

“双减”背景下高中班主任管理策略研究

刘雅

深圳市翠园中学

摘要：随着“双减”政策的实施，高中班主任管理面临新的挑战 and 变革。本文旨在探讨在“双减”背景下高中班主任管理策略的实施与应对策略。在“双减”背景下，高中班主任应注重学生综合素质的培养，积极参与学校管理与教育改革，加强与学生家长的沟通与合作，并提升自身专业能力与发展。这些策略有助于提高班主任的管理效能和学生的发展水平，推动高中教育的可持续发展。

关键词：高中班主任；双减；管理策略；学生发展；教育改革

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2022.06.036

“双减”政策的实施以来，高中班主任管理工作面临了新的挑战 and 变革。班主任在“双减”背景下需要调整管理策略，以适应新的教育环境。本文旨在探讨在“双减”背景下高中班主任管理策略的实施与应对策略，为提升班主任工作效能和学生发展水平提供参考和指导。

一、双减政策的背景与影响

双减政策是指中国教育领域中的“减负”和“减重”政策。减负即减轻学生的课业负担，减少过多的学业压力；减重即减少学校的教学负担和管理负担，提高教师的教学效能和学校的教育质量。这一政策旨在解决当前教育体制下存在的问题，促进学生全面发展和提升教育质量。对于高中班主任来说，双减政策带来了一系列的影响。减轻学生课业负担意味着学生的时间和精力会更加充裕，他们可能会有更多的时间参与班级活动和社会实践，这为班主任提供了更多的机会来引导学生的全面成长。其次，减少学校的教学负担和管理负担，班主任可能会有更多的时间和精力来关注学生的个体需求，提供更为个性化的辅导和支持。然而，双减政策也带来了一些挑战。例如，学生减负后可能出现时间管理不善、兴趣缺乏和自我管理能力不足等问题，班主任需要找到合适的方式来引导学生合理安排时间和培养他们的自主学习能力。另外，减轻学生课业负担也可能对学生的学业成绩产生一定的影响，班主任需要寻找平衡点，在保证学生学习质量的同时，确保他们的课业压力得到适当的缓解。因此，高中班主任在双减政策的背景下面临着新的挑战和机遇。通过灵活的管理策略和个性化的辅导方式，班主任可以更好地适应政策变化，积极引导学生全面成长，促进学校教育质量的提升。

二、高中班主任管理策略的理论基础

高中班主任管理策略的理论基础是建立在管理理论

的基础上，同时也考虑了班主任管理的特点和要求。管理理论的概述包括传统管理理论、行为科学理论、系统理论等。这些理论提供了关于组织、领导、决策和沟通等方面的指导原则，可以帮助班主任有效地管理班级和学生。班主任管理的特点和要求包括以下几个方面。班主任需要具备良好的沟通和人际关系技巧，能够与学生、家长和其他教师有效地进行沟通和合作。其次，班主任需要具备较强的组织和协调能力，能够合理安排班级活动和管理班级事务。此外，班主任需要关注学生的心理健康和发展需求，能够提供适当的支持和指导。最后，班主任还需要具备一定的教育教学知识和专业能力，能够为学生提供学习指导和辅导。在双减背景下，管理策略需要进行适应性分析。双减政策强调减轻学生课业负担和提高教育质量，因此，班主任管理策略需要注重学生全面发展和个性化辅导。管理策略可以包括合理安排学生的学习和活动时间，引导学生培养自主学习和时间管理能力；提供适当的心理健康教育和支持，帮助学生应对压力和情绪问题；加强家校合作，与家长共同关注学生的学习和发展。此外，管理策略还应注重教育教学质量的提升，鼓励教师创新教学方法和评价方式，促进学生的深度学习和终身学习能力的培养。因此，在双减背景下，高中班主任管理策略需要综合运用管理理论、关注班主任管理的特点和要求，以适应政策变革和学生需求的变化，创造良好的教育环境和促进学生全面发展。

三、高中班主任管理策略的关键要素

1. 目标设定和规划

高中班主任管理策略的关键要素之一是目标设定和规划。目标设定是为了明确班主任管理的方向和目标，规划则是为了实现这些目标而制定的具体行动计划。在目标设定方面，班主任应该考虑以下几个方面。明确学生的全面发展目标，包括学业成绩、思想品德、身心

健康、社会实践等方面的目标。其次，结合学校的教育目标和学生的实际情况，制定符合班级特点和需求的目标。此外，目标设定还应该考虑学生的个体差异和特长发展，为每个学生制定个性化的目标。在规划方面，班主任可以采取以下几个步骤。分析班级的现状和需求，了解学生的特点和问题，为目标实现提供基础。其次，制定具体的行动计划，包括教学计划、班级活动安排、个别辅导等。这些计划应该具体、可行，并注重学生的参与和反馈。此外，规划还需要考虑资源的合理利用和合作机会的开展，例如与家长、其他教师和社会资源的合作与支持。目标设定和规划的重要性在于它们为班主任管理提供了明确的方向和指导。通过设定明确的目标，班主任可以激发学生的积极性和努力，提高班级的整体素质和学生的发展水平。而通过规划具体的行动计划，班主任可以有针对性地组织和实施管理活动，提高管理效能和教育质量。目标设定和规划是高中班主任管理策略的重要要素。它们为班主任提供了明确的方向和指导，在实践中起到推动和引领作用，帮助班主任有效地管理班级和促进学生的全面发展。

2. 学生关系与沟通

在高中班主任管理策略的关键要素中，学生关系与沟通是一个至关重要的方面。建立良好的学生关系和有效的沟通渠道可以促进班级的和谐氛围和学生的积极参与。班主任应该致力于建立良好的学生关系。这包括与学生建立信任和尊重的关系，倾听他们的声音和关注他们的需求。班主任可以定期与学生进行个别或小组的交流，了解他们的学习、生活情况以及心理状态。此外，班主任还可以组织班级活动和互动，增进学生之间的友谊和合作意识。班主任需要通过有效的沟通来与学生进行互动。良好的沟通可以帮助班主任了解学生的困惑和问题，并及时给予支持和指导。班主任应该提供开放和包容的沟通环境，鼓励学生表达自己的意见和想法。同时，班主任也需要善于倾听学生的声音，尊重他们的观点，并在必要时给予适当的反馈和建议。有效的学生关系和沟通可以带来多方面的好处。首先，它可以增强班级凝聚力和团队合作精神，促进学生之间的友谊和互助。其次，良好的学生关系和沟通可以提高班级的学习氛围，激发学生的学习兴趣和动力。此外，它还可以帮助班主任及时发现学生的问题和需求，并采取相应的措施进行支持和引导。为了建立良好的学生关系和有效的沟通渠道，班主任可以采取一些具体的措施。例如，定期举行班会或座谈会，为学生提供表达意见和集体讨论的机会。另外，班主任可以与学生建立个别辅导关系，

帮助他们解决学习和生活中的问题。此外，班主任还可以利用现代技术手段，如电子邮件、社交媒体等，与学生进行在线沟通和交流。学生关系与沟通是高中班主任管理策略中不可或缺的要素。通过建立良好的学生关系和有效的沟通渠道，班主任可以促进班级的和谐发展，提升学生的参与度和学习动力，并更好地满足学生的需求和关注他们的发展。

3. 学生行为管理

学生行为管理是高中班主任管理策略的关键要素之一。通过有效的行为管理，班主任可以创建一个秩序井然和有益学习的环境，促进学生的纪律意识和自我管理能力的发展。班主任应该建立明确的行为规范和纪律制度。这些规范和制度应该与学校的规章制度相一致，并具体明确班级的要求和期望。班主任可以与学生一起制定并明确这些规范，让学生了解哪些行为是可以接受的，哪些是不可接受的。同时，班主任还需对学生的违规行为进行适当的惩戒和引导，并与家长保持沟通，建立起学校、家庭和班级之间的合作关系。班主任可以通过激励和奖励机制来引导学生的好行为。班主任可以设立一些奖励制度，如表扬、奖状等，以鼓励学生积极参与班级活动、遵守规章制度和展示良好的行为。这些奖励应该具有一定的实质性和象征性意义，能够激发学生的积极性和动力，推动他们形成良好的行为习惯。班主任还需要关注学生的行为问题，并及时进行干预和指导。当学生出现不良行为时，班主任应该及时与学生进行沟通，了解其背后的原因和动机，并提供适当的帮助和支持。班主任可以与学生一起制定行为改进计划，帮助他们意识到问题的严重性，并通过积极的引导和教育，引导他们改正不良行为，培养良好的行为习惯。有效的学生行为管理可以带来多方面的好处。首先，它能够维护班级的秩序和纪律，创造一个良好的学习氛围。其次，良好的行为管理可以培养学生的自律和自我管理能力，提高他们的学习效果 and 成绩。此外，它还可以促进学生的社会适应能力和人际关系，为其未来的发展奠定基础。为了进行有效的学生行为管理，班主任可以采取一些具体的措施。例如，开展班级规章制度的宣传和教

4. 学生发展支持

学生发展支持是高中班主任管理策略的重要组成部分

分。通过提供全面的学生支持和引导，班主任可以帮助学生实现个人成长、发展潜能和实现自身目标。班主任应该了解每个学生的特点和需求，以便提供个性化的支持。班主任可以与学生进行个别谈话，了解他们的兴趣、优点、挑战和目标。通过与学生建立良好的关系，班主任可以成为学生的导师和指导者，帮助他们探索自己的兴趣和才能，并制定实现目标的计划。班主任可以提供学业上的支持和指导。班主任应该与学生一起制定学习计划，并为他们提供学习方法和技巧的指导。班主任可以定期与学生进行学习情况的讨论和评估，帮助他们解决学习中的困惑和问题。此外，班主任还可以提供学习资源和辅导，以帮助学生提高学习效果和成绩。班主任还应该关注学生的心理健康和情绪管理。青春期是一个情绪波动较大的时期，学生可能面临着压力、焦虑和自我认同等问题。班主任可以提供心理支持和指导，帮助学生应对压力和情绪困扰。班主任可以开展心理健康教育，提供心理咨询和支持服务，为学生提供一个情感安全和支持的环境。班主任还可以引导学生参与社会实践和志愿服务活动。通过参与社会实践，学生可以拓宽眼界、培养社会责任感和团队合作精神。班主任可以组织学生参加志愿服务活动，培养学生的公益意识和社会参与能力。这些活动既可以帮助学生发展自身，也可以为社会做出贡献。

四、高中班主任管理策略的实施与应对策略

1. 班级组织和活动管理

高中班主任在班级组织和活动管理方面扮演着重要的角色。他们需要制定有效的管理策略，以建立一个协调有序、积极活跃的班级氛围，促进学生的全面发展和成长。班主任应该制定明确的班级组织结构和管理流程。他们可以设立班级职务，如班长、文体委员等，以便学生能够参与班级事务的管理和组织。班主任可以与学生一起制定班级规章制度，明确学生的权责和行为准则，以促进班级的秩序和纪律。班主任应该组织和管理各种班级活动。他们可以与学生一起策划和组织丰富多样的活动，如班级会议、主题讨论、文艺演出等。这些活动不仅可以增强学生的团队合作和沟通能力，还可以培养学生的领导才能和创新思维。班主任还应该及时评估活动效果，并根据学生的反馈进行改进和调整。班主任还应该关注班级的心理氛围和同学关系。他们可以开展班级建设和团队合作的培训活动，帮助学生建立良好的人际关系和解决问题的能力。班主任可以设立班级协商机制，鼓励学生主动参与班级事务的讨论和决策，促进学生的民主意识和参与意识。高中班主任在班级组织

和活动管理方面起着重要的作用。通过制定明确的组织结构和流程，组织丰富多样的班级活动，关注班级的心理氛围和同学关系，班主任可以创建一个积极活跃、和谐稳定的班级环境。

2. 心理健康教育与支持

心理健康教育与支持在高中班主任管理策略中扮演着重要角色。随着学生面临越来越多的学习压力和情绪困扰，班主任需要关注学生的心理健康，并提供相关的教育和支持。班主任可以开展心理健康教育，向学生传授有关心理健康的知识和技能。他们可以组织讲座、工作坊和小组讨论，让学生了解心理健康的重要性，学习情绪管理和应对压力的方法。班主任还可以引导学生认识到心理健康与学习、人际关系和生活质量的密切关系，激发他们对心理健康的重视和关注。班主任可以提供心理支持和指导，帮助学生应对心理困扰和压力。他们可以设立心理咨询时间，与学生进行个别谈话，倾听他们的问题和困惑，并提供相应的建议和支持。班主任可以提供情绪管理的技巧和策略，帮助学生调整情绪、缓解压力，并建立积极的心态。班主任还可以与学生家长和学校心理健康专业人员合作，共同关注学生的心理健康。他们可以与家长保持紧密的沟通，及时了解学生在家庭环境中的情况，并提供家庭教育的建议和支持。班主任还可以与学校心理健康专业人员合作，开展心理健康评估和干预，为学生提供更专业的心理支持和咨询。

结束语

综上，以上策略将有助于提高班主任的管理效能和学生的发展水平，推动高中教育的可持续发展。未来的研究可以进一步深入探讨班主任管理策略的有效性和可持续性，为高中教育的发展和改革提供更多的支持和建议。

参考文献

- [1] 孙翠花. “双减”背景下高中班主任管理策略研究[J]. 华夏教师, 2022(3): 21-22.
- [2] 严彪林. “双减”背景下高中班主任管理策略研究[J]. 学周刊, 2023, 15(15): 160-162.
- [3] 买买提热莎提·阿布都克热木. “双减”背景下高中班主任管理策略研究[J]. 互动软件, 2022(8): 1143-1144.

作者简介: 刘雅(1984-), 女, 汉族, 河南南阳, 硕士研究生, 中学一级, 研究方向: 班主任管理及英语教育。