

《人生难免有挫折》

各位评委老师好（鞠躬）我是应聘小学的 3 号考生，今天我抽到的课题是《人生难免有挫折》，下面开始我的试讲。

同学们，在这里老师先谢谢你们送老师的教师节礼物，我很喜欢。同学们每个人都写上了给老师的祝福语言，这些语言让老师觉得自己立马都年轻了好几岁呢，心情无限好呀。常言道：“来而不往非礼也，要礼尚往来”老师也要给同学们送上礼物，在这里老师就祝愿所有同学们都能心想事成，所有愿望都能实现。那么，是不是所有美好的愿望真的都能够实现呢？

（不是）确实是这样，“万事如意”“心想事成”只不过是我們心中的美好愿望而已，在现实生活中不会每个都实现。每个人都拥有自己的愿望，人生是美好的，但是人生经历又不是一帆风顺的。正如古人所说：人生不如意十之八九，难免会遇到挫折。那么就来看我们今天学习的内容：**人生难免有挫折（板书）**

刚才说了，我们的人生不是一帆风顺的，会遇到挫折，既然如此，我们首先就应该知道什么是挫折，那什么是挫折呢？挫折用英语表示就是-----frustration “挫折”一词在我国古代最初是用来表示战争中的失利，比如双方交战，一方赢了，一方失败了，那么，失败的这一方我们就说它挫折了。到了现在，挫折的含义也发生了变化，我们给挫折下了一个定义：挫折是指人们在物质或精神方面的愿望受到了阻碍或中断的状况。来，同学们把挫折的含义齐读一遍。生活中我们经常遇到挫折，在很多时候我们口头上称作的困难，实际上和挫折就是一个意思。那我们现在也来讲一讲自己遇上的挫折，好不好？下面请几位同学来讲一讲自己遇上的最大的一次挫折或者是印象最深刻的一次挫折。来请左边那位同学说一下，好的请坐。他说他上次期中考试成绩不是很理想，因为用功复习了很久还是这样的所以他觉得自己很难过很伤心，觉得这是种挫折。后面那位同学你说，嗯好。她说她攒了一个星期的零花钱准备去买一本书结果在去买书的途中把钱丢了，这件事她印象深刻觉得遇到挫折了。很好，刚才我们同学都结合自己的经历，讲了自己的遇到的挫折，大家不要觉得只有我们学生，只有我们青少年才会遇到挫折，象成年人他们也是这样。有时农民会遇上自然灾害，就会颗粒无收；在市场经济中，有不少企业、厂家因为经营不合理、经营困难，所以企业家纷纷破产，而那些工人则下岗；另外国家机关的干部也面临挫折，因为政府机构要不断改革，精简机构，提高工作效率，所以要裁员等等等等很多很多。这里老师举例说了这么多人会遇上困难和挫折，有农民、工人、企业家和机关干部。我们同学在想想：除了老师说的这些人还有哪些人也会遇到挫折。恩对，就是那么名人伟人。那么伟人，他们遇到过哪些挫折呢？同学们，你

们知道哪些名人、伟人与挫折有关的故事呢？学生讲故事：邓小平、张海迪、贝多芬、爱迪生、居里夫人等等 刚才大家说得很好，其实，我们观察古今中外的名人伟人，他们都是从挫折和坎坷中磨砺出来的。所以我们说，挫折是普遍存在的，**人人都会遇到挫折（板书）**

我们说人人都会遇到挫折，我们避开不就行了么，大家说可以吗？不可以。为什么呀？因为有些因素是无法避开的，那这里给同学们看 PPT 上的几幅图片，大家想想造成**挫折的因素都有哪些呀？（板书）**第一幅是洪水、地震、旱灾和火山喷发的造成的灾害图，第二幅是 911 事件和伊拉克战争图片，第三幅是一个孩子在不停的写着作业的图片，第四幅图片是父母在不停的争吵孩子坐在地上哭。最后一幅图片是张海迪坐在轮椅上看书、贝多芬在弹钢琴。同学们看完这几幅图片，来回答一下。好，穿蓝色衣服那位男同学你来说一下，好的请坐。他说因素有自然灾害因素还有社会，家庭因素。还有其他答案吗？这位女同学你来说，很好。她说除了那些还有学校和个人的因素。这两位同学回答的都对，我们一起来看看下来，这里除了有自然灾害，还有社会、学校、家庭以及个人这几个方面的因素。这几大因素是不是就是影响我们挫折的因素呢？是。除了自然灾害的因素剩下的我们把它归纳成为人为因素。好了，我们分析了形成挫折的几个因素，大家现在可以迅速浏览一下书本，在书上划记。现在老师这里找了几个我们平时遇到过的挫折，大家一起来说一说 1、火山爆发（同学回答：自然灾害因素） 2、美伊战争（同学回答：社会因素） 3、单亲家庭的产物——现代流浪者（同学回答：家庭因素） 4、自制力不强的小李又进网吧玩游戏，受到了学校的处分（同学回答：个人因素）这里面我们看到，除了自然灾害因素无法避免，其他属于人为因素的，怎么样，对，都能避免。

上面我们学习了造成挫折的因素，那么同学们想一想在遇到挫折的时候是不是人人处理的方法都一样呢？不一样。那为什么不一样呢？下节课来老师再给大家具体详解。课后同学们去收集一些关于挫折的座右铭。

以上就是我试讲的全部内容，谢谢各位评委老师。