

二、统计分析；采用 Excel 表对资料进行百分比率统计 三、结果

(一)调查 100 名视力下降的青少年，其中近视为 80 例，占 80%。其中低度近视 98 只眼，中度近视 54 只眼，高度近视 4 只眼。其余 0% 为远视，散光，弱视及眼部疾病。

(二)引起近视各方面因素分析

遗传因素：通常认为遗传因素是近视尤其是高度近视形成因素之一。在调查的 80 例近视青少年中家长有近视的为 58 人，故说明遗传对形成近视影响较为显著。

坐姿及握笔姿势：在调查的 80 例近视青少年中坐姿及写作业姿势不正确者为 32 人，占 40%。

电子产品：在调查的 80 例近视青少年中连续玩手机或 Ipad 超过 1 小时者为 57 人，占 71.25%，而看电视超过 1 小时者为 21 人，占 26.25%，远远低于手机或 Ipad。手机或 Ipad 已经取代电视成为青少年主要娱乐方式。

写作业时间：在调查的 80 例近视青少年中连续写作业超过 1 小时者为 73 人，占 78.75%。

膳食习惯：在调查的 80 例近视青少年中有挑食习惯的为 50 人，占 62.5%。大多数青少年有挑食习惯，且偏爱甜食，影响身体中微量元素的摄取吸收。

四、讨论

当今我国青少年的视力现状不容乐观，据统计我国是世界上近视眼人数最多的国家，近视发病率约为 33%，是世界平均水平的 1.5 倍^[1]。我们调查显示，引起青少年视力下降的原因是多样的，其中 80% 为近视，除近视外其余 20% 为远视，散光，弱视及眼部疾病。一些先天性疾病可能导致视力低下，如先天

性白内障、先天性青光眼、先天性上睑下垂等，尽管在影响视力的成因中为极小的一部分，但是不早期治疗将严重影响视力。

青少年近视的形成与多因素相关，其中遗传占着重要因素。不良的用眼习惯与近视的形成有着密切的联系，坐姿及握笔姿势不正确、连续玩手机或 Ipad、看电视过久、写作业时间过长，分别占到了 40%、71.25%、26.25%、78.75%。从中可以看出，长时间近距离用眼是近视发生的主要原因之一。最近研究发现增加户外活动，进行阳光照射，是预防近视发生的独立因素。加强户外活动是防治近视眼的关键^[2]。我们调查发现视力下降者中户外活动小于 2 小时者占 55%。膳食习惯也是影响青少年视力的原因之一，我们调查发现视力下降者中挑食 62.5%，且偏爱甜食，影响身体中微量元素的摄取吸收，从而导致眼轴容易增长，近视度数的增加。

近视是影响视力的重要原因，青少年近视防控刻不容缓，是关系到我们身体健康的主要因素之一，我们应该从小养成正确的学习方式，改掉错误的饮食习惯和娱乐方式，减少作业负担，增加户外活动时间，形成健康生活方式。

参考文献：

- [1]李华.青少年近视的发病率调查及原因分析[J].医学信息,2012(6):334-335
- [2]徐亮.加强户外活动是防治近视眼的关键[J].眼科,2012(1):1-2

作者简介：

孙林洁(2001-)，女，河北邯郸市人，邯郸市第三中学高三学生。

教育督导工作是提高高校教育管理质量的关键

高与浠

(陕西学前师范学院 陕西 西安 710100)

【摘要】根据实际的情况分析可知，提高教育管理质量始终都是高校教育的关键所在，从这一个方面可以非常明确的看出，提高教育管理质量一直都是高校教育管理当中最为重要的管理任务，因此这样也就非常明确的表明了有关学校工作人员应当全面重视高校教育管理质量的提升工作。针对于提高高校教育管理的质量来讲，最为重要的一点便是切实做好教育督导工作，因为完善的督导体制，将是提升高校教育管理质量的关键所在。

【关键词】教育督导 高校教育 管理质量 相应措施

【中图分类号】G64

【文献标识码】A

随着当前高校教育管理的不断发展，相应的教育督导在提升高校教育管理质量的工作方面发挥着越来越重要的作用。教育督导可以较为科学的规范整个高校的教学过程、不断的推动教学改革，最终切实的提升教师的素质以及教学质量。通过大量的实践，证明了一套完善的教育督导制度将会从全方位上调动高校的教育管理工作，最终使得高校的教育管理工作始终都不断的处于一个稳定的状态，不仅如此，其还可以极好的强化质量管理当中的学术权利管理，最终在提高高校教育管理质量的过程中发挥着关键而又积极的作用。

一、教育督导工作对于高校教育管理质量提升的意义所在

根据当前情况下的实际形式分析可知，教育督导工作对于高校教育管理质量的提升工作非常具有现实意义，因为教育质量始终都是高校教育的生命线，同时也是高校教育赖以生存的根本所在。但是随着教育制度的不断改革，目前的教学情况已经出现了较为严重问题，这样的问题主要就是其给高校教育教学和人才培养工作带来了更大的压力，同时也给高校的教育质量管理带来了全新的冲击，最终使得整个高效教育管理质量始终都是处于不稳定的状态。之所以出现上面的这些问题，主要原因就是因为近年来，高等学校的连续扩展所导致的，虽然说这在某一种程度上也是高等学校发展的重要契机，但是实际却是机会与挑战并存的。

从另一个方面来讲，在当前教育新形势下开展相应的教育督导工作对于提高高校教育管理质量来讲是具有非常重要

【文章编号】2095-3089(2019)01-0173-02

的现实意义的。因为分析教学督导工作的人员工作情况我们可以非常明确的发现，这个群体在整体上是一个非常特殊又非常重要的群体，这些人群大部分都是从事教育管理工作的，他们自身拥有着非常丰富的工作经验，同时还比较熟练的指导高效教育管理工作的相应内容，较高的学识以及权威都是其所具备的，通过这样一系列的分析，我们就可以明白教育督导工作人员所开展的教育督导工作，将会切实的以教学督导体制的形式科学的建立起来，最终在整个教育管理质量的提升过程中发挥重要作用。

二、全面提升高校教育管理质量的教育督导措施分析

(一)首先要从思想层面上加强对教育督导的研究认知

针对于高校教育管理质量的提升工作来讲，最为重要的便是通过教育督导工作展开相应地研究，正是因为如此，也就表明了要想切实的提升高校教育管理的质量，那么最为重要的就是要强化对教育督导工作的研究认知，因为这样才能使得高等教育的管理质量能够得到不断的发展调整，最终使得规范性的教育管理体系得以建立。落实到具体的工作层面上来讲，相关的高校部门应当适当的管理工作的触角延伸到教学督导工作之中，将整个工作的范围切实有效的扩大起来，全面的扩大工作范围和深度，在整个教学督导过程中，需要形成高层次、多视角的模式，通过这样的模式从而展开全方位的教育管理质量提升工作，最终规范教育管理的行为，一旦整个教育管理的行为得到了规范之后，最终的教育管理质量也就切实的提升了。

(二)应当更加全面的提升教育督导工作人员的素质

就整个教育督导工作来讲，教育督导工作的权威并不是一种强制性的权威，这也就表明了，要想使得教育督导工作能够更加顺利的开展下去，那么也就必须要全面的提升督导工作人员的素质，这样才能提升他们的影响力，最终使得教育督导工作正常的发挥出相应的作用。落实到具体的实施策略上来讲，有关的高效管理工作者，应当积极的吸收教育一线经验丰富的教育督导工作者，从而全面的建立起动态的督导专家库。除此之外，相应的高校还应当结合实际的需要，通过聘任制的形式，充分的结合学科以及专业的实际情况，完善建立一支多元化、结构合理的教育督导队伍，只有通过这样的手段，才能真正有效的保证教育督导工作所发挥出的作用始终都是正面积极的，最终使得高校教育管理水平被科学提升。

结束语

通过上文的浅要描述可知，教育督导工作对于高校教育管理质量的提升工作来讲非常重要，因此有关高校工作部门应当对此引起全面的重视。当开展实际的工作时，有关高校应当首先弄清楚高校教育督导工作的意义以及概念，之后立足意义和概念的设置科学的措施，需要注意的是，文章所列举的措施只是通常情况下的，有关高校部门可以展开借鉴，但是实际的措施仍然还是需要结合自身的情况展开制定，相信通过这样的方式，一定可以全面高效的提升高校的教育管理水平。

参考文献：

[1]周光礼,薛欣欣.改革开放40年中国教育督导制度回顾与展望[J].湖南科技大学学报(社会科学版),2018(05):109-118.

[2]焦后海.新时代下关于完善我国现代职业教育制度的探索[J].高等职业教育探索,2018(04):6-12.

培养良好心理品质，生成美感灵动课堂 ——浅谈心理引导在课堂教学中的作用

米晓萍

(甘肃省兰州市第十八中学 甘肃 兰州 730000)

【摘要】近几年来，随着我国对教育事业重视度逐渐变得越来越高，很多新奇的教学方法也被运用到教育事业中，以使达到培养学生的能力、提高学生的素养的目的。在高中政治课堂中可以加入心理学的技巧，引导学生逐渐加强思想政治教育，提高政治素养。利用心理引导的方法进行教学可以体现出教师细腻的情感，升华学生的思想，净化学生心灵。本文接下来将进行对心理引导之于课堂教育的研究。

【关键词】心理品质 心理引导 课堂教学

【中图分类号】G633.2

【文献标识码】A

引言

提起高中政治课堂，难免想起的感受就是枯燥与乏味。因为高中政治大部分都是理论知识，理论相对于实践和图示讲解来说，本身就是没有过多趣味的。所以想要使政治课堂变得生动有趣味，就要进行简单的“加工”，也就是在旧式的课堂中添加新的元素和方法。例如将心理学的个别方法加入到课堂教育中。本文接下来将对心理引导对课堂教育的作用进行分析讨论。

一、什么是“心理引导”

文中所提到的“心理引导”，其实是心理学上常用的一种方法。“心理引导”是通过运用缓慢、含蓄的一种方式对引导对象进行暗示，常常需要心理科学理论作为基础。心理引导就如航海途中的一盏明灯，指引正确的方向。在现实生活中就是根据对应的问题，采取对应的措施进行解决。本文所要进行探讨的是在政治课堂中的心理引导，主要是科任教师对学生通过沟通鼓励的方式，把握学生的心灵特点进行正确的引领。使学生对于政治理论有一个简单的整体的把握，对于政治学科的学习有一个大致的方向和范围。

二、“心理引导”的方法与问题

“心理引导”除了自身专业性的心理学术语作为基础以外，在日常教学的活动中还需要采用以下方法和注意以下相关问题。

(一)运用通俗易懂的语言与学生进行交流引导。

教师与学生还是存在年龄差异的，所以在教师与学生进行沟通、交流或引导的过程中，要尽量使用通俗易懂的语言，方便二者进行交流。

(二)善于运用美好的言语对学生进行褒扬鼓励。

学生都需要鼓励，在授课过程中，教师要利用各种语言对学生进行赞扬，增强学生的信心。使学生敢于发表自己的看法。比如在进行课堂提问时，可以对学生说“你的回答真棒”、“你的想法很独特”来引导学生讲出自己的想法。如下例，张萍是班级中一个非常腼腆害羞的学生，平时总是不善于表达自己的想法，也不敢主动举手回答问题。一次被老师提问，在她用不流利的语言表达出自己对于问题的想法后，老师用语言对她进行鼓励，和她说你这个思维很独特，说得很棒！并且用微笑示意她继续讲下去。这些暗示给予了张萍很大的信心，她

【文章编号】2095-3089(2019)01-0174-02

逐渐学会自信大方的表达自己了。

(三)教师在对学生的引导过程中要懂得换位思考。

只有换位思考，教师才可以对学生“感同身受”，给予学生正确的引导。比如在进行授课时，可以站在学生的立场思考，怎样授课才能更容易被学生接受，才可以使课堂气氛活跃起来。

三、“心理引导”的作用

根据上文提到的各种有关心理引导的方法，我们不难发现心理引导对于学生有非常多的益处。接下来将简单的对心理引导的益处进行分析：

(一)增加学生的信心，消除自卑感。

所谓的“引导”，无非就是在不知不觉中对学生进行巧妙地指引。那么在课堂上鼓励学生无疑是一个好方法。在课堂上，对于很多问题学生都是有自己的想法但是不善于表达，或者是害羞不敢去大声的发表自己的看法。这时就需要教师进行鼓励，对于学生的每一次进步都投以热烈的反应，比如一个鼓励的眼神，或者是一个善意的微笑，都可以对学生进行或大或小的影响。其实作用相对较大的还是教师的语言。因为语言相较于其它方式是更加有说服力的，会使学生有更大的信心。

(二)增进师生关系，收获新思想。

在学校中，通过心理引导的方法，教师可以在课余时间多与学生沟通。增加学生与教师的日常交流与沟通就会使教师充分的了解学生的想法，不仅如此教师还可以在平时的沟通中发现学生所遇到的困难和出现的问题。从而对学生进行正确的思想上和行为上的引导，使学生步入正途，摒弃错误的思想和行为方式。

(三)提高学生成绩，培养自主性。

通过教师在授课时对学生进行有效的暗示和正确的引导，会使学生自主学习，自己挖掘新的知识点，收获新的课本中的知识。与传统的“教师授课写板书，学生听课记笔记”的方法相比，这种引导学生自己寻找知识点的方法更加有效率和质量。除此之外，还可以培养学生自主学习的能力，并且养成这种自主学习的习惯。

结束语

根据上文的分析讨论，不难发现将心理引导方法应用于政治课堂上是十分有效率的。无论如何，课堂教育是用来教书