

<<中小学生SOS>>

图书基本信息

书名：<<中小学生SOS>>

13位ISBN编号：9787506421362

10位ISBN编号：7506421364

出版时间：2002-3

出版时间：中国纺织出版社

作者：荒井益子

译者：杨廷梓

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## 内容概要

“日本全国养护教师联谊会”成立于1970年。

该联谊会以“保护青少年健康成长”为宗旨，每年一次轮流在各地举办研讨会，相互交流、探讨养护保健的实践经验和研究成果。

“在青少年身体和心理健康问题愈加严峻的形势下，总结各地区的实际情况和贴近青少年健康教育的实践，向教师、家庭、社会提出青少年成长中遇到的各种问题，以期得到广泛的社会共鸣。

”基于此目的，中国纺织出版社引进本书，希望能对致力于培养孩子健康成长的读者有所启示和借鉴。

。

## &lt;&lt;中小學生SOS&gt;&gt;

## 書籍目錄

第一部分 小学生SOS 地区携手共创“孩子们的世纪” 日本体育大学 正木健雄第一章 现代小学生身心的烦恼 荒井益子(立川市小学养护教师)1. 环境病——过敏症状的变化与过敏人数增加——帮助孩子抗过敏 过敏性反应危及生命——掌握食物过敏知识 运动诱发性食物过敏 全体教职员工、家长、地区要交流信息 特应性皮炎形成斑秃而不能上学——母亲理解 哮喘也想跑步、登山——做腹式呼吸和哮喘体操 正确理解哮喘 在学校做腹式呼吸、哮喘体操就可以爬山了 抱土拨鼠肿眼睛——检查床上过敏 游泳池里游泳导致接触性皮炎发作——开设温水淋浴 花粉过敏痛苦得要把鼻子拿掉——改变生活方式 2. 化学物质过敏症群体出现——地区携手保护孩子 小区和学校改建、装修孩子们出现异常 地区医生、医务所协助学校查体 解决化学物质过敏, 家长、学校、医疗单位以及地区 社区必须联手 3. 生活没规律, 易患“轻微感冒” 用早餐治感冒 经常因感冒不上学的孩子大多不吃早餐 为了健康要活动、吃早餐 建立正常“生活规律”, 流感停课现象不存在 班级停课打乱学生的生活规律 与地区携手, 开展了“正常生活规律”活动 孩子们的眼睛炯炯有神, 班级已不再停课 从调查生活状况入手, 掌握孩子们的生活规律 有效利用假期生活实况调查 全体家长会议听取对“正常生活规律”工作的反馈意见 取得教职员工的共识和家长、地区等的协助, 扩展工作范围 4. 建立保健室、小学、中学、地区四级保障体制 姿势反映身体、心理状态 脖子前伸、驼背的孩子 爱改变人的姿态 用“姿势卡片”判断自己的身体和心理状态 没有体力支持高大身躯的“地墩子” 孩子的视力反映生活规律 眼睛是身体的一部分 孩子的视力没关系吗 采用验光仪正确指导 改变生活, 恢复视力 孩子、老师、医生都不能恢复的视力 “戴眼镜好” 视力检查和验光仪检查并用 日常生活中早发现, 早治疗 心灵受伤害的孩子们 敞开沉默不语的转校生的心扉——从保健室上学开始 从关西转来的一年级学生首先在保健室上课 只有非常喜欢的手上课才去教室上 第一次说话——“要背‘小九九’” 与小朋友接触多了竟要求去教室上课 学校生活能提高孩子们的交际能力 帮助成长的朋友们 发卡掩盖受虐待心理压力痕迹——与中学联系 想干什么就干什么会打破生活规律 头发上别发卡的含义——开始上中学了 对紧张状态的孩子要深入观察, 充分理解 养护教师和学校、地区各部门联合避免缺课 逃学孩子的沉默 班主任和养护教师共同鼓励 全学校都来做工作 和地区各部门携手 要全身心地培养孩子——这棵正在发育的幼芽 ……第二部分 初中生、高中生SOS 与进代宠儿共勉 大东文化大海陆空 村山士郎结束语 林 洋子(高中养护教师)

……

## 章节摘录

书摘 “M同学的母亲是不是来过您这?虽然M同学还不是很稳重,但在早上的集会小动作少多了。不像以前那样经常地打别人一下,或者干脆坐下。她姐姐和其他人都关心她,白天让她到外边玩,晚上让她早睡。家里人放心多了。

”姿势的问题成了家长会的话题。甚至说:“现在的孩子不能蹲着听讲话。蹲下时,脚跟抬起,脚尖着地,坚持不多久,就得倒下来。让他们并排坚持一会儿,马上就要靠点什么。可能是脚腕太僵硬了,要么就是平衡功能太差,恐怕今后连日本传统的蹲着解手的方式也不会用了。”议论纷纷。

总之,在电车里、车站、路上都能看得见年轻人坐在地上。本来具有牛命活力的年轻人还不如老年人,只能坐不会站。现在的年轻人已经成了“地墩子”,身体块头很大,肌肉却不发达。

通过养成正确的身体姿态活动,使孩子们的脊柱挺直,成为能健步行走的一代。因此,大家呼吁父母、学校、地区应为体重和身高都在迅猛地增长的孩子们做点什么工作,正确的身体姿态的养成是一个非常重要的事情。但是人们还没有意识到它的重要性,整形外科候诊室里的人开玩笑说,八小等学校搞的正确姿态养成,实际上搞不搞都行。

”2.如果在某些方面有保障,儿童们就能自己培育自己“保健室是身体的城堡”在学校里,听取儿童身体呼声的保健室,总是向儿童们开放着,在这里重要的是向儿童传达保健知识,保健室要研究身体这门学问,作为培育场所要把自己位置摆正,必须重视养护教师的工作,这是保证儿童身体的地方,应该面向儿童,打开这个窗口,养护教师要关心儿童,要用正确观点对待儿童,保健室要研究并学习儿童的身体具备培育场的机能。

新的一年来到了学校,保健室老师对来的同学说:“你身体痛,情绪不好,什么时候来都可以。心痛可以来,被人欺负感到难过,被家里人批评,心情沉重时,此外,苦闷要发泄时也可以来,而且要准备好换洗的衣服。

想知道身体构造时,有书,也有骨骼标本,还有脑模型。也可以一起学习身体的构造。

想知道自己长得怎么样时,有量身高的,也有量体重的,也有测视力的,都可以来检查。

”以上是保健室介绍的情况。

“啊!保健室是咱们的城堡!”大家这样欢呼着。

保健室向一年级学生介绍后不到一周,有一个儿童来到保健室说:“因为忘带了,请借条运动裤

。”还有一个儿童捂着胸部来说:“心痛!请给我看看!”这些儿童对学校生活很不习惯。总是要提出自己的要求,应该向一年级学生介绍保健室的作(用),使他们感到很开心“保健室”是向大家开放的,这是它担负的任务,“它向孩子们传达信息,直接与孩子们对话,或者介绍‘保健信息’。”

在保健室里,儿童们仔细听取对身体的解说,自己是自己身体的主人公,要培养自立能力,使之有很大发展,不但养护老师,全体员工都要为挖掘儿童潜力而努力。

与此同时,为一厂充分完成保健室的任务,在硬件方面和设施设备方面都要加以整顿。宝冢市建立健全保健室已经二十多年了(详细见《养护教师的创造与实践》若本书店)。

其中带有床位的休养室独立出来了,可以确保养病的空间,这是一个划时代的创举。

“疲劳”、“头痛”、“腹痛”都可来保健室,虽然他们的症状内容不一样。

诉说“头痛”时,体温高,可在床-上休息,也可以在沙发和床垫子上休息。

## &lt;&lt;中小学生SOS&gt;&gt;

这时都要请养护老师直接看一看，他们都强烈要求能看护自己。

在沙发和床垫上不一会就休息好了。

在养护老师的招呼下，摸抚下，随便交谈，很快地就恢复过来了。

这些孩子都是无意识中，躺在沙发和床垫子上。

我们学校是一所实业高中，因其盛行社团活动而在全县颇有名气。

运动社团的练习，通常要到七八点才结束，早一些的也要到六点钟，有一些社团则更晚，甚至周末也要练习。

强度大的一些社团，还经常举行远足活动。

这些繁重的练习并不是社团自加压力。

因为这些社团每年都要代表本县参加各类运动会，县里不但对于这些社团寄予厚望，甚至还因此影响到对待各校的政策。

所以各社团的顾问们所承受期望和压力非同寻常。

近年来，高中学生与运动社团越来越疏远。

高中生们因为运动社团的活动艰苦，大都不愿意参加。

因此各社团的顾问为了招募成员而大张旗鼓，不断地奔波来往于各校之间。

社团通常招徕成员的方法是由高中社团招募的优秀成员可推荐升入本校，一般推荐人学的学生占到本社成员的百分之三十。

在我们学校的实际情况中，社团推荐占了相当大的比重。

明年预计增加到百分之五十，这对社团活动将起到极大的促进作用。

也正因为如此，学生们往往以社团活动作为生活的中心，上课时间反而成了休息时间。

推荐入学，安逸之选 男生S，自小体弱，在母亲的建议下从小学四年级开始到道场学习柔道。

进入初中后，出于对柔道水平的自信，S毫不犹豫地加入了柔道社团。

其实S算不上一个十分听话的学生，他有时在朋友家过夜、抽烟喝酒，甚至深夜不归，因而接受辅导教育。

S本身真心热爱柔道，初中阶段能按照自己的想法训练，心情比较愉快。

初中三年级的夏天，是必须认真考虑将来出路的时候了。

起初S想进入普通高中C校继续学习。

而初中三年级的班主任则建议他：“如果去C高中的话，你就不能再进行社团活动。

而A高中可以进行社团推荐，你不如去A高中继续练习柔道，好好锻炼吧！”S的父母从事建筑相关行业的工作，听说S可以得到推荐，进入A高中的建筑科，对此事十分感兴趣+S本人在此之前曾经认真地备考复习，但想到如被社团推荐，入学不过是板上钉钉的事，所以选择了进入A校学习，毕竟逃离繁重的备考复习，轻松入校不失为安逸之选。

然而实际情况中，这些因社团推荐而入学的学生，往往无法主动提出离开社团。

虽然他们与社团没有签约，但是他们大多担心初中的学弟们因为自己的退出将来会失去推荐入学的机会，还有的担心自己的主动退出会被视为忘恩之举，这样的心理负担是他们不敢主动退出社团的根本原因。

退出无门，丧失信心 这样，S顺利地升入了A高中，在入学前的春假时，就已经和A高中的高年级学生一起训练了。

S入学后，发觉A校的社团活动和他想象中的有很大不同。

训练以顾问为中心，练习内容和时间的安排都很严格，新老生之间更像是等级森严的上下级关系。

刚入学时，S怀着紧张的心情，坚持参加社团的活动。

但是，高强度的训练，早上有早锻炼，星期日也没有休息，使得S即使回家倒头就睡，也无法即时缓解疲劳。

自6月份起，S开始感觉到呼吸困难、体虚，午休时还会出现低烧，有时不得不提前回家。

然而，一旦S没有参加社团的活动，就会被老生注意到，他们有时还会打电话到S家，提醒他第二天一定要参加训练。

有时高年级学生还会瞒着社团顾问，还以“不能容忍今年的一年级学生偷懒”为借口进行惩罚性训练

## &lt;&lt;中小学生SOS&gt;&gt;

长此以往，S对社团活动的抵触情绪日益强烈。

这时每当他看到没参加社团的同学时，一种妒忌心情油然而生，他觉得如果没有社团活动，生活该有多么幸福。

“好吧，干脆直接和顾问说我不想干了！”S终于做出决定，在极度的恐惧和紧张中向教职员办公室走去。

尽管S自己也知道不会轻而易举地被批准退出社团，但一见面，不等S把话说完，社团顾问就说，由社团推荐入学的学生，不可能退出社团，并且鼓励S说，他柔道技术很好，对柔道的感觉也很不错，将来很有希望。

于是这次谈话就被顾问的一句“再好好考虑一个星期吧”画上了句号。

然而S内心想退出社团的念头却丝毫没有改变。

不到一个星期，可能是顾问跟S小学时的柔道教练取得了联系，教练打来电话，说要见面和S谈谈社团的事。

面谈之后，表面上看似乎教练真的说服了S，继续留在社团内。

而实际情况恰恰相反，S其实害怕，如果仍就坚持要退出社团，也许会遭到老师的打骂，于是不得不嘴上答应道：“我会努力的！”自此以后，S意识到想要退出社团的念头将永远成为一个幻想，绝望无助，心情跌到谷底。

夜游打工，排解压力 在烦闷的情绪包围之中，S开始和朋友们一起深夜游荡；有时还夜不归宿，试图以此来舒解压力。

从9月份开始，S只参加固一的较轻松的训练，其他时间或者缺席早退、或者旷课，周末的训练也从不参加。

他希望能通过这样的行为，迫使顾问主动要求他退出社团。

然而不管他怎样逃避训练，顾问却始终不提这件事。

一年级第三学期，S在一家牛排馆，碰见在那打工的学长K。

K和S是同一初中的校友，现在又同在A校读书。

两人谈得很投缘，S就经常到那家牛排馆上。

后来应K的邀请，S也开始在牛排馆打起工来。

这时S对训练还是二天打鱼，两天晒网。

偶尔参加训练时，就会被高年级的学生故意地摔来摔去，S觉得只有在打工的地方，和同伴们聊聊天，谈谈参加社团的辛酸和校园的无聊琐事，或是和学长一起去开车兜风，才能一扫白天的种种不快。

.....

媒体关注与评论

结束语林 洋子(高中养护教师) 作为文教部的外围团体的日本青少年研究所, 5月13日发表了《关于21世纪梦想的调查》。

据此, 将日本初高中学生与中国、美国、韩国做了比较, 调查的结果是: 日本对21世纪的期待很淡薄, 缺乏远大理想。

我们这些每天与高中生接触的人, 对此也表示理解。

丧失自信, 在找不到自己位置的日日夜夜里, 当然, 就缺乏对未来的信心。

叫学生体会不到学习乐趣的学校, 就是一个令人心情不愉快、缺乏人与人关系的学校, 抑制人的个性的不自由学校, 成为一个比任何地方都不招人喜欢的地方。

现在的学校, 把学生搞得七零八散, 选择单位没有自由。

在此背景下, 发生了体罚死、被虐待、枪刀事件、援助交际等问题。

随着学习指导要领的改变, 日本开始实行了为个别人服务的英才(尖子)教育。

这种改变可以说是剥夺了绝大多数人的学习义务和权利, 以及未来的希望。

其根本原因是日本社会制度与教育制度有很大弊端造成的。

从整体上看, 以上列举的虽是少数养护教师和其他教师、保护者、医疗关系方面和专家的实践报告。

但是这些报告, 有一定的代表性。

因此, 解决学生的不安和苦恼的问题, 要有行政和学校方面的参与。

希望行政和学校当局应该认真研究这一课题。

### 编辑推荐

中小学生尚未进入社会又难以脱离社会，来自社会的、校园的、家庭的侵扰和困惑，来自生活的、心理的、情感的烦恼与焦虑都可能对稚嫩的孩子造成致命的打击。

本书是来自日本的心理养护教师的经验总结，告诉家长和学校如何看出、应对孩子们的SOS.

#### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>