

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：

郑祥超老师设计的《提高学生注意力》，设计目标明确，符合学生身心发展特点，但课堂时间分配不完整，环节二活动设计不够详细，没有指出注意力训练的方法有哪些，活动过程不能准确反应教学目标。

张海涛老师设计的《小学注意力培养》，教学目标很明确，活动设计也符合注意力训练特点，只是没有学情分析和针对学生年龄阶段。

李晓燕老师设计的《奇妙的注意力》，为改组课程设计优秀之作，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。

时秀梅老师针对四年级学生设计的《学习中的注意力》，有内容解读和学情分析，并且有板书设计，活动设计对于四年级学生来说过于简单。

王静老师设计的《专注的力量》是针对一年级学生，目标明确，学情分析到位，活动设计符合一年级的年龄特点，只是活动内容在设计里呈现的不是十分清晰。

杨艳萍老师设计的《注意力训练的主导者》，“学科”填写为“语文”，可见其身份并未做到转换。

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。
