



【课堂聚焦·课堂撷英】

社会情感学习课程实施例谈

——以小学“焦虑和担心”教学为例

李爱武¹， 闻 待²

(1. 三江县古宜镇中心小学，广西柳州 545500；

2. 广西师范学院教育科学学院，南宁 530000)

【摘要】“社会情感学习”(social emotional learning, SEL)是教育部-联合国儿童基金会合作的一个教育项目，其中的社会情感学习课程是该项目最重要的载体。“焦虑和担心”课程的教学设计有热身活动、主题导航、探究与体验、总结与反思四个环节，学生通过做游戏、轻松聊天、听故事、分组讨论等方式参与其中。这些活动的开展取得了良好的效果，有机渗透了SEL的六个维度，发展了学生的SEL能力。

【关键词】社会情感；课程实施；探究；体验

社会情感学习的课程有“新开始”“争吵与和好”“向欺凌说不”“向目标迈进”“喜欢我自己”“人际关系”“改变”。“喜欢我自己”是其中的第五个课程。该课程的重点是让学生了解自己，做出选择，管理自己的情绪，能够坚持自己的想法，建立自信心。“焦虑和担心”是“喜欢我自己”中的第一个主题课程，面向小学六年级学生开设。六年级的学生很快要升入中学，学习压力很大，行为上也受到了更多的约束；而学生步入青春期，生理和心理发展迅速，在生活中容易与人发生冲突。人的情绪中常见的焦虑与担

心在这个年龄段值得特别关注。该课程的主题是让学生意识到自己什么时候感到担心，能区分必要的担心和不必要的担心，进而知道如何应对担心的事。笔者希望通过这节课，让学生在轻松的课堂氛围中放下包袱，倾诉自己的焦虑和担心，并能化解担心，从而提升自信心。

一、热身活动

六年级学生已经确立了较稳定的性格，懂得一些游戏规则和行为准则，因此教师在课堂教学中设计了抽椅子和坐椅子的游戏。在游戏过程中，学生体会到抽椅子和坐椅子

【基金项目】2018年度广西高校中青年教师基础能力提升项目“广西少数民族学生社会情感能力发展策略研究”(2018KY0337)

【作者简介】李爱武，广西柳州市三江县古宜镇中心小学教师；闻待(本文通讯作者)，广西师范学院教育科学学院副教授，教育学博士，硕士研究生导师，研究方向为基础教育改革、教育政策与法律研究。