

心有梦想，向阳而生

——基于核心素养的高中班主任管理有效策略

曾探

重庆市璧山中学校

摘要：本论文是基于核心素养对高中班主任管理有效策略进行论述。作为一名班主任，深知我们肩负的重任与使命。本文从学生的心理健康问题、网络时代教育、创建和谐班级氛围和特殊家庭与后进生的发展等四个方面进行阐述。教育展现出特殊的魅力和力量，路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。用心陪伴学生们走过这段高中重要的青春岁月，为他们今后的人生道路奠定坚实的基础。

关键词：核心素养；心理健康；网络教育；后进生

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2025.04.027

引言

学生是推进社会发展的主力军，是祖国的未来，民族的希望。高中班主任肩负着培养祖国未来栋梁的重任和使命，关注学生的成长和发展是每个班主任的首要任务。从高一开始，教师见证着他们从青涩走向成熟，从对学习的迷茫到对学习知识的坚定，从对未来的惶恐到对理想的追求。

在这置身于一场波澜壮阔的教育海浪中，教师扮演着领航员和守护者的角色。每一天，都被学生们的青春活力所感染，被他们的成长故事所触动。这些孩子们心有梦想，正在向阳而生。

高中生的青春期是一个充满变化和不确定性的阶段，他们需要面对学业压力、人际关系、未来规划等多方面的问题。作为班主任，不仅要关注他们的学习，还要关心他们的生活和心理健康，尽最大的努力为他们提供一个温馨、包容和支持的学习环境，让他们能够健康快乐地成长。

作为高中班主任，要以正确的人生观、价值观来激励和引导学生，激发学生内心的潜能和动力。作为传道受业解惑者，高中班主任面临着诸多挑战和困难。如何有效地进行班级管理，提高班级的整体效率和学生的学习效果，是高中班主任需要思考和解决的问题^[1]。基于核心素养，如何引导学生向阳而生，本文对高中班主任管理有效策略进行论述。

一、学生的心理健康问题

随着社会的快速发展和教育竞争的日益激烈，高中生面临的压力也越来越大，心理健康问题逐渐凸显。他们正处于青春期，身心变化显著，容易出现情绪不

稳定、适应能力差、焦虑、抑郁等问题。学生在成长过程中渴望拥有自己的独立空间，与父母产生代沟或冲突。他们表现出一定程度上的叛逆，与父母沟通较少。若教师教育方式上有不当或者学生对教师存在误解，也可能导致师生关系紧张；学生与同学交往过程中可能会遇到孤立、欺凌等问题，会使他们自卑、孤独等心理问题的产生。同时，课程增多、难度加大，家长和老师的期望等都会给学生带来巨大压力，学生可能会产生厌学、逃学等行为。学生的心理不够成熟，部分学生缺乏明确的学习目标，对学习不感兴趣，容易产生懈怠心理，他们对手机的依赖相对较强，缺乏独立思考问题的能力。班主任需要密切关注学生的心理状态，及时发现并提供必要的心理支持和干预，这对班主任的心理健康教育和心理疏导能力提出很高的要求。学生有时会因为成绩的不如意而沮丧，甚至因为成绩好而焦虑下次考试考不好。这时，我们需要用温暖的话语和鼓励的眼神，给予他们力量和勇气。

高中生心理健康问题的凸显，需要学生、教师、家长和学校共同努力配合解决，解决策略有以下几点：

1. 了解并接受自己情绪。学生要学会接受和面对自己无论是积极还是消极的情绪，不要抑制和逃避。
2. 培养兴趣爱好。多参加户外的活动，亲近自然，也可多读书，听音乐来缓解不良情绪，分散注意力，缓解焦虑和抑郁。
3. 自我激励。通过积极的自我激励，保持对未来的希望和信心，乐观的态度和积极的心态是应对心理健康问题的关键。
4. 开设心理健康咨询处。依据不同年级学生特点，

安排如青春期心理、情绪管理等内容,通过案例分析、小组讨论等形式,传授如何调节个人情绪,传授相应的心理知识,教学生应对技巧。

5. 营造校园氛围。通过校园广播、宣传栏等宣传心理健康知识,举办一些相关的活动,如心理健康知识竞赛活动,营造关注心理健康的氛围。

6. 融入学科教学。教师在各学科教学中挖掘心理教育素材,如在语文教学中分析人物心理,数学中用名人名家的典型故事引入本节课所学内容等,引导学生树立正确价值观,培养积极心态。

7. 寻求社会帮助。如学生心理问题得不到解决,也可对自己降低要求,以缓解自己紧张的情绪。必要时寻求家人、朋友或者老师的帮助,亦或咨询专业的心理咨询师。

二、网络时代教育挑战

随着科技的发展,网络时代的教育成为班主任的挑战。学生接触互联网的机会增多,网络成瘾、网络安全等问题也随之而来,学生面临的挑战有如下几点。

1. 信息过载。由于信息时代所带来的信息快速更迭,信息过载,学生不能从海量的信息中筛选出有利于身心健康和对学习有用的信息。网络上的教育信息真伪混杂,学生可能会误信一些错误或低质量的内容,影响知识的正确获取和理解,还可能受到不良信息的误导。玩手机、玩平板、玩游戏可能是学生放学回家做的第一件事。学生不喜欢户外运动,影响身心健康,无法实现劳逸结合,与家人沟通较少,从而会引发家长与孩子在学习和娱乐之间无法平衡的矛盾。

2. 学习专注度降低。学生因为沉溺网络耽误学业,对老师讲的知识的生成和发展,对题目的专注度及思考也会大打折扣。他们依赖于手机网络带给我们快节奏的答案,不会自主学习,自主研究,也不会对学业进行自我总结。手机、平板对学生的诱惑力很大,他们自我管控能力的缺失在成绩一落千丈后便形成习惯性的懒惰,对学习没有上进心。

3. 与老师家长互动少。学生沉浸在网络里,对于网络信息的真伪难以辨别,他们不愿意与老师和家长沟通,他们相信他们所看到的。

4. 信息安全。面对互联网强大的诱惑力,学生对网络的自控制力小,网上不限期网聊,注册会员信息、学习数据或者大量充值游戏币等等给学生带来一定的危害,学生要以防自己的网络信息的泄露。

对于网络带来的教育挑战,解决策略如下:

1. 开展主题班会。网络世界对学生的影响较大,作为班主任,可以利用班会课时间对学生的学习进行引导,可以有计划的制作一些主题班会,比如做一个积极向上的人,我是小小梦想家和实践家科技强国主题等。

2. 课上提问知识拓展。对于某些学科课前三分钟,可以让学生积极的上网搜寻解题技巧或者没有学习过的学科知识,给大家进行拓展讲解。这样既拓宽学生的学习渠道和视野,转移网络学习的注意力,让学生健康上网,对学生身心健康的发展非常有利,又能提高班主任的网络素养和信息化教学能力。

3. 加强家校沟通与配合。在处理“问题”学生时,与家长建立良好的沟通和协作关系,了解家长对学生的期望和需求的同时,及时向家长反馈学生在校期间的表现和学习情况,共同为学生的成长和发展提供支持。

三、创建和谐学习氛围

要形成良好的学习氛围,就要营造一个和谐的班风。根据不同班级实际情况制定班规时,多数情形下是以惩罚为主,奖励为辅,但是这会让学生有挫败感。所以,在制定班规时,奖励尤为重要。同时要创建和谐学习氛围还有如下策略。

1. 赞美和回报并存。班主任要善于发现学生身上闪光点,当着全班同学的面给予表扬,给予鼓励。按半期、期末考试成绩或者操行分对学生发放奖状,为他们照相并将照片点对点发给他们,留作纪念。这样的做法可以增强学生的自信心,有利于家长更好地了解孩子在学校的表现。

2. 组织班级活动。不断优化教育管理模式,拉近师生之间的距离,唤醒学生的主人翁意识,提高学生参与班级管理的积极主动性。让学生能够受到班级文化的熏陶,为建设团结、和谐、民主的班集体出谋划策,贡献智慧和力量^[2]。比如早读管理,在针对每日清晨的早读,让学生自我评比,班委或者愿意参与打分的同学打出操行评定分更能激发学生早读的热情。学生正确的自我评价才能激发学生的内驱动力,形成良好的竞争力,提高学生的精气神,促进学生们早读的良好发展。若班级有公共区域内的拔草活动,可按组分配任务,并为他们留下青春记忆的照片。运动会让学生主动融入到集体中来,不参加比赛的同学为参赛同学加油助威。每一位不管是长跑还是短跑运动员都有在终点等待的同学,为他们送葡萄糖或者水,亦或者搀扶跑到终点的长跑运动员。这

些活动让学生的参与感增强,更能让学生之间团结形成凝聚力,为和谐的班级氛围打下基础。

在教室里,可以做一些温馨的布置,比如说在教室里养一些好养的植物,增加绿色,让同学的学习生活不单调,做一些激励的标语挂在墙上,还可以让学生写出自己的梦想便利贴或捕获学生的掠影,贴在后面的背板上,让同学之间亲切友好。

3. 与家长建立信任关系。对于家长提出的问题及时的回应或者跟进,学生在校情况能及时反映给家长。收集家长、学生意见并制定更加符合家长和学生的教育制度。

四、特殊家庭与后进生的发展

一个班级里多多少少还会有一些特殊家庭,如单亲家庭、重组家庭、贫困家庭等的学生,他们在班级里可能存在自卑、敏感、孤僻等心理问题,在学习上也可能因家庭原因而动力不足、成绩不佳,还可能在行为上出现叛逆、攻击性等表现,以引起他人关注或释放内心压力。后进生通常在学习方面,基础知识薄弱,对基础知识掌握不佳,对多数学科内容理解困难。尤其是他们多数在学习方法上欠缺,掌握不了一定的学习技巧,如不会做笔记、不懂得自我总结归纳,没有反复复习老师讲过的基础或者中档题,导致学习效率低下。即便是某个题型重复很多次,由于没有掌握理解知识,他们对这种题型依然望而却步。在上课时,老师提出问题,由于他们存在自卑心理,对学习和未来感到迷茫,缺乏自信心,不愿意甚至不想回答老师问题。随着这些学生成绩的不理想,他们逐步缺乏学习兴趣,上课易走神,对学习任务敷衍了事。还有一些后进生纪律意识淡薄,经常迟到、早退、旷课,在课堂上讲话、做小动作,干扰正常教学秩序,还可能会有一些不良行为习惯,如吸烟、打架、沉迷网络等,对自身和班级风气产生负面影响,对老师和家长的教导产生抵触情绪,不愿意接受批评和帮助。为此,关注特殊家庭情况和后进生的发展成为班主任的必修课。针对特殊家庭和后进生发展的管理,可以有以下策略。

1. 注重情感教育。对于隔代教育家庭、离异家庭,家庭经济很困难等特殊家庭情况,老师应给予后进生更多的情感关怀,用爱温暖他们的心灵,帮助他们克服自卑心理。如果有些后进生有特长,也可以根据班级情况让他们积极地参与到活动中来,挖掘后进生的潜能,鼓励他们充分发挥,为后进生提供展示才华的舞台,在实践中逐步建立他们的自信和对未来的期许。

2. 注重与学生沟通,家校合作。给学生做思想工作要关注学生心理健康,要与这些家庭的家长进行深入的沟通,共同商讨对孩子的教育策略和方法。

3. 鼓励并给予帮助。对于我们班的后进生来说,我多以鼓励他们学习为主,并让他们合理分配时间在自己相对薄弱的学科上,必要时针对性对后进生进行辅导,帮助他们解决学习中的困难,逐步建立学习兴趣和信心。

4. 制定学习目标。我们可以与后进生共同设定短期和长期的学习目标,并鼓励他们努力实现,让他们体会成功的喜悦,变得自信,从而激发学习的动力,拓宽视野,培养综合素质。

5. 家校共育。我们老师应引导家长正确认识后进生的特点,与家长保持密切沟通,为他们营造良好的环境。只有教师、学校和家庭形成合力,家校共育,才能帮助后进生不断进步、实现自我价值。

6. 提升自身修养。在教育的过程中提高自己的语言修养,加强心理学、教育学学科的学习^[3]。同时,我们在与特殊家庭学生沟通上要有耐心,鼓励学生自立自强,培养他们正确价值观,人生观。

7. 营造和谐的班级氛围。如果一个班级里没有和谐的氛围,学生可能一进到这个班级里就会感觉到很有压力,不舒服。我们如果能适当地营造良好的学习氛围,学生也能在匆忙的学习中调节自我情绪,缓解学习压力。

结语

在管理班级过程中,教师还需要保持冷静和理性,与家长建立信任关系,尊重家长,掌握沟通技巧。班主任只有与家长进行有效沟通和配合,才能共同推动学生健康成长,共同发展。

培养学生的核心素养,形成正确的价值观,必备品格和关键能力,是我们教师教育教学的重要目标,是课程育人价值的集中体现。教师用心陪伴学生们走过高中这段重要的青春时光,在与学生们共同成长的岁月里,他们的成长和进步,是教师教育教学过程中最大的动力和源泉。路漫漫其修远兮,吾将上下而求索。向日葵抬起它的脑袋告诉世界,我们的学生心怀梦想,向阳而生,为未来奋斗!

参考文献

- [1] 岳琼. 信息化背景下初中班主任班级管理的有效策略分析[J]. 甘肃教育研究, 2024.9(47): 69-71.
- [2] 王文成. 高中班主任在管理实践中融入德育的价值与策略探究[J]. 中华活页文选, 2024.26: 187-189.
- [3] 李丽丽. 以爱润心,静待花开——班主任管理案例析[J]. 试题与研究, 2024.9: 118-119.