

影响高中生课堂注意力的因素研究

钟 芮

哈尔滨师范大学, 中国·黑龙江 哈尔滨 150000

【摘要】注意力不是一个独立的心理过程,它是伴随着心理过程而产生的。注意力是我们专注做好一件事的根本,也是我们能够将一件事做的完美的原因。高中生是学习的重要时期,注意力对听课效率有重要作用。然而有部分高中生的注意力常常会被分散,没有办法集中注意力听老师讲课,学习效率不高,成绩也相对不好。因此本文主要论述了注意力的概述、影响学生课堂注意力的因素以及解决方法。

【关键词】注意力; 影响因素; 对策研究

对于高中生来说,学业成绩是非常重要的,这就意味着学生在教室课堂里能够认真听讲,要求学生注意力高度集中。高中生的学业是非常繁重的,学生当然还是要以在课堂上学习的内容为主,课下复习、补课为辅。如果学生在课堂上能够集中注意力,认真听讲,课下也会节省很多的时间来放松或者取长补短。但是如果学生没有抓好课堂上的学习,学生不仅仅会浪费更多的时间来补这节课的内容,对内容也会一知半解,理解知识不透彻同时也会影响教师的讲课进度和课堂规划。因此,稳定的注意力对于高中生来说是非常重要的,也是必须的。

1 有关注意力的概述

注意是心理活动对一定对象的指向和集中。它不是一个独立的心理过程,是伴随心理过程而产生的。注意的功能有选择功能、保持功能和调节与监督功能。选择功能是当我们在面对两个情境的时候,要将注意力放在重要的上面。保持功能就是要将注意力指向一个对象或者活动上。调节与监督功能是在发现问题的时候能够及时的改正的功能^[1]。

2 影响学生课堂注意力的因素

首先是环境因素,学生在上课的时候,往往外界的环境因素最容易吸引学生的注意力。比如学校旁边的施工现场或者马路上突然来的一声汽车鸣笛,这些都很容易引起学生的无意注意。但是有一个离我们最近的影响学生注意力的因素就是他人的干扰。可能当学生正在认真听讲的时候,突然同桌有了一点动静或者有了其他干扰课堂的行为动作,这也是影响学生上课注意力的一个重要因素。因为外在的环境干扰使得学生的注意力分散,这不仅会影响学生的注意力,影响学生听课的效率,甚至可能会影响教师的讲课进度。如此看来,学生在听课、教师在讲课的时候是非常需要一个安静的环境的。

再次是教师的教法因素,教师是否能够用自己本身的技巧吸引学生的注意力也是非常重要的。很多教师在上课的时候都是枯燥乏味的,当教师授课内容是无趣的时候再采用无趣的教学方式,这会很容易让学生没有心思听课,把注意力放在其他事情上面。当教师上课采用比较生动有趣的语言,掌握现代教育技术可以很大程度吸引学生的注意力,让学生的注意力紧跟着老师的步伐走,不仅学生能学到东西,老师也会在上课的时候很轻松。

最后是学生的个人因素,比如学生对这个课堂的整体认知、学生当时的情绪都对这节课的注意力有着很大的影响。当学生对这个课堂有不理性的认知的时候,这会极大的让学生不重视这节课,对这节课抱着无所谓的态度,自然也会把注意力分散在其他对象上面。比如,在高中阶段,学校会有一些心理健康教育课程,

在同学的眼里这是一种副科,是没有实在意义的,于是就会在心理健康教育课程上做别的事情。当学生在上这节课的时候,有别的事情在心里导致情绪低落的时候,那么这位同学在这节课上的注意力是很容易被分散去想别的事情的。这些都是学生自身的因素导致的上课注意力不集中都是需要学生克服的,只有在上课的时候有稳定的注意力的时候,学习才不容易走神,学习才会高效,学习才不会是一个无聊的、困难的过程^[2]。

3 提高学生注意力的方法

首先针对影响学生注意力的外界因素来说,像是施工工地等这是无法避免的。但是如果该同学的注意力是被其同桌发出的动静所吸引走的,那么这个时候我们就要针对不同的学生采取不同的方式。对于这两位同学都要做注意力训练的提升,同时也可以对全班的同学进行团体训练,比如冥想,当然这就需要专业的心理健康教育教师来帮助完成。而对于发出动静的同桌来说,可能是由于他多动或者厌学等,这虽然不是严重的精神障碍,但是也属于心理问题,只是程度较轻,这是需要家长和学校的心理教师都要关注的问题。外界因素虽然无法避免,但是教师却可以在很大程度上减少影响学生学习投入的因素,这需要驾校配合,当然更重要的是需要学生自己主动学习。

再次是由于教师的教法导致的学生注意力不集中,这个时候教师就要不断的对教学内容的讲解方式进行调整和完善。教师要不断的进行创新式的教学,可以采取不同的教具,可以在导入的视频中加入适当的背景音乐。同时教师在上课的过程中能够吸引学生注意力的手势指点,或者在重要的部分采用吸引注意力的语言,比如“我接下来讲的内容非常重要哦”等这些都可以将学生的注意力从别的地方吸引过来。当发现同学的注意力分散的时候,我们可以走下讲台,稍微提点一下,当然在上课过程中,最有效的莫过于提问环节了。即使同学的注意力在别的地方,但是他听到老师要提问的时候,就会立马将注意力回到课堂上来。教师引起学生上课的注意力方法有很多种,但是也是需要针对具体情况使用,不能引起学生对学习以及教师的反感情绪^[3]。

最后是学生自身的因素导致的上课注意力分散,当学生对这门科目存在非理性的信念的时候,学校心理健康教育教师是可以采取一些方法的。当学生把心理健康教育课等课程是一种副科的时候,那么学生的心理就会产生不合理的想法,那么这些学生就不会重视这种课程,于是学生就会产生上课注意力分散、走神或者做其他与课堂无关的事情这种行为。这时候心理健康教育教师就需要将学生的这种不合理的想法纠正过来,让学生知道心理健

(下转72页)

首先是对材料的投放前审议,教师采用“实践观察”进行充分的分析,如“材料的教育价值是什么?”“材料可以让幼儿获得何种经验”“材料投放的种类和数量是否需要逐步增减”“以班本课程为基础投放的材料是否合适”,接着在材料使用过程的审议中,教师借助有效的观察对儿童使用材料的情况;材料本身的消耗程度;根据把本课程投放的材料是否涉幼儿经验的发。最后对材料使用后的审议中,重在研讨材料的使用价值,以及如何使用能更有效的提升班本课程的学习深度。这些方面需要利用是有互动,家长志愿参与,家委线上研讨等形式由教师专断投放转变为共商议齐投放,丰富了班级区域的材料,加深了和班本课程融合的区域游戏。

3 以班本课程价值出发,推进区域环境可持续性

班本课程的价值在于培养幼儿自主学习品质,促进幼儿多元化的发展;提升教师教育能力,激发教师专业发展内驱力;充实幼儿园园本课程,提升幼儿园整体课程开发水平。借助这三方面的研究和区域环境相融合使得儿童能在既定的班本课程实践研究中得到深层的发展。

3.1 培养幼儿自主学习品质,促进幼儿多元化的发展

《指南》中指出:最大限度地支持和满足幼儿通过直接感知、实际操作和亲身体验获取经验和需要。充分尊重和保护好幼儿的好奇心和学习兴趣,帮助幼儿养成积极主动、认真专注、不怕困难、勇于探究和尝试、乐于想象和创造等良好学习品质。班本课程的开发和实施结合区域环境的教育共鸣保证幼儿在教育活动中的主体地位培养幼儿的自主探索,促进幼儿多元化的发展。

3.2 提升教师教育能力,激发教师专业发展内驱力

区域环境的创设是教师专业能力的重要体现,区域环境应体现教师的教育意图以及隐含的教育内容。实施班本课程对教师而言,不仅需要专业知识和技能,还包括教育机智和智慧。捕捉

有价值的事件进一步深化和引导,利用充足的知识储备应对突发的教育故事,充分发挥其应有的教育水平,驾驭、拥有生成课程的素质和能力,同时将班本课程内容以创造性的呈现在区域版面,两者有效的结合通过环境将研究过程得以展现提升了教师的专业水平,使班本课程更具教育活动力。

3.3 充实幼儿园园本课程,提升幼儿园整体课程开发水平

环境是园本课程的已不能,班本课程是幼儿园园本课程的资源基础,是幼儿园课程目标达成的桥梁和课程顺利实施的载体,是幼儿园文化的组成部分。教师对班级课程资源的挖掘,有利于丰富幼儿园课程内容,提升幼儿园整体课程开发的水平,挖掘幼儿园园本课程价值,促进幼儿园文化的传承、创新和发展。打造独有的以园本内容为特色的校园环境。

总体来说,班本课程和班级环境应是相辅相成,相互作用,运用而生的。班本课程体现了儿童研究的过程,那班级环境就是幼儿研究的成果;班本课程是儿童自主学习的起点,那班级环境就是儿童自主学习终点的补给站。用科学的方法让班本课程与班级环境有效融合,引导幼儿与环境对话,与材料互动,在自主学习的道路上乐在其中!

参考文献:

- [1]冯鑫.基于儿童立场的班级室内区域环境改造[M].早期教育.国家新闻出版社2020.10:12.
- [2]朱敏.让环境与幼儿“对话”——浅谈我班的环境创设[J].百度文档.2015-7-23.
- [3]封雪.立足幼儿视野,推进园本课程建设[J].百度文档.2015-7-25.

作者简介:

陈文洁(1990—),女,汉,江苏张家港,本科,职称:一级教师,研究方向:学前教育。

(上接70页)

康教育课程可以使他们在情绪不稳定的时候不易做出伤人伤己的行为,让学生知道心理健康教育课程是为了帮助他们拥有良好的心理状态、是为了提升他们的心理健康素养,由此让学生能够重视这门课程,从而将注意力由别的地方转到该课堂上来。当学生的情绪低落的时候,作为学校的心理健康教育老师更需要关注学生的一举一动,关注他们产生该情绪的原因,帮助他们合理的管理自己的情绪。管理情绪并不是所谓的压制情绪,学校心理教师已更改帮助学生适度合理发泄自己的情绪,不能够把情绪带到课堂上来影响自己听课的质量和效率。低落的情绪使学生变得悲观、思维迟缓、反应迟钝等等会分散学生的注意力,会影响学生的心理健康,相反如果学生对学习产生积极的情绪,会促进学生对课堂的投入,提高学生的学习效率^[4]。

4 总结

学生的注意力不集中是由很多原因导致的,不仅有外在环境的影响,也有学生自身的原因。看似是注意力的不集中,但是里面可能包含着许多的心理健康教育的问题,只是程度比较轻得不到家长和教师的关注。在高中这种重要的时间段里,学生的听课质量与学生的注意力是紧密相关联的,学生想要提高自己的学习质量是非常有必要进行注意力训练的。学校的心理教师可以根据学校的安排或者课程的规划对学生进行团体训练,同时对学

生的压力和情绪也要进行定期的辅导。

参考文献:

- [1]王欢.影响初中生英语课堂注意力的因素研究[D].华中师范大学,2018.
- [2]张笑.高一学生生物课堂注意力分散成因及其干预研究[D].西华师范大学,2018.
- [3]李小凤.初中语文教学中中学生注意力培养策略[D].闽南师范大学,2017.
- [4]云涛.数学课堂教学中如何调控学生的注意力[D].延安大学,2015.

作者简介:

钟芮(1997-),女,汉族,安徽濉溪县人,硕士研究生,研究方向:心理健康教育。