

成果公报

课题名称：小学新生入学适应活动设计及有效性的研究

课题批准号：DFB11124

课题类别：一般课题

研究领域：德育研究

课题负责人：（刘新华、小学高级、北京市东城区东交民巷小学）

主要成员：刘新华、王文利、白洁、刘伯艳、贺子红、付蓉、夏晶、李璐、李雅菲、夏晶、冯磊、方平等

小学新生入学适应活动设计及有效性的研究

一、内容与方法

（一）研究背景

良好的心理素质是人的全面素质中的重要组成部分。心理健康教育是提高中小学生心理素质的教育，是实施素质教育的重要内容。在中小学开展心理健康教育，是学生健康成长的需要，是推进素质教育的必然要求。2012年教育部颁布的《关于中小学心理健康教育的指导纲要》中也指出小学低年级学生心理健康教育的主要内容包括：“帮助学生适应新的环境、新的集体、新的学习生活与感受学习知识的乐趣；乐与老师、同学交往，在谦让、友善的交往中体验友情。”由此可见，国家对于小学新生的适应问题的重视。

通过多年的教育实践发现，一年级新生入学能够适应良好，能否由幼儿园阶段顺利过渡到小学阶段，对于每个孩子、家长甚至是老师来讲都是一个挑战，为此，在2009年1月，我校针对小学新生入学适应问题对一年级新生及相关家长、老师相关调查访谈，通过调查、访谈发现近34%的学生存在入学的适应性问题，具体表现在：学习方面的主要问题是不能主动地、积极地完成作业，注意力不集中，不能记住老师布置的作业。年龄较小的儿童，在任务意识、规则意识和注意力的发展方面表现更差一些；在生活自理方面中，体现出目前孩子的生活自理能力不强，有待提高；在时间观念方面，发现很多孩子的时间观念不强。由此可见，我校新生在入学适应还存在一些问题。据跟踪观察及教师、家长报告显示，这些学生在进入中年级以后，均有不同程度的人际交往、学习适应等方面的问题，由此可见新生入学适应不良对于学生个体发展有很大的影响。

在调查、访谈中我们还发现，新生入学适应的问题并不被老师和家长所重视，大部分教师对一年级新生期望水平过高，容易忽略孩子的年龄、心理特点，对孩子提出过高、过严要求，尤其是对于行为习惯不好，理解能力、接受能力较弱的学生，教师缺乏较好的帮助孩子

尽快适应小学生活工作方法。现在大部分家庭都是独生子女，一部分家长对于孩子的教育方式不是溺爱就是要求过高、责备过多，特别是对于刚进入小学生活的孩子期望值过高，对于孩子的年龄、心理特点了解不够，缺乏教育理论、方法，当孩子出现问题也不会正确引导。可见，教师、家长的种种不适应也造成了一年级新生的不适应。

为此，我们提出本课题，旨在通过对一年级新生及其家长、教师的有效活动设计，探讨新生入学适应的有效心理教育策略，促进一年级新生能适应小学生活，进而促进学生健康发展。

(二) 研究内容

1. 研究目标

- (1) 了解我校小学新生入学适应状况。
- (2) 设计并完善促进我校一年级新生适应小学生活的课堂活动，构建包括对家长和教师的辅导和个体辅导在内的一体化活动设计方案。
- (3) 探索出能够行之有效的评估活动设计方案有效性的综合评估方案。
- (4) 通过活动方案的实施，有效的促进我校一年级新生的入学适应。

2. 研究的切入点

通过对一年级新生进行入学适应方面的团体辅导、个体咨询，探索出符合我校学生状况、切实有效的新生入学适应的工作模式、工作方法及工作方案，此方案包括团体辅导以及个体咨询相结合的方式。

3. 重要观点

- (1) 团体心理辅导应用于小学新生的入学适应是有效的；
- (2) 个体咨询应用于小学新生的入学适应是有效的；
- (3) 新生入学活动设计对于小学新生入学适应是必要的。

(三) 课题研究对象与方法

1. 研究对象

本研究所选取的研究对象均为东交民巷小学一年级学生，分别在 2011 年至 2013 年 9 月入学。

2. 研究方法

本研究采用的研究方法主要有访谈法、问卷调查法、观察法、行动研究法、个案追踪法、教育经验总结法。

(1) 观察法

通过班主任、家长在平日学习、生活中的观察，总结小学生在入学适应期间存在的问题，为今后的新生入学适应培训积累理论经验。

(2) 问卷法

针对一年级学生、家长、教师开展入学适应心理问卷调查，着重分析学新生入学适应问题及成因。对小学新生的生理以及心理方面的特点调查，完成调查报告。

(3) 实验法

通过对实验组学生的干预，验证干预方案的有效性，进而对一年级新生进行入学适应

干预，不断提升新生的入学适应水平。

(4) 个案跟踪法

为在问卷调查中所发现的问题明显、比较有研究价值的学生建立档案，并对其进行个案跟踪，以成长日记以及个案的形式记录研究过程中的成长变化，为心理教育策略的研究提供典型的客观依据。

二、结论与对策

(一) 小学新生入学适应活动设计

为促进小学新生的入学适应，该校成立新生入学适应活动实施小组，德育主任任组长，各新生班级班主任任成员。该校在活动设计过程中，以促进新生良好适应为核心，同时结合学校生源的特点，综合心理学理论和教师多年教学实践经验，设计了形式多样的心理干预措施。具体表现在如下几方面：

1. 新生入学适应团体辅导

基于小学新生的心理发展特点，从集体生活维度、情绪情感维度、人际交往维度和学习制度维度四个维度设计团体辅导方案，集体生活维度是指对学校、班级集体观念的认识，此维度所达到的标准为学生能够熟悉校园、喜欢校园，消除胆怯、疑惑的心理，增强学生的集体意识，积极参加班级活动，为班集体做有意义的事情。情绪情感维度是指对新环境的心理接受态度，包含如何对待学校里的人和事，此维度所达到的标准为一年级新生能够以积极的心态去上学，在学校能够获得快乐和心理体验，在学校能够以友好的态度与教师、同学进行交往。人际交往维度是指与教师、同学交往互动，积极融入的状态，此维度所达到的标准为能够主动向老师、同学问好，积极认识、结交新的伙伴，懂得如何与他人进行交往、自己能够解决与他人发生的矛盾，主动帮助同学。学习制度维度是指一年级新生能够适应小学的课堂常规活动，包括培养学习能力、自我约束力，此维度所达到的标准为懂得如何充分调动自己的感、知觉进行学习，能够做到上课认真听讲，对学习活动内容感兴趣，注意力集中。

通过以上四个维度，对学生进行为期两个月每周两次的入学适应团体辅导，班级教师按照活动方案展开课程辅导，使学生适应学校生活，积极参与班级活动，与老师、同学友好相处，遵守纪律，初步形成良好的行为习惯；培养学生互助友爱，关心他人的良好品质；养成良好的学习习惯，初步掌握正确的学习方法和形成乐学心态；提高学生自理、自主、自制的愿望和能力。

经过团体辅导干预后，小学一年级新生的整体学习适应性显著提高，前后测成绩存在显著差异且后测成绩明显高于前测成绩。并且在学习态度、家庭环境、学校环境、独立性和毅力维度前后测也存在显著差异，证明了经过团体辅导后，小学生的适应性达到了显著提高。

2. 家庭教育活动

开学前一周及入学一个月后，心理教师通过团体辅导、工作坊等方式，对新生组家长进行辅导，引导家长改进家庭教育方式。在小学新生学习适应的模型中，可以看出在家庭环境、独立性和毅力上的载荷最高，分别为.74和.75，也就说明这两个维度对于新生的适应是很重要的。家庭环境、独立性和毅力的培养都与家庭、家长密切相关。因此，在针对小学新生入学适应的心理教育策略中，家长的因素不可忽略。

在家长方面，我们主要进行的辅导策略为家长讲座、家长沙龙以及家校合作等策略。从

新生入学之初,学校统一组织了针对家长的关于新生入学适应应注意事项的讲座,主要为《培养良好习惯——迈好入学第一步》,内容主要涉及应该培养哪些好习惯、如何培养以及家长在教育过程中常犯的错误等。并在开学初让家长填写了针对儿童行为的评估问卷。一段时间的入学和学校辅导结束后,学校会组织入学适应不良学生家长的家长沙龙,一起商讨更好的适应策略。在此过程中,特别注意家校合作,家长有问题会及时和老师沟通,而班主任也会对学生在校的情况及时给予家长反馈和有效指导。

经过一个学期的努力后,家长这块的心理教育策略也取得了显著成果,首先是《Rutter儿童行为家长问卷》结果方面前后测存在显著差异,证明了从家长的角度来看,儿童不良行为及不适应性表现逐渐减少。另外,家长给予的主观评价中也有效表明了一系列入学适应心理教育策略的有效性和成果。

3.教师辅导

新生入学前,组织实验组班主任学习团体辅导方案,保证其已掌握活动设计方案,并了解即将入学的一年级新生的特点。针对团辅辅导结束后仍然表现适应不良的学生,进行了个案追踪研究,班主任接受培训后及时关注本班适应不良的学生,并进行有效的干预和指导。

4.沙盘游戏辅导

沙盘游戏治疗在学校和幼儿园里被广泛应用于儿童的心理教育与心理治疗,通过唤起童心,人们找到了回归心灵的途径,进而身心失调、社会适应不良等问题在沙盘中得以化解。鉴于沙盘游戏在儿童心理辅导中的独特优势,针对一些适应不良的个体我们采用沙盘游戏来进行进一步的辅导。沙盘游戏辅导我们的流程是包括三个阶段:一、前期的初始访谈,包括班主任的评价表及家长填写的儿童行为问卷;二、辅导纪录,每一次沙盘结束后都需要进行纪录;三、反馈阶段,综合班主任、家长、咨询师以及学生本人的意见后,适时结束沙盘游戏。在实际教育工作过程中,沙盘游戏辅导得到了学生、班主任及家长的喜爱与支持,起到了显著而积极的作用。

(二) 小学新生入学适应对策探讨

1.教师应高度重视小学新生入学适应的培养

从总体上看,小学生学习适应性水平经许多调查研究证实属于不高的状态。然而,在当前的小学教育实践中,人们对培养学生学习适应性的必要性和紧迫性仍存在如下两种错误认识。其一,认为学生学习适应性的提高是一种很自然的过程,根本就不需要有意培养,学生的学习适应困难也能自行消除。诚然,从理论上讲,随着学生自我意识的发展和自我教育能力的增强,其学习适应性也有一个自然发展和成熟的过程。但事实上,在现时的教育背景下,学生学习适应问题的累积速度远远超过其学习适应性自然提高的速度,学生的学习适应问题越往后拖其情节会越严重。其二,认为学习适应性培养只需要在起始年级进行,其他年级不用培养。教育实践表明,当年幼的孩子刚刚步入学校,难免会表现出种种不适应。在起始年级抓学习适应性培养当然很有必要。但是,大量的调查资料表明,小学生的学习适应性有随年级升高而下降的趋势。因此,除了在小学低年级应注意学习适应性的起始培养之外,还要在高年级抓好学习适应性的“防滑”教育和中学学习适应性的“衔接”教育。

2.小学新生入学适应心理活动设计应紧扣重点，突破难点

小学生学习适应问题复杂，教师应注重教育干预的全面性和系统性，要紧扣重点，并在此基础上突破难点。小学生学习适应问题干预的重点和难点既有联系又有区别，有时还会出现重叠，但有的干预重点并非难点。比如，家庭环境、听课方法和身心健康；有些问题严重且难于干预的既属重点又是难点，比如学校环境和学习技术；有的问题不严重但难于干预的，只属干预难点但非重点，如独立性和毅力；还有的问题不严重且容易培养的，就可以不列入专门培养的计划，比如学习态度。当然，教师在确定具体的干预重点和难点时应结合学生的年级、性别、成绩差异等特点以及本地区、本校和本班教学实际，通盘考虑。

3.多途径、多策略培养小学新生的入学适应性

小学生学习适应性发展状况千差万别，学习适应性构成上的复合性以及心理健康教育途径和方法的多样化，决定了教师必须多途径多策略灵活培养学生的入学适应性，注重整合教育。经研究发现，以开设学习适应性专题辅导课为主、以个别辅导和家庭间接辅导为辅，科学选择教育内容，科学设计教育活动，实施科学高效的教育策略，注重教育的针对性、常规性和实效性的整合性教育干预，能够显著改善学生的学习适应性。

三、成果与影响

经过为期三年的研究与实践，课题研究成果在本校取得了良好的效果，有效的促进了新学生的学习适应性，并为以后的教学实践提供了有效参考，具体如下：

1.小学新生学习适应量表结构效度良好，家庭因素对于新生入学适应的作用不可忽视

采用Amos17.0软件对小学新生的学习适应结构进行验证性因素分析，结果发现在小学生学习适应结构模型图中，我们可以看出学习适应在学习态度、听课方法、学校环境、家庭环境、独立性和毅力维度上都有较高的载荷，而且模型的各项拟合指标都在0.90以上，说明模型拟合良好。也进一步说明此问卷具有良好的信效度，适合用于新生入学适应测量。

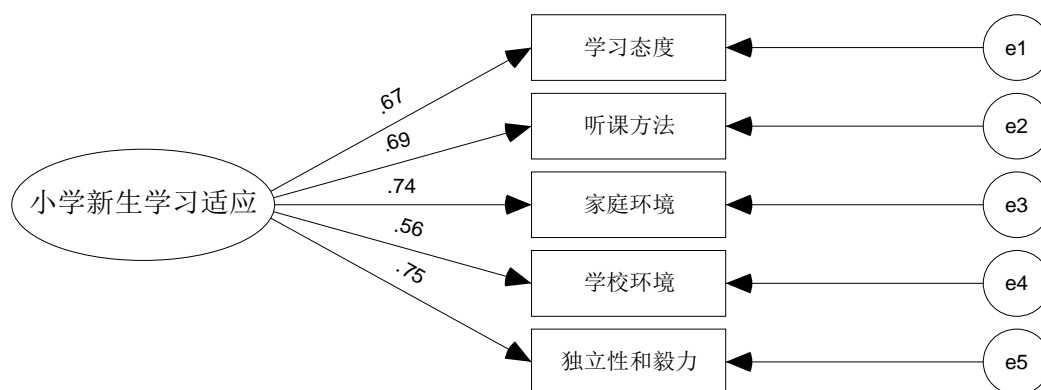


图1 小学新生学习适应结构模型图（标准化）

表1 小学新生学习适应模型拟合指标

拟合指数	χ^2	df	χ^2/df	TLI	NFI	CFI	IFI	RFI
数值	15.686	5	3.137	.934	.953	.967	.967	.906

在小学新生学习适应的模型中，可以看出在家庭环境、独立性和毅力上的载荷最高，分别为0.74和0.75，也就说明这两个维度对于新生的适应是很重要的。家庭环境、独立性和毅力的培养都与家庭、家长密切相关。因此，在针对小学新生入学适应的心理教育策略中，家长的因素不可忽略。

2.团体辅导活动对于提升新生的学习适应性和减少儿童问题行为具有显著效果

团体辅导活动结束后，根据问卷量表的计分标准，把差和较差等级的比例合并，统称为适应不良。然后对各等级的百分比进行卡方检验。结果表明经过干预后，小学一年级新生的整体学习适应性显著提高，前后测存在显著差异。并且在学习态度、家庭环境、学校环境、独立性和毅力维度前后测存在显著差异，证明参加活动后，适应性显著提高。

表2 小学新生学习适应性前后测比较（%）

分量表		差	较差	中等	良好	优秀	χ^2 值	P值
学习态度	前测	0%	29.77%	39.53%	0%	30.70%	4.472	0.034
	后测	0%	20.85%	47.87%	0%	31.28%		
听课方法	前测	0%	18.14%	47.44%	0%	34.42%	0.678	0.410
	后测	0.47%	14.69%	42.65%	0%	42.18%		
家庭环境	前测	3.72%	31.16%	25.58%	26.51%	13.02%	8.824	0.032
	后测	5.69%	18.48%	23.22%	32.70%	19.91%		
学校环境	前测	6.98%	10.70%	39.07%	26.05%	17.21%	7.723	0.007
	后测	3.79%	6.64%	35.55%	29.38%	24.64%		
独立性和毅力	前测	7.91%	35.81%	20.47%	21.40%	14.42%	6.487	0.011
	后测	4.74%	27.01%	20.85%	27.49%	19.91%		
全量表	前测	5.58%	31.63%	33.95%	20%	8.84%	10.805	0.013
	后测	3.79%	20.85%	33.18%	28.91%	13.27%		

经过入学适应心理辅导活动后，父母报告的儿童行为问题也发生了显著变化，有行为问题的儿童比例下降，无行为问题的比例显著上升，且前后测存在显著差异。这证明经过干预后儿童的行为问题有了明显的改善。虽然在行为问题的类型中，违纪型稍微有所提高，但是神经症型和混合型的比重有了明显的降低。

表3 Rutter 儿童行为问题前后测比较

	行为问题	违纪型	神经症型	混合型	无行为问题	χ^2 值	P值
前测	14.20%	2.00%	8.50%	4.10%	71.10%	11.156	0.025
后测	8.30%	2.20%	3.90%	2.20%	83.30%		

3.沙盘游戏等个案辅导活动对于较严重的适应不良新生具有有效作用

新生入学前，组织实验组班主任学习团体辅导方案，保证其已掌握活动设计方案，并了

解即将入学的一年级新生的特点。针对团辅辅导结束后仍然表现适应不良的学生，进行了个案追踪研究，班主任接受培训后及时关注本班适应不良的学生，并进行有效的干预和指导。

沙盘游戏治疗在学校和幼儿园里被广泛应用于儿童的心理教育与心理治疗，通过唤起童心，人们找到了回归心灵的途径，进而身心失调、社会适应不良等问题在沙盘中得以化解。鉴于沙盘游戏在儿童心理辅导中的独特优势，针对一些适应不良的个体我们采用沙盘游戏来进行进一步的辅导。沙盘游戏辅导我们的流程是包括三个阶段：一、前期的初始访谈，包括班主任的评价表及家长填写的儿童行为问卷；二、辅导纪录，每一次沙盘结束后都需要进行纪录；三、反馈阶段，综合班主任、家长、咨询师以及学生本人的意见后，适时结束沙盘游戏。在实际教育工作过程中，沙盘游戏辅导得到了学生、班主任及家长的喜爱与支持，起到了显著而积极的作用。

四、改进与完善

（一）研究内容方面

既有实验研究，又包括个体辅导和家长辅导，一方面研究工作量比较大，另一方面新生入学适应活动有效性的评估指标尚需进一步明确和确定。

学校、学生、家庭这方面因素对新生入学适应都有很重要的影响，在研究中我们也充分考虑了这方面的影响因素，并针对性的开展了相应的活动和工作，但是这三者的的主效应及交互作用以及如何有效协调配合的问题考虑较少，需要进一步加强这方面的思考。

（二）研究方法方面

定量研究上，前期实验数据采用分类数据，非参数检验的统计分析存在一定的局限。

定性研究上，团体辅导、个案辅导以及家长辅导的材料分析缺乏一定的标准，需要整合这几方面的内容，进行深入分析和总结。

五、成果细目

课题组 成员	获奖时间	类别（论文、表彰等）	成果名称
刘新华	2011	论文发表在《基础教育参考》，2011年24期	《阳光评价让学生更阳光》
		东城区优秀论文评选二等奖	《谈小学新生入学适应心理的干预策略》
	2013.12	北京市教育成果一等奖	《小学新生入学适应的心理教育策略研究》
	2014	论文发表在《北京教育》杂志，2014年第7期	《小学新生适应适应心理教育策略研究》

	2014	论文发表在《科技研究》杂志，2014年第22期	《小学新生入学适应活动干预效果评价》
贺子红	2012.9	市第三届“智慧教师”教育教学研究市基础教育科学研究优秀论文三等奖	《让阅读来拓展生命的宽度》
付蓉	2013.4	市第六届“京研杯”征文三等奖	《运用多种方法，构建愉快识字教学》
	2013.4	市第六届“京研杯”征文二等奖	《做有智慧的班主任》
	2013.4	市基础教育科学研究三等奖	《小学低年级学生口头言语特点及言语表达能力培养的研究》
夏晶	2012.9	东城区第十九届教育科学研究优秀论文二等奖	《在一年级班级管理中培养学生良好的倾听习惯》
	2012.3	市基础教育科学研究三等奖	《在一年级班级管理中培养学生良好的倾听习惯》
	2012.10	东城区、三等奖	东城区小学班主任基本功大赛中
	2013.4	市第六届“京研杯”征文二等奖	《小学老师对待容易发怒的学生六措施》
李璐	2012.10	东城区、二等奖	小学班主任基本功大赛中
	2012.3	市基础教育科学研究三等奖	《如何激发一年级学生的数学兴趣》
	2012.3	市基础教育科学研究三等奖	《小学作文创新能力培养的研究》
	2013.4	市第六届“京研杯”征文二等奖	《小学低年级贴图作文教学的研究》
	2013.9	东城教委	东城区教育系统育人奖
冯磊	2011.10	市基础教育科学院教育课程发展研究中心二等奖	《我身边的资源》
李雅菲	2012.9	东城区第十九届教育科学研究优秀论文一等奖	《运用故事法 探析儿童道德教育》
	2012.9	市第三届“智慧教师”教育教学研究市基础教育科学研究优秀论文一等奖	《少先队教育活动的有效性的研究》
	2012.9	市第三届“智慧教师”教育教学研究市基础教育科学研究优秀论文一等奖	《就才取文 巧设三年级语文教学小练笔》
	2012.9	市基础教育课程教材实验优秀论文三等奖	《新课改背景下小学语文探究性阅读教学的研究》

	2012. 10	东城区、二等奖	东城区小学班主任基本功大赛
	2013. 4	北京市基础教育科学研究 优秀论文二等奖	《小学班主任运用组织行为学进行班级管理的实践探索》
	2013. 9	北京市基础教育课程教材 实验优秀论文一等奖	《运用故事 探析儿童道德教育》
	2013.4	市第六届“京研杯”征文 二等奖	《小学语文探究性阅读教学的实践研究》
	2013.5	东城区 一等奖	第四届“东兴杯”五年以下教师教学大赛语文学科
王颖	2012.5	东城区 一等奖	第七届“东兴杯”教学大赛语文学科
	2013.4	市第六届“京研杯”征文 二等奖	《培养小学一年级学生写话兴趣的研究》
	2013.4	北京市基础教育科学研究 优秀论文三等奖	《以教材为蓝本，“读写结合”提高小学生写作能力》
	2013.10	东城教委，二等奖	《学习十八大精神，做优秀的人民教师》
李福红	2012.9	东城区第十九届教育科学研究 优秀论文三等奖	《提高小学习作教学质量的方法及效果的研究》
	2012.3	北京市基础教育科学研究 优秀论文一等奖	《小学语文阅读状况与语文成绩关系的研究以及建议——以东交民巷小学五四班为例》
	2013.9	北京市基础教育科学研究 优秀论文二等奖	《提高小学习作教学质量的方法及效果的研究》
	2013.10	东城教委，优秀奖	《从自身优越，从点滴开始》
夏爽	2011.10	东城区、二等奖	东城区小学班主任基本功大赛中
	2013.4	市第六届“京研杯”征文 二等奖	《小学低年级作文教学中教师“导”的策略》
芦静	2012.3	北京市基础教育科学研究 优秀论文三等奖	《作文起步 方法引路》
	2012. 9	东城区第十九届教育科学研究 优秀论文三等奖	《小学三年级习作方法指导及效果的研究》
方平	2012. 3	市基础教育科学研究 三等奖	《用儿歌培养低年级孩子的好习惯》
	2012.3	东城区德育论文评选 一等奖	《浅谈借童谣之梯 引导低年级学生良好习惯的养成》
	2012. 9	东城区第十九届教育科学研究 优秀论文三等奖	《浅谈借童谣之梯 引导低年级学生良好习惯的养成》
	2013.4	市第六届“京研杯”征文	《让童心 童真 童趣在写话中尽情流露——

		二等奖	低年级写话训练的探索与研究》
刘伯艳	2013.9	北京市基础教育课程教材 实验优秀论文三等奖	《积极心理学在学校心理健康教育中的应用 研究》
	2014.2	北京市少先队优秀论文二 等奖	《积极心理学在少先队“阳光心语行动”中的 应用于探索》
	2014.1	东城区第二十届教育科学 研究优秀论文	《积极心理学在学校心理健康教育中的应用 研究》

北京市教育科学规划课题成果公报