

统节日来临之际，带领学生举办各种形式的活动，从而让学生在活动当中了解传统文化的内涵，从而接受传统文化。例如，在九九重阳节这一天，其文化内涵就包含了尊老这一内容，因此教师在一天可以带领学生去养老院看望老人，将重阳节的内涵在潜移默化中灌输给学生，从而让学生能够提高他们德育水平，为学生的综合素质能力的提升提供帮助。

4. 加强课堂实践，提高道德修养

小学生正处于知识欠缺、经验缺乏、对于传统文化的故事缺乏正确的认知和判断的时期，从而导致学生极易出现因无法正确解读历史知识而丧失学习兴趣的情况，导致了小学德育教育的低效化。因此，为促进德育教学效率的提升，教师就要根据学生的真实情况和学情进行教学计划的针对性设计，为其提供符合学生兴趣点和热情的话题，使学生在进行传统文化内容的讨论中，获得优秀道德品质的熏陶。教师还可以根据教材内容进行课堂和课外实践活动的设计，如进行接力比赛的开展，让小组成员在游戏中获得和体会到优秀品德的渗透，使其养成团结友爱的精神。另外教师还可根据教材进行相关历史事件的分角色扮演课堂演绎活动的组织，让学生对历史人物的行为和神态进行充分了解，以进行历史人物内心情感的深

切体会，从而对于其优秀品质和道德修养有更加深入人心的感知，从而促进小学生的全面健康发展。

三、结语

综上所述，历经千年沉淀、博大精深的中国传统文化对于学生的思想道德建设和学生正确的价值观、人生观、世界观的树立具有深远的推动作用。所以在小学德育教育中，进行中华优秀传统文化的渗透，将其具有的正确指引和精神支持的作用和教学优势充分发挥出来，能够为学生们树立正确的道德标准和行为规范，以促进小学生优秀品格的养成和身心的健康快乐成长。

参考文献

- [1]李秀梅. 小学德育教学中优秀传统文化渗透途径探[J]. 内蒙古教育. 2019 (36)
- [2]薛武德. 谈小学德育中优秀传统文化的渗透[J]. 甘肃教育. 2019 (14)
- [3]黄明征. 论中华优秀传统文化传承与小学德育相结合[J]. 学周刊. 2019 (10)

谈当前小学生心理负担过重的原因及减负对策

李秀艳

(吉林省四平市铁东实验小学 吉林 四平 136001)

【摘要】小学生减负喊了许多年，也确实收到了一定的成效。然而在许多学校，学生的课业表面上虽然有所减少，但课下的各种辅导以及家庭作业，仍然给学生带来非常沉重的学习负担。除此之外，教师和家长对小学生的殷切期待，也给他们带来了过重的心理负担。想要真正找到问题所在，帮助学生减轻学业和心理负担，促进小学生身心健康成长，还有很长的路要走。

【关键词】小学生减负；心理负担；教学研究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.07.1062

引言

素质教育背景下，国家教育部门要求切实减轻中小学生的课业负担，全面提高素质教育，给学生一个更加轻松优秀的教育环境和优质高效的学习氛围，这是教育改革的必然趋势。想要切实减轻小学生学业压力和心理负担过重的问题，不仅仅需要压缩课时和学业内容，还应当统筹学校家庭和社会等多方面的教育影响，真正给学生一个宽松的学习和成长环境。

一、小学生心理负担过重的原因分析

(一) 课业负担过重

一些学校虽然名义上减轻了学生的学业负担，但教学要求越来越高，教学内容更加追求偏、难、多，超纲授课和延长授课时间屡见不鲜，校内非上课时间经常被占用。不仅如此，一些学校为了进一步提高学生的知识水平和考试能力，经常在正常的课时之外增加课外辅导时间，而这部分上课时间则被名义上剔除到教学之外。因此学生不仅没有得到减负，反而课业负担越来越重，一些有晚自习的小学不断延长自习时间，很晚才让学生离校回家或休息。在家长的默许下，学生们的在校时间越来越长，学业负担不断加重。

除此之外，在一些课余时间，家长为了提高学生的知识与能力，给学生报各种名目的辅导班、奥数班和兴趣班，使得学生在课余时间也很难得到休息，在学校上完课还要去一些辅导班或请家教，使得他们的学业压力越来越大，难以得到休息和放松，这给年龄较小的学生带来沉重的负担。另外，不断增多的各科家庭作业、频繁的考试、大量的学习资料给学生带来了更加沉重的课业负担，成为增大小学生心理负担的重要因素^[1]。

(二) 心理压力过大

面临着沉重的学业和课业负担，再加上升学和与同龄人的竞争，带给小学生沉重的压力。其中，主要是过重的课业负担占据了学生大部分的学习和休息时间，让他们不堪重负，焦虑感和挫败感始终占据着学生的心灵。考试的失利、作业没有完成等情况，会进一步加剧学生的这种心理负担。另外，教师和家长对自己寄予的厚望，也给学生带来了很大的心理压力。不少家长对子女期望过高，将自己的理想寄托在孩子身上，以及不正确的教育观和教育方法，逼子女成人成才，甚至走向极端。在学校和家庭的双重压力下，孩子们的天性被压抑，难以得到休息和娱乐，心理负担越来越重。

二、为小学生心理减负的策略

(一) 推动一系列教育政策优化

首先，在社会和学校层面，应当全面推动教育改革，真正落实有关减负的国家政策。在学校学科设置、教学时间以及教学管理方面，关注学生的学业负担，真正结合小学生的身心特点和发展规律，统筹德、智、体、美、劳综合教育影响，关注课程教材的改革，减轻学生的学习难度和学业负担，提高教学的质量。

另一方面，要加大社会监督力度和教学反馈机制，科学的衡量小学生的学业难度和作业量的大小；关注学生的学习反馈，在各个学校积极调研，了解学生的心声，对一些学习内容过偏过难的现象，坚决改进，让教学内容和教学强度符合国家教育规定；真正关注学生的学习感受和在校感受，适当减少在校时间，优化教学管理，真正从应试教育转向素质教育，严格按照大纲要求教学，既重视学生知识能力的培养，又关注他们的思想品德教育，帮助学生养成良好的行为习惯，发展个性，陶冶情操，树立远大的崇高理想，全面提高学生综合素质^[2]。

(二) 营造良好的社会教育大环境

“减负”是个系统工程，需要学校、社会、家庭、政府的共同参与，从“知识中心”向以“人”为中心、从“精英教育”向“全民教育”的教育思想转变，树立新型教育观、质量观、人才观、学生观和现代化教育技术观。同时学校应理性做好“减负”的加减法，切记减负不是无负，减负不是降质，减负不是不要考试，不要竞争，而是应减轻学生的学习负担，加强德、智、体、美、劳全面发展；减动脑筋负担，坚持体育与智育相结合，培养学生健康的身体素质。在课程、教学及学生管理上，应进行系列改革，构建新的课程体系，实施分层递进教学，改革作业形式，实行学生自我管理，优化教学方式，提倡“愉快教育”，开展社区教育，丰富学生的课外活动，加强教师队伍建设和努力提高教师队伍整体素质，建立科学、客观的素质教育评价体系等。

此外，应发挥家长作用，转变家长观念，使家长正确对待子女成才，关注子女全面发展，而不是一味的提高学生的课余时间学习内容，应当用科学的方法指导学生养成良好的学习能力和习惯。学校应当对家庭教育进行指导，争取家长对学校工作的支持，经常与学生家长展开交流沟通，共同为学生减负。例如，对于学生的课下辅导班和各种兴趣班的选择，家长可以与教师共同商量，根据学生的特点和需要减少报班数量，而提高辅导的质量，使“减负”工作取得实实在在效益^[3]。

结语

综上所述，学生的课业负担和心理负担过于沉重，对他们的学习和成长将产生非常不利的影响。教师、家长和社会各方面教育力量，应当充分关注学生的真实需要，精简课业内容，坚持学生主体原则，满足学生需要，真正促进小学生全面发展。

参考文献

- [1]李洋. 减负背景下中小学生学习心理健康现状研究[J]. 牡丹江师范学院学报(社会科学版), 2019(06): 137-144.
- [2]王金娜. 改革开放以来小学生减负政策的发展特征、局限与展望[J]. 教育科学, 2019, 35(06): 40-46.
- [3]程承建. 素质教育背景下的中小学生学习“减负问题”[J]. 现代实际, 2019(12): 116-117.

小学心理健康教育现状及对策研究

刘雄

(广东省河源市龙川县细坳镇中心小学 广东 河源 517334)

【摘要】随着素质教育的深入人心，素质教育的内容与形式都得到一定的深化与创新，小学阶段的心理健康教育也得到了社会各界的广泛关注。但是在现阶段的小学心理健康教育过程中，由于教师教学理念、专业素质以及教学设施的限制，仍存在着一系列的教学问题与不足，影响着学生身心健康的成长与发展。因此，这就需要教师应积极的进行小学心理健康教育的优化，通过教学理念、教学形式的转变与创新，来强化小学生心理健康教育的效果。

【关键词】小学阶段；心理健康教育；现状分析；优化策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.07.1063

一、引言

自世界卫生组织提出“健康不仅是躯体没有疾病，还要具备心理健康、社会适应良好和有道德。”的论述以后，心理健康教育的概念就进入了人们的视野，并获得了社会各界的关注。小学阶段的学生正处于身心发展的关键时期，学生心理健康的具备对其健康成长、良好发展以及健全人格的形成都具有重要的积极作用。因

此，在素质教育理念的指引下，教师应对小学心理健康教育的重要意义进行正确的认识，并通过通过对现阶段小学心理健康教育状况的深入分析，来更加深刻的进行存在问题的发现，并采取对症下药优化策略的实施，来实现小学心理健康教育效率的提升。

二、小学心理健康教育的现状分析

1. 对心理健康教育的认知存在一定的偏差。

在小学阶段的教学过程中,心理健康教育与其他学科教学相比,更具系统性和针对性,其内涵也更加的广泛。但是在现阶段的小学心理健康教育中,由于教师教育理念、专业素养的限制,对于心理健康的认知常常存在一定的偏差,有的教师认为心理健康教育可有可无,有的教师认为心理健康只能针对心理有问题的学生,还有的教师将心理健康教育与德育教育进行了混淆,这一系列对心理健康教育不正确的认识,都严重影响了教师对心理健康教育的把握,不利于心理健康教育效率的提升。

2. 心理健康教育的途径较为单一。

心理健康教育作为一种思想意识方面的教育,教育形式应多种多样,这样才能从多角度、全方位的对小学生进行心理健康的引导与教育,实现有效的心理健康教育效果。但是在现阶段的小学心理健康教育中,教师仍然单纯的拘泥于课堂教学,只是通过单纯的说教,来对学生进行心理健康知识的传授,而不注重通过与学生的互动、沟通,来进行小学生心理健康状况的了解与引导,从而不利于小学生心理健康状况的改变。

三、小学心理健康教育的优化策略

1. 转变观念,对小学心理健康教育给予正确的认识与把握。

在素质教育的视角下,心理健康教育已不再仅仅是一种教学内容,而是先进、科学教学观念的一种重要体现形式。因此,这就需要教师应积极的进行自身教育理念、教学观念的转变,以此实现对心理健康教育的正确认识与把握。首先,教师在素质教育理念下,深刻的进行心理健康教育重要性的认知,对心理健康的教育给予充分的重视与关注。教师在正确心理健康教育观念下,就会更加积极的与学生进行良好、和谐的沟通与交流,进行心理健康教育形式的拓展、心理健康教育活动的开展等,实现心理健康教育效果的提升。其次,教师还应树立正确的人才观。未来社会发展需要的人才不再仅仅具有扎实的知识基础,同时还应具有健康的体魄和心理以及崇高的道德品质等。因此,这就需要教师在对小学生进行培养的过程中,就应充分的重视对学生心理健康的教育。

2. 注重进行心理健康教育教师队伍的建设。

在小学心理健康教育的过程中,教师是对小学生进行心理健康教育与引导的主要

参与者,其自身的心理健康状况和心理健康专业素养,会对小学生产生重要的影响。因此,这就需要学校应强化教师队伍心理健康方面的建设。一方面,应保持教师自身良好的心理健康状况。在日益激烈的社会竞争中,教师群体也承受着重大的心理压力。为实现小学心理健康教育效果的提升,就需要学校管理者应注重教师心理健康的维护,通过减少工作压力,组织心理健康专业讲座等方式来使教师始终保持积极、乐观、健康的心理状态。另一方面,学校还应注重对教师进行心理健康教育方面的专业培训,使教师在通过对心理健康理论知识系统学习的过程中,实现自身心理健康教育专业素养的提升,从而有效的促进小学心理健康教育的效率。

3. 积极拓展小学心理健康教育的形式。

现阶段低效的心理健康教育与单一、僵化的教学模式有着不可分割的联系。因此,这就需要教师应积极的进行心理健康教育方式的创新。一方面,教师可以开设专门的心理健康教育的课程,结合学生的具体情况,通过良好的沟通与交流,来对学生进行心理健康方面的教育与引导。另一方面,教师还可以将心理健康教育与学科教学相结合,通过各个学科中心健康教育因素的挖掘,来对学生进行心理健康的渗透教育,使学生在潜移默化中得到心理健康的教育。

四、结语

综上所述,在素质教育理念的指引下,小学阶段心理健康教育方兴未艾,教师的心理健康教育理念及专业素养都有待提升与更新。因此,这就需要教师应针对现阶段小学心理健康教育中存在的问题,通过正确心理健康教育观念的树立、教师专业素养的提升以及心理健康教育形式的拓展,来实现小学心理健康教育效率的提升,促进学生心理健康的良好发展,为学生今后的学习、生活奠定基础。

参考文献

- [1] 陈冰文, 刘亮. 网络背景下中小学心理健康教育策略研究[J]. 河南教育(基础教育), 2020(21)
- [2] 何浩英. 心理健康: 素质教育的重要内容[J]. 青海教育, 2002(22)
- [3] 王雅春. 提高高校心理健康教育实效性的思考[J]. 产业与科技论坛, 2013(24)

基于核心素养的初中英语课堂教学与德育渗透

陆伟红

(江西省抚州市崇仁县第三中学 江西 抚州 344200)

[摘要] 在英语学科中,教育是英语学科核心素质的基本内容。随着新课程改革的深入开展,英语教学已不再仅仅关注学生英语能力的培养,而是注重学生情感态度、思想道德品质和社会责任感培养。因此,在英语教学中进行德育是英语发展和社会发展的必然要求。本文将探讨核心素养下的德育渗透到英语教学中的策略,希望对大家有所帮助。

[关键词] 核心素养; 初中英语; 德育教育

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.07.1064

引言

在新课标下,德育被置于重要地位,希望能够渗透到各个学科的教学过程中,逐步培养学生树立正确的人生观、价值观和强烈的社会责任感。在初中英语课程中,许多内容都渗透着德育思想。同时,还需要在核心素养的基础上对学生进行德育渗透。基于此,作为初中英语教师应深入把握核心素养和德育这两项重要内容,有效结合,从而培养初中学生的英语素养和德育水平。本文结合个人的一些教学经验,探讨了如何在核心素养的指导下更好地开展德育工作,希望能对大家有所启发。

一、挖掘教材,渗透德育教育

(一) 结合日常礼貌用语开展德育教育

在初中英语教材中,一般都会涉及一些礼貌用语的学习。通过这些亲切的语言和交流,师生之间的关系可以更加融洽,同时,学生也可以意识到使用礼貌用语的重要性^[1]。在上课时教师应该主动向生问候“Good morning”,通过自己的热情去感染学生,在不知不觉中讲礼貌用语成为学生的一种习惯,同时,教师的热情可以帮助学生逐渐消除距离感和畏惧感。在这个过程中,学生不仅掌握了英语知识,而且理解、礼貌待人。

(二) 培养学生关爱他人

在英语教学中,教师不仅要讲解知识,更要从某一单元的文本或主题中挖掘思想内涵,将德育渗透到语言教学中。比如在学习人教版初中英语九年级《Could you please tell me where the restrooms are?》这一课时,本课的主要学习目标便是让学生学会如何有礼貌地获得信息,培养日常生活中问路和指路能力,教师可以借此课培养学生乐于助人的好习惯。

在教学中培养学生的爱国主义精神

爱国主义教育也是德育的一部分,因此也是教师德育应关注的重点^[2]。在人教版初中英语九年级《I think that mooncakes are delicious!》一课学习中,教师可以通过中秋节向学生宣传我国悠久的历史,从而树立学生的自豪感和对祖国强烈的爱国主义精神。事实上,英语教材中有很多内容是可以作为德育材料的,需要教师仔细而深入地发掘。

二、文化品格素养培养同时进行德育渗透

在英语的核心素质强调对学生文化品格的培养,这种文化品格的培养不仅使学生通过对文化现象的理解建立一定的价值观,而且使学生通过一定的活动形成自己的文化态度、文化认同的能力和认同的形成。在文化品格的培养中,必须考虑到道德教育。教师可以把学生带到具体的情境中进行德育实践。首先,课堂可以利用微信平台营造良好的英语德育环境,如在微信公众号上开设日常谚语、歌曲等^[3]。在这些谚语中,一些名人的名言实际上渗透着道德教育的内容。此外,学校还可以组织学生举办一些演讲比赛或戏剧表演,并结合教材内容安排主题,让学生在自我的实践中感受中西方文化的差异,形成自己的文化立场,让学生在演讲和表演

中感受人性,从而培养良好的道德修养。例如在学习人教版初中英语九年级《I remember meeting a lot of you in Grade 7》时,让学生发掘友谊,发掘人的深厚感情,有效培养学生树立正确的思想方向。

三、在思维品质的培养中渗透德育教育

作为英语教师,我们需要在核心素养的指导下培养学生的思维素质,有效提高学生的英语思维能力,促进学生更长远的发展。为了达到这样的教学目标,教师需要培养学生开放和批判的思维,及时进行德育教育。一方面,教师应该通过自己的例子引导学生正确的思考方向。此外,教师还需要设计教材来提高学生思维的广度和深度,这可以通过写作教学来实现。比如在学习人教版初中英语九年级《We're trying to save the earth!》时,教师可以把保护地球作为题目,让学生写主题作文,主要谈谈自己的一些看法和对保护地球的看法。通过这种思维的引导,让学生在写作中思考环保的话题,从而逐步树立学生的公共道德感,这也是德育渗透的一个非常重要的方向。

四、教师以身作则渗透德育教育

学生道德行为习惯的养成不仅需要认知、情感、意志的支配,更需要平时的培养和引导。作为一名英语教师,在课堂教学中,要面向全体学生,关注他们不同的才华和智慧,保护他们的学习热情,不能以成绩来盲目判断他们。我们要真诚地接受、关心、包容每一个学生。我们要真正的互相尊重和关心,把学生的感受当成自己的感受,设身处地为学生着想,把这种理解传递给学生,让学生能够深刻地理解老师的意图,让学生感受到老师的亲切和可信,然后才能接受老师的心血。这样,学生在课堂上更有信心,对学习有浓厚的兴趣,并能以愉快的心情和饱满的精神产生合作与交流的愿望,积极配合教师的教学活动。教师的知识水平、工作能力、思想道德、心理素质将直接影响学生培训的质量和效果。在课堂教学中,教师应以自己高尚的品德、扎实的功底、高尚的人格魅力为学生树立良好的榜样,并以自己的高品质影响学生,使英语课堂充满民主、轻松、和谐、和谐的气氛。

结束语

总之,在初中英语教学中需要渗透核心素养。同时,在核心素养的渗透中要注重德育教育。要将核心素养的内容与德育相结合,把握教材的重点和难点,根据学生的实际情况开展英语教学活动。本文探讨了核心素养下渗透德育的四种策略,希望能够给初中英语教师提供一定的参考。

参考文献

- [1] 章雨霞. 以图育人——谈初中英语德育渗透[J]. 中学生作文指导, 2019, 0(13)
- [2] 施光宗. 浅谈初中英语德育教学[J]. 雅安职业技术学院学报, 2013, (2)
- [3] 冯玉环. 新形势下初中英语德育教育的实践与思考[J]. 教学管理与教育研究, 2016, 1(21)