

# 浅谈《道德与法治》教学中引导初中学生身心成长的策略

柴杰卉

(上海民办进才外国语中学 上海 浦东 201204)

**【摘要】** 初中学生的年龄段处于人的世界观、价值观、人生观形成的塑造期,也就是常说的人格塑造关键期。初中学生对世界充满好奇,有自己的主见和判断,渴望得到周围人的肯定和认可。作为思想品德教师,按照新课标要求,充分利用课堂教学主阵地,逐步引导初中学生身心健康成长,将使使学生受益终身。

**【关键词】** 思想品德;人格塑造;新课标;身心健康

我们生活在一个伟大的时代。全球联系不断增强,世界经济、教育、社会及文化互相联系与发展,世界进入了全球化时代。科技让生活更美好。大众创业、万众创新、中国制造2025,人工智能、无人驾驶汽车,新能源车特斯拉在上海量产。互联网技术发展诞生的微信、支付宝、快手等APP已经嵌入了我们的生活。华为5G商用在全国推开,上海已实现5G通信了。互联网改变了生活,也改变了教育。空中课堂,直播授课,自媒体教学,形式多样,丰富多彩。各种信息扑面而来,你想不看、想学都不行,这就是个信息大爆炸的时代。

我国经济总量已稳居世界第二,近年来人们的物质生活极大丰富,个人的自由度较之以前也大幅度的宽松,但人们的幸福感却没有多大的提高。交通的便捷使人们失去了旅游的快乐,通讯的快捷使人们失去了通信的幸福,食物的过剩使人们失去了吃的滋味,性的易得使人们失去了恋爱的能力。因此,我们需要用心去感知这个世界,用双手创造属于我们的幸福生活。

我们的初中学生们,面对大千世界中花花草草,网络世界中良莠不齐的信息,充斥着光怪陆离的各种诱惑。如何取舍?人的精力是有限的,只能选择摄取有利于成长的信息。选读已经过时间和历史检验的经典名著。或者教育科研机构筛选推荐的课本书籍。我们的社会是有灵魂的;我们的生活也是有规律可循的;我们的文化是有传承和坚持的。我们着力培养学生健康的个性、健全的人格。在教学实践中,从三个方面引导学生身心健康成长。

## 一、身体是革命的本钱

没有好身体、一切等于零。这句话每个人都知道,但有多少人身体力行?当今时代飞速发展,日新月异,中小学生近视比例过半,上班族有人加班猝死,为了理想、为了生活,人们常常忘记身体和心理的负担。总是等到身体出现毛病,才意识到身体健康的重要性。课间操、体育课能锻炼身体,打篮球、踢足球、乒乓球、羽毛球也都是体育锻炼,包括瑜伽、甚至广场舞的扭秧歌都是锻炼。关键是体育锻炼要有规律,要有计划的进行,要坚持下去,不可三天打鱼两天晒网。要根据自身身体状况,选择适宜的体育锻炼项目。坚持体育锻炼不是说每天都要锻炼,要根据实际情况,天气、气候、环境进行适当性选择。体育锻炼要掌握科学的方法,有利于持久的健康。体育锻炼要坚持一个标准,运动过后自我感觉非常好,觉得很轻松。

## 二、读书可以陶冶情操

我们在阅读的过程中,要有设身处地的代入感,获得身临其境的感悟,这样才有可能真正的读懂一本书。没有相同的生活经历,其实是很难感同身受的。孔子在《论语》中有一句“树欲静而风不止,子欲养而亲不在”,意思是说“我们要趁父母在身边时好好孝顺父母,不要等将来父母故去,而悔恨自己的行为”。有同学

说,我从小就懂这一句。那请问,你孝顺父母了吗?你理解父母对我们学业的期望吗?如同晚上要按时睡觉,同学们都认可作息规律的重要性,但总有同学做不到。其本质上,还是没有把作息规律理解透彻。有同学说课本知识掌握不牢靠,其实我们学习的每一门课程都是支撑我们身心成长的。培根在《谈读书》中说:“读史使人明智,读诗使人灵秀,数学使人周密,科学使人深刻,伦理学使人庄重,逻辑修辞之学使人善辩。凡有所学,皆成性格。”任何知识只有消化吸收,变成我们自己的知识,才能做到内化于心、外化于行。

## 三、沟通创造价值

我是谁?我想做什么?我会做什么?环境与条件是否支持我做什么?我究竟能怎么做?古人说“听君一席话,胜读十年书”,“蓬生麻中,不扶而直”。要想提高自己,一定要多向身边的师长学习。怎么理解呢?现代研究表明:沟通=70%的情绪+30%内容。沟通就是有了意见直接提出,有了矛盾互相认错。在沟通过程中,沟通者的态度决定着沟通的结果。情绪不对,内容就会被扭曲。没有良好的情绪,心里话就说不出来,真心话也听不进去。没有沟通,人和人之间就有了隔阂,心和心之间就有了距离。人与人之间,没有沟通就没有延续,没有联系就没有感情。要沟通,就要心平气和,语气诚恳。治得了你脾气的一定是你爱的人;受得了你脾气的一定是爱你的人。控制住你的情绪,你就是主动的人。有句话说“冲动是魔鬼”。我们要尝试着认真思考后和同学、父母、老师进行成功的沟通。艺人高晓松在某访谈节目分享了他的一个故事,他说“考大学的时候,不想读清华,因为女生太少了,想选择保送去浙大。父母找我谈话,没有强迫我去清华读书,只对我说如果你选择读清华,一直读到博士,都没问题,我们支持你。如果你自己选择大学,也没问题。自己选大学,自己打工养自己”。如果你选择一条路,要一以贯之。不能因为自己的利益和方便,或者便宜,今天这个世界观、明天那个世界观。清朝中期大臣张廷玉有句话“万言万当,不如一默”,意思是说,你所有问题都回答的正确恰当也不如沉默不言。更何况正处于青春期的同学们很多时候意见还不一定完全正确呢?越有故事越沉静简单,越肤浅单薄的人越浮躁不安。到了一定年龄,便要学会寡言,每一句话都要有用,有重量。喜怒不形于色,每逢大事必有静气,有自己的原则和底线。

说一千道一万,不如拉出来练一练。从现在开始,坚持体育锻炼,坚持阅读思考,尝试成功沟通。做一个体魄强健、心理健康、勇于实践的行动者。

## 参考文献

[1]高惠娟.初中生心理问题的成因与疏解初探[J].新课程(中旬),2014年02期

# 将心理健康教育融合在小学德育教学中的经验分析

辛林英

(宜春市万载县株潭镇小学 江西 宜春 336105)

**【摘要】** 在当前我国教育事业高质量发展的今天,小学生的心理健康教育工作也得到了高度重视,教育主管部门对此也提出了新的要求,这就需要老师在教学过程中为学生积极构建良好的学习氛围,强化小学生的心理健康教育工作,促使小学生身心健康成长。在素质教育理念引导下,小学德育工作可以和心理健康教育工作实现有机地结合,以此来促进学生实现综合、全面发展。作者将在本文中研究小学德育工作与小学生心理健康教育工作相互融合的具体举措,希望能够促进学生得到全面发展,为学生优化内在素质奠定良好的基础。

**【关键词】** 心理健康;融合;小学德育教学;经验分析

我们应该客观地认识到,当前小学教学中仍然存在一些问题需要老师在教学中加以改进,尤其是要积极地对学生的心理教育要把握好,以课堂教学的融合发展,培养学生具有健康向上的心理和良好思想品德,从而促进小学生得到全面发展。

## 一、将心理健康教育与小学德育教学实现有效融合

小学思想品德课程是针对学生开展的常见的德育课程,这就需要老师在具体的教学中将学生的实际心理情况把握好,实现与课本教学内容的有机结合,促使学生能够在潜移默化中将德育教育和心理健康教育实现有机地结合,这样实现良好的课程教育效果。小学老师在课程教学中对心理健康教育进行合理地安排,对小学生开展定期性的心理疏导和宣传,采取多种举措来强化小学生的心理健康意识。在小学校园中可以通过黑板报、小广播等多种形式来宣传心理健康教育和德育知识,促使小学生有良好的校园氛围中形成积极、健康的心理,这样就能提升小学生

的心理健康水平,培养学生具有良好的思想道德修养,强化小学生的学习动力,促使学生全面、健康地成长。

比如,老师在具体的教学实践活动中,就可以注重培养小学生与他人沟通交流的能力。小学时期是一个人思想和意识萌芽时期,需要老师进行及时、正确的指导,否则就容易造成小学生在成长过程中具有一定的性格缺陷,将不利于小学生健康成长。所以,小学老师在教学中要实现德育与心理健康教育的整合,对学生的心理特点和个性化需求要积极把握,从小学生日常生活中的小事来引导小学生优化调节自我心理状态,培养学生勇于克服困难和挫折的品质,促进学生的全面发展。同时,小学老师可以根据班级全体学生的实际情况,设计心理健康调查表对全班学生开展心理调查,有效地了解和掌握学生的心理健康情况,在德育教学中积极、充分地利用这些信息,这样就能实现新课程改革的科学教育的目标。

## 二、在教学中坚持以人为本,关心学生的成长

小学老师在具体教学中要对关爱学生的方式做到正确把握, 以和学生的多接触和多交流为基础, 不断拉近师生之间的距离。在这种教学模式下, 老师将很好地了解学生的心理, 借助于课堂教学内外对学生的观察对学生的内心想法能够做到有效把握, 从而科学、有效地开展心理健康教育。小学时期, 需要老师发挥积极的引导作用, 在和学生进行日常沟通交流的时候要注意方式方法, 确保对学生充分尊重的基础上开展心理健康教育, 这样来促使学生能够健康成长。当前在小学教学中将心理健康教育和德育教育实现融合也是一项长期性、艰巨性的任务, 需要小学老师在教学中不断地创新发展, 以人为本地开展心理健康教育, 这样促进学生更好地成长。

小学老师在教学中要为学生构建良好的成长空间, 对每位学生都要认真培养和积极关注, 引导学生在心理健康和德育教育中实现更多的收获, 对于叛逆心理比较强的学生, 可以开展相关主题班会活动对这些学生就进行熏陶和感化, 在课外强化与学生的交流, 让学生正确地认识到自己的错误并加以改正, 从而培养学生具有健康的心理。通过这种模式, 将降低学生自尊心的受挫感, 将在老师的关爱下帮助学生养成良好的心理, 不断地完善学生的人格。

### 三、注重发挥学校教育和家庭教育的双重作用

要想对小学生实现良好的心理健康和德育教育成效, 就需要强化学校教育教育工作, 同时要注重营造良好的家庭教育氛围, 学校和家庭对此要强化交流和配合力度, 以切实有效的局促来帮助小学生培养健康的心理素质在此过程中小学老师要强化和学生家长的交流, 对学生的家庭情况也要密切掌握, 从而制定有针对性的教育举措, 促使学生在校教育和家庭教育双重机制下不断提升自己的心理健康水平。

比如, 小学学校可以定期举办各类亲子活动, 家长都能积极参与, 在父母与孩

子良好的互动交流下培养学生健康的心理状态和良好的思想品德。这种教育方式不仅让小学生能够感受到温暖和关爱, 还能提升小学生的心理健康综合水平。小学老师对学生父母实施心理健康教育, 促使学生在日常生活中获得进步。通过家长会、主题班会等类型的教育教学模式, 将促使学生家长对当前的教育理念能够做到有效掌握, 积极弥补学校教育中的不足。对于家庭教育中的一些不恰当的思想, 小学老师可以及时给予合理化的建议, 促使学生家长不断地改正和完善自己的家庭教育理念。另外, 小学老师可以积极利用学校文化的积极作用, 将校园中的橱窗、广播等教学资源有效地利用起来, 以此来对学生开展心理健康教育, 同时强化与学生家长的交流沟通六点, 促使学生在成长中收获健康的心理。

### 四、结语

需要注意到, 小学生的心理健康教育和德育教育将是一项长期性、艰巨性的学习任务, 就需要小学老师在不断地教学实践中勇于创新、积极探索, 不断寻找融合德育教育和心理健康教育的好的工作经验、做法, 促使小学生实现综合素质的全面提升。

### 参考文献

- [1] 崔连洋, 于温柔. 中小学德育与心理健康教育有效融合的作用及方式[J]. 中国教师, 2018 (S2): 168.
- [2] 梁双. 从整体和部分的关系浅谈大学生德育教育和心理健康教育[J]. 产业与科技论坛, 2019, 18 (9): 146-147.
- [3] 曾初珍. 浅谈小学德育与心理健康教育的融合[J]. 新课程(小学), 2017 (2).

## 网络大环境下中学生的德育教育

李斌

(广东省佛山市顺德区北滘镇君兰中学 广东 佛山 528000)

**[摘要]** 网络大环境给初中生提供了学习和生活上的便捷, 他们获取信息的方式更加多元和开放, 带来积极的影响的同时, 我们在学校德育工作中也出现一些忧虑, 是否畅通和多元的信息获取渠道会对学校传统的德育工作产生冲击呢? 学生的思想意识是否会受到不良思潮影响呢? 基于这些实际问题, 下文以网络环境为背景, 尝试分析中学德育工作开展路径, 旨在促进中学生的思想道德意识向着良性方向发展。

**[关键词]** 网络环境; 初中; 德育教育

### 引言

德育是学校教育工作的重要组成部分, 树德立人的教育理念影响下, 学校德育工作覆盖面也逐渐扩展, 作为德育工作者, 应该树立正确教育理念, 引导学生在完成知识学习目标的基础上养成自觉遵守道德行为规范的意识, 突出学校教育的关键点。分析当前中学学校德育工作中存在的问题, 我们发现了传统德育工作模式下隐含的系列问题, 作为新时期的德育工作者应该立足实际工作需求提出全新的工作方案。

### 1. 德育工作者要充分了解网络环境

作为现代教育工作者, 我们的任务不仅仅是知识教育, 道德教育同样作为我们应该肩负的任务, 立足网络大环境, 德育工作者要密切联系网络、充分了解网络, 紧跟时代潮流, 借鉴先进的教育理念和管理工作, 支持实践工作。尤其是作为班主任教师, 不能够仅仅局限于校内德育工作交流, 在网络上也可以和一些德育工作经验丰富的一线工作者建立交流关系<sup>[1]</sup>。此外, 网络环境下的德育工作需要以实践者掌握互联网技术, 强化和学生的网络互动, 了解中学生在网络中接触的主要信息渠道, 建立和谐师生关系, 为德育工作策略制定做好准备。

### 2. 净化网络环境以强化学生管理

网络环境的开放性特征使得大量信息会传递给给学生, 当然其中也包括一些伪科学、不健康或者不良思想, 中学生正处于心智发展阶段, 他们缺乏分辨是非的能力, 自我控制意识不足, 这些不良信息很容易对学生产生影响, 或者孩子会沉迷于网络世界。结合以往的中学德育工作经验来说, 净化网络环境是我们当前应该落实的第一目标: 首先, 相关的社会管理部门应该完善有关中学生网络环境管理和控制的法律法规, 查处不合格的网吧, 针对学生建立良好的网络环境; 其次, 家长和教师应该建立合作管理关系, 对你的手机和电脑等重点客户重点强化管理, 过滤不良信息, 比如打开青少年浏览模式, 保证学生免受不良信息毒害<sup>[2]</sup>; 最后, 学校应该关注学生在校期间的上网行为管理, 借助学校的互联网管理系统, 打开在线报告框, 对于不良浏览记录及时查出并展开教育指导, 多推荐一些利于学生学习和发展的优质网站, 逐步明确书面协议信息安全管理的责任。

### 3. 拓展德育平台提升在线教育质量

互联网时代背景下, 学生和互联网的接触越来越频繁, 德育工作中教师应该充分利用这一形势, 通过网络平台构建民主、和谐的德育环境, 学校也需要建立在线德育网站, 负责专门展示和发布关于德育的信息, 引导学生关注社会主义建设和科学技术发展, 了解我国经济建设和文化建设上的重大成果, 渗透传统文化, 弘扬

优秀的道德观念, 以提高学生明辨是非的能力; 同时强化法治教育, 引导学生树立法治意识。其次, 开设专门的线上心理咨询服务, 让学生以邮件形式参与心理问题咨询活动, 避免线下直接见面造成学生的心理问题。由于互联网的中性化和非对称性, 言论自由的过度扩散给舆论控制带来很大压力, 在网络技术上西方国家领先于我们, 他们通过影视作品、媒体传播等方式传递西方价值观, 不排除存在渗透和摧毁意识形态领域的不良目的, 由于网络发展催生了独特的网络文化体系, 网络语言以及文化消费行为使得学生在信息获取和输出上都得到了极大便利, 在享受这种方便的同时, 中学生的猎奇心理主导、加之自控能力不足, 容易使消极的环境因素对学生产生影响<sup>[3]</sup>。因此我们应该以网络德育工作特点为基础, 优化线上德育工作效果。首先, 体现网络德育的开放性。未来学校的德育工作将不再以校园作为界限, 大数据技术是学校、家庭以及社会形成一个德育教育系统。其次, 体现网络德育交互性。学生可以在网络上进行一对一或者一对多的交流, 大家在互动中实现思想交流和相互指导, 德育管理者可以针对某一专题设计问题, 实现人机互动也是强化德育的重要步骤之一, 新型的德育工作形式是对传统德育工作模式的突破与补充。

### 结束语

综上所述, 互联网时代的到来使传统的学校德育工作模式受到挑战, 尤其是处于青春期的初中生, 网络世界对于他们来说既新奇又陌生, 他们在利用互联网的时候需要具备鉴别优良信息的意识, 自主净化网络环境, 树立正确的上网观念, 避免沉迷网络, 影响学习和健康成长。在网络大环境下开展德育工作, 对于很多德育工作者来说其实是促进工作方法多元发展的好机会, 但是同时我们也要规避不良影响, 借助德育渠道引导学生认识互联网使用的利与弊, 使互联网在学校教育工作者发挥最大作用, 促进中学生的思想意识和道德观念健康发展。本文尝试以网络大环境作为背景, 分析中学德育工作开展的策略, 希望能够给中学德育事业贡献微薄力量。

### 参考文献

- [1] 陆明. 网络环境下的初中班级德育教育[J]. 中学教学参考, 2016, 09 (02): 99-100, 102-104.
- [2] 谭斌, 施骥. 网络环境下城乡结合部初中生德育现状及对策研究——基于蚌埠市城乡结合部初中的调查[J]. 赤峰学院学报, 2015, 11 (24): 240-242, 245-246.
- [3] 荆保平. 为青少年构筑绿色网络屏障——网络环境下学生德育工作管见[J]. 世界教育信息, 2014, 12 (09): 1144-1145, 1147-1150.