

2023年在语文教学中渗透心理健康教育 语文教学渗透心理健康教育途径的探索 论文(实用8篇)

注意每一分钟的价值，你会发现生活更有意义。一分钟，对于精细的计划者来说，可以改变命运。不同人对于一分钟总结有不同的理解和写作方式，让我们一起来看看吧。

在语文教学中渗透心理健康教育篇一

浅谈体育教学如何渗透心理健康教育

学生心理健康的目标，是体育与健康课程课程的目标之一，在体育教学中渗透心理健康教育，提高学生心理健康水平是我们体育一线教育工作者义不容辞的责任。

1. 在体育教学中实施心理健康教育的必要性

从学科角度讲，学校体育与心理健康联系密切。学校体育课程中蕴涵着许多心理健康教育的内容；可见体育教学对提高中学生心理健康水平具有极重要的作用，体现了中学体育课程的价值。

另外，现代学校体育不仅要向学生传授知识、技能，增强他们体质，而且还要通过体育运动将健康的思维方式、行为方式和生活方式传授给学生，帮助学生学会做人、求知、健体、审美、生活、创造，促进学生身体全面发展，提高学生心理素质水平，培养学生形成良好的体育习惯，促进学生个体社会化。

2. 体育教学与心理健康的关系

2.1 有利于改善学生的情绪

情绪是人的某些需要是否得到满足时产生的一种体验，而衡量体育锻炼对心理健康影响的最直接、最主要的标志是情绪状态。学生生活在学校这个关系错综复杂的小社会中，经常会产生忧愁、紧张、压抑等情绪反应，比如说中学生常因名目繁多的考试，相互间的竞争而产生焦虑反应，体育锻炼可以转移学生不愉快的情绪和行为，使学生摆脱烦恼和痛苦，也可使学生的焦虑降低。

2.2 有利于培养学生坚强的意志品质

在体育活动中，为了达到一定的教学目的，需要克服身心疲劳，消除消极情绪，保持高度集中的注意力和一定程度的肌肉紧张等，这都是对一个人的意志品质的严峻考验，也是学生培养和形成坚强意志品质的过程。

体育活动可以使学生逐渐养成克服各种困难的积极情绪，坚持参加体育活动，这样时间久了，从锻炼中培养起来的坚强意志品质就能够迁移到日常的学习和工作中去。

2.3 有利于培养学生的人际交往能力与合作精神

目前中学生中独生子女占绝大多数，具有较强的自我中心倾向，对家庭有强烈的依赖心理。面对集体生活，很多孩子表现出束手无策，不善于与人交往，学生在体育活动中，既需要交往与合作，又存在相互竞争的现象，大多数体育项目只能在与他人发生联系的条件下方可进行，在体育活动环境中，学生可以以更直接、生动、集中的方式接触，体验近似于社会上所能遭遇到的各种情景，比如竟、冲突、分享、合作、共处、避让、包容、角色转换等，学生在常期的体育活动中适应了相互之间的竞争，理解了交往与合作的重要性，因而体育教学中的体育活。

2.4 有利于提高学生的创新精神和心理承受力

中学阶段的体育活动与人生其他阶段的体育活动相比，更多地表现在不断遭遇障碍和挫折，不断超越自我，不断创新和提高方面，现行的中学体育课程中设立了社会适应学习领域，体育教师们也更加注意改进教学，以更好地帮助学生发展探索、创新精神，提高抗挫折能力。有不少中学生由于学习和其他方面的挫折而引起的抑郁症、焦虑症，通过体育锻炼大多得以缓解或消除。

3. 体育教学中如何渗透心理健康教育

3.1 体育教师要营造宽松的体育课堂心理环境

宽松的课堂心理环境，有利于活跃课堂气氛，有利于激发学生的学习兴趣，有利于减轻学生的心理压力，活跃课堂气氛。对于中学生来讲，他们不是不爱练习，而且不喜欢枯燥、压抑的练习环境。

首先，体育教师要善于在教学过程中以幽默的神态、诙谐的语言营造出宽松的课堂心理环境，这样学生就可以放松心情消除紧张情绪，以轻松的心态参与到课堂练习中去，这就使学习活动充满兴趣。

其次，教师还要善于鼓励学生参与课堂活动，对于学生技术练习要给予充分肯定，尤其对体质差、弱或动作运动能力偏差的学生应多鼓励少挑剔，这样可帮助学生克服自卑心理和畏难情绪从而使学生获得成功心理体验。

最后，体育教师要精心设计和组织教学过程，让学生主动参与教学过程，充分展示自己的体育才能，张扬自己的个性，使学生真正成为课堂的主人。

3.2 体育老师要创设以形激情的教学环境

心理学研究表明，人的思维能力最初是通过打开视觉这

扇“窗户”来发展和提高的。因此，课堂上教师的一个微笑、一个眼神、一句激励的话、一个动作都对学生有很大的影响。学生们的一言一行、一举一动也希望受到教师的关注和暗示，这样在他们心中也会升腾起一种特殊的感受——自信。由此，课堂上会出现一种追求新的满足的情感氛围。由于体育教学主要是通过学生各种身体练习来完成教学任务的，这更需要教师动作的示范和语言的鼓励。有些教师却忽视这份信息的传递。非但自己不身体力行，而且将自己的不良情绪带进课堂。一声命令，一句否定，把整个课堂良好的学习氛围一扫而光，就会引起学生心理烦躁、紧张，限制了学生个性的发展，妨碍了学生轻松自如地掌握技术动作和接受知识。反之教师准确优美的示范，亲切和蔼的态度，会使学生产生许多联想。

3.3 体育教师要营造平等的环境

平等的课堂心理环境，有利于融洽师生关系，有利于调动学生的积极性，他们都喜欢体育课，但不喜欢体育老师的管束。

教师对待学生的态度会直接影响课堂内的平等。怎样营造平等的课堂环境？首先，教师要尊重每一位学生尊重他们的自尊心，尊重学生个性特点。其次，教学过程要民主。只有在民主、平等、和谐、活跃的教学氛围中，学生主体积极性才能彼此尊重，互敬互爱，教学相长。

教学过程中，教师要善于通过各种方式表达对学生的关爱，让学生从你赞美的目光，赏识的注视，肯定的点头中感受到教师的关爱、信任。

教学过程中，教师还要加强学生之间的互助合作。在体育课教学中，为学生营造团结合作、互助互学的心理环境。可以在体育教学中组建合作小组“兴趣小组”，采取“集体讨论”“探究式学习”等方式，让学生相互探讨、共同提高进步。

在语文教学中渗透心理健康教育篇二

良好的心理素质是人的全面素质中的主要组成部分，是决定学生未来适应社会程度的重要条件。中学生正处在心理变化发展最为迅速的关键时期，会遇到各种各样的心理困惑，培养中学生健康的心理素质至关重要。语文作为工具性与人文性高度统一的学科，在渗透心理健康教育方面具有得天独厚的条件。对学生进行心理健康教育对于每位语文教师来说是责无旁贷的。那么，如何在语文教学中有效的渗透心理健康教育呢？笔者认为应从以下几方面着手。

一、融洽师生关系，愉快教学，营造积极的课堂心理氛围是关键。

良好的课堂氛围，能使学生在课堂上保持健康向上的心理状态，在轻松、愉快、欢乐的气氛中学习。课堂上，教师应努力营造和谐、民主、健康的学习气氛，重视师生之间的那种积极的、融洽的情感交流。这就要求教师摒弃“师道尊严”的观念，改变居高临下的传统习惯，树立民主意识，面带微笑以朋友的身份真心诚意地与学生平等交往与交流，充分考虑学生的意愿，调动学生参与的积极性、主动性，在正确的认识和积极的情感基础上与教师建立起良好的心理关系，产生一种自觉进取的健康心态，个性品质也会得到很好的发展。

二、挖掘语文教材中的心理健康教育资源是渗透心理健康教育的前提。

新课标的语文教材，所选文章大都文质兼美，既有表现对祖国深深的爱，对民族浓浓的情；也有对生命价值的思索，对理想信念的追求；语文教师要努力挖掘教材中的情感因素，把学生带进教材，让学生在阅读课本的过程中，直接体验作品的真、善、美，明辨世间的假、丑、恶。让每篇文章熏陶、感染着从中走过的每一个学生。挖掘和利用教材本身的心理健康教育资源，对学生进行潜移默化的影响，我认为可以从下面几

点入手：

（一）以榜样为动力，培养学生健康的心理。

榜样的力量是无穷的，它以具体生动和崇高的理想形象教育和感染学生，对学生行为以及心理有着非常重大的影响。如“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”的孟子，“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的范仲淹，“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”文天祥，“为中华之崛起而读书”的周总理……这些人物通过教师情真意切的描述，无一不给学生留下深刻的印象和深深的思考，从内心迸发出对这些人物由衷的钦佩，产生对真善美高尚情操的向往和追求。

（二）以逆境为契机，磨练学生受挫的心理。

生活并不是一帆风顺的，有时突如其来的不幸、挫折、困苦，甚至是灾难，让人防不胜防，何况当前学生心理疾患的比例呈现不可忽视的上升趋势，迫切需要科学、及时的心理健康教育。

作为教育者的我们，在语文教学过程中，应该以逆境为契机，磨练学生对挫折的承受力，让学生有一颗健康的心。我设置一个环节，让同学们谈感想，有的学生说：“纵观中外名人的成功都不是一帆风顺的，不经风雨哪能见彩虹。”有的学生说：“我们遇到挫折时，不应该怨天由人，应该树立正确态度。”从身处逆境不屈服的人物身上学生可以汲取力量，增加面对困难的勇气和面对失败的不屈服。

三、优化课堂教学模式，是渗透心理健康教育的途径。

在21世纪，合作的意识与能力是人的重要素质，未来社会竞争将更加激烈，但竞争愈激烈，合作的意识就愈重要，正如著名心理学家阿德勒所告诫的“一个人如果不能学会合作之道，必然会走向孤独之途，并产生强烈的自卑情绪”。教学中采取小组合作的教学模式，能有效调动学生讨论交流的积极性，增

强认知兴趣。小组中以合作为主，组员十分珍惜时间，紧张而密切合作，彼此充分表达自己观点的同时也听取、分析、同化别人的想法，开放的思想不断融合、鲜明，不知不觉增进了彼此的了解和友谊，习得了人与人交往的更多技能。合作学习时，学生还学会了组织协调、学会了情感交流、学会了团结交往、学会了取长补短、学会了谅解接纳、学会了奋力拼搏。

四、开展语文实践活动是心理健康教育的延伸。

语文学习的外延与生活的外延是相等的，在语文教学中培养学生的心理健康，仅仅靠课堂上的几篇文章是不够的，应高度重视语文课程资源的开发和利用，紧扣形势要求和学生实际，创造性地开展语文实践活动，让学生在活动中不断形成健康的心理，实现心理素质的提升。

开展语文实践活动形式多样：开设阅读课。把学生带进图书馆，以文学经典为载体，让学生进行个性化的自由阅读。阅读的过程中，他们的词汇量增加，语感增强。在与作者对话中，思维激活。穿过层层叠叠的语言外衣，拥抱了别人的思想和情思的同时，也感悟了语言之美，领略了人性之美；在厚实文化底蕴的同时也净化了灵魂、陶冶了情操。如，读冰心，读通了母爱的崇高，学会了去爱别人；读鲁迅，读得一副傲骨，敢爱更感恨……让学生努力追求用几本好书，美丽自己一段青春岁月的人文境界。也可以进行各种形式的演讲。

五、对学生多元化评价是渗透心理健康教育的法宝。

新课程明确规定：“评价的目的应从注重甄别与选拔转变为激励和调控，从而更好地促进学生发展”。

语文教学的目标要着眼于知识和能力、过程和方法、情感态度 and 价值观三个维度，培养和优化学生综合性的语文素养，

更关注学生个体的健康发展。因此，我们教师对学生的评价要转变观念，要树立“以人为本”的评价观，改变过去评价体制中一贯运用的“一把尺子，一个标准，一刀切”的做法，进行评价体制的多元化改革，评价要倾注教师的真爱，关注学生终身发展“应贯穿在评价过程的始终。

我们必须深刻地认识到，在语文教学中充分地渗透心理健康教育是时代的要求，社会的需要，只有充分地做好了这一点，才能真正体现语文老师“教书育人”的职责，才能真正培养出高素质的新一代人才。

在语文教学中渗透心理健康教育篇三

一、分析高校体育教学中渗透心理健康教育的重要意义

（一）有利于提高学生的身体素质，提高体育能力

高校体育教学中渗透心理健康教育，不仅可以使学生强身健体，也能够使学生修身养性，同时也是对学生的一种综合性的锻炼和发展。学校大力开展体育心理健康教育，有利于提高学生的身体素质，使学生在体育锻炼过程中跑起来，跳起来，动起来，加快学生机体的新陈代谢，促进血液循环，让正在发育的青少年长身体，锻炼发达结实的肌肉，增强体质，提高学生的体育成绩，而且也能使学生在沉重的学习压力下，通过体育消除疲劳，发泄消极情绪，促进学生的身心健康发展。

（二）有利于培养学生形成良好的性格和品格，增强毅力

在高校体育教学中通过给学生提供谈心，化解学习压力等心理健康服务，可以让学生在繁杂枯燥的文化学习中静静体会体育运动的美好，进一步约束自己的言行举止，使学生树立正确的人生观、世界观和价值观，真正认识到体育心理健康教育的魅力。另外，通过给学生加强不怕挫折，勇于挑战的

心理健康体育教育，可以提高学生的心理承受能力，不断突破自己的极限，增强学生的意志力，培养学生吃苦耐劳，坚持不懈的体育精神，增强学生的人格魅力。

二、分析当前高校体育教学中加强心理健康教育存在的问题

（一）学生对心理健康体育认识较少

现阶段，学校开展体育教育还面临诸多的问题，首先就是学生对高校心理健康体育的认识比较模糊，而且学生的学习压力较大，再加上现在手机网游以及动漫等其他诱惑太多，学生更青睐于这些比较安静的游戏活动，使学生对体育锻炼的学习热情和积极性较低，使高校体育更加不受学生的欢迎，导致学生在体育课的出勤率较低，学生的体质较差，体育成绩较低。

（二）学校领导不够重视高校心理健康教育

学校领导对高校心理健康教育的重视程度较低，没有深入考虑开展心理健康教育对提高学生整体素质和促进学校体育文化发展的重要意义，有许多学校没有给学生配备专业的体育教师，提供完善的体育设施，并且学习体育的课时安排的比较少，使学校的体育教育长期处于无序化状态，使青少年学生接受正规的体育教育机会较少，让学生难以体会高校体育所带来的乐趣。

（三）缺少专业优秀的高校体育教师

我国大部分学校在计划开展高校心理健康体育课程所存在的一大难题是缺少专业优秀的体育教师，有许多学校的体育教师对高校心理健康教育的教学不懂或是不重视，只是流于表面形式教学，不能传授给学生专业的体育知识和技能，使体育课上的不够规范，学生的兴致较低，体育学习效果较差。正是由于这些缺乏实践和理论相结合的体育教师难以承担起

学校心理健康教育的任务，使学校开展心理健康教育面临着严重的阻碍。

（四）心理健康教学方法比较落后

当前，有许多体育教师使用的教学方法已经比较陈旧落后了，一般采取比较枯燥的言传身教法，使学生在学习和理解时都比较吃力，容易在体育教学中产生畏难情绪，使学生的学习兴趣较低。另外，学校为学生提供的体育教材较差，缺乏科学性和系统性，其中的教学内容较为刻板生硬，并没有随着时代发展和地域差异而不断更新完善其中的教学内容，使学生学习体育的积极性不高。

三、提出合理有效的措施完善高校体育心理健康教育的发展

（一）提高体育教师的专业素质水平

高校体育教师要想体育教学中渗透心理健康教育就要充分发挥带头和主导作用，端正认真负责的工作态度，提高自身的专业素质水平，在教学中注意自己的一言一行，为学生树立学习的榜样，保持稳定的教学情绪，加强与学生之间的交流互动，关心和爱护学生，了解学生的体育学习状况和遇到的困难，要耐心细致的给学生讲解体育学习的专业知识和技能，不能因为学生错误的动作而使用不当的言语进行指责，对于学生在体育方面取得的成绩要积极鼓励，提高学生学习体育的动力和信心，也使教师获得学生的尊重和信任，使师生关系更加和谐融洽，学生更能配合教师的体育教学工作。

（二）采取多样化的心理健康教学方式

体育教师为了更好地将心理健康教育渗透到体育教学中，就要根据学生的性格特点和实际学习能力，了解学生客观存在的差异性后，有针对性的设计教学要求和内容，进一步改进教学方式，通过采取创设情境法，小组合作法等不同教学方

式来给学生带来不同的体育学习体验，激发学生学习的兴趣，使学生能够在自身的不断努力下优秀完成所学的技术动作，感受成功的乐趣，从而使学生更加开朗和自信，形成良性的心理定势，提高学生的体育能力。

（三）更新教材理论内容，增加心理健康实践活动

为了顺应新形势下高校心理健康教学任务和要求，就要不断研究体育教材新课标，并且加强对教育学、心理学等相关心理健康理论知识方面的学习，挖掘并更新体育教材中有价值的心理健康教育内容，使在体育教学中贯穿心理健康教育，让学生了解加强心理健康教育的重要性，促进学生身心健康发展。另外，教师要增加体育实践活动，鼓励学生积极参与，使学生在运动中培养良好的行为规则能力，使学生也能勇于挑战自己，增强意志，而且让学生共同完成体育项目中，培养团队意识和竞争精神，获得更多友谊，让学生心里感受到更多满足和开心，促进学生的全面发展。

四、结束语

虽然当前在高校体育教学中渗透心理健康教育，仍然存在着学生对心理健康教学认识较少，缺乏学习体育的兴趣、学校领导也不够重视、缺少专业优秀的高校体育教师以及高校体育心理健康教育方法比较落后等等问题。但是学校在进行体育心理健康教育中提高体育教师的专业素质水平，进一步改进体育教学方式，并更新教材理论内容，增加体育实践活动等措施，这样有目标，有组织的增强学生的身心健康，使高校心理健康教学得到进一步发展。

参考文献：

[1]郁成刚，刘光. 高校体育教学中渗透心理健康教育途径分析[j].新西部（理论版），（04）：119+39.

[3]蒋合才.在高校体育教学中实施心理健康教育的必要性及对策[j].才智, (30): 203.

在语文教学中渗透心理健康教育篇四

当前,我国基础教育改革也正在由“应试教育”向素质教育转轨。要全面提高少年儿童的素质,就必须高度重视对他们进行心理卫生指导和心理健康教育。《语文课程标准》明确指出:“在教学过程中,要致力于培养学生的悟性、灵性,激发学生的创造力,培养审美的情趣,发展健康的个性,养成良好的意志品格。”对小学语文学科教学开展心理健康教育提出了明确的要求。我认为语文学科作为工具性与人文性高度统一的学科,无论从教育目的还是从教育内容上来看,语文学科在渗透心理健康教育方面都具有得很大的优势。教师要把心理健康教育目标与小学语文学科教学所含的有关因素,自然地、有机地结合起来,在渗透式的教学过程中,努力发展学生健康的个性,培养学生良好的意志品格,提高学生心理健康水平,使学生不断得到全面、主动、和谐、健康的发展。

一、挖掘课文内涵,寻找渗透基点

语文教材是《语文课程标准》的具体化,是语文教师组织教学的主要依据,是教学内容的载体。语文教材涵盖的内容广泛,既有语言文字训练的内容,也有思想品德教育和心理健康教育因素。在语文教材中挖掘心理渗透点,是语文教学渗透心理健康教育的核心。

小学语文教材中有许多文字、思想兼美的课文。其中有不少课文蕴藏着心理健康渗透因素。如:小学语文教材二年级上册《开学第一天》,就指导学生在学期一开始就要具有健康、活泼、积极向上的心理状态;在三年级上册的课文里,帮助学生克服依赖心理的课文有《两只小狮子》《小白兔和小灰兔》;帮助学生排遣嫉妒情绪的课文。特别是《爱发脾气的

孩子》《我能行》《掌声》等课文，渗透了健康的心理品质教育，让学生学会关爱，培养学生的意志力，以及培养学生现代社会中待人处事、与人交往的道德观念和能力。在这些饱含深情的文字作品中，只要把握住这些文章的人文性质，就能很好地进行心理健康教育渗透。

小学生的情感正处于逐渐发展时期，其情绪状态带有很大的情境性。教师要充分利用教材赋予的人物的积极情感因素，引导学生体验、共鸣，在潜移默化中受到感染。其实，语文课堂教学中的心理渗透不仅是教育者对受教育者教育的过程，也是受教育者自我教育的过程。良好心理素质的形成，有赖于相应心理知识的掌握，更需具备一定的自我心理修养能力。这样，个体才能不断调整自己的心态，保证心理健康，发挥心理潜能。因而，语文教学中，还应注意结合教材与教学，提高学生自我心理修养的能力。

二、把握教学契机，活化渗透方法

在语文课中开展心理健康教育，不同上心理健康课。培养学生语文知识和能力仍是语文课的主要内容。那么何时巧妙地渗透心理健康教育便成为语文教学的难点。

我们不仅从课文中挖掘心理健康因素，还从“口语交际教学”“作文教学以及读写例话教学”中有新的发现。例如一年级口语交际《有趣的游戏》的渗透目标是：体验无助和受助，培养学生合作精神。这一课的教学过程是组织学生做贴鼻子的游戏，培养口语交际能力。把渗透契机设在游戏过程中。

在作文教学中进行心理健康教育，把作文与心理健康教育有机结合在一起，相辅相成，相得益彰。所以，鼓励学生大胆地倾诉自己的感受，拿起手中的笔，在作文日记中倾诉烦恼、痛苦，自己开导自己，自己教育自己，自己战胜自己，增强自己的独立自主意识和抵抗挫折的能力。教师通过学生的作

文，及时了解他们内心的真实想法，帮助他们解决各种心理问题。久而久之，学生的心灵就能得到净化，同情心、爱心得到培养，正义感、道德观得到确立，慢慢地学会该怎样去领悟生活。如：描述心理情感的有：《我真后悔》《假如我是》；写人：《我是这样的一个人》《一个让人难忘的人》；写事《这件事教育了我》《我相信我能行》等等。通过这些内容记载，进行自我认识、自我反思、自我督察、自我调控。学生会“自我教育”的过程中逐渐认识作文，认识自我，把作文与自身的成长紧紧结合起来，使自己的人格得到进一步的完善。同时教师也能通过学生的作文，及时了解他们内心的真实想法，帮助他们解决各种心理问题。在语文课文和作文教学中只要把握了教学契机，就一定能找准心理健康渗透的突破口。

三、创新语文活动，拓展渗透渠道

在语文课中向学生渗透了心理健康教育，就应有强化巩固。那么强化的形式主要是根据课文、根据学生设计一些精巧的活动，开通心育通道，搭建心育平台。如：游戏活动、角色扮演、讨论活动、警言提示等。设计活动应遵循“少而精”注重实效，切不可加重学生负担。例如，在教学四年级课文《争吵》，帮助学生排遣嫉妒心理的时候，设计了这样一个强化活动：讨论“当别人成功时，你对自己怎样说，可以避免嫉妒心理的产生？”有的同学说：“他成功了，是他通过努力得来的，我要向他学”。有的说：“这几天我的状态不佳，如果调整好，我也会成功。”学生们你一言，我一语，实际上道出了排遣嫉妒心理的一些主要方法：友好竞争，学习欣赏，自我安慰等。这样学生在一种轻松民主的氛围下进行了心理健康教育活动的强化，实现了自我教育。

总之，纵观在小学阶段开设的多门学科中，无论从教育目的还是从教育内容上来看，笔者认为语文学科作为工具性与人文性高度统一的学科，在渗透心理健康教育方面都具有得很大的优势。将心理健康教育的内容融入语文教学之中，通过

二者的有机结合，使学生在掌握学科知识的过程中接受心理健康教育这是一个行之有效的好方法。

在语文教学中渗透心理健康教育篇五

首先提高自身修养，注重人格的表率作用。教育中的一切教育活动都以教育者的人格为基础的，教师的人格影响着学生的情感与个性品质的发展。在语文教学中教师注意利用人格的张力感染和教育学生，去消除学生的心理、情绪和学习障碍，以逐步增强学生对人、对社会、对自然强烈的责任感和建设未来的使命感。因此，作为语文教师的我不仅努力提高自己的业务知识，更注重提高自身的修养，力求通过言传身教对学生进行心理健康教育。

其次营造和谐氛围，优化心理环境。苏霍姆林斯基曾指出：“我坚信，常常以教育上的巨大不幸和失败而告终的学校内许许多多的冲突，其根源都在于教师不善于与学生交往。”这一精辟见解不仅强调了师生交往在教学活动中的重要性，更在一定程度上揭示了教师怎样才能善于与学生交往。

第三以朋友的身份走进课堂。试想：一位摆着架子，整天板着脸不与学生沟通的教师，怎能让孩子们没有心理负担地与你接触？又怎会使他们学会与人交往呢？小学生心理状态还不成熟，遇事容易受挫折，便会产生心理压力，这时，就更需要教师做他们的知心人，耐心倾听他们倾诉，敞开心扉与他们交流，帮助他们解决困难，减轻压力。那样，他们才能逐渐学会与人沟通，敢于面对挑战，适应社会。课堂上，教师与学生间如若建立起了民主、平等的关系，学生发言必将积极许多，因为他们没有太多顾虑。他们在语文课上回答问题是完全不拘束的，胆子特别大，敢于发表自己的见解。没有了心理负担，思考的环境也轻松了，自然，效果也就更好了。

第四以长辈的身份开导学生。教师的身份应是多重的，教师的责任也是多方面的，朋友式的平等关系让学生有了一个轻

松和谐的学习环境。然而学习上的困难等还会使他们产生忧虑。如有的孩子，父母对其学习的期望值很高，这些学生每次考查前都会忧心忡忡，怕万一“失手”，该如何是好？教师此时就应以长辈的姿态出现，告诉学生成绩并不代表全部，它只是我们平时学习的一次并不全面的检查，况且，语文这门功课不是一个分数或等第所能测量出来的，只要你认真学习，学得能力，学到本领，不要太在乎这一两次成绩，如果我是你的父母，我会理解你的，相信你的父母也会的。细心开导，孩子们逐渐会对此忧虑慢慢减轻。然而，解开了束缚后，学生的学习效果会更佳。

3 激发学生学习语文的兴趣

情感激趣

情感是运用语言文字来表达，作者缘情而发，把自己强烈的情感演变为文字。因此，激发情感必须披文人情，才能深切感受作者传递出来的感情。叶圣陶先生说：“凡是出色的文艺作品，语言文字必须是作者有趣的最贴合的符号”。读者若不能透彻地了解文字的意义的情味，那么就是只看见徒有迹象而死板的符号，怎能接近作者的旨趣呢？教师应养善于调动学生情感，拨动学生心灵的琴弦，充分利用教材的情感因素，让学生与作者的思想感情产生共鸣。如《卖炭翁》中的一句：“可怜身上衣正单心忧炭贱愿天寒”。分析这句时，教师可启发学生：卖炭翁身上穿得很单薄，为什么还希望天气更寒冷些呢？这不矛盾吗？衣单思暖，人之常情呀！为什么呢？因为卖炭老人希望天寒能卖上好价钱，否则，不要说生活无着落，就连买件单薄衣裳的指望也会落空的。这样一启发，学生就能理解老人这种矛盾的心理，蕴含着多么大的痛苦和辛酸啊！这就激发了学生对卖炭老人的深切同情，对当时黑暗社会的强烈不满。

媒体激趣

所谓媒体启发，主要是指运用现代教学手段，多媒体进行启发，如电化教学、是脑、幻灯、录音等现代化教学工具。化抽象为具体，化静为动，化远为近，化复杂为简单，图文并茂，形声结合。试想，在教高尔基散文诗《海燕》时配乐朗诵，比一般范读效果会更佳。又如在教《小石潭记》时，如画一幅“隔篁竹，闻水声，”周围“青树翠蔓”，“中间”全以石为底，“鱼儿在潭中往来翕忽”似与游者相乐的小石潭的投影片、小石潭的方位、概、情趣就生动形象地表现出来。如果用电视录象或电脑媒体，色、形、声结合，更有使我们有身临其境之感。

对比激趣

教学中运用相互联系而又容易混淆的知识引导学生进行正反对比和新旧对比，启迪学生积极思维，在比较对比分析中加深理解，又在理解基础上加深记忆。以《故乡》一课为例，课文对闰土形象的描写，可采用对比启发，分析时，教师提问：中年闰土与少年闰土对比，发生了怎样的变化？少年闰土：“紫色的圆脸、红和圆实的手”，说话滔滔不绝，说的都是海边无穷无尽的稀奇事；中年闰土：“灰黄的脸”夹着“皱纹”，“松树皮的手”，一个天真活泼的少年变成一个“木偶人”了。是什么原因造成的呢？是多子、兵荒、苛税等原因造成的。这样一对比启发，学生对课文理解加深了。

4营造语文课堂良好氛围

赞扬欣赏激趣法

人类本质最殷切的需要就是渴望被赏识。老师要关注学生成长的每一点进步，帮助学生发现自己、肯定自己，“好孩子是夸出来的”。清代学者颜元也说过：“数子一过，不如奖子一长。”这都是讲赞扬欣赏的激励效用。赞赏是廉价的，也是无价的。同学的掌声，老师的赞扬，小小的奖品，都是学生走向成功的力量的源泉。课堂上笔者采用多种表扬方式：

或用赞许的口吻——“你说得真好!”“你的想法真棒!”“你想象的想象力真丰富!”;或用亲切的动作——拍拍肩膀,轻轻一点头,微微一笑?——每节课笔者尽量多赞赏学生,不光赞赏一个两个,而是赞赏一群一批,甚至全班;不是虚伪的应付的,而是真真切切实实在在的。有了赞赏这一“添加剂”,学生在学习中就能常常感受到成功的喜悦、学习的乐趣,课堂气氛活跃,学习效果好。

可以说,赞赏出创造力,赞赏出学习兴趣,赞赏出进步的学生,赞赏出有特点的学生。通过赞赏融洽了师生关系,活跃了课堂氛围,激发了创造热情,对学生的学习质量和能力养成起着十分明显的促进作用。在教学过程中,教师既要赏识学生对知识的掌握及能力的提高,又要赏识学生在学习过程及方法上的优良行为,还要赏识学生在情感态度、价值观等方面的积极表现。苏霍姆林斯基提醒我们教育工作者:“请记住成功的快乐是一种巨大的精神力量,它可以促进儿童好好学习的愿望。”

认真倾听激趣法

传统的课堂教学多是老师掌握着“话语霸权”,学生只能当作一个个容器,等着老师往里灌东西,可结果,园丁的辛勤,往往扼杀了学生的天性,“人类灵魂的工程师”使我们培养的学生变成了统一模式铸造的标准件。新课标提出教师要多倾听学生的发言。笔者认为,学生“讲”教师“听”。有三大好处:一是通过“听”可以使教师更好地了解学生。笔者通过“听”常常被学生天马行空的想象力、独到深刻的见解、幽默睿智的语言所折服。二是通过“听”可以真正使教师领悟“教学相长”的真谛。三是通过学生“讲”教师“听”,可以锻炼学生。学生越说越会说,越说越想说,越说越自信,课堂成了他们发挥的舞台,这更激发了他们学习的兴趣,焕发出课堂的活力。

譬如在教鲁迅先生的《雪》时,笔者让学生找出喜欢的句子,

先在学习小组交流，然后在全班交流，一学生说：“我喜欢‘孩子们呵着冻得通红，像紫芽姜一般的小手，七八个一齐来塑雷罗汉’，这写出了小孩天真活泼、充满生机的情景，尤其是‘呵’字非常的形象、传神、有趣。还有那‘紫芽姜一般的小手’，很好玩。”当笔者一问什么是“呵”时，大多数同学拢着两手呵气，一时课堂笑声一片，活力迸发。又如《两小儿辩日》，几乎都是学生在疏通文意在争辩。新课程要求教师树立“自主学习和协调学习”的教育观，由传授知识向学生终生发展延伸。世界教科文组织指出未来的文盲不是不识字的人而是不会学习的人。而这种学生多讲、老师多听的教学模式正是“授之与渔”“操练捕鱼”的有效途径。在整个学习过程中始终是学生做主角，极大地调动了学生的学习积极性和探究兴趣，使学生的学习状态保持活跃和热烈，使语文课堂呈现无穷的活力与魅力。

在语文教学中渗透心理健康教育篇六

历史课程的教学功效可以体现在很多不同的方面，不仅能够让学生们对于史实有更为全面而清晰的认知，合理的展开教学过程的设计也能够很好的渗透对于学生的心理健康教育，这对于初中历史课程的教学而言很有意义。初中阶段的学生正处于青春期，学生的性格、价值观与是非判断标准都会在这个时期慢慢形成。教师如果能够透过有效的教学引导来渗透对于学生的心理健康教育，这不仅能够加深学生对于很多教学知识点的领会，这也会促进学生内心的成长与成熟，这才是高质量的历史课堂教学应当发挥的积极功效。

一、充分了解学生，找到合适的渗透点

渗透对于学生的心理健康教育要注重教学方法的灵活选择，教师如果缺乏对于学生性格的了解，盲目的采取一些并没有实际效果的教学模式，这不仅难以展开对于学生的心理健康教育，甚至可能会收获负面的教学结果。因此，教师首先要深入了解这个时期学生的性格特点，并且要了解学生的一些

想法与观念，在这样的基础上才能够找准教学内容的有效渗透点，进而更好的实现对于学生的心理健康教育。课本中有很多值得挖掘的素材，不少内容都是很有价值的心理健康教育的蓝本。教师要结合学生的心理特点与认知水平有针对性的设计相应的教学环节，这样才能够让心理健康教育更好的在课堂上得以渗透。这个时期的学生通常情感非常丰富，容易被很多人或者事所感染，因此，在教学时我们可以对于一些典型的人物事迹加以渲染，并且潜移默化的影响、教育学生，这将会非常有助于培养学生积极进取的人生态度。比如：可以给学生讲鉴真东渡的史实，讲述鉴真的经历，“鉴真东渡，历时十年，第一次东渡，在官府干预下，东渡胎死腹中；第二次东渡，在狼沟浦遭遇巨浪，危急中鉴真镇定自若，高诵经文，安定了众人的情绪，终于将船驶回……第五次东渡，这次很不幸，遇到飓风，船被吹到了海南岛，历时一年才返回扬州，鉴真也因病双目失明，65岁时东次东渡，终于到达日本。”这个故事中有着很积极正面的教育意义，让学生们感受到了鉴真锲而不舍的精神以及顽强的意志力，这也是很值得学生们学习的一种品质。这类故事也会带给学生一些潜移默化的影响，让学生积极的心理素质与意志品质能够慢慢得以滋生。

二、丰富课堂教学模式，营造良好氛围

心理健康教育需要有好的教学环境与教学氛围作为依托，这也是实际教学中教师应当注意的一点。教师要尽可能的丰富课堂教学的形式，要创设更多能够凸显学生教学主体性的教学模式，并且为学生的自主学习营造更好的环境与空间。学生在独立思考与自主探究的过程中会感受到各种困难，这是对于学生克服困难能力的一种培养。同时，教师也要鼓励学生间的积极的合作交流，这不仅能够集合众人的智慧，这也会让学生感受到与他人合作沟通的方法，让学生意识到团队的力量。这些都是很好的心理健康教育的素材，并且能够为知识教学带来辅助。我在讲《夏、商、四周的兴亡》一课时，首先采用自主探究的学习方式，让学生在教材中找一找夏、

商、西周兴亡涉及到的时间、人物、地点等知识，通过自主学习，培养学生独立性；然后又采用了合作探究的方式，让学生来探讨商汤灭夏和武王伐纣为什么会取得胜利？在合作交流中，学生锻炼如何沟通交流，当遇到困难时，由学生自己合作解决，使学生体会到了与他人合作的重要，培养了学生团结协作的能力。透过丰富多样的教学形式不仅能够让课堂教学更有吸引力，这也会为学生心理健康教育提供好的基石，这才是高质量的课堂教学应当有的模式。

三、给予学生积极正面的教学评价

教师的教学评价不仅是对于学生的学习成果的一种客观评定，教师的评价内容与评价形式也会对于学生的心理因素带来一些影响。因此，教师在课堂上要善于给予学生积极正面的教学评价，这同样能够对于学生的心理健康教育起到很好的辅助功效。教师要看到学生身上的优点与进步，要多给予学生鼓励与认可。同时，在教学评价时不要仅仅局限于学生的学习成果，也要看到学生的学习态度，这些都是很重要的内容，也是心理健康教育应当关注的要素。在积极的教学评价下，往往能够更好的激发学生内在的潜能，并且能够不断完善学生的健全人格，让学生以乐观、向上的心态看待自己、看待他人、看待社会、看待生活。教师的积极评价还会影响学生的心态，并且能够很好的转变学生的观念。在课堂上，教师有时可以适当增加自评或互评环节，如：让学生谈谈你认为今天谁表现的最出色？设计这样的环节，不仅让学生谈出理由，深入的学习知识，也让学生学到了如何正确的、真诚的对待他人。教师要善于透过积极正面的教育评价给予学生更多有效的教学引导，这对于促进学生健康心理的形成，并且促进学生对于课堂教学知识点有更深入的吸收，都会带来很好的辅助。在初中历史课程的教学过程中，合理的展开教学环节的设计将会很好的实现对于学生的心理健康教育。教师首先要充分了解学生，这样才能够找到合适的教学渗透点。同时，教师要有意识的丰富课堂教学模式，营造良好氛围，这样才能够让心理健康教育更好的得以渗透。给予学生积极正面的

教学评价也很重要，这对于促进学生健康心理的形成，并且促进学生对于课堂教学知识点有更深入的吸收都会带来很好的辅助。

【参考文献】

[1]苗登. 初中历史教学中素质教育之我见[j].中国校外教育(理论)s1期

[6]蔡晓玲. 浅谈提高初中历史教学效果的几种方法[j].才智2009年09期

在语文教学中渗透心理健康教育篇七

心理健康教育是学校教育的重要组成部分，学科渗透是进行心理健康教育的重要途径之一。在基础教育各学科中，语文作为基础学科，以其思想性和艺术性的完美统一，人文性和工具性并重的特点，在对学生进行心理健康教育的过程中，有着得天独厚的优势。

1借助文章主题提炼，进行教育引申

现行中学语文教材在篇目上大都贴近生活，反映真善美，注重培养科学人生观和健全人格，强调内在真情实感的感化教育，弘扬真善美，鞭挞假恶丑。

课文中有许多中外文学名篇，也有古诗文欣赏，还有精品至情散文等等。这些文章都强调了文学本身的美感，注重了优美的语言情景和精巧的布局构思对学生的感染。因此，教师在引导学生学习这些文章时，应该调动学生的一切感官，通过视觉（幻灯、影视）、听觉（录音机）、想象（绘画、描摹）等方面的感受来体味其中的真谛，从而领悟文章的主旨。在此基础上，教师若再适当引申和迁移，联系实际生活，跟学生讲一讲人的进取心、爱心、真情等等，把这些内容在文

章主题的分析中不知不觉的表现出来，学生既受到了美德教育，也提高了对人生的认识。

2抓住语文阅读欣赏，进行熏陶感染

阅读能力是现在语文教学中和写作能力同等重要的语文基本功，培养学生的阅读能力是我们教学中必须时刻关注的问题。古人的“涵咏”法受到了许多教育专家的青睐，它提倡“读书百遍，其义自见”，要求学生文章的反复阅读来感知它的主题，进而弄懂它的意思。这种整体感知法在语文阅读欣赏中作用很大，同样，对学生心理素质的培养也有很大的帮助。语文教材中选编较多的古文、白话文中的抒情散文、现代诗歌等内容，都需要学生在不断的阅读中去感悟领会，使情感受到熏陶、感染。

3坚持课内外练笔，完善自我人格

写作是运用语言文字进行表达和交流的重要方式，是认识世界、认识自我，进行创造性表述的过程。通过指导学生写日记、作文的方法是之排遣不良的情绪，对学生进行心理健康教育，为其心理保健筑起一道“防线”。日记是学生真情实感的流露，是学生心灵的密语。教学中坚持让学生写“心灵日记”，做学生的知心朋友，鼓励学生在日记中要说真话、诉真情。引导学生在日记中宣泄内心的喜怒哀乐、迁移情绪和升华情感，克服消极的心理状态，完善自我人格，从而逐步形成健康的心理。与此同时，教师往往能够透过日记这扇反映学生心理活动的“窗口”，及时了解学生的心理状态，为教育工作提供有益的线索。通过这种方式，在提高学生作文水平的同时，有效的发现、纠正一些学生的错误观点，帮助他们认识自己，超越自己，养成良好的生活习惯和正确的学习态度，培养他们健康向上的人格。

4重视口语交际课，引导学生健康成长

新标准中指出：“口语交际能力是现代公民的必备能力。应培养学生倾听、表达和应对的能力，使学生有文明和谐地进行人际交流的素养。”口语交际课不仅提高学生口语交际能力、语言组织能力、思维能力，而且学生在口语交际的过程中加强了交流与沟通，能够让学生的不良情感得到解脱，从而不断完善自己，形成良好的个性，使自己健康成长。如口语交际课《成长的烦恼》里三项活动都是围绕“成长的烦恼”这个主题展开的，“说一说自己的烦恼”要学生尽可能的列出自己曾经有过或正在有的烦恼，这样才能消除烦恼，用积极乐观的心态面对生活。“妈妈（爸爸、老师、朋友……）少年时期的烦恼”引导学生了解到烦恼并不是自己独有的，关键是怎样对待烦恼，并通过成年人对当年烦恼的认识和感受，从而得到生活上的启示。“替朋友解脱烦恼”则是想办法帮朋友解脱烦恼。这三项活动的设计既易化解学生心中的烦恼，又让学生体验到爱心的重要性，使学生安全度过心理上的不舒服，快乐、健康地成长。

综上所述，初中语文教学注重学生的心理健康教育，能够帮助学生保持心理健康，形成健全的人格，从而让学生能愉快地面对每一天，走好人生的每一步，为将来更好地适应社会打下良好的基础。

【参考文献】

[1] 王赛群。心理健康教育在语文教学中的实施与渗透[J]. 中小学心理健康教育。（23）

[2] 钟鸿雁。责无旁贷 势在必行——谈在语文教学中渗透心理健康教育的可行性和紧迫性[J].科技风。（19）

[3] 施小红。充分发挥语文教学在心理健康教育中的渗透作用[J]生活教育，.10

[4] 张凯。初中语文教学中心理健康教育的渗透[J].现代阅读

（教育版）。 2011（06）

[5] 李文杰。试论心理健康教育在语文教学中的渗透[J].广西师范学院学报（哲学社会科学版） 2011（s1）

在语文教学中渗透心理健康教育篇八

心理健康教育已经成为我国教育领域中的一个热点，积极开展心理健康教育，既是学生自身成长的需要，又是社会发展对人的素质要求的需要。它要求教师在课堂教学中自觉有意识地运用心理学理论和技术帮助学生提高心理素质，促进学生认知、情感与行为技能的发展。向学生传授心理健康知识，实施适当的心理训练使学生达到消除心理障碍，增强精神潜力，完善个性和改善心理素质的目的。对于实践工作者来说，如何寓心理健康教育于《体育与健康》课程中，已成为当前体育教师的一个重要课题。在体育教学中进行心理健康教育的方法和途径主要有以下几个方面。

第一，营造良好的教学氛围，激发学生的学习兴趣

1、建立融洽关系

作为一个体育工作者，必须要爱学生，让学生接受你。对学生多一些理解、信任、尊重、宽容，可使学生产生信赖、仰慕和感激，进而去追求成为老师所导向的人。课堂教学中师生之间、生生之间有效地进行沟通，教师要促使课堂沟通达到较佳状态。

2、激发浓郁兴趣

充分利用学生已有的活动经验，精心创设和丰富各种学习情境，将学生置于乐观的情感中，让学生产生强烈的角色体验感和浓郁的学习兴趣。使学生在生动活泼、轻松愉快的课堂气氛中接受体育教育，感受运动乐趣，享受成功体验，促进

运动参与、心理健康和社会适应三维目标的达成，从而提高体育课堂教学效果。

3、创设评价情境

在体育教学过程中注意创设评价情境，提高学生学习的积极性和教学质量。教学中通过内外评价，不仅可以真实地反应学生中存在的问题，而且可以培养学生的自我分析能力。针对每个学生原有的基础，创设不同的评价情境促进各种不同水平层次的学生不断自我完善。

第二、注意运用心理学知识，培养完善人格和良好个性

掌握丰富的心理学知识，对于体育教师在教学中全面贯彻心理健康教育是极为重要的。体育教学的内容和形式复杂多样，学生的兴趣爱好和气质类型也各不相同。教师在体育教学中要注意观察和把握学生的心理特点和性格类型，使学生的个性、人格得到良好的发展。

第三、在体育教学中推行“挫折教育”

当代学生面临竞争越来越激烈，心理压力越来越大，培养学生遭遇挫折的正确心态和预防心理障碍的良好心理素质就成了目前教育急需解决的问题之一。体育具有在困难中不断进步与成功，并进一步挑战新的困难的特点，所以，有效地运用体育教学进行挫折教育，可以起到事半功倍的作用。在体育教学中可以从这几方面着手进行挫折教育：

1. 教育引导法

在体育教学活动中教育学生懂得，人生挫折是不可避免的。引导学生在面对学习挫折时要有信心和勇气，正确看待挫折，面对困难要有坚忍不拔、百折不挠的精神，自觉地培养学生耐挫力。

2. 环境磨练法

艰苦、恶劣的环境最易磨练人的意志。

3. 磨练意志法

体育教学中用较大的运动量、强度来培养学生的自控力、坚持性，磨练学生的意志。注意做好学生的思想工作，引导学生面对困难，克服困难从而锻炼学生坚强的意志。

4. 设置困难法

在体育教学中，教师要有意识、有计划、有目的地在课程中设置一些困难和障碍，使学生通过克服和战胜各种困难，培养不畏艰难险阻、勇敢顽强的意志品质。其次，教师要针对学生的不同意志类型，采取相应的教学方法来培养学生控制自己的能力。

5. 短时冷落法

体育教学中，有些学生爱出风头，经常表现出霸道作风，教师碍于其锻炼的“积极性”，既不好批评，也不好处罚，则可采用短时冷落的办法，令其暂停练习。

6. 延迟满足法

体育教学中，有时要有意地不轻易满足学生的要求，即便满足，也要让他等待或付出。

7. 心理训练法

在体育教学活动中，教师通过不同形式的体育活动对学生进行心理训练，如开展耐力项目培养学生坚强的意志力；开展团队活动项目，培养学生在实践中为人处世的能力及遇到挫折从容应对的能力。

8. 比赛竞争法

体育教学比赛中有胜有负，胜者能够鼓舞斗志、陶冶性情，败者也能经受打击，承受心灵的“创伤”，并能总结经验，迎难而上。因此，比赛既能够增强团体意识，提高竞争性，又能够培养学生抗挫折能力。教师可以在体育课中适当安排不同形式的教学竞赛提高学生的抗挫折能力。

9. 榜样激励法

榜样的力量是无穷的，在具体榜样形象的感染下学生能加深对挫折的认识，激起内在的上进热情，进而转化为“自我发展运动”。

第四，因材施教，积极引导，实施“成功教育”

体育教学中，教师要根据教材的内容特点，并针对学生心理有计划、有目的地引导学生克服各种困难，有的放矢地培养和锻炼学生的意志品质。针对“学习困难学生”实施“成功教育”，通过教育的改善，学生能获得多方面的成功，学习心理品质不断完善，成为学习的成功者，进而为其成为社会的成功者做好基础素质的准备。创造成功机会，是实施成功体育的关键。

新的课程标准十分强调体育课程对学生心理健的影响，突出强调要树立“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长，使课程有利于培养学生的运动爱好，养成坚持体育锻炼的习惯，提高学生的健康素养，促进学生在身体、心理和社会适应能力等方面健康、和谐地发展，从而提高国民的整体健康水平发挥重要作用。体育是培养发展学生现代人格的重要手段和途径，它蕴涵了丰富而又积极的教育功能，只有把心理教育融于体育教育中，才更符合现代教育的要求因此，教师要充分认识对学生进行心理健康教育的意义，努力探索体育教学中开展心理健康教育的途径与方法。