

辛勤耕耘 守望高三——浅谈如何做好一名高三班主任

张 山

(抚顺市第十中学 辽宁 抚顺 113004)

[摘要] 如果说高一高二播种,那么高三代表的就是收获。正如人们常说的:“一份耕耘,一份收获。”只有我们付出努力,为了理想与目标辛勤耕耘、拼搏奋斗才能拥有收获。

[关键词] 高三;班主任

0 引言

高三是人生中最重要时期,面临高考这场没有硝烟的战争考验,学生的压力很大,作为基础教育塔尖上的指挥员与战斗员,高三班主任的身心压力之大更是难于言表。这个阶段也是班主任教育教学工作中最为重要的一个环节,管理得当则锦上添花,把握不好则前功尽弃。回顾过往,在担任高三班主任的过程中,我用心管理,悉心感悟,总结经验,现针对如何做好一名高三班主任,谈一谈自己的看法。

1 调整自我心态,做快乐的班主任

高三学生压力山大,班主任的压力则更大。面对高考,班主任通常会重视做学生的思想工作,着力去解决学生的心理问题,而往往忽视了自身在工作中的心理状态。面对高考,我和我的学生们一样,都曾为此烦恼、痛苦过。然而,当我反思这种痛苦来源时,我认为只有我快乐,学生们才会快乐,同时也会给他们带来更多的信心与鼓舞。

我经常告诫学生们,不要过多的考虑和在意高考的结果,而是更应注重高考复习的过程,尽力则无悔。利用早自习时间,播放一些欢快有趣的视频或是小动画,师生一起开怀大笑的同时,为彼此开启轻松美好的一天;在班会上,我也会经常提到“漫漫人生路,虽然我无法一直陪伴你们,但不管世事如何变化,我都愿意与你们一同奋斗,做你们永远的支持者和坚强的后盾。让我们一起以积极、轻松、乐观的心态共同迎战高考!”作为高三班主任,我们要清醒地认识到,只有我们自己以放松、平和、良好的心态来面对高考,才能潜移默化地影响学生们的心态。

2 营造班级氛围,创设奋发向上的集体

作为高三班主任,我非常重视同舟共济、奋发向上的班级氛围建设。据社会心理学研究表明,群体氛围对于个体心理和行为有着很大的影响。高三学生置身于集体学习生活环境中,必将会对他们产生无形的影响。因此,一个团结互助、勤学奋进的班级氛围对于每一名学生的状态都会产生积极的促进作用。

在高三生活正式开始之前,我专门请来了学校的两位心理老师,利用了两节课的时间为班级所有同学做了一次团体训练。在团训过程中,同学们热情高涨,奋勇争先,竞争的同时也亲身感受到了班集体的温暖和团队的力量。通过这次团训活动,不仅增进了同学之间的情谊,还增强了每一名学生的集体意识和班级凝聚力,为正式进入高三做好充足的准备。此外,每天早晨我会带领班级同学进行晨练,呼吸新鲜空气、强壮身体的同时努力营造坚持不懈、蓬勃向上的班级氛围;在繁重的学习任务之余尽量挤出时间,组织班级踏青活动,亲近自然的同时放松心情,也为全体同学留下了美好的高三回忆。

3 把握时机,做好学生的思想和心理辅导工作

思想是行动的先导,面对高考严峻挑战的高三学子,班主任必须经常深入学生中间了解班情,贴近学生心灵,多途径与学生进行沟通,耐心做好学生的思想工作。班级内难免有些特别的学生,他们的工作不是说做就能做的,其中能否捕捉最佳时机进行思想工作则显得尤为重要。

班主任是学生艰难岁月的共处者,是学生心灵的守护者。尤其在高三阶段,更应关注学生的内在情感,不要让学生有高高在上的感觉,应与其平等交往,在学生需要帮助和关怀时,及时找他们谈话,拨开他们心灵的迷雾,为其指明方向。每周的班会课上,我都会进行互动式的心灵对话,询问学生在学习和生活中是否遇到问题,是否需要帮助,针对学生存在的共性问题,大家齐心协力共同想招;班级还专门设置了“心灵信箱”,学生可与班主任进行书信往来,诉说学习生活近况和内心感受,信短情长,发展师生间个别心灵的沟通。只有贴近学生的心灵,摸准学生的思想脉搏,才能抓住最佳时机对学生进行思想教育。另外,高三有部分学生对于考试,可能会出现焦虑、急躁等所谓的“考前综合征”。这时,班主任一定要密切关注学生的心理动态,及时进行心理疏导,必要时也可求助学校的心理老师,引导其化解心理压力,帮助学生重拾自信。

4 确定合理目标,不断为学生加油鼓劲

有人说,成功的道路是由目标铺成的。教育者更应帮助学生确定合理的目标,将理想播撒在学生心中。高三学习生活可谓单调乏味,此时应该让学生找到自己拼搏奋斗的动力,最直接的就是为自己确定理想的大学。

高三刚开始,班级开展了以“我理想中的大学”为主题的班会,内容包括两方面:第一部分介绍了自己的大学和读研期间的学习生活状况,同时展示全国各地知名高校简介和美图;第二部分则是为全体同学加油鼓劲。这次主题班会适时地提醒并帮助学生们确定自己的目标,帮助学生树立理想、强化责任,将学习情绪调控到“亢奋”状态。

另外,在班级墙上悬挂各种奖状证书、张贴出多个励志语录幅和书画,以鼓励全体学生奋发图强;在各科的综合复习阶段,当有些学生面对练习题难度的加大,而出现自信心不足的情况时,我也会千方百计地鼓舞学生的信心;考试之后我会和部分同学谈心,和他们一起总结考试的得失,避免出现只知低头苦干,不知抬头看路,不总结不反思,在高考中重蹈覆辙。只有不断激励高三学生,他们才能在高考拼搏中保持不竭的动力,披荆斩棘、勇往直前。

作为一名高三班主任,一定要因时而变,随事而制,从点滴做起,从小事做起,因势利导,以满腔的热忱和高度的责任感教书育人,要有“化作春泥更护花”的奉献精神,勇于奉献自己的爱心和情感,严格履行自己的职责,才能把高三班级管理工作做好、干得出色、富有成效,才能使每一名高三学子充满自信地迎战高考。

参考文献

[1] 张臣刚. 浅谈如何做好高三班主任工作[J]. 课程教育研究, 2019(18): 207-208.

[2] 陶炳宏. 高三班主任管理工作的几点实践策略[J]. 名师在线, 2018(29): 95-96.