

“五育并举”背景下农村高中物理教学融合心理健康教育研究

梁巧燕

广西壮族自治区桂平市石龙民族中学，广西 桂平 537224

DOI: 10.61369/SDME.2025250006

摘要：随着五育并举教育理念的落实，我国教育事业由传统的知识传授为导向转变为以德智体美劳全面发展的育人目标为中点。心理教育作为德育教育工作的重要组成，它是落实立德树人根本任务的抓手，也是促进学生身心健康发展的重要要求。学科教学作为学校教育的主阵地，成为渗透心理健康教育的重要载体，也是推动教育质量内涵式提升的路径。物理学科作为一门以实验探究为核心的学科，其中也涉及到较为丰富的心理健康教育元素，学生可以在实践学习的过程中形成抗挫折品质，并形成理性思维。基于此，本文对“五育并举”背景下农村高中物理教学融合心理健康教育展开分析和研究，以供参考。

关键词：五育并举；农村；高中物理；教学；心理健康教育

Research on Integrating Mental Health Education into Rural High School Physics Teaching under the Background of "Five Educations in Parallel"

Liang Qiaoyan

Shilong Ethnic Middle School, Guiping City, Guangxi Zhuang Autonomous Region, Guiping, Guangxi 537224

Abstract : With the implementation of the educational concept of "five educations in parallel", China's education has shifted from the traditional knowledge-imparting orientation to the educational goal of all-round development of morality, intelligence, physical fitness, aesthetics and labor. As an important part of moral education, psychological education is a key point to implement the fundamental task of fostering virtue through education, and also an inevitable requirement to promote the physical and mental health development of students. As the main front of school education, subject teaching has become an important carrier for infiltrating mental health education and a path to promote the connotative improvement of education quality. Physics, as a discipline with experimental exploration at its core, also involves rich mental health education elements. Students can develop frustration-resistant qualities and form rational thinking in the process of practical learning. Based on this, this paper analyzes and studies the integration of mental health education into rural high school physics teaching under the background of "five educations in parallel" for reference.

Keywords : five educations in parallel; rural areas; high school physics; teaching; mental health education

前言

在高校应试教育的影响下，高中生长期面临着巨大的学习压力和竞争压力，心理健康水平不容乐观，心理健康教育有待加强。学校作为高中生学习和生活的重要场所，应承担起高中生心理健康教育的重要责任，从而培养学生健康的心理素质，促进学生形成良好的心理健康状态。而学科教学中融合心理健康教育是学校心理健康教育的主要渠道。作为基础学科的高中物理课程，能够成为实施心理健康教育的重要载体。

一、“五育并举”教育方针的内涵

蔡元培先生是最早提出“五育并举”理念的思想家。五育并举经过时代的发展，现已成为我国教育的核心指导方针。这一方针强调“德智体美劳”的相互协调和发展，其中德育是灵魂、智

育是核心、体育是基础、美育是升华、劳育是补充。心理健康教育作为德育的重要延伸，直接关系着学生的道德认知、情感体验和行为发展，是实现协同育人的主要措施。在物理学科教学中融入心理健康教育的内容，在本质上是将智育和德育充分融合的一种方式，通过物理学科教学促进学生的学习和发展，让学生形成

一种理性的思维，并且增强抗压的能力，学会与他人进行合作，形成良好的合作精神，真正契合五育并举的教育目标。

二、农村高中物理教学融合心理健康教育的现状和问题

(一) 融合意识薄弱

现阶段，农村高中教育主要以升学为导向，物理教学的核心主要聚焦于学生的学习成绩提升，教师对于五育并举的理解并不深入，并且对心理健康教育的重视性相对不足。有部分物理教师认为心理健康教育和自己的关系不大，它是班主任或是心理学导师的职责，和物理学科教学的关系不大，缺乏主动融合的意识。与此同时，部分教师对于心理健康教育的认知存在偏差，将心理健康教育等同于心理问题的矫正，这也忽视了对全体学生的心理素养的培育，导致学科教学与心理教育难以实现有效融合。

(二) 教学内容固化

农村高中物理教学主要依赖于教材和教辅资料，教学内容主要以公式推导、解题训练的方式，缺乏对物理学科中人文素养和科学精神的渗透。虽然物理教材中涉及到大量与心理健康教育相关的内容，包括科学家的探究故事、物理实验中的抗挫折教育素材等，但是大多数教师没能深入挖掘此类资源，融合教学也就停留在表层。除此之外，教学方法是以讲授式的形式为主，缺乏互动性、探究性的教学内容，这也不利于学生的学习和思考，无法为心理健康教育工作的开展提供支持。

(三) 资源保障不足

很多农村地区的学校相对偏远，教育资源也相对有限，在心理健康教育方面的投入存在不足。大多数学校缺乏专门的心理辅导室、心理健康教育书籍和多媒体资源，物理实验室设备也相对陈旧，难以有效支撑探究性实验的开展，这也为学科教学和心理健康教育的融合带来了阻碍。除此之外，很多农村家庭对于心理健康教育的认识不足，家校协同育人机制的建立不完善，这也直接影响了教学工作的有效开展。

(四) 评价体系片面

现阶段，很多农村高中物理教学评价体系仍然是以学业成绩为主，缺乏对学生心理素养、综合能力等方面的评价。这种单一的评价方式会导致学生更加关注分数，从而忽视了个人的身心健康发展，学生会出现由于成绩波动而产生的焦虑和自卑问题。与此同时，学校对教师的评价也更加侧重于教学成果，缺乏对融合教学实践的激励措施，这也导致教师开展融合教育的积极性相对不足。

三、“五育并举”背景下农村高中物理教学融合心理健康教育研究

(一) 重构教学目标，明确融合导向

教学目标是教学活动的出发点和落脚点，农村高中物理教学应始终立足于五育并举的方针，并构建知识与技能、过程与方

法、情感态度与价值观的三位一体的教育目标体系，将心理健康教育的目标融入到其中。在知识与技能目标中，更加强调通过物理学科知识培养学生的理性思维。在过程与方法的目标中，侧重于培养学生的抗压能力以及合作意识。在情感态度与价值观目标中，突出通过物理学科的魅力调动学生的自信心，培养其创新意识。例如，在牛顿运动定律的教学中，教师应让学生掌握定律的内容和应用，还需要通过牛顿探究万有引力的历程，培养学生艰苦奋斗、勇敢拼搏的精神，让学生能够在学习的过程中形成抗击挫折的良好品质。

(二) 挖掘教学资源，丰富融合内容

物理教材中涉及到较多的心理健康教育素材，这就需要教师深入挖掘其中的内容，并且根据农村学生的特点，构建更加科学的教育体系。一是挖掘科学家的精神品质，包括爱因斯坦的执着、居里夫人的坚韧等，向学生讲述科学家的个人经历，指导学生形成正确的人生态度。二是利用物理实验的探究过程，让学生在实验成功与失败的体验过程中，形成一定的抗挫折能力，并在实验的过程中形成科学严谨的实验态度。三是结合农村地区的物理现象，包括农业生产中的机械原理、新能源的应用等，让学生感受到物理知识的价值，从而增强学习自信心。四是融入辩证思维教育，通过分析物理概念的对立统一关系，让学生形成理性思维和客观看待问题的能力。但是教师在挖掘心理健康教育的内容的同时，应考虑到学科教学内容与心理健康教育是否具有融合性，不能脱离教材强行加上不合理的内容。教师还需要考虑在教学中适量加入心理健康教育的内容，避免将物理学科变成心理健康教育课程，从而忽视了学科本身的目标。

(三) 创新教学方法，搭建融合平台

多元化的教学方法是实现物理教学与心理健康教育有效融合的关键措施。农村高中物理教师应突破传统讲授式教学的局限，根据学生的认知能力和心理需求，不断创新教学的方法。第一，采用探究式的教学，设计具有层次、挑战的探索性问题，让学生自主思考并进行合作探究，在解决问题的过程中形成自主学习能力和团队协作意识。第二，开展实验教学活动，增加开放性以及创新性实验的比重，鼓励学生大胆尝试实验，允许实验出现失败的情况，真正让学生在实验中学会接受挫折，并形成良好的经验总结能力。第三，运用情境教学法，创设与农村生活有关的物理情景，让学生设计节能的农村住宅，让他们在解决问题的过程中形成成就感。第四，充分利用多媒体教育资源，为学生播放和物理学科有关的科普视频和科学家的访谈等内容，进一步丰富教育的要素，激发其学习积极性，促进其成长和发展。

(四) 强化基础建设，提高融合能力

师资队伍作为融合性教学的保障，农村高中应加强物理教师的心理健康教育能力。开展系统性的培训活动，并邀请心理健康领域的专家和学者前来开展讲座，渗透和心理健康知识、心理辅导技巧、融合教学方法领域有关的内容，进一步提高教师的专业素质和能力。建立校际交流合作机制，组织农村高中教师来到城市学校进行学习和观摩，借鉴先进的教育经验。鼓励教师开展融合教学类的研究，设立专项课题，从而使教师深入到实践研究的

过程中。

农村高中应加强与家长的沟通和交流，组织开展家长会、家访、微信群等多种形式的活动，向家长普及心理健康教育领域的知识，让家长树立正确的教育理念，关注学生内心的成长和发展。与此同时，鼓励家长积极参与到学校的融合教育实践中，组织物理实验、科技实践活动，增进家长和学生之间的关系，形成良好的育人氛围。除此之外，学校可以积极邀请家长代表参与教学评价活动中，积极听取家长的意见和建议，不断完善融合教育模式。

营造良好校园氛围，优化育人环境。良好的校园氛围是融合教育工作开展的关键。农村高中应强化校园文化建设，并通过校园广播、宣传栏、主题班会等形式，宣传心理健康教育知识和物理学科的魅力，营造一种尊重、包容和积极向上的氛围。组织开展丰富的校园活动，让学生更好地展现自我，促进自身的全面发展。

（五）完善评价体系，强化融合激励

科学的评价体系有助于更好地引导教学工作的开展，进一步提升融合教育的质量和成效。农村高中应构建多元化的物理评价体系，打破传统以成绩为核心的评价模式。在评价内容上关注学

生的知识掌握情况，注重学生的探究能力、合作精神和心理品质的发展。在评价主体上，引入多元主体，实现教师评价、学生自评和互评的有效结合，让学生参与到评价过程中，形成自我认知能力。在评价方式上，采用过程性评价与终结性评价相结合的方式，通过课堂观察、实验报告、小组表现等形式，全面记录学生的成长过程。除此之外，学校还应建立教师评价激励机制，将融合教育的开展情况融入到教师考评之中，进一步激发教师对融合教育的积极性。

四、结语

综上所述，五育并举背景下，农村高中物理教学与心理健康教育的融合是落实全面育人目标的关键，也是提升农村高中教育质量的重要方式。然而，现阶段二者的融合仍然面临一系列的问题，这就需要学校、教师、家庭等方面的协同参与，构建更加完善的物理学科教学和心理健康教育融合机制，增强物理教学的育人内涵，促进农村高中学生的心理素养提升。相信在未来，农村高中将逐步构建起五育融合的教育体系，培养出更多身心和谐、全面发展的时代新人。

参考文献

- [1] 谷春晖. 多学科融合教育理念下高中物理教学研究 [J]. 科教文汇, 2024, (19): 180-183.
- [2] 罗泽明. 心流理论视角下的高中物理教学设计研究 [D]. 聊城大学, 2023.
- [3] 陈雅婷. 基于科学思维培育的高中物理情感教育研究 [D]. 上海师范大学, 2023.
- [4] 赖茵. 新高考背景下心理学效应在高中物理教学中的应用研究 [D]. 南宁师范大学, 2023.
- [5] 马亮. 浅谈高中物理新课程教学中心理健康教育的实施策略 [J]. 国家通用语言文字教学与研究, 2023, (03): 58-60.
- [6] 陈洁. 积极心理学在高中物理教学中的应用研究 [D]. 南宁师范大学, 2022.
- [7] 高本斌. 如何在高中物理教学中渗透心理健康教育 [J]. 试题与研究, 2019, (12): 45.
- [8] 钟子涛. 心理健康教育在高中物理教学中的体现探究 [J]. 当代家庭教育, 2019, (05): 90.
- [9] 夏秀春. 心理健康教育在高中物理教学中的体现研究 [J]. 考试周刊, 2017, (60): 158.
- [10] 王鹏, 刁山菊. 浅析高中物理教学与心理健康教育的融合 [J]. 中小学心理健康教育, 2017, (16): 68.