

# Research on Mental Health Education is Permeated in Chinese Teaching in the Upper Grades of Primary School

Zhanwei Song

Kang County Changba Town Center Primary School, Longnan City, Gansu Province, Longnan, Gansu, 746503, China

## Abstract

The penetration of mental health education in middle and senior grades in primary school language teaching can guide students' ideology, values and so on correctly. The language teaching materials of primary school contain rich knowledge connotation, which can help to improve mental health education. This paper analyzes mental health education and discusses the importance and concrete measures of penetrating mental health education.

## Keywords

primary school language; language teaching; mental health; health education

# 小学高年级语文教学中渗透心理健康教育研究

宋占卫

甘肃省陇南市康县长坝镇中心小学, 中国·甘肃 陇南 746503

## 摘要

小学语文教学中高年级心理健康教育渗透能够对学生思想意识、价值观等进行正确引导。小学语文教材中蕴含丰富的知识内涵, 能够有助于心理健康教育的提升。论文对心理健康教育进行分析, 探讨渗透心理健康教育的重要性与具体措施。

## 关键词

小学语文; 语文教学; 心理健康; 健康教育

## 1 引言

新课程改革的发展过程中, 其主要的目标在于使学生能够获得更加充分的全面发展, 使学生所拥有的主动意识及相应的进取精神得以提升, 使学生的健康心理素质得到进一步的优化, 使学生在发展过程中能够对各类知识进行吸收, 并且将相应的知识转化为自身的思想成果, 使学生在此基础上, 对其自身所拥有的德语水平得以提升。小学语文教师在具体的教学过程中, 需要不断的向学生对各类心理健康素养知识进行渗透, 并且对其重要性进行有效传达, 使学生的心理健康素养能够得到进一步的提升, 并且使学生的心理健康意识得到有效增强。

## 2 心理健康教育概述

心理健康教育是指借助多元形式对不同年龄段学生展开心理健康指导与教育, 从而帮助学生形成完善人格, 提升学生抗挫折能力与环境适应力的一种教育活动。心理健康教育是助推学生健康发展的综合性教育, 在素质教育中占据

举足轻重的地位, 关乎学生的全面和谐发展, 是培育高素质人才不可或缺的重要环节。

学生在知识学习的过程中会产生各种各样的心理问题与困惑, 由此给生活、品德塑造带来影响。在这种情况下, 教师可通过心理健康教育发现学生的心理问题并及时解决, 以避免形成顽疾, 影响学生的健康成长。

由此可见, 心理健康教育能防止学生产生消极心理倾向, 帮助学生形成健康、积极的心理。学生心理健康的表现有: 智力正常、情绪健康、有积极的意志品质、反应适度、人格统一、人际关系和谐等。教师可参照心理健康表现, 识别学生的心理问题, 进行针对性的心理辅导, 不断提高心理健康教育的效果<sup>[1]</sup>。

## 3 在小学培养学生健康心理品质的重要性

### 3.1 心理健康教育有利于培养小学生健康的个性心理

培养学生健康的心理品质, 就是挖掘学生潜藏的积极的心理潜力, 使其形成良好的性格。学生的性格是在他们在不断成长的过程中逐渐形成的。学生只有具备健康的心理品质, 形成健康的个性心理, 在面对困难和挫折的时候, 才不会放弃, 努力勇敢面对, 积极寻找解决问题的办法。

【作者简介】宋占卫(1966-), 男, 中国甘肃陇南人, 高级教师, 从事小学语文研究。

### 3.2 心理健康教育有利于创建和谐校园

只有培养学生保持积极健康的心态,让学生养成文明守纪、友爱同学、乐于助人、热爱学习等健康的品质,才能促进学生之间团结友爱,建立有凝聚力的班集体,有利于创建和谐的校园氛围。

### 3.3 心理健康教育有利于提高家长的素质

有研究表明,学生成长的家庭环境会影响学生的成长。同理,小学阶段学生的思想动态和学生的一言一行也会影响他们的父母。随着心理健康教育的开展,学生在健康成长的同时,他们良好的言行和所掌握的知识也会促进父母素质的提高<sup>[1]</sup>。

## 4 小学高年级语文教学中渗透心理健康教育

### 4.1 在对学生进行教学时重视教学设计

从目前的角度来看,许多教师还没有摆脱应试教育的束缚。结果这直接导致老师不尊重学生个性化的需求,这对学生创造力的发展非常不利。抑制学生的好奇心会大大降低学生的学习兴趣,这会导致学习疲倦的情绪。教师应首先在教育中表现尊重学生,加深对学生的了解,减少和学生之间的距离,让教室的气氛更加活跃。教师应注意课堂上角色的变化,应该将教学活动中的学习过程归还给学生,以便学生可以学会自己采取行动,可使学生更多地参与思考。只有身份转变了,才能有效提高学生的学习兴趣,学生学习状态最为饱满的时候也是教师在教学中引入心理健康教育最为合适的时候。在教学中,老师还应向学生解释自信的意义,相信自己可以面对挑战,克服挫折,并全神贯注的投入学习和生活才能收获成果。每个学生都建立了自信心,调整了自己的学习状态,就可以更从容地应对挑战<sup>[1]</sup>。

### 4.2 加强师生互动交流,解决心理健康教育难题

师生之间的互动交流是开展心理健康教育的基础。积极的师生互动可让教师及时了解学生在语文学习中遇到的困难,把握学生的心理状态,使语文教学更具针对性。为此,教师要积极转变教学观念,关注学生的学习需求与心理变化,并以此为基础开展心理健康教育。例如,在教学《地震中的父与子》时,教师了解到部分学生不理解父母,甚至和父母的关系非常紧张,而这不利于学生的心理健康发展。于是,教师以课文教学为契机,对学生进行心理健康指导,先让学生回忆与父母相处的点点滴滴,然后再说说自己和父母间产生的矛盾和冲突。接下来,让学生认真阅读这篇课文,体会文中流露出的父子亲情,并换位思考,感悟父母为自己的付出,从而真正理解父母。

### 4.3 将教学目标、教学情境、实践活动有效融合

一方面,教师对于教材要烂熟于心,将其中可以进行

心理素质的素材进行深度挖掘,制定出最适合学生学习的教学计划,平衡心理教育和教学的强度,让学生综合发展。对于传统的教学方式,也要进行变通,更多的是让学生自主学习,将学生分为学习小组,加强学生之间的交流讨论,让学生关系更紧密。另一方面,教师要掌握每个学生的心理状况,关注学生的心理发展,与学生要经常交流,让学生感受到老师的亲切以及学校的美好,不再陌生。教师在教学的过程中,需要培养学生的学习兴趣,营造轻松地学习氛围,让学生脱离严肃的课堂,可以放松自身,可以进行与教学内容相关的活动,加深学生对于知识的印象。例如,《狼牙山五壮士》一课中,仅通过课文学生不能完全感受到先烈们的壮举和伟大,可以带领学生扫墓,瞻仰烈士陵园,近距离地感受烈士生前的功绩,教导学生如今美好生活的来之不易,不能忘记中国的先烈,从小就要培养学生的爱国之情,让学生之后刻苦学习,为祖国的建设贡献自身。

### 4.4 借助语文写作活动,促进学生健康心理的养成

写作是小学语文教学的重要内容,其综合性比较强,衔接了遣词造句、阅读理解各个内容。在小学语文教学过程中,教师可以引入一些主题写作,通过这种方式为学生创设开放式的交流环境,更加自如地表达自己的情感,进而促进其健康心理的养成。例如,我让学生以“老师,我想对您说”“妈妈,您听我说”等为题目进行写作,同时我还鼓励学生要表达自己的真情实感,通过这种方式拉近自己与老师、父母之间的关系,理解他们的良苦用心。此外,我还鼓励学生写日记,将自己的不良情绪写到日记中,摆脱消极的心理状态,这种情况下教师也能更好地把握学生的心理状态,适时进行疏导、教育,使其拥有阳光、健康的心态。

## 5 结语

综上所述,心理健康教育是素质教育的重要组成部分,影响到学生的人格发展和综合素养的提高。心理健康教育可渗透、融合到不同的学科教学中,而语文学科因其包含大量有助于提高学生心理健康素质的资源,高年级教学中需要挖掘语文内涵,明确教学目标、创设教学情境,在满足语文教学的基础上加强心理健康方面的引导,提高小学语文心理健康教育整体水平。

### 参考文献

- [1] 顾玥.关于小学高年级语文阅读教学研究[J].小学生(下旬刊),2021(10):19.
- [2] 任元勋.小学高年级语文整本书阅读教学策略探析[J].家长,2021(26):161-162.
- [3] 殷月峰.心理健康教育在小学中高年级语文教学中的渗透[J].小学时代,2020(2):43-44.