么呢？学生回答：“北京是我国的首都”。教第二句用同样的方法，找出这句话是由几个词语组成的，然后老师把句子拆开，启发学生再回答，通过上面的启发，学生知道了一句话是由“什么是什么”两部分组成的，一句话说完整了要标上句号，在进行课堂练习时，让孩子们说出下面的句型“我是什么、我爱什么”？学生完整的说出了“我是小学生、我爱北京、我爱五星红旗、我爱老师、我爱妈妈、我爱中华人民共和国”等等。就这样通过渐渐的训练，鼓励学生每人说对了句子再用拼音或汉字写下来。

培养看图说话写话能力

叶圣陶先生说：“教是为了不教”。低年级小学生缺乏观察分析能力，引导他们看图要结合方法，使他们掌握规律，运用规律。

看图说话写话是引导学生观察、思维、想象、记忆等综合表达能力的训练，好奇、新颖是儿童的心理特点，情感因素是儿童发展的动力，小朋友见到图画总爱浏览一番，利用图画引导儿童说话、写话，便是引导他们的情感动机，有助于发展自我，使思维踏上创造性的阶梯。

(1) 看景物图

要从上到下或从下到上，由近及远或由远及近地观察，如结合第一册语文园地三的一幅图，引导学生说出天上有什么？（白云）什么样的天空？（蓝蓝的天空）在田野里看到了什么景色？是什么颜色的呢？怎么美？引导他们按一定的顺序，把景物一部分一部分说出来，不限制他们的思路，怎么想就怎么说，说完了再稍微点拨，然后再说一遍，最后把说

的句子及话写下来。

(2) 看人物图

要先从时间、地点、人物、事情这四个要素来整体地看，再从人物的表情、动作去看他们怎么去做这件事的，如第二册《邓小平爷爷植树》这是一篇短小的故事，教学中先让学生看课件，看看图上画的什么时间？在什么地方？图上主要有谁？他们在干什么？学生把这些问题搞清楚了，再引导学生按事情的顺序初读课文、学习课文，这样作为一年级的孩子，有了对看图的铺垫，课文就很容易理解了。特别关键的是从图中看出了邓爷爷严肃认真的态度和一丝不苟的精神。此外，还领会了植树绿化的重要意义。在教学中，还要注意学生在平时回答问题时是否用词不当，同时，特别注意看图说话，仿作小练笔实践……凡此种种，不一而足，总之，在低段语文教学中，应把握住小学的语言发展特点，时时处处养成积累词语的良好习惯，并促进口头语言与书面语言相互发展和提高。



课外说话写话能力

课外生活观察是一种积极的智力活动，是发展思维和语言的重要渠道。带领学生走出课堂，到生活中去、到社会中去、到大自然中去观察，收益是无穷的，四季变化的自然景色、活泼可爱的小动物、丰富多彩的学校生活、诸如节日里的各种竞赛，有教育意义的动画片，这些都是训练孩子说话写话的素材。

教师应有计划、有重点的引导学生观察，让孩子们好好地用心看一看、听一听、摸一摸、闻一闻、做一做、尝一尝，使他们开阔了视野，得到了丰富的感性材料，观察之后，回

到课堂，请他们再说一说观察的印象，然后再把观察的回忆印象，象过电影一样展现一幅幅画面，请他们大胆地说一说，老师听后稍作订正，就可以把话写下来了。

指导低年级学生观察说写、先说后写、怎么说就怎以写，这是发展儿童认识能力和语言表达能力的有效形式和途径。

我们深信，孩子们真正具备了学习能力，学会了学习，那么在未来世界高科技的挑战中，将会牢牢运用“学习”的武器，永远立于不败之地，成为生活的强者，时代的强者！

2. 培养学生的审美能力



欣赏能力的培养和提高是音乐学科长期而又艰苦的任务，要上好音乐欣赏课，必须多听、多想、多辨、多做、多唱，这样，才能在更高的程度上感受音乐、理解音乐、欣赏音乐，音乐教师应省悟自己身上的重任，在音乐欣赏教学中充分利用教材提供的优秀音乐作品，精心设计欣赏活动，通过听听、想想、辨辨、做做、唱唱等教学手法，让学生体验每一个音乐作品的美感和思想内涵，提高音乐审美的品味。

在素质教育全面推广的今天，音乐欣赏教学已越来越被音乐教育界所重视，传统的音乐欣赏教学的模式已越来越不能适应时代的要求。因此，如何上好音乐欣赏课是摆在每位音乐教师面前的一个重要课题。

上好音乐欣赏课应以“培养学生的审美能力”为目的。一切教学活动都围绕着使学生真正成为审美活动的主体来开展，引导学生全身心地投入到音乐欣赏活动中去。

“听”作品，培养学生感受美的能力

欣赏音乐是通过听觉来感受音乐的，要使儿童理解乐曲

所塑造的音乐形象，首先强调要让学生听，多听完整的乐曲，使学生一开始就获得一个完整的音乐形象。要用“听”把学生带进乐曲的意境，从直觉感受到乐曲的情绪。如欣赏《清澈的溪水》时，其清新，优美而抒情的旋律，丰满而轻柔的和声以及流畅的律动，展现了溪水欢快流淌的气息，在欣赏这首乐曲时，要求同学们闭上眼睛全神贯注地聆听，之后用一段文字把自己的感受描绘出来。

又如欣赏《龟兔赛跑》时，可先让学生听音乐，让他们感受整个音乐的情绪，领悟到“森林的早晨”是多么富有大自然的生命气息和龟兔赛跑的激烈程度，以及欢快、圆满的比赛结果等。因此，在欣赏音乐时，通过听觉辨明音响在我们心湖激起的涟漪，就能从情、意、理、形等各方面去领略作品的美。

“想”作品，培养学生想象美的能力

“想”就是学生在聆听音乐中，根据音乐展开联想和想象，如听了进行曲后觉得可以做什么？跑步呢还是游泳？走路呢还是跳舞？听了摇篮曲后启发学生根据歌词去想象，小宝宝甜甜地睡觉时一幅美丽的图画，欣赏歌舞曲时可以先出现一幅孩子跳舞的画，要求学生在听老师演唱过程中，想象孩子在怎样地跳舞，在学生想象的基础上懂得音乐就像一幅幅美丽的图画。

例如，欣赏格里格的《培尔金特》组曲《晨景》时，老师不用任何铺垫，学生就根据长笛、大提琴、双簧管、大管等音乐特点说出自己想象的内容：“大海悄悄地睁开了眼睛，平静的海面上，暖暖的太阳象披着红纱的美丽少女慢慢地升出海面，驾着柔和的海风，好象在向我们缓缓走来。”同学们



既象在解说音乐，又象在朗诵诗歌，言语中饱含着无限的深情。无疑，这充分说明学生的想象完全投入到优美的音乐之中去了。

“辨”作品，培养学生鉴赏美的能力

在学生听懂了音乐所反映的内容和情绪后，通过老师弹奏时速度、力度等的变化，让学生进一步辨别音乐所表现的形象。如：教师在弹奏进行曲时，不断出现力度变化（强弱），速度变化（快慢），让学生来辨别速度变化时仿佛队伍走得很急或很慢；强弱变化时，好像队伍由近至远或由远至近，同样可以选用 2/4、3/4、4/4 不同节拍的摇篮曲来反映摇篮曲优美、轻柔、连贯、平稳的共同特点和不同之处，在反复听的过程中，必须让学生学会分辨各种节奏、速度、力度的不同，从而加深对作品的理解。

如《唱支山歌给党听》这首歌，是一首充满激情的抒情歌曲，它的第二乐段节奏变紧，速度变快，情绪紧凑，与抒情的第一乐段形成强烈的对比，感情悲育欲绝、如泣如诉，充满了对旧社会的仇恨，演唱时速度渐快，通过这种分辨与对比，更了解了乐曲的情感变化，这样，就能达到较深层次的音乐欣赏，提高了学生鉴赏美的能力。

“做”作品，培养学生表现美的能力

欣赏是听觉能力的训练，但根据低年级学生的年龄特征有时借助“做”，让学生亲自动一动，做一做来加深对音乐内容及情绪的理解，这比光听的效果更好些。如欣赏进行曲可以让学生边听边走，通过亲自做动作来体会乐曲的雄壮有力。

又如听了摇篮曲后让学生结合音乐，做一做拍娃娃或摇船的动作，使学生随着乐曲情绪力度逐渐变弱，速度逐渐变

慢，动作也随之逐渐变小而轻……同样随着活泼轻快的歌舞曲让学生拍拍手，跳跳舞，学生爱怎样动就让他随音乐自由地手舞足蹈，为了使歌舞曲更富有载歌载舞的特点，在欣赏的后阶段，教师可以与学生一起创作一组舞蹈动作的简单组合，让学生边歌边舞，让乐曲欢乐的情绪在学生活动中更充分地表现出来。

“唱”作品，培养学生创造美的能力

音乐欣赏是以听为主的，但唱主题是欣赏作品的基础，因为音乐主题是作品的核心。为了使学生真正掌握不同情绪歌曲与乐曲的特点，最好让学生唱一唱，尤其是低年级的欣赏曲大部分以声乐为主，更适合给学生边听边唱边欣赏，如果遇到乐曲欣赏，同样可以哼唱些有特色的主旋律，加强学生对乐曲的感受和记忆。

引导学生唱主题，更有利于学生把握主题形象，使学生在欣赏音乐的过程中准确辨认主题的重复和变化，使学生的思维真正调动起来，更好地获得音响体验，唱的过程，也是一次获得音乐形象的过程，无形之中培养了学生独立的判断感受能力和表现音乐的能力。

综上所述，欣赏能力的培养和提高是音乐学科长期而又艰苦的任务，要上好音乐欣赏课，必须多听、多想、多辨、多做、多唱，这样，才能在更高的程度上感受音乐、理解音乐、欣赏音乐，音乐教师应省悟自己身上的重任，在音乐欣赏教学中充分利用教材提供的优秀音乐作品，精心设计欣赏活动，通过听听、想想、辨辨、做做、唱唱等教学手法，让学生体验每一个音乐作品的美感和思想内涵，提高音乐审美的品味。

