

新课改下班主任帮助小学生减压的有效策略分析

德吉措姆

(西藏江孜县热索乡小学 西藏 江孜 857400)

[摘要]当前,素质教育和新课标的主要目标是在有效减轻学生课业负担的同时科学增加学生的课外活动时间,从而促进当代学生实现德、智、体、美、劳的全面发展。教育工作者应当高度认识到当前学生正面临着课业负担较重和课外培训负担较重的情况,并采取积极的应对措施,切实帮助学生减负、减压,引领学生在正确的教育和学习规律中获得健康发展。基于此,本篇文章对新课改下班主任帮助小学生减压的有效策略进行研究,以供参考。

[关键词]新课改下;班主任;小学生减压;有效策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.11.1507

在素质教育思想的指导下,小学班主任的班级管理职能发生了颠覆性的变化,班主任不仅要为学生传道授业解惑,还要从关爱学生、发展学生的角度出发,使学生在班级学习生活中切实体会到仁爱 and 尊重,从源头上唤醒学生的班级主人翁意识以及归属感,这些都有助于更好地塑造小学生的关键能力品格与德育修养。因此,在新时期的小学班级管理工作中,班主任有必要明确管理过程中的弱势环节,同时着力开辟新的班级管理工作路径,创建生态化的班级发展环境,使班级凝聚力以及班级管理工作质量得到切实的提高。

一、新时期小学班主任工作分析

(一)班主任思想工作滞后,难以适应时代要求

“十年树木,百年树人”,教育工作是一项需要时间和空间、长期的育人工程,这需要班主任的教育充满智慧和耐心。小学阶段的学生正处于养成教育的关键时期,这是他们系统开启校园学习与生活的开始阶段。因为受到成长环境的影响,学生在学校生活中容易出现这样或者那样的问题,小学班主任需要冷静面对。但是因为受学校竞争环境的影响,一些班主任依然把学习成绩、班级评比成绩放在第一位,更重视追求班级出成绩、不出现学生违纪问题,反而对小学生的成长规律关注不够,特别是对学生德、智、体、美、劳全面发展的关注不够,评价学生的体系较为单一,依然以学习成绩作为评价学生的主要尺度,这与素质教育的要求相背离,不利于学生全面健康发展。

(二)班主任工作积极性不高,影响工作效率

受社会大环境的影响,现在的小学班主任工作内容烦琐,学校许多新增工作经过层层下压最后还是落实到班级中——也就是班主任身上。同时,小学班主任还承载着教学的任务,教学方面还承担着正常的工作量,这无形中会进一步增加班主任的工作压力。而小学生经常出现的各种偶发事件也会使班主任感到焦头烂额,幸福感下降。从学校层面来说,虽然努力在职称评定、晋级和工资待遇上向一线班主任倾斜,但是班主任津贴依旧较少,职称晋级机会也不多,这都会导致班主任的工作积极性下降。部分教师对于担任班主任工作比较排斥,而一些正在担任班主任工作的教师积极性

也不高,影响了班主任工作的实效。

二、当前小学生产生压力和负担较重的主要原因

(一)教师并未正确理解新课标的内涵

针对当前小学生课业负担较重以及课外辅导压力较大等问题,教育部门和教育领域的学者专家屡次进行对新课标的调整和减压减负指导,还有不少地区提出了小学生不留作业等新规定。按照新课标的规定,小学生每日的作业时间最好不超过60分钟。但在实际教学中,传统的教学目标并未产生太大变化,也有部分教师在教学中缺乏创新和突破,通过留置作业和审批作业完成教学工作的主要方式也没有改变,并未正确理解新课标的内涵,自然增加了学生的身心压力。

(二)考试评价机制比较单一

在素质教育和新课标要求下,要减少考试次数以及尽量采用除考试之外的评价手段对学生学习成果和学习效果进行综合性评估,以此来改变传统的教学方式。但在实际教学中,部分学校或任课教师变相采取“随堂小测试”“课后试卷练习”以及“单元摸底考”等考查方式。由于小学生的认知能力不足,且注意力和毅力都无法长时间集中,过多的成绩考试和竞争氛围会给她带来较大压力。

三、班主任帮助小学生减压的有效策略

(一)采用民主模式管理班级

纵观我国历史发展,随着时代进步,民主思想深入人心。对于小学班级管理而言,小学班主任也应该遵循民主思想,以民主的方式管理班级。小学班主任可以通过民主选举班长的形式为自己寻找优秀的助手,并且在日常班级管理工作中充分发挥小助手的作用。同时,班主任也应多听、多看,鼓励不同学生实现个性化发展,做到知人善用。在实际管理工作中,小学班主任应该把权力下放,让班干部和学生自己组织会议活动,以此培养学生的管理能力。

(二)培养学生优秀的品德

小学是学生接受义务教育的初始阶段,从一定意义上讲,小学生认识社会、发展自我也是从小学开始的。班主任在培养小学生时不仅要向他们传授理论知识,还要注重培养学生优秀的品德。很多班主任在管理班级时会遇到各种各样

的问题，现在的小学生多为独生子女，受到全家的宠爱，性格发展有极为严重的特立独行的现象。学生的任性会影响他们课堂上的表现：以自我为中心、不守课堂规矩，和同学打闹时也不愿意宽容或忍让。面对这种情况，班主任在管理班级时应创新形式，将德育工作放在重点位置，帮助小学生健全人格，培养他们高尚的品德。班主任可以适当在教育工作中融入品德教育，选取一些有意义的故事讲给学生听，如“孔融让梨”等。班主任要引导小学生学会谦卑、感恩、宽容，培养他们具有团结意识，帮助小学生塑造健康的人格，培养他们高尚的品质。

（三）以生为本，重塑班级管理观念

先进、科学的班级管理理念是班主任开展班级管理工作的基础，也是班级管理成败的关键。尤其是在素质教育背景下，班主任必须转变传统的班级管理思想。一方面，要关注学生的全面发展。班主任应该树立全新的班级管理目标，在尊重学生主体地位的基础上，围绕学生开展各种各样的班级管理活动，使其与小学生的实际情况相契合；同时，班主任在对小学生进行班级管理时还应该坚持“学生全面发展”的原则，兼顾学生的文化综合素养，真正实现小学生的全面发展。另一方面，为了真正提升小学班级管理的有效性，班主任还必须重塑师生关系，将自身从传统的“课堂权威”中解放出来，尊重学生的主体地位，深入学生群体，与学生打成一片，了解学生的管理需求及个性特点等。之后再结合学生的实际情况给予针对性的引导、管理，真正提升班级管理质量，促进小学生全面发展。另外，班主任在优化管理时还应不断提升自身的魅力，创建平等的师生关系，在日常管理中科学、正确使用管理语言，使学生真正心服口服，才能促使学生“亲其师，信其道”，服从班主任的管理。学生不同，自身的学习需求、个性特点等也有所不同，“一刀切”的班级管理模式已经落伍，根本无法满足所有学生的需求。基于此，为了实现全体学生的发展，班主任必须关注学生的个体差异性，结合不同学生的实际情况实施差异化的班级管理，保障学生个性化发展。

（四）给班主任减压，激发内驱力

因为班主任工作内容多、压力大，所以从教师的角度来说是高付出、低回报。学生复杂性提升，工作高难度、高风险，这往往会使班主任在烦琐的班级事务中疲于奔命，甚至影响班主任的身心健康，因此逃避或者拒绝担任班主任的现象在小学中时有发生。小学班主任是学校开展各项工作的基石，“基础不牢，地动山摇”。学校必须重视班主任压力大、动力不足的问题，并采取恰当的措施给班主任减压，激发班主任工作的积极性和热情。一方面，学校要重视改善班主任工作的待遇。要本着“减轻负荷，提高待遇”的原则，制订契合学校实际的班主任奖励机制，给班主任教师以人文关怀，帮助班主任教师解

决自身的困难。例如，学校奖励性绩效分配方案一定要落实国家政策要求，坚持“按劳分配，多劳多得”的原则提升班主任教师的待遇，并在此基础上建立和健全小学班主任工作奖励机制，肯定班主任教师的付出，从而激发班主任教师的工作热情。另一方面，合理调整班主任的工作负荷。针对班主任工作烦琐的现实情况，学校可以减少班主任教师教学的工作量，使其能够更加专注班主任的德育管理工作。从学校层面来说，要落实“三全育人”的管理要求，把学校管理、任课教师管理和班主任管理三者结合起来，适当分担班主任的工作压力。同时，学校也要尽可能地给班主任减少不必要的工作安排，使小学班主任能够腾出时间和精力投入班主任工作，更细致地思考如何在工作方式、工作艺术上下功夫，把小学班主任工作做得更加有滋有味、多姿多彩；使班主任教师能够体会班级管理工作带来的快乐与收获，能够在班级管理工作中体会成就感和幸福感，这样才能更有效地激发班主任教师工作的内驱力，从而提升班级管理工作的实效性。

（五）班主任要关注并正确对待学生之间的个体差异

一个班级里往往有几十名学生，学生的个性也普遍存在差异，因此学生之间必然有各种不同。班主任要对这一问题有深入认识，在班级管理中要充分尊重学生之间的差异，在选择沟通方式时也要体现个性化及多样性特点。班主任在与学生沟通的过程中要尽可能地面带微笑，给予学生必要的鼓励和肯定。针对一些学生不愿意面对面与教师沟通的问题，可以尝试采用书面方式解决，真正有效解除学生的疑惑，让学生更好地参与学习活动。

四、结语

综上所述，在素质教育和新课改背景下，全面提升小学生的综合素质和身心机能才是教学的主要目标。在教学过程中，学生因为作业负担、交际压力和家庭压力等难免背上一定的心理压力，从而影响其身心健康发展。小学班主任作为学生成长道路上重要的引路人和启蒙者，必须认真分析学生压力的来源和原因，并采取相应的策略和教学措施，为学生的健康成长保驾护航。

参考文献：

- [1] 丁丽. 班主任如何让小学生自我管理自我教育[J]. 宁夏教育, 2020(10): 25-26.
- [2] 孟颖慧. 探析新时期班主任情感教育方法[J]. 求知导刊, 2020(32): 4-5.
- [3] 张振. 小学班主任管理技巧中语言艺术的应用研究[J]. 家长, 2020(21): 36-37.
- [4] 焦林. 小学班主任工作中存在的问题与对策[J]. 课程教育研究, 2018(25): 201.