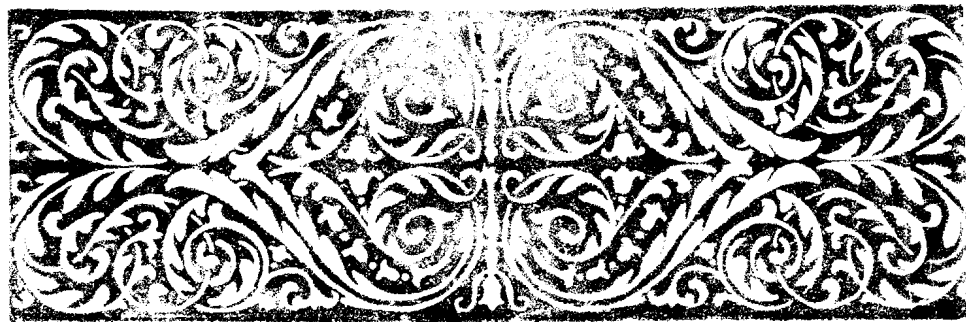


小學五年一貫制學習資料

(第三輯)

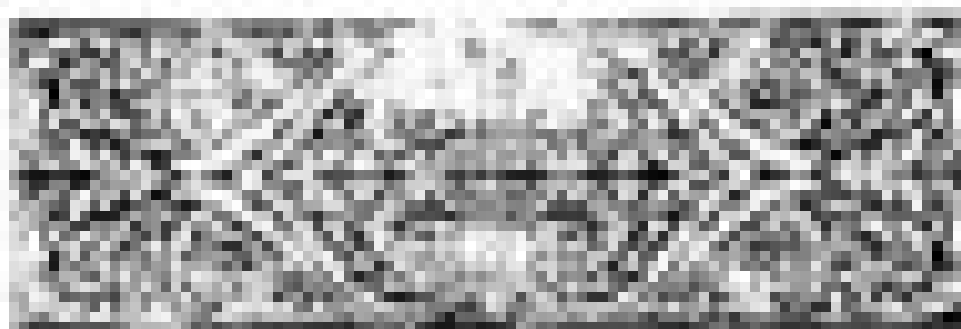
光明日報社編印



得正一錢與得十斤

（序）

（一）



光明日報叢刊

小學五年一貫制學習資料

(第三輯)

光明日報社編印

小學五年一貫制學習資料（第三冊）

一九五二年十二月初版

編輯兼
發行者 光明日報社

印刷者 光明日報印刷工廠

社址：北京西長安街三十二號

初版一印1—96000

目次

我們在一年級體育教學中的一些經驗·····	王昭、金好儀(一)
小學五年一貫制實驗班音樂科教學經驗介紹·····	吳洛(一二)
小學五年一貫制實驗班圖畫教學的幾點體會·····	趙廣福(三七)
我怎樣在低年級兒童中進行愛國主義思想教育·····	薛蓮蕊(四六)
我們怎樣進行品德教育·····	叢玉蘭(五二)
怎樣培養兒童自覺紀律·····	李淑民(五七)
給低年級兒童進行集體主義教育和自覺紀律教育的一些體會·····	王潤琴(六三)
我怎樣在小學一年級試行「值日生制」·····	霍懋徵(六九)
我怎樣對低年級兒童進行衛生健康教育·····	劉容(七六)
我們怎樣進行衛生健康教育·····	周珍如(八四)
北京市小學實驗五年一貫制兩年來的初步經驗·····	吳研因(九二)

我們在一年級體育教學中的一些經驗

北京師範大學第一附屬小學 王 昭、金好儀

北京市六個小學五年一貫制的課程改革實驗工作，在上級的領導和各校教師的共同努力下，已獲得了一定的成績。現將我校實驗班有關體育教學的一些經驗介紹出來，供各地教師同志們參考和研究。

(一) 一年級體育教學的要求

在五年一貫制實驗工作開始的時候，關於體育教學，第一個擺在我們面前應當明確的，就是一年級的體育課應該達到什麼樣的要求的問題。我們根據七歲兒童身體機能的發展，擬定了一年級體育教學的內容。我們認為，一年級的體育教學，首先要使孩子們養成愛好體育活動的良好習慣。通過體育教學，應給予孩子們以一定的鍛鍊身體的淺近知識和簡易技能，包括體操的簡易步法，鍛鍊上下肢發育的活動，促進全身神經和肌肉協調的摹倣操、遊戲和韻律活動。在一年級第一學期只能要求孩子們能分出「預令」和「動令」，並做到動作敏捷，學會稍息、立正、看齊、報數、敬禮、站隊、行進、立定、集合、解散等動作。在一年級第二學期則應逐步要求姿勢正確。如促進下肢生

長和內臟機能的發育，可採取簡單的跑步、跳躍或遊戲等方式；促進軀幹及上肢的生長、發育，可採取關於上肢及腰腹部的摹仿運動（如打鐵、拉鋸等）與攀援、懸垂、爬行等遊戲；訓練初步的韻律活動，可盡量配合打擊樂器、聽琴動作、唱歌表演等。

在上述體育教學的基礎上，並應注意培養孩子們熱愛祖國，熱愛人民，使孩子們具有活潑、勇敢、團結、友愛、克服困難、主動性、組織性、紀律性等優良品質和集體主義的精神。

（二）一年級的初步體育課程

初入學的兒童，對新的環境中的一切會感到生疏，同時也會感到新奇。在這種情形下，一部分兒童會顯得拘束呆板，一部分兒童則會任意玩鬧。所以，教師必須在開學後用一週至兩週的時間，佈置初步的體育教學課程，使兒童對體育課獲得一些基本概念，並加強兒童的組織性、紀律性。

1、認識環境：首先教師須領導兒童認識體育活動的環境，介紹操場上各種遊戲器具的名稱和使用方法，說明怎樣避免危險，怎樣愛護器具，並分配課間輪流遊戲時間，使每人都有練習機會，以培養兒童對體育活動的興趣。

2、編排隊形：初入學的兒童，受過學前教育的為數甚少，他們大多不會看齊，不會報數，所以要求編排整齊的隊形是一件很困難的工作。在這種情形下，可以先讓兒童看看較高班次的站隊活動，給兒童以編排隊形的初步概念。

通常在四十人以上的班級，我們是編排二列橫隊的。因為兒童既不懂得基本口令，彼此又不熟

悉姓名、面貌，教師只有指導兒童按高低次序先排成一行，再採取每隔一人向後退一步的辦法變成兩行，然後再以反覆詢問、舉手表示等方式，幫助兒童熟悉自己的行列。待兒童能記清行列後，即可開始分行練習，讓兒童記憶自己的左右鄰；再用多次散開、集合的方法，進而使兒童完全熟悉自己應站的地位。分行練習完畢，便兩行同時練習，直到兒童能敏捷正確地站到應站地點為止。這樣來鞏固隊形，為體育教學奠定基礎。

3、辨認左右：如欲進行各種體育活動，必須使兒童能清楚地辨認左右。左右的認識對七歲的兒童來說並不是一件太容易的事，要求兒童把辨認左右以及與左右相關的體育動作，變成熟練的技巧，更不是一件容易的事。這須結合兒童的日常生活來進行，並反覆練習。為了使兒童記憶清楚，不致發生混淆不清的現象，可以先辨認一邊，例如告訴兒童，執筆的、拿筷子的是右手。並利用右手舉起、放下、前伸、側伸等動作加深對右邊的印象。等到兒童記憶比較牢固，再告訴他們另一隻手便是左手。總之，教學時要採用多種多樣的變化方式，使兒童不致感到枯燥，鞏固兒童所學的基本知識。但是這種練習只限於最初的短時間，因為練習時間稍久，可能影響兒童四肢的均衡發展。當然這種影響是極細微的，但教師應該隨時在細微處注意。

4、體操基本動作的教學：基本動作的教學，應適當地分配在每一課節中來進行，結合編排隊形，使兒童學會稍息、立正、向右（前）看齊、行進、解散、集合等動作。在進行教學時，首先訓練兒童聽口令的能力，然後再說明做法，進而要求口令發出後兒童便會很敏捷地進行動作。但在姿勢方面，不能要求過苛，例如，兒童能做到稍息時兩手在背後相握，兩足分開即可；立正時做到足

踵靠髀，足尖分開，身體站直即可；看齊時做到前後行對正，各人間隔差不多即可；至於行進、集合、解散等動作，尤須逐步訓練。但在初步教學中，即授予兒童此類基本知識，使其獲得初步的概念，是完全必要的。教師要善於結合具體情況，掌握兒童的接受能力，採用各種各樣的教學方法，活潑生動地進行教學。

此外，體育教師應和班主任以及其他各科教師取得密切聯繫，多方面了解兒童。在體育教學中，教師應隨時注意培養兒童的集體主義精神和果敢剛毅、克服困難的能力，同時，要隨時注意觀察兒童的每一動作，針對具體情況進行教學，使兒童在初入學時，對各項動作即奠定優良的、牢固的基礎。如果開始時任其自流，日後矯正就要發生許多困難，弄得「事倍功半」了。

(三) 一年級體育教學的基本過程

過去低年級音樂、體育兩科合併進行教學，稱為「唱遊」，結果使兒童對音樂、體育兩科都不能獲得系統的知識，所以新學制確定低年級音樂、體育分科教學。根據我們的初步經驗，音樂、體育分科教學的效果是比較良好的。

自從展開學習蘇聯先進教學經驗以來，體育教學的組織形式，根據我們的體會，以多採用綜合類型，更能收到教學效果。體育課中的綜合類型是依下面的過程進行的，即：序運動，準備運動，主要運動和結束運動。

在序運動中，首先應整理隊形，檢查出席人數，檢查服裝（不宜穿硬底鞋），指定因身體不

佳的兒童的見習地點與見習活動。這些也可以說是組織教學，目的在建立教學秩序，做好集體活動的心理準備工作。（當然，組織教學的工作在整個教學的各個環節中亦應隨時注意貫徹。）然後便進行基本動作的教學，即練習稍息、立正、看齊、報數、走步等動作，隨時注意矯正兒童的不正確的姿勢。在複習學過的基本動作的基礎上，並可學習新的基本動作，但項目必須簡單，時間也不可過長。在四至六分鐘內，即可結束序運動。

準備運動可分為二類；第一類準備運動的目的在逐步提高運動量，使兒童在由緩和的運動進入較緊張的運動時，身體和精神上都有適當的準備，不致感到激烈和突然。所以第一類的準備運動不外摹倣動作，可以在行進中摹倣拍球、刨地、跳繩等動作，以促進上下肢的發展，並可藉這些動作加強對左右的認識，也可作幾節摹倣操，使得全身肌肉和神經協調。第二類的準備運動，主要須符合主教材的基本要求，在運動量上和技巧上為主要運動打下基礎，使二者取得密切聯系。例如主要運動是搶紅旗奔跑遊戲，則應以屈膝舉腿、振擺雙臂、跳躍、原地跑步等作為準備運動。

在準備運動以後可以結合具體情況進行複習檢查，或複習檢查上次的教學，或依據準備運動檢查以前的學習效果，例如檢查準備操及摹倣動作的姿勢拍節是否正確。教師對複習檢查，應當掌握情況，靈活運用，倘上次教材和本節教材有關，為取得密切聯系，可於此時進行複習檢查；如果上次教材和本節教材關聯很少，複習檢查便可移在主要運動新授教材以後去進行，或不進行。

檢查時，一種方法是先不指明被檢查兒童的姓名，只在集體動作進行時特別注意備課時預定檢查的兒童，檢查完畢再將被檢查兒童的優缺點說明，以教育全體兒童，並公開評分。這樣可以使每

個兒童都毫不鬆弛地認真地進行活動，準備着教師檢查自己。另一種方法是先指名出來，讓全體兒童共同觀察被檢查兒童的動作，這樣，兒童可以自行觀察被檢查者的優缺點，即時反映給教師，然後公開評分。這比事後只聽教師的批判，更感到真切。採用此種檢查方法時，教師必須注意集中兒童的精神。準備運動和複習檢查不應過長，以十至十五分鐘為宜。

主要運動或稱基本運動，也就是新授教材。在這一環節開始時，教師必須明確地指出教學目的，讓兒童清楚地知道本課節的主要運動是什麼，並在課前把場地及教具的準備工作做好，例如主要運動為搶紅旗遊戲，必須在課前畫出預備綫、起跑綫、回轉點，指定安排好紅旗等。在主要運動開始時，教師便按着主要運動的要求排列隊形或分成小組，然後說明作法、要求、及應注意的事項，並以極正確的姿勢和作法進行示範。示範完畢可讓二、三兒童試作，隨時矯正錯誤以教育全體兒童。在說明作法中尤須結合思想教育以培養兒童的優良品質。開始練習時，教師必須注視每一兒童的動作及其個性表現，隨時提示、糾正，反覆指導練習。普遍練習終了之後，爲了提高教學效果，可以比賽方式結束這一運動。

主要運動進行完畢，教師應對這一課節作出總結，指出兒童在技能、動作、組織、紀律各方面的優點和缺點。然後可按正確規則再度示範，也可以談話詢問的方式總結要點，以加深兒童的印象，鞏固新授教材的教學效果。主要運動以二十至二十五分鐘為宜。

在結束運動中，先進行整理活動，可採取走步及上肢、胸部呼吸等輕鬆動作或柔軟操等活動方式，使高度的運動量緩和下來，緊張的肌肉漸次恢復正常，然後還原為基本隊形。整理活動完畢

後，即佈置有關本課教材的課外活動。

(四) 一年級體育課主要教材的編選

1、一年級體育教材內容：在體操基本動作中，一年級兒童應學會稍息、立正、看齊（向前向右）、向前看、報數（一二報數和連數報數）、向左（右）轉、踏步、便步行進、成圓形或方形行進、立定、集合、解散。爲訓練跑、跳的能力，促進兒童下肢的生長發育，應配合簡單的奔跑遊戲，不連續的單足跳、雙足跳和跨跳遊戲，及由高處往下跳的練習（高度在五十公分以下）等。鍛鍊兒童上肢的教材有攀援、投擲、爬行、懸掛（在低單槓或吊繩上用手緊握，試使足離地）、拔河遊戲、摹倣運動（如打鐵、拉鋸、刨地、揚場、摘果、收割）等。爲鍛鍊身體活動，促進全身神經與肌肉的協調，應採用如下的教材：即追逐遊戲、簡單的鬥爭遊戲、徒手操和輕器械體操、簡單的球類遊戲。韻律活動的教材應包括簡單的舞蹈基本步法、秧歌步（自由步三步一停）、韻律動作（拍手行進等）、韻律遊戲等。以上所舉，是對一年級兒童進行體育教學的基本的教材內容，提供出來給各地教師同志們作爲參考，至於如何將各類教材豐富起來，則有待於教師同志們的大胆創造。

2、編選教材應注意的事項：目前低年級的體育教材很感缺乏，在我們實驗班中經過體育小組的研討和各位任課教師交換心得後，初步地創作了一些教材。這些教材，有的是根據原有材料改編的，有的是大胆創作的。根據我們的經驗，編選教材應當注意的有下列幾點：

(1) 一年級體育教材的內容，必須採取多樣化的形式表現出來。因為通過多樣的體育形式給予兒童以淺近的體育知識和簡易技能，兒童是比較容易接受的。但是應當注意，不論採取任何形式，都必須達到體育教學目標的基本要求。

(2) 在編選教材時，必須根據教學目標的基本要求，兒童的接受能力、所需的運動器具（根據具體環境）以及課外活動的配合，作出周密的計劃，才可開始編選工作。例如我們會編過一個「平衡木」遊戲，這一遊戲是在和「鑽圈」等遊戲結合來進行的。它的學科要求是鍛鍊身體的均衡及全身神經與肌肉的協調。我們根據規定的要求，首先決定將「平衡木」貫串到遊戲中去。繼之又考慮到只此一種活動過於單調，於是把它和作過的「鑽圈」遊戲和「走過積木階台」活動結合進行。以戰鬥行進的形式，將「鑽圈」比作「鑽山洞」，走「平衡木」比作「過獨木橋」，「走過積木階台」比作「爬高山」。分成兩隊作比賽性的遊戲，每隊置木架鐵環一個，平衡木一架，大積木階台一座。讓孩子們依次鑽出「山洞」，渡過「獨木橋」，爬上「高山」。以動作敏捷、紀律良好者為勝。因為這個遊戲的重點是鍛鍊走平衡木的技巧，所以就應特別注意這方面的做法及姿勢，如有錯誤應隨即矯正，並令重作，絕不能因為採取了遊戲方式而忽視教學上的要求。

我們會編製過三套體操：遊戲摹仿操、生產勞動摹仿操、簡易徒手操。這是我校兒童每日晨操的內容，有時也用於體育課的準備運動中。它是針對教學上的要求而編製的，適合於促進兒童上下肢的發展及身體的均衡，並盡量照顧到兒童的接受能力。現介紹遊戲摹仿操一種如下：

隊形：早操隊形，每班按三路縱隊站立，三人一組。

體操內容及作法：共八節（每節二八呼）。

第一節：上下肢運動（招呼羣衆來作體操）：

預備姿勢——叉腰，立正。

一——四拍：二臂前上舉（掌心向下），作招手姿勢（每拍一動），手漸下落（招手四次）。
五——八拍：拍手四次（認清左右後，拍手時可左足起踏步四步），最末一動還原。

第二節：上肢運動（拍球動作）：

一——八拍：左手叉腰，左足側出半步，右臂前側伸出作拍球狀，目視右手（每拍一動）。
二——八拍：動作與一——八拍同，方向相反，末一動手足還原。

第三節：下肢運動（踢毬子動作）：

一——八拍：兩手叉腰，左足屈膝前平踢，作踢毬子動作（兩拍一動）。
二——八拍：動作與一——八拍同，方向相反。

第四節：胸部運動（拉力動作）：

一——八拍：兩臂胸前平屈，半握拳（拳心向下），兩臂用力後振（每拍一動），同時按拍呼「嘿」聲（注意兩肘要平。）

二——八拍：動作與一——八拍同，末一動兩手還原。

第五節：全身運動（跳繩動作）：

一——八拍：兩臂左右屈作持繩狀，向前繞環，足跳起，隨繩的擺動作跳繩動作（兩拍一動）。

二一八拍：動作與一一八拍同，最末一動還原，立正姿勢。

第六節：腹背體側運動（翹翹板動作），橫排每三人一組：

一一八拍：第一、二動中間人左足左側出半步，兩臂左右側斜舉（左臂低、右臂高、掌心向上、兩拍一動）。左側一人向右轉，左足起向前一步，兩臂前平舉，兩手靠攏，置中間人之左掌上，（兩手下扶中間人左手），體下蹲、挺胸、抬頭、兩臂伸直（兩拍一動）。右側一人向左轉，左足起向前一步，兩臂前平舉，兩手靠攏，置中間人之右掌上（兩手下扶中間人左手），身體直立，立正姿勢。第三四動動作同方向相反。

二一八拍：動作與一一八拍同。

第七節：平均運動（鳥飛動作）：

一一八拍：兩臂左右平舉，上下振動。作鳥飛姿勢，左足起向上跳動歸隊，注意每行看齊（兩拍一動）。

二一八拍：動作與一一八拍同。

第八節：呼吸運動：

一一八拍：兩臂徐徐側上舉，掌心向上，抬頭、挺胸、閉口，用鼻孔向內吸氣；兩臂由上舉漸漸下落，同時張口向外呼氣（兩拍一動）。

二一八拍：動作與一一八拍同，最後一拍還原。

領操方法：爲使兒童注意力集中，達到動作整齊、姿勢正確的目的，可以多方變化領操的方

法。我們曾用過聽琴動作，配合打擊樂器動作，教師口令領操、口笛帶操，挑選姿勢正確優美的兒童領操等方式。

(3) 教材初步編成後，必須向領導方面及各教師同志們廣為徵求意見，加以研究、修正。然後通過實際教學，依據教學中所發現的問題和教學效果，再加訂正。這樣，每一教材，在實際運用中經過多次的修訂，教材內容和教學方法都會逐步提高的。

(4) 課外運動是體育教學的一部分，它可以鞏固課內所學的技巧，慢慢地使孩子們養成自覺的鍛鍊身體的良好習慣。例如課內進行了單足跳教學，課外或課間，教師則可以組織孩子們「跳房子」、「踢毽子」、「跳皮筋」，以促進兒童下肢的發育和身體的平衡。如課內是訓練攀援、懸掛等上肢運動，那麼課外或課間，教師就可利用學校的遊戲器具攀援架組織攀登練習或比賽。如課內是按擲運動，課外或課間便可配合立定擲套圈或膠皮圈等練習。另外如配合孩子們的節日活動舉行小型的體育會等等，都是很好的組織課外體育活動的方法。

總之，體育教學也如其他各科的教學一樣，應該根據教學目的來進行教學活動，應該根據孩子們的現實生活、學校的具體情況，靈活地運用各種各樣的教學方法，來完成體育教學的任務。同時要注意防止單純的技術訓練和錦標主義，必須使每一個孩子都有體育活動的機會，都能養成自覺的愛好體育活動的習慣，都能在體育活動中鍛鍊強健的體格，培養集體主義的精神與團結友愛、遵守紀律的優良品德。

小學五年一貫制實驗班音樂科教學經驗介紹

吳洛執筆

關於音樂科的教學，在目前來說，教材是一個主要的問題。所以，首先來談一談我們是根據什麼樣的原則來編選教材的。因為這個問題要是不能得到很好的解決，那麼音樂科的教學工作就會遇到很大困難的。

我們認為，編選音樂教材應當掌握下列幾個原則：

第一，應該通過音樂科的教學，來豐富孩子們的生活知識，使孩子們知道什麼是美的，什麼是醜的，愛憎分明，使他們具有活潑的、愉快的、熱情的、勇敢的、健康的、團結友愛的、集體主義的思想情感。同時，幫助孩子們深刻地認識他們生活在新中國，是多麼的美好和幸福，使他們在音樂教學中獲得深刻的愛國主義的思想教育。

第二，應該通過音樂科的教學，有目的、有計劃、有步驟地使孩子們學會音樂的發聲、聽音和美好的歌唱，知道怎樣用自己的感情來盡情地歌唱自己的幸福的生活。也就是說，音樂科的教