

小学语文教学中渗透心理健康教育的研究

袁家英

(贵州省六盘水市水城县第二小学 贵州 六盘水 553040)

[摘要]随着人们意识的觉醒和对教育的重视,我国的教育正在面临越来越多的改革。因此,小学生的心理健康教育也就成了小学教学中的一项重要工作。但是在小学的授课中增添一门课会对小学生造成课业的负担,所以可以在其他学科教学过程中进行心理健康教育,将两者有效的结合起来,这样不仅能加强教学的趣味性,还能提高学生的学习效率。本文主要通过小学的主要学科语文,在其中渗透心理健康教育,让学生在学的过程中了解心理健康教育。

[关键词]小学语文教学;心理健康教育;方法策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.05.1162

小学语文教学是小学教学的主要内容,同时语文也是主要对小学生进行思想品德教育的过程,因此,小学语文教师在教课的过程中可以穿插一些心理知识,将教学的内容心理教学联系在一起,这样既可以培养学生良好的品德,又可以培养学生良好的心理素质,让学生能够更加健康的成长。

一、小学语文教学中渗透心理健康教育的意义

语文具有丰富的人文内涵,代表着中华5000年的历史底蕴,不仅能够表达人们对思想品德的要求,还能培养学生坚毅的性格。因此,在小学语文教学中渗透心理健康教育具有十分重要的意义。语文教材中含有非常多的、具有很好的对学生引导意义的教材,可以引导学生正确的认识世界。语言的本身就是表达感情的一种方式,因此在教授语文的过程中穿插一些,有趣的心理健康教育知识,既可以让整个学习的过程中充满趣味性,也能让小学生拥有一个比较健康的心理,并且能够正常的宣泄他的情感。小学的语文教学不应该是一格不变的,要在其中穿插各种趣味性的故事,不仅可以塑造学生的品格,还可以养成健康的心理,并且在教学的过程中也可以,渗透一些心理健康教育的相关故事与学生进行讨论,并且教授正确的心理健康知识,同时可以将心理健康教育与课后作业结合在一起,让学生能够正确的表达自己的情绪,达到让学生心理更加健康、情感更加丰富的目的。

二、在小学语文课堂中渗透心理健康教育的有效策略

(一) 确立心理教育的目标

由于中华有5000年的历史,并且有浩瀚如烟的文海,因此为了让小学生能够更加全面的学习到中华传统文化知识,培养民族的自豪感,因此,语文教材中的选择的材料都特别多,所以作为一个教师,就要确定本学期的目标,确保自己传授的知识,能够被小学生所掌握。因为一个学期的时间除了吃饭和睡觉就会很短,并且语文教学也仅占整个学习时间的一部分,要在这么短的时间内,将这么广泛的知识糅杂在一起教授给学生是不可能的,所以老师就应该对语文教材中的材料进行评判,确立整个学期的教学目标。在语文教学中渗透心理教育知识,并不意味着在所有的语文教学中都教授心理知识。因此,教师在备课的过程中要严格的选取教材和重点,确立整个教育过程中的目标,这样才能让学生在教育中实现更好的成长。

(二) 结合教材

现在很多新的语文教材中,很多素材都与心理教育存在很大的关系,因此,教材中的内容会比旧的内容更多更丰富,容易引起学生对语文的学习兴趣。比如在语文课本中,就经常会有很多英雄人物作为小学生们的榜样,以此来教导学生们拥有良好的品德,以及活泼的行动力,这同样是心理健康教育的一种形式,所以教师在这种情况下就可以结合教材内容对主人公的心理状态进行充分的了解和讲解,促进小学生拥有健康的心态和正直的品格。同样教师在教授课程的过程中,也可以通过游戏的方式或者演戏的方式,让学生扮演不同的角色,分别饰演各种拥有正能量

的角色,让学生在扮演的过程中体会英雄的心理历程,进而更好地开展心理健康教育。

(三) 创造良好的学习环境

小学生是具有非常强的学习能力的一个群体,教师作为他们接触最多的一个人,因此学生们都比较喜欢模仿老师,所以教师对学生的态度和行为举止决定了小学生的心理是否健康,因此,教师在教的过程中,应该注意学生的心理变化,注重师生平等,多了解学生,多鼓励表扬学生,这样才能提高学生的活跃性和对语文学习的兴趣。比如有的同学在学习的过程中,经常交头接耳,和同桌玩闹,因此老师点了他的名。在老师与学生谈话后发现教师在教的过程中出现了一些失误,这个同学想指正,所以教师要表扬这位同学,同时指出他的问题,教育他正确的回答方式。因此在课堂上,教师要特别关注讲台下的学生,和学生平等的交流,态度要亲和,但同时又要有教师的威严,因为小学生的自律性比较差,容易导致教学上出现问题,影响其他学生的学习效率,所以我们要为学生创造良好的学习环境,同时又要顾虑到学生的心理需求,保障学生能够健康的成长。

(四) 让学生积极参与第二课堂活动

第二课堂活动是小学语文教学的课下补充,也是现在小学生学习的一个重要的途径。小学语文教学不能仅仅在课堂之上进行教学活动,还要通过实际的行动和课外运动,来锻炼学生们的心理健康,在课外运动的过程中,由于竞赛和运动本身,就有锻炼学生心理能力的效果,在考验题语文的能力的同时,还特别考验小学生的心理承受能力。比如在举办一些读书活动、征文活动和竞赛活动的时候,就能充分发挥学生的聪明才智,表现出他个人的优缺点,教师在比赛的过程中,通过鼓励等方式来加强他的心理素质,同时体现出他的个人人格。

结语

可以有有效的提高学生的心理素质,引导学生正确的认识世界,同时培养学生坚毅的性格。因此,在教育的过程中,首先要确立心理教育的目标,结合语文教材中的材料来进行心理教学,同时要给学生创造良好的学习环境,在课下鼓励学生积极地参加第二课堂活动,这样才能让心理教育彻底的渗透于小学的语文教学中,提高学生的心理素质,让学生能够更加健康快乐的成长。

参考文献

- [1]曹建彬.浅谈如何在小学语文教学中渗透心理健康教育[J].学周刊,2015(31):91.
- [2]李汝娜.关于小学语文教学中心理健康教育的几点思考[J].课外语文,2019(34):159-161.
- [3]李建花.浅谈如何在小学语文教学中渗透心理健康教育[J].关爱明天,2014(8):75.

小学数学教学中渗透心理健康教育的研究

张春华

(贵州省六盘水市水城县第二小学 贵州 六盘水 553040)

[摘要]小学的教学过程中,数学学科是其中一项十分重要的学科。在学校的教育过程中需要渗透心理健康教育。渗透心理教育是一种新型的教学方法,尤其是在数学学科中得到了广泛的应用。数学教学过程中,作为教师要重点打造教学的情境,充分地挖掘教学材料的内容,组织教学活动的开展,同时要将知识的背景有所掌握,才能全面地渗透心理教学,给学生提供一个良好的学习环境,学生也培养了兴趣,养成了良好的学习习惯,更好的在学习中体会到知识的乐趣。

[关键词]小学数学教学;心理健康教育;渗透策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.05.1163

通过大量的实践证实,在数学教学中融入心理健康教育,不仅可以大大激发学生的学习兴趣,同时还为学生树立了正确的人生观和价值观,培养了学生健康的学习心理,分散了学生的思维模式。为此,教学过程中要强化渗透心理健康的教育力度,是目前开展素质教育的一项重要工作。

一、开展学生心理教育的重要意义

学生在学习过程中,尤其是小学生由于自身的心智尚未成熟,在心理问题和压力感上会有很多的压力,但是作为教师和学生尚未有所重视,单纯地认为是学生的自身原因和问题,也尚未关注和观察,学生的身心健康得不到发展,同时导致学习任务难度大。从我国的小学教学实际情况和学生心理健康分析,小学的教学开展心理健康教育有以下几个方面的作用。第一,促进学生的身心健康,给学生树立了正确的人生观和价值观。在小学时期,是关键的时期,也是学生培养学习习惯和人生观的重要环节,开展心理教育,可以让教学工作更好的开展,也助于教师的钻研。第二,促进了学生之间的互动和沟通,激发了学生的工作兴趣和积极习惯。现阶段,是信息随时变化的时代,学生要想在学习中更快地加入群体中,就需要有很

强的环境适应力,才能快速地融入。第三,培养了学生独立、自主的学习能力和学习观念。在学生的学习过程中,学习观念是一项基础,良好的学习意识可以让学生面对困难更好的解决和处理,激发了挑战性。

二、创设愉悦情境,激发学生对事物想象的兴趣

学习是一种能力,同时兴趣也是老师。学生在学习中针对内容和材料如果有强烈的兴趣就会有吸引力,同时学生在学习中也会有很大的动力,学生在学习中是处于兴奋的状态,可以大大激发学生的主动思考,教学在进行教学活动中也能参与到活动中。教师要按照学生的不同情况以及学习的现状作为基础,开展数学教学中要结合当下的实际情况,创造一个情景,让学生有学习的兴趣,让学生更喜欢学习数学。例如,学习吨位的知识点,开展教学中就可以给学生创造一个教学情景,学生可以当作检查人员,在教师内墙壁上放上牌子,写上限量13吨,可以考一考学生能通过几辆车?如果第一辆是5吨的车,剩下两辆车的重要应该多少呢?问题要贴合学生的实际情况,才能大大激发学生的思考,每位同学都会认真地计算和想象。通过这种情景模式的教学,不仅体现了人文性,同时在学习数学知识的同时发散了

思维。单纯地开展数学教学，由于数学枯燥无味，会感到单一，缺乏兴趣，同时也无法理解知识。另外，通过这种模式，学生在情景中不仅有了自己的想法和言论，还能促进师生之间的互动，学生之间的合作等，学生在学习中不仅提升了心理素质，也有了正确的学习态度，教学目标得以实现。

三、倡导合作交流，发挥出沟通的作用

当今社会，合作是一种能力，和知识相比要重要很多，同时也是一种综合素质的体现。在二十一世纪，要学会合作。合作交流，也就是在学生自身个人上，多成立小组等各种组织，然后在集体中发挥出自身的优势，同时展示自身的思维和防范，可以互相地讨论，实现互补，也能找到适合自己的解决方法。俗话说，两个苹果进行交换，换来的还是两个苹果，然而两种思维交换，就能有不同的思想。要发挥出集体的意识，让学生参与到共同活动中，学生的心理机能得到了促进，同时也增强了交往的能力。在合作学习中，要通过教师和学生，学生和学生的互相合作和构图龙，实现互相尊重，互相学习的目的。目前，小学生多数都是独生子女，不仅自我意识很强，同时还有很强的自尊心，和人交往的能力较差。为此，进行教学中，教师就要创造情境，多和学生进行沟通，组织小组活动。学生和之间多互动，让自己的想法和其他学生的想法进行碰撞，增加了自身的想象力，同时也让学生学会了多听他人的想法和意见，另外，学生也获得了平等的机会，让学生树立了自信心。

四、不同学生性格进行差异化的引导

进行数学课堂教学中，很多性格偏内向的学生面对老师的提问，会有点反应过于迟钝，无法和教师之间形成有效地互动。对于，进行实际的教学中，教师就要

给这些学生多创造一些问答和回答的机会。教学提出各种问题，一些性格内向的学生积极性不高，不敢发言。对此，教师就要鼓励学生，大胆地发言，要和学生多互动和沟通，给学生提供多表达自己的场合和机会，让学生的交际能力大大提高。另外，学生在回答问题的同时，如果有错误就能及时地思考，及时地纠正，学习的效果和目的也得以实现。对于性格外向的学生，由于这些学生在课堂中比较积极。学生也会爱表达也会发生扰乱课堂的秩序，不仅会影响到教学的质量，同时也会影响到其他学生。教学就要按照不同学生的特点，尊重每位学生，通过合理地方式将学生的想法表达。

结语

综上所述，随着新课改的不断深化和改革，开展教学中渗透了心理教育。将以往的教师作为主体的位置有所转变，教师不再过分地看中学习成绩，而是重点放在了素质教育上。在数学教学中应用心理教育，实现了互动促进，学生在学习中形成了一个良好的习惯，也激发了学习的兴趣。

参考文献

- [1]徐金娟. 浅议在数学课堂教学中渗透心理健康教育的有效途径[J]. 数学学习与研究, 2018(11).
- [2]代德之. 小学数学教学中心理健康教育的渗透策略[J]. 课程研究教育, 2017(30): 115.
- [3]刘雪梅. 数学课堂讨论和心理健康教育的影响分析[J]. 小学教学参考, 2017(9).

成语故事教学中伴随高中生健康心理培养策略

蔡应琴

(贵州省石阡民族中学 贵州 石阡 555100)

【摘要】中华文化博大精深，无数成语故事藏身于悠悠历史长河之中，它是传统文化的凝聚，是历史事实的写照，是民族文化的瑰宝。不同的成语故事折射出其独特的含义，通过对成语故事的学习，可以拓宽视野，感受独具特色的传统文化。成语故事所涉及的知识领域较广，其中就包括心理学知识，在成语故事教学中，对故事人物、语言、行为等进行心理分析，使学生感悟成语故事中所含有的心理健康知识，本文就如何通过成语故事教学培养学生的健康心理展开论述。

【关键词】成语故事教学；健康心理培养

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2020.05.1164

成语故事是中国历史文化的缩影，学习成语故事会对我们产生潜移默化的影响，在不经意间就会懂得一个又一个的道理。例如通过闻鸡起舞这个成语故事我们懂得了成功离不开刻苦努力和自律，精卫填海这个成语故事告诉我们锲而不舍这种精神的可贵，也丰富了我们的想象力。所以说学习成语故事，理解其所含道理，可以帮助我们塑造健全的人格，学习优秀的品质，开阔我们的胸襟。

一、成语故事所包含的心理健康知识

高中生的生活压力较大，这些压力不仅来源于高强度的学习，还来源于人际交往关系、学习成绩的升降、情绪管理不当等。我们不仅要关注学生的学习状态，还要重视他们的心理健康教育，注重他们的人格培养。高中生拥有一定的知识储备，理解能力也达到一定程度，在此基础上，通过成语故事教学以实现心理健康教育的目的。

健康不仅仅指身体健康，还包括心理健康、道德健康以及良好的社会适应能力^[2]，其中心理健康更是一种持续的状态，需要长期教育和引导。成语故事具有独特的新引力，一个个短小精悍的故事往往会激发人们阅读的兴趣，故事中所写人物的无畏精神、吃苦耐劳的品质、与人交往的技巧都值得人们学习。成语故事言简意赅，却含义深远，值得人们深思。

二、如何在成语故事教学中培养学生的健康心理^[2]

(一) 创编教材

在成语故事教学过程中，需要选择合适的教材，教材内容要有针对性，需要根据现阶段高中生的生活情况制定。包括人际交往、爱情、友情、抗压能力、情绪管理等方面。同时要保证教材的高质量，要讲明成语故事的出处，相关知识链接，意思理解，着重开发心理健康教育。教材还需要配上与故事相关的插图，吸引学生目光，丰富学生想象力。

(二) 在教学过程中充分挖掘心理健康教育的要素

在成语故事学习的过程中，应有所侧重。在进行人物分析时，应结合该人物的成长环境，当时的历史背景，进行全面分析。

引导学生主动思考故事中所含的道理，以及应该学习人物哪些优秀品质。使学生意识到什么是真正的心理健康，提高自己的道德修养，加强自身心理素质。

三、具体实施方法

(一) 开设课程

高中生的学习强度较高，学校可以每两周进行一次学习，学生可以趁此课程放松一下因学习高速运转的大脑。此课程老师可以由班主任担任，教师需要认真备课，学校要定期检查。

(二) 设立学习小组

同学们以小组为单位围绕故事展开讨论，并发表感言。引导学生联系实际生活，所学知识能否付诸实际，能否帮助自己和周围的人。

(三) 定期开展文化活动

简单的课堂学习无法使学生获得强烈的参与感与认同感，还需要举办形式多样，多彩有趣的教育活动。例如举办成语故事还原大赛，鼓励学生积极参与，通过还原故事情境，不仅使学生体会更加深刻，还使学生在准备过程中学到更多知识，增加了知识储备量，提高了文化修养。

(四) 充分利用校内校外的教育资源

充分利用校内校外的教育资源，积极与其他教育机构交流合作，打造心理健康特色教育。

(五) 心理健康指导老师自身素质要高

在教学过程中，教师的个性往往在无形中影响着学生，且影响巨大。教师应该对所有学生一视同仁，教师的情绪往往会对学生的心理造成伤害，因此教师需要具备良好的情绪控制能力，可以控制自己的消极情绪，教师的意志力、创造力都会对学生产生影响。教师需要意识到心理教育工作具有长期性、缓慢性的特点，要增强自己的毅力，做到知难而上，不过于求成。教师对学生要有全面的了解，锻炼自己的观察能力，可以及时发现学生的心理变化。还要发挥自身的创造力，善于寻找心理健康教育的机会，在教育学生时，要融入自己的真情实感，发挥自己的人格魅力，从而影响学生。

同时教师也要不断提高自身的文化修养，才能更好地服务于学生。高中时期正是学生形成三观的重要阶段，非常需要有人正确引导，教师要帮助学生驱除阴霾，积极向上、自信开朗的生活。

总结

总而言之，高中生的心理发展不能忽视，要重视心理健康教育，引导学生形成正确三观。影响学生心理健康的因素有许多，但开展心理健康教育的方法也有很多，成语故事教学便是一个不错的方法。在成语故事教学中培养学生的健康心理，需要学校、老师、同学们的共同配合，在教学中不仅可以促进学生身心健康发展，还可以增加学生的知识储备，提高人文素养，使学生感受传统文化的魅力，更加自强自立。成语教学与培养健康心理相结合，将会取得有效成果。

参考文献

- [1]于志华. 加强心理健康教育注重高中生人格培养[J]. 林区教学, 2007, (06): 22-23
- [2]马三粉. 成语故事与心理健康——以江苏省兴化市戴南中心小学校本课程为例[J]. 江苏教育, 2018, (64): 54-55.