

小学数学教学中如何渗透心理健康教育

徐伟婷

鹰潭市第八中学

摘要:对于小学阶段的学生来说心理健康是影响学生学习及成长的关键因素之一,在小学数学教学实施的过程中教师应当注重积极主动的完成心理健康教育的渗透,创设良好的课堂教学情境,不断的完善教学的内容,促进课堂教学的模式符合小学阶段学生发展的需求,引领学生深层次的参与到课堂教学活动之中,更好地促进学生人格的优化及心理素质的提升,以此来帮助学生获得全方面的发展。本文从数学教学中心理健康教育渗透的意义、影响学生心理状态的因素以及心理健康渗透的途径这三个方面入手进行研究。

关键词:小学数学教学;心理健康教育;渗透策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2023.07.226

在新一轮的课程改革之中,一再强调价值观,情感以及态度三维价值的教学目标。通过对其进行分析,能够发现,作为一名称职的教师,在教育工作开展的过程中,不仅需要注重学生理论知识的学习,同时更需要在此基础上,关注学生的心理健康。那么,在小学数学教学实施的过程中,教师应该怎样有效的完成心理健康教育的渗透呢?

一、小学数学教学中心理健康教育渗透的意义

(一)有利于身心健康发展

小学阶段学生的年龄相对较小,各方面的身体机能仍然处于快速发展的阶段。所以,在小学数学教学实施的过程之中,积极主动的渗透心理健康教育,往往需要教师能够更加科学的参与到学生的心理发展过程之中^[1]。对于小学阶段的学生来说,在此环节,能够有效的防范学生心理问题的出现,同时,教师还能够确保针对学生在此环节中所存在的不良情绪,及时的对症下药。所以说,在具体实施的过程之中,对于小学阶段学生心理健康成长及心理素质的提升,存在着积极的促进作用,应当注重对其进行有效的落实。

(二)有利于提高学习效率

对于小学阶段的学生来说,当前学生的意志力以及自制力相对薄弱,在知识学习以及成长的过程之中,很容易会受到外界因素的影响。也就是说,学生极易因为环境的吸引而逐渐分散注意力,在学习的过程之中,难以长时间的保持注意力集中的状态,因此,很容易会影响到学生学习能力的提升。但如果说教师在数学教学实施的过程中,能够注重积极主动的完成心理健康教育的渗透,那么,将更有助于帮助学生形成良好的自制力,同时,还能够确保学生在学习的过程之中稳定自己的情绪,集中注意力来展开理论知识的学习,进而更

好的提高学生学习的质量及教学的效率。

(三)有助于培养良好品德

小学阶段的学生具有相对较强的可塑性、模仿性以及求知欲,与此同时,当前正处于个性以及智力发展的关键时期。所以说,在小学数学教学实施的过程中,教师除了要完成知识以及技能的传授之外,更应该注重将心理健康教育渗透至日常教育工作之中。当然,在此环节之中,还能够确保心理健康教育在学生知识学习以及良好品德形成的过程之中,充分的发挥出自身所具备的优势,以此来实现高效课堂构建的课堂教学目的。

二、影响小学生心理状态的因素

(一)家庭层面

家庭是学生成长过程之中主要的生活环境,在此环节,家庭的氛围以及父母的言行,都会对学生的心理健康状态,产生相对重要的影响。就比如说,如果说学生的家庭氛围相对和谐,家庭中的各个成员都能够做到性情温和,那么,这个学生的性格往往会更加的开朗,同时,也可以更好的适应学校的生活。但如果说,如果学生的家庭之中有个别成员存在暴力的倾向,那么,很容易会导致这一学生今后的性格更加懦弱以及自卑,同时,学生学习的状态也会相对被动,无法积极主动的参与到课堂教学的活动之中。针对这一类型的学生,教师在开展教学的过程之中,往往应该更加关注学生的心理健康状态,并采取有效的策略对其展开针对性的引导,进而帮助学生逐渐形成良好的学习状态以及生活状态,并为其今后的学习与发展打下坚实的基础。

(二)学校层面

由于长期受到应试教育观念的影响,在小学阶段的教学过程之中,学校教育往往更加注重学生学习成绩的提升,而忽略学生综合素养的培养^[2]。对于小学阶段的

学生来说,长期处于这样的学习压力之下,很容易会导致学生处于不良的情绪之中,而逐渐形成逆反或者厌学的心理,进而影响到学生今后的学习及发展。针对这一类型的学生,教师在开展教学的过程之中,应当对校园环境对学生心态影响的问题重视起来,并采取有效的策略,防止学生在学习的过程中,因为过大的学习压力,而出现不良的情绪,进而逐渐丧失学习的兴趣,影响学习能力的提升。

(三) 个人层面

对于小学阶段的学生来说,在教育活动实施的过程之中,来自个人层面的影响因素主要包括心理状态的因素以及遗传因素这两个方面。这主要是因为小学阶段的学生并不具备良好的认知能力,在学习及生活的过程之中,对于外界的事物反应相对直接,因此,学生情绪的变动以及信息处理的方式,则很容易会影响到学生的心理健康成长。虽然说,心理活动并不会通过遗传的方式来影响学生,但是,家长的活动特点以及智力,则可以通过遗传的方式传递给学生。所以说,遗传因素也会对学生心理健康的状态产生一定的影响。作为一名称职的教师,在教学实施的过程之中,应当注重仔细的分析并探究,来自学生个人层面的影响因素,同时,采取针对性的引导措施,来帮助学生调整心理健康的状态,促进其获得身心健康的发展。

三、小学数学教学中心理健康教育渗透的路径

(一) 注重开展激励教学,提高学生自信心

小学阶段的学生当前正处于认知能力培养的关键时期,但学生的心理状态相对多变,在教学活动实施的过程之中,教师的每一句话都可能会为学生的情绪带来强烈的影响。所以说,在小学数学教学实施的过程之中,教师应当注重开展激励教学,使用鼓励性的语言与学生之间展开有效的交流及互动,以此来增强学生学习的信心,培养学生形成良好的自我认同感。

例如,教师在讲解“20以内的退位减法”这一知识点时,便可以注重以发展的眼光,来看待学生在课堂教学中的具体表现。例如,小学阶段的学生在学习的过程之中,会结合教学的内容提出疑问,同时,还会遇到各种各样的困难,教师在开展教学的过程之中,应当主动结合这些内容以及学生的课堂参与态度,来呈现出鼓励性的语言来为学生提供针对性的引导,以此来培养学生形成良好的认同感,促使学生在学习的过程之中,能够始终保持积极的心理状态。首先,在此环节,教师需

要注重应用真诚的语言,针对学生在此环节所出现的自主提出问题及反馈学习状况这一情况,来进行鼓励,对于小学阶段的学生来说,这样一来,将有助于确保学生时刻的感受到教师所给予的关注以及肯定,帮助学生在今后学习的过程中,能够始终保持良好的学习状态^[3]。其次,教师在开展教学的过程中,应当注重客观的看待学生问题解答过程中所存在的错误,同时,寻找学生学习方面所存在的优点以及思维特点,为其给予一定的肯定,进而帮助学生树立起良好的学习信心。最后,在评价的过程中,教师要注意言行一致,也就是说,在采取语言来对学生提供针对性的鼓励时,还应该结合真诚的眼神或者肢体动作,来辅助自己的表达,如此将更有助于在潜移默化之中,影响到学生的心理健康状态,促使学生信心满满的参与到课堂教学活动之中。

(二) 结合学生心理特点,创设宽松课堂情境

对于小学阶段的学生来说,在学习的过程之中,学习状态极易受到环境的影响,而和谐的课堂教学氛围,将更有助于引领学生积极主动地参与到其中。所以,在小学数学教学实施的过程中,教师应当注重结合教材的内容以及学生的心理特点,创设宽松的课堂教学情境,积极主动的完成心理健康教育的渗透,以此来增强学生学习的信心。

例如,教师在讲解“认识人民币”这一知识点时,便可以注重借助游戏教学的方式,来为学生营造轻松愉快的课堂教学氛围,促使学生积极主动的参与到其中来,优化学生的课堂参与体验,并逐渐树立起良好的学习信心。首先,教师在完成理论知识的讲解之后,可以注重引领学生在课下练习并认识人民币,通过借助这样的方式,能够为课堂教学活动实施的过程之中,设置游戏做好良好的铺垫工作。其次,在游戏教学设施的过程中,需要注重引领学生以小组为单位,积极主动的参与到游戏的过程之中。对于小学阶段的学生来说,在紧张刺激的游戏情境之中,能够进一步调动学生学习的热情,并帮助学生熟练的理解并掌握辨认人民币面值的方法。再次,在游戏教学实施的过程之中,教师一定要注意,应当注重在竞赛的任务之中融入计算的任务,也就是说,可以让学生比一比哪个小组算的速度最快,且准确率最高。在具体实施的过程之中,为了促进各个小组的学生之间能够展开良性竞争,教师可以注重为其呈现一些小奖品,以此来提高学生活动参与的热情。事实证明,在小学数学教学实施的过程中,为学生创设学生所

喜欢的教学情景，能够确保学生在学习的过程中心理处于相对和缓的状态，同时，将有助于进一步提高学生的思维活跃度，促使学生积极主动地参与到其中来，获得良好的课堂教学体验，并更好的实现学习能力及核心素养的培养。

（三）精心设计教学内容，培养积极学习心态

在以往的教学过程之中，小学数学教学的开展往往更加注重理论知识以及技能的传授，而忽略学生心理健康管理能力的培养，进而导致学生在学习的过程之中，无法形成积极健康的学习心态^[4]。但事实上，对于小学阶段的学生来说，具有较强的自我意识以及突出的情感需求，所以，教师在教学开展的过程中，应当注重精心的完成教学内容的设计，并完成心理健康教育的渗透，以此来帮助学生形成积极的学习心态。

例如，教师在讲解“观察物体（一）”这一知识点时，便可以注重将心理健康的教育渗透至作业设计的过程之中，如此，将有助于确保作业的内容更加符合小学阶段学生的情感需求，及心理状态所具备的特点，促使学生积极主动的参与到自主学习及实践的过程之中，以此来完成理论知识的理解及掌握，并形成良好的观察能力。小学阶段学生的情绪能力可划分为两个不同的维度及三个层次。其中，两个维度主要指的是自己和他人，三个层次主要划分为执行，判断及察觉。通过将上述所呈现出的这些内容，融入作业设计之中，将有助于确保学生在知识学习及作业完成的过程之中，形成良好的数学学习能力及情绪管理能力。当然，在此环节，教师还可以注重引领学生以小组合作学习的方式，让学生在学的过程之中，学会观察物体，同时，能够逐渐形成良好的合作学习意识，帮助学生在学的过程之中，形成积极的学习情绪，促进其获得全方位的发展。

（四）关注学生个体差异，渗透心理健康教育

每一个学生都是一个独立的个体学生，在学习的过程之中，在认知以及能力等等一些方面都会存在显著的差异。在小学数学教学实施的过程之中，要想进一步提高心理健康教育渗透的效果，教师需要注重在了解学生个体差异的基础之上，对其展开心理健康教育。通过引导学生从不同的角度入手来展开问题的思考及探究，将更有助于提高学生数学知识应用能力，并促进其获得全方面的发展。

例如，教师在讲解“长方形和正方形”这一知识点

时，在教学活动实施的过程中，能够发现，有一些学生并没有顺着教师的思路来展开知识的学习，所以说，在学习的过程之中，无法快速的抓住长方形及正方形所具备的特，除此之外，在问题解答的过程中，更是无法进行准确的表述。针对学生所存在的问题，教师一定要注意，千万不要直接责备学生，而是应当注重尊重学生的内心想法以及感受，尝试借助个性化的语言来为学生提供针对性的引导，帮助学生积极主动的参与到教学活动之中，来完成教学内容的理解及掌握^[5]。一般情况下，在此环节，教师可以注重抓住学生答案存在的合理之处，同时，引导学生沿着这一思路，来完成理论知识的分析及探究，并在此基础之上补充完整问题的答案。当然，在此环节，还可以注重引领学生自主去发现知识探究方面所存在的错误，鼓励学生及时的进行改正。事实证明，在小学数学教学实施的过程中，关注学生之间所存在的个体差异，并引导学生从不同的角度入手来展开问题的思考及解决，将有助于进一步加深学生对于思维品质发展状况的了解，并在此基础之上，逐渐形成良好的数学学习能力及应用能力，为其今后的学习与发展打下坚实的基础。

总而言之，在小学数学教学实施的过程之中，结合教学的内容以及学生的心理状态，积极主动的完成心理健康教育的渗透，符合新课程改革以及素质教育的相关需求。所以，在当前的教育背景下，教师在教学实施的过程中，应当注重将其渗透到整个教学计划之中，进而更好的调节学生学习的状态，促进学生数学学习能力及思维品质的提升，帮助学生获得身心健康的发展。

参考文献

- [1]王敬辉.在小学数学教学中如何渗透心理健康教育[J].读写算,2019,000(2019年16期):133.
- [2]田治国.小学数学教学中如何渗透心理健康教育[J].语文新读写,2020,000(032):P.72-72.
- [3]张国栋.试论如何在小学数学教学中渗透心理健康教育[J].世纪之星—小学版,2021(20):2.
- [4]熊加芬.小学数学课堂教学中有效渗透心理健康教育的实践与研究[J].国际教育论坛,2020,2(1):58.
- [5]秦丽红.浅谈在小学数学教学中如何渗透心理健康教育[J].信息周刊,2019,000(032):1-1.