

打造“峰值体验”： 小学综合实践活动的创新行动

万莺燕

摘要：

综合实践活动应当聚焦学生的发展，关注学生在活动参与中的内在动力、情感体验、自我实现等心理需求。江苏省常州市新北区薛家实验小学着眼学生的心理需求和发展规律，努力促进学生在综合实践活动中的认知发展、社会交往、自我实现等，让学生在深度参与的过程中获得“峰值体验”，更有力地唤醒学生在综合实践活动中的自主感、价值感和意义感。

关键词：

“峰值体验”；综合实践活动；自我价值；情感体验

综合实践活动是一门跨学科、跨领域的综合性课程，通过探究、服务、制作、体验等方式，培养学生的综合素质。2022年版义务教育课程方案的出台，让综合实践活动的实施面临更大的挑战：如何在课时有限的前提下让学生深度体验？如何依托综合实践活动实现各学科的相互联结？如何帮助学生通过综合实践活动生成更多面向未来的综合能力……为此，江苏省常州市新北区薛家实验小学积极关注综合实践活动实施中学生的内在动力、情感体验、自我价值等心理要素，为学生打造“峰值体验”。“峰值体验”指的是通过创造节点性时刻和决定性时刻，给人带来欣喜的感觉，留下美好难忘的记忆，激发人积极的情感，从而轻松智慧地影响人的情感乃至行为。这些节点时刻一般由“认知、连接、荣耀、欣喜”四种要素中的一个或者几个构成。^[1]我们着眼学生在综合实践活动中的心理需求和发展规律，促进学生在活动参与中的认知发展、社会交往、自我实

现等，让学生在深度参与的过程中获得“峰值体验”，培养学生的责任担当意识、问题解决能力和自主创新精神。

一、设计“认知时刻”，在自我认知中有向突破

综合实践活动要让学生在活动中学习、通过行动来学习，实现“动手与动脑”的统一。真正具有育人价值的综合实践活动，应当能够引发学生的思考，对学生的情感态度有所触动，让学生在活动结束后“有所知”“有所得”“有所悟”。

“认知时刻”，就是让人恍然大悟的时刻。在综合实践活动中，我们重在引领学生通过主体参与、问题解决、自我反思等方式，实现自我认知和自我突破。

（一）在主体参与中强化实践认知

综合实践活动的主题源于学生的生活实践，学生是活动选题、策划与实践的主体。只有把学

习与实践的主导权还给学生,学生在综合实践活动中才会有更多认知与体验。笔者所在学校在校园改扩建的过程中,让学生参与校园空间设计与命名的全过程,学校的善善果园、真真农场、青鸟驿站、U博士科学院、小水滴服务中心等,都源于学生对新校园的设想与期待。新的校园空间建成后,我们在学生中招募小馆长、小院士、小农场主、小志愿者等,组织学生一起开展“我是校园小主人”“我是校园小导游”等综合实践活动。学生从规划校园路线、构思空间讲解词、设计空间活动到学习做讲解员等一系列活动中,切实感受到综合实践活动的开放性、挑战性、合作性、互动性;在课堂合作性探究活动和面向不同群体的互动展示活动中,深切体会到综合实践活动是属于“我”的课程,“我的课程我做主”。

(二) 在问题解决中拓展认知边界

综合实践活动强调学生运用各学科积累的知识与方法,解决学习与生活中的实际问题。合作开展“恐龙探秘”实践活动时,学生学会了搜集资料、制作恐龙卡、设计游园路线等;“叶家大米上市啦”实践活动中,学生学会了实地考察、主题采访、设计大米包装、线上直播等;“我是校园小导游”实践活动中,学生学会了设计合理的路线图、有主题地讲解介绍、自信地互动交流等。学生在各种类型的挑战性实践活动中,不断拓展自己的认知边界,在解决系列问题的过程中,不断看到自己和团队的实践力量。

(三) 在自我反思中明晰价值与使命

在综合实践活动中,学生总是不断经历着认识自己的价值与使命的过程。比如,开题课上怎样提出有价值的问题,指导教师会引导学生结合学科实践、学习困惑、个人兴趣、社会热点等去思考,学生在提问中领悟到自己不仅是学生,也是社会个体,思考问题要全面;在“探秘学校食堂”实践活动中,学生通过专题访谈、现场考察、帮厨体验、调查研究等活动,感受到学校后勤管理者和厨房工作人员的辛苦与用心,并积极参与学生午餐菜单的设计,在升旗仪式上发出光盘行动的倡议;在“约吗?红领巾馆”实践活动中,学

生发现学校附近的红领巾馆存在平时参观人员有限、缺少专业的讲解员等问题,在教师的引导下,撰写讲解词、设计二维码,并通过网络平台宣传红领巾馆。学生通过自己的创新实践,既为成功而自豪,也领悟到参与这样的综合实践活动是非常有意思、有价值、有挑战的事。

二、创造“连接时刻”,在交往沟通中共赴使命

学生的综合素养发展离不开与自我的连接、他人的连接、社会的连接,因为有他人在场、有沟通、有分享,才能更好地激发学生的使命感和创造力。因此,我们在综合实践活动中创造“连接时刻”,努力打通学生与同伴、教师、家长、社会的沟通渠道,让学生在互动交往中增强实践技能,提升综合素养。

(一) 同伴合作,触发“共荣”体验

综合实践活动既需要学生个体的独立思考,也需要团队的合作创造。指导教师在课堂上要善于引导学生在不同的小组团队中与伙伴合作研究实践,寻求沟通的机制与流程,寻找解决问题的办法与智慧。以“拜访森林”实践活动为例,我们按照学生年段开设“豆豆变形记”“巧手事蚕桑”“守护十岁生日树”“生存大作战”等活动板块,为学生设计了合作性联动的机会,如在“生存大作战”活动中,不管是“定向寻宝”“搭建栖身所”,还是在大草坪上的“无火美食节”,都需要学生在小组中合作完成,与同伴共同学习辨别方向、使用劳动工具、营养搭配,在合作互动中学会相互请教、资源共享、团队协作。学生通过综合实践活动与他人迅速建立联系,与身处其中的社会、世界连通,不仅在互动中习得了实践技能,而且学会了如何请教、合作、分享、与人共处,增强了集体荣誉感。

(二) “全员导师”,接受全面熏陶

综合实践活动是一门跨学科课程,我们倡导学生在实践中打破班级、年级和学校的界限,主动寻找导师,获取帮助与支持。如“拜访森林”实践活动中,语文、数学、英语、美术、科学和

道德与法治学科的教师都参与了前期的指导, 各行各业的家长也参与其中, 这样的综合性团队合力指导, 互为导师, 提升学生的综合素养。我们每学年都调查各年级家长的特长和拥有的资源, 形成综合实践活动资源库。家长成为课程智囊团、助手团、导师团, 在综合实践活动过程中发挥影响。比如, 在“零食与健康”“家务劳动我能行”“生活中的小窍门”“关爱身边的动物”等家庭实践活动中, 家长在教师的引导下有意识地组织孩子一起研究实践, 解决他们生活中遇到的问题, 帮助他们习得面向未来的综合能力。从另一个角度看, 学校管理层也需要打破时空的界限, 将综合实践活动课程与其他学科课程统整设计, 将课表教学时间与课后服务时间统整规划, 将课程教学与教师发展、学生发展、后勤保障等条线打通, 通过全员融合、集聚力量, 实现“大导师制”下的全员全程育人。

(三) 连接社会, 实现跨界学习

综合实践活动的自主性、实践性、开放性、整合性等特质决定了其不能局限于教室这一狭小空间, 校园空间、校外基地等都是与学生学习生活联结的重要场域。比如, 学校教师和学生共同打造“未来小镇”, 整体设计学校的主题空间。教师带领学生成为学校空间的主人, 提出有价值的问题, 并将其转化为有价值的主题, 开发有价值的课程, 自主设计可调整的学程, 开放性地分析和解决问题, 并用自己的方式表达、展示研究成果。又如, 学校对接花开西庄、中科院实践基地、新龙生态林、华夏艺博园等, 打造校外“三公里探究实践圈”, 作为学校实现教育社会化的重要实践基地, 通过参观学习、实地考察、劳动体验、志愿服务等沉浸式实践活动, 让学生与社会连接、与未来连接, 培养学生的创新意识、服务意识、责任意识。

三、设计“荣耀时刻”, 在探索创造中自我实现

我们在综合实践活动中想方设法为学生设计有挑战的活动, 让学生尝试体验不同的角色, 在创造性的探究体验中试炼勇气, 获得认可, 战胜

挑战, 让学生发现自己的潜能, 不断点燃成就感, 享受“荣耀时刻”。

(一) 在责任担当中试炼勇气

随着年级的升高, 学生可以选择感兴趣的主题开展自主研究、团队合作实践。如“我是校园小导游”项目实践中, 高年级学生选择其中的小课题组开展研究与实践, 面向低年级小朋友、兄弟学校教师、家长等不同群体完成项目挑战。任务驱动、成果倒逼的方式, 为学生提供表达展示的平台与机会, 让学生在项目研究的过程中得到综合发展。再如“叶家大米上市啦”综合实践活动中, 学生分别加入现场考察组、美食制作组、宣传推广组等, 通过探究叶家大米的相关知识, 学习制作大米类的美食, 开展校园“米其林”活动, 设计制作大米包装, 并通过社交媒体、广播站等平台进行宣传推广等, 在切身的挑战实践中锻炼勇气, 提升担当意识, 学会合作与创造。

(二) 在成果展示中发掘潜能

研究小课题的目的是解决问题, 因此, 问题解决后, 学生会产生面向不同的群体展示学习成果的内在需求。我们在实践活动中努力创设多样化的平台, 如研究性学习成果发布、小导师成果交流、微信成果共享、升旗仪式团队展示、电子屏展示、课程博览周展示等。通过不同的成果展示活动, 进一步激发学生在研究实践中萌生的荣誉感、内生力与发展潜能。比如, 中高年级的“小导师”通过走班展示, 在成果展示、主题交流的过程中看到自己的潜力, 发现自己在深度研究、自信表达与互动沟通中的更多可能性。

(三) 在多元实践中打开格局

我们把学校“小课堂”和社会“大课堂”结合起来, 打开综合实践活动实施的视野与格局。我们聘请当地英模、劳模、工匠、技师、先进工作者、文化传承人、杰出校友等担任兼职教师, 创造性地开发与实施活动, 让学生感受到综合实践活动的不同样态; 我们充分利用社会组织、社会团体、课程基地的资源, 带领学生深入走进生活、融入社会。如指导教师与基地的社会人士协作开展“约吗? 红领巾馆”“叶家大米上市啦”“减脂的学问”等活动, 拓展了学生参与社会实践的

空间与方式,让学生为基地发展贡献智慧与力量,在多样化实践中不断打开格局与视野,提升综合素养。

四、打造“欣喜时刻”，在专注投入中迸发能量

“欣喜时刻”通过仪式或意外事件制造惊喜，从而激发学生的热情与持久的动力。我们关注学生在综合实践活动中的知识习得、解决问题能力的提升，同时也密切关注学生的精神成长，用美妙的体验激发学生专注投入的激情与意愿，滋养学生的向心力与创造力。

（一）弹性实施，灵活发展

我们采用“1+1+X”的方式对综合实践活动的课时实施弹性化地统筹安排，第一个“1”指国家规定的1课时，第二个“1”指课后服务时段每周1课时，“X”指向其他课外实践活动。具体实施中，综合实践活动以课上指导为主、以课后实践为辅，利用课后服务时段和课外时间让学生充分实践与探究；课时安排采用分散与集中相结合的方式，集中半天时间或课后服务整时段，对阶段性研究内容进行深度学习或成果展示；根据不同的研究内容，也会采用项目学习周的方式进行集中探究，多学科导师联动，组织学生进行一周沉浸式的深度研究与实践。这样弹性化的时间安排打破了时空界限，为学生的综合实践打开了新的视角，带来了新的体验。

（二）混龄协同，共同发展

在综合实践活动过程中，我们常常组织跨年段的混龄式协同实践。如在“我是小小厨师”烹饪活动中，高年级学生可以指导低年级学生切菜、炒菜，中年级学生向高年级学生请教、与他们合作，大家共同制作美味的餐点；“科技小达人”体验活动中，利用学校或社区的科技资源，组织学生进行科技体验活动，如机器人编程、3D打印、虚拟现实体验等，不同年龄段的学生可以一起体验科技的魅力，培养创新思维和实践能力；“健康小卫士”体育活动中，高年级学生可以带领低年

级学生进行运动，共同锻炼身体，培养健康的生活方式。协同式的混龄实践，为学生提供了一个模拟社会的环境，让学生有机会与不同年龄段的学生交往和合作，帮助学生学会如何与不同的人群交往、沟通和协作，促进学生社会适应能力的发展，培养学生的团队协作精神和责任感。

（三）技术赋能，多维发展

科技的发展和应用可以为学生提供更加丰富多样的学习内容和学习方式。比如，大语言模型“文心一言”可以基于学生的兴趣、课程要求或当前的社会热点，提供一系列研究主题，通过检索相关的文章、视频等资源，帮助学生设计调查问卷、分析数据并提取关键信息等；思维导图小程序可以帮助学生结构化思考问题、梳理研究小课题，并完整清晰地呈现研究成果；搜索引擎、视频平台、网络社区等可以帮助学生从不同的角度思考问题，拓宽视野，提高解决问题的能力。这些技术能够为学生的综合实践活动体验带来更多愉悦感和成就感。而指导教师在引导学生运用技术的同时，更注重培养学生的思维品质和社会性情感，如设计思维、同理心、责任感、抗挫力、领导力等。

“峰值体验”，是学生在综合实践活动中不可或缺的关键性体验。它的最大价值在于改变以往侧重于从认识层面、技能层面来推进学生成长的局限性，转而聚焦实实在在的人的发展，关注学生在实践活动中的内在动力、情感体验、自我实现的心理需求，启发学生更好地认识世界和自我，展示勇气和自信，战胜自己和挑战，超越平淡与平凡，推动学生的内生性发展和持续成长。

参考文献：

[1] 奇普·希思，丹·希思.行为设计学：打造峰值体验[M]. 靳婷婷，译. 北京：中信出版集团，2018：15.

（万莺燕，江苏省常州市新北区薛家实验小学，邮编：213127）