

快乐游戏 体悟生命

——小学生后疫情下的生命教育团体辅导设计方案

浙江省嵊州市鹿山小学教育集团 叶华

【学情背景及理念】

庚子鼠年的这场新冠疫情，打乱了每个人的生活节奏，它不仅伤害人们的身体健康，而且给人们带来了巨大的心理冲击。小学生通过了电视、媒体等渠道了解到许多事迹，成百上千名患者的安危，牵动着亿万同胞的心，医务人员逆行武汉，拼力挽救生命，同时，对生命也有了一些初步的认知。

华东师大教育学系杜成宪教授认为“生命教育重在对生命的认知和体验。”而生命教育是建立在一定的生活经历和生命体验基础上的。面对缺乏生活经历和生命体验的小学生，教师该如何对小学生展开生命教育，提高实效，帮助学生获得生命成长呢？

针对小学生的年龄特点和童真天性，沉重的空洞的说教有时不能真正触及学生的心灵，一些凶险恐惧的极端急功近利的体验内容也会伤害孩子的身心，这样的教学往往会陷入误区。而通过几个轻松活泼的游戏，进行角色扮演，快乐活动，让学生在轻松愉悦的氛围中体验，快速获得生命体悟。在游戏中，给他们一个机会去体验；给他们一个集体去依靠；给他们一个榜样去模仿；给他们一个情境去疗伤；给他们一个出口去突围。本课堂立足于2个小游戏，让学生在游戏体验中层层深入，从自己的内心出发，真实、具体地谈自己对生命成长的感悟，无需老师一味地讲解。

【辅导目标】

1. 通过团体辅导，学生能学会关注自己的身心，对生命能有初步认知。
2. 通过游戏辅导，让孩子从不同角度去体验生命是脆弱的，随时都有被侵袭的可能，同时也是坚不可摧的。
3. 通过游戏辅导，让孩子在生活中时刻注意生命的安危，学会保护自己的生命，敬畏生命。

【辅导对象】

小学 4—6 年级

【活动准备】

1. 视频《重生》。
2. 根据游戏将孩子分成各个人数的小组。

【辅导过程】

一、团体热身阶段

1. (开场白) 2020 年春节，是一个不平凡的春节。新型冠状病毒爆发，也一直牵动着我们的心。我们通过电视、媒体等渠道学习防疫知识，了解冠状病毒，在加强自身健康的同时，也向奋战在疫情防控一线的医生们致敬，他们向武汉逆行，是他们挽救了无数条生命。

2. 关注自己的身心，《雨点变奏曲》。

让我们用身体碰撞发出的声音来演奏一曲《雨点变奏曲》吧！小雨，轻轻搓手；中雨，双手拍肩；大雨，双手用力鼓掌；暴雨，鼓掌又跺脚。

现在开始下小雨罗，小雨小雨，沙沙沙，沙沙沙；雨渐渐地越下越大，成了中雨，滴答滴答滴答，滴答滴答；雨越下越大，成了大雨，哗哗哗，哗哗哗；天公发怒了，狠狠地下起了暴雨，哗啦啦，哗啦啦，下得真过瘾。累了累了，歇歇了，暴雨变成了大雨，大雨变成了中雨，雨点跟我们开起了玩笑，一会儿大雨，一会儿小雨，一会儿又下暴雨。这回真的累了，暴雨变成了大雨，大雨变成了中雨，中雨又渐渐地变成了小雨，风停了，天放晴了，深呼吸，空气真好，心情也好！

【设计意图】热身游戏用轻松愉快的互动，调动学生的兴趣和积极性，并能关注自己的身体的每一部位，使自己的心情更好！

二、团体转换阶段

(引导语) 世上一切有生命的，都在按自己的生长规律在生长。花开花谢，一枯一荣，为了生存，万物都有它们各自的生活方式。

1. 观看视频《重生》

讨论感受：老鹰为了自己能更强壮，飞得更高，提高自己的寿命，经历了数月的艰难磨砺，终于长成能翱翔高空的雄鹰。

2. 观看配音幻灯片，绘本《小伤疤》

讨论感受：生命会裂开缺口，爱里却没有害怕，伤口总是会愈合，终如那消失不见的小伤疤。在孩子的成长过程中，有各种各样的小伤疤，最伤痛的莫过于亲人的离去。绘本中告诉了我们该怎样面对亲人的离开。

3. 谈谈你所知道的关于“生命”的话题。

【设计意图】生命可分为“肉体生命、社会生命和精神生命”三个维度，用直观形象的视频去感受生物界为了生存所付出的艰辛，感受生命的艰难和坚强。用儿童绘本《小伤疤》让孩子们去感受生与死，然后让学生的实际情况去以自身的生活体验和经历去谈谈他们眼中的“生命”意义。从学情出发，引导学生对生命的特点和规律、生命的关系以及生命的价值和意义等问题作初步的了解。

三、团体工作阶段：

（一）游戏一《鸡蛋、小鸡、母鸡》（体验成长的不易）

1. 小游戏《鸡蛋、小鸡、母鸡》，游戏规则：第一轮，全体队员都是鸡蛋，全蹲，然后进行石头剪子布，赢的鸡蛋“长”成小鸡，半蹲，输的还是鸡蛋。第二轮，鸡蛋跟鸡蛋石头剪子布，小鸡跟小鸡石头剪子布，赢的鸡蛋长成小鸡，半蹲，赢的小鸡“长”成母鸡，直立，输的鸡蛋还是鸡蛋，输的小鸡还是小鸡。第三轮，母鸡成功晋级，输的小鸡、鸡蛋继续成长。

2. 交流感受。

当我长成小鸡时，感受到（ ）；

当我长长母鸡时，感受到（ ）；

当我还是鸡蛋是，感受到（ ）。

总结：成长的道路并不是一帆风顺的，是多么的艰难呀！

【设计意图】一个小小的游戏，在轻松愉悦的氛围中，学生却能感悟到深刻的道理，明白成长的艰辛，让学生从自己的内心出发，真实具体地谈自己对生命成长的感悟，无需老师一味地讲解。

（二）游戏二《新老鹰捉小鸡》（不同角度体验生命珍贵）

第一轮：

1. 把队员分成3人为一组若干组。一人为老鹰，一人为母鸡，一人为小鸡，进行老鹰捉小鸡游戏。等老鹰捉到了小鸡后，再互相轮流交换角色体验。

2. 学生轮流体验老鹰、小鸡、母鸡，交流感受。

当你扮演老鹰时，感受（ ）；

当你扮演小鸡时，感觉（ ）；

当你扮演母鸡时，感受（ ）。

学生一：在扮演老鹰时，我感受到了力量，它让我去主动出击，不知疲倦。

学生二：我扮演母鸡的角色，我觉得我的责任很大。面对老鹰的进攻时，我很紧张，但是也很兴奋，我觉得我有力量去保护小鸡。可是最终还是被老鹰强行突破，把小鸡给抓走了。那一刻，我感觉自己特别失败，觉得自己身体里的力量一下子被抽光了。

学生三：扮演小鸡时，我忽然就觉得自己弱了下来，浑身肌肉紧绷，小心地躲在母鸡的背后，生怕一不留神就被抓住了。后来，我做小鸡时，躲在母鸡的身后，我看到老鹰来抓我，母鸡快抵挡不住的时候，就自己跑到一边去了，离老鹰远远的，然后，看到老鹰离开了，我又赶紧跑到母鸡身后。我觉得，虽然我是一只小鸡，我没有攻击和防御的能力，但是我有逃命的本领，也是很不错的，我不能只依靠母鸡，关键时候，还是得靠自己。

【设计意图】

在这一轮游戏中，学生担任老鹰、母鸡、小鸡等不同角色，从不同角度去体验，从老鹰角度体验生命面临的危险是如此的凶猛、强大；从母鸡角度体验到为了保护生命在所不惜，生命的可贵；从小鸡角度体验到生命是如此的脆弱，时刻面临着死亡，应竭力保护好自身，并做到自身的强大、勇敢。这样，对生命有了全方位感性的认知。

第二轮：

1. 把队员分成 15 人为老鹰团队，15 人为母鸡团队，15 人为小鸡团队。进行团队间的老鹰捉小鸡游戏。

2. 当你在老鹰团队时，感受（ ）；

当你在小鸡团队时，感觉（ ）；

当你在母鸡团队时，感受（ ）。

我是母鸡一组的。我们的战略是四人围成一圈，把小鸡们围起来，不让老鹰有机会进入。可是后来发现老鹰太聪明了，他们并不是分散进攻，而是集中起来

进攻我俩之间，我们的队形被打乱了，一只小鸡被抓走了。后来我们改变策略，2人一组，其中2人在外围流动阻击，另外两人在内圈防御，将小鸡们集中起来，不让他们单独行动。这样的防御效果果然比先前要好很多，坚持得也久了。通过体验挫折和失败的痛苦，来减轻现实中害怕的程度，最终获得战胜恐惧的愉悦。

3. 总结提升。玩了《老鹰捉小鸡》，此时的你，想说些什么？

【设计意图】第二轮的《老鹰捉小鸡》，主要是进行团队的互动，让学生感受到人不是孤零零的，有一定集体，感受人间的温情，体验生命的真善美，从而尊重生命，敬畏生命。对于前一轮有了更深入地探讨，亲身体验，真切感悟。

四、团体结束阶段

1. 听歌曲《飞得更高》第一段。

2. 生命就像一场旅程，虽然人不能决定他的开始和结束，但是人能丰富旅途的过程。人除了在人生旅途中享受沿途的风光，还可以为沿途风景做出贡献，并且与旅途中各阶段的伙伴互相帮助，一起愉快地完成这个旅程。