

中职语文课程规划方案(大全5篇)

为了确定工作或事情顺利开展，常常需要预先制定方案，方案是为某一行动所制定的具体行动实施办法细则、步骤和安排等。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。

中职语文课程规划方案篇一

中职语文的教学目标是培养学生“日常生活和职业岗位需要的语文能力”。而“能力”是个体顺利完成某种活动所必需的个性心理特征。本文从教育心理学视点出发，阐述了只有用教育心理学原理作支撑的中职语文课程，才能更好完成中职语文的教学目标。

1. 问题的提出

1.1 新课程的要求

中职语文教学不再是以前所遵循的灌输讲解与课文有关的知识要点、理解文章内容，而是“立足于学习语文和培养相应的职业意识，职业能力结合起来，提高语文应用能力”。教育家章熊先生在《中学生言语技能训练》中指出：“能力”是个体顺利完成某种活动所必需的个性心理特征，它影响到一个人在某一领域中多种活动的效率。语文应用能力不仅是一种综合性的听说读写记忆理解感悟能力在社会实践中的应用更是一种学识修养在职场中的外在显现。这种能力，必须是在长期的大量的言语实践活动中有意识的习得知识、训练技能、开发思维中获得的。语文能力的形成不仅需要大量的知识与技能做底蕴，还需要个体的情感，意志性格等非智力因素配合与参与。

因此在中职语文教学中，教师不仅要把握文本的向度与深度，更要关注学习主体的需要与学习情境，努力形成一种学习的气场，帮助学生有意识的学习，有意识的习得技能，并把语文学习当成一种自觉，默化为语文能力。

1.2目前中职语文教学现状

近几年来，随着经济社会化的发展，技能热也滚滚而来，家长学生对掌握一门技能有着很高的期盼，学校也随之对专业课高度重视，文化课受到空前的冷遇，作为重要学科的语文学科也走向边缘。中职语文教师教学激情也随之减弱，课堂上课下不仅漠视着语文教学的培养目标，也把学生的个性特征与心理需求搁置一边，执教者机械的按照自己的教学特征和意愿，把教学参考搬来搬去，因为没有教育理论支撑，课堂教学漫无目的，教学目标的设定很随意，更谈不上教学目标的达成，语文课堂依然如一潭死水，少有师生的交流与沟通，更没有师生思想的碰撞。新课程背景下的中职语文课程依然是换汤不换药。

2. 中职语文学科的有效教学需要教育心理学的支撑

任何一个教育者都知晓教育心理学，是研究教育过程中的心理现象及其变化规律的科学。它的研究范围不仅包括各科教学中学生的各种知识、技能及能力的获得问题，同时包括学生的思想、行为规范及品德的形成与发展问题。

目前中职学校的培养目标，是提高新时期中等职业学校学生的思想道德水平科学文化素养和职业能力。如何提高中等职业学校学生的思想道德水平科学文化素养和职业能力，是每个中职语文教师必须研究的问题，因为中职学校的学生是一个特殊的群体。他们是中考竞争中的失败者。失败的背后都有着诸多失败原因。或家庭重视不够，或智力因素欠缺，或学习能力不足，或学习兴趣寡淡，或学习意志缺失，或学习品质不优。他们来到中职学校也有着诸多不同的想法和心理。

他们带着美好的就业愿望步入中职学校，想学得一技之长，在社会立足。因此他们漠视文化课的学习，更意识不到文化课的学习对他们的综合素质的提高，职业能力的形成以及未来的人生起着怎样的作用。

由此中职语文教师肩负着重大的教学使命，必须要用高度的责任感来对待本学科的教学，致力于中职语文教学研究，研究中职语文教学的教学规律，学科特点，研究如何提高中职学生学习的积极性和主动性，研究与分析学生认知现象，研究学生学习过程。

3. 中职语文教师专业化发展需要有教育心理学理论来提升

教育理论对于每一个教育工作者的意义都十分重大，掌握教育理论有助于树立科学的教育观，有助于解释教育实践，指导教育实践，推动教育发展，也有助于提高教学水平，总结教学经验，探索教育规律[1]。

教育教学的不断发展，归结于教师队伍的积极努力。培养高素质的劳动人才，更需要一批高素质的，积极进取，勇于探索的教师队伍。中职语文教学有别于普通高中，不仅仅是知识面的宽广问题，也不仅仅是知识点的难易问题，而是应该紧紧围绕中职学校的培养目标，依据学生现有的知识水平，学习品质，能力寻找到属于中职学校的自己特质的教学。中职语文教师自身专业化发展也成为新课程的必要。从教师本人来说自身专业化发展最重要的就是更新教育理念、提升理论水平。教师的知识不仅是学科的专业知识，还包含着学科的教学知识，和课堂上的实践性知识[2]。教师的实践性知识，其实质就是教师本人对本学科的专业知识，教学知识的理解感悟，选择重构和实际应用。遗憾的是很多中职语文教师常常忽略了自己实践性的知识，也不能明晰的传达出自己的信念。这就需要我们运用多种理论把它提升出来。

中职语文教学究竟怎样做才能很好完成他的教学使命应该是

每一位语文教师不断探索的课题。这个永恒的课题，只有在教育理论指导下才能确保它的科学性和实效性，在教学实践中完成符合职业学校学生接受能力的智育的各项任务“向学生传授陈述性的知识，帮助学生将陈述性的知识转化为程序性的知识，使之成为顺利完成各种智慧任务的技能，教会学生习得与应用策略性知识，使之学会高效学习，记忆和思维的技能，成为自觉的自我学习者和自我调控的人”。

4. 在教育心理学视点下实施有效教学

4.1 研究学生的认知，反思教学行为

4.2 关注学生心理，合理利用、科学开发教学内容

职业学校的一个共同特点是专业设置很多，且专业之间关联性很小。但作为必修的公共基础课的语文教材却是相同的。学生之所以选择不同的专业就是有着不同的心理需求。在实际教学中语文教师，应该理性分析我所任专业学生学习水平与心理特点，合理利用教材，要由教科书的忠实执行者而成为自己的课程创设者[3]。在兼顾语文课程共性的前提下能自主设计、选择、开发、实施和评价属于自己的个性化课程。语文教师要根据所任专业的学生特点，从他们的需求、爱好和个性化选择出发，对教材内容进行整合：或剪裁或补白。努力把教学内容与职业生活与专业课程联系起来，更要与多学科进行渗透沟通，拓深、拓宽语文课的内涵和外延，扩大学生的视野，激发学生的思维活力。

中职语文教师应当具有这种意识：在言语活动和言语交际中，以学习主体的智性、思维、情感、意志、道德诸精神要素的和谐发展中职语文教师最高的价值追求。

中职语文课程规划方案篇二

一、形象思维与其对教学的启发

1. 强化直接感知训练，如以下方面的训练：视觉的感知、听觉的感知、味觉的感知、嗅觉的感知。
2. 活动体悟，形象感受。在实践中找感觉、感悟，在行动中感受、探索。
3. 拓展想象。想象就像是形象思维的一双翅膀，可以使思维在脑际空间自由翱翔。想象能力的训练是培养创造思维能力的的第一步。
4. 情感熏陶，激发思维。

二、逻辑思维与其对教学的启发

(一) 逻辑思维概述

逻辑思维(抽象思维)是人类有了语言以后，在形象思维的基础上迅速发展起来的一种更高级的思维类型。它是在感性认识的基础上，运用概念、判断、推理等形式揭示事物本质和规律的一种最普遍、最重要的思维形式，包括形式逻辑思维和辩证逻辑思维两种形态。形式逻辑思维是从抽象同一性、从相对静止和质的稳定性方面去反映事物的。形式逻辑思维是科学认识中必不可少的一个阶段。就像解决问题是一个比较抽象的概念，初始状态、中间状态和目标状态分别是什么？都要通过把这个本是连续的东西割裂开来研究。前人把问题解决细分为五步：识别问题与机会，界定目标与表征问题，探索可能的解决问题策略，预期结果并实施策略，检验解决问题过程并进行新的学习。只有这样才能为发现问题提供清晰的“版本”，为问题的成功解决提供可能性。辩证逻辑思维是思维发展的最高阶段，是客观现实的辩证运动在人的思维中的反映。逻辑思维的一切过程都是围绕概念展开，而判断是概念的展开，推理又是判断的发展。在逻辑思维中，运用逻辑规则进行信息推理，同时充分发挥丰富的想象力，使信息激活，是得出创新结论的有效的思维方法。而归纳思维和演

绎思维又是逻辑思维的一种方法。

(二)对教学的启发

1. 引导学生区分可以证实的事实和有价值的 主张 ，知道哪些是有用的信息、 主张 或原因，哪些是含糊不清的 主张 或论点。
2. 让学生学会确定某一论点的事实准确性，以及某一信息来源的可靠性。
3. 培养学生阅读分析能力，能够根据推理迅速识别出逻辑上的不一致。
4. 为创造性思考提供时间和机会。在解决问题之前给予充足的酝酿时间，避免仓促行事。
5. 鼓励采用头脑风暴法，充分发挥想象力得出尽可能多的解决方式，再从这些方法中归纳出共同点或把它们分为几个大类，从中发现规律。

三、直觉思维与其对教学的启发

(一)直觉思维概述

直觉(灵感)思维是在形象思维和逻辑思维的基础上进一步发展而来的思维类型，它是通往创新性思维的重要形式。所谓直觉思维是指不受某种固定的逻辑规则约束而直接领悟事物本质的思维活动，是依据于“对经验的共鸣的理解”。灵感思维是一种积极的爆发式的心理状态下进行思维的过程，是认识主体对某个问题进行艰苦思考的过程中，由于受到某种因素的激发，突如其来地使问题得到解决，一下子把握对象的本质和规律的顿悟过程。在一定意义上说，灵感是有意注意的产物，也就是它并不是凭空产生的，因为很少有一点医学知识都没有的人会突然得出dna的双螺旋模型，根本不爱好

音乐的人会创作出很优美的乐曲……直觉和灵感是发挥创造主体思维能动性的最高形式，是创造者的显意识和潜意识的豁然贯通。直觉和灵感思维是通向创造性思维的重要桥梁，是产生新思想、新概念的关键环节，是形成科学假说的基本途径之一。爱因斯坦也认为，物理学家的最高使命是要得到那些普遍的基本规律，然而要通向这些定律并没有逻辑的道路。“只有通过那种以对经验的共鸣为依据的直觉，才能得到这些定律”。

(二)对教学的启发

1. 引导学生去关注某个知识的详细知识，之后就这个知识的某些前沿性问题提出自己可能的解决方法或思路。
2. 鼓励学生在思维过程中随时记录自己的每一个思考片断，哪怕是一点儿的感想也不容忽视。
3. 在学生解题时，只给予必要的点醒，而不把所有的步骤全盘告知，要充分留给他们思考的空间，在解不出来时试着让他们在课外继续思考。实在没法解决时，再给予帮助。
4. 利用小组合作创新的方式，分配给各个小组任务。让成员之间互相启发思维，利用集体检查和反省的方式激发灵感。可见几种思维形式对创造性思维都是有用的，不管通过哪种思维方式都有创新的可能性，就看创新是什么样的创新，是哪个领域的创新。就像艺术家是不太偏向于深思熟虑，而主要靠观察和体会，借助表象思维居多，而科学家的创新则逻辑性、辨证的要求更高，借助抽象思维居多。我们在训练学生思维的时候，一定要注意各个方面的思维都要兼顾，但就某些学生擅长的思维要充分让其发挥出优势。把“扬长避短”改为“扬长补短”。创造性思维就是在人的这几种基本思维的基础上，开拓认识新领域的一种思维。简单地说，创造性思维是指有创见的思维。

四、创造性思维与其对教学的启发

(一) 创造性思维概述

创造性思维是人们在已有知识和经验基础上，从某种事实中更进一步发现新关系、寻求新答案的思维活动。它是一种以解决问题为目的的人类活动。正如任何活动都有一个发生、发展和完成的过程，创造发明活动同样也有一个从问题的提出到问题得到解决的发生、发展的过程。例如：为了解决某个新遇到的难题，就需要广泛搜集有利于解决该问题的各种有关资料。这种对资料进行搜集、选择、整理、分类的思维活动，尽管没有直接提出新的解决方案，但却是整个问题解决过程中必不可少的环节。因此，我们往往也把这种形式的思维活动与直接提出创新答案的思维活动形式一起，统称之为创造性思维。创造性思维的另一种方式是当遇到某个问题却又无力解决时，如果他可以通过学习别人在类似情况下如何解决这类问题的方法，并依样画葫芦地照搬，就能使问题得到解决，也就是说，在他解决问题的过程中，并不需要什么新的手段和方法，只照搬或沿用别人用过的方法，就完全可以解决问题。这也可以称为再造性思维。其实大学生特别是研究生跟着老师做科研，就是一种很典型的用创造性思维解决问题的活动，这种过程需要在搜集、选择、整理大量信息的基础上进行，在进行创新之前需要对前人的结果非常清晰，以求对这块领域熟悉，且力求避免与前人做过的重合。现在 we 看到的很多实验设计要么是用前人的方法来解决另一个他们没有解决过的问题，要么是创造出一种全新的方式来解决前人已经解决过但仍又争议的问题或者根本还无法解决的问题。

(二) 对教学的启发

1. 激发学生的兴趣。充分发挥他们思维的主动性。既然兴趣是人们进行创造的直接动力，也是进行创造或创造性思维的先决条件，那么教师通过将学习内容变得更有意义，更与实

际生活相贴近，无疑会有助于他们去探索。

2. 鼓励学生提问。在讲完每个知识点后，留出给大家自由提问的时间。如果以个人为单位容易造成部分不积极的同学被忽视，也可采用小组讨论提出小组的问题的方式。

3. 鼓励学生的发散性思维。训练他们思维的灵活性，即从不同的唯度，不同的视角看问题，知道答案是丰富多彩的，而不局限于一种方法，避免“一孔之见”的出现。

4. 教给学生用追踪法解决问题。增强学生坚持不懈的思维习惯，避免浅尝辄止、缺乏最基本的恒心。五、总结教学的主体是老师和学生，在整个教学过程中，怎样通过老师的作用来促进学生思维的形成将是创新教育的重要环节。所谓“言传身教”，以身作则是很重要的。即教师自己要表现出创造性，不局限于对固有知识的传授，自己对知识也时刻保持一种审视的态度。接受学生的新思想，并切身地与他们一同思考。未来社会将是充分发挥人脑潜能的时代，现代社会的发展对创造活动的要求更高、更加迫切，加强对创造性思维的研究，进一步开发人们的创造潜能，成为我们时代的重大课题。

中职语文课程规划方案篇三

今年有幸参加了由天水师范学院承办的国培计划语文的培训，本次培训周期长，资源丰富，教授专家众多，内容切合实际，示范性强，简直是雪中送炭，促进了语文教学的新课程改革的步伐，让我深受感动，启发颇多，下面就我最近十几天的培训心得加以总结。

本次国培计划中小学语文期间，牛振乾硕士给我们讲解了《教师专业发展的途径与方法》，让我们明白了教师这个职业的产生、发展历程，教师职业的社会地位，教师专业的发展问题和过程，教师职业的角色和形象等一系列长期困惑不

得其解的难题，让我们摆正了教师的心态，改变了传统教法的老观念，为以后的培训和语文新课改打开了方便之门；天水师院教育学院院长李艳红教授带着病体给我们讲授了《教育公平与西部农村教育发展》，在课堂上，李教授给我们分析了农村教育现状，突现了农村教育的不公平，农村教师队伍现状，农村教师专业发展的途径，列举了学生眼中的好老师的几条标准，让我们感到自我实现是教师的最高境界，只有不断实现理想，老师的地位才会不断升值、提高。

当然还有吴彦文博士的热情洋溢的讲述，课堂上的师生互动。更为有幸的是杭州师大教授语文大师江平教授给我们讲述了《义务教育语文教学规律探索》，他给我们讲述了“规律”的概念，参与式培训采用了“头脑风暴”式的互动探索，让我们受益匪浅，还作了“语文”的功能，与文化的关系，与思维训练的关系，语文中的语感，这些都是我们未见未闻的，见所未见的鲜为人知的常识；还有谢文武教授、郭昭弟教授、王德军舰手偶、李聪亮教授、西北师大的靳健大师的讲解等，他们的讲解各具形态，令我目不暇接，心中为之大受感动，对我启发很大。

在本次培训中，我们语文班共四十个学员，来自定西市陇西县和临洮县的四十个学员都积极参与了每一堂培训课的互动探索活动，在课堂上，大家分成六个小组，分组讨论，各抒己见，表现出热烈而活跃的热闹场面，令授课的老师专家感动不已，把我们这次的语文培训搞的扎实有力，严肃而不乏活泼；学员们互相认识，互相学习，热情洋溢，充满了美好的设想，深刻地表达了这次培训的重要意义，因此，在课堂上大家积极记录笔记，认真听取专家们的讲解重点，并利用课余休息时与专家讨论不懂的问题，下载专家们的讲义，课后及时地写下当天的学习笔记。

总而言之，本次培训虽然刚开始不久，但让我们不收获甚丰，感受颇多，启发很大。我相信，在以后的培训学习中，我们会更加有力、准确、全面地投入到培训研修中去的。

中职语文课程规划方案篇四

摘要：随着新课程的改革，我国中职院校的物理教学也应转向以人为本的教学观念，进而推动学生发挥主观能动性。本文分析了我国中职物理教学现状，总结了目前教学中存在的问题，并对积极心理学的特征与作用进行了探讨，在此基础上提出构建积极中职物理课堂教学的措施，以期为促进中职学生综合能力水平发展而做出贡献。

关键词：心理学中职物理教学教学策略

中职学校即中等职业教育学校，其定位是在义务教育基础上为社会批量培养技能型人才和较高素质的劳动者。物理对中职学校所设立的汽修、机械、焊接及电子等学科来说，属于专业课的基础，是学生进行其他专业基础课学习的前提。由此可见，培养中职学生对物理课程的兴趣是一个有价值的研究课题。

一、中职物理教学的现状分析

中职物理教学传统授课方式以单纯传授知识为主，这种灌输教学忽略了对学生心理活动的重视与引导，使学生学习环节的积极心理与潜能未能被充分开发，最终由于学生的内在学习动力未被激发而导致其学习兴趣与积极性下降，学习自主性与主动性不高。此外，传统讲授式教学方法多重视对书本知识的讲授而忽略师生及学生间的交流互动，这就使学生丧失了情感性与发展性，并且由于这样的课堂教学中不需要学生进行创造性思维，久而久之会使学生的主观能动性与创造能力大大降低。通过对中职在校学生进行调查发现，目前的物理教学课堂存在的问题可归纳为以下几点：首先，中职学校中，多数学生具有较好的自我学习态度，但其基础知识相对薄弱，这就导致在进行深入学习时困难程度较大。尽管此部分学生对课堂纪律无不良影响，但却对课堂学习气氛、教师情绪和学习进度等有一定负面作用。其次，一部分中职学

生相对缺少刻苦钻研的学习精神，并且其纪律性也较差，他们对课堂纪律、教师情绪、学习进度等会产生较大的消极影响。最后，其中存在极少数行为习惯较差的学生，其纪律观念相对较差，常有在课堂上起哄、聊天等扰乱课堂秩序的行为，并且对教师的管理有逆反心理，严重影响着课堂进展与师生的情绪。另外，中职学生在学习物理时，其进行积极的自我评价能力可从教师与学生这两个角度进行分析：教师方面，对学生进行自我评价的引导教育意识不够，甚至多数教师并未意识到引导学生进行自我评价的重要性；教师的专业素养有待提高，只有突破传统的观念，从非对即错的层次中挣脱出来，并克服物理教学的功利性，才能从自身做起引导学生正确对待物理并进行学习。学生方面，则不要一味追求标准答案，而应多进行反思与自我评价，通过多角度分析、对比、筛选、与师生进行有效的交流与讨论等，才能真正深入理解物理知识点并进行运用。

二、积极心理学的特征与作用分析

1. 积极心理学概述。

积极心理学区别于传统心理学，前者强调对主观幸福感、美德等心理活动中积极因素的研究，并对群体或个体所遇的问题进行解释与引导，最终使其获取积极暗示，满意地对待过去、幸福地感受现在并乐观地面对未来。积极心理学在一定意义上体现了以人为本的思想观念，提倡积极人性论，教导人们在逆境中要抱有积极心态，并通过充分发挥内在潜能来增强学习工作中的适应性和创造性，进而使学习效率与效果得以提升。

2. 教学中积极心理学的特征。

在中职物理教学过程中，积极心理学具有目标性特征、情境性特征以及整体性特征。目标性特征指师生双方都要明确了解教学目标，学生通过明确的认知方向而形成积极的心理预

期，进而促使其能够清晰的聚焦。通过创设情境来使学生能够沉浸其中，围绕教学目标展开教学活动能够驱动学生全身心投入学习。构成心理氛围的因素既包括学生的智力与非智力，同时也包括教师与学生在情感、意志、精神方面的相互依存和融合，并且产生共鸣。

3. 积极的心理学对物理教学的教导作用。

在物理课堂教学中，积极的心理学能够促使学生对物理学习产生良好的情感体验，使其发自内心的对物理学习产生信心；能推动学生感受到自主学习的乐趣，进而形成良性循环，使其产生强烈的物理学习兴趣与认知上的成就，自主学习过程能够使学生体验到积极的学习心理与操纵感，最终形成良好的学习习惯与心理。

4. 物理教学中促使学生形成积极学习心理的条件。

由上述可知，积极心理能够使学生沉浸在教学情境中并全身心地投入学习中，从而使学生在积极心态下有效掌握学习技巧并树立成功信念。那么，促使学生形成这种积极心理应做到哪些呢？首先，教师应具备积极的心态。教师教学情感积极与否则对学生有着潜移默化的影响，因此情感素质是教师必须具备的专业素质，教师只有努力培养并不断提高自我良好情感特征，将积极乐观、宽容自制的自己呈现在学生面前，并加强与学生的情感交互技巧与能力，对学生进行长久的情感感染。其次，与学生交流融洽的师生情感、培养学生进行物理学习兴趣。由于教师是物理课堂的引导者，其情绪与态度对学生产生很大影响，因此教师要通过自然得体的仪态与表情向学生传递真挚和期待等情感，进而与学生产生情感共鸣。培养学生对物理学习的兴趣能够有效激发学生的学习主动性，这可以通过采用自主式学习、探究式学习或合作学习等新的教学模式等来实现。另外，通过对教育资源进行整合来为学生创造积极的大环境，持续的激励并关爱学生对形成积极心理情感态度有重要作用。

三、构建积极中职物理课堂教学的措施

当代中职教育是集知识技能、情感态度和价值观等于一体的综合性教育，并且中职学生的人格情感培养与道德品质塑造更为重要。因此教师在物理学教学中可运用积极心理学的相关理论来调动学生兴趣并激发其潜力，从而引导其形成知学、乐学、好学的良好状态。

1. 为学生创设积极主观体验，使其形成物理学习的积极情绪。

现代教育理论研究表明，学生良好的学习兴趣能够有效促进其积极主动性，从而促进其学习效率提升。在中职物理教学中，可通过结合趣味性的物理现象、丰富的物理学史及多媒体技术来对物理课堂氛围进行积极营造，使学生在愉悦的体验中丰富物理知识，最终完成物理教学目的。教师在进行情景设置时，通过贴近生活的实例来激发学生参与兴趣，将实际与理论结合以实现知识的迁移和内化。物理学发展过程中有诸多经典，通过这些经典问题来激发学生的参与热情，引导学生进行物理大师传记的阅读，使学生领略大师风范的同时建立人文氛围。此外，多媒体技术目前已在各行各业被广泛普及，其能够高效辅助现代物理教学，且大幅提升了课堂教学容量和有效性，其形象的演示实验过程功能以及可控制的教学节奏收到事半功倍的教学效果。

2. 通过建构积极的教学设计来引导学生明确物理教学目标。

积极心理学指导下的教学设计要注重学生课堂学习中的积极心理体验和成就感。鉴于此，教师在进行教学设计时，需考虑其挑战性，目标一致性并设置反思环节等，通过综合考虑与运用来促进学生对物理教学目标的理解和完成。

3. 形成有效的教学评价。

积极的教学评价能够优化物理教学的教学效果，促进学生发

展。对教学过程进行激励性评价、关注学生个体情感体验对学生的参与积极性十分有效，将过程性评价与课程教学整合，及时发现并解决教学过程中出现的问题，提高学生解决问题能力的同时也提升了教师的专业素养。

参考文献：

[1] 乾润梅. 积极心理学及其在教育实践中的运用[d]. 华中师范大学硕士学位论文..

[2] 王鹏. 趣味物理与趣味教学[j]. 科学大众..

[3] 李亚东. 积极心理学理论指导下物理课堂教学实践研究.

中职语文课程规划方案篇五

[论文摘要] 自信心作为一种重要的社会品质，是学生良好心理素质和健康个性的重要组成部分，对于一个人一生的发展都具有基石性的作用。在全面实施素质教育的今天，重视青少年的心理素质，尤其是自信心的培养，已越来越成为全社会的共识。面对令人堪忧的中职学生心理健康状况，作为一名教师，应该从家庭、社会、个人等几方面因素考虑，采用及时鼓励、积极发现优点、联系家长共同教育等方法，进行中职学生的信心培养。

自信心是指人们相信凭借自己的能力，能够克服各种困难，在学习与工作中有所成就的能力。自信心作为一种重要的社会品质，是学生良好心理素质和健康个性的重要组成部分，对于一个人一生的发展都具有基石性的作用。在全面实施素质教育的今天，重视青少年的心理素质，尤其是自信心的培养，已越来越成为全社会的共识。

然而，目前中等职业学校学生的心理健康状况却令人堪忧。有相当一部分学生，对文化学习缺乏自信心，学习消极、被

动，没有学习热情，对完成学习任务有畏难情绪，有的甚至有“混日子”的思想。他们觉得，和大学文凭相比，自己的中职文凭社会认可度很低，因而对未来的命运感到前途暗淡、渺茫；在困难和挫折面前，他们往往表现为害怕、退缩，甚至有“破罐破摔”的倾向。

是什么原因使中职学生出现这样的心理障碍呢？笔者认为有以下几方面的原因：

第一，来自家庭因素的影响。不少孩子的父母将自己年轻时没能实现的愿望寄托在下一代身上，希望孩子能考上大学甚至名牌大学，圆自己当年的梦想。而当孩子没能如愿踏进大学校门而上了中职时，他们首先就泄了气，对孩子的期望值就打了折扣。在他们眼中，孩子成了没跳过“龙门”的“鱼”、成不了“钢”的“铁”，鼓励和关心就相应少了，甚至冷言冷语地指责。如此一来，就给孩子造成上中等职业学校对不起父母的心理压力。

第二，来自社会压力的影响。不得不承认，当今社会，部分人对中职学校存在着一定的偏见，认为中职学校是“筛子漏”学校，不会培育出多少对社会有贡献的优秀人才，甚至片面地认为中职学校的学生是低层次的受教育群体。这种只看重文凭而忽略个人能力的社会评价，自然会给中职学校的学生带来压力。

就读中职的学生正处于青春期，正是世界观、人生观、价值观形成的重要时期，心智尚不成熟，面对社会的变革、家长的期望、考试的竞争、就业的压力等多方面冲击，很容易产生恐惧、自卑的心理，将自己束缚在“我不行，我不如别人”的阴影里面，造成了走出校门“底气”不足的状态。

那么，如何培养学生的自信心呢？笔者认为，应从以下几个方面抓起：

一是用自己的信心鼓舞和感染学生。老师不仅是学生知识的传授者，更应该做学生的楷模。老师的思想情绪、精神状态，甚至老师对自身能力与价值的评价都会对学生产生直接或间接的影响。所以，要培养学生的自信心，老师首先要有良好的教育水平和精神风貌，对工作充满热情。这样不仅能保证老师的教学效果，还能促进学生自信心的形成。

二是发现闪光点，发挥学生的一技之长。学生之所以缺乏自信，甚至产生自卑心理，是因为没能正确评价自己、赏识自己。每个学生都可能具有一技之长，细心的老师会注意学生的“过人之处”，一旦发现他们的某种特长、潜能，就会满腔热情地因势利导，以充分肯定和积极鼓励的方式强化它、发展它。当学生意识到自己在某方面比别人强、并非事事不如人时，自信和勇气就会油然而生。作为老师不仅要积极发掘学生的特长，而且还要让学生明白：在社会发展迅速、人才需求多样化的形势下，自己的长处在于所学的专业，学好专业知识，掌握更高的专业技能，才能在激烈的社会竞争打拼出自己的一席之地。

三是尽可能地创造条件让学生获得成功的体验。在学生成长过程中，过多的失败体验，会让他们对自己的能力产生怀疑。因此，老师要根据学生发展的特点和个性差异，提出适合其水平的任务和要求，确立一个适当的`目标，使其经过努力能够完成。当学生自己动手干一些事，或根据老师的指令完成了力所能及的要求，老师所给予的肯定和鼓励，能产生积极的心理效应。在实施素质教育时，尽可能给学生创造成功的条件和机会，让其体会成功的喜悦，在内心深处感受到“我也行”“我能行”，这是树立学生自信心的重要方法。

四是进行适当的挫折教育。宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。“成功”固然有助于建立自信，但是培养学生自信心的目的之一，是为了帮助他们正确面对挫折与失败，以使其能在以后的工作、生活中不致因为一次乃至数次失败而气馁。老师要有意识地在教育教学活动中创设一定的情境，使学

生“品味”失败，引导他们在成功和失败的交织影响中明白这样一个道理：挫折和失败是人生必不可少的一个组成部分，可怕的不是失败，而是失败后丧失斗志。

五是密切联系家长，共同培养学生自信心。家庭是学生生活、学习、成长的主要场所，家长和孩子朝夕相处，对孩子的成长起着潜移默化的作用。老师要善于同家长多沟通，了解学生的生活成长环境，这也可以帮助学生树立自信心。老师应多和家长沟通联系，在条件允许的情况下，老师最好亲自到学生家家访，及时了解学生家庭教育的情况，及时帮助家长改变不正确的教育态度，特别要求家长重视自己对孩子的正确评价，给孩子更多的爱和更多的表扬，让他们看到自己的进步，是他们相信通过自己的努力是能够成功的。学校教育与家庭教育密切配合，才能使学生自信心得得到全方位的培养，收到很好的效果。