

利用主题班会提升小学高年级学生自我管理能力的行动研究

韩莹莹

贺兰县德胜实验小学 宁夏 银川 750200

摘要:培养小学高年级学生自我管理能力的重要性,可以提高小学高年级学生学习效率、培养良好习惯和增强他们的心理调适能力。利用主题班会来提升学生的自我管理能力,首先要做好规划筹备工作,确定主题、设计方案等内容;其次组织开展班会时需要精彩地开场、活动、交流等内容;再者收集分析学生反馈,对于此进行修改优化,评估行动效果方面可从测试学生自我管理能力、了解学生参与度与满意程度、观察行为习惯改变情况、跟踪回访长期效果,不断完善教育方法,不断提高学生自我管理能力。

关键词:主题班会;小学高年级学生;自我管理能力;行动研究

引言:小学高年级是一个人成长的关键阶段,提升小学生自我管理能力,对未来社会发展至关重要。当前,小学高年级的学生在自我管理方面存在诸多问题,如对学习不具有规划性、情绪调节不足等。主题班会作为学校教育形式中针对性强且参与度较高的一种活动形式,通过举行相应的主题班会可以引导学生积极进行讨论和实践,提升他们的自我管理意识和能力。因此,开展利用主题班会促进小学高年级学生自我管理能力提升行动研究,具有很好的现实意义和实践价值。

1 小学高年级学生自我管理能力培养的重要性

小学高年级阶段是学生成长的关键时期,因此培养他们的自我管理能力具有极其重要的意义。在这一阶段,课程难度和学习任务明显增加,具备自我管理能力的学生合理规划自己的时间,制定科学的学习计划。他们会根据自己所学内容的难易、重要程度,分配相应的时间和精力,避免出现盲目学习或拖延的情况。例如面对多门学科的作业,能够做到有条不紊地安排顺序先完成重要且紧急的任务,从而提高学习的质量和效率,取得更好的学习成绩;小学高年级学生处于价值观和行为习惯形成的重要阶段,具备自我管理能力可以让他们自觉遵守社会公德和学校规章制度,约束自己的言行,做到诚实守信、尊重他人、爱护环境等等。在日常生活中能主动整理自己的物品,保持整洁的学习和生活环境,养成良好的生活习惯。随着年龄的增长,小学高年级学生面

临压力和挑战也逐渐增多,例如考试压力,人际交往问题等^[1]。具备自我管理能力的学生能够更好的调节自己的情绪,始终保持积极乐观的心态。遇到困难和挫折时,能够冷静分析问题,寻找解决办法而不是一味地抱怨和逃避。心理调适能力的提升能帮助他们应对生活中的各种变化,保持身心健康。

2 利用主题班会提升小学高年级学生自我管理能力行动实施

2.1 主题班会规划筹备

主题班会的规划筹备是利用主题班会提升小学高年级学生自我管理能力行动实施的重要基础,需要对此进行全面和细致地安排。(1)做好需求调研分析工作:通过问卷调查、开展小组访谈等方式了解小学高年级学生在自我管理方面存在的问题、需求和期望,为确定主题提供依据。(2)选择合适主题;结合调研结果,围绕时间管理、情绪管理、学习管理等一系列属于小学高年级学生自我管理的关键点去确定符合小学高年级学生真实状况的班会主题如“做时间的主人”“情绪魔法师”等。(3)制订详细的方案:安排好班会的流程,如开场、主体活动、互动环节、总结等;选择合适的活动形式,比如游戏、案例分析、小组讨论等;准备好教学资源,包括PPT、视频、道具等等。(4)安排好相应岗位。针对主持人、发言代表、组织人员等,先对其进行培训,使他们熟悉操作流程和职责。(5)根据学校教学的安排,选择合适的时间举办班会;确定宽敞、舒适、便于互动的地方。

2.2 班会活动组织开展

班会活动的组织开展是提升小学高年级学生自我管

本文为银川市教育科学“十四五”规划2024年度一般课题《利用主题班会提升小学高年级学生自我管理能力的行动研究》(课题批准:YJKG24—168)研究成果。

理能力的关键,必须按部就班、有序有效地进行,才可以达到预期效果。(1) 开场精彩引入:主持人要用一种生动有趣、富有吸引力的方式让全体同学从“班”中出发,如播放一段与自我管理相关的精彩视频、讲述一个引人入胜的小故事等,使集中精力和注意力迅速地将他们聚焦在某方面,激起了他们参加班会的热情,并且很自然地导入本次班会的主题。(2) 开展主体活动。根据班会主题,精心策划各种形式的活动。例如开展小组讨论,让孩子们就自己身边的具体问题各抒己见交流想法;案例分析,让孩子们从实际案例中汲取经验教训;举办知识竞赛,增加活动的趣味性和竞争性,让孩子们在参与其中,充分领略自我管理重要性和方法。(3) 互动交流促进:鼓励他们积极发言,讲述自己在自我管理上遇到的困惑、感悟和收获。营造一种开放、包容的氛围,让学生们畅所欲言,相互学习、相互启发。老师要适时做好引导和点评工作,确保互动交流方向正确、富有成效。(4) 总结归纳要点:在活动进行到接近尾声时,对本次班会的内容进行总结。梳理重点知识和方法,强调自我管理关键点,帮助学生加深记忆和理解。(5) 鼓励持续行动:向学生宣传自我管理是一个长期的过程,鼓励他们将在班会中学习到的知识和技能运用到日常生活中,养成良好的自我管理习惯。

2.3 学生反馈收集分析

在开展利用主题班会提高小学高年级学生自我管理能力的行动中,要做好班会活动组织工作。班会第一天,由班主任带来了充满活力的自我管理小视频,瞬间点燃了小朋友们的热情,就此也拉开了本节课所讨论的“学习时间管理”的话题^[2]。接着进入到主体活动环节。这是“时间规划大比拼”游戏。每位同学先分成两组为今天的学习时间制定详细计划,同伴之间互相切磋,思想火花迸溅,最后又从正反两个方面给他们举了案例:让大家分析优劣,让他们明白合理规划时间的重要性;随后与同伴交流并认真聆听对方发言或倾诉苦恼、经验与心得,有的同学是苦于布置不完整的作业没有及时完成,有的同学则是巧妙地制定闹钟提醒大家完成作业,现场气氛十分欢乐。

2.4 活动内容调整优化

活动内容的调整优化,是确保主题班会不断有效提升小学高年级学生自我管理能力的关键。以学生的意见为导向,在主题班会结束后,要对学生进行问卷、面谈等方式了解学生反映什么样的案例比较抽象,就将其换成校园生活实际情况;如果觉得互动环节少,可增加一些小组竞赛、角色扮演活动让学生参与到相应的活动中

来加深他们对于自我管理这个概念的认知^[3]。紧跟教育热点及趋势,根据时代发展,联系当前所处的教育热点和潮流,如“双减”政策下强调学生主动学习的话,那么在主题班会上可适当地多加入培养学生自主学习能力的的内容,像介绍高效学习方法、分享自主学习经验等等。考虑每个孩子个体差异,如小学高年级的学生性格不同,学习能力不同,因此就要通过设计一些分层活动。如学习能力好的学生,可以参与一些拓展性的讨论。

3 利用主题班会提升小学高年级学生自我管理能力行动效果评估

3.1 自我管理能力测评

自我管理能力测评是对利用主题班会提升小学高年级学生的自我管理能力行动效果进行评估和检验,可以科学、客观地反映出小学高年级学生能力的变化。(1) 制定测评指标:围绕着学习管理、时间管理、情绪管理、行为管理等维度制定详细且可量化的测评指标,如学习计划完成率、合理分配时间、调节情绪频率等内容。(2) 选择测评方法:采取多种测评方法。例如,问卷调查了解学生自我管理的主观感受和认知;行为观察在日常学习和生活中观察学生的实际表现;学业成绩分析,在开展班会前后比较学生的学习成绩变化。(3) 实施测评过程:在开展主题班会之前和开始之后分别对学生进行测评,确保数据的准确性和可比性,严格按照测评指标和方法进行操作,保证测评过程的规范性。(4) 分析测评结果:通过对测评结果统计和分析,找出学生自我管理能力的提升点和存在的问题。经由前后数据的对比,判断主题班会影响学生自我管理能力的变化。(5) 反馈测评信息:将测评结果及时反馈给学生和教师,让学生了解自己的优势和不足,明确努力方向,从而对于教师调整教学策略、改进主题班会内容有依据。

3.2 学生参与度与满意度

学生参与度和满意度是衡量利用主题班会提升小学高年级学生自我管理能力行动效果的重要指标,如果他们参加了多少次班会,那么就认为这次班会内容、形式都比较好。可以看出参加得越久、表现得越好,他们也希望通过这次班会的活动来改进缺点或不足。如何观察学生在班会中的表现呢?如果主题讨论环节,学生积极发言,说明自己想在实际自我管理方面有什么经验和困惑,并提出自己独特见解,就说明对于此项活动充满兴趣,积极性高;如果学生分工合作交流感受,共同完成任务,那么对此类活动也非常热爱,有很大的参与度。还有一些同学也喜欢参加互动游戏,认真完成各种相关任务等,也体现了较强的参与度。而后从学生的满意程

度方面考虑:询问学生参加活动之后自身存在什么样的问题,主要途径有哪些?可通过调查、访谈等几个途径征求学生的意见^[4]。如果大部分同学都表示班会的内容很丰富,让他们觉得挺有趣的,能帮助他们解决实际自我管理遇到的问题,且组织了许多具有趣味性的活动,如角色扮演、案例分析等等,让他们印象深刻,这说明班会无论在内容上还是在形式上都得到了他们的认可。

3.3 行为习惯改变观察

行为习惯改变观察是评估利用主题班会提升小学高年级学生自我管理能力行动效果的直观方式,能够切实反映出主题班会对于学生实际行为的影响。(1)学习习惯观察:留意学生在课堂上的表现,是否更专注地听讲、做笔记;是否课后依然按时完成作业,复习和预习时间合理,有无增强学生学习的自主性和计划性;(2)时间管理习惯:留意学生是否学会合理分配时间,如:在课间能否合理安排休息和准备下节课的时间;放学以后制定并执行学习和娱乐的时间计划,不再拖延。(3)情绪管理表现:关注学生面对学习压力、人际交往问题的情绪反应,是否能更冷静地处理问题,控制自己的情绪,减少冲动行为。(4)生活习惯变化:关注学生日常生活中的表现,如:是否能自己整理书包、书桌,保持整洁;是否能够按时起床、睡觉养成良好的作息习惯;(5)社交行为转变:留意学生与同学交往时,是否更懂得尊重他人、分享合作,遇到矛盾能够积极沟通解决,社交能力是否有所提升。

3.4 长期效果跟踪反馈

长期效果跟踪反馈是全面评估利用主题班会提升小学高年级学生自我管理能力行动效果的重要环节。通过对主题班会的不断跟踪,可以了解主题班会对于学生自我管理能力的长期影响,为日后教育带来指导作用。在开展完主题班会之后制定详细的跟踪计划,明确跟踪周期、方式和内容等^[5]。可以每月进行一次问卷调查,可以每学期进行一次面谈了解各个阶段自我管理能力的变

化情况;不仅要关注学生本人在学习上表现如何,成绩是否稳定提升、学习方法是否更科学?还要留意他们在生活中行为习惯,像是否能独立完成家务、合理安排休闲时间;观察学生在社交中的表现情况,是否能更好地处理人际关系、团队合作等。向学生本人、家长和老师收集相应的反馈信息。学生的自我感受能够反映出他们内心的改变;家长能够提供学生在家中的表现情况;而教师则能够从课堂和学校活动中观察到学生的行为转变。分析跟踪反馈的数据和信息,若发现学生在某些方面的自我管理能力提升不明显,及时调整教育策略。可以增加相关主题的班会活动,或者提供个别辅导,保证学生的自我管理能力得到持续提升。

结语:

未来,为了让主题班会在提升小学高年级学生自我管理能力上发挥更大作用,需要从多方面进行深入的探索 and 不断完善。在设计与实施过程中,可以结合时代发展和学生需求,运用虚拟现实体验、线上线下融合活动等新颖形式,融入积极心理学、项目式学习等先进教育理念。加强同家长、社会的联系,邀请家长参与到班会中,走向社区开展各种教育活动,形成较大的教育合力。持续跟踪小学高年级学生自我管理能力提升情况,并根据结果及时调整和改善教育措施。

参考文献:

- [1]宋晓东.小学数学中高年级学生自我检视能力形成的有效路径研究[J].教师,2025(9):74-76.
- [2]龚莉.赋能视角下的小学生自我管理能力培养策略研究[J].教育界,2025(11):11-13.
- [3]李桃花.小学劳动教育与学生自我管理能力提升研究[J].漫科学(中旬刊),2025(10):212-214.
- [4]马云.小学高年级数学自主学习能力培养研究[J].中文科技期刊数据库(全文版)教育科学,2026(2):053-056.
- [5]黄玉华.基于家校共育的小学高年级学生自我管理能力研究[J].教学管理与教育研究,2023,8(3):25-26.