

浅谈怎样提高学生的心理抗压能力

姚水清

(广东省茂名市育才学校 广东 茂名 525000)

[摘要]真正的教育是需要用积极的方式来帮助学生的成长,让学生能够通过这个过程认识并成为最好的自己,如果把打击作为挫折教育,往往起到适得其反的效果。作为教育工作者,怎样提高学生的心理抗压能力是我们在工作过程中需要思考的问题。

[关键词]提高;学生;心理抗压能力

一、当前学生责任担当现状

当前社会经济不断发展,家庭的条件也越来越好了,在成长过程中,孩子偶尔犯了错,父母能够容忍、老一辈比较宠爱,往往就是说教成了最大的惩罚。在这样的教育过程中,对于是非观是混淆的,孩子们的狡猾被当成了聪慧,在这样的环境过程中,孩子缺乏了本应该具有的责任感,没有担当责任的勇气。同时,在学校教育过程中,学校教育的重点往往对于知识的学习,成绩好坏就成了老师潜意识中对于学生好坏的评定标准。在教育学生过程中,对于自身修养的方面的内容重视不够,轻视了德育教育是当前学校教育的一个普遍现象。社会正处在高速发展的过程中,精神文明建设还落后于经济建设,在这样的大环境下,各行各业商业化,丧失了人文精神,在这样的教育环境中,孩子往往是保护自身,丧失了承担责任的勇气,没有责任感。

二、培养和提高学生心理抗压能力的必要性及重要性

从大量的事实数据来看,从小经历遭受挫折比较少的孩子,成年以后经常会因为不适应复杂多变的社会环境产生巨大的压力。对于小学生而言,有意识地进行挫折教育,在这个学习阶段是非常有必要的。但是,有意识的教育并不是我们在现实中刻意的教育。科学地进行挫折教育,对于营造出和谐的教育氛围,能够使得小学生在遇到挫折时,老师能够通过支持、安慰及鼓励,帮助孩子增强心理抗压能力,学会积极的面对挑战及失败,而刻意的进行挫折教育往往对于孩子的心理来说只是增加了负担,对于孩子的自我认知会产生不良的影响。

只有让孩子内心温暖,有着自我意识,才能够让孩子形成既能够积极面对竞争,也能够接受自己的失败,成为一个真正自信的人,在这个阶段培养和提高学生心理抗压能力是非常必要且重要的。

三、提高学生心理抗压能力的方式

(一)从家庭的角度着手,构建和谐氛围,建立起亲子之间平等的关系。作为教育来看,家庭其实是教育的主战场,只有构建了和谐的家庭氛围,建立起平等的亲子关系,才能够帮助我们的孩子在生活中更好地面对一些可能出现的挫折。从当前来看,同过去的传统亲子关系相比,虽然说更有了较大的改善,但是家长在心目中或多或少地保留了一些自己的想法,忽视了孩子自己的想法,那么在孩子成长过程中,有些父母往往对他们接受正常的挑战存在一些于心不忍,主动的去帮孩子完成,使得孩子在自己的经历过程中缺失了经历失败,没有获得自我胜利的这种感觉。还有一些家长是从语言上和行为上对孩子的行为进行了过早断言,觉得孩子吃不了苦,经历不了挫折,还有些家长将孩子的愿望完全的忽略,把自己的理想强加在孩子的身上,这样的家长对于孩子的成长形成健康的人格方面起到了阻碍作用,表面上家长把孩子照顾得非常好的好,其实孩子内心缺乏温暖,因为这些孩子没有得到父母对自身价值的一种肯定。而一些孩子能够在成长过程中表现出自信和乐观,则是他们的父母能够将自己的生活和人生和孩子的生活和人生区别开来,孩子和父母之间是处在一种平等的地位上,在生活和学习中始终保持一个标准,学习上

严格要求,生活中严格要求,这样能够让孩子在自己成长的过程中,试着自己去尝试,不断的打磨最终能够面对人生中可能出现的一些挫折。

(二)从教师的角度着手,公平地对待每一位学生

作为教师,公平民主地对待每一位学生是我们工作的基本要求,用自己的行动来对待学生,需要一视同仁,不存在亲疏远近,不要将学生区别对待,分为优等生、落后生,对成绩略微落后的学生要更加的爱护,不歧视,对于身体不好的学生,更是要精心呵护,作为教师,需要自己不断的挖掘每一位学生的闪光点,找出他们积极向上的地方。在课堂学习中,给所有的孩子营造一个公平竞争的学习平台,让孩子们能够在课堂上展现自我,充分出彩,同时要尊重学生的想法,激发出学生的个性,对学生的每一点点进步都要予以肯定,要用公平的态度来对待所有的孩子。作为小学生,正是他们可塑性最强的这个阶段,不管哪一个学生都存在着自己耀眼的闪光点。作为教师,要用平等的目光来对待所有的学生。对于每一位学生的一点点进步,都需要予以肯定,大肆宣扬,将这些正能量的将传递给所有的学生,让所有的学生将自己身边的同学作为自己的榜样。作为老师,一定要弯下腰来看待我们的学生,要用老师的角度来对孩子们之间发生的问题进行公平、公正的分析,要尊重、理解、懂学生,最终给学生形成一个平等交流平等竞争的平台,让学生能够在教师所营造的和谐环境中将真实的自我表现出来。

(三)将学校作为德育工作的主战场,润物无声地对学生进行教育

作为教育工作者来看,德育是润物细无声的一种工作形式。对于现在的小学生正处于一个朦胧的年龄阶段,在生理上刚刚能够独立,但是心里上还比较的幼稚,认为自己能做一些事情,但是从客观的情况下来看小学生还处于容易遇到挫折而产生困扰并缺乏自信的过程。如果在德育工作中,不管是从教师还是从家庭,乃至是学校或者是社会来看,过于露痕迹的挫折教育效果都不好。孩子的跌倒、爬起能力往往是只有通过她不断的跌倒、不断的爬起来才能从中获得,而作为旁观者的教师家长,不管怎样教育都不能取得非常迅速的效果,而且从教师家长学校社会的角度对学生进行挫折教育的时候,往往都是以一种训斥的姿态来面对我们的学生。这样的教育形式,对于小学生来说是充满了压迫和屈辱的,这样的教育使得他们觉得暗示自己很软弱。这样从上往下的挫折教育往往不能够提升我们孩子的心理抗压能力,反而促使他们更加的懦弱,这样不仅没有让学生树立自立自强的意识,反而使得我们的小学生对于家长,老师更加过于的依赖,而对社会更加充满了恐惧。一两次的正式的挫折教育往往不能够给孩子的成长带来非常明显的效果,其实作为教育工作者,我们需要从身边小事做起,随时对孩子进行潜移默化的教育,这样对于培养小学生的独立性格,提高他们的心理抗压能力是具有积极的作用。

参考文献

[1]李磊.挫折教育是素质教育的重要一环[A];国家教师科研基金十一五阶段性成果集(甘肃卷)[C];2010年

初中德育教学生活化探究

李彩媚

(广东省惠州市龙门县实验学校 广东 惠州 516800)

[摘要]学生在初中这个阶段,是形成良好的德育与思想品德的最佳时期。在初中阶段开展德育教学一方面是因为新课改的教学要求,另一方面也是让学生树立道德思想的基础,对学生的人生发展有着重大作用。因此,本文从尊重学生,构建和谐温馨的学习环境;课堂中渗透生活案例,加强学生德育培养;挖掘生活中的德育内容,让学生会归于生活之中方面来进行阐述。

[关键词]初中教学;德育培养;教学策略

在进行初中德育教学工作时,由于初中学生的生理以及心理还未发育成熟,很容易因为社会中或网络中一个举动而进行错误的跟风和学习,影响了初中学生的身心健康发展。特别是在现在这个信息化、网络化发展极快的社会中,很容易让学生受到不良风气的影响。所以,教师要在课堂的教学中切实保障学生的身心健康发展,践行德育教学工作,积极创新教学模式,探索生活化下的德育教学,让学生形成一种良好的行为习惯,提高学生的德育工作。

一、尊重学生,构建和谐温馨的学习环境

由于学生在初中阶段身心发展还未成熟,要是对学生采取强制性的学习措施,学生不仅不会学习知识,还会让学生引发厌烦心理,更不利于德育工作的实施。因此,教师要改变传统的教学模式,引导学生成为课堂的主体,尊重学生的思想,并在课堂中结合教学内容与学生的身心发展状况去创设活动开展德育教学工作,让学生能够积极主动的参与到其中,提高学生的学习兴趣和,让学生对道德思想更一步加深理解。教师还要在课堂当中多与学生进行交流,在课堂中创设和谐温馨的学习环境,加强学生的学习体验,进一步提高学生的学习效率。

比如,在“诚信”相关知识的教学当中,教师可以在课堂中创设相关知识的情

景,让学生分别扮演不同的角色,加强学生的诚信体验。可以让一名同学扮演小兔子先生,小兔子先生答应过自己的妈妈在冬天活动时要照顾身边的小兔子,为他们提供生活所需要的食物,但是小兔子先生再一次意外中摔伤了脚,自己冬天的食物已经成了问题。然后让班里的其他同学扮演小猫女士、小狗先生、老虎哥哥等,让同学共同参与到其中,与小兔子先生共同商讨如何度过冬天,解决自己和其他小兔子的食物问题,共同面对他们之间的问题。通过在课堂中模拟场景,可以让学生体验到诚信的魅力,了解承诺的重要性,对自己的未来发展有着重要的影响。这种教学活动可以让学生积极参与到其中,突出学生主体地位,尊重学生的想法,让学生在情景体验中加深对思想品德认识。

二、课堂中渗透生活案例,加强学生德育培养

在进行德育教学中,教学内容不仅仅局限于教材,还可以在课堂中渗透生活案例,加强学生的道德思想。所以,我们教师可以在课堂当中引入生活中的案例,在课堂中与学生对生活案例进行讨论与分析,从而加强学生的道德感悟,对道德思想形成更深的认识,提高课堂中德育教学的效果。

比如,在“社会责任”相关知识的教学当中,就可以将生活中的案例引入课

堂,结合教学内容展开讨论。可以把“携程幼儿园虐童”的这个事件引入到课堂,把这个事件作为切入点然后教师与学生进行交流与分析,事件中违背了哪些社会问题和道德原则。在分析后引导学生学习德育与社会责任的相关知识,并让学生以这个事件来警醒自己,形成一个良好的思想道德观念,实现健康发展。通过生活案例与课堂教学相结合的方法,提高课堂的效率,促进学生形成良好的道德品质,在课堂中加强学生对思想道德知识的认识,树立良好的德育观念。

三、挖掘生活中的德育内容,让学生会归于生活之中

思想政治作为德育教学的主要载体,虽然思想政治教材可以辅助学生形成良好的道德素质,但是缺少生活的运用。由于这一问题导致学生对道德相关知识理解不透彻,同时也对课堂的开展产生一定的影响,很难发挥出教学应有的价值。所以,在课堂中为了进一步开展德育生活化教学,可以在课堂中挖掘合适的内容,加强学生认知生活中的德育内容,给学生做出引导与理解,让学生会归于生活之中,加深对道德思想的理解。

比如,在进行“爱国”相关知识的教学中,在课堂中为学生导入几个行为:有些学生会升旗杆进行敲打甚至是出现破坏行为,他们这样做是否属于爱国素质低下

呢?在校园中的英雄碑上乱涂乱画是不是属于不爱国呢?根据在课堂中提出的问题让学生进行讨论与分析,让学生对这些现象和行为做出评价,如何做才能够解决这种现象,让学生对这些问题进行深入思考,在思考过后教师结合教学内容给学生做出解释,让学生对生活中的德育内容形成一个全新的认知。通过导入生活中的德育内容,让学生评价这些行为时,可以提高学生的道德观念,加强月道德意识,从而形成一个全新的道德素质观,对自己未来的健康发展产生深远的影响。

四、结语

总之,在初中阶段进行德育教学,教师要引导学生把生活与课堂充分的结合起来,运用生活中的案例和德育内容来加强学生思想道德素质的建设,引导学生形成一个良好的道德观念,促进学生能够健康的发展,树立一个正确的人生观和价值观,为学生未来的发展提供基础的保障。

参考文献

- [1] 罗丙国. 初中德育教学生活化浅议[J]. 教学与管理(18): 59-60.
- [2] 全开衡. 初中德育教学生活化浅议[J]. 新课程(中学), 2014(8): 78-78.

初中道德与法治时政热点应用

丁飞

(内蒙古北方重工业集团有限公司第四中学 内蒙古 包头 014030)

[摘要]本文立足于初中道德与法治教学角度,分析了初中道德与法治时政热点应用策略,希望具有一定参考价值。

[关键词]初中道德与法治; 时政热点; 课堂教学

引言

随着教育改革的不断深化,时政热点的应用越发重要,因此,对初中道德与法治时政热点应用的研究有着鲜明现实意义。

一、初中道德与法治课堂教学的现状分析

1. 道德与法治课堂教学模式较为单一

教师授课的教学模式必须要依据教学的内容而进行转变,决不能一味地使用同一种模式而不进行改变。在学生不同的学习内容时,我们教师却不改变教学方式,让学生学习的积极性逐渐丧失,而且更为严重的是我们上课的教学目标就根本无法去实现。

2. 没有重视学生能力的培养

在道德与法治课教学过程中,一些任课教师在忽视教学方法的同时,还缺乏对学生能力的有效培养。每当出现疑难问题,教师就想替代解决,不给学生思维考虑的机会。当学生在完成课后习题任务时,不是找寻有效的途径去引导学生进行思维,不去锻炼培养学生的思维能力,却将正确的问题答案直接展示在学生面前,这种状况必然会让学养成上课不认真听讲和不积极思考问题的不良习惯。

3. 初中道德与法治教学效果不理想

这种局面责任归属多方面,既有学校及教师方面因素,也有学生家长原因,同时还包括学生自身因素。初中道德与法治学科理性较强,我们任课教师在教学中倘若没有重视各教学内容间的密切联系,没有给学生讲清其中所蕴含的深刻道理,在这种状态下,导致学生没有良好的心态去进行道德与法治课的学习。在当前新课程理念指引下,道德与法治的题目较为广泛,题型较为丰富,假如学生在测试时只去重视道德与法治理论知识的话,而忽略了学生的能力培养,那种处于死记硬背模式下的学生,自然不会取得理想的考试成绩。

二、时事热点在初中道德与法治教学过程中的应用策略

1. 注重于时事热点融入课堂导入环节

上好课的一个非常重要的环节就是课堂导入部分,我们教师必须重视起来,抓好道德与法治课的导入环节。为此,可以在课堂的导入环节依据课堂教学内容恰当地选择与之相匹配的时事热点,通过对时事热点的剖析来抓住学生上课的注意力,促使学生全身心投入到道德与法治课的学习中去。当今信息技术非常先进,我们就可以利用为学生展示相关的政策内容,配以旁白引发学生的思考。或是展示与学生较近的新闻短片或是图片,吸引学生的注意力。可以使得学生拥有良好的课堂导入过程,以较好状态投入到道德与法治课学习中。

2. 有效倡导学生进行时事热点的自主搜集

授课过程中,光凭借任课教师为学生提供与之匹配的时事热点是达不到训练目标的,还需要道德与法治课教师采用有效方式正确引导学生进行时事热点的自主搜集环节。通过学生对时事热点的自主搜集,定会大大提高道德与法治课堂的教学效果,恰到好处地锻炼了学生对相关时事热点的透彻理解能力,同时学生的动手操作能力以及自主学习能力也会相应得到有效锻炼,从而真正意义上实现预定的道德与法治课教学目标。当我们学习到法律保护我成长这部分内容时,道德与法治教师就倡导学生去针对教材的内容,自主进行相关新闻事件的搜集,通过这个过程让学生懂得信息收集的重要性,从而实现有效的教学目标。

3. 设计时政教学活动,教给学生学以致用的方法

设计时政教学活动的主要目的是培养学生的自主学习能力,让学生在生活中可以灵活地运用在课堂中学习到知识,从而让学生在成长的道路上走得更顺利。为此,教师要善于从学生的角度入手,遵循以人为本的教育原则,将更多的课堂时间交给学生,让学生成为道德与法治课堂的真正主人。

例如,在教授有关“爱护、保护身体”的相关课程时,教师可以提前准备一些相关的时政新闻与热点资讯,并以此为切入点来引发学生的讨论,让学生从自己的角度出发来提出个人见解;或者将学生分成多个学习小组来展开情景模拟,让学生懂得如何在面对他人侵害时更好地保护自己,以此进一步提高学生的安全防范意识。此外,教师也可以让学生收集一些相关的时事信息,在小组内分享自己的理解与课后感悟,以此帮助学生进一步巩固在课堂上所学的知识。

4. 交流展示,对时政教学实践活动展开总结

首先,在课程学习结束后,教师要指导学生自行编制时政热点备忘录,将课堂中接触和学习到的时政信息、重难点知识记录下来,并在每个问题点后加上备注,从不同的角度入手,展开深入剖析,以此培养学生的逻辑思维能力和发散思维能力。同时,教师要鼓励学生设计一些练习题,让各个学习小组之间相互答题。例如,在G20峰会期间,教师可以让学生以此为大方向,设计一些与“中国关注”有关的小问题:中国为何会引发世界关注?中国在国际中的影响力如何?中国在国际社会中扮演什么角色?你觉得G20峰会是一场什么样的盛会?

其次,教师要为学生营造轻松愉快、自由民主的课堂氛围。教师需要全程关注学生在课堂中的动态化表现,在主课程正式开始前,可以安排几分钟时间让学生自行讨论或是进行相关主题的自由演讲,引导学生提出对此节课所教学内容的期待。由于学生的理解和分析能力尚未发展成熟,教师要善于引导学生学会思考、解决问题。例如,在学习了解何为“从严治党”“依法治国”“人民利益高于一切”“法律面前人人平等”等相关知识点时,教师可以借助热播电视剧《人民的名义》、现阶段全国上下开展得如火如荼的扫黑除恶专项斗争等相关的时事热点来帮助学生理解。这样既能帮助学生轻松学习这些知识点,又能让学生感受到自己与时政的零距离,从而增强学生的主人翁意识。

结论

综上所述,在初中道德与法治课教学中有效地融入时事热点,学生的学习积极性就会激发出来,学生的道德与法治意识也会步入正常的发展轨道,学生的视野开阔了,明辨是非的能力增强了,使得学生对国家的方针政策有细致了解,让初中生形成了初步的政治素养。

参考文献

- [1] 王玉红. 信息技术为初中道德与法治教学增光添彩[J]. 学周刊, 2019(27): 142.
- [2] 卢昌龙. 基于核心素养背景下初中道德与法治活动型复习课的构建[J]. 课程教育研究, 2019(31): 56.
- [3] 郭丽敏. 浅谈初中道德与法治中考复习策略[N]. 发展导报, 2019-06-14(017).
- [4] 王谦峰. 巧用当前时政热点 激活道德与法治课堂——以九年级“聚焦时政·热点播报”实践活动为例[J]. 基础教育参考, 2017(13): 78-79.