

小学生意志辅导案例二 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\\_\\_E5\\_B0\\_8F\\_E5\\_AD\\_A6\\_E7\\_94\\_9F\\_E6\\_c38\\_60956.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/60/2021_2022__E5_B0_8F_E5_AD_A6_E7_94_9F_E6_c38_60956.htm) 辅导题目 对自己说“不”主题分析 意志力表现在行动上的作用有发动和制止两方面。在制止方面，表现为抑制那些不利于实现目标的刺激干扰，这种干扰有来自内部的也有来自外部的，战胜外部的干扰比战胜内部的诱惑更容易一些。在培养学生意志力的过程中，让学生学会当遇到诱惑时，要坚定地给予拒绝，说“不”，这样做有利于提高其自制力，锻炼坚强的意志，培养良好的意志品质。目的要求 培养学生的自制力。课前准备 选例，制作投影片。辅导方法 讲解法、训练法、讨论法。操作过程1．导入新课。教师：“同学们，当你遇到下列情况时，你会对自己说什么？”(用投影仪分别投放，可加上图片)(1)上学路上，调皮的小狗挡住了我的去路，摇头摆尾，好像我在跟它玩耍，这时我会对自己说：……(2)上课时，教师正在前面讲课，窗外，几只小鸟在树上飞来飞去，并且喳喳地叫，这时我会对自己说：……(3)美术课上，我的手不知不觉拿起了我心爱的玩具，正要开始玩，这时我会对自己说：……(4)游戏时，别人踩痛了我的脚，我刚想发怒并正要还击，这时我会悄悄地对自己说：……(5)商店里，我看到自己喜爱的变形金刚，刚准备让妈妈给买下时，我会小声对自己说；……(6)保健医生告诉我患了龋齿。叔叔来我家时，带来糖果，面对叔叔的糖果，我会对自己说：……(7)作业没做完，妹妹告诉我精彩的动画片开始了，我刚要起身去看，这时我会对自己说：……(8)自习课，老师不在，面对许多同学说话，我会对

自己说：……

2. 课堂讨论。(1)遇到以上这些情况“我”会对自己说什么?为什么?(2)制止自己做了一件不该做的事时，你会感觉怎样?为什么?(3)在你的学习、生活中，是否遇到过制止自己不该做的事?’

3. 课堂操作。每人举一个例子，当自己有不合理的要求时，马上制止自己，对自己说“不”。例如，没做完作业就想看电视时，自己对自己说“不”；想睡懒觉时，自己对自己说“不”等。试试。

总结和建议

1. 请同学们想一想，通过这一活动，该怎样培养我们的自我约束能力，从而提高我们的意志力?

2. 没做完作业就想看电视时，自己对自己说“不”；想睡懒觉时，自己对自己说“不”等。每做到一点，就在日记本上记下来，并在对应的事件后面画一个小红旗，表示取得胜利。

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](http://www.100test.com)