

减负背景下的小学生心理健康分析

杨波

(吉林省四平市铁东实验小学 吉林 四平 136001)

【摘要】在我国深刻贯彻落实素质教育理念的大背景下，“减负”逐渐成为小学阶段校方和教师重点关注的教育问题。当今社会发展的进程加速，社会的竞争性不断增强，对于人才的质量要求也在逐步提高。各个学校为了迎合时代发展，意在培养出更多高质量的综合性人才，过于注重学科知识以及技能的传授，往往忽略了学生自身心理状态的发展状况。尤其是对于小学生而言，他们尚处于思想发展的萌芽时期，心理环境尚未成形，心理发展方向需要外界的合理引导，由此小学生的心理健康状况显得尤为重要。在减负背景下，小学生肩上的知识学习担子能够得到一定程度的减轻，他们的心理健康状况也能得到极大的改善。因此，本文基于减负背景下的小学生心理健康状况做出分析，将从以下几个方面展开论述。

【关键词】减负背景；小学生心理健康；现状分析

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.07.1072

引言

我国在教育领域向来注重学生的知识技能水平与学生的心理状态的并举发展，要求广大校方和教师要切实减轻违背教学规律、有损于学生身心健康的过重学业负担，促进学生的健康成长。减负意在减轻学生学业负担，在保证教师教育教学效果的同时保持学生心理状态的积极性和健康性，是学校培育高素质人才的一种方式。小学生的心理状态仍处于不断发展和完善的阶段，需要教师在校方在教育方面指引方向，及时为他们开拓心理健康发展渠道，给予他们更多展现自己的机会。通过减负举措，学生能减轻学业压力，在一个轻松、愉悦的学习环境中成长，对于自身人格的塑造，正确人生观、世界观以及价值观的养成，良好思想意志品质的培育都有极强的助力作用。

一、心理状态放松，勇于尝试新事物

“减负”在教育领域的基础实施举措就是减轻学生的学业压力，在课程安排、作业布置、课外活动等多方面进行合理增减，让学生在课内学习与课外活动中找到一个适宜的平衡点。通过一系列的减负举措，学生的心理状态会经历从紧绷状态到放松状态的转变^[1]。尤其是对于小学生来说，在这个年龄阶段，对学习的热情远不及对玩耍娱乐活动的热情高。小学生肩上的一部分学习担子被卸下了，他们拥有了更多可供自己支配的时间，同时也具有了更多尝试新事物的勇气。正恰契合了我国素质教育中培育具有创新精神和实践能力人才的教育目标。小学生的创造精神不可估量，从占据大量可支配时间的课堂中解放出来，在放松的心理状态下实施的创新创造活动，会收到更好的教学效果。

二、保持积极心理状态，产生好学好上进心理

在减负背景下，教师授课的过程以及教学方式都会随之调整，不断改善，课堂结构得到优化，教学质量也随之提升。学生意识到老师教学的时间和各项安排可能都会在“减负”实践的驱动下逐渐减少，课堂的教学质量在稳步提升，他们自然会激发参与学习过程的积极性和主动性。基于减负下的教学活动，具有浓缩性和统筹性，教师尽量将大量的课程安排缩减到少量的课堂教学之中，给予学生更多自主消化的时间^[2]。减负背景下，能充分调动学生学习的积极性，通过自我消化、总结经验的学习过程，学生的学习效果得到了提升。学生在具有浓厚学习氛围的环境下学习，有助于他们保持良好的积极心理状态，产生好学好上进的心理，更加专注于学习。

三、抗挫能力减弱，产生学习焦虑

减负过程中，对学生心理状态的影响并不是只有消极方面。凡事具有两面性，作为教师在校方，应该具有前瞻性眼光，学会用发展的角度看问题。小学生的心理状态充满了不可控性，外界事物的变化可能会导致他们产生复杂的内心活动和翻天覆地的心理变化。在减负背景下，教师的课堂实践活动减少了，供学生自由支配的时间增加了，尤其是对于小学生而言，自律性和他律性较差，学生在开展一系列娱乐活动的同时往往会忽略自身的学习主要任务，难以把握娱乐与学习之间的平衡。长此以往，学生的学业成绩、学习质量都会受到一定的影响，这将会导致他们的抗挫能力减弱，产生不同程度的学习焦虑心理。小学生的学习需要极强的引导性或自主性，处于减负背景下，教师的引导时间不足以贯穿于小学生学习过程的始终，这就要求学生对于自身学习要有一定的心理变化发展趋向，学生的学习时间变少，在失去了教师完全掌握学习节奏的前提下，学生的焦虑、不安的心理状况表现得更为明显。处于抗挫能力尚未发展成熟的年龄阶段，此举对学生的心理健康发展仍有一定影响。

结束语

总而言之，在减负背景下的小学生的心理健康状况拥有多元化的趋势。小学生的心理状态是不稳定的，具有多变性，减负并不能完全降低孩子们的压力水平，只能在一定程度上缓解学生的心理压力，改善他们的心理状态。因此，作为校方和教师，在减负背景下，不能将学生的心理状态放于一个理想化的状态，需考虑到学生对减负举措的接受程度以及随之而来的心理变化发展趋向，要用辩证的观点去看待学生的心理健康发展问题。无论是积极的还是消极的心理发展状况，校方和教师都应该因材施教，对学生的心理健康状况做出宏观的分析，为下一阶段的心理健康教育举措做好准备。

参考文献

- [1]李洋.减负背景下中小学生学习心理健康现状研究[J].牡丹江师范学院学报(社会科学版),2019(06):137-144.
- [2]易地.我国小学“减负”政策执行现状研究[D].广西师范大学,2019.
- [3]杨欣.小学减负喜悦参半背后的对策探究——基于108所小学减负落实情况的调查[J].中国教育科学,2019(08):6-12.

初中班主任德育教育中如何有效实施激励策略探讨

姚建雄

(广东省梅州市平远县城南中学 广东 梅州 514600)

【摘要】在当今的社会，素质教育已经成为了初中教育的主流，很多学校在开展文化教育的同时也非常注重学生的德育教育，只有更加注重学生的道德建设，才能够让学生在将来成为对于国家和社会真正有用的人才。在德育教育的过程中有效的激励策略能够有效的提升德育教育的效果，促进学生德育水平的提升，因此本文首先介绍了初中班主任德育教育激励策略的实施要点，然后提出初中班主任德育教育中实施激励策略的具体措施，希望能够对当前的初中德育教育有所帮助。

【关键词】初中班主任；德育教育；激励策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.07.1073

一、引言

初中班主任开展德育教育的形式是有多种多样的，而且大部分都能够取得非常好的德育效果，激励策略是德育教育当中非常有用的一种教育手段，它主要是通过对学生进行激励，让学生找到学习和生活的信心，从而能够在不断激励的过程中，逐渐提升德育水平，养成良好的行为习惯，最终体现出德育教育的效果。运用激励策略展开德育教育需要教师能够树立全新的德育教育理念，并且去注重激励的适度化和多元化，让学生在能够获得激励的过程中不断的去突破和挑战自我，这样才能达到德育教育的效果。

二、初中班主任德育教育中激励策略的实施要点

1. 树立全新的德育教育理念

传统的德育教育虽然能够取得一定的德育效果，但是与通过激励策略来达到的德育效果还是有一定的差距，因此初中班主任要能够树立全新的德育教育理念，在班级管理的过程中实行激励教育，让学生在一次次激励的过程中实现德育水平的提升。例如，当学生犯错之后，传统的德育教育手段就是对学生进行批评，让学生认识到自己的错误，然后进行改正。在激励策略下，班主任批评学生的方法更为委婉，并且教师关注的重点并没有在学生所犯的错误上，而是告诉学生如果能够换一种做法，可能获得的结果是不同的。这不仅间接的告诉学生，他所犯的错误是可以避免的，让学生对自己的行为进行反思，也告诉学生通过其他的方式可以更好的完成自己所做的事情，同时激励学生做再一次的尝试。

2. 注重激励的适度化和多元化

班主任在对激励的时候，应当注重适度化和多元化，并不是所有的行为都要对学生激励，适当的批评反而能够起到更好的德育教育效果。例如，当学生在课堂上开小差的时候，如果教师对此进行鼓励，那么课堂是无法进行下去的，这个时候教师就需要对学生进行一定的批评，并且告诉学生如果好好听讲，不仅能够获得知识，还能够获得教师的表扬，这种变相的激励也能够帮助学生更好的去进行行为水平的提升。

三、初中班主任德育教育激励策略具体措施

1. 榜样激励

初中生是活泼好动的，他们的模仿能力非常强，并且非常在意他人对自己的看

法，如果班主任能够在班级当中给学生树立起榜样，那么榜样的力量会是无穷的。每一个学生都想成为其他学生的榜样，即使班主任将某一个学生树立为榜样，其他学生还是想取而代之，因此就能够在班级当中树立起非常好的班风和学风，从而让学生在榜样的激励下，不断提升自己的道德水平，形成良好的行为习惯。例如，教师可以在班级当中树立起助人为乐的好榜样，并且将助人为乐进行量化，学生每进行一次助人为乐就可以获得一个积分，然后在一个周期内谁的积分最多就可以成为班级的榜样，这样就能够调动起学生的参与积极性，在班级当中引发助人为乐的热潮，从而帮助学生形成良好的行为习惯和道德素养。

2. 物质激励

物质激励是一种非常好的激励方式，也是非常简单粗暴的激励方式，初中生的攀比心是非常重的，如果能够利用学生的攀比心去进行德育教育，那么德育教育的效果是非常好的。例如，在很多学校都会有自己班级承包的卫生区，然后都会有老师对每天的打扫情况进行打分，那么教师就可以根据每周的打分情况去选择出“打扫小能手”，然后给予一定的物质奖励，其他的小组看到自己没有获得奖励，学生就非常羡慕获得奖励的小组，进而就会激发他们打扫卫生的动力，使得每一个小组的学生在自己值日的当天非常卖力的进行卫生的打扫，从而帮助学生形成了非常好的行为习惯。

3. 给予学生适当的奖惩

适当的奖惩对于初中生的成长是非常重要的，虽然说激励策略是对学生进行鼓励，但是对于一些反复犯错误的学生来说，适当的惩罚也是激励策略的一种。例如，班主任明确规定在自习课上不允许学生交头接耳，而某个同学总是犯这个错误，那么教师就需要对这个学生进行适当的奖惩，首先对其进行一定的处罚，然后在以后的学习当中，如果这名学生表现良好就进行一定的奖励，在这惩罚和奖励当中，学生的行为就会得到规范，从而帮助学生养成良好的习惯，也锻炼了学生服从管理的良好道德水平。

四、结语

综上所述，在当前的初中班级管理过程中，开展德育教育对于初中生的成长是非常重要的，其中激励策略能够有效的提升德育教育的水平，初中班主任在使用激励策略进行德育教育的时候，应当尽可能的对学生的行为进行鼓励，并利用多种

方法去调动起学生的积极性,让学生能够在班级生活当中不断的提升自己的道德水平,养成良好的行为习惯,这对于学生未来的发展有着巨大的好处。

参考文献

[1]陈芝珩.浅谈初中班主任的育人方式及优化方案[J].人才资源开发.2016

(12)

[2]王凯艳.如何当好初中班主任[J].西部素质教育.2015(09)

[3]韦克衡.浅谈初中班主任与学生的互动管理[J].中国校外教育.2014(14)

“以人为本”的教育理念在班主任管理中的探索

赵腾¹ 孙甜甜²

(1.山东省济宁市兖州区第一中学附属学校 山东 济宁 272000;

2.山东省济宁市兖州区实验小学教育集团西校区 山东 济宁 272000)

【摘要】新课程教育理念的出现,对教育领域提出了更高的要求,在班级管理班主任不但要重视学生的学习成绩还应当重视学生的综合发展,采用以人为本的管理手段促使学生明白自己才是学习的主体,也给学生足够的重视,借此,推动学生的综合发展。

【关键词】以人为本;教育理念;班主任管理

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.07.1074

随着时代的发展,在目前课堂教育中学生所接受的教育不再被限制在学校老师的教育内容之中,学生还可以接触到更多的网络教育资源,这样就致使学生在成长过程中的思想更加活跃,这也给老师的的教育管理工作完成了一些麻烦。针对这个问题,就要求班主任能够在对学生进行管理的过程中实现以人为本,在对班级学生进行管理过程中重视学生、实现让学生充分发展,获得更加突出的教育效果。

一、“以人为本”的含义与价值

什么是“以人为本”就是明晰学生在课堂教育中的主体地位,是重视学生发展需求,培养学生个性的人本位教育管理思想。人本位的管理思想要求班主任在管理中,将学生放在管理的首要位置,它需要班主任重新定义师生之间的关系,一直与学生处于平等的地位进行沟通。在充分掌握学生个性的前提下,采用符合学生个性发展的管理模式,重视学生的心理状况,抓住不同时期学生不同的心理,针对情绪起伏大的学生及时进行引导与安抚,借此推动班级管理朝着个性化、人文化发展,从而达成学生的自我反省与自我管理。

二、班主任工作中管理理念实际情况

目前班主任管理中存在班主任主观色彩,还是以家长式的作风来管理班级。导致在班级管理中不是每个学生都能够充分体现自己的个性,学生在课堂学习中也会因为成绩的不均衡遭遇不公平的对待。因为,学生在班级生活、学习过程中感受不到班主任对自己成长的重视,学生感受不到在班级中的归属感,也丧失了参与班级活动的兴趣,也严重影响了班级管理的有效性。以人为本的班级首先要体现出民主治班,而不是严格的要求学生怎么做。班级管理中无法实现以人为本,班主任在班级管理中“以人为本”缺少正确理解,这样就致使一部分学生无法了解班集体对自身成长的重要价值,也就无法获得理想的班级管理成果^[1]。

三、以人为本教育理念在班主任管理工作中的作用重要性

目前学生受到社会信息的作用,尤其是一些消极负面信息的作用,对于学生的综合发展有着极为不利的影响。针对此,学生在发展中需要外界的指导,借此更好的形成学生正确的三观,班主任身为学生的管理者,要重视采用班级管理理念,借此更好的落实以人为本的理念的运用。例如,以前教育学生遵守校规校纪,但是有些校规校纪是与学生的生活想去甚远,不接地气的,班主任组织全体学生以校规校纪为模板,共同协商本班级的班规,并制定处罚办法。这样学生以班级小主人的身份参与制定的规章制度,最能引起他们的重视。学生完成思想观念的转变,班主任借此更好的完成班主任管理工作,推动学生的综合发展^[2]。

四、以人为本教育理念在班主任管理工作中的运用措施

1.建立和谐师生关系

班主任班级管理中想要实现以人为本,最先要做到的是和学生建立和谐的师生关系,重视学生的课堂主体地位,使学生成为自己学习的主导者,特别是对待班级中存在问题的学生应当采用鼓励的形式而不是指责批评学生,协助学生形成学习上的信心,使得学生具备学习的动力,借此获得学习中的成长,通过建立良好的师生关系班主任要起到的价值就是对对学生进行指导,带动学生在学习中的主观能动性,从而提高教育质量的。学生在和谐师生关系中,不但能够加深对知识的理解,还

能够推动学生道德品质的形成。

2.养成学生自我控制力

班级管理班主任要重视指导学生进行自我教育、自我反思,做好学生的榜样。在学校教育中一些学生很乖巧,听从老师的话,对于这些学生在学习过程中犯错时老师能够对学生进行心理疏导,让学生能够清晰了解到在学习以及行为上了解到自己的问题了。可是,对于那些调皮捣蛋的学生,班主任在管理过程中更要以平等的心态面对学生,重视学生,使得学生消除抵触逆反心理。每个学生在成长中都希望大家所重视,希望能够成为万众瞩目的人。现代社会中学生在家里都是小公主或者小王子,被家长宠爱长大,班主任在班级管理中假如当着全体学生的面对学生进行指责或者批评,并无法达成教育效果。针对此,班主任在班级管理中应当通过暗示或者提醒的方式,让学生明白老师的良苦用心,从而实现班级管理的目的。

3.重视民主气氛的构建

学生大多数时间都是在班级中进行学习,针对此,要重视班级民主气氛的构建,促使学生认可班级这个大家庭,使得每个学生都能够成为班级中的一份子,能够明白自己在班级中的价值。使得学生能够体验到集体的温暖,在班级构建中可以充分学生的主体地位,重视班级民主制度的构建,在班级中落实民主票选的方式建立学生的竞争观念,在民主气氛下学生能够更加积极主动的表露自己的想法,使得学生能够成为自己学习的主导者,能够参与到班级这个大家庭中体会到班级给自己学习生活所带来的趣味性,从而更加有效的推动学生的发展。采用这种方式不但能够培养学生的主观能动性,还能够使得学生主导自己的学习,推动学生的综合发展。

4.重视与家长的沟通交流

对学生的管理不但是学校教育任务,也不单单通过班主任就能够实现推动学生发展的目的。在班级管理中要重视与家长之间的沟通,班主任要定期进行家访掌握学生的学习发展实际情况。学生所处的环境差异性,致使学生所形成的习惯也存在不小的差异性。班主任在对学生进行管理过程中要重视对学生的兴趣爱好、家庭环境、个性特征等方面的掌握。这样才可以更加有效的对学生进行管理。班主任通过家访的方式,不但能够掌握学生在学习、日常生活中的情况,还能够与家长一起探究对孩子的管理措施,更加有效的推动学生的发展^[3]。

综上所述,班主任可以在学生管理中实现以人为本,在对学生班级管理中实现重视学生,实现推动学生综合发展,可以与学生构建和谐的师生关系,帮助学生形成学习上的自信心,借此更好的推动学生的综合发展。

参考文献

[1]李士军.以人为本理念在小学班主任管理中的应用[J].中华辞赋,2019(6).

[2]肖坤利.“以生为本”理念下的高中班级管理工作的探索[J].考试周刊,2018,000(092):184.

[3]马兆奇,黄雪梅.“以人为本”理念在小学班级管理中的应用[J].赢未来,2018,000(006):P.364-364.

后疫情时代下的初中班主任有效管理策略

秦金有

(云南省昆明市第一中学西山学校 云南 昆明 650100)

【摘要】初中班级管理工作的内容比较多,管理过程中管理者就要从新的发展角度出发,以当前新课改的发展要求为基础,通过多样化的管理手段促进学生高效学习,为班级管理目标的实现打下基础。本文立足于初中教育教学角度,分析了后疫情时代下的初中班主任有效管理策略,希望具有一定参考价值。

【关键词】初中教育;班主任;班级管理

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.07.1075

引言

对于班主任而言,监督学习成绩稳定的学生不断进步并不难,但是敦促学困生认真学习、积极参与知识探究就具备一定难度了。随着教育改革的不断深化,班级管理越发重要,因此,对于后疫情时代下的初中班主任有效管理策略研究有着鲜明现实意义。

一、组织学生进行学习帮扶

班主任需要积极践行温暖教育理念,组织学习帮扶小组、保证每一位学困生都能够温暖的在学习帮助和鼓励下实现知识的掌握和学习能力的不断提升。

例如,我在执行班级管理时,会结合班级中学生的学习情况定期进行考评和了解,并针对班级中基础知识学习能力薄弱的学生组织帮扶教育。首先,我会针对学困生的学习问题进行梳理和分析,并与学生在和谐、平等的温暖氛围中进行沟通,进而促使学困生减少帮扶学习参与的畏难情绪和抵触情绪;其次,我会结合学困生学习情况分析的汇报邀请各学科学习成绩良好的学生与学困生组成帮扶小组、保证监督学困生能够在每周放学后的固定时间内接受偏科科目的针对性重点帮扶。经

过一段时间帮扶小组温暖学习活动的组织和实施,我发现班级中的学困生学习成绩出现了不同程度的提升,且学困生的学习自信和课堂参与程度也显著增强。

二、在生活中给予学生更多关爱

班主任在班级管理的实施过程中需要对学生实施“温暖的生活关爱教育”——班主任是学生的监护人,因而班主任需要具备敏锐的眼睛,有效捕捉班级中学生的生活问题,并结合学生的问题与之共同分析和探讨,以期帮助学生寻找出有效的问题解决方案,进而借助生活上的关爱和照顾有效促使学生感受到班级生活的温暖和温馨。

例如,我会结合班级中学生的生活情况实施温暖的关爱教育。比如我在一次例行巡转时,发现班级中的一位女生趴在桌子上,通过了解得知她是因为身体不适才趴在桌子上的。基于此,我及时请她到办公室休息,并在询问了解之后得知她是生理期肚子疼。于是,我从柜子中拿出红糖姜茶,为她冲泡了一杯热气腾腾的姜茶。休息了将近半小时之后,该生表示自己已经好多了,于是我将其送回了教室,并要求任课教师对其加以适当的照顾。时间长了,我发现学生们都在这种温暖的生