

## (五) 学习策略——听听，我们的声音

教学课题	听听，我们的声音		
教学对象	小学三年级学生		
教学时间	40 分钟		
教学地点	教室或较大的活动室		
教学方法	游戏、讨论		
教学目标	1、通过轻松的游戏活动，让学生亲身体验，感受集中注意力的重要性； 2、以听觉通道的注意力训练为起点，对学生进行多通道注意力的训练； 3、引导学生总结促进注意力品质提升的方法； 4、在游戏式的轻松氛围中，调节舒缓学习生活带来的紧张情绪。		
名称	目标	时间	内容
一、 听听老师	热身	5 分钟	<p style="text-align: center;">（一）大风吹，小风吹</p> <p style="text-align: center;">（创设轻松活泼的气氛，放松身心，使学生在自由愉快的情绪中进入活动主题）</p> <p>1、游戏规则：游戏前请学生围坐一圈，抽走学生坐着的一把椅子，使学生人数多于椅子数。没有椅子的学生站在圈中听到教师口令后伺机抢到椅子。游戏开始后，老师大声说“大风吹”，孩子们齐声问“吹什么”，老师回答“吹穿蓝色衣服的人”，这时所有穿蓝色衣服的人就要离开原来的座位找到新的座位，如果老师说的是“小风吹”，则所有穿蓝色衣服的人不动，其它颜色衣服的孩子动起来交换座位。吹的内容可以是衣服的颜色、头发长短、男生女生、鞋子类型等。要求孩子们注意听口令，如果做出错误反应就要受到“奖励”。（以简单的注意力和反应力游戏活跃学生。）</p> <p>2、游戏结束后请孩子们谈谈感受，根据学生回答，适时突出有关集中注意力的词语，如专心，走神</p>

			<p>等。</p> <p>[空间不足无法让学生围坐一圈的情况下可以将游戏任务由移动位置改为改变站/坐的状态，例如听到大风吹蓝色衣服的人时，蓝色衣服的人从坐(站)变为站(坐)]</p>
二、 听听音乐	保持身体的唤醒状态，训练听觉道的注意品质	10 分钟	<p>播放音乐《小鸡小鸡》</p> <p>手舞足蹈：第一遍播放音乐时让孩子们根据听到的歌词和旋律节奏自编相应的动作</p> <p>辨认音乐中的小动物：第二遍播放时要求孩子们认真听音乐，找出音乐里都有哪些动物的声音。</p> <p>活动结束后简短地讨论活动中的经验教训。</p>
三、 听听我们	训练听觉与视觉动觉通道的注意品质，包括注意的集中和分配	20 分钟	<p>1. 传密令（注意的集中）</p> <p>游戏规则：将学生分成若干小组，每组8~10人为宜，每组第一个学生领取“密令”纸条，记住密令内容，然后向本组的第二个同学小声口述密令内容，第二个同学再传给第三个.....最后一名同学大声报出本组的密令内容。传错的小组要进行“奖励”。</p> <p>游戏结束后请学生讨论游戏中的感受和总结经验总结（如何在周围环境干扰严重的情况下集中注意）。</p> <p>2. 你在做什么？（注意的分配）</p> <p>游戏规则：组员围圈坐，第一个人向右边的人做一个动作，但口中却说出另一个动作。例如，他手中做着刷牙的动作，但右边的人问“你在做什么”时，他要一面继续刷牙，一面回答“我在绑鞋带”，接着，第二个组员就要绑鞋带，右边的组员要问“你在做什</p>

			么”，他则继续绑鞋带，但口中说“我在放风筝”，如此类推，直至每人轮流玩完为止。 游戏结束后请学生讨论游戏中总结出的经验教训以及防止出错的妙计。
四、总结	总结学生在活动中获得的经验收获，提示注意力训练的方法	5 分钟	注意力不集中的时候我们常常会听不到老师布置的任务或者粗心犯错，不懂如何合理地分配注意力也会事倍功半，活动过程中同学们总结出了集中和分配注意力的妙计（例举讨论过程中总结出的妙计），在学习中使用这些妙计可以让我们的学习效率变得更高。除了大家总结出的妙计，还有很多其它的方法训练注意力，例如在图画中找不同或奇怪的部分、迷宫训练、数字连连看等，以后老师还会教给大家更多训练注意力的游戏，希望大家都能成为细心又专注的人！

#### 活动资料一

##### 提升注意力的妙计：

1. 排除干扰：例如远离嘈杂的环境、拿开书桌上不必要的文具玩具等；
2. 自我提醒：无法排除干扰的时候不断提醒自己任务目标是什么、需要注意什么等；
3. 充足的休息和睡眠：睡眠不足和疲劳的时候注意力都不容易集中；
4. 一次一件事：一次只做一件事；
6. 看到不如说到：看过一幅图片或者一个故事时试试详细滴说给别人听，或者大声读出看到的内容；
7. 勾勾画画：把需要注意的东西勾画或者用鲜艳的颜色标示出来（例如语文的新词汇、中心句、数学题的条件和要求等）；
8. 定时定量：完成任务的时候给自己规定时间或工作量，在规定的时间内完成规定数量的任务时给自己一些小奖励（例如多休息 10 分钟等）；

9. 平时多训练：平时多做一些注意力的训练，包括日常生活中的训练（例如：外出游玩的时候考考自己闭上眼睛描述刚刚见过的风景等）和专门训练（找不同、走迷宫、数字连连看等）

注：注意力训练的方法很多，并不限于以上方法。学生们在活动中可能总结出自己独特的经验，教师在该过程中应及时予以鼓励。

#### 活动资料二

第一组数字密令      5 8 7 3 4 9

4 7 6 2 3 8

第二组文字密令      邓博雅是赵敏和陈子娇的好朋友

卢佳钦是代旭辉和王曦的好朋友