

# 双减背景下小学音乐教学对学生心理健康发展的影响与实践

杨浩阳

深圳市宝安区福新小学

**[摘要]**随着我国教育的不断进步和发展,在小学阶段,音乐这门学科逐渐受到了广泛的关注和重视。在如今,双减政策逐渐得到了广泛的落实与发展,教师需要在教学过程减轻学生的学习负担和学习压力,重视对于学生心理健康的教育。在这一过程中,教师需要认识到音乐对于学生身心发展的重要影响,通过合理、科学的教育方式,来为学生提供良好的学习环境和生活环境。只有这样,才能够促进学生的全面发展,让学生在小学阶段便形成正确的思想意识,良好的身体素养,这样才能够发挥出小学教育的重要作用。本文将针对如何在双减政策下利用音乐教学促进学生心理健康发展这一问题,提出几点相关的建议和策略。

**[关键词]**小学音乐;心理健康;双减政策;教学策略

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.11.1781

在小学阶段,大部分的学生都处于身心发展的重要时期,因此,在开展小学音乐教学时,教师便需要全面渗透双肩政策中的要求,以促进小学生心理健康发展为主要目标,来进行教学活动的开展。在课堂中,教师需要充分的挖掘音乐教学内容的趣味性,积极的改善、创新教学方法和教学手段,以多元化的方式来进行教学环节的设计与安排,使学生能够在这其中拥有良好的学习体验和学习效果。只有这样,才能够为学生构建出良好的成长环境,使其通过对音乐的学习和感悟,不断提高自身的审美思想和情感意识,让学生能够通过音乐而对自己所处的生活环境和学习环境产生一个正确的认知,使其以一种积极的态度来面对生活和学习过程所出现的困难,这样便能够促进学生心理的健康发展。

## 一、音乐教育对于小学生心理健康发展的积极影响

### (一)陶冶学生的情操

在小学阶段,音乐这门学科是必不可少的一门学科音乐课程,是小学阶段审美教育的重要渠道。在开展音乐课堂的过程中,能够通过教学内容,促进学生形成良好的思维品质,丰富学生的文化知识,促进学生心理和身体的健康发展。这一学科对于学生的影响主要体现在思想、审美上。在小学阶段,音乐是一种特有的教育形式,教师需要充分的利用音乐学科的艺术性来陶冶学生的情操,带给学生潜移默化的影响,使学生深入课堂受到音乐所创设情景的感染,而激发自身的情感认知。音乐是表达情感、抒发情感的重要方式,教师需要利用这一特点,帮助学生在产生情感共鸣,加强学生的审美体验,让学生在欣赏的过程中保持自己内心的单纯和美好。根据科学研究结果,我们发现,人们在听音乐的过程中,心跳、体温、激素分泌都会发生一定的变化,并且也能够起到振奋精神、坚定信念的作用。于是,在课堂中,通过音乐教学,便能够陶冶学生的情操。

### (二)开发学生的创造能力

在开展音乐课堂的过程中,主要需要通过唱歌、作曲、节奏等等教学环节,来帮助学生掌握丰富的音乐知识。而在这一过程中,教师需要通过循序渐进、由简到难的规律来进行教学环节的设计和安排。并且,还需要在完成教材中的学习任务基础上,让学生进行拓展学习,添加创作这一学习环节。因此,在音乐课堂中,便能够充分的挖掘学生的学习潜能和创造能力。根据教育心理学研究,我们发现,虽然学生的创造能力可以通过专门的课程来进行培养,但最好的培养

方式就是将其结合学科内容,潜移默化影响学生,在学科教学中渗透创造性训练。根据《音乐课程标准》中的内容,鼓励学生进行音乐创造是最为基础的一项学习任务,这一学习过程能够充分发挥学生的想象能力和创新能力,能够有效挖掘学生的思维潜能,并且,这种方式也是帮助学生积累学习经验的重要渠道。在进行创造性教学的过程中,主要需要让学生通过各种音乐材料,发挥自己的创造能力来进行学习和探究。因此,作为音乐教师,便需要鼓励学生进行实践和创造。通过音乐课堂,促进学生创造能力的发展,为学生心理健康的发展提供推动作用。

## 二、在小学音乐课堂教学中促进学生心理健康发展的相关策略

### (一)利用信息技术开展课堂教学

#### 1.开展情景教学模式

在开展音乐教学的过程中,教师需要根据学生的学习兴趣和学习喜好来进行课堂教学活动的构建。对于小学阶段的学生来说,专注力十分有限,很难长时间的在课堂中集中自己的注意力。因此,教师便可以为创作相应的情景,让学生通过情境的融入来进行音乐的学习,这种方式能够增强学生的感知能力,让学生不自觉对音乐进行思考。并且,情境的创作也能够丰富学生的情感认知,让学生不断拓宽自己的思维,通过音乐而逐渐形成积极、乐观的学习态度和生活态度。在这一过程中,教师可以为学生构建出生活化情景,让学生能够在一种相对更加熟悉的情景下来进行音乐学习。通过这种方式,学生能够根据音乐中的内容而联想自己的生活,转变学生的生活态度和情感观念,让学生根据自己的生活经历来理解音乐,这样才能够强化学生的学习效果和音乐素养,促进学生心理健康的发展。在音乐课堂中,教师可以利用信息技术这种先进、新颖的方式,来吸引学生的关注和重视,利用这种方法来构建生活情境,使学生能够通过这种更加直观生动的表现形式,而加深对于音乐就是的理解。同时,这种方法也能够更加容易的激发学生的情感,让学生不自觉的联想自己的日常生活,以此充分的发挥出生活化教学的价值。

例如,教师在讲解“过新年”这节课时,教师便可以利用信息技术为学生展示与之相关的图片或是视频,让学生能够通过这种生动、形象的方式来进行歌曲的理解。在这一过程中,教师可以为学生拓展一些我国过新年的相关习俗,使学生

能够通过拓展性的内容,根据歌曲不断进行联想,让学生回忆自己在新年时有做过哪些事情,使学生能够结合自己的生活经历来进行音乐的理解,同时也能够强化学生的情感意识,在这一过程中,教师可以让学生讲述一些让自己难忘的事情,通过分享的过程,活跃课堂氛围。并且,根据视频内容,也能够让学生通过音乐课堂了解更加丰富的传统文化知识,使学生能够逐渐认识到我国传统文化的魅力之处,增强学生的文化自信,让学生逐渐树立起正确的思想观念,使其通过这种正向、积极的学习内容而逐渐形成健康的身心。

## 2. 拓宽学生的学习资源

在信息技术的支持下,学生能够拥有更加新颖的学习体验。并且,教师还可以为学生开创新型的学习方法,为学生布置合适的课下学习任务,让学生能够通过自主学习、自主探究的过程,加强对于音乐知识的理解,让学生在课下也能够逐渐形成良好的学习态度和学习观念。在双减政策的要求下,教师需要为学生提供轻松、愉悦的学习环境,使其在课下以一种带有趣味性的方式来进行学习任务的完成,比如,教师可以让学生通过网络渠道来获取更加丰富的学习内容,让学生能够针对自己所感兴趣的方向来进行信息的搜寻。并且,这种方式能够在一定程度上拓宽学生的学习渠道,让学生在日常生活中进行音乐的感悟和鉴赏。在这一过程中,教师可以为学生推荐一些课外的音乐或是歌曲,比如教师可以向学生推荐一些舒缓的纯音乐,让学生能够潜移默化受到音乐的熏陶,逐渐形成良好的审美意识,通过听音乐的过程,使学生的思维变得活跃,近距离感受音乐,让学生能够逐渐爱上音乐学习,学会用音乐来调节自己的负面情绪,这样便能够充分发挥出音乐对于学生心理健康发展的重要作用。此外,教师也可以为学生推荐一些音乐剧或是电影,让学生在课下的空闲时间进行观看,被精彩的情节所吸引,让学生能够感受到音乐在其中的作用,以及所产生的效果,使学生能够对音乐学习产生更加深刻的理解和认知。

例如,教师在讲解“雪绒花”这节课时,便可以为学生推荐《音乐之声》这一电影,让学生能够根据电影中的故事情节,而理解雪绒花是一首抒发爱国情怀的歌曲,并且也能够让学生被其中的故事情节所吸引,被其中流露出的情感所吸引,让学生逐渐形成与电影中各个人物同样的乐观、积极的心态,全面实现对于学生的心理健康教育。

### (二) 为学生搭建才艺展示平台

对于小学阶段的学生来说,其大多都十分活泼、爱动,对于实践性的学习任务拥有更多的兴趣和动力。因此,教师便需要让学生充分的发挥自己的优势,为学生搭建才艺展示平台。通过将学习的内容进行实践,而促进学生拥有良好的学习体验,并且,在这一过程中,教师需要让学生形成自我表达的意识,为学生提供自我展示的机会,让学生在实践活动过程中逐渐感受到学习音乐的趣味性,并且,在活动的展开过程,也能够提高学生的表现能力,让学生能够在日后的学习和生活中也能够拥有较强的自信心,使其更加乐于表现自己,促进学生心理的健康发展。在这一过程中,教师可以让学生以小组为单位来进行活动的参与,使学生能够通过相互配合、相互

帮助的过程而实现共同的提升和发展。通过这种方式,学生能够进行交流和沟通,增强课堂教学的互动程度,使学生能够拥有更加轻松、自由的学习环境,全面落实双减政策中的要求。在这种学习氛围下,学生也能够逐渐改善自身的情感态度和思维观念,让学生在一种活跃的学习氛围下发散自己的思维,提升学生的思想观念,逐渐形成造成的合作意识和团队精神,进而促进学生身心的健康发展。

例如,教师可以在课堂中提出合唱活动,让学生通过反复练唱和默契的配合,形成良好的合唱效果,丰富学生的校园体验。在这一过程中,教师需要通过合理的分组过程,保证每一个小组的实力和水平相当,教师需要向学生讲解科学的发声方法,打好学生的基本功,让学生掌握合唱过程的注意事项,这样能够为整体合唱的过程提供理论指导,使学生在具备一定理论的基础上产生良好的合唱效果。在这一过程中,教师可以引导学生通过相互帮助的形式,分享合唱过程的经验,让同学相互带动进行学习,以此形成良好的学习氛围,使学生能够在这种积极向上的学习氛围下,逐渐产生正确的心态,避免学生因为遇到困难,但不敢提问,而产生学习压力。在开展合唱活动的过程中,教师也需要以比赛的形式来进行开展,同时为学生营造出一定的竞争氛围,使学生能够将自己的精力全部投入在其中,形成良好的学习态度。并且,教师还需要为比赛获胜的小组提供一些奖励,以正向的语言激励落后的学生,保证学生不会产生自卑的心理,使学生能够通过比赛认识到友谊第一、比赛第二的观点,使学生能够逐渐树立起正确的思想态度,促进学生心理健康的发展。

## 结束语

本文在开始主要讲述了音乐教育对于小学生心理健康发展的积极影响,通过音乐教学,能够陶冶学生的情操,也能够开发学生的创造能力。之后,本文又针对如何在小学音乐课堂中促进学生心理健康发展这一问题,提出了几点相关的建议和策略,在课堂中,教师可以采取信息技术这种方式,为学生构建合适的教学情境,同时也可以让学生在课下用学生布置具有创新性的学习任务,拓宽学生的学习资源和学习渠道,减轻学生的学习负担。此外,教师也可以在课堂中为学生搭建才艺展示平台,以合作的方式来完成学习任务,强化课堂教学的互动性,为学生提供良好的学习环境和成长环境,促进学生心理的健康发展。

## 参考文献:

- [1] 冉继龙. 音乐教学促进小学生心理健康发展的实践研究[J]. 基础教育研究, 2021(17): 90-92.
- [2] 林薇. 小学音乐教学中如何培养学生健康心理探讨[J]. 都市家教(下半月), 2014(7): 238-239.
- [3] 方科科. 通过音乐教育促进小学生心理健康发展探讨[J]. 都市家教(下半月), 2013(4): 255-255.
- [4] 宗亚楠. 小学音乐教学中音乐情绪对低段学生心理健康疏导作用的策略研究[J]. 孩子, 2021(2): 238-240.
- [5] 姜佳丽. 如何在小学音乐教学中渗透心理健康教育[J]. 文艺生活·文海艺苑, 2016(6): 264.