

姓名：王智慧 培训学科：小学心理健康教育 日期：11月16日

专 家 诊 断 报 告

（撰写要求：每位学科专家按分配任务认真观看课例，对每个学员在课例中出现的问题进行剖析，寻找共性和个性问题，根据自己对教材和课标的把握，提出自己的意见和建议，结合本次研修主题和问题诊断情况，提出改进措施和对本次“示范教学”课程的修改意见，字数不低于2000字。）

2012年教育部印发的《中小学心理健康教育指导纲要》中指出，心理健康教育课应以活动为主，可以采取多种形式，包括团体辅导、心理训练、问题辨析、情景设计、角色扮演、游戏辅导、心理情景剧、专题讲座等。心理健康教育要防止学科化的倾向，避免将其作为心理学知识的普及和心理学理论的教育，要注重引导学生心理、人格积极健康发展，最大程度的预防学生发展过程中可能出现的心理行为问题。而我们本次研修的主题是《小学心理健康教育中如何提升学生注意力》，目的是通过教学活动，让学生认识注意力是什么，为什么要集中注意力，影响注意力的因素有哪些，怎样提高自己的注意力。通过有意识地训练，增强学生保持注意力的水平，帮助学生提高学习效率。基于以上要求，诊断如下：

刘风林老师设计的《养成专注的好习惯》，设计目标明确，符合学生身心发展特点，尤其是热身活动设计为动画视频，能够引发学生兴趣。环节二中提问学生：“**在学校上课、做游戏的时候，什么时候需要我们集中注意力呀？**”老师根据回答强调注意力在学习知识、**保证安全等方面的重要性。这一问题，能不能换为“头脑风暴：请大家讨论，在生活中的哪些时候需要我们集中注意力？”**

吴灿荣老师的教学设主题《注意力的培养》跟教学活动中引出

的主题《做注意力的小主人》不一致，无论哪一个主题，都期待符合学生年龄特点设计相应活动。

张凯老师设计的《做注意力的小主人》，从什么是注意力，到注意力集中的方法，贯穿于每一个活动环节中，环环相扣，缺一不可。老师一稿目标定位准确，重难点清晰。而且整个的学习活动设计非常合理，板书详细。

张康老师设计的《提高注意力，学习更高效》，学情分析很详细，建议多设计活泼点、学生参与度广的活动融进课堂教学。多把问题抛给学生，引发学生兴趣。

赵娜老师设计的《做注意力的小主人》是针对四年级学生，目标明确，学情分析到位，活动设计符合四年级的年龄特点，板书设计可以简化一下。

王善海老师设计的《注意力的训练》，针对三年级学生，教学目标很明确、学情分析到位，只是教学设计里呈现的活动略少，针对参年级学生，建议活动中引出问题。

韩书胜老师设计的《做注意力的小主人》，紧扣《中小学心理健康教育指导纲要》和《教学参考》做教学设计，可见老师用心之处。美中不足的事针对四年级学生，活动渗入有点少。

小学注意力训练课很有必要，主要表现在：

1、提升学习能力：注意力训练可以显著提升孩子的学习能力。通过训练注意力的广度、转移、分配和稳定性，孩子的记忆力、反应力、

空间力、思维力和情绪力等基本能力都会得到提升。此外，注意力训练还能改善孩子的阅读理解能力，减少跳字现象，提高作业完成度和精细动作的控制能力。

2、促进心理健康成长：注意力不良的孩子往往容易冲动、易怒，注意力不集中会导致学习成绩不理想，进而增加心理压力。通过注意力训练，孩子能够更好地集中注意力，从而提升学习成绩，改善交友习惯，增强自信心和自我控制能力，促进心理健康成长。

3、提高做事效率：通过静心训练和抗干扰训练，孩子能够在一定时间内高效完成任务，提升做事效率。这不仅有助于孩子在学习上的进步，还能在日常生活中表现得更加高效和有条理。

4、培养良好的行为习惯：注意力训练不仅关注生理功能的提升，还通过行为干预、听知觉和视知觉的协调训练，帮助孩子养成良好的行为习惯，提高自我控制能力。这对于孩子的全面发展具有重要意义。

5、适应现代社会的需求：在信息爆炸的时代，注意力成为了一项重要的生存技能。通过注意力训练，孩子能够更好地应对各种干扰，集中精力完成任务，适应快节奏的生活和学习环境。

因此，综合大家的教学设计，建议大家结合学生年龄特点选择适合的活动和方法。注意力训练的方法包括：

1、游戏训练法：通过拼图游戏、搭积木等游戏，锻炼孩子的观察力和耐心，提高注意力的稳定性。

2、阅读训练法：培养孩子的阅读习惯，每天安排时间让孩子阅读喜欢的书籍，保持安静的环境，专注于文字内容。

3、专注力训练工具：使用舒尔特训练法等工具，通过按顺序指出等练习，提高孩子的注意力。

4、运动训练法：适当的运动如跳绳、游泳等有氧运动能促进大脑液循环，增强注意力；乒乓球、羽毛球等运动也能锻炼反应能力和专注力。

5、时间管理训练法：教孩子合理安排时间，制定学习和活动计划，集中精力完成任务。

小学心理健康课可以使用多种教学方法，包括讲授法、歌曲导入法、设疑激趣法、妙用故事法、角色扮演法、问题解决法、课堂实践法、自学阅读法和思维训练法等。这些方法各有其特点和作用，例如讲授法和歌曲导入法可以快速吸引学生的注意力，设疑激趣法和妙用故事法可以激发学生的兴趣和思考，角色扮演法和问题解决法可以让学生在实践中学习和应用心理健康知识。此外，教师在使用这些方法时需要注意一些事项，如保持课堂的活跃度、确保学生积极参与、适时给予反馈等。具体教学设计和操作可参考《中小学心理健康教育指导纲要》和咱们配发的注意力训教材。
