

## 新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室活动简报 (第21期)

### 【一、活动通知】

新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室第21次活动通知  
有关初中：

根据《关于印发〈常州市新北区教育系统第二轮“三名”培育工程实施意见〉的通知》（常新教〔2023〕79号）精神，依据《新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室研修方案》的安排，定于2025年5月9日举行培育室第21次活动。

#### 一、活动时间

2025年5月9日（周五）上午08:30—11:30

#### 二、活动地点

新北区龙城中学

#### 三、活动内容

时间	内容	地点	主持人
8:30—8:50	1. 签到		
8:55—9:35	2. 公开课：新北区龙城中学 李昱华 《弘五四精神，担青春使命》——纪念 五四运动主题班会	录播教室	胡忠梅
9:40—10:30	3. 讲座：新北区实验中学 胡忠梅 《班级管理4.0：基于CAS理论的班级 自适应管理探索》	录播教室	
10:30—11:30	4. 评课、后期工作布置	录播教室	

#### 四、活动对象

胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室全体成员。

请各校及时通知培育室成员准时参加，如有问题请与培育室领衔人联系，电话：18136588896

常州市新北区教育局基础教育处  
2025年5月6号

**【二、签到】**

胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室			5.9
	成员	学校	签到
1	胡忠梅	新北区实验中学	胡忠梅
2	余小文	新北区安家中学	余小文
3	周宁	江苏省奔牛高级中学	周宁
4	邹金炳	新北区飞龙中学	邹金炳
5	陈常英	江苏省奔牛高级中学	陈常英
6	薛红娟	新北区西夏墅初级中学	薛红娟
7	邓兵	常州市西夏墅高级中学	邓兵
8	纪兰	常州市中天实验学校	纪兰
9	徐晓婷	新北区实验中学	徐晓婷
10	徐英	新北区实验中学	徐英
11	陆小莉	新北区薛家中学	陆小莉
12	李昱华	新北区龙城初级中学	李昱华
13	刘眉	新北区孟河中学	刘眉
14	吴艳玲	新北区罗溪中学	吴艳玲
15	张爱华	新北区实验中学	

**【三、活动过程材料】（附：详细教案、PPT、交流稿等）**

**（一）主题班会 1：新北区龙城中学 李昱华 《弘五四精神，担青春使命》——纪念五四运动主题班会**

**班会主题活动教案：**

主题班会题目、背景、目标、准备	
班会题目	《弘五四精神 担青春使命》——纪念五四运动主题班会
<p><b>背景分析</b></p> <p>在《习近平新时代中国特色社会主义思想学习纲要》中指出：培养时代新人，要坚持立德树人、以文化人，弘扬民族精神和时代精神，加强爱国主义、集体主义、社会主义教育。今年是纪念五四运动 106 周年的重要时刻，而五四青年节是一个宣传和弘扬民族精神，厚植爱国热情，激发青年民族自豪感和自信心，营造良好学习氛围，激发学习热情的有利契机。</p> <p>近年来，学校一直重视爱国主义教育，初一学生有爱国心，且能表达对祖国的热爱之情，但他们中的大部分还尚未能将爱国，民主，科学，进步的五四精神与日常生活、学习、实践有效结合。其次初二年级是学习最关键且紧张的冲刺阶段，也是同学们要举行青春仪式的一年。但我们班级的绝大多数学生因家庭环境较为优渥等因素，缺乏明确的学习目标，学习主动性缺失，在日常学习中表现懒散、学习主动性不强。如若期望学生将“爱国”转化成情感认同和行为习惯，就必须通过学生的所见所闻所感、所历所获所悟，才能激励学生志存高远、脚踏实地，争做时代新人，勇担时代使命。</p>	
<p><b>班会目标</b></p> <p><b>认知目标：</b>让学生通过搜集五四先生，每代人的青春榜样资料，小组讨论等方式了解五四精神，感受中国强大。</p> <p><b>情感目标：</b>增强学生“强大自我，报效祖国”的历史使命感和责任感，激发学生爱国情感，凝聚班级正能量，厚植家国情怀。</p> <p><b>行为目标：</b>通过观看情景剧，讨论分析，让学生知晓爱国情、报国志可以落在日常行为和实践中。</p>	
<p><b>班会准备</b></p> <p><b>教师准备：</b>1. 整理五四相关视频，图片；2. 准备小红花便利贴，准备五四宣讲员的绶带；3. 帮助学生搜集材料进行短剧排练，</p> <p><b>学生准备：</b>1. 学生分为四组。1-3 组：利用周末时间寻找践行五四青年的榜样故事并选出 3 位五四宣讲员；第 4 组小组成员们搜集班级内不奋斗的事例，通过小短剧等方式呈现，进行排练；2. 挑选 3 位同学做朗诵员，进行朗诵排练。</p>	
班会过程	
（每个环节的过程要具体展开，有生成材料）	
<p><b>环节一：忆五四，溯精神之源</b></p> <p><b>短剧导入：</b></p> <p>背景：教室里自习课，同学们都在安静写作业</p> <p>小 A：这个题目好难啊，算半天算不出来，反正老师讲的时候，我一定会好好听的，不如我就先看一下同学的吧。（偷偷瞥同学的作业）</p> <p>小 B：你咋又瞥我作业啊，你昨天书背了吗？今天要默写的</p> <p>小 A：那么长的文言文，让人怎么背啊，我肯定背不掉，有这背书的时间，我还不如多睡会</p>	

儿呢

小B：那你这样不就什么也不会呀

小A：我听了也听不懂啊，反正我不会

小B：算了，不想和你争辩了，赶快起来，过会儿要去跑操了。

小A：又跑操？腿都跑断了，我不行，我跑不动，你帮我和老师请个假，就说我肚子疼，不去啦

班级同学摆烂现象时有发生，为何发生，作为一名中学生我们又该如何去做？100多年前，有一帮少年，或许他们能给我们一些答案。

### 活动1：人物独白—历史回响中的共识

介绍陈延年短暂而又壮丽的一生，17岁为救国开始奔赴上海求学，29岁被残忍杀害，引导同学们认识到当时中国的情况，让同学们体会当时五四先驱们的伟大之处。

### 活动2：体验活动—时空对话中的共情

#### 1、说先生的话：视频配音

请同学们观看并富有情感朗读陈延年先生的话：中国，是我的中国，也是你的中国，是所有中国人的中国。

#### 2、说给先生听：个人发言

你想对陈延年这样的五四青年们说些什么？（感谢唤醒，介绍新中国...）

**教师总结：**100多年前，一群热血青年他们喊出为天地立心，为万民立命，为万世开太平的豪言壮志，他们用青春唤醒了沉睡百年的旧中国。老师用黑板贴的形式呈现“唤醒”

#### 设计意图：

本环节先是通过觉醒年代的剧照导入，通过同学们和老师对五四青年人物的介绍，重温五四先驱们的伟大之处。再以“穿越时空的对话”为讨论点，让学生们与先辈们对话，拉近历史与现实的距离，通过视频配音，让学生们能身临其境，走进历史伟人，感受当时的青年志气，达到共情的效果，坚定学生的爱国信仰，导出五四先生们的青春是唤醒旧中国。

### 环节二：敬高阁，踏奋进之路

**教师导入：**一百多年前我们的祖国内忧外患，而现在我们的祖国繁荣富强，短短的100多年内，我们的祖国发生了翻天覆地的变化，让我们通过视频感受一下。

### 活动3：图片对比—厉害了，我的国

为什么祖国会发生如此翻天覆地的变化？是谁创下了这华夏盛世？是一代又一代先辈用他们的青春在为之奋斗，爱国主义的接力棒从先生们的手中不断传递，请小组分享你们搜集的他们的青春故事。

### 活动4：小组分享—一代人有一代人的使命

#### 五四宣传员1：民族需要我，我必须向前冲

学生的爷爷来分享他那个年代的青春故事。通过学生爷爷自述的方式讲述自己与战友们年轻时艰苦奋斗的故事。

#### 五四宣传员2：祖国需要我，我必须回去

学生通过问题抛出：如果现在有机会，国外有人高薪聘请你出国发展，给你提供更优越的科研和生活条件，你会选择回国还是不回国？为什么？如果是在国家一穷二白的时候呢？引出中国“航天之父”钱学森的事例和黄大年的故事。

#### 五四宣传员3：人民需要我，我必须站出来

学生介绍一些普通志愿者的故事，同时也分享自己和小组成员做志愿服务的事例。

**头脑风暴：**小组讨论，从同学的分享中，你能从这些榜样身上学到什么精神品质？（直面困难，勤于思考，乐于奉献...）你觉着这三个人分享的青春榜样故事分别担负了什么青春使命？

**师生总结：**战士们用青春守护祖国，科学家们用青春投身祖国发展，青年志愿者们以青春之名担当奉献。这些榜样们都坚信有国才有家，用奋斗擦亮爱国主义的青春底色！

**设计意图：**

通过视频，让同学们感受祖国这100多年来的伟大成就，伟大成就的背后离不开一代又一代人的努力付出。邀请三组同学们分享自己搜集的青春榜样故事，通过爷爷自述，学生介绍，歌曲表达等方式展现出每代人的使命，战士们用青春守护祖国，科学家们用青春建设祖国，志愿者们用青春奉献祖国，每一代人都用自己的方式在传承五四爱国精神。

**环节三：观苍氓，寻榜样之光**

**教师导入：**感谢各位宣讲员和小演员们的倾力演出。先辈们的接力棒将要传到你们的手中，你们的青春应该是怎样的呢？

**活动5：听习语，新青年新任务**

学生陈述：我们的青春应当为实现中华民族伟大复兴而奋斗！

**活动6：赠红花，新青年新榜样**

少年的青春应该是积极向上的，相信同学们身边一定有这样的榜样，让我们今天一起来分享你心中的五四青年，并且送他一朵小红花吧。

同学们，让我们一起为这些身边这些获赠红花的五四少年们点赞，这些小红花将贴在班级橱窗里，向他人学习的同时，我们更要每日三省吾身，争做五四好少年。

**活动7：辩情境，新青年新感悟**

同学讨论：针对最开始的“摆烂”行为，从这些榜样们出发，你有何看法，请你们从同龄人的角度对小B提出建议，小组讨论。

小A听取建议，一个月后，教室内

小B：小A，你最近跑操可真积极，也不见你偷懒了，还天天捧着书，不像那个摆烂的你啊？

小A：上次听了同学们的建议后，我发现原来学习运动都没有我想象中那么困难，有同学和老师的帮助，即便是有困难，也能一起慢慢克服，而且这种通过自己努力奋斗克服困难，取得进步的过程真好。

**教师总结：**试想如果当初的五四青年们也都像小B这样遇到点困难就摆烂，那还会有现在的盛世中华吗？因此摆烂行为不可取，毕竟少年强则国强。

**教师总结：**看完视频，相信同学们已经明确了新时代对你们的期望；回首过去，五四先辈们用青春唤醒了沉睡的旧中国，英勇的战士们用青春守护着对祖国清澈的爱，科研工作者们用青春谱写着祖国发展的新篇章，志愿者们用青春为祖国做着无悔的奉献，同学们，青春正当时，爱国的接力棒已交到你们的手中，为中华民族的伟大复兴而奋斗吧！

**设计意图：**

通过习近平主席语录，让同学意识到接力棒已传到你们手中，意识到自己的青春要为中华民族伟大复兴而奋斗。通过情景剧表演，让同学们对身边一些摆烂行为进行讨论并提出解决措施，让同学们把奋斗融入到自己的学习生活中去，而不是空喊口号。接着通过小红花活动，让同学们发现身边优秀青年，发挥朋辈效应，形成积极向上的班集体，给青春指引正确的奋斗方向。

**环节四：展未来，筑理想之魂**

**活动8：朗诵青春**

下面有请朗读者们一起朗诵《青春节选》

青春 作者：李大钊

朗读者1：致我为青春之我，我之家庭为青春之家庭，我之国家为青春之国家，我之民族为青春之民族。斯青春之我，乃不枉于遥遥百千万劫中，为此一大因缘，与此多情多爱之青春，

相通后于无尽青春中之一部分空间与时间也。

朗读者2：吾愿吾亲爱之青年，生于青春死于青春，生于少年死于少年也。青年循蹈乎此，本其理性，加以努力，背黑暗而向光明，为世界进文明，为人类造幸福。

朗读者3：以青春之我，创建青春之家庭，青春之国家，青春之民族，青春之人类，青春之地球，青春之宇宙，资以乐其无涯之生。乘风破浪，迢迢乎远矣，复何无计留春望尘莫及之忧哉？

合读：吾愿吾亲爱之青年，生于青春死于青春，生于少年死于少年也。

### 活动9：青春宣誓

朗读者们：同学们，请起立，让我们一起以青春之名宣誓

我是中国青年

我是祖国忠诚的儿女

五四火种在心 先辈夙愿在胸 复兴大任在肩

今天面对国旗 我们庄严承诺

奋斗有我 让人民更加幸福

奋斗有我 让家园更加美好

奋斗有我 让祖国更加昌盛

百年传承 今日到我

激荡未来 壮志在我

青春万岁 强国有我

**班主任寄语：**亲爱的同学们，五四先驱陈独秀先生说青春如初春，如朝日，如百卉之萌动，如利刃之新发于硎，是人生最宝贵之时期。青春不朽，无关年龄，对青春最好的致敬，就是成为更好的自己。让我们一起立鸿鹄志，做奋斗者！只争朝夕，不负韶华！

设计意图：

通过朗诵李大钊的青春，通过慷慨激昂的歌曲旋律和具有鼓舞力量的文字，激起学生的斗志；青春宣誓是一场灵魂洗礼，洗涤的是人生杂质；青春誓师是一个火种，点燃的是饱满精神。

### 班会后延伸活动

#### 活动一：“送你一朵小红花”活动（每周一次）

每周班会课进行小红花活动，鼓励同学们不断发现身边的优秀行为并且大声读出来，形成班级正能量。

#### 活动二：“五四精神，我传承”实践活动（每季一次）

充分发挥社区资源，参观、学习本地先进单位、先进个人。走向社区，开展“我为社区代言”“社区公益行”等活动。旨在引导学生把爱国主义教育的情感、意志、知识转化为自身的社会实践、日常行为

### 班会反思

当代中学生出生于中国“富起来”的新时代，对幸福生活习以为常，对中国“立起来”的艰难磨砺和“强起来”的伟大跨越缺乏感同身受，这在一定程度上弱化了学生对历史应有的敬畏，缺乏对家国的赤诚情怀。

爱国主义是社会主义核心价值观的重要范畴，体现了对家国的认同感、敬畏感和自豪感。如何引导学生爱国心、报国情、强国志？光靠教师空泛谈爱国、讲报国一定不行，需要紧扣时代脉搏、创新教育形式，优化内容供给，把爱国主义的种子埋入学生心里。本节课以五四青年节为切入点。

**第一，课堂达成了知情意行的统一。**通过英雄人物介绍，视频配音方式对五四知识和五四先烈精神的探讨；通过学生分享每代人的青春故事，让学生感受青春的力量，明白肩上的责任，

立志努力学习，为实现中华民族伟大复兴而奋斗；聆听习语，通过情景辨析，榜样分享，朋辈互助引导学生把爱国主义教育的情感、意志、知识转化为自身的社会实践、日常行为。

**第二，爱国主义教育需要真实、鲜活、接地气的资源。**爱国主义不是空洞的理论和口号，要立足现实、联系生活。本节课从生活中的小事利用情景剧的形式放大在学生面前，把真实生活当作爱国主义教育的主要资源，把真实生活过程作为爱国主义教育的重要途径。让学生切实感受到爱国是具体的、现实的，是渗透在日常生活的方方面面。

附：截图



**（二）讲座：新北区实验中学 胡忠梅 《班级管理4.0：基于CAS理论的班级自适应管理探索》**





#### 【四】2025年5月育人故事

##### 精准批评，让“废话匣子”学会“言”值在线 常州市新北区实验中学 胡忠梅

当我在政治课上讲到“自由与平等的真谛”，准备让学生解读“对自由的想法”时，小李正眉飞色舞地向同桌比划：“昨天那部搞笑视频，主角的表情绝了……”周围同学被逗得前俯后仰，原本专注的课堂瞬间乱了节奏。

“小李，既然你这么擅长表达，”我停下课程，目光锁定他，“请结合课本内容，谈谈公民在行使言论自由时，该如何遵守法律边界？”他慢腾腾地站起来，脸上的笑意瞬间凝固，支支吾吾半天说不出完整句子。全班安静下来，几十双眼睛盯着他。我没有急于斥责，而是指着PPT上“法治标定自由的界限”说：“就像你在网络上分享视频要遵守平台规则，我们在现实生活中发言，同样要在法律框架内，对吗？”他红着脸点点头。我接着引导，“现在是政治课堂，对吧？”他点点头。“那你该怎么行使你的自由权呢？”他说，“得遵守校规。”我点点头，让他先坐下，继续课堂。

课后，我把小李叫到办公室。桌上放着其他老师没收的他在课堂上画的漫画，有游戏、有动漫、有军事枪械还有任课老师的Q版画像，我把东西推到他跟前：“怎么说？”他低着头说，“老师我错了，我以后不在课堂上乱说话了。”我敲了敲漫画册，他立刻补充说：“也不乱画画了。”其实小李很聪明，脑子转得快，就是自制性不好，有时控制不住自己的表现欲。我看着他屡错屡犯，屡次低头认错的表现，有点头疼。

晚上我和家长通了电话，简单介绍了小李的情况，家长反馈说，“他在家里也是的，话多的不得了，而且很多观点你想都想不到，我们说了他也没用，他比你还有理。”

了解情况后，我让家长打印了一张大大的“少说话，静心”的标语让他带到学校，放到桌垫下面，时刻看着，又和周围的同学达成一致，上课他讲废话，大家都不理他，不参与，课间再讨论问题。同时，我还召开了“开讲啦”主题班会，给大家自由发言的机会，让大家选自己感兴趣的话题进行开讲，小李的关于“手机管理使用”的话题，赢得大家的掌声。一段时间下来，他随意讲话的坏习惯好了不少，虽偶尔会犯，但往往讲到一半，能自己意识到，自己控制住。

**尊重与引导。**面对小李扰乱课堂秩序的行为，老师始终保持尊重，没有当众严厉斥责，而是采用提问、私下谈心等温和方式引导。这种做法既保护了学生的自尊心，又让学生在老师的引导下认识错误、主动改正，展现了教育中尊重学生主体地位，以引导代替强制的教育理念。

**赏识教育。**故事中，老师善于发现小李的闪光点，如肯定他思维的活跃性，通过开展活动，发挥他的优点，通过及时的表扬和鼓励，增强小李的自信心和学习动力，让他认识到自身价值，主动改变不良行为，践行了赏识教育中以积极评价促进学生发展的核心思想。

**知行合一。**老师紧扣政治课“自由与法治”的教学内容，将小李的课堂违纪行为与公民言论自由、法律边界等知识相联系，引导他思考理论知识在实际生活中的应用。后续开展的“开讲啦”等实践活动，更是让小李在实践中深化对知识的理解，做到学以致用，体现了教育中理论与实践相结合的“知行合一”理念。

教育家苏霍姆林斯基的话：“批评的艺术不在于压制，而在于引导那股奔流能量找到正确的河床。”

### 春风化雨润心田 龙城初级中学 李昱华

初一年级的小宇，是个聪明机灵的男孩，可一张嘴却总惹麻烦。课堂上随意接话茬，嘲讽同学的发言；课间对同学评头论足，那些刺耳的话语，像一把把小刀子，扎得同学们心里难受。渐渐地，大家都开始疏远他，他的座位周围仿佛形成了一道无形的屏障。

我看在眼里，急在心里。找小宇谈话时，他满不在乎的样子让我意识到，简单的说教对他可能起不了作用。一天课间，我注意到小宇独自坐在座位上，眼神中透着一丝落寞。我走到他身边，轻声说：“小宇，陪老师去操场走走吧。”

在操场上，我们边走边聊。我没有一开始就批评他，而是聊起了他的兴趣爱好。小宇眼睛一亮，兴奋地说起自己喜欢打篮球。我顺势说道：“听说球场上队友间的鼓励特别重要，要是有人在你投不进球时一直嘲笑，你会是什么感受呢？”小宇沉默了，低头踢着地上的石子。我接着说：“你很聪明，思维也很活跃，要是把这份机灵用在帮助同学、鼓励同学上，大家肯定会特别喜欢你。”

从那以后，我给小宇布置了一个“特殊任务”：每天发现三位同学的优点，并真诚地告诉对方。刚开始，小宇完成得很生硬，甚至有些敷衍。但我没有责备他，而是耐心引导，和他一起分析怎样的赞美更真诚。渐渐地，小宇有了变化。

有一次，班级组织小组合作完成手抄报。小组成员一开始对小宇加入还有些顾虑，可小宇这次主动承担起查找资料的任务，还不断夸赞组员画画漂亮、写字工整。在他的带动下，小组氛围融洽，手抄报也获得了年级一等奖。

看到小宇的转变，我既欣慰又感动。在一次班会课上，我特意让同学们分享最近感受到的温暖瞬间。许多同学都提到了小宇的鼓励。小宇站起来，脸涨得通红，他说：“以前是我不懂事，总说伤人的话。现在我明白了，语言可以是春风，也可以是寒风，我想做带来温暖的人。”

教室里响起了热烈的掌声，那掌声，是对小宇成长的肯定，也是友谊重新建立的见证。

教育不是一蹴而就的，它需要耐心和智慧。就像培育一株幼苗，只有用爱浇灌，给予阳光和雨露，它才能茁壮成长。小宇的转变，让我更加坚信，每个孩子都有向善向好的可能，只要我们用心引导，就能点亮他们心中的明灯。

### **“小小演说家”的诞生** **新北区西夏墅初级中学 薛红娟**

小陈是我们班的佼佼者，入学以来成绩遥遥领先，各类比赛也是积极参加，因此，在学校安排国旗下讲话时，我毫不犹豫地推荐了他。由于小学也是班长，我理所当然地认为他就是最佳人选，在稿子给我看了之后，我帮他稍作改动之后就静等升旗仪式的到来。谁知，小陈同学给了我重重的打击，升旗仪式上，他语速飞快，导致吐字不清，就像是后面敌军来袭，匆匆忙忙地结束了讲话，没有一丝情感一丝眷恋，溃不成军！我只能怪自己大意了，向领导保证，加以时日，必将让大家刮目相看。

这个学期我们班级负责的升旗仪式讲话前三周，我在班级公开招募升旗仪式发言人。小陈同学找到我，想要再试一试。只有他一人报名，我欣然答应。让他先回家准备发言稿，并且在五一假期自行到网上找演讲视频并学习。等我审完稿子以后，我要求他每天录制他的发言视频发给我。一个星期下来，他在视频中的表现没有任何进展。看来，对于演讲，小陈同学的学习力远不及学科学习。

我把他找到办公室，让他在我面前朗读。我告诉他，薛老师以往的学生演讲比赛都是一等奖，提升他的信心，接下来，我给他指出几点：1 速度过快。2 习惯两个字为单位朗读。3 部分字吐字发音不清晰。4 欠缺情感，语言没有爆发力。单独指导后，我让他针对性练习，又让他在班级进行试讲，让全班同学一起帮助他做得更好。在最后一个周末，我特地朗读示范发语音给小陈，让他对照练习。

时间终于来到了那个周一，我关照小陈同学，语速不要快，让他按照之前的培训的那样不紧张就可以了。小陈终于完成了一次像样的国旗下讲话！

#### 反思

在小陈的第一次国旗下讲话中，我犯了经验主义错误，认为小学担任班长的小陈对于国旗下讲话一定手拿把掐，实则不然。“不要经验主义而要经验”将成为我以后班级管理的重要参照之一。

### **走廊博弈，共同获益** **常州市新北区孟河中学 刘眉**

校园走廊的碰撞、课间的争执，本是青春岁月里寻常的小插曲。但当矛盾升级为剑拔弩张的对抗时，如何引导学生理性化解冲突、培养成长型思维？在上周一场风波中，我尝试用博弈论思维叩开学生的心门，将一场冲突转化为生动的教育契机。

课间操结束后的走廊总是热闹非凡。小李抱着一摞作业本快步走向教室，转角处与打闹的

小郭撞了个满怀。作业本散落一地，李脱口而出：“你故意推我？”郭立刻回击：“你自己走路不长眼！”围观的同学越来越多，两人面红耳赤，争执声几乎掀翻屋顶。我赶到现场时，注意到这场冲突已不仅是“碰撞事故”，更演变成了“面子之争”——双方都陷入“必须赢”的思维定式，仿佛谁先退让就是“懦夫”。这让我联想到博弈论中的经典模型“斗鸡博弈”（又称公羊博弈）：两只公羊在独木桥相遇，若都选择前进则会两败俱伤，一方退让才能实现整体最优解。我并未急于评判是非，而是将两人带到办公室，让他两先平复情绪，然后回去上课。限时练的时间我给全班开了一次班会。我从网上找了一张图片，问：“假如小李和小郭是独木桥上的两只公羊，现在有三个选择——继续对抗、主动退让、协商合作。每种选择会带来什么后果？”随着学生们的讨论，答案逐渐清晰：对抗到底\*：可能打架受伤、班级扣分、友谊破裂；单方退让：看似“丢面子”，却能避免更大损失，甚至赢得尊重；共同协商：合力解决问题，反而可能成为朋友。他两盯着黑板上的选项，紧绷的肩膀渐渐放松。王突然嘀咕：“其实我当时在追打小张，确实没看路……”李也挠挠头：“我急着送作业，跑太快了。”当博弈策略从“争输赢”转向“算得失”，对抗的坚冰开始消融。趁热打铁，我抛出新问题：“如果走廊是独木桥，全校学生都是公羊，我们该如何设计规则？”

这场讨论让全班意识到：生活中的矛盾如同无数个“微缩博弈场”，真正的智慧不是“战胜对方”，而是“共同获益”。这场“走廊博弈”带来的不仅是两个孩子的和解，更在班级中播下了理性思考的种子。它让学生们懂得：退让不是怯懦，而是权衡利弊后的主动选择；合作不是妥协，而是创造共赢的智慧策略。

## 育人故事

### 新北区罗溪中学 吴艳玲

班级里有一位叫小汪的女生，她性格温和乖巧、学习成绩优异，是家长和同学们心中的“模范优生”。可是最近，她有些反常。早晨到校时，她的眼睛经常是红肿的，作业常常缺交，下午刚上完一节课她就说身体不适，需要早些回家。发展到后期，小汪一周内总有两三天处于请假状态。

作为班主任，我打算先探究小汪问题产生原因。一天下午，我借着了解小汪最近的阅读情况这一理由与她进行沟通，她滔滔不绝地和我分享了很多自己的见解，我顺势鼓励她每周写一篇读书体会和我分享。在那以后，小汪经常给我写信，有时还夹杂着心情随笔，我总是耐心地回复她、开导她，我们俩成为了笔友，关系越来越融洽，她渐渐地不再请假，能够准时到校。

就在我以为事情圆满解决时，又突然出现了变故，小汪在期中考后一周都没来上学，于是我走入小汪家中家访。

在家访中，我了解到小汪是家中的独生女，父母关系不佳，母亲把所有精力都放在她身上。在家访过程中，小汪母亲抱怨道：小汪最近状态太差了，回家后常常不写作业，这次考试的成绩差得让人无法接受，都不想管她了等等，整个过程中，小汪并没有说太多话。

在和小汪单独交流时，她认为母亲对她的爱全部来源于她优异的成绩，母亲总是赞美她的自觉和努力，久而久之，小汪为自己打上了“优秀”的烙印，无法接受自己的失败与挫折，导致了高自尊、低价值感的性格和不稳定的自我评价。这时一旦成绩有了起伏，小汪的心弦一下崩断，只能采取回避性应对方式，恐惧学校，开始厌学。

了解到孩子厌学的原因后，我计划从学校和家庭两方面帮助小汪。每周自习课，我都会邀请心理老师与我一起和孩子进行沟通，运用叙事疗法帮助孩子疏解情绪。在放松的环境下，我们一起做情绪释放操，一起听音乐，有时还会一起玩游戏。在孩子倾诉心声时，我们会尽可能地站在孩子的立场思考问题，共情孩子的感受，倾听她的烦恼。

后来我又多次联系小汪的父母，分享青春期孩子的心理发展特点以及科学的教育理念，鼓励她的母亲阅读心理类书籍，聆听专家教师的心理学引领提升课程，并且与其他家长沟通，一起解决问题。

家校共同协作下，小汪虽然对于上学依然抵触，但是在家中的情绪好转了很多。我又一次家访小汪，鼓励她用笔写下未来自己的模样，并借此与孩子进行沟通，分析如果想要实现梦想，现在不得不做的任务就是回归校园，孩子答应了我。

初中阶段是孩子们成长发育的巨变期，每一个孩子看似不合理的表现背后其实都包含了青春迷茫的呼叫和呐喊。作为一名教育者，我们不能只看到问题的表现，而是要用科学的分析和定位，积极地探寻问题的根源，寻找解决的方法，在恰当的时候给予学生援手。同时，处理这类问题时我们有必要团结家长，改善家庭教育方法，形成家校合力，帮助孩子们找寻自我、悦纳自我、超越自我，成为最好的自己！

### 并肩作战 战胜困难

奔牛高级中学 周宁

五一期间有幸参加了第十期本会团体心理咨询理论与实践研修班。这是一个在团队中自我疗愈的过程，非常享受每一个活动，愿意敞开心扉和队友们真诚地交流。每个活动结束后有一种酣畅淋漓的感觉，如重生一般，带着喜悦和小确幸。不禁反思自己的教学与育人工作，如果能够像导师一样用心设计活动我的学生也会像我一样沉浸在每一个任务或沟通中，比较轻松地实现自我的成长。

其中，印象最深刻的是戴高乐活动。当我们团队中的每一位成员为队友献上一顶“帽子”，并真诚地说出“送你一顶...的帽子”时，坐在座位上的人开心地合不拢嘴。可能是很久没有人如此真诚地夸奖自己了，也可



能是连自己都没有发现自己的这个优点。当时自己的感觉是内心充满了能量和感动，自我价值感得到很大提升，并且很想给身边人也送上这样一顶帽子。

自己赋能之后，遇到调皮的或者学习动力不足的孩子内心多了一份理解与体谅，少了指责。上周晚自习结束时，小孙同学情绪有些低落，原来近期的默写她有些吃力，早读效率很低，导致默写错误较多。把她喊到办公室，我翻出一个铁皮盒子，里面装满了泛黄的卡片。“这是我大学考专八时的单词卡，”抽出一张，背面用不同颜色的笔写着：“contemporary（同时期的）→con（一起）+tempor（时间）+ary→一起走过时间的人”。小孙同学发现卡片边角磨得发亮，有些单词旁还画着简笔画——比如 trivial 旁边画了堆碎玻璃，配字“琐碎如渣”。

她突然把听写本推过来，还是有些沮丧：“这种长单词我记了就忘，连音标都拼不对。”我没接话，而是打开电脑里的文档——那是我给每个学生建的“英语成长档案”，小孙同学的页面里贴着第一次用英语演讲的照片，旁边批注着：“连读技巧自然，可强化词根记忆法”。当我们一起在便利贴上画下三个手拉手的小人标注“con”时，小孙同学在档案页新增了一行字：“建议用词根漫画法攻克长难词，已准备《英语词根象形手册》。”离开时，她的书包里多了个铁盒，第一张卡片上画着戴着巫师帽的“contemporary”，配文：“每个被拆分的单词，都是未来阅读时的魔法钥匙呀！”

理论分析：

此案例深度融合了认知负荷理论与多元智能理论：将长难词“contemporary”拆解为词根模块（降低内在认知负荷），又通过“口诀+漫画”的具象化编码（视觉-空间智能），避免学生因抽象记忆产生挫败感。班主任展示自身单词卡的“示弱教学”，暗合社会认知理论的替代性学习，通过“教师也曾失败”的示范打破学生的自我效能感僵局。

而“成长档案”的动态记录，则是维果茨基最近发展区理论的实践——用过去的成功（已掌握的连读技巧）搭建支架，将当前困难（长单词记忆）转化为“跳一跳能摘到的桃子”，最终通过“拆解-编码-赋能”的三步法，将退缩心理转化为个性化的学习策略构建。

## 换同桌的背后

江苏省奔牛高级中学 陈常英

【过程描述】周末，忽然听到QQ信息提示音，好奇地打开QQ一看，是G同学的留言：“老师，我还是想换座位。”“为什么？之前我们沟通过了啊，怎么处理你跟同桌之间的问题我给你建议了，你有去尝试吗？”G同学并没有直接回答我问题，而是接连发给我两张QQ空间截图，一张上写着“我们和好吧（阴阳怪气）”，配图一张写着“我们和好吧”字样的白纸，另一张写着“删我好友，你TM给我去死吧。”随后G同学发来一则信息“这张纸条我放在桌肚里的，他应该是翻我桌肚了。我本来想着关系不能一直这么僵，但想想我从头到尾没做错什么，凭什么我要委曲求全讨好别人？”听着他的解释，我就知道两张截图来自他同桌Z同学，就此知道让俩人继续坐在一起不太合适。这事得追溯到半个月前。

两人矛盾的源起是4月1日愚人节的一场看似无关紧要的玩笑。之所以称之为看似无关紧要的玩笑，客观上而言，这的确是件小事，但G同学认为给他带来了很大的伤害。据G同学陈述，当天Z同学对他说了“蠢猪”“我很讨厌你”之类的话，并且掐了下他的胳膊把他掐疼了。这在他看来是无法忍受的，因为跟他“玩得很好的朋友”都没那么对待过他，而同桌Z同学跟他认识还没多久，虽然同桌有道歉，但他不认为对方有诚意，因为对方拿吃剩的饼干向他道歉。基于反馈的这些情况，我私下找Z同学了解情况是否属实，对于我的介入，Z同学很惊讶，认为就是件小事，况且他已经道歉，但是对方不理不睬甚至把他拉黑。于是我引导Z同学树立以下意识：一、与人相处必须有分寸感和边界感，很多时候需要换位思考，再者，自己能接受的不代表别人能接受，开玩笑这事本身要因人而异，因境而异，自己认为的小事在别人那里可能是大事，道歉是必须的；二、要处理问题就要讲究策略，与同学发生矛盾得想好怎么化干戈为玉帛而非谩骂激化矛盾甚至矛盾公开化，交友讲究志同道合，如果确定彼此相处不舒服那就在尊重的基础上保持距离。

G同学是位腼腆的男孩，对于他的诉求，最终我尊重他的选择给他换了位同桌，同时也给出建议：新同桌不一定能让他满意，建议最初就表达出自己的相处原则，以避免不必要的麻烦；另外处理人际关系的方式也需要考虑下是否合适，尽可能给彼此留有缓转的余地。

#### 【理论分析】

随着青春期的到来，中学生在心理上出现成人感和幼稚性的矛盾。G同学换同桌事件就是这种心理矛盾的外显。一方面，他渴望得到外界的尊重，他的感受能被重视，但这种情感需求被同桌Z打破，他就选择了删除对方好友这种不成熟的处理方式，导致两者间关系修复可能性降低，而这一行为又引发了Z同学的不满，使之以偏激的方式处理问题，从而激化了矛盾。这就要求我们多引导学生以恰当的方式与人相处，既应有基本的尊重也应有边界感，出现问题尝试以妥善的方式解决，而非冲动行事。

### 被点亮的星光

新北实验中学 徐晓婷

九月的蝉鸣在窗外聒噪不休，我坐在讲台前批改作业，目光却忍不住时不时落在教室后排。数学课代表把月考卷子放到林小阳桌上时，那个缩成一团的身影动都没动，鲜红的“42分”刺得我眼眶发热。阳光透过斑驳的树叶，在他的课桌上投下晃动的光斑，可他眼神空洞，仿佛整个人都被笼罩在浓雾里，对周围的一切都提不起兴趣。作为班主任，我太清楚这种状态意味着什么，一个孩子正在一点点关闭心门，如果不及时干预，他很可能就会彻底放弃自己。

那天午休，我把林小阳叫到办公室。秋日的阳光斜斜地照进来，在地面投下长长的影子。他低着头，局促不安地攥着衣角，指甲深深掐进掌心，把校服布料都攥出了褶皱。我搬了把椅子，在他对面坐下，尽量让自己的声音轻柔些：“小阳，最近是遇到什么困难了吗？可以和老师说。”办公室里静得能听见墙上挂钟的滴答声，等了许久，他才沙哑着嗓子开口：“老

师，我不想上学了，反正学不好，爸妈也不在乎。”说完这句话，他肩膀微微颤抖，头埋得更低了。那一刻，我心里猛地一揪，原来在这个孩子看似冷漠的外表下，藏着这么深的无助与绝望，就像一艘在黑暗中失去方向的小船，孤零零地漂泊着。

为了了解情况，我决定去家访。周末傍晚，我按照地址找到了林小阳家所在的老旧居民楼。楼道里堆满了杂物，昏暗的灯光忽明忽暗，空气中弥漫着潮湿发霉的味道。推开他家的门，烟雾瞬间扑面而来，呛得我忍不住咳嗽了几声。客厅里，麻将牌碰撞的哗啦声震耳欲聋，林小阳的父母正专注于麻将桌，连头都没抬一下。“老师，孩子的事我们管不了，他自己不争气，我们也没办法。”林爸爸叼着烟，眼睛盯着麻将牌说道。一旁的林妈妈也随声附和：“我们每天忙得脚不沾地，哪有时间管他学习。”听到这话，我既愤怒又心疼。茶几上堆着没洗的碗筷，墙角还放着几个啤酒瓶，电视开得震天响，这样的家庭环境，让林小阳如何感受到学习的意义和家庭的温暖？我看向站在一旁的林小阳，他低着头，眼神黯淡无光，像一只被雨淋湿的小鸟。

回到学校，我暗暗发誓一定要帮助这个孩子。课堂上，我总是有意无意地与他对视，用眼神告诉他，老师一直在关注他。记得有一次讲古诗词，我提了个简单的问题：“谁能说说这首诗描绘了怎样的画面？”林小阳犹豫着举起了手，声音小得像蚊子：“描绘了……秋天的景色，还有诗人的思乡之情。”虽然回答得不够完整，但我立刻带头鼓掌，大声说：“小阳回答得非常棒，观察很细致！”看着他惊讶又局促的表情，我知道，鼓励的力量正在慢慢渗透，就像春天的第一缕阳光，开始融化他心中的坚冰。

放学后，我主动留下来为他补课。办公室的灯光下，我们常常一坐就是两个小时。从最基础的加减乘除，到复杂的几何图形，我一点点帮他梳理知识点。有时候他学得慢，一个简单的一元一次方程，要讲好几遍才能理解，急得眼眶发红。我就拍拍他的肩膀：“不着急，咱们慢慢来，老师小时候学这个也费了不少功夫呢。”有一次，他好不容易做出一道难题，兴奋得手舞足蹈，那一刻，我比他还要开心，我知道，他正在一点点找回学习的信心。

我带他走进图书馆，希望能让他发现学习的乐趣。“小阳，学习不只是课本上的知识，这里有各种各样的书，或许能找到你感兴趣的领域。”我带着他穿梭在书架间，给他介绍不同类型的书籍。当他翻开一本科普读物，看到关于宇宙星系的内容时，眼睛瞬间亮了起来。从那以后，每天放学后，图书馆里都能看到 he 专注阅读的身影。他开始主动和我分享书中的奇妙知识，有一次，他兴奋地说：“老师，您知道吗？黑洞能把光都吸进去，太神奇了！”看着他眼中闪烁的光芒，我知道，我们找到了打开他心门的钥匙。

然而，改变的过程并非一帆风顺。期中考试前，林小阳突然又开始逃避学习，作业经常不完成，上课也心不在焉。我把他叫到操场，坐在双杠边谈心。原来，他在打听到父母赌博输了不少钱，家里气氛压抑到了极点。“老师，我是不是真的没救了？”他声音哽咽，泪水在眼眶里打转。我轻轻搂住他的肩膀：“小阳，你远比自己想象的要优秀。家庭的事不是你的错，你要做的就是努力学习，改变自己的未来。”那天傍晚，我们聊了很久，直到天边的晚霞渐

渐消失。

作文课上，我发现他把从科普书中学到的知识巧妙地融入作文里，写得生动又有趣。我毫不犹豫地在全班朗读他的作文，看着他紧张又期待的模样，我知道，被认可的喜悦正在治愈他曾经受伤的心。慢慢地，他开始主动和同学们交流，脸上的笑容也越来越多。

期末考成绩出来，林小阳拿着78分的数学卷子冲进办公室。他的头发有些凌乱，额头上还沁着汗珠，却笑得格外灿烂：“老师，谢谢您！”他哽咽着说这句话的时候，我轻轻摸了摸他的头。窗外的阳光正好，洒在他充满希望的脸上，我知道，那个曾经黯淡的少年，终于重新找到了属于自己的光芒。而这，就是我作为老师，最幸福的时刻。我相信，只要心中有光，未来的道路无论多么坎坷，林小阳都能勇敢地走下去。

### 与众不同的星星

常州市中天实验学校 纪兰

叶圣陶先生曾说：“教育是农业而不是工业，教育就像农业一样需要一个缓慢生长的过程，需要很长的一段周期，而不能像工业产品那样迅速出炉。”作为一名教师，就是要有水滴石穿的恒心、静待花开的耐心、促进每一位学生成长的责任心，在学生心灵深处耕耘。

班上的小张是一位学习习惯很差的男生，课后，经常可以看到他乱作一团的书包、没有笔袋装的笔散落在桌面各处。课堂上，思想老是不能集中，做作业时动作很慢，而且不肯动脑筋，回家作业经常不做，即使做了，也是抄的，任课老师基本每天虽然向我告状。于是，我找他谈话，盼望他能遵守学校的各项规章制度，以学习为重，按时完成作业，争取进步，争取做一个人见人爱的好孩。他口头上答应得好好的，可他就是“勇于认错，坚决不改”，周末依然我行我素，毫无长进。多少次想想还是算了吧，或许他是根“朽木”，但又觉得身为班主任，不能因一点困难就退缩，不能因一个学习有困难的学生无法转化而影响整个班集体。我要尽最大的力量去转化他！我把心一横：不转化你，誓不罢休。他无进步，当然是他没有明确学习目的，没有真正体悟自己的错误，没有真正要做个对自己负责的人的思想。

在一次因周末作业没有完成而不愿返校的一天，我去他家进行了家访。起初，我询问他为什么不完成作业？为什么作业一定要拖到周末再开始写？他都避而不答。于是，我决定换个思路。我问他：“你妈妈曾因为你不写作业而生气住院，这次她有对你大发雷霆，是你想要看到的结果吗？”他愧疚地摇了摇头。“那你一定也想做个懂事、不让妈妈生气的孩子，你不做作业是不是遇到了什么困难？”我又问道。他小声地说：“有些题不会写，然后拖到周日就不想写了。”可是看着他的空白试卷，我不禁疑惑：“计算也不会吗？”这次他又心虚地低下了头。于是，我和他约定，每次周末作业我会请老师把你会的题目勾出来完成，剩下的尽力，而他如果能按时返校我还会给他小奖励。听到返校还有小奖励，他欣然答应。自此，他都能每周完成作业按时返校。

由此看来，我们教育学生，首先要与学生之间建立一座意念相通的爱心桥梁。对于小张这样的孩子，要敞开心扉，以关爱之心来触动他的勾起心弦。“动之于情，晓之于理”，用师爱

去温暖他，用情去感化他，用理去说服他，从而邀功使到他主动地认识并改正错误。

为了提高他的对学习的兴趣，让他获得学习上的成就感，除了在思想上教育他，感化他，我特意安排一个责任心强、学习成绩好、乐于助人、耐心细致的小陈同学在晚饭后辅导他，目的是发挥同伴的力量。事前，我对小陈说：“小张是我们班的一份子，为了班集体，不要歧视他，要耐心地帮助他，督促他使其进步。小陈同学爽快答应，并充分利用课余时间帮助他。后来，小张同学取得进步时，除了表扬他，我还鼓励他们说，这也有赖于同学们的帮助，特别是小陈同学的帮助。小张学习上为更努力了，纪律上更遵守了，成绩也有了很大的进步。为此，我感到真诚地高兴。

同学的帮助对他来说，是必不可少的，同学的力量有时胜过老师的力量。让他感觉同学对他的信任，感受到同学是自己的益友。通过同学的教育、感染，促进了同学间的心灵交流，这样在转化后后进生工作中就能起到较好的效果。

教育路上，总有许多仰望星空的感动。爱是教育的灵魂，心中有爱，便能让每一个孩子都能绽放出属于自己的光芒。

### 让每个孩子都找到光

新北区实验中学 徐英

“沉默的星星”小宁

那是我带初三的第一年，班里有个叫小宁的女生，总是低着头缩在教室角落。她成绩平平，从不举手发言，连课间操都刻意躲在队伍最后。一次物理实验课，我偶然发现她盯着烧杯里沸腾的水发呆，眼神却异常专注。

课后我悄悄问她：“刚才的实验，你观察到什么特别现象了吗？”她犹豫片刻，小声说：“老师，水蒸气在玻璃片凝结的形状……好像和湿度有关。”这个细节连我都未曾留意。第二天，我塞给她一本《趣味物理实验图解》，并在书页间夹了张字条：“你拥有科学家的眼睛。”

两个月后，我顶着压力推荐她参加市青少年科创大赛。备赛期间，我们每晚视频连线改方案，她第一次主动说：“老师，我觉得这个数据应该用折线图对比。”项目最终获得二等奖，颁奖那天，她攥着证书的手都在发抖。去年教师节，已成为华东师大研究生的她给我发来信息：“您让我相信，安静的人也能照亮世界。”

每个孩子都是等待点燃的火种。教育者的使命，不是用同一把尺子丈量所有人，而是帮他们找到属于自己的光。

### “捣蛋王”小林的转变

小林是全校闻名的“泼水达人”，总把同学水杯打翻，看着别人狼狈的样子哈哈大笑。多次批评无效后，我决定换种方式。

某个午后，我请他到办公室“帮个忙”：“今天咱们玩个游戏——当十分钟‘侦探’，观察班里谁的课桌最整洁。”他狐疑地转了两圈，指着小雨的座位说：“她连橡皮屑都用纸巾包着。”我趁机追问：“如果你坐在这里，被泼湿了本子会怎样？”他突然不说话了。

第二天晨会，我宣布成立“彩虹护卫队”，由小林担任队长，负责维护班级环境。当他戴着自制徽章巡逻时，奇迹发生了：曾经被他捉弄的小雨主动递来收纳盒：“队长，这个放讲台底下更整齐！”如今毕业五年的小林经营着一家宠物美容店，他说：“老师，当年您教会我——让人尊重的不是拳头，是责任。”

问题行为背后往往藏着未被满足的情感需求。把“惩戒”变为“赋权”，叛逆也能转化为成长的力量。教育不仅是知识的传递，更是情感的联结。当我们搭建起心灵的桥梁，再远的分离也能照见温暖。

看见比改造更重要——蹲下来注视孩子的眼睛，那里藏着解决问题的密码；

犯错是成长的请柬——暴雨中的幼苗更需要阳光，而不是责备它为何被淋湿；

教育是生命的彼此照亮——当我们在孩子心里播下星火，终有一天，他们会成为照亮他人的光源。

### 信任激发学生自治潜能

安家中学 余小文

不要用成年人的是非观念来判断学生，不要轻易使用道德的标尺来衡量学生。

在教师的心目中，不应该有坏学生，应该信任你的学生！——李希贵”。

窗外的梧桐叶被六月的暖风拂得沙沙作响，讲台上的粉笔灰在阳光里轻盈起舞。我攥着请假条的手沁出薄汗，目光扫过教室里四十五张青春洋溢的脸庞——后天要参加区级班主任培训的通知来得突然，可班里调皮的学生太多，上周还因为自习课纪律被年级组点名批评。

要外出培训我首先想到的是班级怎么办，班主任不在，学生是否出问题，是按照

常理委托一位任课老师担任临时班主任？还是怎么办？“学生的潜能就像空气，可以压缩于斗室，可以充斥于广厦——就看我们给他们提供什么样的空间！”李希贵老师的话在我脑海中响起，给他们信任要强于给他们约束！

于是我在班级里向同学们说明，“同学们，我轻轻叩了叩黑板擦，“学校临时安排我外出学习两天。”话音未落，后排几个男生立刻挺直了腰板，调皮学生王浩的眼珠滴溜溜转着，嘴角抿起狡黠的弧度。“不过呢——”我故意拖长尾音，看着四十多双眼睛齐刷刷聚焦过来，“我感觉有的同学一听说班主任不在，可能要作乱，要出事？趁班主任不在的时候，课间操会有人溜去围栏处买东西，自习课能变成茶话会……”话没说完，台下已经炸开了锅。“老班你太小看我们了！”体育委员黄浩然拍着桌子站起来，古铜色的脸涨得通红，同学们都极不服气地说，“才不会呢？”我又问：“要不要我找个临时班主任管管大家？”这时同学反应更强烈，坚决不要！平时最文静学习委员於文静也急得直摆手，“我们可以自己管好自己的！”我佯装犹豫地踱到王浩课桌旁，指尖敲了敲他桌角：“那要不请张老师来代班？听说他上周没收了某人的漫画书……”“别啊老师！”王浩像被踩了尾巴的猫似的跳起来，崭新的球鞋差点带翻椅子。全班哄笑中，我看见他耳尖染上绯红。这时，我看火候差不多了，就说，“那好吧，我就考验你们一次，这两天由我们值日班长负责班级事务，我们实行“自治管理”。我转身在黑板上写下”

自治“两个大字，粉笔与黑板摩擦的声响像某种庄严的仪式。当我说出“信任契约”四个字时，窗外的云絮正巧掠过太阳，给教室镀上一层柔光。

“现在开始，你们就是自己的班主任。”我把教室日志郑重地交给轮值班长，“迟到早退要登记，做操要巡查，还有一一”我朝书柜角努努嘴，“别忘了给绿萝浇水，它正抽新芽呢。”

在我返校后，班长偷偷地告诉我，“老师，我们表现得比你在这的时候都好！”听后我轻轻一笑，“你们都长大了，老师信任你们，老师感觉你们能行！”我

知道，这就是信任的力量！

## 帮助班干部克服“老好人”心理，勇敢履行职责

新北区飞龙中学 邹金炳

### 一、案例

新学期伊始，我们班通过民主选举产生了新一届班委会。学习委员小玲（化名）成绩优异、待人温和，深受同学喜爱。但开学一个月后，我发现班级作业收交情况混乱，部分学生经常拖欠作业。通过暗中观察和科任教师反馈，发现小玲存在以下问题：

- （1）对未交作业的同学仅口头提醒，不敢记录名单。
- （2）替同学隐瞒拖欠作业的理由。
- （3）值日时对违纪行为视而不见。

### 二、问题分析和教育谈话

1、通过与学生座谈和心理教师分析，小玲的问题本质是典型的“角色冲突”：（1）同伴压力：担心严格管理会破坏同学关系，被孤立。（2）认知偏差：将“尽职尽责”等同于“打小报告”。（3）能力短板：缺乏管理技巧，不懂柔性处理问题的方法。

2、于是我找小玲进行谈话。

（1）第一次谈话（办公室单独交流）：“小玲，老师注意到你最近收作业时总皱着眉头，是遇到什么困难了吗？”我用开放式提问开启对话。她低头搓着衣角：“有的同学说忘记带作业...我觉得他们不是故意的.....”

我没有直接批评，而是拿出班级日志：“上周数学作业缺交8次，是上上周的3倍。作为班主任，我需要你的帮助来了解真实情况。”通过数据让她意识到问题的严重性。

（2）帮助小玲角色认知重建。我们共同观看《动物世界》中头雁带领雁群迁徙的片段：“你看，领头雁既要指引方向，也要纠正偏离路线的同伴，这才是真正的帮助。”小玲若有所思地点点头。

（3）实战能力培养。授权赋能：明确学习委员的三大权力——记录权、汇报权、建议权。并进行话术训练：“XX同学，需要我帮你和老师申请补交时间吗？”（替代“你怎么又没交”）“咱们组作业齐了就能加操行分啦！”（正向激励）

（4）建立支持系统：安排班长协助她开展管理工作。

3、方法改进。（1）情景模拟：设计“作业催交”角色扮演，让小玲体验不同处理方式的

效果。（2）可视化激励：在班级设置“作业完成进度树”，每满一周全勤就结一颗“责任果”。

（3）错峰检查：将作业检查时间提前至早读前，避免当众催交的尴尬。

### 三、教育成效及反思

1、三周后班级出现明显变化：作业上交率从72%提升至95%。同时小玲创新性地建立了“作业帮扶小组”，主动帮助学习困难同学。同时在班委会上也能直言不讳地指出班级问题。最令人欣慰的是，她在周记中写道：“原来真正的友谊不是纵容，而是共同成长。当我把没交作业的小林留下来补作业时，他最后反而谢谢我。”

2、教育反思：这个案例揭示了青少年社会化过程中的典型矛盾。我们班主任需要努力做到：（1）区分“管理”与“告密”：通过《班干部工作指南》明确正当履职边界。（2）搭建进步阶梯：将“敢于管理”细化为具体可操作的行为指标。（3）营造支持氛围：在班级中树立“遵守规则=尊重集体”的价值观。

正如教育家马卡连柯所言：“培养一个人就是培养他对未来的希望。”帮助班干部突破心理舒适区的过程，正是培养其领导力和责任感的珍贵契机。

## 【五、活动报道及照片】

### 向阳而生，逐光而行

#### ——胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室第21次活动

五月，气候宜人，微风轻拂，阳光正好。5月9日上午，新北区胡忠梅“逐光”培育室全体成员相聚在新北区龙城初级中学，进行培育室的第21次活动。虽然本周九年级进行第一次模考，下午八九年级还要进行理化生实验考察，班主任都非常繁忙，但是培育室成员无一缺席本次活动。

活动伊始，李昱华老师给大家呈现了精彩纷呈的《弘五四精神 担青春使命》——纪念五四运动主题班会。李老师以本班学生饰演的短剧入手，简明扼要地指出了存在于学生中的摆烂行为。通过视频、与先生对话、朗诵、五四宣传员讲述、赠红花等丰富多彩的活动慢慢探究五四精神，对照五四精神寻找班级中的五四好少年并赠红花寻找班级中的榜样力量。然后学生小组讨论协助短剧中摆烂同学解决问题。班会的最后学生朗诵《青春节选》并宣誓，将班会课推向了高潮。整个课堂结构清晰，学生的思维也从班级个人走向了国家民族的层面，给迷茫的青少年指出了方向。

而后，培育室成员转场会议室，一起学习了培育室领衔人胡忠梅老师的名为“班级管理4.0：基于CAS理论的班级自适应管理探索”的讲座。复杂适应系统（Complex Adaptive System, CAS）是由美国霍兰德教授提出，指由多个智能体（Agents）相互作用形成的动态系统。胡老师的班级管理基于CAS理论，结合道法学科特点，让班级管理既有组织层面的宏观调控，又有微观的细节化管理。整个班级管理制度自上而下清晰明了，小组管理模式高效且可视化，家校合力也纳入积分管理，效果较好。

最后的评课环节中，大家对李老师的班会课赞不绝口，培育室众成员对胡老师的高屋建瓴

的理论表示钦佩，对胡老师的点滴日常管理表示赞叹，纷纷表示本次活动是五一假期后的一次精神供养，活动的每一分都不容错过，相聚的每一刻都值得珍惜。

### 活动反思一

新北区实验中学 徐英

李老师的课，内容扎实丰富，环节设计严密，逻辑清晰，环环相扣。和同学们以回顾总结的方式开启了本节班会课之旅。

整节班会课从学生生活中的真实情景导入，帮助学生解决实际问题，同时主题又与时代契合，与当代中学生契合。

正值五四青年节，运用时空对话，结合先辈们为中国做出的努力，李老师让同学们感知他们热血青春的同时，也让孩子们化身观察员，感悟到现在的祖国需要什么，及时提到了习近平总书记的殷殷期盼与谆谆教诲，让我们更加明确了前进的方向。

最后明白五四青年的具体要求后，从宏观落实到细处，找到身边的五四青年，以此为榜样，弘扬五四精神，也是某种意义上的爱国。教学设计上还有前后呼应，环节设置很精心。

细节到位，如宣讲员的绶带、小红花的卡片，黑板板书设计，都体现了李老师的充分准备。

但是，在今天的具体课堂实践中，我们还可以更细致，如提前调适设备、选择的情景导入可更贴合班会主题，尽量在课堂中让学生实现深度的思考，可能收获会更多一些。

### 活动反思二

新北区薛家中学 陆小莉

李老师语言亲切自然不疾不徐，就像一位循循善诱的大姐姐，将“五四精神”像一颗种子一样种在学生心中。

李老师课分四个板块来进行。

第一板块：忆五四，溯精神之源。通过与历史伟人陈延年，穿越时空的“对话”，让学生理解真正的五四青年应该拥有怎样的品质。第二板块：敬高阁，踏奋进之路。通过学生代表的分享，从民族祖国和人民三个角度分别分享了有志青年在不同时代下的不同体现。学生能理解青年应该拥有的品质：守护、发展和奉献。第三板块：观苍氓，寻榜样之光。让学生寻找生活中的榜样，激励自己以奋斗的姿态激扬青春。最后以展未来，筑理想之魂为结尾。进行青春宣誓。

李老师设计了许多丰富的学生活动，有情景剧展示，引发思考；有小组讨论，思想碰撞；读朗诵展示，升华思想。有坚定立誓 思想落地。每一个活动都有其独到之处，及它存在的意义，起到了至关重要的教育作用。

李老师的课不仅引发了学生的思考，也让参与这节课的我们不禁深思：我想要的青春该是什么样，我想成为的青年又是什么样。

新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室活动简报（第21期）



本期资料整理：常州市中天实验学校 纪兰