

清单的妙用

——综合实践活动课堂教学设计

执教：姜曙

磨课：王鑫沂、芦丹、史敏霞

【教学背景】

在当前的教育环境中，我们不难发现，许多学生在自我规划和自我管理的能力上存在不足。他们往往不擅长合理安排和分配时间，自我控制能力较差，容易在一项任务未完成时就被其他事物吸引，导致学习和生活显得杂乱无章，缺乏条理。这种现状不仅影响了学生的学习效率，也限制了他们个人潜能的充分发挥。与此同时，社会对于具备良好自我规划和执行能力的人才需求日益增长，因此，培养学生的这些能力显得尤为迫切。

美国著名管理学大师史蒂芬·柯维在其著作《高效能人士的七个习惯》中强调了清单的重要性。他认为，清单是时间管理的关键工具之一，可以帮助人们更好地组织和规划自己的时间和任务。通过列出清单，人们可以清晰地看到自己需要完成的任务，并按照优先级进行排序和执行。这有助于减少拖延和混乱，提高工作效率和自我管理能力。同时，清单还可以帮助人们跟踪任务的进度和完成情况，及时调整计划和策略，以确保任务的顺利完成。

因此，在本教学设计中，引导学生认识和使用任务清单这一工具，旨在帮助他们提高时间管理能力和学习效率。

【学情分析】

四年级的学生正处于从具体操作阶段向形式操作阶段过渡的关键时期。这一时期的学生开始具备初步的逻辑思维能力和问题解决能力，但仍需通过具体的实践活动来加深理解和应用。

在时间管理和任务规划方面，四年级学生已经能够理解基本的时间概念，如小时、分钟等，并能够进行简单的时间计算。然而，他们在实际应用这些知识来规划和管理自己的时间方面可能还存在一定的困难。他们可能尚未形成良好的时间管理习惯，容易受到外界干扰而分散注意力，导致任务完成效率不高。

此外，四年级学生对于清单这一工具可能并不熟悉。他们可能在日常生活中偶尔使用过购物清单或作业清单，但并未深入理解清单在组织和规划方面的重要作用。因此，在本教学设计中，通过一系列与清单相关的活动，旨在帮助学生认

识并掌握清单这一有效的时间管理工具，提高他们的自我管理能力和学习效率。

【活动目标】

价值体认：学生通过亲身经历各项活动，体验、体悟、体认“清单”，获得关于创新思维、合作精神及组织规划的积极意义的价值体验。

责任担当：学生在自主探究和合作交流中，体现积极参与活动的意愿。

问题解决：学会围绕“清单的妙用”的主题，分析问题，解决问题。学习用清单，合理规划时间和事件。

创意物化：学会根据具体情况，设计形式多样的“清单”。

【活动重难点】

重点：认识清单及其作用。

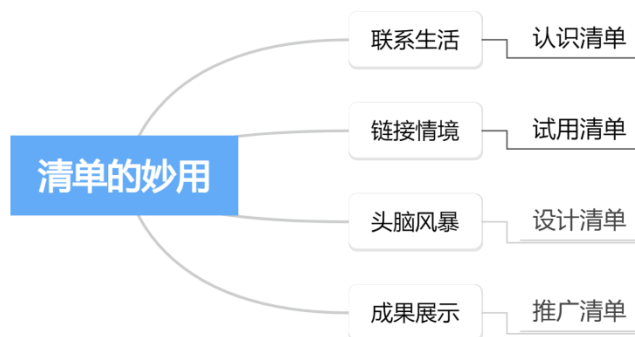
难点：根据具体情况，设计形式多样的“清单”。

【活动准备】

课件、文具、板书、学习单等

【活动流程】

为深刻理解史蒂芬·柯维对“清单”的相关论述，本课设计了以下活动过程。



【活动过程】

视频导入

1 观看假期最后一天补作业视频，思考交流：他们为什么来不及？（预设：先做了别的事，没有规划好）

2 提问：想一个办法规划自己的时间（生：列计划、计时）

【设计意图：通过观看假期最后一天补作业的视频，引发学生对时间管理和规划的思考。引导学生认识到没有提前规划可能导致的紧张和压力，从而理解制定计划的重要性。这一环节旨在激发学生的兴趣，为后续的活动打下基础。】

活动一：联系生活，认识清单

1 师：清单就是一个制定计划的好工具。它是详细记录项目的单子。人们利用它来记住重要的事情。

2 交流：什么时候用到了清单？（预设：工作、购物、课程表、作业记载）

3 出示清单样例，学生交流发现：可以写字、画画

【设计意图：通过交流和展示，让学生了解清单在生活中的应用，如购物、工作等场景。鼓励学生发挥创意，制作自己的清单，培养他们的组织能力和条理性。同时，通过分享和讨论，让学生学会从他人的经验中学习和借鉴。】

活动二：链接情境，试用清单

活动规则：

①小组合作，选择一个场景，讨论要做的事。

②排一排，说一说理由。

（场景 1 社会实践购物、场景 2 放学后活动）

1 汇报中小结：有序排列、重点突出（☆）、因人而异

2 完善自己的清单

3 各组清单展出

【设计意图：通过小组合作和讨论，让学生在实践中体验清单的运用。培养学生的团队合作能力和沟通能力，同时让他们学会如何根据不同情境制定合适的清单。这一环节旨在让学生将所学知识应用到实际生活中，提高他们的问题解决能力。】

活动三：头脑风暴，设计清单

1 老师已经把大家的想法收集起来，请组长来抽取。

情境一：周日在家，小红准备整理自己脏乱的卧室，无从下手。请你们为她设计一份劳动清单。

情境二：假期，小丽准备和父母去宜兴竹海游玩，但是作业没做完，请你们帮她设计一份一日清单。

情境三：小明放学后想看动画片、踢足球、画画等。为了保证作业质量和休息时间，请你们帮他设计一份放学后活动清单。

情境四：运动打卡周。小明需要练习跳绳、游泳、篮球，平时也喜欢散步、

骑自行车等。请你们帮他设计运动打卡周清单，要求每日运动项目各有不同。

2 出示不同样式的清单

3 你想设计怎样的清单呢？根据你们抽取的情境，开启你们的奇思妙想吧！

【设计意图：通过不同情境的设计，激发学生的创造力和想象力。培养学生的问题解决能力，让他们学会根据具体需求制定有效的清单。同时，通过小组合作和讨论，让学生学会倾听他人的意见，并从中获取灵感。】

活动四：成果展示，推广清单

1 展示本小组制作的清单

2 探讨该清单的优点、缺点

3 提问这份清单可以推荐给谁，及其原因

【设计意图：通过展示和评价，鼓励学生分享经验，提升自我管理能力和学生学会欣赏他人的优点，并从他人的清单中获得灵感和启示。同时，通过互评和反馈，让学生学会客观地评价自己和他人的作品，提高他们的批判性思维能力。】

拓展延伸

电子清单介绍视频

【设计意图：引导学生下载相关的应用程序或使用在线工具，让学生体验电子清单的便捷性和实用性。同时，鼓励学生探索电子清单的高级功能，如设置提醒、同步到云端等，以提高他们的数字素养和信息管理能力。】

活动总结

通过今天的学习，同学们认识了清单的妙处，也学习制作了合适的清单。对于四年级的我们来说，用好清单能帮助我们合理规划时间和事件，也能帮助我们分析、解决复杂任务，提高我们的自控、自律能力。希望同学们在课后继续发挥创造力，设计和推广清单，让清单成为我们和身边人生活的好帮手！

【板书设计】

