

小学数学教学渗透心理健康教育

张兴云

(山东省泰安市宁阳县堽城镇西台小学 山东 泰安 271000)

[摘要]教师既要关注学生数学学习的水平,也要重视学生在数学活动中所表现出来的情感与态度,帮助学生认识自我、建立信心。

[关键词]数学教学;心理健康

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2021.04.1258

心理健康教育是实施素质教育的一项重要内容,而健康的心理是小学生健康成长的重要因素。以人为本、育人育心,对小学生进行健康的心理品质教育,帮助学生化解学习心理困扰,调节和优化学习心理状态,从而全面提高学生素质,是每位教师的责任。为此,在数学教学中渗透心理健康教育具有很强的现实意义。下面笔者就如何在数学教学中渗透心理健康教育谈几点看法。

一、创设愉悦情境,进行心情教育

在数学教学中常常会出现教师苦口婆心地讲解而学生却无动于衷的现象。这是因为师生的心向不一致,师生之间没有产生积极有效的心理效应。因此,教师要合理运用“心理效应”这根调控杠杆,来促使学生积极向上,形成乐观愉悦的学习情绪,从而提高课堂教育教学效率。

1. 调控情绪。教师走上讲台的时候,如果精神焕发、情绪饱满,讲课有条不紊,铿锵有力,学生听课的情绪也会为之一振,并会以高度的注意力、热烈而紧张的心情听课。反之,若教师无精打采、随随便便,学生也会情绪低落,心不在焉。因此,教师在数学教学过程中要充分利用小学生好动、好奇、好表现的心理特点,让学生多动口、多动手、多动脑,在学习活动中主动与他人交流,寻找时机进行自我表现。如“三角形内角和”一课的导入,要激发学生的学习情绪使之高涨,笔者采用了猜一猜“三角形内角和是多少度?”这一最为直接、最有效办法引入新课。它既能极快地唤起学生的高度注意力,又使学生产生兴趣,进入生机盎然的学习境地。

2. 挖掘教材。小学数学教材中蕴含着十分丰富的情感素材,教师们应积极认真去挖掘。如笔者在教学“倍数与因数”的课堂练习中设计了这样一道题:写出6的所有因数1、2、3、6后发现,1+2+3=6,又回到6本身。

二、预设客观情境,进行自评教育

2011年版数学课程标准明确指出:学习评价的主要目的是为了全面了解学生数学学习的过程结果,激励学生学习和改进教师教学。教师既要关注学生数学学习的水平,也要重视学生在数学活动中所表现出来的情感与态度,帮助学生认识自我、建立信心。而学生的自我评价是学生对自己的学习过程进行自我观察,对学习结果进行自我判断与分析的过程,是一种自我审视的行为。引导学生进行自我评价,主要采用以下形式。

1. 在发问后自评。在课堂教学中应多鼓励学生大胆发问,因为学生的发问是思考了的结果,而教师的提问只是为了使学生思考。学生的发问比答问更值得教师和同学们的鼓励评价。发问后还应让学生分析比较,及时反思,从而对学习方法和心态进行自我调整、自我完善,减少不良心理因素的干扰。如教学“生活中的比”的第一课时,课前笔者让学生观察多媒体大屏幕上的中国国旗(尺寸大小不一样的三面),这时大多学生发问:“老师,虽然这三面国旗的大小不一,但看上去比例很协调、很美丽的。”有个别学生质问:这三面大小不一样的五星红旗究竟哪里相同呀?笔者抓住这一极好的时机对学生的发问予以积极的评价,同时也让大家进行自我客观的评价。接着,笔者用方格把这三面国旗全覆盖,让学生分别数一数三面国旗的长边与短边各是几格?长边与短边的比都是多少?促使学生进一步去思考、去

探索新知识。

2. 在创新后自评。创造性是课堂教学的精髓。我们不但要提倡创造性地教,更要鼓励学生创造性地学。创造教育指出:要促进学生创造能力的发展,可采取激励办法来促使学生思维灵活地从各种不同角度,去观察分析认识客观事物,积极主动地去找最佳的独创的解决问题的方法。如在学习“百分数应用”后,笔者用“李大妈按年利率5.85%存了3000元钱,到期共取回了3877.5元,李大妈这笔款存了几年?”这道题来测试学生的解题策略。笔者把学生列的算式都一一板书并及时地给予评价,接着让学生之间相互评价和自我评价。这样让学生在相互评价与自我评价中获得批评与自我批评的良好心态,有利于学生自主性和创造性的发展。

三、巧设障碍情境,进行挫折教育

教育心理学明确指出:当学生学习有困难时,就会出现某种失败的心理挫折,此后教师所要讲究的接触方式就是及时鼓励。只有鼓励才能帮助学生转化受挫的心态,对不同程度的学生要采取不同的方式,使之尽快在克服挫折后获得重新尝试成功的勇气和力量。

1. 巧设障碍。教学中可巧设一些似是而非的、有意让学生一时陷于学习困难的失败情境,其实就是教师故意为难他们,目的在于教育他们懂得每个人在学习上都会有失败,从而帮助他们调整自视过高的不良心理。如笔者在教学“分数化小数”时,课前巧设一场师生判断比赛(指名数学科代表上台在黑板上任意写出一个最简分数,让全班同学与老师判断这些分数是否能化成有限小数,正副班长做公证员用计算器验算)。在学生没有发现规律前总是将分数的分子除以分母,判断结果总比老师慢。这样设计是有意让学生比赛失利受到挫折,并让学生在挫折中产生质疑。这样既为学生提供了暴露错误思维过程的机会,又是为学生对自己的学习能力评判有个正确的心理暗示。

2. 迎战挫败。学生在探求知识的过程中难免会遇到各种各样的困难,迷茫挫败的感觉会成为他们前进的障碍,使他们产生郁闷急躁、自暴自弃等不良情绪,对学习丧失信心,甚至开始厌学。这时教师要巧设育人环境,充分利用心理效应的“信任、期待”的情感去影响他们,教师一个亲切的微笑、一句鼓励的话语、一个期望的眼神,把师爱的阳光和雨露洒向每一位挫败者,耐心地帮助他们分析寻找教训并激励他们迎战挫败,增强他们的自信心。总之,在小学数学教学中渗透心理健康教育,虽然相对于其他学科来说有一定的局限性,但并不是无迹可循。只要我们真心专研、精心挖掘、用心去做,一样能从公式、定理、性质、规律、概念、例题等这些抽象的、枯燥无味的数学知识中“挖掘”出我们所需要的心理健康教育渗透的素材来。

参考文献:

- [1]李星云.论小学数学核心素养的建构:基于PISA2012的视角[J].课程教材教法,2016,36(05):72-78.
- [2]教育部.义务教育数学课程标准:2011版[M].北京:北京师范大学出版社,2012:5-7.
- [3]钟启泉.学科教学的发展及其课题:把握“学科素养”的一个视角[J].全球教育展望,2017,46(01):11-23+46.