

(四) 学习策略—我的时间我来管

教学课题	我的时间我来管		
教学对象	小学二年级		
教学时间	40 分钟		
教学地点	教室		
教学方法	游戏、讨论		
教学目标	<p>1、通过活动让学生自己体验到可供利用的时间非常有限，从而形成珍惜时间的观念</p> <p>2、教会学生管理自己的时间，克服拖拖拉拉的坏习惯。</p>		
名称	目标	时间	内容
一、游戏热身	提高学习者身体的唤醒程度	5 分钟	<p>方法：</p> <p>1). 全体围坐成圈，座椅数与参加游戏的学生人数相同；</p> <p>2). 人手一张卡片，要求学生自己在卡片上写一种能在菜市场购买到的货物名（蔬菜、禽蛋、肉类、调味料等都可以）；</p> <p>3). 游戏开始时要求孩子们将卡片写有货物名的一面朝外举起，主持人在圈内慢步走，佯装逛菜市场；</p> <p>4). 孩子们齐声问“老板今天买什么？”，主持人回答“今天要买***（可以是大白菜、胡萝卜、土豆、盐等）”，凡是卡片上写着主持人要买的物品的孩子立刻起立排在主持人后面，一起逛菜市场；</p> <p>5). 当主持人回答“什么也不买”的时候，所有人（包括主持人）迅速找到一个座位坐下，由于主持人抢得一个座位，会有一位学生没有座位，未能及时抢到座位的孩子得到“奖励”，即表演一个小节目。</p> <p>（可以多玩几轮游戏之后请多位学生共同表演节目）</p>

<p>二、时间小纸条</p>	<p>让孩子们在动手的过程中体会可供使用的非常有限</p>	<p>5分钟</p>	<p>准备工作：在课程进行前一天或前一周，要求学生记录自己一周或一天的活动，并将每项活动所用时间记录在附件的表格中。</p> <p>课程开始时：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1). 教师课前用 A4 纸裁出长度相同的纸条发给学生，人手一个小纸条； 2). 活动时老师要求学生取出课前自己记录的一日时间安排，并向学生说明纸条就是我们一天中的 24 个小时，请学生按照自己在表格中记录的前一日或前一周活动用时情况回忆前一天睡觉、吃饭、洗漱、往返学校、写作业、等必须完成的活动用时，例如睡觉用去 10 个小时，就撕去纸条上 10/24 的部分，依此类推 3). 将以上活动所用时间全部撕去后，剩余时间即为孩子们可以自由支配的时间； 4). 请前后座的同学比较一下谁剩下的纸条最长，找到时间最充足的人。
<p>三、我的时间秘诀</p>	<p>讨论节约和高效运用时间的秘诀</p>	<p>10分钟</p>	<p>教师与学生共同讨论：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1). 为什么在时间纸条游戏中有些同学剩下的时间纸条比较长，而有些同学剩下的时间纸条比较短？ 2). 同学们有哪些节约时间的秘诀？ 3). 你想用节约出来的时间做什么？ <p>总结：教师总结同学们提出的时间秘籍</p>

四、管理时间	教会学生对自己每天要做的事按照重要性和紧急性分类	10	<p>学会管理自己的时间，首先应该学会对自己每天做的事情的轻重缓急做区分，紧急和重要的事情先做，不紧急不重要的事情后做或者在课间、路上、坐车时完成。</p> <p>请学生根据自己对前一周或一天活动情况的记录将每天需要做的事情按照重要性和紧急性分成四类：重要又紧急、重要但不紧急、不重要但紧急、不重要又不紧急并填入下表中。填表结束后全班一起分享。</p> <table border="1" data-bbox="687 719 1283 958"> <tr> <td data-bbox="687 719 882 837">重要性 紧急性</td> <td data-bbox="882 719 1070 837">重要</td> <td data-bbox="1070 719 1283 837">不重要</td> </tr> <tr> <td data-bbox="687 837 882 898">紧急</td> <td data-bbox="882 837 1070 898"></td> <td data-bbox="1070 837 1283 898"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="687 898 882 958">不紧急</td> <td data-bbox="882 898 1070 958"></td> <td data-bbox="1070 898 1283 958"></td> </tr> </table>	重要性 紧急性	重要	不重要	紧急			不紧急		
重要性 紧急性	重要	不重要										
紧急												
不紧急												
五、我的时间计划	总结布置作业为下次活动做准备	10分钟	<p>教师总结本次活动的收获：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 同学们自己总结出的时间秘籍（板书） 2. 老师事先准备好的时间管理策略（ppt 展示） <ol style="list-style-type: none"> 1) 有意识管理自己的时间 2) 每天晚上写下第二天要做的事 3) 区分轻重缓急 4) 制订合理的目标、完成期限和明确的标准 5) 排除干扰（整齐的桌面、安静的学习环境等） 6) 好好利用口袋时间 7) 准备好奖励卡 3. 展示时间管理表格实例，布置家庭作业，要求孩子们根据老师和同学们总结的时间管理秘笈，设计自己的时间管理表（可以是任何孩子们喜欢的形式）并在接下来的一周监督自己执行。下次课程大家一起分享自己的时间表和执行情况。 4. 每个时间计划都要有“家长的话”以便家长配合督促孩子共同完成计划执行。 									

附件一：一日生活记录：

活动	开始与结束时间	用了多长时间
睡觉		
洗漱		
早餐		
午餐		
晚餐		
路途		
写作业		
做家务		
发脾气		
发呆		
游戏		
打闹		
其它		
家长的话：		

这张表在课前发给孩子，让孩子们自己记录自己一天的活动，教师可以根据自己班级孩子日常活动情况增减表中项目，预留几行用于孩子们记录老师没有想到但是孩子们会做的活动。高年级孩子可以记录一周，低年级的孩子记录一天或两天即可。请家长对孩子们记录的一日时间运用情况做反馈并填在表中。

附件二：时间管理表格实例（见 ppt 文件）