



探究学生打盹问题的产生原因及解决之道

具体操作实践办法

——2020级12班



写在前面



各位老师，按照级部教学促进中心知行班的规划设定，朱元忠老师带领我和赵书田老师、史玉林老师进行第一个微课题“激发学生学习内驱动力”的研究，经过细致的调研、充分的讨论、后期的印证，朱老师在此之前已经将我们的调研结果进行了总结、汇报和交流。我们探究的切入路径是多方面的，下面我从班主任层面结合本班级的一些做法向大家做以下汇报，希望能得到大家的批评指正。



朱老师在问题设置上与我们进行了探讨，根据老师们的教学经验和日常观察，总结了以下问题：

- ①你在什么时间段或什么情况下最容易打盹犯困？
- ②你打盹犯困的原因有哪些？
- ③打盹犯困时，你用什么方法来驱赶困意？
- ④你希望学校、老师和家长如何帮助你解决打盹犯困的问题？

结合学生的问卷调查和老师们的后续观察，此类问题确实直击要害，那么这些问题就是我们帮助学生克服惰性、提高自律意识的重要抓手。



结合本班级的情况，大体分为两类，一类是班级的共性问题，一类是部分学困生的问题。共性问题的实践方法，和许多班级的做法基本一致，甚至还有欠缺。很多的方法只能治标，不能治本，两者结合，效果尤佳。下面我将从以下方面进行说明：

①班主任总体把握。利用各类活动、各类班会、各次成绩、重要时间节点、目标确立、家校努力等，激发学生的竞争意识和学习动力。

②班主任个体突破。结合具体学生的具体情况，联合家长和任课老师进行引导、感化、促进、改变和提升。

③班主任辅助任课教师。共同努力落实高效课堂的相关要求，配合促进学生碎片化时间的利用，提高课堂效率，抓住提升机遇。

（按照顺序重要性逐级递增）





总体把握



总体把握——治本



治本，就是从思想上让学生做出改变，认识到学习的必要性、时间的紧迫性，打造良好的学风。

1. 开好学习相关的主题班会。至少一月一次大型主题班会，无论主题如何，都会回扣学业。借力学校，传播身边优秀的学生榜样和优秀做法；借助网络，搜寻其他地区和学校的优秀先例；掌握最新的高考讯息例如教育部二轮双一流高校评估等，增强紧迫感，增加新奇感，熏陶学生。



总体把握——治本



2. 严肃看待、仔细分析各次成绩及开好每一次考试总结班会。每次成绩，都要认真仔细分析，尽量具体到个人，让学生认识到集体对于成绩的重视程度高于一切，有表扬，有鼓励，有批评，明确阶段性学习目标，写好每一次的考试总结，严肃正视自己出现的问题，在下一阶段的学习中力求改正突破。每次的考试总结都汇总入学生成长档案。



总体把握——治本



3. 把握重要时间节点。目前班级把握住的主要时间节点有以下几个：抓住高一升高二的契机，利用座次的调整，快速落实8分钟进课堂，践行碎片化时间利用；借助高二上学期收心考试成绩不理想，鞭策学生，学风逐渐浓郁，在高二上月考取得最好成绩；借助高二下收心取得的不错的成绩表扬一大批假期的优秀做法，为后续假期做铺垫；借助高考倒计时100天，帮助学生更好认识时间的紧迫性；借助高考倒计时三个月，帮助学生体悟惜时如金，分秒必争；借助高考倒计时60天，线上学习再动员，为后续进一步深化碎片化时间利用打前站。

综合以上两点，就能够形成一定程度上**较好的学风**。



总体把握——治本



4. 家校配合。全凭我们自身的努力是远远不够的，孩子就是家庭和家长的缩影，要充分动员家长参与到教育教学中来。经常性的在班级群分享优秀学生延时学习、追问老师问题、激烈课间讨论的图片，分享老师们加班加点辅导学生认真上课的身影，能够很好的调动家长。尤其是对于学生电子产品的管控上，有很大帮助。

5. 分阶段、分层次制定个人目标，一次不行，多次进行，逐步让学生的求学目标变得清晰明确可行。



总体把握——治本



6. 火车要想跑得快，全靠车头带。良好的班风需要一批品质好、学习好、威信高的学生带动。除了关注班级的尖子生，要能够挖掘刻苦努力的典型，对于很大一部分后进生来说，这才是能改变他们懒散的榜样。所以班级在座位滚动上，模式比较单一，一次大型考试换一次，特长生固定座位，三四个尖子生固定座位，勤奋刻苦生固定座位，尖子生和勤奋刻苦的同学重合度比较高。这样安排对于部分学生而言或许是不公平，但对于集体的班风学风打造有很大帮助。我个人认为，在相对好的位置上睡觉不认真努力也是不公平的体现，所以当你低头睡觉、走神无所事事的时候就没有了公平可言。



总体把握——治标



1. 一日之计在于晨，早上的重要性不言而喻。相较于晚自习，早自习显得更为重要一些，代表了学生一天的精气神。由于本身担任英语学科教学，所以早上来的次数较多，能够经常性的提醒犯困学生。
2. 经常随堂听课不太可能，但是一周一节是完全可以的。除此之外，利用闲暇时间，多查看监控，多去教室后巡视，缓解任课老师的课堂管理压力，让学生紧绷一根弦，不敢睡。理科课程难度一大听不懂，文科课程眼高手低记不住，都是普通班学生的问題，还是要从思想上进行改变。



总体把握——治标



3. 上午1.2节犯困主要还是因为晚上休息不利、没有利用好早读后的课间休息、以及休息时间过度兴奋导致，主要通过引导学生进行碎片化时间的利用，进行改善。
4. 课间有困意较为普遍，长期处于封闭环境下，会导致疲倦等问题，引导学生短暂外出呼吸新鲜空气放松身体为最佳，或让学生趴桌子休息片刻。
5. 跑操等运动回来后的精神不佳情况，首先要保持此时间段教室内空气的流动，借助任课老师的帮助解决。



总体把握——治标



6. 大周返回后犯困同学较多，因为返校当日多数同学中午都不进行午休，加之部分同学假期过度放松，很容易出现此类情况。基于此，我认为每次返校后年级部和语文组设置新闻周刊等方式是十分合理的，提升学生兴趣，兴趣战胜困意。





个体突破（不呈现）





辅助任课教师



辅助任课教师



每一门课，学生的成绩如何、表现如何、潜力如何，作为班主任，只能结合日常观察和考试成绩有一个粗浅的认识，谈及学生的状态等问题，最有发言权的绝对是教学单元内的各位任课教师。

所以，要团结任课教师，维护任课教师，协助任课教师，得到一手的课堂信息有的放矢，更好的沟通学生情况，齐抓共管，反作用于更为和谐高效的课堂环境和氛围。



辅助任课教师



①利用好教学单元会

主动交流学困生的具体问题，请任课教师们陈述此类学生近期的情况，互相探讨寻求解决办法。

②动员老师们强化高效课堂

对于课堂回应、记笔记等课堂事宜进行沟通交流，确定要求。先从班主任层面进行要求，抓课堂。从自己的课堂坐起。

③任课老师都有其各自的风格与方法，任课教师的努力也正向作用与班级的管理，这是很好的互相成就！



最后



以上就是我们组的研究汇报以及结合自身班级的一些实践做法，很多做法是班主任们都在做的，一些做法还不成熟，希望各位老师谅解。未来也一定会在班主任的工作岗位上不断摸索前进，寻求进步。感谢朱老师、赵老师、史老师在本次微课题研究中的严谨态度和细致精神，希望我们的此次课题研究能给大家的教学和管理带来一定的帮助。

谢谢大家！





谢谢大家