

小学数学教学中渗透心理健康教育初探

张建华

江苏省泰兴市襟江小学教育集团佳源分校 江苏 泰兴 225400

摘要:在小学数学教学中,渗透心理健康教育是一项重要而有益的工作。基于此,本文简要介绍了小学数学教学的特点,分析了心理健康教育的理念,并提出了一些有效的小学数学教学中渗透心理健康教育的策略与方法。

关键词:小学数学;渗透;心理健康教育

引言

随着教育的不断深入,人们越来越认识到心理健康教育在培养学生综合素质方面的重要性。通过将心理健康教育与数学课堂相结合,不仅可以提高学生的学习兴趣 and 自信心,还可以培养学生的情感态度 and 价值观。因此,深入对小学数学教学中渗透心理健康教育的探讨具有重要的现实意义。

1 小学数学教学的特点

小学数学教学的对象是那些正在形成基础数学概念和技能的学生。这个阶段的教育至关重要,因为它不仅影响学生的数学能力,而且影响他们未来的学习和职业选择。要理解小学数学教学的特点和任务,我们首先要深入了解其核心理念 and 目标。首先,小学数学教学的特点之一是基础性。在这一阶段,学生们首次接触到数学的基础知识,如数字、计算、简单的几何和图形等。这些基础知识是学生未来数学学习的基石。为了确保学生能够稳固地掌握这些概念,教师需要采用直观、有趣的方法进行教学,使学生能够通过观察和实践来理解 and 应用这些概念。其次,小学数学教学具有阶段性。随着年级的增长,数学的复杂性和难度也逐渐增加。从简单的加减乘除到复杂的分数、小数和百分数,每个阶段都有其特定的学习目标和挑战。因此,教师需要密切关注学生的学习进度,确保他们在每个阶段都能够达到预定的标准,并为他们提供必要的支持和资源。此外,小学数学教学强调实用性。数学不仅仅是一堆数字和公式,更是一种解决实际问题的工具。在小学数学教学中,教师应注重将数学知识与日常生活中的应用场景相结合,让学生了解到数学的实用性和价值。这不仅可以增强学生的学习兴趣,还可以培养他们的问题解决能力。最后,小学数学教学的另一特点是互动性。与传统的填鸭式教学相比,现代小学数学教学更注重学生的主体地位 and 参与性。通过组织小组讨论、实验和互动游戏等活动,教师可以激发学生的学习兴趣 and 积极性,使他们在轻松愉

快的氛围中学习数学。

2 心理健康教育的理念

心理健康教育的理念是建立在人们对人类心理健康的关注和研究的基础上的。它强调每个人都有内在的潜能,这些潜能可以通过适当的教育和训练得到开发和提升,从而促进个人的全面发展。首先,尊重个体性是心理健康教育的核心理念之一。每个人都有自己独特的生理和心理特征,这些特征构成了每个人的个体性。因此,心理健康教育应该尊重每个人的个体性,并针对每个人的特点进行个性化的教育和辅导。这意味着要理解和尊重每个人的独特性,包括他们的思想、情感、行为和经历等^[1]。同时,心理健康教育也应该提供个性化的干预和支持,以满足每个人的特定需求和挑战。其次,强调主体性也是心理健康教育的核心理念之一。每个人都有自己的思想和情感体验,这些体验构成了个人的主体性。因此,心理健康教育应该尊重每个人的主体性,鼓励个人表达自己的感受和想法,并促进个人自我意识和自我控制的发展。这意味着要相信每个人都有自我成长和发展的潜力,只要给予适当的支持和指导。同时,心理健康教育也应该鼓励个人积极探索 and 发现自己的内在力量和资源,以实现自我价值和目标。此外,关注全面发展也是心理健康教育的核心目标之一。心理健康教育不仅关注个人的智力发展,还关注个人的情感、社交和道德等方面的发展。它致力于帮助个人实现全面的发展,包括提高自我认知、增强自尊和自信、培养良好的人际关系、提高应对压力和挫折的能力等。这意味着要理解和支持个人的多方面发展需求,包括他们的情感、社交、智力、身体和道德等方面。同时,心理健康教育也应该提供多样化的干预和支持,以满足个人在不同领域的发展需求。最后,倡导积极心理学也是心理健康教育的核心理念之一。心理健康教育倡导积极心理学,强调关注个人的积极品质和潜力,如乐观、自信、创造力、感恩等。它鼓励个人发现并利用自己的优势和资

源,以实现更好的自我发展和生活品质的提升。这意味着要关注个人的积极体验和表现,并鼓励他们发挥自己的优势和潜力。同时,心理健康教育也应该提供积极心理学的干预和支持,以帮助个人更好地理解 and 利用自己的内在资源,实现自我价值和目标。

3 小学数学教学中渗透心理健康教育的策略与方法

3.1 教师心理健康素养的提升途径

随着教育的不断深入,心理健康教育在小学数学教学中的重要性日益凸显。作为教学活动的主体,教师的心理健康素养对学生的学习和成长具有重要影响。因此,提升教师的心理健康素养成为渗透心理健康教育策略与方法的关键环节。第一,教师首先需要了解自己,包括个人情感、价值观、信念等^[2]。通过深入了解自我,教师能更好地应对教学过程中的各种情境,避免因个人情绪波动影响教学质量。此外,教师应学会合理调节情绪,遇到挫折时保持乐观态度,为学生树立良好的情感示范。第二,和谐的师生关系有助于激发学生的学习兴趣 and 积极性,提高教学质量。教师应关注学生的情感需求,尊重学生的个性差异,以平等、民主的态度对待学生。通过有效的沟通与交流,教师可以更好地理解学生的想法 and 问题,从而调整教学策略以满足学生的学习需求。同时,良好的课堂氛围有助于学生放松心情、积极参与课堂活动,从而实现身心健康发展。第三,教育部门和学校应关注教师的心理健康状况,为教师提供必要的心理支持与帮助。例如,可以定期为教师举办心理健康讲座或工作坊,让教师了解心理健康知识,学习应对压力的方法。此外,学校还可以设立心理辅导室,为教师提供倾诉和解决问题的平台。通过关注教师的心理健康,教育部门和学校能够帮助教师更好地应对工作压力,提高教学质量。第四,学校应为教师创造一个宽松、民主、和谐的工作环境,使教师能够在一个积极向上的氛围中工作和学习。例如,学校可以组织丰富多彩的教职工活动,增进教师之间的友谊与合作;鼓励教师参与学校决策和管理,提高教师的归属感和责任感;为教师提供充足的职业发展机会和资源,帮助教师实现个人价值。

3.2 数学课堂中的心理健康教育内容与方法创新

(1)在数学课堂中,教师可以根据学生的年龄特点和认知水平,设计生动有趣的教学活动,以激发学生的学习兴趣 and 自信心。例如,通过开展数学游戏、数学竞赛等活动,让学生在轻松愉快的氛围中学习数学知识,提高其学习兴趣和自信心。(2)数学是一门需要逻辑思维 and 创造力的学科。在数学课堂中,教师可以设计一

些开放性的问题和任务,引导学生积极思考和探索。例如,通过组织小组讨论、互动交流等方式,鼓励学生互相学习、互相启发,培养学生的思维能力和创造力^[3]。

(3)在数学课堂中,教师可以组织一些小组合作活动或互动交流活动,让学生通过合作完成任务或解决问题。例如,可以让学生分组进行数学题目的解答,通过合作的方式培养学生的合作精神和沟通能力。同时,教师还可以通过引导学生表达自己的观点和想法,培养学生的沟通能力和合作精神。(4)在数学课堂中,教师可以结合数学学科的特点,引导学生感悟数学的美妙 and 实际应用价值。例如,教师可以介绍一些数学家的故事 and 事迹,让学生了解数学的历史 and 文化背景,培养学生的积极情感态度和价值观。同时,教师还可以通过及时发现 and 解决学生在学习过程中出现的消极情绪 and 心理问题,帮助学生树立正确的人生观 and 价值观。

3.3 数学作业与考试评价中的心理健康教育渗透方式

在小学数学教学中,数学作业与考试评价是教学的重要组成部分,也是心理健康教育可以渗透的重要环节。通过合理的设计和运用数学作业与考试评价,教师可以培养学生的自信心、积极的学习态度和良好的学习习惯,从而促进他们的心理健康发展。第一,为了激发学生对数学作业的兴趣,教师可以设计多样化、趣味化的作业。比如,在布置计算题时,教师可以设计一些有趣的情境,让学生扮演角色完成计算任务。这样不仅可以增强学生的参与度,还可以让他们在游戏中学习,提高学习效率。第二,在评价数学作业时,教师应关注学生的解题过程 and 方法,而不是仅仅注重结果。对于解题思路独特、方法灵活的学生,教师应给予积极的评价 and 鼓励,这有助于培养学生的创新意识和自信心。第三,教师在批改作业时,应给予学生积极的反馈,如用鼓励的语言、符号 or 图形等来肯定学生的表现。这样可以让学生感受到教师的关注 and 认可,增强他们的学习动力。第四,为了降低学生的考试压力,教师可以采用灵活多样的考试形式。比如,采用小组合作的方式进行考试,让学生们在合作中共同解决问题,既可以培养学生的合作精神,又可以提高他们的学习效果。第五,在评价学生的考试表现时,教师应关注学生的个体差异 and 进步情况。对于不同层次的学生,教师应设定不同的评价标准,以充分挖掘每个学生的潜力。

3.4 家校合作中的心理健康教育资源整合与共享

家校合作是促进学生全面发展和提升教育质量的重要途径。在心理健康教育领域,家校合作同样具有不可替代的作用。通过整合 and 共享心理健康教育资源,学校

和家庭可以共同为学生提供更加全面、有效的心理健康教育支持。家校合作中心理健康教育资源整合与共享的首要任务是建立有效的沟通机制。学校和家庭应当定期进行交流,了解学生在家庭和学校的表现,共同分析可能存在的问题,并商讨相应的解决方案。沟通可以采取多种形式,如家长会、个别交流、电话访问、网络平台等^[4]。学校应鼓励家长积极参与孩子的心理健康教育,提供家庭教育的建议和指导,同时也要倾听家长的意见和建议,及时调整教育策略。其次,学校和家庭都有丰富的教育资源,将这些资源进行整合和共享可以大大提高心理健康教育的效果。学校可以邀请家长参与心理健康教育的课程设计、教学实施和评价反馈,让家长了解心理健康教育的目标和内容,提供家庭教育的经验和资源。同时,学校也可以向家长提供相关的教育材料和资源,如书籍、视频、网站等,帮助家长更好地指导孩子的心理健康发展。此外,家校合作中心理健康教育资源整合与共享需要学校和家长具备一定的教育知识和技能。因此,加强培训和指导是非常必要的。学校可以邀请专业的心理咨询师或心理医生为家长和教师开设讲座或工作坊,介绍儿童心理健康发展的特点、常见问题及应对策略,提供专业的指导和建议。同时,学校也可以组织相关的研讨会或经验交流会,让教师和家长分享成功的教育经验和方法,共同提高心理健康教育的水平。最后,家校合作需要不断地探索和创新,以适应时代的发展和学生的需求。学校可以鼓励家长积极参与心理健康教育的活动设计和实施,发挥家长的资源和专业优势,共同为学生的健康成长贡献力量。

4 案例分析

小丽是一名小学三年级的学生,她平时在数学课堂上表现得非常胆小和缺乏自信,主要是缺乏自信和恐惧

失败,这种心理问题不仅影响了她的数学学习,还可能对她的人际交往和自我认知产生负面影响。为了解决小丽的问题,老师决定在数学教学中渗透心理健康教育。首先,老师在课堂上营造了一个积极、安全的氛围,鼓励学生表达自己的观点和疑问。并且,老师经常使用微笑和赞美的语言来增强学生的自信心,让他们感受到被关注和认可。其次,老师还设计了一些简单的问题和活动,让小丽有机会参与并展示自己的能力和。当她回答正确时,老师会及时给予反馈和赞美,以增强她的自信心。经过一段时间的实施,小丽在课堂上的表现有了明显的改变。她开始主动举手发言,参与小组讨论,甚至愿意分享自己的解题思路和方法。她的数学成绩也有所提高,更重要的是,她的自信心和积极性得到了很大的提升。

结语

综上所述,心理健康教育的重要性不容忽视。通过教师心理健康素养的提升途径、数学课堂中的心理健康教育内容与方法创新、数学作业与考试评价中的心理健康教育渗透方式等方法,可以在小学数学教学中有效地渗透心理健康教育,促进学生的全面发展和健康成长。

参考文献

- [1]乔瑞峰,陈凤娥.小学数学教学中心理健康教育的渗透[J].科学咨询(教育科研),2019(12):222.
- [2]朱方.在数学教学中渗透心理健康教育的有效途径探析[J].科技风,2019(09):27-28.
- [3]帅立平.心理健康教育在数学中的渗透初探[J].百科论坛电子杂志,2020(14):554-555.
- [4]刘剑锋.心理健康教育在数学教学中的渗透初探[J].华夏教师,2020(17):22-23.