



春风化雨润桃李 匠心筑梦育栋梁

“跟着班主任聊教育”系列报道(四)

□夏伊娜

班主任,是学生成长路上最不可或缺的“重要他人”。本期访谈,三位优秀班主任以其智慧与深情,深刻诠释了这项工作的非凡意义。它远不止于班级事务的管理,更在于成为学生心灵的“成长设计师”与班级氛围的“关系建筑师”。她们的实践充分表明,班主任工作的核心价值在于洞察需求、激发潜能、构筑信任关系并营造积极生态场域。这份工作,是用匠心浇灌心灵,以智慧点亮前程,是教育星火得以代代相传的光源所在。她们的智慧与情怀,是舟山教育最为宝贵的财富。

新区教育:您如何鼓励学生主动与您沟通,以便及时了解他们的需求和困惑?为了更好地与学生相处,您如何不断提升自己的教育教学能力和人际交往技巧?



市中坚班主任
嵊泗县东海小学 方燕君

方燕君:真正的教育沟通要善于构建“安全—信任—成长”的生态链。平常教学工作中我会结合心理引导、氛围营造和机制设计等采取一些蕴含智慧和温情的小技巧,鼓励学生正向交流。

- 1.在班级一角设置一个有创意的“热线小信箱”,让学生以文字表达需求和烦恼,通过班会、个别交流或私信加以回复,从而保护学生隐私。
- 2.每天放学后专门预留“5分钟绿灯时间”,学生可交流各种问题(当天的学习、生活上遇到的困难或者是一些有意思的趣事),班主任以简短回应开启对话,逐步培养学生能主动开口交流的习惯。
- 3.不定期组织“盲盒话题班会”,提前征集学生中出现较多的话题(如“和朋友闹意见了怎么

办”“如何对抗拖延症”等),然后安排班会上随机抽取并进行讨论,让学生藏在心里的一些需求或烦恼浮出水面。

4.为班里的每个学生开设一个电子“成长账户”,记录下他们沟通交流时谈到的一些小细节(如“想参加一次国旗下讲话”等),后续在适当时机为他们提供相应的平台加以实现。

为更好地与学生相处,我会把每个孩子装在心里,每日进行1分钟积极反馈,每周开展情绪标注练习,每月聚焦1个沟通小领域。我会努力地转型为孩子们“成长设计师”“关系建筑师”,不断将“有意为之”转化为“自然流露”。当学生感受到教师不是在“管理”而是在“陪伴”,那些曾紧闭的心门自会轻轻打开。

新区教育:您如何处理新手副班主任与资深班主任的“师徒关系”、职责分工矛盾?作为富有经验的班主任,您对年轻班主任的成长与发展有什么建议吗?

刘琼:在三尺讲台上,我见证过很多年轻班主任从青涩走向成熟。班主任工作的传承,如同煮茶——老班如茶,新班似水,相融相生,方能散发教育的醇香。

1.老班与新班之间,最珍贵的是信任与尊重的分寸感。一次家长会前,新班紧张地反复修改流程五次。我鼓励她:“用心了就是最好的。”当她忐忑地完成首次主持,眼中闪烁的星火,似乎被守护的勇气在燃烧。作为老班主任,应如春泥护花,既为新苗遮挡疾风,又要留出向阳的缝隙,让它们自由生长。

2.班级管理需刚柔并济,新老搭档,默契合作,于管理十分有效。老班如定盘星,把握方向;新班似绣花针,深耕个案。处理学生迟到问题,我会让新班设计“时间契约”,自己则完善家校沟通;运动

会筹备若出现疏漏,我们也会默契补位。

3.年轻班主任的成长密码,我认为保持赤子之心最为珍贵。我办公室的玻璃罐里,珍藏着新班们写满困惑的纸条:“如何让叛逆少年开口?”“班会课怎样不冷场?”……这些纸片,如今看来都是破茧的印记。每当收到困惑纸条,我会建议他们每月录制十分钟班会片段进行自我观照,在班级日志开辟“心灵对话”专栏,让自我成长有迹可循。

教育是代代相传的星火,老班甘当烛芯,新班的才能燃得更亮更久。当某天看见曾经的新班在走廊俯身,轻声开导学生,那温柔而坚定的侧影,便是岁月赠予教育者最动人的勋章。师徒传承的不仅是方法,更是对生命成长的虔诚守望。



市中坚班主任
普陀二中城北校区 刘琼

新区教育:您如何巧妙地将学习压力管理与班级秩序维护相结合,以创造一个既高效又和谐的学习环境?在平衡学习压力与班级秩序的过程中,您如何针对不同学生的需求提供个性化的关怀和支持?您是否邀请家长参与这一平衡过程,以形成家校共育的良好氛围?

林芬芬:作为强基班班主任,我深知理科高强度学习与班级管理的双重挑战的压力有多大。为此,我的治班理念是:以数学思维重构压力管理,用数据驱动班级秩序,同时将学科特性转化为育人优势。

一、压力管理与班级秩序的融合策略

1.制定弹性作息表,固定早、午、晚自习核心时段:早读前5分钟为“静心时间”(冥想/计划清单),午休后10分钟为“能量唤醒”(拉伸);自习课“绝对静默期”(禁讨论);午间时段趴睡20分钟,课间10分钟为“放空时间”,进行远眺、交流,既减少无序干扰,又释放合作需求。

2.创新课堂互动形式:数学课堂设置“学生上台讲题”、每周二“40分钟限时小练”,用竞争趣味缓解学习枯燥感,同时通过规则约束维护课堂秩序。

3.设立“压力中转站”制度:学生可在班级日志本写下当日有趣片段或情绪困扰,由班委整理后在班会交流,既化解个体压力,又通过共性问题开展讨论,形成互助氛围。班主任定期分析趋势,针对性组织主题班会。

二、个性化关怀与支持的落地方法

个性化关怀的前提是“看见差异”。我允许竞赛生阶段性弹性考勤;后进生设置文化学习“保底线”;成绩波动较大的学生,安排“学科互助伙伴”,重点辅导薄弱环节,同时布置“微成功任务”(如每日攻克1道错题),积累成就感。

针对共性压力(如考试焦虑),开展“学长经验接力”活动,邀请往届生录制短视频分享应对技巧。

通过日常观察和科任教师反馈,识别“隐形压力群体”(如安静但作业错误率骤升的学生),组建3至5人“成长联盟”,每周一次非正式辅导。

对特殊需求学生(如竞赛生、学困生),签订“个性化契约”:如允许竞赛生选择性完成作业,但需每周提交学习日志;为学困生布置个性化作业。

三、家校共育的“双通道模式”

通过案例分析,引导家长理解“适度压力+规律秩序”才是高效学习的基础。引导家长掌握精准沟通策略,建议家长与学生共同看一部电影或互通书信等建立和谐的亲子关系。学生在有序节奏中释放压力,又能通过个性化支持和家校联动,让班级成为“有温度的加油站”,而非“冰冷的竞技场”。



市中坚班主任
舟山中学 林芬芬