# 在语文教学中渗透心理素质教育

来源：网络 作者：天地有情 更新时间：2024-06-09

*第一篇：在语文教学中渗透心理素质教育在语文教学中渗透心理素质教育 四会市会城中学 陈洁玲21世纪是一个科学技术迅猛发展，国际竞争日益激烈的时代。它要求未来的人才必须具有良好的心理素质，即自我评价、良好的情绪调控能力、坚强的意志品质、进取的...*

**第一篇：在语文教学中渗透心理素质教育**

在语文教学中渗透心理素质教育 四会市会城中学 陈洁玲

21世纪是一个科学技术迅猛发展，国际竞争日益激烈的时代。它要求未来的人才必须具有良好的心理素质，即自我评价、良好的情绪调控能力、坚强的意志品质、进取的人生态度，健全的人性特征、和谐的人际关系、良好的社会适应能力。为此，在语文教学中渗透心理素质教育，是时代发展对语文教学提出的新挑战。在语文教学中，我注意把握好语文学科的内容和特点，运用灵活多变的教学方法渗透心理素质教育。

一、善于借助读文教学激发学生情绪

青少年在成长的道路上往往比较平坦，而当他们独自踏入社会后，就会发现现实跟以往大不一样，一旦遇到挫折，他们常常会惊慌失措，不知如何是好。因此，在教育教学中，教师应多让学生接受各种情绪体验，以便将来更好的应付。例如：沿海版初中语文第三册《狼》，说的是一个屠夫战胜两只恶狼的故事。老师在进行读文教学时，就应该引导学生解词、释句，进而体会文章的深刻含义。文章揭示了狼贪婪、凶狠、狡诈的本性，屠夫对它一味的妥协是徒劳无功的。通过课文释义，从而延伸到现实生活中，启示了人们对像狼一样的敌人不能抱有任何幻想，必须坚决与之斗争，直至取得最后的胜利。又如教学《她找到了一个新行业》这篇课文时，应该使学生树立即使遇到了什么困难，只要经过不懈努力，自力更生，仍然能获得成功的意志。在教学《谁是最可爱的人》时，授课前可以让学生了解作品时代背景，课后组织学生搜集抗美援朝的事迹，举行故事会，进一步激励学生热爱我们的志愿军战士，热爱我们伟大的祖国的情绪。初中的语文教材内容很丰富，都可以在各种心理品质上给学生以启发，教师要善于通过“语文”形式对学生进行情绪激励，真正地使学生从“文”中学到“道”。

二、巧妙利用写作训练调节学生心理

学生的习作是其思想的反映，从他们的习作中可看出他们对人、事、物的看法和见解。我提倡每个学生围绕身边的人和事，善于观察，每个星期至少写一篇小作文，这样既可以练笔，也可以使老师更好地了解学生的动态。当我从他们的习作中，发现他们心理的起伏或矛盾时，就与之进行笔谈，对他们进行心理调节。学生把自己所思所想写在文章中，就表明他们愿意把内心秘密向老师倾诉。为此，语文老师应巧妙利用写作训练，对学生进行心理调整，自我激励。

三、积极通过语文活动培养学生性格

科学家发现，随着社会发展，外向型的人比内向型的人更能适应激烈的竞争。对于初步呈现出内向性格的学生，如何帮助他们呢？各种语文活动是语文教学进行心理素质教育的另一阵地。其形式有课外阅读、朗诵会、故事会等。有一个男生今学期从海南转学过来，他本来就比较内向，对新的学习环境不熟悉，而且不懂粤语，在沟通上与老师和同学有一定障碍，课堂上从不敢举手发言。为了帮助他克服性格上弱点，我除了课堂上多让他回答问题外，还特别注意利用语文活动对他进行训练，让他敢于开口说话，勇于表达自己的观点。首先我结合沿海版初中语文第三册第一单元学习目标“发问与答问”，请他与老师做一个配合，老师提出问题，由他来回答，举行了一个介绍“我的家乡”的别开生面的问答会。他向同学们详细地介绍了海南优美的风光。我还针对他普通话标准这个优点，由他来组织朗诵会，逐渐地他消除了胆怯的心理，慢慢地改变了内向性格，变成一个敢于发言、勇于提问、热心助人的开朗的学生，学习成绩也随之提高，得到了老师和同学的赞扬。我还特意进行课堂一分钟的演讲训练，把机会分给每一个学生，一些不敢讲的学生也慢慢地敢于开口，口头表达能力也逐渐加强，通过不断的口头训练，学生们性格也变得开朗、合群。只要让每个学生都有机会，都得到肯定，他就会产生满足感，自然而然在学习和生活中树立起信心。

**第二篇：语文教学中如何渗透心理素质教育**

语文教学中如何渗透心理素质教育

固镇三中

李

强

当今的中学生，心理素质方面存在着许多问题，如：厌学，自信心不足，情绪不稳定，学习缺乏主动性与自觉性，缺乏吃苦耐劳精神等等。因此，我认为在中小学教育教学中，把心理健康教育和学科教学相结合，就显得更加重要。尤其是在语文教学活动中，更应注重对学生心理健康的教育，这也是心理健康教育的主要途径之一。

1、挖掘语文教材，开展心理素质教育。

语文教材中包含着各种丰富的心理因素信息，教师应充分挖掘和利用教材内容中的心理因素，对学生进行潜移默化的影响。例如九年级上册《论美》一文，教学时教师可以让学生根据自己的意愿分成两组，一组同学找出生活中种种不美的现象，另一组同学则列举出身边美的人和事，并进行交流讨论。通过交流讨论，让同学们明白平时的一言一行中，哪些是美哪些是不美，进而领悟到什么是真正的美，最后，教师再适时指出，生活中的美是无处不在的，真正的美既要做到外表美，又要做到内心美，同学们在平时的学习生活中，要勇于展示自我，恰当地表现自身的美。九年级下册选取了孟子《生于忧患 死于安乐》一文，文章讲述了逆境对于造就优秀人才的重要作用。教学中，教师应引导学生，结合文中几个事例，再联系现实生活，探讨和领会困难和挫折对于一个人成才的重要性，让同学们懂得，世界上没有随随便便的成功，一个人要想成就一番事业，必须经受生活的考验或磨难，要练就过硬的心理素质，乐观面对各种困难和挑战，要有敢于战胜困难的勇气和信心。

2、利用课堂教学，渗透心理素质教育。《新大纲》明确提出：“学生是语文学习的主人。”那么，课堂教学中怎样实施心理素质教育呢？语文课上，我发现了一个突出的问题：课堂上过于沉闷。当你提出一个问题后，不论难易，学生大都不愿举手发言。通过与学生课下的谈心，我发现这其中最大障碍在于心理因素：害怕说错，受到老师的批评与同学们的嘲笑。这种消极的心理状况，如果不加以积极引导，不但会影响语文学科学习，长此以往，还会形成一种缺乏自信、不善沟通的性格，从而给以后的学习和成长带来不利的影响。了解了这一情况后，我首先在班上提出了一个口号：“我能行！”让学生认识到自信是一个人成功的基石。接着，我又在班里建立起一种激励体制，让学生在课堂上能时时体验到成功的愉悦，从而一步步树立起“我敢发言、我能学会”的自信心。每一节语文课，我都会安排专人将举手发言的同学姓名写在记录本上，并把结果记录在班级的“成长历程栏”中，一星期一小结，对发言次数多的同学，给予适当的奖励。课堂上，对于每一位举手发言的同学，无论他（她）发言质量如何，首先肯定他（她）主动举手的这一份勇气，“你反应真快”、“你真勇敢”这样的赞美及时送上，并带领大家用热烈的掌声给他（她）以鼓励。对于不同层次的学生，我会有意提出不同层面的要求，让人人都能体验到成功的快乐。在这样的师生互动之中，同学们的自信心增强了，语文教学的效率也得到了极大提高。

3、拓展课外阅读，进行心理素质教育。

所谓的课外阅读，是指学生在课外的各种独立的阅读活动。它是课堂学习的

补充与扩展。对于课外阅读，语文课程标准中明确指出：“能让学生初步理解、鉴赏文学作品，受到高尚情操与趣味的熏陶，发展个性，丰富自己的精神世界。”不难看出，教育者要让学生在课外阅读中不断“发展个性”，形成健全的人格，让他们在阅读课外书籍中不断“丰富自己的精神世界”。歌德曾说过：“读一本好书，就是和许多高尚的人谈话”。一本好书就是一个好的世界。一本本精美的图书，又是一本本优秀的心理健康教育读本。同学们眼中闪过一个个字符的同时，心灵已经放飞到故事的情境中，与主人公一起悲伤，一起发奋，一起欣喜„„这是一次又一次成功的情感体验，一次又一次成功的心灵净化。

正因为此，我平时大力提倡学生看课外书，充分利用班级的图书柜，给学生推荐各种类型的图书，这样就大大激发了学生看书的热情。我还指导学生尝试着写读书笔记，让学生记下自己阅读后的点滴感想。请看本学期我班同学写的读后感：

“读了海伦 凯勒的故事，我被她的精神和意志深深震撼了，我在生活中也遇到过一些困难和挫折，我应该学习她的精神，勇于克服困难，用一颗健康乐观的心对待生活和今后的人生„„”

“今天，我读了几个励志小故事，从中我明白了一些道理，一个人不可能轻而易举成功，历史上那些建立不朽功勋的人，往往也都经历过非常大的磨难和严峻的考验，我应该向他们一样，积极进取，乐观面对困难„„”

可以说，是书籍给了他们自信，给了他们战胜困难的勇气，他们在阅读中锤炼着自己的意志品质，努力让自己成为像书中一样的“生活强者”。阅读给孩子们的求知、启智奠定了良好的基础，更为他们将来成长为具有健全心理素质的人搭起了一个重要的平台。

目前，心理健康教育已成为学校教育改革的热点之一，作为一名语文教师，应抓住教学中的每次机会，努力创设条件，培养学生良好的心理素质，让孩子们在宽松、自由、和谐的氛围中，全面健康地发展，从而更好地推动素质教育向前迈进。

2024.6

**第三篇：中学古文教学中渗透心理素质教育实践初探**

借古育人完善人格

——文言文教学中渗透心理素质教育实践初探

兰苑情悠悠

2024.5

中学语文教学不仅要帮助学生掌握阅读浅易文言文的能力，培养学生热爱中华民族优秀文化的感情，更要教育学生从古人身上、从古事中汲取营养，学会做人，懂得处世。要达到这个目标，我认为应该从以下方面着手：

一、中学生学好文言文的重要意义，可以从三个方面来分析：

1、是深化语文教改，提高教学质量和进一步推进素质教育的需要。

在新颁布的《全日制普通高级中学语文教学大纲》（试验修订版 2024.2.2）中强调：语文学科是一门基础学科，对于提高学生思想道德素质、„„对于弘扬民族优秀文化„„提高国民素质，都具有重要意义。在教学目的上更是明确提出要求：在教学过程中，要进一步培养学生热爱祖国语言文字、热爱中华民族优秀文化的感情，培养社会主义思想道德和爱国主义精神，„„发展健康个性，形成健全人格。新教学大纲对文言文教学的任务作出了具体的规定，明确了古代作品在选文中所占的比重，从新的高中语文教科书的课文构成来看，文言文所受的重视程度比以往有了很大的提高（现代文、文言文、外国作品三者的比例为5：4：1）。当前语文教育改革中，文言文教学被提到了一个新的高度，对于语文教学要求中的这一重大的改变，每一位语文老师都必须高度重视，要迅速转变文言文的教学观念，在教学重点和教学方法上要立刻作出相应的调整，以适应新大纲的要求。

1999年国务院颁布的《关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》中对于智育工作的要求是“要转变教育观念，改革人才培养模式，积极实行启发式和讨论式教学，激发学生独立思考和创新的意识，切实提高教学质量。”在文言文教学上，我们也不能因为要满足考试等短期目标的需要，就把绝大部分的精力放在文言语法和反反复复的做题上的层面上，而应该把相当的精力放在学生对传统文化的了解和探求每篇精选出来的古文包含的深层意义上面去。为提高成绩而大量做题的做法比较容易立竿见影，然而这种做法毕竟只是技术层面上的训练，学生为应付考试麻木、机械地做题，对古文谈不上任何感性认识。如果学生成了“做题的机器”，那绝对是教育的失败。如果把部分精力放在与学生一起挖掘古文的深层意义上，看上去所费时间可能较长，然而却是在潜移默化地在改善、提高学生的思想、素质、民族责任感和自豪感。而学生经过一段时间的训练，积累了一定数量的精读篇目后，学生就会发现古文里有“东西”可读，古文里具有相当强的现实意义，那么学生会从内心深处产生学古文的兴趣，自觉地学习文言文。从大量、深入的古文阅读中，学生会深深体会到作为炎黄子孙对民族文化继承和发扬的责无旁贷的责任，从而激发起学生爱学古文热情，阅读古文，无疑就成了学生了解、继承、宏扬祖国古代璀璨文化的一种很内在的爱国行为。

2、是改革开放后，我国经济迅猛发展的过程中急待解决的青少年心理健康成长问题的需

要。

随着改革开放的深入，物质文明的快速发展，一些消极的东西也随之渗透进来，社会上讲求实惠、追求金钱、贪图安逸等不良风气对青少年的理想产生了消极影响，现今，青少年盲目崇洋追风、不了解本国文化、缺乏民族责任感的情况更为严峻，已到了不容忽视、不能不正视的地步了。

在多次关于教育方面的重要讲话中，江总书记反复提到教师“不仅要教好书，还要育好人”。那么语文教师用什么方式“育好人”呢。笔者认为文言文教学在“育好人”这个问题上有特别重要的意义和作用。在《关于教育问题的谈话》中，江总书记指出：可以利用古 1

代“刺股悬梁、穿壁引光、积雪囊萤、燃糠自照等勤奋好学的故事”，“教育青少年树立好学上进的志向”。作为语文教师，其任务不仅要传授知识，而且更要培养学生的社会责任感，帮助学生树立正确的人生观、世界观、价值观。文言文中有大量的例子可以利用，对培养青少年关心他人和社会、无私奉献、养成艰苦奋斗的优良品质，挑起继承和发扬民族优良文化传统，实现科教兴国、民族复兴的历史重任有极其重要的意义。

3、是促进青少年良好学习习惯、良好心理素质养成和人格完善的迫切需要。

心理学表明，人的情感和意志是在认识的基础上产生的，并随着认识的过程的深化而不断变化发展；积极的情感和意志能推动认识的深入进行……认识的程度加深，学生在情感和意志上得到启发，那么自觉学习的程度也得到强化（主动地学）。主体（学生）从事活动（学习）的动机越强烈，目的越明确，积极性越高，那么在学习活动中就越能自觉地注意自身行为的反馈、控制，越善于总结经验教训，主体在活动中所获得的东西就越多，成长越快。

学生之所以不喜欢学文言文，并不是因为文言文中没有可学的东西，关键的问题在于我们平常文言文教学中，教师还没有采取有效措施让学生真正认识到学习文言文的重要性，而只停留在一般的、表层的知识讲授；而学生正是由于对文言文学习认识的不深入、不到位，也就只停留在外在的动机（如考试拿好分数）上，未能结合内在、深层、自发的强烈需要去积极主动地学。如果我们再进一步深入分析高中生的学习动机就可以知道：高中生的学习中内在动机占优势。学习兴趣、好奇心、求知欲、学习目的、学习态度、学习抱负、志向等因素都属于内在学习动机。可是一直以来，学生在文言文的学习的绝大多时间只花费在字、词、句、语法等比较抽象、枯燥无味、说不上有多少兴趣的知识点记忆上，加上对文言文学习缺乏正确的认识，错误认为它的繁难不易学，从而产生厌学情绪。

另一方面，心理学的知识又告诉我们，青少年时期是一个人道德品质形成的重要时期，也是一个人形成并树立世界观、人生观、价值观的关键时期，有目的的伦理教育，用生活中和文学中的具体实例讲解道德问题和道德原则，可以提高青少年的道德意识水平，会有助于他们更深刻地理解、衡量和评价生活中遇到的各种事件，有更强的道德感（道德感大体可分为爱国主义感、集体主义感、荣誉感、责任感、友谊感）。这种潜移默化的作用往往不仅仅使学生在道德意识上得到提高，一段时间的积累后可以使其个人多方面的素质都得到相应的提高，而最终是实现整体综合素质质的飞跃。而中学文言文篇目中有大量的实例，可以充分利用这些生动的例子对学生进行深入的教育，促进学生心理素质的完善与提高，从而进一步实现语文教学中的素质教育的目标。

总之，不论我们是从古文教学的新要求、青少年心理健康成长还是民族兴衰的角度去看，文言文的学习不仅不应轻视、放弃，反而是广大师生要改变固有观念，加倍重视。文言文的教学不仅要适应新大纲和考试的要求，而在更高的层面上它还肩负着 “实现中华民族的伟大复兴”计划的神圣使命，归纳原因有以下几个方面：（1）通过文言文学习，可以懂得本国文学和学术变迁的概况；（2）文言文是一个国家或民族文化传承的载体。文言中包含和反映出中国传统文化的精粹，这些精华是每一位炎黄子孙都必须了解、继承和发扬的。（3）通过文言文的学习，接受传统文化的熏陶，不仅可以陶冶性情，更重要的是可以提高文化底蕴，培养高尚情操、塑造完美人格。

下面以中学文言文教学中的一些具体的篇目为例，从提高学生对学习文言文的认识水平，激发学生学古文的兴趣和深入了解努力学好文言文的现实意义，通过充分挖掘、学习古代名人的人格魅力，从而实现强化学习内在动机、完善人格、提高综合素质等教学目标。

（二）古文难学，除了主观上的认识不足外，客观上也有如下三方面原因：（1）字词障碍，古文中大量的古今异义字为阅读带来了极大的困难；（2）古文语法知识比较烦琐，学生难以掌握；（3）文言知识在现实生活中运用较少，给人以“学习古文没有用”的错觉。但无论是主观或客观的原因，我们都可以通过有效的途径去克服。

语文教师如果能在文言文教学中充分挖掘古文的深刻的现实意义、古人的伟大人格魅力等内在的精粹，帮助学生发现学习古文的意义和价值，培养学生学习古文的兴趣，从而使之自觉学古文，那么前面所提及的困难也会因学生多读、乐读而迎刃解决。

下面以初、高中课本中的名篇名人为例，从教学设计中融会心理学的知识，分析古人的人格魅力，展现这些文言文在促进学生心理健康成长的意义，实现从深层上指导学生学习的目标。

（1）《史记·项羽本纪》

在高一课文《鸿门宴》是《史记·项羽本纪》的选段，我们可以设计在讲课前先简单介绍刘、项两人，他们相争时的一些小故事以增强学生的兴趣，然后提出一些设计好的问题，引导学生认真学习课文并进行深入分析、讨论，如：①楚汉争霸的结果是刘胜项败，这个结果是必然的，还是偶然的？②在《鸿门宴》的交锋中是否已见决定刘胜项败的端倪？如果有，把这些信息在课文里找出来。③尝试从领导的艺术上分析刘邦和项羽在用人方面的区别，看看是否对我们分析日常社会现象有所启发？„„学生对课文《鸿门宴》有了一定的理解后，通过教师的引导，学生在寻找、讨论问题的过程中得出刘胜项败的必然性，其关键就在于刘、项不同的用人艺术。用人艺术的不同可以从刘、项的言行、对待下属的不同态度，以及下属对他们截然不同的表现（项伯告密、樊哙拼死救主）等方面可以表现出来。如果再加一点相关的课外知识，如对“多多益善”、“四面楚歌”、“运筹帷幄、决胜千里之外”、“成也萧何，败也萧何”等成语、故事的介绍，可以加深学生对刘邦、项羽两位历史人物和相关名人（韩信、张良、萧何）的感性认识。学生在讨论、分析中体会刘邦科学的用人艺术、极强的耐挫折能力和项羽的沽名钓誉、自大轻敌所导致截然不同的结果的现实意义，思考人生成败的关键，领导者用人艺术对本集团兴衰的重要意义等现实问题。这样，学生在比较轻松，充满兴趣的学习中既学到课文所要掌握的知识，又把课外相关语文、历史知识联系起来，还刺激了学习的积极性、调动起学生的主动参与，提高其思考和分析问题的能力，并在解决人生问题、现实社会现象中发现一定的实用意义。

（2）孔子

从初中到高中，学生对这位儒家学派的创始人，中国最早的伟大教育家——孔子，肯定不会陌生，从课文《论语六则》中的“学而时习之，不亦说（悦）乎”到《季氏将伐颛臾》的“祸起萧墙”，从课文的注释“敏而好学，不耻下问”、“犯而不校”到其他名篇引用的“孔子登东山而小鲁，登泰山而小天下”等名句，学生已跟孔子多次“打过交道”了。

然而如何才能使学生对孔子“温故而知新”、“三人行则必有我师”、“不耻下问”的治学方法，“知其不可而为之”积极面对现实困难的人生态度真正领会，并为学生所用，这就不仅仅是做练习题所能达到的目的了。作为语文教师，有必要在讲授有关孔子的文章时，抽出相当的时间让学生对这位名人作更为深入的介绍，或要求学生自己查阅相关资料后进行讨论与评价。让学生在查阅资料，开展讨论等活动中真正“走近”孔子，了解他的言论和思想，认识到孔子教育思想（如：因材施教）的先进性，孔子对中国文化的伟大贡献，以及孔子对自己理想、学说的不可动摇的自信（即使其学说被六国当政者所排斥，被迫带着学生奔忙于诸侯国之间，却仍然坚持自己礼治、以德服人的政治主张，极力游说当政者的做法）。从道德水平极高的孔子身上，语文教师可以引导学生学习他的治学、为人的方法、不懈追求理想的积极人生态度。课外让有兴趣的学生自己找《论语》来读读，如果能这样做，相信孔子的名字在学生心目中就不再仅仅是一个文化常识的名词解释，而是一种发自内心的巨大力量、我国璀璨文化的化身，孔子的名字时刻提醒学生要为传承民族文明而不息追求。

（3）苏东坡

在学习苏东坡的诗文时，我们也可以设计与上文（介绍孔子文段）相仿的方法，加深学生对他坎坷的人生经历和取得惊人成就的认识。

初、高中课文中有苏东坡的诗词《题西林壁》、《惠崇春江晚景》、《惠州一绝》、《水调歌头·明月几时有》、《念奴娇·赤壁怀古》等、散文《石钟山记》、《赤壁赋》，有关的文学常识与现象有：“唐宋八大家”、“苏门四学士”、宋词的婉约、豪放派等等。教师可以尝试发动学生寻找有关资料，在课外对苏东坡做一个专题的讲座，把学生心中枯燥的文化常识和繁多的作家作品知识凸现为一个有血有肉，潇洒豪放、豁达逍遥的永恒形象。让学生了解到苏东坡是中国甚至世界上少有的多面性天才：他不仅是文才超群的大文豪、大书法家、创新的画家、一个工程师（杭州西湖的苏堤）、一位为民请命、关心民间疾苦的父母官，一个能喝会吃的行家（东坡肉），一个虽然经受多次被排斥、被贬、被流放的困境却依旧乐天超脱的“奇人”。还可就当今学生心理比较脆弱的现象着重引导学生分析苏东坡惊人成就取得的原因：正是由于他拥有极强的心理承受力和近乎完美的心理品质，他的环境适应能力、认识能力和学习能力得到和谐的统一，形成巨大的合力。

像上述所举的例子，在学生所学过的古代诗文中数不胜数，如：张继与《枫桥夜泊》：张继上京赴考失意，但他却能在失败的低谷中升华痛苦，在归途中写成了千古绝唱《枫桥夜泊》。他这种扭转失败，升华痛苦的做法对考试失利（尤其是高考落榜）的学生有重要的指导意义；《邹忌讽齐王纳谏》中邹忌智勇双全，是其综合素质高（IQ、EQ/智力因素和非智力因素的充分结合）的典型例子；还有蔺相如谦让大度、韩信的能屈能伸、曹雪芹身处逆境而写作不辍等等的例子，无时无刻不给青年学生以正确的指引和树立了良好的学习的榜样。

毛主席曾经说过：榜样的力量是无穷的。而青少年学生的成长、人格的形成与完善需要有正确的偶像崇拜行为；偶像的崇拜过程本质上是一个接受其价值内化的过程（价值内化/internalization：指个人接受或认同某个人或事物所代表的价值与意义，如人们可从莲花身上学到“出淤泥而不染”的洁身自好的品质）。人们喜欢某个偶像人物，可以日夜去读他的书，听他的歌，背他的诗，看他的电影而不知疲倦。

在青少年时期，偶像的崇拜多少带有几分盲从与狂热，容易造成偶像人物的神化（idealization）。中学生的“追星热”即由此而产生，值得重视的是偶像崇拜是一种正常的心理现象，如果语文教师对此能因势利导，那学生将受益匪浅。如果我们的语文教师能在青少年成长经历中需要偶像崇拜的这一阶段，利用文言文中的大量素材给学生提供学习、模仿的典范（如上文所举的名人），充分利用学生偶像崇拜的巨大动力，让学生在对自己的认识过程中，多与这些理想的标准（榜样），如历史上和当今社会的圣哲、贤人、英雄、学者、先进人物等进行比较，使他们在这种极富教育意义的比较中学习榜样的立身的准则，处世的态度，认真治学及治事的精神，不屈于困难或逆境等优秀的个性品质，从而逐步完善和提高自己的个性品质。

我们要充分利用和发挥文言文中名人的典范作用，而文言文中的名言警句中也潜在着同样不可估量的作用。只要我们稍加留意，就会发现名言警句时刻都在激励着人生，尤其是在我们遇到困难和厄运的时候，它们总在默默的支持、鼓励和指导着我们，协助我们战胜厄运，走出困境，例如：“天将降大任于斯人也，必先苦其心智„„”（《生于忧患、死于安乐》）、“人固有一死，或轻于鸿毛，或重于泰山”（司马迁）、“君子以自强不息”（《周易》）、“莫等闲，白了少年头，空悲切”（岳飞）、“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”（文天祥）、“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”（屈原）、“知己知彼，百战不殆”（《孙子兵法》）、“千里之

行，始于足下”（《老子》）、“天时不如地利，地利不如人和”（《 孟子》）„„ 从上面众多的名言警句中可以看出，这种在文言文教学中关注学生心理健康素质的教育方向具有深远意义，应该受到广大语文教师的重视。

（三）在文言文教学中怎样做才能达到上述效果，建议我们的语文教师给文言文教学重新定位，改进教学方法，从课内、课外两方面一起抓。具体要注意到以下几点：

课堂教学上

（1）注意文言文表层和深层知识的挖掘和利用。文言文教学不能只停留在表面层次（字、词、语法等知识讲授与掌握），更不能仅仅为了应付考试，取得高分而拼命加强字、词、语法等技术层面的练习。如果片面追求分数，只注重认知过程，或某些知识的死板记忆，学生就难以体会到学习文言文的乐趣。因此，在文言文教学中要注意表层知识和深层启发的比例，提高学生对古文的认识和学习的兴趣，才会吸引学生，激发其巨大的学习动力。

（2）教学中应充分挖掘古今汉语的联系，扭转学生认为文言文“过时”，学文言文“没用”的错误观念。在词句方面，文言文中有相当数量的字、词用法与现代汉语不一样，然而绝大部分的词义是相近或相关，是密切联系的，而这些字词仍然活跃于现代生活中，教师可以引导学生进行仔细的区分，让学生在比较中掌握。从内容上讲，能被选进课本的文言文都是在历代反复筛选而仍然屹立不倒的经典之作，如果它们没有现实意义，在历史的长河中早就被淘汰掉了。学生认为学文言文没用的关键是学生还没真正进入学文言文的状态，不了解这些作品中永恒的文学性，深刻的现实意义，对人生潜在着指引和启发的巨大作用罢了。因此，语文教师要设法挖掘古文的现实意义，扭转学生认为文言文“过时”，学文言文“没用”的错误观念。

（3）学生文言文水平的提高的关键不在“题海战术”，而是在广泛、大量的阅读中。语文教师在日常课文讲授的时候应注重文言文深层内涵的挖掘，从心灵深处打动学生，让他们的思想受到潜移默化的转变。最终让学生自己学会发现文言文的精妙之处，养成自觉学习古文的习惯。就如大学中文系的学生，当他们对古代文学作品进行广泛、大量的阅读后，几乎没有一个不深深爱上了古文，对我国古代璀璨文化赞不绝口。孔子云：知之者不如好之者，好之者不如乐之者。只要他们能进入这个“好”或“乐”的层次，我们就根本用不着担心他们学不好文言文了。

课外指导上

除了课堂教学上要注意，语文教师还要充分发挥日常作业、作文、课外阅读指导、兴趣小组或讲座等活动的作用，有计划地综合运用，让它们围绕课堂知识讲授的中心，在思想和认识上作进一步的巩固和深化。例如：开展相应的讲座、赏析课、读书交流会，进一步激发学生的兴趣，让他们发现文言文的博大精深，激励学生继承与发扬古代文化精粹。

中华民族之所以强大，在某种意义上说，就是因为她有着悠久的历史和丰富的文化。这些历史和文化有着顽强的生命力，不断地促进中华民族的发展。我们每位炎黄子孙都肩负着文化传承的历史重任，语文教师更要增强这种历史使命感，在文言文教学中努力研究、大胆实践，探索出更多更好的方法，帮助学生发现学习文言文的乐趣，在大量阅读古代作品中受启发，学习古代名人的优良品格，完善自我人格；让学生进一步发现古代作品中包含大量急待我们继承的哲学、科技、医学、天文等多方面的文化精华，从而强化心中的民族自豪感和责任感，为实现21世纪中华民族复兴计划的宏伟目标而努力学习。

**第四篇：语文教学中有机渗透心理教育**

语文教学中有机渗透心理教育

【内容摘要】作为一名语文教师是很幸运的。由于语文学科所包含的人文性、思想性、艺术性，相较于其它的学科来讲，具有更多的接近学生内心世界的机会，对于学生心理的健康成长，比如学生性格的成形、道德观、价值观的建立、审美水平的提高等等，具有很大的影响力。故此，在语文教学中，我尝试着有机地渗入心理健康教育。

【关键词】语文教学有机渗透心理教育

【不能不说的话】近年来，学生的心理健康问题越来越引起人们的重视，对学生进行心理健康教育的呼声也越来越高。但是我们也要清醒地意识到，由于中国教育界长时间地忽略了小学生的心理健康教育问题，而且由于认识上的局限，对“心理健康”问题谈虎色变，所以我国中小学心理健康教育的师资极度紧缺，要在短时间内使大部分的学校师资配备实现到位，这显然是不切实际的。那么在这个过渡的时期，如何对学生进行可行的心理健康教育，语文教师负有很大的使命。

【正文】在提倡素质教育的今天，抛开很多功利的成份，思考一下语文教育的最终目的，我们会发现，只有培养出身心健康的人的教育，才是成功的教育。维纳说：“一个天才的儿童，如果不能在精神方面取得巨大成功，他就可以认为自己是个失败者，而事实上他就是个失败者。”所以，促进人身心的健康发展，塑造健全完整的人格，是语文教育的天然使命。

我曾听说过这么一个故事：一个刚从加拿大进修了三个月的英语老师，回到深圳，问其印象最深的是什么，略思片刻，答曰:“自信。休闲的牛仔、T恤，衬托出一张张充满自信的脸，那种高贵的自信，学都学不来。简直令我等又羡慕又嫉妒。”这位老师的感慨，再次坚定了我在语文教学中进行心理健康教育尝试的决心。

下面，我就谈谈我在语文教学中融入心理健康教育的一些尝试。

一、树立学生成功的自信

试想，一个长期处于落后状态的学生，一个极少享受过成功喜悦的孩子，怎么可能在长大后，有一个“自信”的形象、良好的心理素质呢？可实际情况又是：一个班级，学生人数过多，能力优劣悬殊。为此，我在教学中，有意“分层设置”：问题有深有浅，作业有易有难，任务有轻有重。比如，《捞铁牛》一文学完后，我布置一个口头作业：复述课文或有感情地朗读课文。《海滨小城》的作业是：背诵你喜欢的一个自然段或做一个小导游，介绍一下海滨小城……这样做的目的，就是为了让不同层次的学生各尽其能，享受到成功的喜悦。此外，我还常常利用班主任的权利，在班里开展“请你露一手”之类的活动;班里的墙壁更是学生大显身手的“舞台”，贴满了孩子们自以为“佳作”的作品，让更多的学生有个展示自我的机会，充分培养他们的自信。

二、重视学生人格的塑造

在学科教学中，尊重学生的主题地位，对塑造学生的健全人格起着重要的作用。为此，在语文教学中，我采取了自主学习的教学方法。每学一篇课文，都让学生采用自己喜欢的方法学习自己喜欢的课文内容。这样做，操作起来比较困难，但可以充分挖掘学生潜能，让他们去动脑，去说。这样可以让他们认识自己是学习的主人。广泛阅读，对塑造学生的人格也起着重要作用。萨克雷说：“读书能开导灵魂，提高和强化人格，激发人们的美好志向。”我深知小学生的健康成长离不开优秀书籍的引导，因此，每接手一个班，我都精心挑选图书，积极引导学生多读书，读好书。一本本书，就像一个个高尚的人，向孩子们讲述一个个动人的故事，把他们带到美丽的世界，领悟人世间的真、善、美，探索大自然的无穷奥秘，启迪他们稚嫩的心灵……

三、培养学生合作的精神

合作意识是一种重要的心理品质。在语文教学中，我还注意培养学生的合作精神。这种培养主要体现在学生解决老师的问题时大都是以“组”为单位进行的。组，小的只有两个人，多的有十多个人。一般按问题的难易，分成各种小组进行讨论解决。在解决问题的过程中，让学生体会到合作的重要。不仅问题越讨论越明朗，表演课本剧也必须分配好角色，劳动更需要分工合作……学生在合作中感受到合作的可贵。

四、拓宽知识，培养能力

由于学生程度不同，对已学过知识的理解和运用就有悬殊。利用语文活动课，对课文知识进行巩固和发展，使学有余力的学生有个展示自我的机会，也使学有困难的学生，在活动中得到启发。因此，我精心设计语文活动课，使学生在活动中，知识得到扩展，能力得到提升。《三味书屋》中有个关于鲁迅的“早”字的小

故事，对同学们颇有启发。为此，我设计了“名人轶事”的语文活动课，让学生讲述收集到的名人小故事，情形十分活跃。最感人的一次语文活动课莫过于学完《小珊迪》一文后的“珊迪死后”的故事续说了。记得课文讲完后，有个学生问我：“老师，小珊迪死后，他的弟弟小利比后来怎么样了呢？”这一问，真可谓是一石激起千层浪，同学们七嘴八舌地议论开来。我心想：何不发挥学生的想象力，把故事续说下去？“珊迪死后”的活动课便由此产生。学生想象力的丰富令人吃惊又难忘。事实证明，语文活动课成了学生们的最爱。

五、调查研究，培养心智

每年的寒、暑假，双休日，国家法定节日……都是学生进行社会调查的好机会。其实，让小学生作调查，并不是一件难事，只要作一次，他们就会觉得比写作文要有趣得多。去年五一节，有几个小学生为了调查人们都喜欢做些什么，便来到热闹繁华的繁荣街。一个上午，陆续问了五十多个行人，最后得出结果：四成人会选择旅游，两成人喜欢购物，两成人愿意呆在家里享清闲，剩余的两成人则有五花八门的选择。这几个学生的调查不仅得出“现在人们的生活水平提高了，追求也越来越高了”，而且，从这次的调查中，切身体会到与人打交道的滋味。学生的调查可谓是丰富多彩：小区居民对上网态度的调查，小摊、菜市场、超市蔬菜价格的调查，家长、学生、老师对减负看法的调查……这些有益的调查，不仅使学生对社会有了一定的了解，而且，对他们非智力心理素质的培养也起到了积极的推动作用。如果在学校各科教学中，都积极充分地挖掘其蕴含着的丰富的心理教育因素，发挥各科教学的心理教育功能，让孩子们在宽松、自由、和谐的教学环境中，有尊严地健康发展，那么，不久的将来，世人也会在我们的脸上读到那令人羡慕的“高贵的自信”！

**第五篇：浅析在体育教学中渗透心理教育**

浅析在体育教学中渗透心理教育

【摘要】体育活动不仅可以促进学生的身体健康，同时还可以促进学生的心理健康。体育活动中的心理健康无处不在，《体育新课程标准》要求体育教师把握好时机，在体育活动中进行心理健康教育，使学生具有博深的知识，奋力拼搏的精神，同时还能有强健的体魄，充沛的精力，宽阔的胸襟，坚强的个性，适应飞速发展的社会需要，迎接新技术革命的挑战，成为我国新世纪强大的后备军。

【关键词】体育教学； 心理教育

在课堂教学过程中渗透心理健康教育，是学校心理健康教育最有效、最有意义、最有价值的途径。课堂教学渗透心理健康教育的目标是课堂教学与心理健康教育目标的有机结合。教师首先要明确每节课的教学目标和要求，并以此为载体渗透心理健康教育的内容。体育教学作为培养新时代学生全面发展的一个重要平台，教师除在正常的课堂教学中要完成知识的传授、让学生获得运动技能、提高健康水平、思维发展等任务外，还可以潜移默化地渗透如下的心理健康教育目标。

1培养正确的自我意识

自我意识是人对自身及其自身与客观事物相互关系的反映，包括自我认识、自我评价、自我体验和自我控制几种形式，心理健康的人对于他自身应当有明确的了解，能正确地对待自发性能够调节的情感与行为。而体育活动恰恰可以促进学生对自己的适当估计。某一体育动作完成后，教师可以因地制宜地请这名学生做自我评价，让学生了解自己学习的结果、动作练习的正误，练习达标合格的好坏，及时应用所学的知识、动作的成效等做出自我评估。此后，教师再适当地对学生进行评价，有助于让学生明确自己的优缺点，正视自己，对自我有评价能力，增强学生的努力程度，激发学习动机。

2体育教学活动过程可协调发展人际关系

人际关系是指在人际交往基础上形成起来的人与人之间的心理关系，建立和谐的人际关系是影响心理健康的重要因素。作为社会人，最为广泛，最为复杂，最为必须的需要就是交际需要。这种需要在青少年期表现得尤为强烈和突出，但是由于青少年在伴随着自我独立过程中出现的不安感、孤独感和急燥感等人格不完善和心理不成熟的特点，再加上情绪不稳定、自制力差，易感情用事等情绪特点，使学生在人与人的交往过程中常常出现偏差，影响心理健康，体育教师应正视这一点，利用体育活动的团体优势，协调学生的人际关系。在体育活动过程中，教师应使学生懂得尊重别人，体会每名成员在集体中的地位都是重要的，诚恳热忱地帮助别人。例如：教师可利用足球、排球、篮球、接力等一些比赛活动，使学生认识到每个人在活动中的价值，从而促进学生之间的交流。

在团体比赛性质的活动中，每名学生都要达到共同的目标而团结协作，这样可以在体育活动中克服以自我为中心的倾向，提倡在协调配合的条件下去完成任务，倡导把个人的成功融于集体的成功之中，以培养学生的集体主义精神、责任感、荣誉感，从而发展和谐的人际关系。

3培养学生积极的人生观，增强学生的自信心

体育活动是人以自身为对象来进行改造的一种特殊的实践活动，体育对人的改造绝对不仅仅是生物学意义上的生命运动，体育是积极的人生态度的显示，通过丰富多彩的体育形式和健身的方法来发展人的身心，确立顽强向上的人生态度，提高人的生命质量。

3.1在体育活动中增强学生的自信心，培养学生意志力。学生的自信心无论对他们的学习还是一生的发展都至关重要，只有有信心的人，才能在成长的过程中既保持不断的创造力，又能保持健康的心态。做为体育教师应了解学生心理和生理特点，掌握青少年生长的一般规律，利用体育活动培养学生的自信心。青少年往往看不到自己的潜能，因而常常表现为缺乏自信，为此教师可以在体育活动中培养他们的自信心。教师应该建立和制定比较完整和科学的指标体系和评价的标准，使每一个学生都能根据自己的指标，对照标准找到自己相应的坐标值，给每个学生创造表现能力的机会，让每个学生都能体验到成功，以达到在体育活动中建立自信心的教育目的。

3.2培养学生坚韧不拔的意志，增强社会适应能力。体育教师可以根据学生的身心特点，充分发挥体育活动的优势，开展耐力训练。在发展学生耐力素质中，在突出培养学生顽强的意志品质的同时，还要根据学生的身心特点来开展耐力锻炼，只有这样才有益于学生的身心健康。例如：对于中低年级的学生可以通过一些游戏性的的追逐跑、图形跑、越野跑、跳绳、爬山等来培养他们的锻炼兴趣、发展他们的耐力品质。高年级学生可以适当的进行耐力跑训练。另外，还可开展形式多样的课系耐力素质竞赛，符合学生争强好胜的心理特点，如举办中长跑班级对抗赛；象征性长跑；发展学生的耐力素质。

4通过体育活动可以渲泄不良情绪，维持心理平衡

体育活动是社会交流、娱乐、休息调节的一剂良方，是一种丰富的精神生活。“人非草木孰能无情”，人在一切心理活动中都伴有一定的情绪体验。但是如果一个人喜怒哀惧无常，经常处于一种极不稳定的情绪体验之中，其高级神经活动必然会遭受到侵扰，产生社会适应的困难，心理健康也会被破坏，社会需要人具有对自己情绪的调节和控制的能力，那么体育教师可以引导学生在体育活动中渲泄不良情绪，维持心态平稳，使其心理健康发展。当学生在生活或学习中遇到失败、挫折而产生困惑、焦虑。精神颓废时，体育教师应适当开展一系列的体育活动和体育比赛，使其合理渲泄不良情绪，消除心理紧张，放松身心，调节心理状态，维持心理平衡。

综上所述，体育活动不仅可以促进学生的身体健康，同时还可以促进学生的心理健康。所以，在体育教学中渗透心理健康教育目标是必要且有效的。体育教师应把握好时机，在体育活动中进行心理健康教育，使学生具有博深的知识，奋力拼搏的精神，同时还能有强健的体魄，充沛的精力，宽阔的胸襟，坚强的个性，适应飞速发展的社会需要，迎接新技术革命的挑战，成为我国新世纪强大的后备军。

参考文献

[1]华牧之.《心理学的帮助》――人人受益的心理策略.[2]中石.《改变一生的14课堂心理课》――做自己的心理教练.

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！