

小学生作业减负问题的实践研究

◆ 邓 华

(姜堰区第二实验小学教育集团三水校区 江苏省泰州市 225500)

摘要:当下困扰小学生的主要问题是过重的作业负担,它不仅影响了小学生的生活休息时间,也给孩子造成了严重的心理压力,因此,对小学生作业负担问题的研究有着重要意义。本文通过对小学生作业负担、减轻压力等问题进行研究与分析,以小学生作业负担为背景,通过媒体力量、各种教育网站,搜集了一些相关信息,进一步讲述了小学生为何减压,减压方法以及减压效果如何,并且以科学的手段作为导向,并提出学校、教师以及家庭等应该采取的解决办法,希望基础教育工作者能够适应小学生可持续发展的需求,使减负工作落到实践中。

关键词:小学生;作业减压;实践研究

引言:

在教育事业的发展道路上,小学生的作业负担问题已成为教育行业比较突出的问题,是当下急需解决的教育问题,需要采取有效的政策和措施。虽然国家也在对这方面的问题不断解决,但实际效果并不是很明显。同时,由于当下家庭在小学生学习方面施加一定压力,造成小学生自身学习负担、心理压力比较大,给小学生身心健康造成负面影响。面对这种现状,需要通过父母、学校等各个方面全面配合,让小学生接受基础教育的过程中,重视小学生健康、快乐成长,才能使小学生在拥有一个好的教育基础,拥有一个明媚的童年生活。这也是此篇文章所要表达的内容。

一、小学生减负背景、现状、原因分析

(一)小学生减负的背景

“减负”的本质是“减压”,小学生的压力实际来源于在学习过程中承受的各种紧张而产生的一系列心理、行为反应^[1]。每个家长都希望孩子从小开始接受良好的教育,对于小学生学校、学习环境等方面选择,都以给孩子最好的为目标,以便后期小学生有扎实的基础教育,但往往忽略了小学生的心理发展,也忽视小学生的兴趣爱好,一味让小学生按照家长所设置的发展方向前进,而根本不去关注小学生需要什么、喜欢什么,国家已经在改善这一问题,但是效果并不是很理想。

(二)小学生减负的现状

小学生对学校的认知感也是压力的反映,据相关统计数据可以了解到,百分之六以上的小学生感觉学习压力很大,而只有不到百分之七的小学生感觉学习比较轻松,这些数据充分说明了小学生的学习压力较大,这也是当前小学教育所面临的严重问题,如何才能给小学生营造一个轻松氛围的学习环境,是当下必须探讨解决的重要问题。

(三)小学生压力形成的原因

小学生在学习过程中,不仅要面对学校的作业、考试压力,同时也要面对家庭方面施加的压力,现在的小学生很少有自己的课余时间,除了在学校上课以外,假期还会有各种奥数、英语之类的辅导班,长时间的学习使他们的身心疲惫,失去小学生本该有的天性,部分学差生还要面对家长的质疑、老师的冷漠等^[2]。这部分小学生在学习中无法获取成就感,在家庭受到关爱比较少,从而当下不少小学生产生不同程度的心理问题。

(四)小学生减负的原因

大量的课业负担已经严重影响了小学生的心理健康,为了使小学生能够获取课外活动,有更多时间发展个人爱好,需要家庭、学校相互配合采取相关措施,帮助小学生减负减压,帮助小学生从沉重的学习中解脱出来,让这部分小学生朝着快乐、健康的方向发展。同时,在长期的学习压力下,对小学生性格、心理发展产生一定的负面作用,与当下所提倡的“阳光入学”、“不留作业”、“零起点”教学理念相背离,因此采取相关措施对小学生进行减负具有一定迫切性。

二、减负面临的突出问题

(一)减负存在认知矛盾

当下部分学校所采取的减负措施仅仅是简单地走形式,严格地控制了学生在学校的课间活动时间,且要求学生放学后必须快速离校,同时对于当下所提出的减压减负思想缺乏深入讨论、体会,让教师误以为减负就是增加学生音乐、体育等课程,而没有从教学设计、作业布置等方面去考虑减负问题,其中为小学生所设立的兴趣爱好小组,无法从根本上解决小学生学习压力问题,让

小学生产生减负就是不用学习的错误想法,这就是减负存在认知矛盾。

(二)减负后缺乏组织活动

减负后应引导学生参加课外活动和社会实践活动^[3]。由于一些学校办学条件有限,学生课外活动所需要的音乐设备、体育活动器材不全,影响了课外活动的正常运行,教师对小学生兴趣活动指导存在一定偏差,导致部分小学生课后消磨时间出入网吧、游戏厅等,造成小学生减负减压具体实践活动遇到一定的阻碍,对小学生健康成长产生不利影响。

三、在小学阶段如何有效地进行小学生作业减负

(一)教师的帮助

由于小学生面对家庭、学校等方面的压力,部分小学生产生厌学的心理,主要表现为情感上的淡漠、行动上的逃离,这部分小学生学习没有明确的目标,讨厌学习,不认真听讲,不完成作业,作为小学教师要仔细观察学生的一言一行,帮助小学生解决学习上遇到的困难,消除他们的厌学心理。

同时小学教师还需要作为倾听者,以朋友的身份靠近小学生,帮助他们缓解内心的作业压力;通过问卷调查的方式,了解小学生对所布置作业的要求、心理发展情况等,并且按照小学生的需求适当对作业布置进行调整,以及让小学生感受到教师的关心,能够在教师的启发下认识到学习对人生的影响;对于部分厌学情绪比较严重的学生,可以让学校心理教师帮助其改善这种情况。

(二)良好的学习氛围

要帮助小学生减负就需要家庭、学校的相互配合,家长需要对小学生经常关心,引导其正面对待学习,培养小学生学习积极性、主动性,让他们拥有一个健康良好的心理状态,比如借助多媒体向小学生播放学习方面励志的视频,一方面帮助小学生调节心理压力;另一方面让小学生在学习方面有长期打算,能够将自身面对的压力转化为学习的动力。学校要对小学生加强心理教育,针对有压力的学生进行单独辅导,让有压力的学生感受到学校对自己的重视,帮助其克服心理障碍,尽可能使其积极、主动地去学习,从而间接性促进学校教学水平的重要方法。

(三)适当的劳逸结合

正确引导和组织小学生参加有助于身心健康的运动和实践活动,减负后学生有了充裕的时间,这就需要老师组织一些积极活动,学校也要增加有利于学生开展活动的设施,在音乐体育等方面添加必备的器材和仪器,使学生在学校能够劳逸结合^[4]。回到家后也要有放松的时间,比如适当的看动画片、玩游戏等,家长应该陪他们做一些跟他们兴趣爱好有关的活动,比如拼图游戏等,或者跟他们讨论在学校发生的趣事,让他们在家中能够全身心的放松,而不是像在学校那样在紧张中度过,适当的运动能使他们的大脑更加灵活,强化他们的学习能力。

四、结束语

“减负”这个词对于我们来说并不陌生,国家也一直在积极配合实施这方面的措施,而主要是家长们的配合,家长要主动了解过重的学业给小学生造成的不良影响,积极与学校老师进行交流沟通,要对学校对小学生进行的减负活动及措施保持理解和配合,督促其按时完成学校布置的作业,宽容对待孩的小学生错误,耐心给与指导。

学校应完善各种设备为小学生减负活动开展提供保障,老师应该经常组织有助于学生身心健康的社会实践活动,使学生的课余更加充实、有趣,使每个学生都能够根据自己的兴趣爱好选择性地开展活动,丰富自己的课外时间。

参考文献:

- [1]张丽丽.小学生作业减负问题:媒体调查与分析[J]语文论坛,2017,11(12):14-15.
- [2]徐娟.小学生减负舞台与策略研究[J]神州教育.2019,02(06):77-79.
- [3]屠传信.小学生减负的家庭教育指导问题[J]聚焦.2014,19(02):18-20.
- [4]田华.中小学“减负”策略研究结题报告[J]黑龙江教育学院学报,2014,20(04):136.