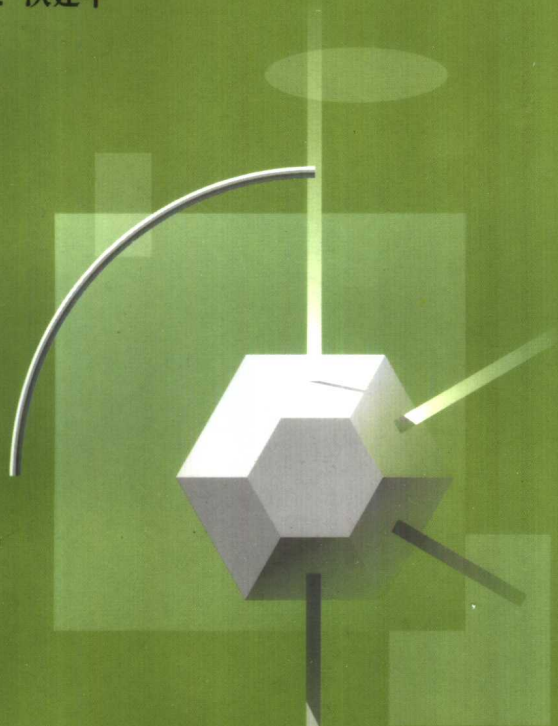


中小学生心理健康教育试用教材辅助材料

名誉主编：林崇德

主 编：沃建中



陈浩莺 编

走向心理健康： 教学篇

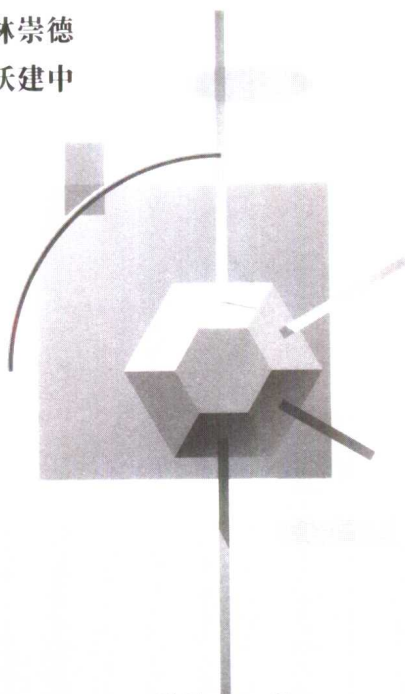


华文出版社
Sinoculture Press

中小学生心理健康教育试用教材辅助材料

名誉主编：林崇德

主 编：沃建中



陈浩莺 编

走向心理健康： 教学篇



华文出版社

Sinocraft Press

阳
学
学
研
从
发
育
速
届
经
验
学
》
幼
外
。
国
优
题
“
目

图书在版编目(CIP)数据

走向心理健康:教学篇/沃建中主编. 陈浩莺编.
北京:华文出版社,2001

中小学生心理健康教育试用教材辅助材料

ISBN 7-5075-1243-6

I. 走… II. ①沃… ②陈… III. 心理卫生-健康
教育-中小学-教学参考资料 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 073244 号

华 文 出 版 社 出 版

(邮编 100800 北京市西城区府右街 135 号)

网址: <http://www.hwbs.com>

电子信箱: webmaster@hwbs.com

电话(010)83086853 (010)83086663

新华书店经销

中国农业出版社印刷厂印刷

大 32 开本 9.5 印张 200 千字

2002 年 1 月第 1 版 2002 年 1 月第 1 次印刷

*

印数:0001—8000 册

定价:17.00 元

序

林崇德

在国家“九五”规划期间（1996-2000），全国教育科学重点项目中从事中小学生心理健康教育研究的共有十余个课题，沃建中博士主持了其中的一项，题目为“中小学生心理素质建构与培养”。这是一个从1997年后滚动批准的课题。然而，后来者居上。沃建中博士取得的研究成果，其数量之多，范围之广，难度之大，质量之高，非一般研究者能够相比。即将与广大读者见面的“走向心理健康丛书”只是其中的一个组成部分。

“走向心理健康丛书”一套5册，《发展篇》是从发展的角度探讨了我国儿童青少年心理健康、学习动机、创造力、社会性和人际关系等的发展特点及培养方法；《活动篇》是在大量实践研究和理论研究的基础上，对心理活动课的内涵、类型、特点以

序

及操作方式做了比较全面地阐述；《学校篇》、《个案篇》、《教学篇》取材于全国各地两百多篇征文稿，是在征求原作者的同意后，重新汇集资料，突出重点、建构系统而编成的书稿，反映出心理健康教育中学校工作、个别辅导和教学渗透等丰富多彩的内容与形式；富有成效的功能与结果。也表现出广大中小学教师正踏踏实实地当好学生的心理保健医生，为促进学生身心健康成长而努力工作。

“走向心理健康丛书”的出版，反映出沃建中博士主持的课题组的成功，源于几个方面的因素。中小學生心理素質建構與培養的課題，不僅獲得了全國教育科學規劃領導小組及其辦公室的支持，而且得到了《人民教育》雜誌社領導的關心。作為課題研究的一個內容，全國性的心理健康教育征文比賽和評獎活動，就是在《人民教育》雜誌社的幫助下完成的。沒有各方面領導的支持，實驗研究將寸步難行。在中小學生心理素質建構與培養中，各地實驗點的領導與教師是心理健康教育研究的生力軍。如果沒有這樣一批事業心強、教育教學作風嚴謹、認真貫徹實驗措施的實驗點教師，很難想象研究能夠取得成功。這次參與《人民教育》雜誌社征文比賽的教師們的真知灼見，不僅充實了“走向心理健康叢書”的內容，而且為中小學生心理素質建構與培養提供了有力的佐證。所以說，沒有廣大教師的

积极参与，就不会有这套丛书的丰富内容。在中小
学生心理素质建构与培养中，课题主持人沃建中博
士全身心投入实验研究。他忘我工作、灵活操作实
验研究的管理能力、为各试验点的工作；不计时间、
不计报酬、淡泊名利的奉献精神是十分明显的。没
有这么一位主持人的全面规划和辛勤耕耘，就难以
取得今天的研究成果。

“走向心理健康丛书”马上就要问世了，它会与沃
建中博士主编的《中学生心理导向》、《小学生心理
导向》同样引起教育界的重视，激起同仁们的兴趣。

是为序。

2001年10月15日于北京师范大学

主编简历

沃建中，出生于浙江富阳，1996年在北京师范大学获心理学理学博士学位。现为北京师范大学副教授、北京师范大学发展心理研究所认知发展研究室主任，主要从事认知发展与脑功能研究、思维发展的应用研究和心理健康教育研究。其博士论文《信息加工速度的发展研究》被评为全国首届百名优秀博士学位论文。已经出版专著《智力研究的实验方法》、《小学数学教学心理学》等；担任《中学生心理导向》、《小学生心理导向》、《幼儿心理导向》丛书主编。在国内外核心期刊上发表论文30余篇。主持全国教育科学“九五”规划国家教委重点课题、高等学校全国优秀博士学位论文作者专项基金课题、全国哲学人文社会科学“九五”规划课题、国家自然科学基金项目等十余项科研课题。

走向心理健康：教学篇

将心理健康的基本知识融入到各门学科教学中，
通俗易懂。理论与实际教学紧密结合。

涉及语文、数学、英语、体育、常识、美术、思
想品德七门学科。

结合各学科特点，论述其对学生智力因素及非智
力因素的促进作用和相应的培养方法。

介绍有效实施课堂教学的几种模式、教师在实际
教学过程中应注意的问题。

实用性、可操作性强。

中小学学科教师教学的极好参考。

目 录

序	林崇德(1)
---------	--------

内容简介	(4)
------------	-----

第一章 绪论

第一节 当今中小学学科教育中 普遍存在的一些问题	(1)
-----------------------------------	-----

第二节 教与学是学科教学中的 两个重要方面	(4)
--------------------------------	-----

第三节 学科教育与非智力因素 培养	(7)
----------------------------	-----

第二章 语文学科渗透心理教育

第一节 中小学生语文能力发展特点	(15)
------------------------	------

第二节	不再怕作文——小学篇	(19)
第三节	不再怕作文——中学篇	(29)
第四节	小学作文教学中智力因素与非智力因素的 培养	(35)
第五节	爱上语文课	(42)
第六节	语文教学中教育评价的心理问题	(55)
第三章	数学学科渗透心理教育	
第一节	中小学生数学能力发展特点	(61)
第二节	他们是怎样获得数学知识的	(66)
第三节	数学教学与创造力培养	(70)
第四节	自我意识与数学创造力的培养	(79)
第五节	他们为什么学不好数学	(87)
第四章	英语学科渗透心理教育	
第一节	像婴儿一样学习语言	(104)
第二节	影响学生英语学习的因素	(107)
第三节	语感——被遗忘的角落	(110)
第四节	减轻学生在英语学习中过重的心理负担	(118)
第五章	体育学科渗透心理教育	
第一节	体育学科特点	(123)
第二节	体育活动与心理健康	(127)
第三节	学生为什么怕体育课	(129)
第四节	体育教育中意志品质的培养	(140)
第五节	战胜挫折	(146)

WJ 45121

第六节	体育与心育·····	(156)
第六章	常识学科渗透心理教育	
第一节	创造性思维的培养·····	(166)
第二节	激发学生的学习动机·····	(173)
第三节	常识课与非智力因素培养·····	(185)
第四节	性——成长的烦恼·····	(202)
第七章	美术学科渗透心理教育	
第一节	美术教育中的创造力·····	(209)
第二节	美术教育与人格发展·····	(213)
第八章	思想品德课渗透心理教育	
第一节	思想品德课学科能力的构成及其特点 ·····	(227)
第二节	当今思想品德教育中存在的问题·····	(231)
第三节	小学思想品德课中“意义障碍”的产生及 其对策·····	(233)
第四节	在初中思想政治教学中培养学生解决实际 问题的能力·····	(243)
第九章	课堂教学渗透心理教育	
第一节	几种有效教学的模式·····	(249)
第二节	注意力——有效学习的关键·····	(254)
第三节	小学生课堂“孤独”心理的产生及克服 ·····	(263)
第四节	师生互动·····	(270)

目	后记	(276)
录	参考文献	(279)
	注释	(283)
	附录 学科渗透类征文获奖名单.....	(289)

第一章 绪 论

随着教育的发展，人们越来越认识到，在学科教学中渗透心理健康教育对于教师的教学实践有着极大的促进作用。为了使教育学、心理学理论更好地与教师的教学实践相结合，本章针对当前学科教学中出现的一些问题作了一定的分析说明，并指出了教与学的关系以及学科教育和非智力因素培养之间的关系。希望它能成为中小学教师教学实践中不可或缺的帮助。

第一节 当今中小学学科教育中普遍存在的一些问题

素质教育几年前就在中国大地上轰轰烈烈地开展着，但至今没有人能够说明白素质教育究竟指的是什么。既然说不清楚，那么就先把它放在一边，我们先来讨论一下素质教育是在什么情况下产生的以及当前的学科教育到底出了哪些问题。

我国当前的语文教学主要存在以下几个方面的问题^[1]：首先，长期的应试教育割断了语文教育同生活的联系，造成

了学生对母语的疏离。目前语文教学中普遍存在着教学追逐考试的问题，矛盾的主要方面不是考试，而是教学。在我国的许多学校，升学率往往是衡量一个教师水平高低的尺度，这就导致了教师片面追求升学率，把大部分时间都用在钻研、分析考题上，每课不漏地让学生照抄、死背词语解释，段落大意和中心思想的“标准答案”。这种僵死的教学方式导致了学生死记硬背地学习，以致出现了学生视老师为“绝对权威”，老师以标准答案为“圣旨”的现象。

总的说来，当前语文教学陷入了应试教育的怪圈，越来越脱离社会发展的实际需要。教师在教学中无视教育对象的认知规律，片面强调智力因素，而忽视对学生人格素质、价值观、审美能力、兴趣情感等非智力因素的培养，其结果就是扼杀学生活跃、灵动的思想，将他们固有的创造思维钉死在课本上、禁锢在课堂里，使得高分低能在越来越多的学生身上成为现实。

与此密切相关的是语文教师自身素质的缺陷和教学过程的不科学。首先，教师缺乏必要的儿童生理、心理学知识，对学生的了解大多都是经验性的，不用或不知道用必要的测量工具。儿童青少年生理心理成长过程中最突出的特点，也是他们最大的优势，那就是未定型化和开放性的倾向。然而，许多教师却无视儿童青少年的发展问题，其结果就是把教学孤立起来，使得语文教学无法与儿童青少年生理心理的成长联系起来。

其次，教师的教学过程与学生心理状况严重脱节。心理学研究表明：小学生缺乏长期持久集中精神的能力，然而目前大多数地区的小学语文教师所采取的教学形式都在有意无

意间忽视这一点。例如，识字教学中，课堂上的反复填空练习和课下的抄写或罚写 10 遍、20 遍乃至上百遍；阅读教学中，程式化的教学模式，40 分钟的时间全用在分段和分析段落大意上，等等。这些既磨灭了文字本身应有的魅力，也扼杀了小学生对母语的学习热情。教学内容高出小学生思维水平的问题也很突出。例如，阅读教学中的分段、概括中心思想、分析句子的内在含义等，这对学生的抽象思维要求极高，从大多数小学生认识能力看，是力所不能及的；又比如作文教学中，我们经常可以看到许多小学生作文本上有诸如《长征》、《香港回归》、《庆祝十五大》、《歌颂我们伟大的党》等文章，可以想见，十来岁的儿童对这些问题并不了解，也绝不是他们的兴趣所在，他们怎么能写出东西来呢？他们只能学着大人的样子，说大话、套话，毫无真情实感可言。久而久之，这样的教育就会扼杀学生作文的兴趣，抑制学生语文能力的发展。

再次，语文教学重视知识的掌握，而忽视美感与道德感的培养。受考试影响，教师主要以文学常识、文章情节、思想教育作为课堂教学的中心，而忽视了学生美感、道德感的培养。

其他学科或多或少也存在着与语文学科同样的问题，但又有着各自的特殊性。英语学科课堂教学中过分注重语法学习，忽视语感训练，其结果是出现这样一个现象，即某些学生看似英语水平很高，可就是不爱说；另一个问题就是某些学生好钻牛角尖，千方百计要弄明白语法规则。但我们知道，语言具有很强的继承性，很多语法规则是人为规定的，没有原因，只有结果，记住就可以了。事实上，我们学习语

言的目的也并不在于探究其语法规则，或者考试得一个高分，而在于掌握一种交流的工具，惟其如此，我们学习一门新的语言才有意义。此外，由于考试重读写，轻听说，使得教师将教学重点放在了“读（阅读）、写（写作）、做（做题）”上，其结果是资料做了一大堆，最终还是听不懂；另外，教师由于各种客观原因而无法照顾到学生的个体差异（语言学习存在一定的个体差异，这是由语言学习的特点所决定的）等等。数学教学中，教师则过多地采用“题海战术”，而不是揣摩教法，让学生不再以学习为负担，而是在轻松自如地进行学习。常识、音体美、思想品德等课程也由于不受家长、学生的重视而使得教师在教学过程中难以投入热情。

看来，作为教育者，我们应该问一问自己下面两个看似很简单的问题了：

1. 教育的实质是什么？
2. 教师的职责是什么？

第二节 教与学是学科教学中的两个重要方面

随着社会的发展，人们越来越认识到教育在社会发展中的重要地位，而“教育大计，教师为本”。但是从第一节中我们谈到的当今中小学学科教育过程中普遍存在的一些问题看，可以发现三个关键的问题：（1）教师缺乏对儿童青少年生理心理发展特点的了解；（2）教师未能对学生的个体差

异引起足够的重视；(3)教学过程中以教师为主，师生间缺乏互动。

教学过程是教与学交互作用的双边活动，是师生双向反馈的教学相长的过程。教的过程是教师有目的、有意识、有计划地去影响学生，变革其身心状态，促进其发展的实践活动。可见，教师的教决定着整个教学活动的目的、任务、方向、步骤及效果。但教师的教又要以学生为出发点，应以学生原有水平为基础。这就要求教师了解学生身心发展的特点，并以此调整自己的教学策略。那么，教师的教与学生的学究竟存在什么样的关系呢？以下将对此进行详细论述。

一、教师的教

教师是教的活动的主体。教师要根据教育目标、教学计划、教学大纲来从事教的实践活动。教师的教要考虑到学生德、智、体、美、劳等诸方面的发展特点；要考虑到课程设置、顺序、时数和各门课程的知识联系；要考虑到自己所教课程的目的、任务、各章节的知识范围以及教学内容的安排等等。

教师的职能之一是领导和推动整个教学过程。教师要把握各种类型教学过程的结构，设计讲听教学、发现教学、问题教学、情境教学等等，组织讲授、实验、作业、自学等等。

教师在教学过程中还应对教学方法进行积极的探索。教学法包括普通教学法和分科教学法，前者研究各门课程都适用的教学法，后者研究各科教学法。教师要善于运用教学法，全面控制教学过程。教学不仅是一门技术，更是一门