

浅谈纠正学生错误写字姿势的方法

浙江绍兴市越城区斗门镇柯灵小学 董燕萍

正确的坐姿和执笔姿势是书写质量的保证,虽然课堂上每位老师都在讲解与强调“双姿”,然而,只要走进任何一间教室,就会发现有不少孩子都存在错误的书写姿势:有的低着头,快靠近了笔尖,或把头歪在一边;有的整个屁股坐在凳子上,身体弯曲得像虾,趴着在写字;有的胸口紧贴桌子,不留有活动的余地;有的身体左侧,写字的本子也左歪或横着摆;有的写字时跷起二郎腿,两脚没有平放在地上……真可谓是五花八门。而执笔方法也是千奇百怪,有大拇指包扣式(握笔时,将拇指搭到食指或中指上,把笔管严严实实地包起来);有写字时倒腕(写字时手腕内扣);有拇指尖、食指尖低捏着,握笔太低;也有的笔杆与书写纸成垂直角度……

这些错误的书写姿势致使写出的字歪歪斜斜,字迹潦草,笔画僵硬呆板,严重影响了写字质量和写字速度,还容易造成近视、驼背、手指变形等后果,影响小学生的生长发育,危害身心健康。如果得不到及时纠正,将会延续下去,直至成年。纠正学生错误的书写姿势刻不容缓!

一、系统矫正错误“双姿”,培养良好书写习惯

小学生写字姿势不规范,很大部分原因在于在幼儿园画画时执笔姿势错误,没有得到老师正确的指导。但这种错误的写字姿势形成的时间还不长,还未定型,此时,只要我们教师耐心地寻找原因,有针对性地进行指导,进行强化训练,这种错误的写字姿势很容易得到矫正。

(一)纠正不正确的执笔姿势

学生常见错误执笔法有以下六种:笔尖太低、靠点不对、拇指包笔、关节突出、毛笔姿势、勾腕执笔。这些毛病都会引起执笔不灵活,书写的笔画僵硬,书写的手容易疲劳。怎样纠正这些毛病呢?

1. 编儿歌,明要领

对于低年级的学生来说,理论性的写字方法和要领的讲解与指导,会让他们觉得枯燥又乏味,并且不容易记忆。因此,我们可以采用唱写字儿歌的形式来讲述执笔的要领。如《五指歌》:“拇指食指头碰头,夹住笔杆上左右。中指小指无名指,扛着笔杆会行走”。又如《握笔

歌》:“大指二指对齐捏,三指在下来托起,四指五指往里卷,笔杆离开虎口处,拳心要空腕用力,提笔就是来练字。”通过这些朗朗上口的写字儿歌,孩子们不知不觉地纠正了错误的执笔姿势,何乐而不为呢?

2. 手指操,增力度

低年级的孩子手指柔弱,为了增强学生手指的灵活性和力度,我让学生在连续写字10分钟后做手指操,将手指揉一揉,捏一捏,按一按,扯一扯,甩一甩。手指力量增强了,写字时才灵活有力。

3. 宣氏笔,助纠正

上海市教委领导对“宣氏启蒙笔”给予了高度的评价,并已在中小学里推广使用,用来纠正错误的握笔姿势。“宣氏启蒙笔”是在吸收了一种三指固定塑料笔套优点的基础上,加以改进发展的。这类笔不光有固定的拇指、食指、中指正确握笔的位置,而且在拇指的位置上装有强制性开关,如果不按规定的正确方法执笔按下开关,笔芯就不会露出来,无法书写。宣先生还有一整套的宣氏笔使用说明和图片、儿童歌曲。目前我已向班里的学生和家推荐使用。

(二)纠正不正确的坐姿

要想学生养成良好的写字习惯,纠正学生不正确的坐姿也很重要。每次写字前我都要让学生从上到下依次规范自己的坐姿,做到“头正,身直,臂开,腿平”。具体指导步骤如下:(1)抬头平视,眼睛离书本一尺;(2)身体坐直,稍向前倾,胸离桌子一拳;(3)双臂自然分开呈八字形,一手执笔,一手按纸;(4)两腿微微分开。学生边读歌诀边反复做动作,老师则用口令指挥操练。这样,便把技能操作、形象感知和运动记忆结合起来,长此以往,学生不正确的坐姿就会得以矫正。这个歌诀的运用,还利于教师进行个别指导,可随时纠正学生书写坐姿不正确的毛病。如果有学生还改不了,可让他暂时用左手手掌托脸颊,右手做作业,以保证眼到桌面一尺的距离。坚持一段时间,正确的写字姿势便可形成。

在平时的课堂教学中,我就是这样做到每次写字前先做“写字操”,帮助学生真正做到“练字”(下转第12页)

在课堂中为学生提供实践机会,还包括为学生设计课外实践活动,将数学教学延伸到课外,让学生们在与日常生活紧密相关的实践活动中掌握数学知识和技能,培养学生利用数学知识解决实际问题的能力,使学生真正做到学有所用。如在“统计和概率”的教学中,让学生们统计自家的地板块数、电视节目、班级男女生比例等,再让学生在课堂上展示自己的成果。

师:我们昨天学习了“统计和概率”,现在请大家说一说自己都统计了什么,得出了什么结果。

生1:我统计了我家客厅地板砖的块数,一共有60块,共有菱形花纹和长方形花纹两种,菱形花纹有28块,长方形花纹有32块。

生2:我家的猫在一个小时内叫了12次,喝了2次水。

生3:我统计了班里同学的个数,共有18个男生和12个女生,男女生的比例是3:2,如果老师叫五个学生回答问题,可能有三个学生会是男生。

生4:我家电视一共有30个台,下午5点共有5个台会播出广告,我放学后回家,在5点的时候打开电视,看到广告的概率是 $\frac{1}{5}$ 。

……

学生们汇报自己的活动成果后,教师再针对学生们的回答进行正确的引导,纠正错误,让学生们更为深刻、准确地了解相关的知识。学生们在课外实践活动的过程中虽

然会犯错误,或者是涉及的内容较为幼稚,但其中不乏创新思维的火花,同时可看出学生的活动热情很高,这对于培养学生的学习兴趣将有着十分重要的意义。

“做数学”是将实践与理论相结合,以学生为主体,强调学生的学习过程是一个亲身体验、自主思考的过程,是一种创新的数学学习方法。在教学实践中,教师应注意将生活实际与教学内容联系起来,尽可能地尊重学生的意愿,开展“做数学”教学,充分发挥这一方法的作用,促使小学生在亲自参与的过程中掌握数学知识和技能,提高小学生的数学素养,促进小学生健康发展。♪

XIAOXUE JIAOXUE YANJIU

(上接第10页)先练姿”,姿势不正确不动笔,促使学生牢固形成“提笔即练字”的意识。

二、多种方法并用,巩固矫正效果

我经常观察学生在写字时的姿势,发现了这么一种现象:当老师提醒学生注意书写姿势时,每个学生基本上都能做出正确的写字姿势,但过不了两三分钟,学生就会“怎么舒适怎么来”。还有的学生练字时是一种书写的姿势,做作业时又是另一种书写姿势。可见,正确的写字姿势学生是知道了,但是由于以前养成的习惯,会觉得正确的姿势很不舒服,就在不知不觉中又回到了原来的姿势,这就需要老师采用多种方法用以巩固矫正的效果。

1.减少作业

作业过多也是造成学生写字姿势错误的又一重要原因。每课要求学生写字的数量不宜过多,每篇课文的生字分散在几节课完成,这样才能保质又保姿。

2.加强巡视

学生每次作业时,教师要加强巡视,一旦发现学生书写姿势不规范,要督促学生立即纠正,而不能置之不理,听之任之。只要教师加强指导,进行强化训练,这种错误的写字姿势很容易得到矫正。

3.晓之以理

我给学生讲“唐驼”的故事:古时候有个姓唐的人,酷爱书法,终于成了一位书法家。但因为不注意姿势,成了一个驼背,被人称为“唐驼”。听了这个故事,大家对不注意书写姿势带来的危害认识更深了。平时写字时,看到

有同学姿势不正确时,马上有人开玩笑地说:“当心变成张驼、李驼……”

4.家校联合

正确的写字姿势形成不是一朝一夕的事,光靠语文老师是说教是远远不够的,还要配合各科老师、家长,齐抓共管,持之以恒,共同提醒学生的写字姿势,使其养成认真书写的好习惯。

三、激发写字兴趣,促进自主管理

兴趣是最好的老师。纠正学生的写字姿势是一件很枯燥的事情,还需要我们老师采用多种手段,提高学生的兴趣,促进自主管理。

在写字过程中,我及时表扬姿势正确的同学,并在习字册上贴上小红花予以奖励。给坐姿和握笔姿势非常正确的同学拍照,展示给大家看,让身边榜样的力量来影响学生。给坐姿及握笔姿势不正确的同学拍照,让他目睹自己的书写姿势,寻找不足。在班级开展作业评比“比比谁的字漂亮”,评出每周的“写字小明星”,颁发奖牌及奖品,让他们介绍自己的成功经验。还可以通过故事会向学生介绍古今书法家勤学苦练的故事,让学生在活动中学习、锻炼、提高。

学生没有养成正确的写字姿势就需要进行矫正,而矫正学生的错误写字姿势是一个长期而艰苦的过程,也是磨练学生意志、性格、品质的过程,还需要老师们以持之以恒的毅力坚持到底。♪