

学会“放手”，助力成长

罗 芳

(成都七中育才学校汇源校区 四川 成都 610011)

【摘要】让孩子成为独立的人，是每一位家长的必修课。培养孩子的独立性，开始得越早越好，需要从幼儿阶段延续到小学阶段，甚至是中学阶段。初二的孩子，已基本脱离初一儿童般的天真烂漫，也没有初三赤裸裸的升学压力。他们退去了刚入校的忐忑，熟悉了校园和同学，摸透了学校和老师的规则，再加上身上的聚变，所以大家公认初二的学生最难管，这也是俗称的“初二现象”，也被美国教育学家霍林沃斯称为“心理断乳期”。

【关键词】放手；成长；孩子教育

面对这样一群懵懵懂懂又精力旺盛的孩子们，我在班级管理采取了“放”和“收”的方法。

“放”，即放手，主要体现在班级日常管理和活动组织中。

一、常规——“自主管理”

班级的常规管理是每个班主任每天都要面临的工作，它的特点是“繁”“杂”“乱”。如果每件事都要班主任亲力亲为的过问，往往会让班主任陷在常规管理工作中，不断的充当灭火队员。所以，班级是大家，我得想办法让孩子们化被动管理为主动参与，让每一个孩子积极的参与到班级的管理和建设中来。

1、班委设置全面到位

我的班委由“常务班长”，“班委”和“科代表”三部分组成。常务班长由5名同学担任，每人每周轮值一天。他们的任务是督促和考察班委和科代表工作是否到位、认真，管理自习，落实记录“常务班长记录表”，每天放学总结班级一日常规。班委和科代表，同学们自愿择岗，老师再合理调整。

2、清洁安排合理清晰

一个班的清洁可以直观反映一个班的精神面貌，也是老师天天关注的重点。我的管理原则是：（1）定时——一定岗——一定人——一定责；（2）小组组长责任制。各司其职，有责可寻的清洁管理，大大的提高了孩子们做清洁的速度和效率。

有了以上自主的常规管理和明晰的清洁管理，整个班级日常就可以运作起来。人人参与班级管理，人人服务班级的理念，让孩子们身体力行的感受到我是班级的一员，感受到无论职位高低，一荣俱荣，一损俱损的集体荣誉感，既极大的提升了孩子们的主人翁意识，更是极大的分担了老师繁重的日常工作。

二、活动——“承包制”

当班主任在对待活动时，为了活动的设计经常是大伤脑筋，排练时也疲累不堪。为什么会这样呢？因为孩子们只是参与者，表演者。那么，既然是孩子们的活动，可不可以让孩子们自己成为设计者、参与者呢？于是，我开始尝试活动的“承包制”。

在艺术节中，我把我们班的节目承包给了七个孩子，他们自己组建了一个管乐队。但前期准备不足，只有半天的磨合，预赛的结果可想而知——淘汰！但“承包”活动的孩子们不死心，磨着音乐胡老师，好说歹说之下，胡老师答应给他们两周的时间排练。于是，拉人扩大乐团，定乐谱，在不耽搁学习的前提下紧张的排练，定服装。……最终，13人的乐团通过了老师的考验。在学校艺术节汇演中，他们担任了开场音乐，还自豪的给自己取了个高大上的名字——“七中育才汇源校区管弦乐团”。

通过活动的“承包制”，我发现这些精力旺盛的小朋友们正经起来是这么的可爱，他们有着强烈的自我参与意愿，在参与活动中有着惊人的成长能力。那么，我们为什么不给孩子们一些自我探索、自我成长的机会呢？

那么，怎么让班级的自主管理落实，又怎么让孩子们对活动的“承包”制保持热情呢？这是就该我的“收”上场了。

1、“收”——让操行分即为蜜糖诱惑，又成约束利器。

(1) 落实操行分加减规则，让管理有法可依；

当班级实行管理“自主”和活动“承包”之后，各个部门的同学们通过商议出台了各自的操行分加减细则，有活动加分细则；获奖加分细则；班委加减分细则；学科加减分细则和常规加减分细则。各种细则的出台，让操行分管理有法可依。

(2) 操行表记录，执法必严；

每天的常务班长在放学前会做当天的常规总结，同时落实操行分的加减的输机。

我的操行分表由三部分组成，第一部分是常规记录，由当天值班的常务班长当天落实，当天输机；

第二部分是学科加分，由每科的科代表专人负责记录，一周总结一次，每周一由专门负责的两个同学收发学科操行记录表，周一落实输机；

第三部分是班委加分表，操行分由职务多少和职责轻重不等，完成的质量由当天的常务班长考核，落实在第一部分常规分里。最后得出总分和当周的操行等级。

这样管理操行分，孩子们就非常在乎操行分，珍惜操行分，努力的想获得操行分。操行分不止是蜜糖和约束，也增强了孩子们的规则意识。同时，过程性评价的落实，也更有利于孩子们的成长。

2、“收”——收心教育

初二的孩子正好处于青春期，时常有亲情的烦恼，友情的困惑，爱情的懵懂。这往往给孩子们造成很大的困扰，甚至带偏一个班的风气，所以，提请预设有必要。于是我确定了整个初二的班级德育主题——谈“情”说“爱”。

孩子的教育，学校的教育离不开家长的配合。良好的亲子关系更利与孩子们成长为一个身心健康的人。所以，我在初二上学期的德育主题是“亲情”。

我们都是为人父母，为人子女。我尽可能的寻找科学的、可行的方法帮助亲子沟通有问题的父母和孩子。

孩子们终将长大，无论老师还是家长，再多的爱都还是要学会放手。通过以上方法对班级进行管理，目前，我的班级班风纯正，管理有条不紊，孩子们团结一心，积极向上。所以，我认为初二这一年，无论对于成长中的孩子们，还是管理的老师们，这一年并不可怕。我的“放”和“收”，其实放的是对学生的信任，能力的培养，收的是规则约束，底线教育。

但在“收”和“放”的尺度上，我还在不断调整，不断摸索，“自如”是我追求的理想状态。对于孩子们而言，期望他们在我的“放手”管理下，成长为一个能理解规则，会判断对错，能自我管理，对学习和生活充满热情的人。愿这样的管理能助孩子们平稳渡过初二，凝神静气创初三辉煌！

参考文献

[1] 夏晓玲, 朱雪萍. 智能时代教学方法改革现状研究[J]. 花炮科技与市场. 2020(01).

[2] 拓盼, 陆吉健, 高丽. 智能时代课堂教学的审视与反思[J]. 教学与管理. 2019(33).

手机依赖对小学生身心的影响及教育对策

王伟霞

(垣曲县古城示范小学 山西 运城 043700)

【摘要】目前，各种科技智能产品的出现给人类带来许多便利，但同时也造成一定危害。小学生处于认知事物的阶段，在使用手机辅助学习的同时，也因缺乏自制力，形成了对手机的依赖，这严重影响了社交能力、思维的拓展、学业的进步、身心的发展，教师要从改变学生及其家长对手机的错误认识、培养学生兴趣并合理分配时间、制定相关制度并规范携带手机的行为方面，对小学生的心理进行调适，促其健康成长。

【关键词】小学教育；手机依赖；影响及教育对策

1 乡镇小学生使用手机的情况

随着城市的发展越来越快，很多来自小县城小乡村的中青年，为了实现人生理想，获得更多的发展机会，更好地养家糊口，选择到大城市打拼，家里只留下年迈的父母，年幼的孩子，他们被称为留守儿童，缺乏父母陪伴的童年，似乎变得越来越单一，枯燥了，他们将课余时间全部放在了手机游戏上。有数据显示，在8-14周岁的留守儿童中，接近半数孩子拥有自己的手机，其中超过77.3%的孩子经常使用手机上网。此外，不少农村儿童的上网时间已经高于城市儿童。本来手机是用来让孩子与外工作的父母沟通的桥梁，然而效果却貌似未达到想要达到的效果。

2 手机依赖对小学生身心的影响

2.1 手机依赖对小学生身体的影响

对手机依赖性比较高的学生，表现出较少的体力活动（例如每天行走的步数和消耗的卡路里），导致脂肪量增加和肌肉量减少，产生不良健康后果。有一些研究表明青少年的大脑颅骨较薄，脑组织传导性较高，对毒素更敏感、吸收手机的辐射

水平高于成年人，患严重脑病理的风险较高。调查发现，手机依赖不仅会导致失眠症状的出现，还会导致压力、抑郁症等问题。而这些问题的严重性在男性和女性身上呈现不同比例。过度使用手机会在听觉、触觉和视觉上产生三种“幻觉”，超过75%的学生参与者表示自己曾经有过“幻象振动”经历，对日常生活带来了不便。对小学生的来说，其自制力不强，很容易影响视力。过度使用手机也会对身体造成辐射危害。小学生免疫系统和成人相比脆弱一些，手机辐射更会对小学生脑部神经造成损害，引起头痛、记忆力减退和睡眠失调。因此，小学生频繁地使用手机，对其身体的伤害很大。

2.2 手机依赖对小学生心理的影响

小学生仍处于语言、动作、感官、对细节和社会规范的敏感期，并将进入书写、阅读、文化学习期。不当地使用手机，对语言、动作、感官和人际交往等均会带来负面的影响。（1）影响小学生的视力，长时间观看闪烁变化的屏幕可能会造成孩子视力的下降。（2）降低小学生的运动能力。年幼的孩子正处于大运动能力