

新起点 新成长

——思言小学 2021 学年一年级“学习适应期”综合活动实施方案

一、指导思想：

为使儿童尽快适应小学学习生活，我校依据《上海市小学学习适应期“综合活动”实施方案》的具体要求，以学生发展为本，加强小幼衔接，重点围绕学生学习兴趣的培养、学习习惯和行为习惯的养成、师生的情感交流，使学生尽快适应小学学习生活，让学生真正主动地学、快乐地学、持续发展地学，促进学生综合素质的不断提高，确保每个学生健康快乐地成长。结合我校实际情况，制定本方案。

二、活动目标和内容设计

模块名称	模块目标	主题名称	行为观测点举例	课时
熟悉环境	1. 知道自己所在学校的名称。 2. 初步熟悉校园环境，了解校园设施。 3. 能喜欢自己的学校。	1 我爱我的学校	1. 不乱扔纸屑，看到纸屑能捡起；不攀折花草树木。 2. 不在课桌上写字和画画，移动桌椅要轻搬轻放。 3. 进专用教室上课，保持教室整洁，用过的物品放回原处。 4. 能说出自己学校的名称。	1
		2 我的老师在这里	1. 进老师办公室主动喊“报告”。 2. 不经老师同意不擅自进老师办公室。 3. 有事主动找老师解决。	1
认识伙伴	1. 感受老师、同学的友好热情。 2. 体会上学的快乐。	3 认识伙伴交朋友	1. 向同学和老师介绍自己。 2. 说出同桌、小组内同学的姓名。 3. 与同学友好相处，待人有礼貌。 4. 亲近老师，乐于与同学、老师交流。 5. 体会集体生活的快乐。	1
喜欢学习	1. 学会正确的读书写字姿势。	4 学习用品整理整齐	1. 每天按课程表适应好书本和学习用品。 2. 整理书包时懂得分类摆放，且摆放整齐。	1

	<p>2. 知道课堂规范，并养成发言先举手的好习惯。</p> <p>3. 学习自己的用品自己理，体验自我服务的快乐。</p>		3. 安全使用学习用品，保持书本整洁。	
		5 课前适应要充分	<p>1. 下课时及时上厕所、喝水，适应好下节课所需的书本和学习用品。</p> <p>2. 学习用品放在规定的位置。</p> <p>3. 两分钟预备铃响后能及时进教室，安安静静等待老师来上课。</p>	1
		6 上课发言有规范	<p>1. 上课发言先举手。</p> <p>2. 发言时要立正，不东张西望。</p> <p>3. 发言时，口齿要清楚，声音要响亮。</p>	1
		7 读书写字真快乐	<p>1. 读书姿势正确：身正、肩平、眼离书本一尺。</p> <p>2. 握笔姿势正确：拇指、食指握住笔杆，离笔尖一寸，中指轻抵笔杆。</p> <p>3. 写字姿势端正：身要坐直，书本放平，拿笔一寸，看书一尺，写字一拳。</p> <p>4. 用心听他人发言，并能说出自己的想法。</p>	1
		8 作业按时完成好	<p>1. 能及时、认真完成作业。</p> <p>2. 能自己检查作业完成情况。</p>	1
学 习 礼 仪	<p>1. 了解学校的基本礼仪(进校离校礼仪、出操要求、用厕礼仪，用餐礼仪等)。</p> <p>2. 懂得升旗仪式及日常升(降)国旗的规范要求。</p> <p>3. 初步培养卫生</p>	9 进出校门讲秩序	<p>1. 主动和老师、同学打招呼。</p> <p>2. 自己的书包自己理，自己的书包自己背。</p> <p>3. 能保持桌面干净，各项物品不乱放，保管好随身物品。</p> <p>4. 放学时，排好队伍等候家长。</p>	1
		10 升降国旗要肃静	<p>1. 升降旗时，听到国歌马上立正、脱帽，向国旗行注目礼。</p> <p>2. 能正确、响亮地唱国歌。</p>	1
		11 午间用餐讲文明	<p>1. 端平饭盒进入座位慢慢吃。</p> <p>2. 饭前要洗手，饭后清理好桌面再洗手。</p>	1

	和健康意识，了解学校文明生活的要求。		3. 吃饭时细嚼慢咽不说话，不浪费粮食。 4. 吃完饭把餐盘整齐的放入餐车。	
		12 用厕文明不喧闹	1. 课间用厕守秩序，先来后到要排队。 2. 保持厕位干净。 3. 便后洗手，关好龙头轻甩手，用纸巾擦干手。	1
		13 言行举止有礼貌	1. 遇见老师、同学主动问声好。 2. 要求得到别人帮助时会说“请”、感谢别人说“谢谢”，表示歉意说“对不起”、接受别人的感谢或道歉说“没关系”。 3. 离校时要与老师、同学说“再见”。 4. 能微笑待人。	1
		14 劳动岗位要坚守	1. 在班级中找到一个力所能及的劳动岗位。 2. 自觉完成值日生工作。	1
		15 帮助他人我快乐	1. 当同学有困难的时候，能主动帮助。 2. 和伙伴发生矛盾时，能先从自己身上找原因。 3. 课间活动时不要和同学打闹。	1
健康 安全	1. 知道上下楼梯与课间活动的安全常识。 2. 初步掌握体育活动的要求。 3. 知道并遵守放学离校的常规，树立健康、自我保护意识。	16 排队队伍“快静齐”	1. 听到口令迅速找到自己的位置。 2. 排队时前后保持一手掌距离。 3. 眼睛朝前看，身体站站直，队伍成一条直线。	1
		17 坐立行走姿态好	1. 立：头正身直手放两边，两脚并拢像棵松树。 2. 走：教室里轻轻走，走廊里不奔跑，转弯口要看清楚。 3. 排队走路不说话，一个跟着一个走。	1
		18 课间活动讲安全	1. 课间在教室内做游戏不影响他人。 2. 上下楼梯靠右走，人多时要有秩序，懂	1

			礼让。 3. 在操场上奔跑时避免冲撞别人，做安全的活动或游戏。	
		19认真做操 身体好	1. 每天按时做眼保健操，乐意参加健身活动。 2. 学会做室内广播操和眼保健操，动作正确、到位。 3. 做操时，精神饱满，动作到位。 4. 每天两次眼保健操，自觉闭紧眼睛，找到正确的穴位。	1
		20安全意识 要牢记	1. 不买摊位上不洁的食物。 2. 放学时不跟陌生人走。	1

三、活动实施

(一) 课时安排

一年级学习适应期“综合活动”共20课时，每周5课时，安排在小学一年级新生入学的第一个月的拓展课时间（1节英语拓展，2节体活，1节探究课，1节班队课。课程由专人负责开发，全体一年级教师共同参与“综合活动课”的教学。

(二) 实施要求

1、活动组织要求

(1) 高度重视，统筹安排

学校成立“一年级学习适应期教育活动领导小组”，由校长担任组长。组长整体协调、统筹安排，各部门分工合作、各司其职。德育室做好班主任的家访、学生行为规范要求等活动的培训指导工作。教导处做好课程开发与研究、课程管理、课时安排、教学评价、教研组活动工作以及相关的论文、案例、经验的收集整理。后勤组做好活动的后勤保障，采购“综合活动”所需的各种器材，安排好各活动教室。

组长	副组长	组员
----	-----	----

孙美红	王士勇 施建英 陈红 何丹锋	全体一年级任课教师
-----	-------------------------	-----------

(2) 制定方案，及时调整。

学校根据市、区学习适应期“综合活动”实施要求，制定学校实施方案，提出学习适应期“综合活动”的总体目标，研究工作重点，落实相关措施。在实施过程中，工作小组围绕教学流程管理中的五个环节，全面、深入地了解教师实施“综合活动”情况，及时发现问题，调整策略，提高效能。

(3) 研究教法，优化手段。

通过教师参与课程开发的实施，进一步帮助教师提高课程意识，增强课程开发与实施能力。在理论培训的同时，加强教师实践培训，通过研究教法，丰富课堂教学形式，优化教学手段，激发学生的兴趣。

(4) 落实培训，推进实践。

8月27日下午，组织全体教师认真学习关于小学一年级学习适应期“综合活动”的文件精神和实施要点，了解学校“综合活动”课程结构，熟悉各模块目标和行为观测点的基本要求。学期开始，继续采用听讲座、教学研讨、案例研究等方式进行过程培训，有效落实学习适应期的各项要求。

(5) 家校互动，融合教育。

学习适应期前期：落实学习。疫情期间学校采用线上培训的方式对一年级全体家长进行学习适应期培训。8月30日晚上学校举行一年级“思学相携 言行合一 共同成长”家校共育活动，明确学校适应期“综合活动”的相关要求，如上下学路线、如厕、午餐、喝水等习惯培训。学习适应期后期：共同实践。组织家长亲临课堂参与一次观摩活动。教师家长共同设计各类亲子游戏、亲子问答、适应期小品及习惯比赛等活动，引导家长共同培育学习习惯，激发学生热爱学校、快乐学习的情感。通过家校沟通交流，进一步形成家校共识。

2、教师行为要求

(1) 一年级任课教师全员参与课程实施，集体备课，认真上课，做到专课专用。

(2) 教师要明确学校“综合活动”课程的教学内容以及自己所承担的教学任务，

熟悉各模块的目标和行为观测点的基本判断要求，把握每个活动模块各主题活动之间的内在逻辑关系。行为观测点是老师在学习适应期内需要重点关注的，并期望学生达成的，其他的行为习惯可以在以后逐步培养。

(3) 在活动方案设计中，教师围绕活动目标，根据一年级学生的年龄特点和生活经验，综合考虑学生兴趣的激发、情感的沟通和习惯的培养，设计丰富多样的活动，有机地将行为观测点分布在活动过程中加以落实，引导学生主动地投入到学习之中。

(4) 教师在组织实施活动时，避免单纯说教、机械训练。可采用游戏教学法、儿歌教学法、示范教学法、创设情境法外，还可以采用小组讨论法、实践活动法等为学生创设生动、有趣的活动情境，使学生能身心愉悦地参加活动，在活动中充分体验，并在兴趣、情感、习惯等方面有所收获。

(5) 教师本着“以学生发展为本”的理念，用欣赏、宽容、尊重的眼光看待学生的习惯养成，随时观察、及时记录学生的行为表现。对于学生的每一点一滴进步都要给予充分的肯定和赞扬，对于学生暂时的落后要多鼓励、多指导、多帮助，增强他们的自信心，使每一个学生都能感受到师爱，亲其师而信其师。

(6) 所有一年级的教师要加强联系与沟通，发现问题及时调整，保证“综合活动”目标的有效实现。

(7) 对个别不能完全适应小学学习生活的特殊学生，教师应从学生的实际出发，适当放低要求，多关心、多帮助，为他们提供活动和展示的机会，并及时与家长沟通，取得家长的支持与配合。

(8) 每次活动后，教师要及时撰写活动反思，及时对活动方案作出必要的修改或重组。

3、活动组织安排

(1) 培训先导：8月27日由学校教导处组织一年级执教老师进行培训，解读学校实施方案，并提供案例进行学习讨论。

(2) 家校配合：8月30日由学校组织新生家长举办家长学校，对学习适应期“综合活动”进行宣传与解读，取得家长的认可和配合，共同落实“综合活动”。

(3) 过程实施：9月1日到9月30日由一年级老师实施活动方案，开展听课、评课等研讨活动，在过程中及时发现问题、解决问题，提高活动的有效性。

(4) 领导重视：领导小组成员深入课堂听课评课。定期深入教研组，开展教研活动，总结经验、发现问题，及时适当调整活动计划，有效落实各项活动要求。

(5) 调整总结：9月底，开展“家长开放日”活动，10月对实施过程中的问题进行反思，对效果进行调查，对经验进行提炼，形成经验总结。

四、活动评价

1、评价内容

(1) 态度：喜欢学校生活，愿意上学。

(2) 兴趣：对学习有兴趣，有好奇心。

(3) 交往：认识班级任课教室，熟悉同班同学，友好相处，互相帮助。

(4) 习惯：能初步辨别学习习惯和行为习惯的好坏，能在老师提醒下，养成良好的习惯。

(5) 管理：适应学校的作息时间表，在老师的指导下初步安排好自己的日常生活。

2、评价方法

1、学校评价与家长评价相结合

加强家校互动，引导家长主动参与，同时鼓励学生积极参与评价。

2、课堂即时评价与阶段性评价相结合

在开展活动过程中，教师及时记录学生的情感，态度，行为表现，为最后的达标评价作参考。

3、语言激励与争章激励相结合

通过贴“红五角星”的方式进行鼓励，使学生获得成功的体验，从而树立自信心。

总之，在一个月学习适应期后，教师针对学生在几个模块活动中的表现进行综合评价，对表现突出的学生给予表彰。

附：思言小学一年级学生学习适应期“综合活动”评价表

班级_____ 姓名_____ 教师签名_____

评价内容	评价要求	教师评价	教师的话
我爱我的“家”	乐意上学，喜欢学校	☆☆☆	
	知道班级，热爱集体	☆☆☆	
	称呼老师，尊敬老师	☆☆☆	
	认识伙伴，记住姓名	☆☆☆	
知晓新规范	按时进校，互相问好	☆☆☆	
	学会排队，做到快、静、齐	☆☆☆	
	升旗时要肃立，对国旗行注目礼。	☆☆☆	
	正确做操，精神有力。	☆☆☆	
	上下楼梯靠右走，不争抢，不打闹。	☆☆☆	
	文明用餐，不浪费粮食。	☆☆☆	
	热爱劳动，完成自己小岗位任务。	☆☆☆	
养成好习惯	带齐学习用品，独立整理书包。	☆☆☆	
	爱护物品，安全使用不乱放。	☆☆☆	
	课前做好适应，静等老师来上课。	☆☆☆	
	认真听讲，举手积极，发言响亮有规范。	☆☆☆	
	读写姿势正确，字迹端正。	☆☆☆	
	作业按时完成，不拖拉。	☆☆☆	
	课间文明，安全有序。	☆☆☆	
	言行举止有礼貌，坐立行走姿态好。	☆☆☆	
	体育活动勤参与，安全有序身体好。	☆☆☆	
	爱护物品，不乱放垃圾	☆☆☆	
	文明如厕，讲究卫生，不喧闹。	☆☆☆	

注：全部符合三颗星，较为符合两颗星，还需努力一颗星。

思言小学学习适应期“综合活动”亲子合作评价表

班级_____ 姓名_____ 家长签名_____

评价内容	学生自评	家长评价
离家、回家主动与家人打招呼。	☆☆☆	☆☆☆
进校不用家长送，能和家长道再见。	☆☆☆	☆☆☆
放学后马上回家，不逗留、不玩耍。	☆☆☆	☆☆☆
自觉完成老师布置的任务，不用家长提醒。	☆☆☆	☆☆☆
读写姿势要正确，字迹端正，作业不拖拉。	☆☆☆	☆☆☆
静下来心来阅读，不长时间看电视，人与电视保持一定的距离，注意保护视力。	☆☆☆	☆☆☆
用餐文明，不挑吃，不浪费。	☆☆☆	☆☆☆
自己整理书包和书桌，带齐学习用品。	☆☆☆	☆☆☆
主动与父母交流学校生活	☆☆☆	☆☆☆
按时睡觉、准时起床	☆☆☆	☆☆☆
爸爸妈妈的话：		

注:全部符合三颗星，较为符合两颗星，还需努力一颗星。

五、活动进度安排表：

周次	主题名称	课时	执教老师
第一周	1 我爱我的学校	1	班主任
	2 我的老师在这里	1	班主任
	3 认识伙伴交朋友	1	班主任
	4 学习用品理整齐	1	英语拓展老师
	5 课前适应要充分	1	英语拓展老师
第二周	6 上课发言有规范	1	探究老师
	7 读书写字真快乐	1	班主任
	8 作业按时完成好	1	英语拓展老师
	9 进出校门讲秩序	1	英语拓展老师
	10 升降国旗要肃静	1	体活老师
第三周	11 午间用餐讲文明	1	班主任
	12 用厕文明不喧闹	1	英语拓展老师
	13 言行举止有礼貌	1	探究老师
	14 劳动岗位要坚守	1	班主任
	15 帮助他人我快乐	1	班主任
第四周	16 排列队伍“快静齐”	1	班主任
	17 坐立行走姿态好	1	体活老师
	18 课间活动讲安全	1	班主任
	19 认真做操身体好	1	体活老师
	20 安全意识要牢记	1	班主任

附：一年级班队、英语拓展、体活、探究任课教师一览表

班级	班队执教者	英拓执教者	体活执教者	探究执教者
一 1	于航	施建英	施建英 徐小斐	狄丹红
一 2	徐钟忠	李缪	施建英 徐小斐	狄丹红
一 3	杨佳	庄日垚	施建英 徐小斐	狄丹红
一 4	徐飞涯	庄日垚	王健	狄丹红
一 5	冯凯云	唐俐媛	王健	王健

一 6	陈颖	杨瑜茜	董书凝	王健
-----	----	-----	-----	----

备注：根据分工认真撰写教学设计，落实教学并训练，其他教师做到人人熟悉行为观测点，并落实到每节课的学科教学中，根据学生出现的问题，随时训练，通过持之以恒的训练养成良好习惯。

思言小学教导处

2021.8