

# 试论小学班主任如何实施渗透式心理健康教育

杨惠欢

(广东省惠州市惠阳区淡水第三小学 广东 惠州 516200)

**【摘要】** 现如今经济水平飞速发展,人民生活水平日益提高。人们的物质条件得到了极大的满足,因此对心理上的健康快乐就更加的关注。小学阶段是一个人形成良好心理的重要时期。因此作为小学班主任必须多关注多引导学生。本文通过阐述班主任要以身作则发挥示范作用,创造良好的班级氛围和定期对学生进行心理辅导等方面进行说明。希望可以对我们实施渗透式心理健康教育有所帮助。

**【关键词】** 小学班主任; 渗透式; 心理健康

## 引言

小学是一个人生当中的重要阶段,对一个人今后的发展有着十分深远的影响。而小学班主任是学生最重要的引导者,他不仅是一个班级知识的传授者也是这个班级的管理者。所以班主任对小学生的全面健康发展是极为重要的。在教育改革的新形势之下,小学班主任也要紧跟改革发展的需求和学校的教育方针,把维护学生心理健康作为日常教学的重点。通过实施渗透式心理健康教育培养学生各方面的能力,使学生能够得到全面的发展。

### 1 班主任需以身作则发挥示范作用

#### 1.1 教师要注意自身的言行

小学生的年龄尚小,心理状况还处于一个逐渐成熟和发展的阶段。我们的一言一行会对小学生产生深远的影响,学生一天中接触我们的时间多于科任老师甚至多于学生的父母。因此我们必须为学生做一个良好的榜样,以身作则并且发挥示范作用。例如教师在无意间爆了一句粗口,学生听到了就会跟着学,这对老师的形象是一种损害,因此教师必须严格要求要求自己,注意言行。

#### 1.2 教师要培养自身的德行与素质

作为一名合格小学班主任首先具有良好的德行是十分重要的,此外还需要有过硬的专业素质,敏锐的观察力和面对困难不放弃不退缩的勇气。只有拥有这些素质班主任才能成为学生的好榜样,我们每说的一句话都在学生的耳里眼中。学生们会跟着效仿,他们会认为老师说的东西就是好的对的。举个简单的例子:孔子作为万事师表,是所有老师的表率。孔子门下弟子三千,贤者七十二。为什么孔子的弟子们都是出类拔萃的呢?因为孔子的德行与素质是极其高尚的,他的弟子长时间在他的门下耳濡目染自然就变得贤达高尚。我们班主任老师必须提高对自己的要求,老师德行高尚,则班风正,班风正学生自然也会正直善良。

#### 1.3 班主任加强与学生的沟通

班主任与学生相处关系是否融洽也会影响到学生的心理健康状况,身为班主任,我们必须多和学生沟通才能知道学生心里的真实想法,长此以往,你会成为学生所信任的人,从而建立良好的师生关系,慢慢的学生就会喜欢你和你沟通,和你谈心,让学生交付自己的秘密,不再把老师,把班主任当做一个高高在上的人,班主任对学生的影响程度也会逐渐的增强。

所以作为小学班主任,我们在学生心目中的形象好坏是可以影响学生一辈子的。经过专业的教育学家研究表明小学班主任的人格在一定程度上是可以影响学生的人格。一个班主任是否具有好的素质关系到一个学生能不能拥有一个健全的人格。因此小学班主任必须提升自身素质,为学生树立良好的榜样,良性的引导学生。

### 2 创造和谐班级氛围促进学生健康向上

#### 2.1 班主任加强班级管理,营造良好氛围

大环境对于一个小孩子来说是十分重要的,他们长期处在一个和谐快乐的环境里心理就会健康积极向上,如果小孩子长期处在一个压抑争吵的环境里那么这样会对孩子的心理造成极其不良甚至畸形的影响。心理是看不到摸不着的,但是对一个学生尤其是小学生的影响是巨大的。例如:班主任可以请音乐教师教给学生一首歌曲,作为班歌,每天中午上课之前全班共同唱班歌,在歌声中学生的压力得以释放,班级氛围也会变得更加良好。所以,我们在对班级进行日常管理的时候,必须注重氛围的创造,让学生长期处在这个良好氛围当中,对学生进行一点一滴的影响,慢慢的感染学生。

#### 2.2 班主任关注学生心理状况,及时进行心理疏导

教师做到尊重每一个学生,实行个性化的教育,增强班级环境当中的人文色彩,在极大的程度上可以完善学生的人格,使每一个学生都有一个良好的心理,促

进了教学的良好进行。例如,在同学们遇到困难或心境低迷时,我们要第一时间发现学生的行为和心态,要及时找他们进行沟通和交流,用最真诚和热切的心去聆听,做到尊重每一个学生,询问他们遇到的困难或者想法,在极大的程度上完善学生的人格,促进教学的良好进行。

#### 2.3 班主任应多组织集体活动,增强学生团结意识

教师可以选择在课余时间多组织一些集体性的活动,我们还可以在课余时间多组织一些集体性的活动,课后集体性的作业等。例如老鹰捉小鸡这个游戏学生们都喜欢玩,老师可以当鸡妈妈,而学生就是小鸡。在游戏中学生和老师就是一家,老师保护学生,就犹鸡妈妈保护小鸡一样,游戏中不知不觉间老师和学生,学生和学生之间的情感就得到了升华,让关系更近了一步,集体性的活动可以很好的缓解枯燥的学习给学生带来的压力,另外可以让学生与老师之间的关系更近一步,学生之间交流增多,团结意识变强,促进了班级氛围和谐融洽。人只有在拥有相同的目标并为了这个目标共同努力的时候最为团结,小学生也是如此,举办集体活动可以增强学生们的集体荣誉感,对学生形成良好的世界观价值观具有重要意义。

### 3 定期开班会对学生进行心理辅导

#### 3.1 班主任必须充分了解每个学生的基本情况

对学生进行心理辅导,要求我们充分的了解班级里的每一个学生。知道学生的基本情况,包括家庭情况,学生性格,学生的喜好,学生关心的东西,学生的学习成绩,心理状况如何,这些都要要求我们充分的掌握。例如教师可以定期的对学生进行家访,通过与学生家长的交谈了解学生的基本信息。针对问题对症下药解决学生的心结。我们在开会时可以把桌子围成一个圆圈,班主任坐在中间,从而让我们班会课营造出一个和谐融洽的氛围,学生可以把自己不开心的烦心事写在小纸条上,老师通过不记名的方式把枝条收上来,选取其中几张进行宣读,让学生本人的心理得到释放,也让他其他学生更加的了解他的同学们。

#### 3.2 班主任要遵循师生平等原则,融入学生当中

对于心理辅导班会班主任要把自己当成学生的朋友,融入学生当中去,多站在学生的立场考虑问题,提出他们关心和考虑的问题。例如班主任在会上多与学生分享自己的情感经历与生活经历,通过自己为榜样带动学生们发言说出自己的心事。这样的心贴心的交流,极大的拉近了班主任与学生的距离,时刻记住师生平等是这次班会的主要原则。班会上也要求我们也要使用一些技巧,引导学生自己说出自己遇到的问题和苦恼,学生自己说出以后自己应该如何做,班主任的意志决不能强加给学生,如果学生被动的接受那么这次班会的意义就丧失了。

## 结语

小学阶段不只要抓住学生的学习成绩,更重要的是培养学生有一个良好的心理素质,这样才能让学生在得到知识的同时也收获了快乐,为以后的学习进步和学生长大后人格的健全有一个良好的铺垫。渗透式心理健康教育是教育领域所新兴的产物,讲求潜移默化的影响,循序渐进的影响,从而使学生有一个健康的心理。但是渗透式教育还有很大的发展空间,有待于更多的教育工作者在实践中进行探索,为中国教育事业的发展出一份力。

## 参考文献

- [1] 李春艳. 小学班主任实施渗透式心理健康教育的思考[J]. 教书育人. 2017 (31)
- [2] 王莉, 闫佩. 心理健康教育在小学班主任工作中的渗透探讨[J]. 中国校外教育. 2017 (18)
- [3] 陈晓雪. 小学班主任工作中渗透式心理健康教育策略[J]. 小学生 (下旬刊). 2019 (04)
- [4] 马山青. 小学班主任实施心理健康教育基本原则[J]. 天津教育. 2019 (14)

# 图形解析应用题之小学线段法

杨文志

(河北省南宮市教育局教研室 河北 邢台 055750)

**【摘要】** 应用题一直是小学、初中数学学习的重点、难点。在素质教育、核心素养的大背景下,“学以致用”和“内涵养成”成为各类学科教学的最终目标,两者互相促进、互为推手,在教育教学活动和学生发展中缺一不可。从数学学科来说,自古就有应用题一说,如鸡兔同笼、行程问题等,学以致用是为本学科的最大特色。但是,应用题的解答,却一直是小学和初中学习的难点,对小学生来说,主要是题意的理解和文字表述的逻辑关系,不能第一时间理清,造成学生“望而生畏”。本文笔者以自身经历,结合平时工作中的总结,就小学数学应用题使用线段法进行解析作一阐述,力求将小学数学应用题化繁为简、直接根源,提高学生理解和解答能力。

**【关键词】** 图形解析; 小学应用题; 线段法

## 引言

对小学生来说,小学数学应用题的最难点是题意解析和题意中表达的内在逻辑关系。这在笔者小学阶段有着深刻的印象,如甲是乙的五倍、甲比乙多五倍,等等,一字或几字之差,便需要使用不同的运算方法。曾经最为头痛的是如此类似的问题,改个名称或数字,重复性的多次去做,往往到最后心中烦躁,结果错误百

出。工作后,此类问题依然成为学生学习的难点,对应用题理解的偏差,直接关系到能否真正做对、做出正确答案。而应用线段法将应用题进行解析之后,题意便一目了然。

### 一、探究培养学生画图解析应用题意识

在小学数学课堂上,数学教师可以从简单的应用题入手,使学生在刚开始接