

《小学生心理健康教育》：小学生注意力辅导案例一 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/60/2021_2022__E3_80_8A_E5_B0_8F_E5_AD_A6_E7_c38_60858.htm

辅导题目 老师头顶的蜜蜂 主题分析 注意力是人对一定事物指向和集中的能力，它是智力的基本要素之一。注意力是记忆力、观察力、想象力、思维能力的准备状态，所以它被人们称为心灵的门户。注意有四种品质，即注意的广度、注意的稳定性、注意的分配和注意的转移，这也是衡量一个人注意力好坏的标志。小学生的注意品质存在着差异性，通过训练可以得到提高。目的要求 通过注意力训练培养小学生注意的稳定性和注意的广度。课前准备 选例，制作投影片，录音机。辅导方法 讲解法、讨论法、训练法。操作过程1．导入新课。教师给学生讲故事(放录音)，随后板书“老师头顶的蜜蜂”。小刚和小红是同桌。在上数学课的时候，小红认真地听着老师的每一句话，看着黑板上的每一道题，不时地在笔记本上记录。而小刚呢，虽然也想好好听课，但是一听到窗外有鸟叫声，就情不自禁地想看看这鸟长得什么样；一听外面有人大喊大叫，他就想知道发生什么事了；还不时地用手摸一下衣服兜里的乒乓球，想着一下课就马上去抢占乒乓球案子。突然，他看见窗外飞进来一只小蜜蜂，在老师头顶舞来舞去的，那蜜蜂嗡嗡地跳着“8”字舞，可真有意思了，他不由地笑出了声。老师看见了，要他站起来回答问题。这下他可傻了，老师讲什么他一点也没听进去，低着头，红着脸，紧张得不知所措。老师批评了他，然后要同桌的小红回答同一个问题。小红干净利落地回答了老师的提问。老师满意地笑了，然后对小刚说

：“你可得好好向小红学习啊！”小刚惭愧地坐下了。

2. 课堂讨论。(1)小刚为什么回答不出老师的提问？小红为什么能回答老师的提问？(2)小刚应该向小红学习什么？(3)从这个故事中，你懂得了什么道理？

3. 课堂操作。(1)注意广度测验。找一些大小相同的玻璃球放在桌子上，然后用盖子把玻璃球盖上，不让对方看见。这时，告诉学生要注意桌上玻璃球的数量，然后教师在很短的时间内出示一些玻璃球；让学生说出这些玻璃球的数目，并记录学生的回答，看他能说对几次。

(2)注意集中训练。老师依次念一些事物名称(小猫、白菜、黄瓜、苹果、长颈鹿、西红柿、黄鱼、松树、蜻蜓)，让学生听到动物名称拍一下手，听到植物名称拍两下手。(3)注意稳定性训练。

听觉训练：请你找一个闹钟，听它的滴答声，并伴随着闹钟的声音，在心中默念“滴答、滴答、滴答……”。第1天念10个，第2天念15个，第3天念20个，第4天念20个以上，每天做8次，这样做5~6天就行了。

视觉想象训练：首先在大脑中想象一个点，在这一瞬间除了这个点外；头脑中什么也不想，然后再延长这一点使点变成直线，然后再在大脑中描绘成旋涡状等的简单图形；这样每隔一天，让图形复杂些，并用心多描绘几次，连续做十天。

(4)注意广度训练。用五秒钟看一些东西，如书桌上的东西、橱窗内的东西，然后闭上眼睛说出这些东西的名称，越具体越好。

总结和建议

1. 通过本课的学习，我们知道上课只有注意力集中，专心听讲，才能学到知识，提高学习成绩。

2. 注意的稳定性和广度经过训练是可以提高的。课外作业让小学生自己开展一些比赛活动，如“拣豆比赛”“穿针比赛”等来锻炼自己的注意力。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下

载。详细请访问 www.100test.com