

停课不停学! 居家孩子“宅”出新花样

今日女报 / 凤凰网记者 章清清 刘驰锋

疫情隔离在家的日子里,为了让孩子们足不出户也能“宅”有所学,“宅”有所乐,老师们都没闲着,纷纷用美术、音乐、体育的线上学习活动,丰富孩子们的居家学习生活,利用特有的美育功能,科学、合理地调适学生在疫情期间的情绪,停课不停学,停课不停教。

唱歌、画画、体育,样样都好玩

线上美术课怎么玩?

长沙芙蓉区燕山小学鼓励同学们线上上美术课时,拿起手中的画笔,用童心绘制一幅幅抒发真情的美术作品,并积极地将作品发布到班级微信群、“小黑板”等网络平台,美术老师们针对孩子们上传的作品线上进行点评和指导。“白衣卫士”“战疫”英雄……一幅幅独具创意、栩栩如生的美术作品就这样诞生了。同学们用手中的画笔,画出了对抗疫英雄们的崇敬,画出了战胜抗击疫情的必胜决心。

而音乐组的老师们则根据不同年龄孩子的认知水平,进行音乐听、唱、读、写的线上教学,还将音乐、舞蹈结合在一起进行学科融合,一首首抗疫手语操在孩子们的演绎下新鲜出炉。居家抗疫时用音乐传递信心与勇气。

居家还能上体育课吗?当然能!芙蓉区育英西垅小学推出了“5+5+1”为主的体育锻炼内容。体育老师提前录制好视频,每天在腾讯课堂直播推出5套健身操+5项素质训练+每天坚持跳绳1次。

10点钟,体育老师准时上线,通过微信群、QQ群,班级小管家,实现“云现身”。孩子们隔着屏幕,跟随老师一

起运动。课后,各年级各班级体育老师还及时进行练习反馈,鼓励孩子们一起居家动起来,停课不停练,强身健体战“新冠”。

为保障家庭经济困难的学生能顺利在家进行“线上学习”,确保不让一个学生掉队,芙蓉区东风小学由校长带队,老师们上门家访,走访线上学习有困难的家庭,并为暂无设备的孩子送去平板电脑等移动学习终端。班主任老师和信息老师手把手现场教学平板和学习软件的操作,鼓励孩子安心学习。



育英西垅小学的孩子们在家上体育课。

心理老师带孩子们“画情绪”

学习生活无忧,心理健康也应无忧。针对疫情居家期间的心灵健康问题,怀化市人民路小学多举措为全体师生、家长的心理保驾护航,引导家长、学生线上收看心理辅导讲座,

向全体师生及家长公布心理咨询热线,开展个人心理辅导等。

学校心理老师积极组织全校学生开展“画情绪”绘画活动,让孩子们把自己的情绪画出来,通过第三视角外

化了自己的情绪,再利用文字写出一些鼓励的话语,让大家激励别人的同时也激励了自己,收到了很好的心理疏导效果。

专家如何引导孩子配合防疫

“在引导儿童配合防疫的过程中,家长因给予更多耐心,切勿采取超出儿童理解范围之外的方式来进行教育,这样达不到任何效果。”湖南省脑科医院(湖南省第二人民医院)少儿心理科医师陈曦表示,进入3月份以来,全国多地遭受新一轮疫情冲击,与以往单点式暴发不同的是,本轮疫情存在隐性传播,并呈点性散发态势,这也导致很多人产生了紧张情绪。在家庭中,父母的这种紧张情绪对心理发育尚不成熟的儿童来说,会直接影响孩子的主观意识判断,从而出现应激障碍。

如何才能正确引导孩子配合防疫?首先,应保持积极的心理认知。当风险事件可能危害到孩子的正常生活时,容易让他们的思维往负面方向倾斜,消极观念和不良体验的累积最终可能引发孩子情绪上的波动和失控,积极的认知能帮助孩子们平衡心态,缓解紧张,正确认识事态发展,调动正性情绪;其次,进行有效的状态调控。当有积极的认知做基础后,可以采取一些有效方式调整心理状态,比如养成健康的生活节奏、培养兴趣爱好、转移注意力、适量运动等等,帮助孩子身心放松与调整,同时也可以充实孩子日常生活,提升心理免疫力。最后,及时提供社会支持。当社会性风险事件来临,孩子身处其中难免受到波及,他们不能正确恰当地应对,难以独自调节情绪,需要得到来自家长与学校的帮助,在特殊时期,家长要给予孩子更多的关注,及时发现孩子的心理问题,必要时可以求助专科医院心理医生进行心理疏导。

亲子资讯

长沙小学生穿汉服沉浸式上美术课

今日女报/凤凰网(记者 章清清 李曼倩)春风十里,都在教室里。近日,长沙博才云时代小学三年级的孩子们体验了一堂别具特色的美术课:着汉服、吟古诗、画梅花,沉浸式学国画,在诗情画意中全方位体验传统文化的魅力。4月5日,这条新闻视频发布后,迅速攀上了新浪微博同城热搜榜。

美术老师陈思告诉记者,让孩子穿着汉服上国画课是她的一次教学创新。她觉得,让孩子穿上汉服上国画课,更具有仪式感。“汉服承载了中国的染、织、刺绣等优秀工艺和美学,我希望孩子们除了学习国画外,还能够了解更多关于中国传统文化的美。”

据悉,陈思还将原来仅一到两节的国画体验课调整到一个月,并设计了以梅兰竹菊为主题的系列课程——丹青艺

术之美。“‘遥知不是雪,为有暗香来’(梅)是第一课,之后还有‘兰之猗猗,扬扬其香’(兰)、“千磨万击还坚劲,任尔东西南北风’(竹)、“不是花中偏爱菊,此花开尽更无花’(菊)的三个主题课程”。陈思表示,将诗句融入国画主题中,第一是更具意境,第二是想设计跨学科之间的融合,让孩子主动去了解梅花的相关诗文,培养他们自主学习的能力。



扫一扫,看精彩视频

亲子宝典

植入起搏器后

是不是就万事大吉了?

文/杨涛(长沙市中心医院心血管内科)

正常人的心率一般是每分钟60-100次。各种病因导致的心动过缓可引起脑缺血甚至晕厥。起搏器能够有效维持心脏的正常跳动,大大改善患者的生活质量,但是植入起搏器后是不是就万事大吉,不用去管了呢?答案是否定的。罗奶奶今年70岁,2018年由于心跳过缓在长沙市中心医院心内科植入起搏器。术后罗奶奶自觉良好,所以就没有遵医嘱定期随访。后来她又出现头晕、晕厥。入院后检查发现,起搏器电池的电量提前耗竭并停止工作了。起搏器的工作原理是人工脉冲发生器通过导线带动心脏跳动,就像手机一样,需要依靠电池来提供能量。电池的使用寿命一般是10年左右,但是需要定期来医院随访调节参数,否则可能会出现电池寿命缩短、导线脱位、起搏器故障等问题,并引起严重后果。