观《增强生命的韧性》一课有感

朱丽萍

7月8日有幸在线上观摩了陈骞老师的一节全国优质课——增强生命的韧性。这是一节温暖的课，这是一节感动人的课，听完感触颇多。优秀的作文要求凤头、猪肚、豹尾，而陈老师的这节课就像一篇行云流水的作文，真正做到了凤头、猪肚、豹尾。

一、凤头

“开头好像音乐定调一样，全曲的音调都是它给予的，也是作者花功夫的所在”——高尔基

陈老师的课以一道填空题：我（ ）挫折导入。他让学生放轻松，给大脑做个准备活动。这个填空题不难，但它可以有各种各样的答案（学生的回答：我遇到了挫折；我打倒了挫折；我很感谢挫折；我享受挫折......），看似简单的导入，却发散了学生的思维，调动了学生的积极性，活跃了课堂气氛。同时通过学生的回答,也能了解到学生对挫折的认知情况和面对挫折的态度。看似简单的导入，奠定了整节课的音调，真正是“凤头”。

1. 猪肚

古人把文章的中心段比喻为猪的肚子，“猪肚”是一篇作文中最精彩、最丰富、最充实的部分。陈老师课堂的主要部分用“猪肚”形容毫不为过。我举几个片段：

[教学片段1]

师：我们一生要经历多少挫折？

生：我们要经历无数挫折

生：我们要经历三次挫折——生下来、成长和离别

生：我们一生只有一次挫折，因为每一次挫折对于我们来说都是最新的，给我们无数种可能，无数种挑战。

生：我感觉我们一生有0次挫折，因为每次挫折都可以让我们成长，成长之后我们就感觉面对挫折我们永远可以跨过去，之后就不会记起这件事情。

导入之后，为了让学生能够更进一步认识挫折，陈老师设计了一个问题:我们一生要经历多少挫折?从主观认识到数量梳理，我们发现学生对挫折的认识越来越深刻，如从对挫折的认识到挫折需要被战胜的认知,实现了从认识到认知的跨越。

[教学片段2]

师：展示挫折清单，从“0一10”为挫折打分,结合自身实际，哪一个挫折对你而言是最大的挫折?

PPT展示:

1.心爱的宠物奄奄一息

2.朋友过生日没有叫我

3.刚买的甜筒掉地上了

4.转学到一个新的学校

5.数不清的作业和考试

生1:我认为转学到一个新的学校对我而言是最大的挫折。因为我就是刚转过来一个月,在新的学校谁都不认识,要花很多时间“搞熟”

生2:我认为这里面3对我而言是最大的挫折,那.是我刚买的甜筒啊,就掉在地上了,对于我这样的吃货简直不能忍。

生3：对我而言，上面的五点都是0......

生4:我认为心爱的宠物奄奄一息是最大的挫折,因为宠物的身上倾注了我许多感情,就像我的家人一样,我会很伤心。

师:所以,挫折指数大家都不一样，那挫折指数是不是与年龄有关？与什么有关？与我们自身经历有关、与我们的性格有关？

同时陈老师用幽默风趣的语言分享了自己最近遇到的挫折——卓越课堂，怎样把挫折指数从10转化到0，引出挫折指数与挫折认知紧密相关。

陈老师通过挫折清单,让学生自主选择、自主打分,引导学生发现不同的挫折背后不同的人生经历。在这个环节，陈老师把课堂的话语权交给学生，充分发挥了学生的主体性；还分享了了自己准备本次观摩课过程中所遇到的挫折，结合自身经历，让课堂更加贴近学生，在引起学生共鸣的同时让学生对挫折的认知更加清晰；还展示了自己年轻时的照片与现在对比来说明挫折带给他的影响，他幽默风趣的语言使得课堂氛围轻松愉悦，也体现了民主平等、教学相长、心理相容的新型师生关系。

[教学片段3]

师：李宗盛也说过人生难免经历苦痛挣扎，下面给同学们分享两个学生的信。

第一封信讲述自己四年级的“时候听到父母因为情感问题而吵架，并因此心生抑郁，尽管父母已经和好，自己在他们面前也是乐观的，但心底的创伤却仍未抚平，过得不开心。

师：信中的同学有没有负面情绪，对她有帮助吗？为什么呢？我们前面不是说负面情绪对我们面对挫折有一定的作用吗？她应该怎么做？

第二封信讲述自己生活在一个四世同堂的家庭,每天面对来自两代婆媳的矛盾和争吵，内心感到绝望。但她以信的方式把这些不愉快向老师倾诉了，并还列了明日计划。

师：人生不如意之事十之八九，我们要常想一二，前面的女生父母和好了，她却还没走出来；后面的女生改变不了现实，但她发泄出来以后该做什么还做什么。我们可以尝试后面女生的做法。

在这一环节的教学中，陈老师展示的两封手写信将本节课对挫折的认识推向了另一个高度。在学生认识到自身所遭遇的挫折之后，跳出思维局限,将对自身挫折的关注转移到对他人挫折的反思上，帮助他人寻找解决问题的途径。这一环节的教学处处体现比较性思维，如（1）问：之前的授课过程中说过“负面情绪有时对我们有帮助”，那“第一个女生的负面情绪对她有没有帮助，为什么？”，通过这一比较，引导学生看问题要一分为二。（2）“这两封信中的女孩她们面对挫折有什么共同点？又有什么不同？”这两个女孩的做法又是一个对比，在对比中引导学生要跳出负面情绪，找到面对挫折的正确方法。同时培养了学生的思维能力。

[教学片段4]

师：分享纪录片

纪录片内容:上海患癌姑娘张丽君。在怀孕5个月时,她被查出患了癌症,而这个坚强的妈妈拒绝接受医生引产建议,坚持生下宝宝才接受治疗。最后奇迹没有发生，她永远离开了这个世界，但她留下了一句话“与其追问什么是死亡，倒不如想想怎样才算活着”。纪录片中我们看到在遇到有关生命的难题时,张丽君是如何面对的?

生1:她选择了勇敢面对。

生2:她没有被病魔打倒，而是生下了自已的孩子,乐观对待。

这一环节是情感的升华，温暖了课堂，感动了学生，直戳学生的心灵深处，让学生感悟到：爱是战胜挫折的法宝，无论遇到什么困难挫折，一定要坚强的活下去，要笑对人生。

1. 豹尾

豹尾即结尾要简洁、明快、干净利落、犹如豹尾劲扫，响亮有力并回味无穷。

陈老师课堂的结尾处请学生完成小活动——句子组合

①我②挫折③你④帮⑤战胜了

生1：我帮你战胜了挫折。

生2：挫折帮我战胜了你。（超出预期的答案）

生3：你帮我战胜了挫折。

最后和学生共唱一首歌“真心英雄”。

这一环节与课堂导入相呼应，通过一个简单的句子组合，让学生感悟到面对挫折，我们要互相帮助，共同面对。同时在面对学生超出预期的答案时，陈老师表现的很机智，在一问一答中无形引导学生得出他想要的答案，这些都是值得我们学习的地方。最后和学生的清唱带动了全场的人，给学生和在坐的人又一次情感的洗礼——在认清生活的真相后，依然热爱生活，全力以赴实现心中的梦。这一结尾主旨鲜明又让人回味无穷，堪称豹尾。

陈老师的课依托于教材又超越了教材，整节课发扬学生主体，制造情感冲突，深化学生对挫折的感受，让学生在活动、故事、言谈中实现情感觉醒、升华，掌握战胜挫折的方法。如此行云流水的课堂足见上课老师的功力深厚，陈老师课后的分享中也说到，他每次上公开课之前都要读二三十本书，这对我触动很大，在以后的教学生涯中一定要多阅读，努力提高自身素养。