

系列报道:新教材来了!

一线声音

八年级历史: 探寻联系,理清脉络

提到中国近代史,相信很多学生都会挠头,相较于古代史的辉煌灿烂,这一段落后的历史被很多学生所不喜欢。进入初二之后,统编版教材运用紧密的时间脉络,为同学们构建了一个庞大的历史环境,帮助同学们来学习这一段永远值得铭记的历史。



受访者供图

王琳,株洲市优秀历史骨干教师,株洲市第三届历史名师工作室成员,天元区历史学科带头人。获湖南省历史现场课教学比赛、湖南省历史说课比赛、湖南省历史录像课比赛三项一等奖,多篇论文获省、市一等奖。曾参与主持编撰历史导学案等校本教材。多年来一直从事班主任工作,多次被评为“优秀班主任”、“天元区优秀教师”。

合理编排,时间让知识脉络更加清晰

“我个人认为,现在初二学生所学习的八年级历史上,是初中六本历史书中最难的一本。”当谈及初二历史教材的时候,王琳老师说,这是所教授内容的特点决定的,“除了本书的内容会让孩子们的兴趣降低之外,还出现了大量相对晦涩的专业用语,学生难以理解。”

例如书中提到了“半殖民地半封建”、“新民主主义革命”等专业用语。“上个学期结束的古代史,很多内容如‘锦衣卫’、‘宰相’、‘宦官’等,同学们在电视剧中经常都会有接触,虽然经过了艺术加工不一定真实,但是大致能明白是怎么回事。”王老师说:“本学期出现的这类用语,只能通过老师反复的讲解,让学生彻底明白,然后加深记忆。”

从书本内容和知识结构上来说,语言更加精准、用时间将知识联系的更加紧密则成了最大的变化。例如教材的第五章,从原来的“从国共合

探寻联系,以事件来构筑历史体系

“‘背多分’的时代已经过去了,现在历史学也注重综合能力提升。”王老师说,现在历史考试已经不再是考学生某年某天发生了什么事情,而是考察事件背后的原因和学生探寻这些原因的能力,因此背和记只是最基本的要求,但只会背、记是拿不了高分的。

王老师说:“在历史学的各项能力中,寻找事件联系的能力是非常重要的。”学习历史,一定要构建出大的历史背景,然后将每一件事都融入历史背景中去看待和分析,找寻事件与事件的联系,这样才能真正的理解历史事件背后的意义。

现在历史课程也开始于其他课

学会构建知识体系 让知识以最适合自己的形式出现

历史是一门联系非常强的学科,不同事件之间有着千丝万缕的关系,新的统编版教材就用时间顺序将各大历史事件串联起来,方便同学们学习。

但是适合大多数学生的方法未必适合每一个学生,掌握常见的几种梳理历史脉络的方法,就能够让知识以最适合自己的形式出现,变得更加容易理解和记忆,下面就来看看有哪些常见的构建知识体系的方法吧。

按历史进程的变化

世界近代史,按资本主义发展的历程可分为:资本主义在欧洲的兴起——工场手工业时期和早期资产阶级革命——工业资本主义时期和资本主义世界体系初步形成——垄断资本主义时期和资本主义世界体系最终形成,从中把握资本主义如何从萌芽发展到成熟。

要点精讲

“九·一八”事变到西安事变

出处:八年级上册第18课

贺家土中学的王雅老师告诉记者,本课主要内容有“九·一八”事变、华北危机、“一二·九”运动,西安事变四个部分的内容,为了理清各部分内容间错综复杂的关系,可以将内容整理成两条主线:一条主线是日本对中国的步步侵略,另条主线是中国社会各派政治势力对日本侵略的抗击。

学生要求通过学习本课之后,知道“九·一八”事变的经过、结果以及东北人民的抗日战争,知道华北危机,“一二·九”运动以及西安事变,分析西安事变的和平解决及意义。通过“九·一八”事变,

认识日本帝国主义的侵略本质,抗日救亡运动的兴起反映了中华民族具有反侵略的光荣传统,当代青少年应以先辈们为榜样,树立对国家、民族的历史责任感。

“回顾本堂课,本节课的亮点是教学设计上重视学习过程的引导,促进学生主动参与。”王老师说,本节课能够激发学生的爱国主义热情,因此需要创造好的教学情境,调动学生的学习积极性,让学生能够身临其境,“让学生在活动中得到体验,在参与中得到发展,同时让学生来讲相关的抗日故事,由此达到情感的升华,实现对学生的爱国主义教育。”



(图片来源网络)

中华传统文化

中医视力调理受热捧 亲眼视力养护中心为青少年视力健康保驾护航

传统的中医调理,防治近视效果显著

每到周末,位于天元区府前路的亲眼视力养护中心(铁西社区卫生服务站儿童青少年近视调理中心)就迎来了学生视力养护的高峰,许多儿童青少年在此接受中医视力调理。

与孩子一同前来的家长肖女士告诉记者,儿子紧紧就读于银海学校的三年级,在暑假期间,紧紧长时间的玩电脑和手机游戏,用眼过度,视力下降严重。为了让孩子的视力健康,从暑假至今,她带孩子定期来接受视力养护,仅两个月的时间,紧紧已从左眼视力0.3、右眼0.4恢复到双眼视力1.0。

国家卫生健康委员会调查显示,目前我国儿童青少年总体近视率为53.6%,其中小学生为36%,初中生为71.6%,高中生为81%,儿童青少年近视发病形势十分严峻。去年8月,国家教育部、卫健委等八部门联合出台了《综合防控儿童青少年近视实施方案》,儿童青少年的视力问题已然成为“国家大事”。

对此,许多家长也忧心忡忡:让孩子做近视手术,担心风险;配眼镜矫正,但度数仍不

免进一步加深,孩子视力越来越差,怎么办?亲眼视力养护中心的视力养护专家谢莲医生告诉记者,使用传统中医的调理手段,疏通经络、清理淤堵,配合眼部物理锻炼,可以使孩子眼睛视觉调节功能得到改善,达到阻止视力进一步加深的效果,甚至可减轻近视程度。

谢医生介绍,亲眼视力养护中心成立已有1年半,已经成功帮助全市100多名青少年摘掉眼镜或改善视力,“我们的治疗方式,就是咱们中国最传统的中医调理,不仅可以帮助缓解孩子用眼疲劳,而且通过推拿还能增强孩子的体质。”一直以来,亲眼视力养护中心秉承传统中医“未病先防,防微杜渐”的养生理念,不手术、不用药,通过小儿推拿、正脊、眼部推拿三个部分的手法,疏通全身经络及眼部穴位,达到调理体质的作用,调理范围包括近视、远视、散光、弱视、眼干眼痒、老花眼、迎风流泪、视疲劳等,惠及广大亚健康人群,为儿童青少年视力健康保驾护航。



谢医生正为患者做眼部推拿

三部分手法结合,助孩子摘掉“小眼镜”

白鹤小学六年级学生璇璇也在亲眼视力养护中心接受治疗。“我们是6月中旬来接受治疗的。我家小孩开学就要上六年级,学习压力比较大,有一段时间近视加深很厉害。”家长廖女士告诉记者,接受中医调理后,效果非常显著,经过2个疗程的治疗,璇璇从双眼视力0.6提升到了1.2,目前视力基本稳定,效果超出了自己的预期。

“小儿的近视刚刚发生,用眼习惯还未定型,如及早干预,对于防治近视及视网膜脱落、黄斑出血、青光眼和白内障并发症等有重大意义。”谢医生介绍,针对儿童青少年,亲眼视力养护中心专家主要进行视力预防咨询指导和用眼习惯的健康培训,同时通过一对一推拿、正脊,让孩子消除积累的眼部疲劳,使眼部机能达到较为健康的状态,更好地投入到新学期的学习中。

据了解,10岁以前的孩子,其实是可以通过中医调理手段使眼轴在生长过程中慢慢趋于正常的。谢医生说:“从中医理论的角度讲,‘五脏六腑之精气皆上注于目’,如果身体的五脏六腑调和,功能健全,眼睛就会滋润清澈、炯炯有神。”所以,大部分孩子患近视眼的病理是肝肾亏虚和心胆虚怯两种,通常肝肾不足这类孩子牙齿也会发育不好,我们通过第一部分的小儿推拿手法,补心经、补脾经、清补肝经,按合谷、扣拔阳泉等穴位来进行调理,促进五脏和谐发育。

第二部分的手法是正脊。脊椎是五脏六腑精气上注于目的通道,近视的孩子通常体质都偏弱,中气不足,从而导致坐姿不正确等原因而引起不同程度的小关节错位,严

重的会脊柱侧弯。而脊柱的督脉为诸阳之会,如果出现这种问题,会导致阳气升腾不利,通过纠正脊柱侧弯现象,使气血精华有一个流畅的进出通道,帮助孩子身体的阳气生发,体质增强。

第三部分眼部推拿是使用传统的刮痧、推拿、蜂疗热敷、疏通眼部经络,排出大量的眼泪和眼垢,从而让气血和营养物质能更好地到达眼部,眼部得到充足的营养和气血滋润后,即可使眼睛慢慢恢复到正常生长或视物清晰。

“三个部分的手法相结合,融合贯通,标本兼治,作用直达病灶,同时也可以促进孩子的身体健康发育,增强体质,视力调理后也不容易下降、回落。”谢医生告诉记者,其实,早在清代就有小儿眼科推拿。它是在中医理论的指导下,根据儿童近视的病理特点——肝肾亏虚和心胆虚怯引起的精血不足,运用一定的手法作用于特定的穴位,达到疏通经络、调和气血的作用,由机体自身而不是药物去改善体内状态,从而求得脏腑组织间新的平衡。推拿既可增强体质,又含有精细的眼局部操作,可从根本上达到防治儿童青少年近视的目的。所以,在近视防治的方法中,小儿推拿具有无可比拟的优势,且无任何不良反应。

谢医生说,未来,亲眼视力养护中心将继续倡导科学养护的理念,通过开展学生体验活动、咨询指导、知识培训等多种方式,提供专业视力养护服务,帮助广大儿童青少年预防和控制近视,让孩子们拥有光明的未来。

(记者/摄影 何威宪)

视力养护知多点

孩子在家中做眼部训练,也是恢复视力必不可少的环节。除改正不良用眼习惯、做眼保健操、参加户外运动、合理使用电子产品等护眼措施外,谢医生还提出了4点眼部锻炼方法:

- 1、光疗:每天看太阳5分钟时间,自然能量可以让近视患者慢慢不怕光线明亮的环境;2、水疗:用冷水和热水毛巾交替敷眼

睛,温差尽量大,可以有有效的疏通眼部经络,增加眼部血流量;3、洗眼法:把头埋进温水里,睁开眼睛后眨眼睛或转眼球,可以有有效的缓解视疲劳,对于干眼痒眼涩等和早期白内障老花眼效果很好;4、远视法:用眼45分钟左右后,可以远眺10分钟左右。比如可以(仔细的)看窗外的白云、蓝天、绿树;夜晚可以看月亮、数星星。

中华诗词推荐

池州翠微亭

(宋)岳飞

经年尘土满征衣,特特寻芳上翠微。好水好山看不足,马蹄催趁月明归。

推荐老师

阳灿芳,清水塘学校语文教师,石峰区德育骨干,从事语文教学26年,多次获市“优秀教师”、石峰区“优秀班主任”等荣誉,参加市、区级各种德育活动中多次获一等奖。

赏析

漫漫行军岁月,尘土沾满衣裳。于紧张的军旅生活中,岳飞终于寻得闲暇来到翠微亭赏景。平素驰骋沙场,如今却是山林寻芳。前后对比鲜明,更显出游的可贵与欣悦。看着大好河山,岳飞难掩兴奋,用“看不足”传达自己对“好水好山”的无限依恋。

岳飞的一片赤诚的爱国之心,包裹在风尘仆仆的行征衣里,也流露于质朴无华的记游诗间。他之所以成为民族英雄,同他如此热恋祖国的大好河山是密不可分的。如今,成长在国家腾飞之时,沐浴于华夏民族复兴的光辉之下的我

们又怎能不为祖国骄傲呢? 丝绸瓷瓦,于驼铃声中与他国往来;悠久茶道,透露着中国人的待客之礼;笔墨纸砚,书法艺术令人叹为观止,这是有着浓浓古韵的中国。万里高铁,跑出中国速度;移动支付,展现中国效率;玉兔探月,蛟龙潜海,这是崭新的中国。古老的九州老人,血液里沉淀着五千年的瑰丽文化;年轻的“阿中”哥哥,带着活力和朝气奔跑在世界的东方。遥想当年,岳飞怒发冲冠,仰天长啸,为国尽心力;繁荣时代,青少年也应怀着一颗中国心,为祖国、为民族奉献自己的一份力量!

中医视力养护咨询电话:18890229856 谢医生 地址:天元区府前路步行街铁西社区 卫生服务站三楼

