**教研组活动记载本**

**（2024-2025学年第二学期）**



**学 科： 心理健康**

**年 级： 全年级**

 **记载人： 王 丽 琴**

**常州市三河口小学**

2025年《心理健康教学》教研组工作思路

 2025.2

“心理健康”，如今已是一个高频词汇，在学校教育中逐渐占据重要地位。国家教委最新制定的《中小学德育大纲》中已明确将心理健康教育作为中小学德育的重要组成部分。心理健康教育是提高学生心理素质的需要，是实施素质教育的重要内容。

一、现状认识

1、师资队伍整体偏弱

目前，本校没有专职心理健康教师，每个班的心理健康教育教学任课老师是班主任，且其中只有我和另一位老师于去年参加天宁区教育局统一组织的心理健康教师培训。

心理学是一门复杂的学科，涉及到人的内心世界，甚至牵扯到基因、社会、家庭等因素，需要花费很长的时间深入研究，但是，我们的班主任老师几乎都是语数英主课教师，提高学生的学业水平质量是首要任务，在《心理健康教育》这门学科上的研究可以说基本为零。班主任平时虽然也要做学生的教育工作，但是这种教育是集碎的，随机的，缺乏系统性的。另外，在小学里，对于心理健康教育的重视程度也可以说一般，大家默认为孩子青春期才会发生情绪、或者心理问题。

2、课程教学资源溃乏

 每个班级每周一次心理健康课，班主任手上除了一本《心理健康教育》教学用书，没有任何教学资源。每个年级的德育组长兼任本年级的心理健康教学备课组长，遇到上级部门检查，我们都要到网络上自己花钱买资源，然后根据班级情况进行修改、调整、增补删减。如果有一个心理健康教育的资源库，实现资源共享，可以更快，更好地提高心理健康教学效果。

2025年，我校心理健康教育教研组，以完善学校心理健康教育的组织机构和工作机制为保障，以学校的工作计划、德育计划为指导，认真贯彻执行教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，通过多种形式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，努力创造条件辅助和激励学生健康成长。

二、工作目标

1、丰富教师的教学策略，有效提升教育教学水平；根据学生身体和心理发展规律，开展教育活动，使学生对心理健康教育有积极的认识，使心理素质逐步得到提高；

2、以学生为主体，尊重学生的尊严和价值，根据不同学生的不同需要开展多种形式的教育和辅导，促进他们的身心全面和谐地发展。

3、面对全体学生与关注个别差异相结合；助人与自助相结合；教师的科学辅导和学生的主动参与相结合。

4、将校园文化建设与心理健康教育有机融合，发挥校园文化对学生心理成长的作用。

5、形成“家校共育”合力，开设家长幸福课堂，提高家长素质和家庭教育知识水平。

6、完善心理辅导室软硬件建设，发挥心理辅导室的作用，做好心理健康教育的宣传、普及。

三、发展方向

1、让教师更了解心理健康教育。教师是心理健康教育的实施者，当然更应该站在一定的高度来认识心理健康教育的内涵、功能、实施途径与方法，否则心理健康教育只能成为一纸空谈。虽然我校教师对心理健康已有一定的了解，但缺乏理论指导和深刻认识的教育是无法使我校的心理健康教育工作上升到更高的层次的，因此，本学期的一个重点放在教师的理论学习和实践研究上。

2、让学生认识心理健康教育。一提起心理健康教育，人们的脑海中就浮现出变态、神经病、心理治疗等字眼来，内心极不舒服，下意识地排斥。其实心理健康教育的范畴很广，心理治疗（矫正性功能）只是其中一个方面，我们的教育对象更多的是心理健康的学生，发展性功能、预防性功能更为普遍和重要。因此，让学生正确认识心理健康，了解心理健康教育，进而主动学习心理健康知识，形成健康的心理，才是重点。

3、让课堂教学形式灵活多样。对于小学生来说，心理健康教育是一个抽象的概念，只有通过多种途径、多种形式把心理健康教育渗透在课堂中、渗透在游戏中、渗透在生活中，才能真正实现心理健康教育的功能。因此，学校的各种教育途径都要行动起来，发挥自身的优势，让心理健康教育深入人心。

四、实施途径

（一）加强心理教师队伍建设

1、通过邀请专家到校针对班主任、心理教师、学科教师进行心理健康、危机干预等专题培训提升能力；通过学校内部组织心理教研活动（集体备课、教学研讨）等方式提升心理教师教学能力。

2、开展健康教育活动课。以义务教育阶段1-9年级使用的《心理健康教育》教材为依托，开足开好心理健康课程，学科教师依据教材和学生特点做好计划、备好课，认真开展心理健康课程教学，围绕认识自我、学会学习、人际交往、情绪调适、升学择业以及生活和社会适应等方面的内容，开展预防性与发展性的心理健康教育。

（二）开展班级常规辅导工作

1、班主任对每个学生心理健康状况进行摸底，重点关注单亲家庭儿童、留守儿童及特殊情况儿童。有特异情况的及时和家长沟通，非常特殊的建立档案。

2、班主任了解本班学生心理状况，做好个别辅导。辅导情况记录在册。学校专门的心理咨询室每天按时开放，做好来访学生的接待、咨询以及心理咨询记录和个案分析。

3、小团体心理辅导活动，对于问题类似，情况相通的大量个案，可分批在心理咨询室集中进行辅导，开展团辅活动。

（三）心理健康教育知识宣传

1. 以“点”带“面”，利用学校的宣传阵地。利用学校的宣传橱窗、LED屏、黑板报等阵地建设做好心理健康教育宣传工作；利用班级微信群、QQ群、学校微信公众号及时向学生家长做好心理健康教育宣传工作，做到家校合一，促进学生成长。
2. 利用学校升旗仪式、班会课开展主题班会教育，学校开展专题讲座。如开学时的心理调试、女生青春期心理卫生教育、性教育、防校园欺凌以及期末考试对学生心理进行疏导等。
3. 以“5·25”学生心理健康日为契机，组织开展“学生心理健康宣传月”活动。以活动营造全员心育的心理健康氛围，活动采取多种形式，如心理手抄报（绘画）评比、知识竞赛、心灵故事征集、心理剧的创作与表演、组织学生参加志愿者活动、义务劳动、以及各种文体活动等，通过一系列的活动引导学生向善、向真、向美，促进学生心理健康成长。
4. 做好家庭教育指导服务

配合德育部门通过家长讲座、家访、致信温馨提示、资源推送等形式做好家庭教育指导工作， 以宣传普及科学的家庭教育知识理念，提升家长的心理素养，助力家校合作，充分发挥家长这一重要他人的角色作用，为未成年心理健康护航。

**教研组成员：全体班主任老师**

**活动安排：每月一次**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **月份** | **时 间** | **内 容** | **主持人** |
| **9** | 2025.2 | 制定本学期心理健康教育活动计划。 | 王丽琴 |
| **10** | 2025.3 | 心理健康教学理念学习 | 王丽琴 |
| **11** | 2025.4 | 心理健康教育跨学科教学 | 王丽琴 |
| **12** | 2025.5 | 心理健康教学理念学习 | 王丽琴 |
| **1** | 2025.6 | 期末总结 | 王丽琴 |
|  |  |  |  |

**教研组活动记录**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **时间** | **2025.2** | **地点** | **录播室**  |
| **参加****人员** | **全体班主任老师 学生成长中心主任** |
| **主持人** |  **王丽琴** | **记录** | **王丽琴**  |
| **内容：**1. 制定本学期心理健康教育教学计划

见上1. 关注教师目前的心理健康

教师的心理健康状况是一个备受关注的问题，整体呈现出以下一些特点和状况：存在一定压力源：教学任务繁重：教师需要备课、授课、批改作业、辅导学生等，工作时间长且强度大。据统计，很多教师每天的工作时间超过 10 小时，长期的高强度工作容易导致身心疲惫。教育改革挑战：随着教育理念和技术的不断更新，教师需要不断学习新的教学方法、教育技术，适应新的课程标准和评价体系，这给教师带来了较大的压力。例如，在线教育的兴起要求教师迅速掌握相关技术，转变教学模式。学生管理难题：学生个体差异大，在学习、行为、心理等方面可能出现各种问题，教师需要花费大量精力去了解和帮助学生，处理学生之间的矛盾冲突、应对学生的心理问题等。比如，面对学生的叛逆行为或学习动力不足问题，教师需要耐心引导，这对教师的心理能量是一种消耗。家校沟通压力：家长对孩子的教育期望高，教师需要与家长保持密切沟通，及时反馈学生情况，同时要应对家长的各种要求和质疑。一些家长对教师的工作不理解、不配合，也会给教师带来心理压力。常见心理问题表现：职业倦怠：部分教师对工作失去热情和动力，表现为情绪衰竭、去人格化和个人成就感降低。例如，有的教师对教学工作感到麻木，对学生缺乏关心，觉得自己的工作没有价值。焦虑情绪：担心教学效果不佳、学生成绩不理想、面临各种教学评比和考核等，导致焦虑情绪产生。在一些重要考试前，教师可能会比学生还紧张，担心学生成绩不好影响自己的教学评价。抑郁情绪：长期的工作压力和各种负面因素可能使教师产生抑郁情绪，表现为情绪低落、兴趣减退、自责自罪等。如有的教师因为工作中的挫折而陷入长时间的情绪低谷，对生活和工作都缺乏积极态度。积极方面与改善趋势：社会关注度提高：近年来，社会越来越关注教师的心理健康问题，学校和教育部门也采取了一系列措施来帮助教师缓解压力、维护心理健康，如组织心理健康培训、提供心理咨询服务等。自我调节意识增强：许多教师自身也意识到心理健康的重要性，开始主动学习心理健康知识，通过运动、阅读、旅游等方式来调节情绪、缓解压力，提高自己的心理调适能力。教师的心理健康状况受到多种因素的影响，虽然存在一些问题，但也在逐渐得到重视和改善。关注教师心理健康，不仅有利于教师自身的幸福和发展，也对学生的成长和教育质量的提升具有重要意义。 |

**教研组活动记录**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **时间** | **2025.3** | **地点** | **录播室**  |
| **参加****人员** | **全体班主任老师 学生成长中心主任** |
| **主持人** |  **王丽琴** | **记录** | **王丽琴**  |
| **内容：**  **理论学习：如何做到正确批评不伤害孩子内心？**批评，作为教育中的一项重要手段，其艺术性在于如何既达到纠正错误的目的，又不伤害学生的自尊心，促进他们的健康成长。接下来，我们将一起探讨优秀老师如何对学生进行有效的批评，从而实现教育的目标。一、控制环境：营造安全、尊重的氛围第一时间处理：在发现学生犯错时，应迅速作出反应，除非遇到特殊情况（如重要课程的准备或情绪的波动），否则应立即着手处理。拖延时间只会让学生陷入不安与焦虑，同时可能错过最佳的教育时机。在处理过程中，应专注于当前问题，避免涉及过去，确保及时沟通与即时解决，从而让学生深刻感受到问题的紧迫性与解决的重要性。私密交流：每个孩子都是独特的个体，他们拥有自己的自尊心、情感需求和隐私权。公开的批评可能会损害学生的自尊，并可能引发同伴间的负面评价。因此，建议选择一个安静、私密的环境，与学生进行一对一的交流。这样既能保护学生的尊严，又能确保沟通的深度与效果。传递关心与信任：在批评之前，先表达对学生的关心。一句简单的问候，如“你受伤了没？”，能够迅速拉近师生之间的距离，使学生感受到老师的关怀是全面的，不仅关注他们的错误，更关心他们的身心健康。这样的开场白有助于建立信任关系，为后续的批评奠定情感基础。二、定义问题：清晰呈现，促进深思直截了当：在指出问题时，应具体明确，避免使用模糊或情绪化的言辞。例如，“让我们谈谈今天你打架的事情。”这样的说法既直接又明了，有助于学生集中精力，正视自身问题。探究细节：通过开放性和非指责性的问题，了解事件的全过程。例如，“当时发生了什么？”，“你是怎么突然动手的？”在询问过程中，表达对学生情感的共鸣，如“你当时肯定非常生气吧”，这有助于学生更深入地理解自己的情绪，并探寻行为背后的深层次原因。明确行动方向：鼓励学生主动思考解决问题的方法，而非仅仅接受惩罚。通过提问，“为了解决当前的问题，你打算尝试哪些方法？”这样的提问方式旨在激发学生的责任感和自信，使他们认识到改变的可能性，并积极掌握主动权。三、推动实践：将承诺转化为具体行动在引导学生认错与保证的过程中，老师需进一步推动学生将口头承诺转化为实际行动。通过与学生共同讨论，明确改正的方向和具体可操作的步骤。例如，可以提问：“你打算首先从哪个方面开始着手改进？需要我提供哪些方面的帮助来支持你的行动？”这样的对话不仅展示了老师的支持，更确保了行动计划的具体性和可执行性。四、设定反馈：持续监督，正向激励在与学生约定改正行动后，老师需设定一个明确的反馈时间点，并强调在这个时间点上，我们会共同审视学生的进步。这样的约定不仅让学生明白改变是一个持续的过程，更激发了他们的内在动力。在反馈时，老师应避免重复强调学生的错误行为，而是将焦点放在学生应该如何做上，强调积极的行为导向。通过这样的方式，老师能够给予学生持续的支持和鼓励，让他们在改正错误的过程中感受到老师的关怀与期望。 |

**教研组活动记录**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **时间** | **2025.4** | **地点** | **录播室**  |
| **参加****人员** | **全体班主任老师 学生成长中心主任 沈校长** |
| **主持人** |  **王丽琴** | **记录** | **王丽琴**  |
| **内容：** **三下《插上想象的翅膀》说课**第16课 插上想象的翅膀教学目标1. 引导学生认识想象力在学习生活中的重要性，体验想象的乐趣，调动学生想象的积极性。
2. 通过训练帮助学生丰富想象力，提高创造力，懂得发挥想象进行简单的创造。

3、在自我探索活动中，体会想象力带来的新奇与快乐，提高自信心。教学重难点：1、利用小组交流，让大家在讨论的时候促进想象力的开发和碰撞。2、除了让学生自由讨论想象之外，老师可以给予一定的引导。教学过程：板块一、暖身游戏：他是谁？1、今天我们来玩一个游戏，游戏的名称是——他是谁？同学们仔细观察屏幕上出现的部分，猜猜他是谁？（兔子的长耳朵 灰太狼帽子 奥特曼 孙悟空头箍 小马宝莉……）2、小结：老师看大家玩这个游戏时兴致勃勃，说说你怎么猜出来的？3、小结：世界上美好事物的诞生都离不开想象。想象是重要的思维方法。那我来测试一下大家的想象力呗！板块二：暖心坊1、师：同学们，你们看这是什么？（拿出事先准备好的白纸，在上面画一个黑点） 除了是黑点，还会是什么？ 2、师：我们一起来看看暖心坊中的同学们是怎么看这个黑点的呢？读完故事，你们想到了什么？3、小结：一个黑点可以有很多种解读，你们的想象赋予了这个黑点灵动的生命力。这就是想象的力量，它能让我们的世界变得奇妙而有趣。今天，我们就一起插上想象的翅膀，在想象的世界里遨游一番！板块三：体验活动。活动一：声音联想在想象的世界里，一段声音会发生什么奇妙的事情呢？我们一起来进行一场“声音联想”。出示活动要求，开始游戏，鼓励学生想到的场景越多越好。1、鼓掌的声音，由掌声你想到：2、下雨的声音，由雨声你想到：3、闹钟的声音，由闹钟场你想到：分享想象结果。一段声音，再现了曾经生活的场景，让我们产生丰富的联想。出示：联想，就是由一种事物想起与之相关的一些人或事物。你平时还会从哪些声音中产生联想呢？分享联想活动二：建一座你的城堡1. 刚才的游戏中，我们体验到联想的乐趣。在想象的世界里，没有对错之分，只有你的喜好之分。所以，同学们可以放下顾虑，大胆想象。

导语：假如你是小公主或小王子，现在有一个机会，建造属于自己的宫殿。但是现在只有这些材料，该怎么办呢？1. 利用课本中的素料，学生自由创作自己的宫殿。
2. 小结：想象没有对与错，所以不用担心自己做得不对、不好。说出你的理由，讲出你的故事，你的作品就会很棒。

同桌交流：学生介绍自己创作的宫殿，并说说自己的想法。我叫\_\_\_\_\_\_\_\_\_，是一位小公主/小王子。我建造了一座宫殿，\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。活动三：做白日梦刚才我们动动手，动动脑，累了吧？老师给大家准备了一段放松的音乐，当我们处于一个放松舒适的状态时，我们的想象也许能飞得更远。现，让我们闭上眼晴，放松自己，调整自己的呼吸到最舒适的状态，跟着音，让你想象的翅膀打开，能飞多远就飞多远。播放舒缓音乐，学生闭上眼睛自由想象分享：1、你刚才“去”了哪里？“经历”了些什么？2、你在“白日梦”中是否看见了一些少见、奇妙或者美丽的事物？小结：艺术家、发明家会利用“白日梦”来推动创作。在我们学习中，有意放松自己，感受想象的奇妙，也能很好地促进学习。板块四：成长苑：师：想象是人类创新的源泉，人类的一切发明都是从想象开始的：人们看到天上飞翔的鸟，想象自己也能在天上飞，后来就发明了——（飞机）；人们想拥有一双千里眼，看到千里之外的地方，后来就发明了——（望远镜）；人们更想拥有一双顺风耳，听到千里之外的声音，后来就发明了——（电话）；想象力越强，思路就越开阔。在平时的学习与生活中，我们可以有意识地训练自己的想象力。出示：学着想一想。学着记日记。学会编故事。学着演一演。板块五、总结回顾爱因斯坦说过——想象力比知识更重要。（课件出示）想象，能够拓宽我们的思路，激发我们的求知欲； 想象，让我们创造出无限可能；想象，给我们的世界带来精彩。希望我们都能插上想象的翅膀，在想象的天空中自由翱翔，在今后的生活、学习中有更多的创造、发明。 |

**教研组活动记录**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **时间** | **2025.5** | **地点** | **录播室**  |
| **参加****人员** | **全体班主任老师 学生成长中心主任** |
| **主持人** |  **王丽琴** | **记录** | **王丽琴**  |
| **内容：** **教研组公开课 ：王丽琴《插上想象的翅膀》**课堂评价：各年级心理健康教学骨干教师一、教学目标达成度评价本课程围绕心理健康教学核心，将想象力培养与心理发展紧密结合，教学目标设定科学合理且具有针对性。目标 1 中引导学生认识想象力重要性、体验乐趣并调动积极性，在暖身游戏 “他是谁？” 及后续活动里，通过展示部分形象引导学生猜测，成功激发学生兴趣，让学生直观感受到想象在生活中的趣味性，有效达成目标。目标 2 通过声音联想、建造城堡等多样化训练活动，为学生提供丰富的想象实践场景，学生在自由创作和分享过程中，想象力得到锻炼，创造力也有所提升，达成效果良好。目标 3 借助 “做白日梦” 等放松活动，让学生在舒适状态下自由想象，并分享奇妙经历，使学生体会到想象力带来的新奇与快乐，在一定程度上增强了自信心，实现了自我探索与心理成长的目标。整体而言，教学目标达成度较高，有效助力学生心理健康发展 。二、教学重难点处理评价教学重点在于利用小组交流促进想象力开发和碰撞，在活动二 “建一座你的城堡” 中，通过同桌交流介绍作品和想法，为学生提供了相互交流与启发的平台，一定程度上促进了想象力的碰撞，但小组交流形式稍显单一，可进一步拓展为多人小组讨论，丰富交流维度。教学难点是教师给予适当引导，教师在整个教学过程中把握较为得当，如在声音联想活动中，先明确活动要求，在学生遇到思维瓶颈时适时引导，既不过多干预学生想象，又能推动活动顺利开展，较好地突破了教学难点 。三、教学方法与过程评价教学过程采用游戏教学法、体验教学法等多种方法，充分体现心理健康教学以学生体验为中心的特点。暖身游戏迅速活跃课堂气氛，拉近师生距离，为后续教学奠定良好基础；“声音联想”“建一座你的城堡” 等活动让学生在实践中锻炼想象能力；“做白日梦” 环节运用音乐放松法，帮助学生舒缓情绪，进入自由想象状态，符合心理健康教育中情绪调节与心理放松的理念。各教学板块衔接自然，从激发兴趣到实践体验，再到总结升华，层层递进，逻辑清晰 。四、师生互动与学生参与度评价课堂上师生互动频繁且有效，教师通过提问、鼓励分享等方式积极引导学生参与，学生在活动中表现踊跃，主动表达自己的想象内容，课堂氛围活跃。在分享环节，教师认真倾听学生想法并给予肯定与鼓励，尊重学生的独特想象，增强了学生的自我认同感，有利于学生心理健康发展。但部分内向学生参与度相对较低，后续教学中可设计更多个性化的参与方式，关注不同性格学生的心理需求 。五、教学效果与改进建议从整体教学效果来看，学生在想象力培养和心理体验方面收获显著，通过一系列活动，学生对想象力有了更深刻的认识，体验到想象带来的乐趣，心理状态更加积极。然而，课程仍有提升空间。在活动设计上，可增加一些需要团队协作完成想象任务的环节，培养学生的合作意识与社交能力；在教学资源运用方面，除了图片、声音素材，还可引入视频、动画等更多元化的形式，丰富学生的感官体验；对于教学目标中涉及的创造力提升，可在后续课程中进一步深化训练，引导学生将想象转化为实际的创意成果 。 |

**教研组活动记录**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **时间** | **2025.6** | **地点** | **录播室**  |
| **参加****人员** | **全体班主任老师 学生成长中心主任** |
| **主持人** |  **王丽琴** | **记录** | **王丽琴**  |
| **内容：** **学期末教研组总结**一、教学工作开展情况因兼职工作时间有限，我主要协助完成基础课程的教学实施。在备课环节，我参考学校提供的教案模板和基础教学资料，结合三年级学生活泼好动、好奇心强的特点，对课程内容进行初步调整。例如在 “认识情绪” 课程中，通过添加一些贴近学生生活的小案例，让原本抽象的知识变得更容易理解。课堂教学上，我负责组织一些简单的教学活动，如带领学生进行 “情绪卡片分享” 游戏，让学生抽取写有不同情绪词汇的卡片，分享自己在生活中产生对应情绪的经历，以此帮助学生认识常见情绪。同时，协助主班教师维持课堂秩序，关注学生在课堂上的反应，及时给予鼓励和引导，确保教学活动能够顺利进行 。二、工作中的收获与体会尽管工作内容较为基础，但在与学生的接触和教学实践中，我也有不少收获。一方面，通过与三年级学生的互动，我更加了解这个年龄段孩子的心理特点和认知水平。他们天真烂漫，表达想法时直来直去，这让我在设计教学活动时更加注重趣味性和参与性。另一方面，在协助教学过程中，我学习到了一些基础的课堂管理技巧，例如如何用有趣的语言和肢体动作吸引学生注意力，如何通过小组竞赛的形式调动学生积极性等，这些经验为我今后的教学工作打下了基础 。三、存在的问题与反思回顾本学期工作，存在诸多不足。由于兼职工作的局限性，我投入的时间和精力相对较少，在课程设计上缺乏深入思考和创新，多是沿用已有的教学框架，未能充分挖掘课程内容，导致教学活动缺乏独特性和吸引力。在与学生的互动中，也因接触时间有限，难以深入了解每个学生的心理状况和个性化需求，无法给予更有针对性的指导 。此外，在与主班教师及其他同事的协作上，沟通交流不够充分，对整体教学规划和目标的把握不够精准，影响了工作的深度和效果。四、未来努力方向（一）深耕专业学习，提升课程设计能力未来我将制定详细的学习计划，每周至少抽出 5 小时用于心理健康教育知识和教学方法的学习。订阅《中小学心理健康教育》等专业期刊，每月精读 2 - 3 篇前沿论文，了解心理健康教育领域的最新研究成果和教学趋势。同时，积极参与线上线下的教研活动，主动报名参加心理健康教育相关的培训课程，每学期至少完成 1 个专题培训。在课程设计方面，针对三年级学生的心理发展特点，尝试将心理健康知识与游戏、故事、多媒体资源深度融合。例如，在 “人际交往” 主题课程中，设计角色扮演类的互动游戏，让学生在模拟场景中学习沟通技巧；制作动画短片辅助教学，以生动形象的方式呈现心理健康知识，提升课程的独特性和吸引力。（二）增加接触机会，深化学生心理关怀为了更深入地了解学生，我计划提前 30 分钟到达学校，利用课间和午休时间主动与学生交流，每周至少与 5 名不同的学生进行一对一谈话，倾听他们的烦恼和快乐，记录学生的心理动态。建立学生心理健康档案，对学生的情绪变化、人际交往等情况进行跟踪记录，每学期进行一次全面的分析总结。在课堂教学中，增加个性化的互动环节，例如设置 “心灵小信箱”，鼓励学生匿名写下自己的困惑，我定期进行解答和引导。同时，针对不同性格特点的学生，设计差异化的教学活动，如为内向的学生安排小组合作中表达想法的特定任务，帮助他们逐步克服心理障碍，提升自信心。（三）强化沟通协作，凝聚教学合力加强与主班教师和同事的沟通协作是我未来工作的重点。每周主动与主班教师进行 1 次教学工作沟通，了解班级整体教学计划和学生的心理状况，共同探讨适合学生的教学方法和活动方案。积极参与教研组的集体备课活动，提前准备好自己的教学设计思路，在会议上与同事充分交流，吸收大家的建议和意见，完善教学内容。建立与同事的日常交流机制，通过微信、钉钉等工具，及时分享教学资源和学生情况，遇到问题时共同分析解决，确保对整体教学规划和目标有清晰准确的把握，提高工作的协同性和实效性。虽然本学期的兼职教学工作较为简单且暂无亮眼成果，但这段经历让我认识到自身的不足，也明确了努力方向。未来，我会以更积极的态度投入工作，争取在有限的工作时间内创造更多价值，为学生的心理健康发展贡献自己的一份力量。 |