

心理健康教育与小学数学教学的融合

李佳晴

长治学院 山西省长治市 046000

摘要：在教育的广袤天地中，心理健康教育与小学数学教学的融合宛如一场春雨，润泽着学生的成长之路。这种融合打破学科界限，为学生的全面发展提供了新路径。本文从理论层面深入剖析二者融合的价值与可行性，借助丰富的教学实例，展现融合在激发学生学习兴趣、塑造积极心态、提升心理韧性等方面的显著成效。创新性地提出一系列融合策略，如挖掘教材心理元素、创设关爱课堂氛围、设计挑战数学活动、运用积极评价方式等，旨在为小学数学教学注入新活力，助力学生在知识学习与心理健康的双重轨道上稳步前行，培育具有健全人格与良好数学素养的新时代学子。

关键词：心理健康教育；小学数学；融合

教育，是一场向美而行的遇见，是一段温暖人心的修行。在小学数学教学的领域中，知识的传授固然重要，但学生的心理健康同样不容忽视。心理健康教育与小学数学教学的融合，并非简单的叠加，而是一场深度的对话与交融。它将数学知识的严谨逻辑与心理健康教育的人文关怀相结合，为学生搭建起一座通向全面发展的桥梁。在小学数学教学过程中融入心理健康教育，能够在潜移默化中塑造学生积极向上的心态，培养他们坚韧不拔的意志，使学生在数学学习的道路上不仅收获知识的硕果，更能拥有强大的内心，勇敢面对成长中的挑战。

一、融合的价值探寻：开启学生全面发展之门

（一）滋养心灵，激发学习热情

在往昔传统的数学教学模式下，数学知识常以其高度的抽象性，宛如一座难以逾越的高山，横亘在学生面前。部分学生因难以攀登这座高山，内心逐渐滋生出畏难情绪，久而久之，对数学学习的热情也被消磨殆尽，甚至产生厌学心理。而当心理健康教育巧妙融入其中后，教师如同一位深谙学生内心世界的心灵捕手，能够精准洞察学生的心理需求。教师精心创设充满趣味与活力的情境，将原本抽象晦涩的数学知识，巧妙转化为生动形象、易于理解的具体场景。这一过程，恰似为学生搭建了一座从抽象到具象的桥梁，让学生能够轻松跨越知识理解的鸿沟。学生在这样的情境中，感受到数学不再是冰冷的符号与公式，而是与生活紧密相连、充满趣味的知识宝库。他们的好奇心被充分点燃，探索欲望被极大激发，内心对数学学习的热情如同被点燃的火焰，熊熊

燃烧，照亮他们在数学知识海洋中前行的道路，使其积极主动地投身于数学学习之中，开启一段充满乐趣与挑战的学习之旅。

（二）磨砺意志，提升心理韧性

数学学习之路，犹如一条蜿蜒曲折的山间小径，学生在前行过程中，难免会遭遇各类难题，而这些难题恰恰是磨砺学生意志、提升其心理韧性的绝佳契机。当心理健康教育融入小学数学教学时，教师便如同一位智慧的引路人，能够引导学生以正确的视角看待困难与挫折。教师帮助学生认识到，数学学习中的难题并非是阻碍前行的绊脚石，而是锤炼意志的磨刀石。每一次面对难题，都是一次挑战自我、超越自我的机会。在教师的引导下，学生学会在困境中保持冷静，运用所学知识与思维方法，积极寻找解决问题的途径。他们不再因难题而退缩，而是勇敢地迎难而上，在不断尝试与探索中，逐渐培养出坚韧不拔的意志品质。

（三）塑造人格，促进全面发展

心理健康教育与小学数学教学的融合，宛如一位技艺精湛的雕塑家，精心雕琢着学生的人格，助力塑造其健全的人格，推动学生实现全面发展。在小组合作学习数学的过程中，学生们仿若一个紧密协作的团队，共同为解决数学问题而努力。他们在这个过程中，学会倾听他人的想法与观点，理解不同思维的碰撞与交融，培养了尊重他人、包容差异的良好品质。同时，在团队协作中，学生们各司其职，承担起自己的责任，锻炼了责任意识与担当精神。当小组遇到困难时，大家齐心协力、共同克服，增强了团队合作能力与沟通

能力。而且,通过数学学习中的成功与失败,学生们学会正确看待自己的优势与不足,培养了积极乐观的人生态度和自我认知能力。

二、融合的策略构建:搭建通往心灵与知识的桥梁

(一)挖掘教材心理元素,寻觅心灵珍宝

小学数学教材宛如一座丰富的宝藏,蕴含着众多心理健康教育元素。教师应具备敏锐的洞察力,深入挖掘教材,将数学知识与心理健康教育巧妙结合。数学史中的数学家故事,能培养学生的坚持与创新精神;数学问题解决过程,可锻炼学生的挫折承受力;数学知识的逻辑结构,有助于培养学生的思维严谨性与条理性,这些都对学生的心理健康发展意义重大。通过挖掘这些元素,如同在宝藏中寻觅珍贵的心灵珍宝,让学生在学数学知识的同时,获得心理成长的滋养。在教授“圆的周长”一课时,教师向学生讲述祖冲之的故事。祖冲之在当时计算条件极为简陋的情况下,凭借坚韧不拔的毅力,花费大量时间和精力,反复计算,最终将圆周率精确到小数点后七位,领先世界近千年。学生们听着祖冲之的故事,被他的坚持与钻研精神深深打动。在后续探索圆周长计算公式的过程中,遇到困难时,学生们想起祖冲之的故事,便鼓起勇气,坚持不懈地尝试不同方法。他们在小组讨论中积极发言,共同探索,最终成功推导出圆周长的计算公式。通过这个过程,学生们不仅掌握了数学知识,更从祖冲之的故事中汲取了精神力量,培养了面对困难时坚韧不拔的意志品质,实现了数学知识学习与心理健康教育的有机融合。

(二)创设关爱课堂氛围,营造温馨港湾

课堂氛围如同阳光雨露,对学生的心理健康有着潜移默化的影响。在小学数学课堂中,创设充满关爱的课堂氛围,能让学生感受到尊重与接纳,从而拥有积极的学习心态。教师应以温暖的笑容、鼓励的眼神、亲切的话语与学生交流,关注每一位学生的学习需求与情感状态。当学生在学习中遇到困难时,给予耐心的指导与支持;当学生取得进步时,及时给予肯定与表扬。这种充满关爱的氛围,如同为学生营造了一个温馨和谐的学习港湾,让他们在安全、舒适的环境中快乐学习数学,促进心理健康发展。在一次数学练习课上,教师发现有一位学生在做一道较难的应用题时面露难色。教师轻轻走到他身边,微笑着询问:“是不是遇到难题啦?别着急,我们一起看看。”然后,教师耐心地引导学生分析题目,

一步一步理清解题思路。在教师的指导下,学生终于找到了答案。教师立刻表扬道:“你看,你很聪明,只要认真思考,就能解决问题。老师相信你以后遇到难题也能像今天这样勇敢面对。”学生听了,脸上露出自信的笑容。在这堂课上,教师始终关注着每一位学生,及时给予鼓励与帮助。整个课堂氛围轻松愉快,学生们积极参与,在这样充满关爱的氛围中,学生们不仅更积极地学习数学知识,还感受到了老师的关爱,增强了自信心,促进了心理健康发展^[1]。

(三)设计挑战数学活动,激发内心勇气

数学活动是学生学习数学的重要载体,设计富有挑战的数学活动,能激发学生内心的勇气与坚持。适当的挑战能让学生在克服困难的过程中,培养挫折承受力与自我效能感。教师可根据教学内容,设计如数学竞赛、数学探究项目等活动,让学生在活动中面对挑战,不断尝试,在成功与失败中积累经验,提升心理素质,实现数学学习与心理成长的同步发展。学校组织了一场数学建模竞赛,要求学生运用所学数学知识,解决一个实际生活中的问题。其中一个小组选择了“如何优化校园花坛的布局,使种植的花卉数量最多且美观”这一问题。在竞赛过程中,学生们面临着诸多挑战,如如何测量花坛的面积、如何根据花卉的生长特性设计布局、如何运用数学模型进行计算等。他们在遇到困难时,没有退缩,而是积极查阅资料,向老师请教,不断尝试不同的方法。经过几天的努力,他们终于设计出了一套合理的方案,并在竞赛中获得了优异成绩。通过这次数学建模竞赛,学生们不仅深化了对数学知识的理解与应用,更在面对挑战时,锻炼了自己的勇气与坚持,提高了挫折承受力,在数学学习中实现了心理素质的提升^[2]。

(四)运用积极评价方式,注入自信力量

评价是教学的重要环节,运用积极多元的评价方式,能为学生的心灵注入自信的力量。传统评价方式多以成绩为主,过于单一。在心理健康教育与小学数学教学融合的背景下,教师应关注学生的学习过程、努力程度、进步情况等,采用课堂表现评价、作业评价、自我评价、同伴评价等多种方式。通过积极的评价,让学生看到自己的优点与进步,增强自信心,培养积极向上的心态,促进心理健康发展。在一次数学作业批改中,教师不仅关注学生答案的对错,更注重对学生解题思路与努力程度的评价。对于一位在作业中虽然答案有误,但解题思路清晰、步骤完整的学生,教师在作业

本上写道：“你这次作业的解题思路非常清晰，虽然最后答案有点小偏差，但老师能看出你认真思考了，继续努力，你一定会越来越棒！”同时，教师在课堂上，组织学生进行自我评价与同伴评价。学生们在自我评价中，反思自己在这一单元学习中的收获与不足；在同伴评价中，互相学习优点，指出不足。通过这样积极多元的评价方式，学生们感受到自己的努力被认可，看到了自己的进步，自信心得到极大增强，在数学学习中拥有了更加积极向上的心态，促进了心理健康发展^[3]。

三、融合的实践之花：绽放于课堂的精彩瞬间

（一）在“数学故事”中培育积极心态

在小学数学课堂上，讲述数学故事是一种将心理健康教育与数学教学巧妙融合的方式。例如在学习“分数的初步认识”时，教师可讲述“分蛋糕”的故事：有一天，小熊过生日，它邀请了小伙伴们来家里做客。小熊准备了一个大蛋糕，要分给 4 个小伙伴。教师引导学生思考如何公平地分蛋糕，从而引出分数的概念。从心理教育角度，这个故事营造了温馨、分享的氛围，培养学生的公平意识与合作精神。在故事讲述过程中，教师可以提问学生：“如果你是小熊，你会怎么分蛋糕，让每个小伙伴都满意呢？”学生们纷纷发表自己的看法，有的说平均分，有的说按照小伙伴的食量分。通过这样的互动，学生们在轻松愉快的氛围中学习了分数知识，同时也学会了关心他人、懂得分享，培育了积极向上的心态^[4]。

（二）在“数学游戏”中增强心理韧性

数学游戏为心理健康教育与数学教学的融合提供了生动的实践场景。在学习“20 以内的加减法”时，教师可组织“数字卡片游戏”。教师准备写有数字的卡片，让学生通过抽取卡片，进行加减法运算。如果计算正确，可获得小奖励；如果计算错误，需要重新抽取卡片再次计算。从心理教育角度，这个游戏培养了学生面对错误不气馁的精神，增强了心理韧性。在游戏过程中，有个学生一开始频繁出错，但他没有放弃，不断抽取卡片计算，最终熟练掌握了 20 以内的加减法。教师及时给予表扬，肯定他坚持不懈的精神。通过这个游戏，学生们在娱乐中学习了数学知识，同时也锻炼了自己的意志品质，提升了心理韧性^[5]。

（三）在“数学实践”中塑造健全人格

数学实践活动是融合二者的重要载体。在“测量校园”的实践活动中，学生们分组测量校园内各种物体的长度、面积等。在这个过程中，学生们需要相互协作、沟通交流。从心理健康教育角度，这有助于培养学生的团队合作精神和人际交往能力，塑造健全人格。例如在测量操场面积时，小组内有的学生负责测量长度，有的学生负责记录数据，有的学生负责计算面积。在测量过程中，学生们遇到了测量工具不够精确、数据记录错误等问题，但他们通过共同探讨、分工合作，最终完成了测量任务。在这个实践活动中，学生们不仅巩固了数学测量知识，还在团队协作中学会了理解他人、尊重他人，促进了人格的健全发展。

结语

心理健康教育与小学数学教学的融合，是教育领域中一场意义深远的变革。它如同一缕春风，轻轻拂过学生的心田，滋养着他们的心灵，激发着他们的学习潜能；又似一座灯塔，在知识的海洋中为学生照亮前行的道路，引导他们在数学学习的征程中保持积极心态，提升心理韧性，塑造健全人格。通过深入挖掘融合的价值，精心构建融合的策略，积极开展融合的实践，我们为学生创造了一个充满关爱与智慧的学习环境。在未来的教育道路上，持续推动二者的深度融合，必将培育出更多具有良好数学素养与健全人格的优秀学子，让教育之花在心灵与知识的交融中绽放出更加绚烂的光彩。

参考文献：

- [1] 杨新军. 试论小学数学教学中心理健康教育的渗透[J]. 新课程研究, 2020, (17): 103-104.
- [2] 詹银玲. 小学数学教学中渗透心理健康教育初探[J]. 中国校外教育, 2020, (11): 17-18.
- [3] 于安士. 小学数学教学中心理健康教育的渗透策略[J]. 数学学习与研究, 2020, (06): 160.
- [4] 苏一萍. 如何在小学数学教学中渗透心理健康教育[J]. 科幻画报, 2020, (03): 110.
- [5] 万强兴. 谈小学数学教学中心理健康教育的渗透[J]. 甘肃教育, 2020, (02): 170.