

学生填写学校安排定时的心理调查表示,部分学生并不会按自己的真实想法去填写表格,而是在自己的认知里以正常人的身份去填写表格,从而无法让老师察觉到学生的心理疾病。初中院校开展心理健康教育可以有效的减少甚至避免这些情况的发生。心理健康教育包括定期的找心理老师谈话,心理健康讲座,学校开展心理健康教育课程。

(一) 学校有助于提升初中生心理健康的方法

部分学生是怕老师和学生一样的眼光,而不敢向心理老师寻求帮助,如果学校规定学生必须定期向心理老师进行交谈,就可以有效的避免学生不敢向老师求助的现象的发生。有的学生知道自己的心理有轻微疾病,但是因为种种原因,会伪装成正常人进行上课,但是学校规定要定期找心理老师进行交谈,在交谈期间老师可以有意关注学生的心理健康现象,一旦发现学生的心理健康受到影响,可以从师生交谈中慢慢的改变学生的心理问题。比如,学生在向老师交谈过程中,眼神一直处于游离状态,证明学生在谈话中心不在焉或者在进行撒谎,这样老师就可以多找机会和学生进行交谈,观察学生是否有心理疾病,或者是私人问题所导致的现阶段的情绪不稳。其次,学校可以定期请心理专家为学生开展心理健康教育讲座,让初中生明白何为心理疾病以及心理疾病的危害。专家可以在讲座过程中,详细讲解心理疾病的症状以及出现心理疾病之后的治疗措施,比如学生可以在心情焦躁时,多听音乐、多看书或者去操场散步等,在心情不好时做自己感兴趣的事情时调节自己的情绪,预防心理疾病的发生。

(二) 课堂开展心理健康教育课程的益处

在初中生的课程中开展心理健康教育课程,可以在调节具有心理疾病的学生的同时,可以为所有的学生普及有关心理健康的医疗知识,从而改变学生对于心理疾病的片面看法,让学生不再老师面前遮掩自己的心事,更有利于学生向老师敞开心扉,老师也可以更有效率的帮助学生解决心理问题,提升学生的心理健康。而且在初中生正处于一个渴求知识的人生阶段,在这个时期初次接触心理健康教育知识可以给学生留下更加深刻的印象,也有助于学生以后不再逃避自己的心理问题,从根本上遏制学生的心理疾病发生的可能,提升学生的心理健康。

结束语

现如今初中生的压力也越来越大,学生的压力一直以来是社会的热点之一,社会上所提倡的减负、政府强制要求学校必须配备心理老师的条例都是减轻初中生压力的方法之一,但是效果并不理想。学生最主要的是要懂得如何进行自我调节,因此,学校应该根据学生需求开展心理健康教育课程,成为学生的一大助力,让每个初中生都能懂得心理疾病的预防和治疗方法,在出现心理疾病时,可以进行自我疏导,减少甚至消除心理疾病。

参考文献

- [1] 蔡笑岳. 广州市中学生心理教育研究[M]. 广东教育出版社, 2018.
- [2] 刘娟, 孙文玲. 中学生心理教育浅谈[J]. 中国体卫艺术教育, 2017(10): 37-38.
- [3] 金铭. 关于中学生心理教育课程如何开展的几点思考[J]. 新课程(中学), 2015(5): 6-8.

初中物理教学中德育教育的有效培养策略

赵凤彦

(吉林省通化县二密镇中学 吉林 通化 134100)

摘要从小到大大不管是家长还是教师,都总是告诫学生,先学做人,后学做事,这也是中华民族几千年来传承,由此可见,德育教育是学生在学校学习过程中必不可少的一个环节。记得以前我的教师跟我说过一句话,古代做官的有三种人,一种是有才德,如果哪个地方遇到这种人,那百姓一定安居乐业;第二种是无才德,那么百姓生活虽不富足,但也不苦;最可怕的便是有才无德,那当地一定是民不聊生,苦不堪言。在初中物理课堂中,渗透德育,能够让学生的社会责任感与使命感融入学习中,更加努力地探索物理知识。

关键词初中物理;德育教育;爱国精神;民族自信;积极乐观

DOI 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.06.1593

每个学生都从小都需要背诵三字经,经常将“人之初,性本善”挂在嘴边,但是一直记得之前看过一篇文章,上面说人之初一定是性本恶的,因为刚出生的小孩,哪懂得什么是分享,哪懂得什么是爱人,有什么好吃的好玩的,一定是抓在自己手里,而长大之后为什么逐渐懂得与人为善,为什么逐渐懂得礼貌谦让,这并不是孩子长大之后自然而然就能得知的,而是需要教育,需要德育,那么在初中物理教学中如何对学生进行德育教育,本文将给出以下观点。

一、注重爱国精神的培养

一个中国的学生很少会在开设某一新的学科时去询问老师,我们为什么要学习这一个学科,不学的话会对我自己,会对我们国家有什么样的影响,而是去理所当然的接受,因为有,所以就学。当然我们说学生听话一定是好的,但是教师在教的过程中也应该注重对学生质疑精神的培养,当学生不去问的时候,教师也应该主动告诉学生,物理作为一门基础性学科,对一个国家的发展起着极其重要的作用,想让我们国家发展的更好,变得更强,我们就一定要用我们的知识去捍卫我们国家的尊严,所以在某种程度上学习就是爱国。

例如,在学习“显微镜与望远镜”这一节课时,在学生对显微镜和望远镜都有了解的基础上,我便让学生回答它们在我们的生活中都有哪些用途,学生回答的无非就是放大物体之类的,于是我便告诉学生,因为有了显微镜,所以生物学便有了一个里程碑式的发展,得益于看见更加微小的生物,因为有了望远镜,天文学便有了一个跨越式的进步,因为能够看到太阳系中的天体,这是人类历史上的里程碑式的进步,而对于我们国家来说,只有学生在这些知识的基础上进一步的发现、探索,当取得突破式的成就时,我们国家便会在物理学中占据更多的席位。当学生了解并意识到物理发展对国家进步的重要性后,便在心中埋下德育的种子,逐渐地肩负起为国家崛起而读书的使命,使得知识与爱国紧紧地融合在一起。

二、注意民族自信的确立

曾经我们中国人被称作“东亚病夫”,但是我们并没有因为愤怒而丧失理智,而是化悲愤为力量,将所有的精力投入在国家的发展中,后来我们中国被称为“沉睡的巨狮”,虽然我们在前进的道路中也出现过偏离方向的错误,但是我们及时纠正,已然用我们的威严震慑到西方国家,步入近代以来,我们觉醒了,不管是经济还是科技,各个方面都在飞速的发展,这其中离不开无数科学家夜以继日的奋斗,无数中国人民舍生忘死的支持,所以学生无论什么时候都不能丧失民族自信,艰难也好,困境也罢,无论何时何地都应该不卑不亢,捍卫国家尊严,所以为了民族的发展,为了国家的复兴,也应该更努力的读书、学习。

例如,在给学生讲到“越来越宽的信息之路”这一节课时,虽然电磁波不是我们中国人发现的,虽然电话不是我们中国人发明的,但是我们在此后的发展中是绝对不甘落后的,前几次的工业革命都没有发生在我们国家,而与之对应的国家,因

为工业革命一下子发展起来,但是随着现在信息时代的全面普及,随着5G的迅猛发展,下一次的信息革命很可能发生在我们中国,那么我们将成为引领世界发展潮流的一代,回望中国历史的几千年,我们真的经历了太多,但繁荣时我们不骄傲,落后时我们不自卑,我们只是一步一步稳扎稳打的走好路,我们只是在培养一代又一代的中国学生成为栋梁之材。随着德育教育的渗透,学生的物理学习也会逐渐地变得更加积极与投入,在物理课堂上跟上教师的教学步伐,不断地提高自身的学习注意力与自觉性。

三、积极乐观心态的增强

不管是学生还是我们生活中的每一个人,不管是在学习中还是在生活上,不管是遇到顺心的事还是遭遇困境,永远都要保持一颗积极乐观的心态,就像我们以前常说的,开心也是一天,不开心也是一天,既然这一天终将过去,那为什么不让自己开开心心的呢?当学习中遇到困难时,当生活中遇到困难时,不要去垂头丧气,更不能自暴自弃,方法总是比困难多的,当自己想不出来时,可以去寻求帮助,一味的心是解决不了任何事情的,先让自己笑起来,相信吸引力法则,相信好运的到来,遇到困难的问题都可以解决。

例如,在给学生讲到“欧姆定律在串、并联电路中的应用”这一节课时,因为这一节课的内容涵盖了前几节学的所有东西,所以难度相比之下也大大增加,在做题的时候,很多同学总是出现不会做或是做错的情况,然后就觉得自己学不会,想放弃,这时我便告诉他们,如果这一点困难就能将你打败,那你还指望自己以后能干成什么事情,虽然难,但是我们可以一步一步来,一遍做不出来,我们可以多做几遍,就这样,我带着学生一遍一遍的讲他们的错题,到后来学生反而感觉这一节课的题做起来特别得心应手。因此教师的行为会影响学生的学习态度,教师耐心地讲解,不厌其烦地带领学生进行物理实验,也能够让学生形成不怕挫折、勇于向前的精神。

一个学生在从孩子长到成人的过程中,离不开家长的陪伴,教师的教导,而在这漫漫的长路上,他们会遇到形形色色的人、事、物,不同的学生总会有着不同的心境,不同的处理方法,而这一切都是教育的结果,学生可以成绩不好,学生可以知识点没有记住,但学生绝对不可以不进行德育,绝对不可以没有爱国精神,绝对不可以没有民族自信。

参考文献

- [1] 刘玄. 初中物理教学中如何渗透德育教育[J]. 读与写(教育教学刊), 2016, 13(10)
- [2] 李金波. 浅谈在初中物理教学中如何渗透德育教育[J]. 西部皮革, 2016, 38(06)