

巧借互联网“上瘾”模型构建一堂小学低学段美术社团课

俞冬日 肖小虎

(深圳市福田区南园小学 深圳福田 518000)

摘要: 课堂纪律与课堂氛围的平衡是任教低学段的一大难点,当前普遍的教学策略是“奖励”与“惩戒”。从短期看,该策略的成效可谓立竿见影,但站在受教育者长期发展的角度来看“奖励”与“惩戒”作为外部条件,是否能够培养孩子内在的学习动机,使之成为学习及自我管理的主体,值得商榷。本文将针对此现状进行探讨。

关键词: 上瘾模型 美术 互联网 小学低学段

中图分类号: F49 **文献标识码:** A

DOI: 10.12218/j.issn.2095-4743.2022.35.141

该学段的学生以无意注意^①为主,容易受外物的影响导致注意力分散,但有趣的是,他们往往可以对自己感兴趣的事物保持长时间注意力。例如,近年来备受关注的“网瘾低龄化”现象,在担忧孩子们长时间迷恋网络的同时,我们是否能够巧借其中的原理,以子之矛,攻子之盾呢?

带着这样的思考,本课例对“上瘾”模型进行分析、解构,并以一堂二年级的“油画棒”社团课。进行实践与讨论,希望能够以此为契机,深化美育改革,推动校本社团课普及化,改善个别地区“重少数轻全体”的学校美育状况。

一、“上瘾”模型的概念及原理

“上瘾”模型由斯坦福大学教授尼尔·埃亚尔 (bireval) 与学者瑞安·胡佛 (Ryan Hoover) 提出,据他们的统计,现代人每天解锁屏幕约110次,假设成年一天睡眠时间为7小时,那么在非睡眠时间内,平均9.2分钟就要解锁一次手机。为找出让人如此“上瘾”的原因,两位学者对人们高频率使用的程序进行跟踪,发现其有着惊人的相似点——一个令人“上瘾”的模型,两位学者将该模型的公式总结为:触发 (Trigger)-行动 (Action)-多变的奖励 (viable rewards)-持续的投入 (Continuous Investment)。

“触发”的形式分为外部和内部。外部触发通常由一个醒目的事务所引起,并持续吸引人的注意力。内部触发则是人的某种内在需要,如虚荣心、空虚感,或某种社交需求、情绪表达等。

“行动”通常是一个动作,如点击、滑动等,这会提高参与者的参与感,使其快速进入角色。

“多变的奖励”指非定向奖励,因每次不同的回报,奖赏的多样性,刺激大脑形成多巴胺^②。具体奖励方式分为三大类:一、群体 (Tribe),社会身份认同的诉求,同伴的点赞、关注、留言等;二、打猎 (Hunt),满足人的挑战欲,

胜负欲;三、不确定性 (Uncertainty),这是最容易导致上瘾的因素,奖励的不确定性让人产生不断尝试的欲望;四、持续的投入 (Continuous Investment),不断投入时间等成本,意味着不断地增加价值,产生更为强烈内部的需求,并导致再次“触发”,形成循环,即“上瘾”模型形成。



图1 “上瘾”模型演示图

二、建立在少儿心理上的合理“触发”

一款引人入胜的互联网产品必然满足用户的个体诉求,才能实现所谓的“用户黏性”。同理,建构一堂成功的课堂,不仅要有前沿的理论支持,还需要了解学生的心理。本次实践的课题为《寻找雷锋叔叔的红领巾》,要求孩子们在接受爱国主义情怀熏陶的同时,学会使用油画棒的“厚涂”技法。

低学段的孩子思维主要以具体形象思维为主,抽象思维还未成型,不能理解的概念较多,往往需要从直观、具体的形式入手来掌握概念,所以在这节课的设计上,选择了3月5日“雷锋日”当天来讲授,以本校已有的宣传氛围来启动“外部触发”,通过简单直观的提问,“同学们,今天老师看到校园里更换了好多新标语,是不是有什么特殊的节日呀?”进行导入,引导同学们进入情境。

三、整合跨学科资源,开启有趣的“行动”

作为一节与德育结合的社团课,本课程设计中插入了一个重温雷锋故事的环节,而低学段孩子心理发展的特点是以无意注意为主,注意力容易分散且容易受到外界干扰,需要通过直观、形象、新颖的教具、教学方式引起其注意。

于是,在设计“行动”的“动作”时,本课采用了跨学科的方式,以背诵同学们刚刚学过的人教版语文二年级下册

中的《雷锋叔叔，你在哪里》一课为“密码”，开启线上雷锋VR纪念馆。在从未体验过的新媒体技术中，在不绝的惊叹声中，孩子们的注意力得以高度集中。



图2 《雷锋叔叔，你在哪里》原文 图3 线上雷锋VR纪念馆

四、以“多变的奖励”促使“持续的投入”

“多变的奖励”是所有“爆款”互联网产品不可或缺的部分，也是最“引人入胜”的部分。雷锋的故事离现在的孩子已有一定的年限，如何让孩子保持持续的注意力，是本课堂设计中应该关注的焦点，也是该课堂尝试的重点。在观看VR纪念馆的同时，课程设计中包含了给孩子们进行挑战的任务，即谁能够在雷锋纪念馆中找到自己身上佩戴的一件物品（红领巾），使第二类奖励——“胜负欲”“挑战欲”得到满足，并且调动了第一类奖励——群体（Tribe）认同，得到同伴的“点赞”“关注”“赞美”，大大调动了孩子们的积极性，并且提高了孩子们的专注力。最后，老师允诺，第一个发现的同学将获得优先挑选色卡纸进行创作的“特权”，并将多种漂亮的色卡纸展示，放于可见之处，这就满足了第三点——不确定性。即学生在未发现指定物品时，会一直保持想要尝试找到的兴趣点，不会中途放弃，在不断投入的时间成本与机会成本中，引起“持续的投入”。



图4 雷锋博物馆中展出的红领巾

五、把握良好的课堂节奏，让“瘾”的模型循环

课堂层次的递进与课堂节奏的把控是决定一堂课优劣的

指标，也是保持学生注意力的关键，这与“上瘾”模型中的“循环”不谋而合。在找到雷锋遗物中的红领巾之后，教师随即请孩子们说出红领巾的寓意，此时，学生心中的爱国主义热情被唤醒，当这种内在情感被唤醒时，模型的“触发”选项再次被开启。通过让同桌互相为对方整理红领巾的课堂活动触发“行动”，当学生将胸前的红领巾整理端正之后，教师以“奖励”的方式为学生现场示范红领巾的画法，同时讲解颜色的运用及分析厚涂与平涂的区别。通过奖励的方式，学生更加认真地观看教师示范，掌握知识点，并在后续的绘画过程中，不断地进行尝试，在教师的鼓励与指导下，完成“持续的投入”。在每次油画棒与纸面接触的过程中，再次形成“触发-行动-奖励-投入-触发”的循环，在教师不断的言语激励下，学生在逐步完成绘画中获得满足感。他们集中精力、形成秩序、养成习惯。最终，每一位同学都达到了预期目标，拿着鲜艳的红领巾，在深切的自豪感中。获得技能的进步、专注力的提升，以及内心的满足。



图5 学生作品合照 摄影俞冬日 图6 优秀学生作品 摄影俞冬日

六、问卷分析

本课程共发放问卷12份，回收12份，回收率100%。据统计，课堂中33%的学生曾有走神经历。本课时长90分钟，7到10岁学生持续注意时间通常为20分钟左右，在本课时间范围内走神4到5次为合理范围，可见使用该模型后，学生注意力约提高2到2.5倍，虽然存在受到新鲜感与好奇心的影响，但不可否认该模型对改善小学低段课堂注意力不集中而导致的纪律涣散等问题具较高的研究价值；对本课的满意程度的调查中，11名学生填写“非常满意”，1名学生填写“满意”，没有学生填写“一般”“不满意”“非常不满意”，可见学生对该授课方式有较高认可度；在“最吸引人的环节”这一选项中，75%的学生勾选了“雷锋叔叔”这一主题和83%的学生选择“画红领巾”，说明小学低学段的孩子对“雷锋精神”和社会主义核心价值观具较为强烈的认同感，也证明在今后开展的社团课中，品德教育和爱国主义教育参与

其中的必要性；85%的学生勾选了“线上VR博物馆”，再次说明新颖的技术手段和直观的学习模式深受小学低段学生喜爱，在今后的社团课程设计中可适当增加具新鲜感、创新感的事物，来满足孩子的好奇心，及引起“外部触发”；41%的学生选择了“结合语文教材”，证明该设计有待考量，需及时改进；由于社团课是根据学生自身兴趣选报的，所以92%的学生勾选了油画棒“厚涂技法实践”，这点无可厚非，也给予教师在未来设计课程时，把握兴趣的基础上设计“触发”环节予以方向性的启示。

表1 走神情况饼状图

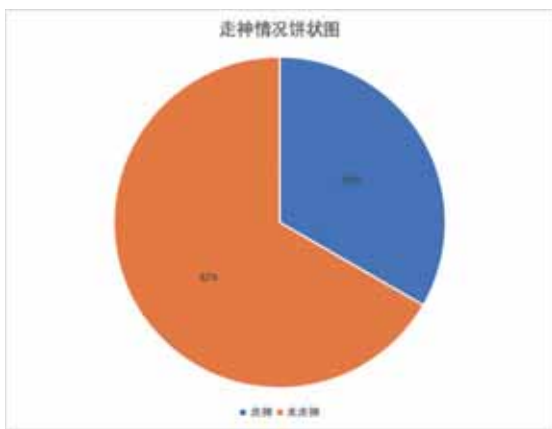


表2 本课最有吸引力的环节柱状图

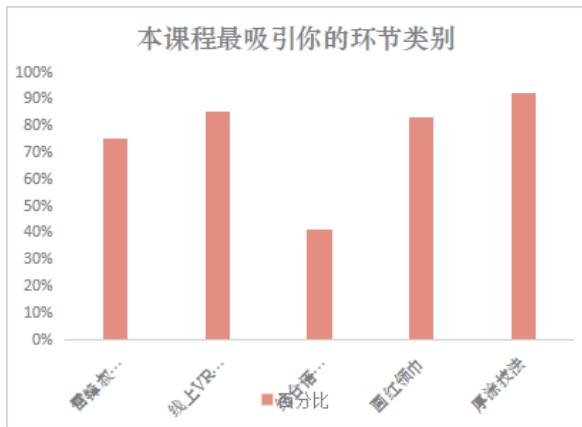


表3 《寻找雷锋叔叔的红领巾》课堂反馈表

《寻找雷锋叔叔的领巾》课堂反馈表

同学，你好！

为营造好的学习环境，提高课堂有效性，特设置本反馈表，本表为不记名问卷，请严肃、认真、如实填写。

请就以下问题在你认为合适的选项前打“√”。

1. 这节课的上课过程中你是否有走神的经历？

是 否

2. 如果有走神的经历，大约为几次？（没有则不填）

0 1 2 3

3. 对这节课的课程形式你是否满意？

非常满意 满意 一般 不满意

非常不满意

4. 本节课吸引你的环节是？（可多选）

雷锋叔叔的主题 线上VR博物馆

结合语文教材《雷锋叔叔你在哪里》一课 画红领巾 厚涂技法实践

5. 请给这节课提一些建议。

结语

任何个人兴趣的养成，或许都得益于一次“上瘾”。明朝张岱在其文集《陶庵梦忆》中打趣地说，“人无癖不可与交，以其无深情也”。纵使人始终“有癖”“有瘾”，何不把握此“瘾”的规律，来服务我们的教学，服务美育的改革，服务孩子的成长呢？

注释

①无意注意也称不随意注意，是指事先没有预定目的，也无须意志努力的注意。无意注意一般维持的时间很短，往往很快消失或者转移到别的事物之上。

②多巴胺是一种神经传导物质，用来帮助细胞传送脉冲的化学物质。这种脑内分泌物和人的情欲、感觉有关，它传递兴奋及开心的信息。另外，多巴胺也与各种上瘾行为有关。

参考文献

- [1] 尼尔·埃亚尔(bireval),瑞安·胡佛(Ryan Hoover). 上瘾[M].北京中信出版集团,2017.
- [2] 李朝辉. 教学论[M].北京:清华大学出版社,2016.
- [3] 江琴. 低年级小学生自我管理能力的培养的实践研究[D]. 武汉华中师范大学,2013.