

初中生物教学中渗透心理健康教育的研究

叶玲

共青城市中学

摘要:在新一轮的课程改革浪潮中,深化素质教育,促进人的全面发展,已然成为当前教育工作的核心目标。在这一背景下,中学生的心理健康问题受到了社会各界的广泛关注。生物学,作为初中生必修的一门重要学科,其教学内容与日常生活现象、生活活动规律紧密相连,为心理健康教育的渗透提供了得天独厚的条件。本文深入剖析了心理健康教育的内涵,对初中生物学的教学内容进行了系统的阐述,旨在将心理健康教育有机融入生物学教学之中,充分发挥学科独特的育人功能,从而促进学生的全面发展,为社会培养出更多德才兼备的优秀人才。

关键词:初中生物教学;心理健康教育;学科育人

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2022.10.157

在当前的教育环境中,初中生物教学已经不仅仅局限于对生物学知识的传递,更多的是对学生综合素质的培养。其中,心理健康教育作为学生全面发展的重要组成部分,其重要性日益凸显。因此,如何在初中生物教学中有效地渗透心理健康教育,既能够提升学生的生物学知识水平,又能够促进学生心理健康的发展,成为教育工作者需要深入探讨的问题。此外,随着社会的快速发展,学生面临着越来越多的压力和挑战,心理健康问题也日益突出。因此,在初中生物教学中渗透心理健康教育,不仅符合当前教育改革的趋势,也是应对学生心理健康问题的有效手段。通过生物教学中的案例分析、实践操作、情感交流等方式,可以帮助学生更好地理解生命的多样性和复杂性,培养积极的生活态度,提高应对压力和挑战的能力。

一、心理健康教育的内涵

心理健康,是指个体在精神层面所展现的正常与优良状态,涵盖了智力健全、性格完善、认知准确、情绪稳定、态度积极、行为得体、适应力强以及意志理性等多方面要素。对于初中生而言,其心理状态深受年龄特征影响,他们通常展现出稳定且积极的心理倾向,意志坚定,人际关系和谐,自我悦纳意识强,并具备一定的适应性。一般而言,学校心理健康教育以学段教育为基础,由学校统一规划或由相关教师负责实施。在心理学理论与方法的指导下,结合学校心理健康教育的总体要求、学生学段、年龄特征、生理心理特点及成长需求,循序渐进地培育学生的心理潜能,塑造其积极心理品质,为其全面发展奠定坚实基础。实践表明,学校心理健康教育的实施,与新时代立德树人根本任务相契合,对学生而言,不仅能促进其学业进步,更有助于形成良好的道德品质。

二、初中生物教学中渗透心理健康教育的意义

生物学系一门专注于研究生活现象及其活动规律的

学科,其教学内容与心理健康教育紧密相连,能够为教师提供从学科角度出发进行心理健康教育的有效手段。以建构主义、人本主义等现代教育理论为基础,为生物学教学提供了坚实的理论支撑。中学生物学课程的开展,对于学生的心理健康教育起到了积极的推动作用。

1. 有利于落实素质教育的要求

在新时代背景下,教育的发展重心应转向素质教育,这是一种与应试教育相对立的教育理念。其核心目标在于全面提升学生的各项素质,进而促进学生的思想道德素质、人格发展、能力培养以及身心健康。因此,心理健康教育在新时代的育人体系中占据了重要地位。政府已发布相关文件,明确指示学校必须将心理健康教育纳入日常教学工作中,并贯穿教育教学的全过程。尤其要发挥各学科在育人方面的独特作用。初中生物学作为一门必修课程,具有进行心理健康教育的独特优势。将心理健康教育融入初中生物学教学中,对于实现素质教育的目标具有至关重要的意义。

2. 有利于培养学生核心素养

在当前推进立德树人的根本任务中,加强学生的核心素养培养是至关重要的环节。致力于培养全面发展的人才,为此设定了包括人文底蕴、科学精神、学习能力、健康生活方式、责任担当以及实践创新在内的六大核心素养。特别是学习能力、健康生活方式和责任担当这三个方面,与学生的心理健康教育紧密相连。因此,在初中生物学教学中融入心理健康教育,对于有效提升学生的核心素养具有不可忽视的重要意义。

3. 有利于落实新课标的要求

根据新课程标准的要求,当前初中生物学的教育目标已发生转变,由原先的知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观的三维目标,转变为注重培养学生的必备品格、关键能力以及塑造正确的价值观。为了有效落实这一要求,将心理健康教育与初中生物学教学相结合

显得尤为重要。此举不仅有助于深化学生对生命的认识和理解,更能培育他们科学的责任感,从而促进新课程标准的全面实施。

三、初中生物教学中渗透心理健康教育存在的问题

1. 教师对心理健康教育的理解和重视程度不足

在初中生物教学的实践中,许多教师仍深受传统教育观念的影响,将教学的重心完全放在生物学知识的传递上,而对于心理健康教育的重要性则缺乏足够的认识。他们往往认为心理健康教育是心理辅导老师或班主任的职责,与自己的生物教学无关。这种观念上的偏差导致教师在备课和授课过程中,很少考虑如何将心理健康教育与生物学知识相融合。此外,许多教师也缺乏必要的心理学知识,对于如何有效地进行心理健康教育感到困惑。他们可能不知道如何根据学生的心理特点和需求,设计相应的教学活动,以促进学生心理健康的发展。这种知识上的不足也限制了心理健康教育在生物教学中的有效渗透。

2. 教学设计和实施方式不够合理

传统的初中生物教学方式往往以教师的讲授为主,学生则处于被动接受的状态。这种教学方式缺乏互动性和实践性,难以激发学生的学习兴趣 and 积极性。在渗透心理健康教育时,一些教师往往只是简单地将心理健康知识以讲授的方式灌输给学生,没有结合生物学科的特点和学生的实际情况进行有针对性的教学。例如,在讲述生物体的结构与功能时,教师本可以引导学生思考身体与心理健康的关联,通过实践活动让学生体验身心健康的重要性。然而,由于缺乏合理的教学设计,这些机会往往被忽视,导致心理健康教育与生物教学相脱节,无法取得预期的效果。

3. 缺乏针对初中生特点的心理健康教育内容

初中生正处于青春期,这是他们身体和心理发生巨大变化的时期。他们面临着学业压力、人际关系、自我认知等多方面的挑战,需要有针对性的心理健康教育来帮助他们应对这些变化。然而,当前初中生物教学中渗透的心理健康教育内容往往过于笼统和泛化,没有针对初中生的特点和需求进行设计和调整。例如,对于初中生常见的焦虑、抑郁等心理问题,生物教学中可以结合相关的生物学知识,从科学的角度帮助学生理解这些心理问题的成因和应对方法。然而,由于缺乏针对性的心理健康教育内容,这样的教学机会往往被错过,无法为学生提供有效的帮助。

4. 缺乏有效的评估和反馈机制

在生物教学中渗透心理健康教育是一个复杂而长期的过程,需要定期评估其效果以便及时调整教学策略和

方法。然而,目前很多学校缺乏这样的评估机制。一方面,学校可能缺乏对心理健康教育效果进行评估的意识和能力;另一方面,现有的评估方式往往过于简单和片面,无法全面反映学生在心理健康教育方面的进步和问题。同时,由于缺乏有效的反馈机制,教师往往无法及时了解学生在心理健康教育方面的需求和问题,也无法对自己的教学效果进行客观评价。这导致心理健康教育在生物教学中的渗透效果无法得到有效的监控和改进,从而影响了其整体效果。

四、初中生物教学中渗透心理健康教育的对策

1. 目标引领、有的放矢

在教学进程中,教学目标的设定不仅具有导向与调节功能,而且是教师开展教学活动的基石与参照。因此,在生物学教育中融入心理健康教育时,教师需要预先明确学生的心理健康教育目标,以确保教学过程中的针对性与实效性。遵循新课程改革的标准,生物学教师需要依据培养学生的核心素质、关键能力以及正确价值观的要求,来确定心理健康教育的目标。结合初中生物学的知识内容和初中生的身心发展特点,可以从以下几个方面来确立心理健康教育的目标:

1) 以促进学生身心健康发展为目标

针对当前初中生在健康认知方面存在的误区,生物教师有责任引导他们关注并维护自身的身心健康。特别是在他们步入青春期后,教师应协助他们学会有效调节情绪,这包括但不限于培养他们的意志品质、情绪管理能力、心态调整技巧、性格塑造以及环境适应能力。通过提供全方位的指导,我们希望提高学生在初中阶段的学习与生活适应能力,使他们能够全身心地投入到学习和生活中,实现个人全面发展。

2) 以激发学生为学习动机为目标

在初中阶段,学生应当将学习管理视为自身成长的核心任务,鉴于初中生的身心发展特点,部分学生在小升初后未能充分准备,导致在学业上感到不适。尤其是在面对多科目学习压力时,他们往往表现出手足无措,容易滋生逃避学习的念头。为应对此情况,教师应从学习价值的角度出发,对学生进行指导,帮助学生建立正确的学习观念,积极应对竞争,并明确自身的学习目标和方向。

3) 以提升学生交往能力为目标

社会属性是人类不可或缺的基本特征。在初中阶段,学生面临着学习环境和生活环境的双重变化,这种变化可能引发他们在学习和生活中的各种不适应。因此,提高学生的社交能力显得尤为重要。为了有效缓解学生的紧张情绪、消除偏见和嫉妒心理,教师有责任从

尊重、信任、理解等角度出发,全面做好学生的心理疏导工作。这不仅是教育职责的体现,更是对学生全面发展的负责。

2. 深挖教材、挖掘素材

将心理健康教育与中学生物学教学相结合,应将其作为一种有效载体,以巧妙而灵活的方式融入教学中。为实现这一目标,生物学教师需要深入研读教材,尤其要发掘其中与心理健康教育相关的素材,进而巧妙地将其融入教学过程中,以实现既定的教育目标。为此,生物学教师应加大对教材的研究力度,特别要遵循新课标的指导,认真研读教材,力求全面理解和掌握新教材的内容,从而为开展心理健康教育提供合适的平台。例如,在教授《认识生物》这一课时,教师可以对学生积极健康的引导,使他们懂得珍惜生命、积极创造。在讲解《细胞是生命活动的基本单位》这一部分时,教师可以结合教材内容,向学生阐述家庭作为社会的基本单元,个体作为家庭的基本单元,从而引导学生明确自己的家庭责任,学习如何与父母沟通,理解和孝敬父母。在讲授《光合作用吸收二氧化碳释放氧气》这一课时,教师可以从氧气作为光合作用的副产品的角度,引导学生认识自己的优点,并鼓励他们树立自信心,从而达到心理健康教育的目的。

3. 重视环境、营造氛围

教育学研究表明,教师教学行为的顺畅进行,主要受到外在环境和内在心理环境的双重影响,特别是课堂教学氛围的影响尤为显著。因此,在进行中学生物学教学时,应着重营造良好的教学环境,以便教师能够有效地对学生进行教育指导。

1) 尊重学生,构建平等的师生关系

在新时代背景下,教育理念的核心已转变为“以人为本”,这是教师教育取得卓越成果的关键所在。尤其对于生物学教师而言,以平等的视角看待学生间的差异至关重要。他们应对学生的潜能抱有坚定的信心,全面了解学生的兴趣与喜好,并在课堂上给予积极的心理暗示。这样的做法能让学生感受到教师的关心与信任,进而培养他们形成积极向上的态度。这种以人为本的教育方式,对于促进学生的全面发展具有重要意义。

2) 提升素质,用教师魅力影响学生

教师的影响于学生而言是多维度的,这既需要教师的言传身教,也需要教师的专业传授。这就对生物教师的个人素养提出了更高的要求。为了满足这些要求,生物教师不仅应具备坚实的专业基础,还必须掌握教育学和心理学等领域的相关知识。特别是在语言表达和沟通

技巧方面,教师的能力尤为重要,这样才能确保心理教育的理念深入学生的内心。同时,提升个人魅力,如展现乐观、幽默、宽容和友好的品质,都将对学生产生深远影响,使学生亲近并信任教师,从而更好地接受其教导。

4. 优化流程、全面渗透

初中生物学课程实施心理健康教育的主要场所为课堂,因此,生物学教师需对教学过程进行优化,并巧妙地将心理健康教育融入课堂教学的各个环节中。在课前导入阶段,教师应深入分析教学内容,将心理健康教育内容与之相结合。例如,在教授《了解自己,增进健康》这一章节时,教师可通过提问“什么是健康”引导学生自由发言,使他们认识到健康不仅涉及生理卫生,更涵盖精神卫生,从而自然渗透心理健康教育。

在课堂教学中,教师应采取多种策略实施心理健康教育。在生物学教学中,要充分发挥学生的主观能动性,紧密结合新教材与学生生活,设计更多探索性和体验性的学习活动。例如,在教授《评价自己的健康状况》这一课时,教师可通过与评估表相结合的方式,使学生认识到心理卫生对身体健康的重要性,并学会调节自身情绪。此外,教师还可以运用多媒体信息技术渗透心理健康教育,并通过协作学习培养学生的团队精神。

结语

在探索初中生物教学中渗透心理健康教育的过程中,不难发现,尽管这一实践面临着诸多挑战与问题,但其对学生全面发展的重要性却不容忽视。随着教育的不断深入,有理由相信,未来初中生物教学将更加注重心理健康教育的渗透,以更科学、更系统的方式促进学生身心健康的全面发展。同时,也需要清醒地认识到,实现心理健康教育在生物教学中的有效渗透,并非一蹴而就的事情。它需要教师不断更新教育观念,提升专业素养,掌握必要的心理学知识;需要学校构建完善的心理健康教育体系,提供必要的教学资源和支持;更需要社会各界的共同努力,营造良好的教育氛围,为学生的健康成长创造有利条件。

参考文献

[1]张洁.心理健康教育在初中生物教学中的渗透初探[J].中学课程辅导(教师通讯),2021,(10):37-38.

[2]谭冬霞.在初中生物课堂教学中有效渗透心理健康教育的研究[J].中国多媒体与网络教学学报(下旬刊),2020,(11):129-130.