

力与实力做好一件事。思想上为学生灌输“我能行”的意识，以自我心理暗示与反复练习，培养学生养成良好的勇气与坚强心理素质。

2 初中体育教学渗透心理健康教育的策略

2.1 对教学方法进行创新

众所周知，学生注意力集中时间不长，学习中以无意注意为主，厌烦老师课堂上枯燥乏味的讲解与练习。课堂教学中，老师要根据教材与教学特点，基于学生求新、求变及求异的心理特征、灵活应用教学方法，便于学生充分体验体育学习乐趣，全身心投入到体育学习中。比如体育教学中，穿插游戏或组织适度竞赛都可获得这种效果。体育教学中，老师要尽可能使学生掌握基本运动技能，还要重视学生心理品质发展，结合教材特点分股教学手段，对教学方法进行创新。老师只有深入了解学生掌握学生心理特点，准确把握学生心理需求，全面发掘教材中隐含的相关心理健康因素，创造有效的情景，并结合赏识性与激励性评价，以此满足学生心理需求发展的同时，为学生心理健康发展奠定基础。

2.2 悉心指导学生，树立学生自信

在学习中，学生难免会遇到不会的题目或成绩下降的问题，容易自信心下降、心情抑郁，不利于身心健康。在初中体育教学中，教师要善于发现学生身上的优点，引导学生主动参与体育活动，增强学生的锻炼意识，为学生树立自信心。初中生之间存在明显的差异。教师需要充分了解学生，运用灵活的方式开展体育活动，解决学生在体育锻炼时的困难，用欣赏的眼光看待学生，提高学生的自我认识，促进心理健康教育在高中体育教学中的渗透。例如，在“快速跑”的教学中，部分个子矮或身形胖的学生因为身体素质较差，无法取得良好的成绩，出现了自我放弃和不自信的问题。这时，教师应积极渗透心理健康教育，引导学生正视自己的能力，发现自己的长处。教师要悉心指导学生，可以让学生通过慢跑及蛇形、圆形、螺旋形等图形变换跑锻炼身体，提高跑步能力，还可以让学生仔细观察跑步能力强的同学是怎样跑步的，鼓励学生请教同学，以此提高自信心，增强体育综合能力。

2.3 坚持因材施教，保护学生身心健康

体育教学在传授学生体育知识的同时，还能在体育活动中渗透心理健康教育，发挥体育课程的优势，积极促进学生的全面发展。教师在体育教学过程中会发现，

多数学生存在自卑心理，潜意识里总是认为自己不行，极度缺乏自信。因此，要求教师要深入观察每一个学生的表现，积极贯彻“以人为本”和因材施教的教学理念。将关注点放在每一个学生身上，针对学生的性格特点、兴趣和个人身体素质的不同设定不同的目标，并在实践过程中适时调整。比如，有的学生跳高好，有的学生跳远好，还有长跑能力强的等。教师要在个性化教育中，充分给予学生展示的舞台，让水平不同的学生都能在体育运动中有所收获，逐步提高学生的自信心，保护学生的身心健康。在学习排球发球技巧中，教师要依据学生臂力的强弱程度展开针对性教学。有的学生力量较强，教师可以对其提出更高的要求；对臂力较弱的学生，教师可以加强引导，锻炼学生的臂力。在这种相应的针对性训练中，培养学生科学锻炼的意识，让学生了解到自己的体育优势，以便在日后的锻炼中突出该方面的专项训练。在这种方式下提升自己的运动能力，保护学生积极运动的心理。

结语

从发展的角度分析，为了进一步推动学生心理健康水平的提升与优化，在教学过程中，教师应积极做好心理健康教育工作的开展与落实。在这一问题上，经过长期研究，研究人员指出，在教学科目中，体育教学工作具有较强的实操性与互动性，通过相关教学内容的开展与落实，教师可以有效引导学生通过体育运动实现自信心的建立与生活学习压力的合理释放，对于学生健康心理状态的培养与优化具有积极的意义与价值。

参考文献

- [1] 宋加友. 阐述初中体育教学中渗透心理健康教育的方法[J]. 课程教育研究, 2019(42): 230-231.
- [2] 马峰. 浅谈初中体育教育中心心理健康教育的渗透[J]. 当代体育科技, 2018, 9(28): 129-130.
- [3] 陈向阳. 县域初中体育教学中渗透心理健康教育的必要性[J]. 课程教育研究, 2018(16): 195-196.
- [4] 石敬东. 浅谈初中体育渗透心理健康教育的有效策略[J]. 中国校外教育, 2019(29): 16-17.
- [5] 骆润生. 初中体育教学中健康教育的实施现状及改善策略研究[J]. 当代体育科技, 2019, 9(26): 98-99.

初中道德与法制对学生法制意识的培养研究

张梅

(那曲市比如县第一初级中学 西藏 那曲 852300)

【摘要】长久以来，我国对学生的教育非常重视，初中阶段的学生正是形成良好道德品行的重要时期，形成价值观、人生观、世界观的重要阶段。因此，在教学过程中，更要重视培养学生的法制意识，教师在教学中运用相应的法律素材，教材内容，实际生活情况，引导学生学会应用法律，合理的运用法律维护自己的合法权益，帮助学生建立正确的法律意识，提高自身的综合素养。

【关键词】道德法制；初中；培养研究

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.06.1165

初中时期正是学生形成三观的重要阶段，是培养学生道德与法制意识的重要时期。因此，要重视培养初中生的道德与法制意识。教师良好的引导能够帮助学生树立一个正确的道德法制意识，以学生实际生活为主要基础素材，将教学内容融入生活，指导学生积极参与实践活动，分析多种实际案例，小组合作探讨，以培养学生法制意识为目标，提高学生的道德法制意识。

一、改变传统教学方式，重视培养学生道德法制意识

以往的教学课堂中，受传统教学观念影响，教师多数采用的都是“灌输式”教学方式，以教师为主体，导致学生学习兴趣下降，课堂质量、效率降低。在道德法制的实践教学中，教师要充分的根据学生的学习特点和学生的主要思想开展教学，在传授知识的过程中，还要重视培养学生的法律意识。教师在教学中可以根据学生实际的学习情况设定教学目标，明确教学目的主要是培养学生道德与法制的意识，教学内容要根据学生掌握的知识情况设定。

例如：在教学《生活需要法律》时，教师在备课时可以设定以下几个教学目标：（1）了解法律产生的过程；（2）体会法律对生活的作用；（3）了解我国法治建设的发展历程，懂得依法治国的意义。运用多媒体教学方式，将相关的文字和图片做成课件，在观看课件之前，教师根据教学目标提出疑问，让学生带着疑问观看课件，同时营造一个轻松和谐的学习氛围。这样新颖的教学方式不仅仅能够加深学生对所学知识印象，能够充分激发学生的学习兴趣和，促使学生探究相关的法律知识，还能增强学生的法制意识素养。

二、充分运用教材内容，结合实际生活教授法制观念

教师在日常教学中，除了传播知识以外，更重要的是培养学生综合素养。在教学过程中，教师要充分掌握教材内容，将教学内容融入学生的实际生活中，通过真实的生活情境，运用学习到的知识技能和法制意识进行判断，让学生在，明确法制观念的同时，能够培养学生的法制意识。

例如：在教学《生活与法律息息相关》时，教师根据实际生活中出现的情况对学生提问，“我们的QQ密码要告诉家长么？”；“我们的背包其他人未经允许可以翻看么？”；“日记可不可以随便看？”等。多种日常生活中会遇到的问题，在回答之前，组织学生围绕问题进行探讨和研究，引导学生们在研究的过程中明白隐私权是什么，隐私和隐私权的区别是什么，当隐私权被侵犯的时候，应该怎么维护自身权益。在探讨的过程中，学生可以自由的发挥自己的观念，让学生明白

公民是享有隐私权并且是受到保护的，在探讨过程中潜移默化的增强学生法制观念。

三、运用多种案例教学，合作探讨提升学生法制素养

初中的道德与法制的课堂教学中，教师作为学生的引导者和促进者，要充分发挥自身的教学能力，运用多种案例教学，将案例内容和实际生活结合，引导学生进行分析研究，在研究过程中能够加深法制知识，了解相关法律问题的解决方法。

例如：在学习《遵守公共规则》时，教师提前备好真实发生过的案例内容，比如：吉林一名10岁男孩在道路上逆向骑自行车，不慎与大型客车相撞，最终抢救无效死亡。男孩父母对肇事司机提起诉讼，告到法庭，要求司机承担民事赔偿责任，索赔1000万元；大连的海洋动物馆，一个小女孩钻过围栏喂养动物，不小心被动物咬伤。教师根据学生数量建立辩论组，针对这两个案例进行分析和讨论，在讨论的过程中，教师适当的引导学生清晰的认知相关法律法规。辩论结束后，教师要进行总结和分析，将学生某些较偏激的观点或者错误错误的处理方式进行讲解和更正，促使学生在观点互补中能够加深法制意识，提升学生的综合法制素养，学生的道德行为得到有效提高。

结语

综上所述，培养学生道德法制意识是一场“持久战”，教师在实际教学中需要充分的认识到不仅要传授学生法律知识，还要运用法律知识约束学生的行为，引导认知到当自身的合法权益受到侵犯时，采用法律武器保护自己权益的重要性。通过创新教学方式，改变传统教学理念，结合实际生活教学，探讨教材内容。更加重视培养学生道德法制的意识，帮助学生树立正确的法律观念，建立良较高的社会责任感，让学生能够在不断成长中综合素养都能够得到有效提升。

参考文献

- [1] 曾辉. 如何运用情境教学法培养学生的道德与法治意识——以初中道德与法治教学为例[J]. 考试周刊, 2020(73): 109-110.
- [2] 龚小斌. 基于主题情境探究教学模式的法治意识培养——以统编版初中《道德与法治》“依法行使权利”内容为例[J]. 试题与研究, 2020(21): 4-5.
- [3] 杨妮, 吕德锋. 核心素养背景下法治意识在初中道德与法治课教学中的实例分析——以《公民基本义务》为例[J]. 考试周刊, 2020(64): 113-114.