

小学生执笔姿势的问题及指导策略

施丽雪

(晋江第二实验小学 福建 晋江 362200)

【摘要】《语文课标》对小学写字教学的总体目标是：“让学生养成正确的写字姿势和良好的写字习惯，书写规范、端正、整洁、行款整齐，有一定速度。”要写好汉字，关键处在于正确的执笔姿势及坐姿。但小学生的书写姿势令人头疼，并且危害了健康。故而，训练学生正确的书写姿势与执笔方法，养成良好的写字习惯，是实施素质教育过程中不可忽视的一项重要内容。本文从剖析问题，总结经验、指导策略，将如何指导一年级学生正确执笔姿势进行了详细的论述。

【关键词】一年级 执笔姿势 指导策略

【中图分类号】G623.22 【文献标识码】A 【文章编号】2095-6517(2016)10-0101-02

一、小学生执笔姿势存在的问题及成因

从教二十五年，发现学生到了高年级戴眼镜的人数上升剧烈。究其原因，错误的握笔姿势是“元凶”之一。那么为何一年级刚开始学习握笔，大多数孩子都能正确执笔，而随着年级的增加，发现孩子执笔错误的现象越来越多，到了高年级要找出几个正确握笔的学生，是凤毛麟角。其实有的学生明知自己错误执笔。但因为习惯成自然，觉得改起来非常困难，于是就打消了纠正自己不良执笔姿势的念头。为何孩子知与行难以统一呢？因为养成一种习惯需要时间。

通过多年的观察总结得出，形成学生错误握笔的原因：(1) 幼儿期提早握笔和书写，错误的握笔姿势没能够得到及时的纠正。(2) 孩子不重视，知道错误，但放任自己。(3) 教师只重学科知识、缺强化与训练，督促与落实。(4) 家长只监督家庭作业的完成忽略写字姿势的培养等原因，导致习惯成自然。

小学《语文教学大纲》指出：正确的写字姿势不仅能保证书写自如，减轻疲劳，提高书写水平，而且还能促进少年儿童身体的正常发育，预防近视、斜视、脊椎弯曲等多种疾病的发生。因此，必须引起重视。正确的执笔方法，应采用三指执笔法。具体要求是：右手执笔，大拇指、食指、中指分别从三个方向捏住离笔尖3厘米左右的笔杆下端。食指稍前，大拇指稍后，中指在内侧抵住笔杆，无名指和小指依次自然地放在中指的下方并向手心弯曲。笔杆上端斜靠在食指的最高骨处，笔杆和纸面呈50°左右。“指实掌虚”，这样书写起来才能灵活运笔。

规范书写是语文学习的基础，是学生文化素养的一个重要标志，也是加强学生情感、意志等良好心理品质培养。那么该怎样教学生写字呢？首先培养学生摆好正确的书写姿势和掌握正确的用笔方法。今年又接手新一年级，我把养成正确的握笔姿势作为培养各种良好习惯的首席位置。为此，我查找了大量资料，从中，学到了不少训练、规范写字姿势的方法和措施，应用到教学中效果还不错。

二、正确执笔姿势的指导策略

1. 精指导

由于很多孩子刚上小学时，书写姿势很不正确，主要表现在握笔离笔尖近，胸部紧贴桌面，头偏向左侧，眼睛离本子太近等等。良好习惯的养成不能一蹴而就，特别需要老师的指导。在指导学生写字的过程中我一直坚持指导到位，不厌其烦，课堂上巡视，时时提醒，当场纠正，及时表扬。在孩子练习执笔的过程中，我对每个孩子要检查过关，对于未能掌握要领的，及时指出并帮其纠正。在孩子都掌握要领的基础上再要求其结合运用正确的坐姿进行书写练习。刚开始时，孩子大多觉得力不从心，笔杆不听使唤，书写的速度也较慢。这时，我应进一步提高孩子的思想认识，并给予适当的鼓励和表扬，帮助其树立自信心，提高自制力。

2. 编口诀

我把写字姿势、坐姿及握笔的要点通过多媒体课件，用语言、详细生动形象地教给学生，然后把书写姿势编成琅琅上口的口诀：写字时，头正、身直、脚放平。左手按本子，右手来写字，手离笔尖一寸，胸离桌子一拳，眼离书本一尺。(1) 头正：头部端正，略向前俯。不得左右歪斜，眼睛与纸面距离大约在30--40厘米。(2) 身直：上身要尽量坐正，坐直。(3) 脚放平：两脚自然平放地面，以肩同宽。两脚平行或者略有前后，双腿不可交叉（俗称“二郎腿”）。让学生熟记背诵，在平时的课堂教学中，做到每次写字前先念口诀再练字。在每次落笔写字之前都要时不时提醒自己的手是否按口诀做到，真正做到“练字先练姿”。

3. 树榜样

每一节课都腾出一些时间落实书写，特别表扬书写姿势正确的“榜样星”并帮他们拍照展示给大家看。让身边的榜样力量来影响学生。每周一次作品展示，我将教室后黑板的学习布置了一下，专门用作学生的“作品展示园地”。展示栏内写有每个学生的名字。每次作业完成之后，我都会根据学生作业的完成整洁美观情况将作业分成“A”“B”“C”三个等级，代表优、良、差。十个“A”可以

换一个小“红星”，十个“红星”可以换一个“小苹果”贴图。到学期结束时，“小苹果”数量前十名有奖励，第一名者奖品与众不同。针对中下生我特设了一个“进步奖”，不管以前的字有多差，只要有一小点的进步，都可以得“进步奖”，“进步奖”的效力等同于“优”。这种公开的层层递进的奖励方式激发了孩子们的写字兴趣，让他们体会到进步的快乐，成长的喜悦。为巩固其正确写字姿势经常不定时地检测一下。在我和家长的严格要求和反复指导下，学生逐步养成了良好的写字习惯。

4. “导”家长

刚入学的孩子，注意力的持续时间不长，自主学习和自我控制能力差，需及时提醒与鼓励。课堂上学习的方法课后是否能坚持？这就需要家长的配合指导与监督。但有些家长本身执笔方法错误或对正确执笔不重视。为了取得家长的合力配合。在开学第三周召开家长会，首先通过家长会让家长知道95%左右的近视学生都存在对捏或交叉握笔现象。了解错误的执笔是造成近视眼的最大成因。明确正确执笔的重要性。其次，通过课件播放孩子存在错误执笔的几种现象。让家长懂得如何判断自己孩子握笔是否正确。接着介绍正确的握笔姿势。并让家长当场学一学，就能知道怎样纠正自己的孩子。最后把正确握笔姿势与坐姿的视频转发在班级微信群，让家长和孩子观看。以便家长观察孩子执笔时，可以作为指导的依据。

5. 寻合力

心理学家研究指出，一项看似简单的行动，如果你能坚持重复21天以上，你就会形成习惯。如果坚持重复90天以上，就会形成稳定习惯。如果能坚持重复365天以上，你想改变都很困难。为了把课堂教学落到实处，并让学生养成正确的执笔习惯，首先，课后作业要求家长不能只关注作业的完成情况，更要注意孩子握笔姿势。并把孩子在家里的握笔姿势利用微信视频给我。如握笔正确的给予表扬并鼓励坚持。因有些孩子幼儿园就养成错误的执笔，要纠正他就特别难，即使这时正确握笔，但一会儿又恢复原样。这就需要家长帮忙纠正并时时关注。其次，寻求数学老师合力，一起重视握笔姿势。第三，把握握笔姿势作为考试内容。语文、数学单元测试时，有5分的书写姿势分，如握笔错误被提醒的扣5分。第四、布置课外作业适量、适时，避免给学生过重负担。第五、每星期一节书法课，坚持到班级与书法老师一起指导。

总之，培养学生正确握笔姿势是一项长期而艰巨的工程，不是一朝一夕就能完成的，需要不断强化要求和训练，使良好的习惯成为自然，变为学生的自觉行动。培养学生养成正确的书写习惯，不但可以培养学生严谨踏实的作风，而且可以提高学生审美鉴赏能力，还可以陶冶学生的思想道德情操。

如何能使每一个学生都能尽早地书写出好字，正确的执笔是关键。

(上接第090页)

者建立对所学理论的价值认同。因此，如何构建思政课教学理论体系，并实现有效传递，对于思政教育而言尤为重要。

长期以来，以马克思主义理论实践为基础，以社会主义核心价值观为导向一直是高校思政课最主要的教学体系。其主要内容涵盖思想教育、政治教育、法律教育、道德教育、心理教育等诸多体系，这些理论体系相互交叉，互相影响，支撑起高校思政教育的基本框架。但是理论必须在历经实践之后才更具说服力。在具体教学内容中，我们应充分解读理论的同时，紧密结合时政与实际生活。在将理论讲清楚、讲透彻之余，引领学生学会在复杂的舆论环境中形成正确的认知和理性的分析，最终树立正确的价值观和世界观。

3. 供给方式多样，以“心动”走近学生

基于传递核心价值观层面的思想政治教育供给侧改革，不在于外在形式上的变被动与主动，更在于在教与学的过程中真正实现学生的主体作用，在于教师与学生的情感互通和思想交流，是由简单“形动”到“心动”的质变。

在具体教学中，转变传统教学方法为互动教学，结合核心教材，选取标志性事件、时政新闻等大学生感兴趣的话题作为学习探索的“药引”，将教师的“一言堂”转变为学生的“百家讲堂”，让真理越辩越明，真正使思政课堂“活”起来。

此外，还可以利用先进的多媒体展开辩论赛、小品、话剧等多元的情景教学活动，并由课堂互动拓展至课外，通过实践考察、义

务劳动等丰富的实践教学方式，使思政教育变理论认知为实践交流，形成层次丰满的课内外互动、师生互动和学生互动。通过互动式教学，增进大学生的情感体验，从而积累实践感悟，深化对理论的理解和认知，提高思政教育供给的实效性。

四、总结

总之，思政教学的供给侧改革，旨在以思政教育和学生所需为根本出发点，实现思政教育的有效供给，从而形成知识内化，最终达到知行合一的教育目的。思政教育的供给侧与受教育者的需求侧辩证统一，只有不断探索供给侧的转型、优化和发展，才能构建新型教学关系，实现教与学的良性互动，最终使思政教育落到实处。

【参考文献】

- [1]侍旭.高校思政教育也应有“供给侧改革”思维[N].光明日报, 2016,16(3), 016.
- [2]杨攀、郝占辉、马成胜.论民办高校思想政治理论课教学创新[J].学校党建与思想教育, 2010(8).
- [3]刘云生.供给侧结构性改革:教育怎么办? [J].教育发展研究, 2016(2).
- [4]黄美娟.基于供给侧视角下的高校思想政治理论课教学改革审视[J].广西科技师范学院学报, 2016(4).
- [5]陈丽丽.论民办高校实施“供给侧”改革的必要性[J].时事文化参考, 2016.