

聚焦身心健康 深耕习作育人

——小学语文习作分享班会的实践路径与经验总结

李瑞雪

北京科技大学附属小学 北京 海淀区 100083

【摘要】：本文立足小学语文教学与班级育人实际，紧扣北京市《关于促进中小学生身心健康发展的若干意见》与义务教育新课程方案要求，以语文习作分享主题班会为载体，开展“我的奇思妙想”发明成果汇报、“走入歌声的世界”跨学科习作分享等两项班会实践活动，探索身心健康教育与语文教学深度融合的有效路径。文章从案例背景、实施举措、工作成效、经验启示四个方面展开，总结可复制、可推广的班级育人模式，实现以习作润心、以分享育人，促进学生身心健康全面发展。

【关键词】：小学语文；习作育人；学生身心健康；创新实践；特色模式

DOI:10.12417/2705-1358.26.08.044

1 案例背景

小学阶段是学生身心发展的关键期，也是情绪管理、自信心建立、审美能力培养的重要阶段。当前部分学生存在内向自卑、不善表达、压力感知敏感、幸福感不足等问题，给心理健康工作带来挑战。

作为小学语文教师，我在实践中发现：传统身心健康教育多以说教为主，形式单一、体验感弱，难以走进学生内心；同时，身心健康教育与语文教学、习作实践存在“两张皮”现象，未能发挥语文学科“以文润心、以言抒怀”的天然优势。

为此，我将习作分享与主题班会深度融合，依托语文习作教学，设计了两项贴合学生年龄特点、兼具语文性与情感性的班会实践活动，让学生在表达、创作、分享中释放情绪、建立自信、感受美好，构建“习作+班会+身心健康”一体化育人模式^[1]。

2 实施举措

围绕语文习作分享主题班会，结合小学生的年龄特点、身心发展需求及语文教学重点，笔者制定了针对性、可操作的实施举措，注重“全员参与、全程体验、全程育人”，确保每一项活动都能贴合身心健康教育的核心目标，同时兼顾语文素养提升与跨学科融合要求，实现“学语文、练习作、育身心、促融合”的多元赋能。

2.1 “我的奇思妙想”发明成果汇报：释放天性，培育自信与创造力

本活动聚焦“自信心培养、创造力激发、情绪释放”的核心目标，结合四年级语文单元习作“我的奇思妙想”教学要求，引导学生将天马行空的想象与社会价值相结合，在创作中认识自我、实现价值。

(1) 前期准备，降低表达与习作门槛

活动前2周，布置前置任务，让学生结合生活实际，发挥想象力，构想一项“小发明”，撰写习作《我的奇思妙想》，明确发明的外形、功能、设计初衷，鼓励学生用文字+绘画、文字+简易模型的形式呈现。同时，教师对学生的习作与发明构想进行一对一指导，帮助其梳理习作思路、优化表达语言、完善发明构想、提升发明的社会价值，给予充分肯定和鼓励，增强其参与信心。

(2) 分层展示，保障全员参与

班会现场，采用“分层展示、全员汇报”模式，先让习作与表达能力较强的学生带头汇报，分享自己的习作片段与发明构想，营造轻松、活跃的氛围；再鼓励内向、胆小的学生上台，可采用“同桌陪伴汇报”“小组推荐汇报”的形式，允许学生照着自己的习作朗读、展示模型，重点关注学生的参与勇气和态度。每一位学生汇报结束后，教师都给予具体的肯定，如“你的习作条理清晰，把发明的功能写得很具体”“这个发明构想太实用了，期待这个发明早日造福人类”，同时引导其他学生认真倾听、主动鼓掌，尊重每一位学生的努力与构想。



图 学生《我的奇思妙想》成果汇报展示

(3) 互动延伸, 深化体验效果

汇报结束后, 设置“奇思妙想互评”环节, 让学生互相点评习作亮点、分享对发明成果的看法, 学会发现他人的优点、尊重个体差异; 随后开展全员投票环节, 兼顾全员参与感与个性化肯定, 设置别出心裁奖、攻坚克难奖、突出贡献奖、胸有成竹奖等多个奖项, 每位学生都能获得对应奖项。会后颁发小奖状, 让学生感受到自身的价值与认可, 进一步强化自信心。最后, 教师总结升华, 告诉学生“每个人都有自己的闪光点, 敢于想象、乐于表达、认真撰写, 就是一种成长”, 并将学生的习作与发明成果进行整理, 在年级内展示, 进一步强化学生的成就感, 激发其创造力、习作兴趣与表达欲。

“我的奇思妙想” 发明项目投票开启!		
奖项设置	标准	姓名
别出心裁奖	该项发明非常有创意, 极具创新性, 令你感到十分富有想象力。	
突出贡献奖	该项发明十分实用有意义, 对人类社会进步有促进意义。	
攻坚克难奖	该项发明有意义, 但实现起来非常不容易, 需要长时间的探索和努力。	
胸有成竹奖	发明人的介绍非常清楚、流畅、自信。	

图 学生《我的奇思妙想》发明项目选票单

2.2 “走入歌声的世界”跨学科习作分享会: 以音乐润心灵, 以文字抒情怀

本活动聚焦“缓解学习压力、培养审美能力、提升情绪表达、推动跨学科融合”的核心目标, 结合六上语文课文《月光曲》的教学内容, 融合语文习作与音乐赏析, 让学生在聆听音乐、感受意境、撰写习作、分享感悟的过程中, 放松身心、陶冶情操, 学会用文字表达内心感受。

(1) 前置铺垫, 衔接课文与跨学科体验: 结合六上语文《月光曲》的教学, 先带领学生深入学习课文, 感受《月光曲》的旋律之美、意境之妙, 理解课文中对月光、音乐的描写方法; 再组织结合音乐课, 组织学生聆听《月光曲》及其他适合小学生的经典乐曲, 引导学生闭上眼睛, 感受音乐传递的情绪(如宁静、舒缓、欢快、激昂), 想象音乐所描绘的画面, 为习作撰写做好铺垫。同时, 布置习作任务, 让学生撰写跨学科习作《听_____ (乐曲名) 有感》, 重点用文字表达聆听音乐后的感受、想象到的画面, 可结合《月光曲》的课文写法, 运用比

喻、拟人等修辞手法, 提升习作的生动性, 鼓励学生大胆表达自己的真实感受, 不追求语言华丽, 重点突出“真情实感”^[2]。

(2) 全员分工, 保障活动有序开展: 打破“教师主导、学生参与”的传统模式, 除了每人分享自己的习作外, 为有意愿的学生安排专属职位, 各尽其能, 在分工协作中感受责任与价值。具体分工为: 音乐赏析组, 负责梳理《月光曲》的旋律特点、意境, 在班会现场为同学们讲解《月光曲》及其作者贝多芬的生平经历; 宣传海报创作组, 运用语文识字、绘画结合的方式, 制作活动宣传海报, 标注活动流程等; 秩序维护志愿者, 负责班会现场秩序引导、小组互动组织, 现场播放音乐音频, 确保活动有序开展。各小组明确分工后, 教师逐一指导, 确保每位学生都能胜任自身职位, 在分工协作中提升沟通能力, 同时衔接语文习作、口语交际与音乐赏析的相关要求。

(3) 习作分享, 深化跨学科与身心体验: 班会现场, 先由音乐赏析组讲解贝多芬人物经历及《月光曲》的旋律与意境, 带领全体学生再次聆听《月光曲》, 重温课文情感; 随后进入习作分享环节, 采用“小组分享+全员展示”的模式, 每位学生分享自己的跨学科习作, 讲述自己聆听音乐后的感受、想象到的画面, 分享自己撰写习作时的思路。对于内向、表达能力较弱的学生, 可在小组内分享, 再由小组推荐代表上台展示, 确保每位学生都能表达自己的内心感受。分享过程中, 教师引导学生互相交流, 如“你从他的习作中, 感受到了音乐的哪种情绪?”“他运用了和《月光曲》课文中相似的写法, 你发现了什么?”, 既强化语文习作能力, 又深化音乐审美体验。

(4) 拓展延伸, 实现育人实效: 分享结束后, 教师结合学生的习作与分享, 讲解如何用文字表达抽象的情绪与画面, 衔接《月光曲》的教学重点, 提升学生的习作能力; 同时, 引导学生交流“聆听音乐、撰写习作时的感受”, 让学生意识到, 音乐与文字都是情绪释放的载体, 聆听音乐可以缓解学习压力, 撰写习作可以抒发内心情怀, 帮助学生掌握科学的情绪调节方法。最后, 将学生分享的音乐曲目, 在音乐课上进行分享和演唱, 并在期末的新年联合会上以节目的形式进行呈现, 如舞蹈、小合唱、器乐演奏等, 进一步激发学生的跨学科学习兴趣, 让学生在音乐与文字的浸润中, 放松身心、陶冶情操、提升素养。

3 工作成效

通过持续开展语文习作分享主题班会, 将语文习作、跨学科学习与身心健康教育深度融合, 融入全员分工、全员颁奖等细节, 逐步破解了小学生身心健康工作中的难点问题, 落实了北京市《关于促进中小学生身心发展的若干意见》与新课程方案要求, 实现了“语文素养提升、跨学科能力发展”与“身心健康发展”的双向共赢, 得到了学生、家长和同事的认可。

3.1 学生层面：身心状态明显改善，综合素养稳步提升

(1) 自信心显著增强：越来越多的内向、自卑学生敢于上台分享习作、展示自我，不再害怕出错、不再畏惧表达，大部分学生能够主动参与班级活动、主动分享自己的习作与感悟，自我认同感和自信心明显提升。据统计，经过一学期的实践，班级内向学生的参与度从最初的30%提升至85%以上，学生主动举手发言、参与习作分享的次数明显增多，尤其是在全员颁奖、全员分工中，每位学生都能感受到自身价值，自卑心理得到有效缓解。

(2) 情绪表达更加顺畅：学生逐步学会识别自己的情绪、表达自己的感受，无论是积极情绪还是负面情绪，都能通过习作撰写、口语分享等形式合理释放，不再出现“憋在心里、不愿沟通”的情况。尤其是通过“走入歌声的世界”跨学科活动，学生能够用文字表达抽象的情绪，缓解学习压力，心态更加乐观向上。

(3) 合作与沟通能力提升：在“走入歌声的世界”活动的全员分工、“奇思妙想”互评等环节中，学生学会了倾听他人、尊重他人、团结协作，能够主动与同学沟通交流、分工合作，主动帮助习作或表达有困难的同学，同伴关系更加和谐，班级凝聚力明显增强。同时，学生的表达能力、习作能力、逻辑思维能力也在实践活动中得到稳步提升。

3.2 教学层面：破解育人难点，形成特色跨学科育人路径

(1) 打破教育割裂，实现多元融合育人：成功将身心健康教育、跨学科实践与语文习作教学、班会深度融合，打破了传统身心健康教育与学科教学、跨学科实践“两张皮”的现象，让身心健康教育不再是“额外任务”，而是渗透在习作撰写、成果分享、跨学科体验的每一个环节，实现了“学语文、练习作、育身心、促融合”的同频共振。

(2) 丰富教育形式，提升参与热情：摒弃了传统说教式的身心健康教育模式，以学生喜闻乐见的习作分享、跨学科体验、全员参与等形式开展活动，贴合小学生的年龄特点和认知规律，更贴合语文习作的教学实际，极大地提升了学生的参与热情，让学生在体验中感悟、在实践中成长，真正实现了“润物无声”的育人效果，有效破解了传统身心健康教育“学生参与度低、体验感弱”的难点。

参考文献：

- [1] 邓鑫.小学语文“综合性学习”的教师教学素养提升研究[D].西南大学,2024.
- [2] 连亚平.小学语文综合性学习项目化教学的现状及策略研究[D].上海师范大学,2023.
- [3] 胡倩婷.基于创客学习共同体的小学生成长型思维培养策略研究[D].杭州师范大学,2022.

3.3 班级层面：营造良好氛围，凝聚育人合力

通过系列实践活动，班级内形成了“乐于分享、尊重他人、团结协作、热爱生活”的良好氛围，学生之间互相鼓励、互相欣赏、互相帮助，师生关系更加融洽。同时，部分家长反馈，孩子回家后愿意分享班级习作分享会的趣事，愿意主动表达自己的想法，性格变得更加开朗、自信，写作兴趣也明显提升，形成了“学校教育+家庭教育”的育人合力，进一步推动了学生身心健康发展。

4 经验启示

4.1 坚持以生为本，贴合学生身心发展与情感需求

身心健康教育的核心是“润心”，而“润心”离不开学生的亲身参与和体验。小学生的身心发展具有独特性，好奇心强、喜欢趣味化、体验式的活动，厌恶枯燥的说教。因此，开展学生身心健康工作，必须立足小学生的年龄特点、身心发展需求与习作水平，摒弃“成人化”的教育视角，设计贴合学生认知、符合学生兴趣的活动形式。本文中所介绍的两项活动，均注重学生的体验感，让学生在“做中学、学中悟、悟中成长”，真正实现了“润物无声”的育人效果，这也是破解身心健康教育难点的关键举措^[3]。

4.2 立足学科优势，实现语文习作与身心健康深度融合

语文学科兼具工具性与人文性，习作作为语文教学的核心环节，是学生情绪释放、思维发展、自信培育的重要途径，更是渗透身心健康教育的天然载体。作为语文教师，要充分挖掘语文学科的育人优势，将身心健康教育与语文习作教学、班级班会深度融合，让学生在习作撰写中释放情绪、梳理思路，在成果分享中增强自信、学会沟通，让身心健康教育不再是“孤立的专项工作”，而是渗透在学科教学的每一个环节，实现“学语文、练习作、育身心”的双向赋能。

4.3 推动跨学科融合，拓宽身心健康教育路径

结合义务教育新课程方案中“跨学科融合育人”的要求，打破学科壁垒，推动语文与音乐等学科的深度融合，能够进一步丰富身心健康教育的形式与内涵。如“走入歌声的世界”活动，让学生在音乐赏析中放松身心、陶冶情操，在习作撰写中表达情绪、提升素养，实现了“音乐润心、文字抒怀”的双重效果，拓宽了身心健康教育的途径。