

## 编者按

进入新学段,学生面对难度加大的学习内容、学习压力和加快的学习节奏,常常出现不同程度的不适应现象,有的学生甚至会出现明显的学习障碍或心理问题,一些家长也会因此焦虑。教师怎样通过教育行为帮助学生快速适应、顺利过渡是一个值得关注的课题。本期专刊邀请在“学段衔接”领域有深入研究的知名学者、来自基础教育一线的名师名班主任,围绕学生跨学段学习特点、引导方向、指导策略等问题进行深入探讨。

# 学段平顺衔接,教师如何作为

宋萑 宋烁琪

学段衔接是教育工作的重要组成部分,当前我国基础教育主要涵盖幼儿园、小学、初中、高中四个学段,虽前后连接、互为贯通,但是每个学段各成系统,在目标、要求、内容、形式、方法上存在一定差异,学段间的不衔接现象,严重的甚至会割裂学生的连续成长。

《义务教育课程方案(2022年版)》特别指出强化不同学段衔接的重要性,旨在加强从小学至高中的课程一体化设计,这对于义务教育阶段特别是学段衔接的教师而言有着重要的导向作用。新学期伊始,面对尚不熟悉新学校的学生以及随之而来的各种适应性问题,教师通过科学灵活的方式引领学生顺利衔接,尤为重要。

题不尽相同,难以找到一成不变的阶段性标准。由此,教师除了需要关注学生的当下,亦需将他们作为发展的个体,协助他们在这不连续的教育时刻完成自己作为主体的过去、当下与未来的联结,进而形成完整的生命叙事。

例如,教师可以组织“我的自传”等主题活动,邀请学生撰写个人自传并集体交流。这一过程既是学生与自我深度对话的内省,也是形成班级凝聚力的重要方式。教师可以从学生的视角了解他们的过往经历、对新学段的思考以及对未来的期许,尝试从一个个独特而完整的生命个体视角解读学生,以倾听的姿态缓解他们的衔接焦虑。

动,更不能因其未能跟上既定的外部节奏就一味苛责,而是要家校携手,从学生自身特点与新场域的匹配出发,共同寻找适用于不同个体的起跑节奏,最终凝练为每个学生在新学段的不同发展方向与主轴。

例如,小升初阶段的学生面临科目与作业增多的变化,此时家长和教师不应过分执着于完成度,而需帮助学生逐步调整作息习惯,通过良好的时间管理逐步建立学习新模式,让学生以更自如和持久的方式开始自己在新阶段的长跑。

需特别关注的问题。

具体而言,教师可以多组织学生围绕入学适应中的核心议题开展项目式学习及团体性竞赛,促使学生在轻松有序的氛围中了解彼此,在相互支持中建立友谊,形成良性的同辈关系。在此基础上,教师可以请全体学生共同商定班级公约,强化他们的集体意识与责任意识,让良好的班风为集体赋能。

教育入心是当代教育面临的重大课题,特别是对于刚升入高中的学生尤为迫切。经历中考后,他们的意识、感情开始内隐,在心理和行为上表现出强烈的自主性,不认同成人的说教,想挣脱制度的束缚。二十多年的班主任工作中,我针对高一学生的心理特点,逐渐沉淀出了学段衔接教育的“七心”方略。

## 以班级文化涵养学生心性

要建新班级,需文化先行。班级如乐队,想演奏出和谐乐曲,需要为乐队规定乐调,也就是班级文化。新班成立时,我和学生一起头脑风暴思考班名,一个孩子提议拼音 zhi cheng,其他人纷纷做注解,班级文化就形成了:zhi cheng 可以是众志成城,班级将像长城一样坚不可摧,可以是志成青年携手与共,志向达成。每一名学生在日记里写下 zhi cheng 之约,终生之约。

与学生一起取班名、设计班徽、编写班歌,我们在活动中达成共识,班级文化凝练为班级价值,成为每一名学生的行为准则,成为触发学生个体心灵成长的重要基础。

## 以自身示范滋养学生心灵

我一贯要求学生为人学发真诚心,也时时警示自己给学生做好示范。

一是以诚心珍视每一颗心。班里有一个男孩十分易怒,没有朋友,独来独往。为了保护学生的自尊心,我通过微信了解到他的成长经历:与粗暴的爸爸长大,不懂与人相处之道,患有长期胃病。于是我就做他的朋友和粮库,渐渐地,他开始懂得关爱别人、控制情绪,在班里开始交到朋友。班里有个孩子家长去世,成人仪式无人陪伴,我就以家长的口吻为孩子写信,陪他跨过成人门,久而久之,孩子们都叫我海岩妈妈。

二是以诚心陪伴每一个人。每天我都会早早赶到班里,笑脸迎孩子,中午在班里陪他们午休,晚上陪他们自习,悉心观察他们的情绪变化,及时进行谈心谈话,耐心引领成长。我的作为学生看在眼里,时间久了,就有了“滴灌入心”之效。

## 以生活智慧给养学生心智

班级需要默契,默契来自教师的日常鼓励。我告诉学生有一种5分钟原则,即无论干什么事情,都要比规定时间提早5分钟,并首先身体力行做表率,所以在我的班里,迟到现象极少。

生活中,我常用打比方的方式表明态度、讲清道理,学生心悦诚服。高中阶段早恋是不可忽视的现象,我以班里养的花枯萎为由教育学生:花开前的期待最美,高中的恋爱就像这些花,越过了期待的美感,将是人生的一大憾事。青春期的学生心爱慕是人之常情,也是孩子的隐私,需要教育者润物无声地引导。

## 以同伴力量补养学生心力

今天的高中生活受网络影响极大,假期里往往宅在家里玩游戏、刷短视频,或者奔波于学校与课外班之间,孤独成为高中生的普遍心理感受。作为教育者,应重视这一问题,帮助学生在集体中成长。

我的班级实行“成长小组制”,根据个人意愿,组成4至6人的成长小组,组员共同取名字、定组长、选名言、明目标、拟计划,并定时组织活动,形成共同成长档案。我要求每一小组需在学期初制定计划,期中期末汇报总结,孩子们结伴成长,乐在其中。

## 以集体文化激发学生心气

每个优秀的班级都有一种隐形的氛围,这是学生在班级文化浸润中形成的精神气。班主任要做不断工作的鼓风机,维持这种精神气。

新高一班级像一盘散沙,于是我不断引导学生,班级拧成一股绳,才能挖掘最大潜力。学生干劲十足,创造了骄人成绩,运动会包揽了所有集体项目的冠军,荣获总分第一名,合唱比赛,我引导孩子自主选歌、安排练习,设计演出服,一曲《中国军魂》征服了全场。

为了缓解学习压力,我带着孩子们养花、养鱼、养蜗牛。学生在日记里写道:我们为小龟换水、喂食,也学会了等待与守候。

## 以家校合力纾解学生心结

我是一名班主任,也是一个母亲,双重身份让我意识到,家长无力处,班主任有为时。体会到自己教育孩子的难,我就更加尽力做好班主任工作。很多家长把我当作“老大姐”,小到孩子的衣食住行,大到学生逃学、离家出走,甚至抑郁想自杀等问题都会向我诉说。在解决学生问题的同时,我也义务为家长疏导心理,排忧解难。

专业的班主任决不能只当“救火员”,需要未雨绸缪,行于未然。大多数家庭缺少真正的亲子交流,为此,我开展了系列“捆绑式”家校活动:策划“家长故事”等学生感兴趣、家长有发言权的主题,让家长参与其中,融洽亲子关系。同时我也深知,孩子的成长需要欣赏者,面对升学压力,很多家长只关注成绩,对孩子吝惜赞美。于是,我设计了“特长展示”“创意运动”等活动,让家长看到孩子的优点与长处,成为孩子成长的欣赏者。

## 以教育活动培养学生中国心

班级是育人、为国育才的前沿阵地,高中阶段是学生走向成熟的关键期,班主任在为学生个人“强心”助力的同时,要善于通过教育活动,培养学生的“中国心”。我发动在各行各业取得成就、正能量满满的往届生,通过开讲座、录视频等方式,指导学生的学习生活和生涯规划,用鲜活的事例让其明确个人与国家的联系。

教育是心灵的艺术,面对学段过渡阶段的学生,教育者尤其要开动脑筋,思虑深远,以春风化雨的方式去理解、触摸、感染孩子们的心灵。

(作者单位系北京市丰台区第二中学)

# 高中新班衔接的「七心」策略

张海

## 1 “倾听”学生主体的生命叙事

人的发展是一个循序渐进的过程,对于初入新学段的学生而言,升学意味着进入新的发展阶段与社会角色,需要有层次性和渐进性的调整与适应。

在这样的新阶段中,学生一方面需要熟悉知识、人际、空间等多种要素的骤然变化,另一方面需要调和这些变化与他们过往经历及未来生活之间的关系,促使自己的经验得以发展与延续。因此,面对仍处于衔接期的学生,教师不能仅凭借他们当下的具体外显行为,就将其发展水平简单标签化为“适应”或“不适应”,而是需要扎根于不同学生的整体生命脉络中,倾听他们的个体叙事。

对于大多数学生而言,新环境中的干扰因素难以把控,适应过程并非线性、可预设的,不同家庭、教育及社会背景的学生在该时期所面临的情形与问

## 2 家校携手重构“起跑线”价值

不能输在起跑线上,一直是学段衔接中被教师与家长广泛热议的论点,尤其是对于许多家长而言,一步慢,步步慢,的焦虑心态一直贯穿于整个衔接期。因此,如何认识和建构“起跑线”这一概念是学段衔接中教师和家长需要共同关注的话题。

社会时钟是社会心理学中的一个重要概念,指个体生命发展中主要里程碑的心理时钟,通俗来讲就是“什么年龄做什么事”。需要明确的是,我们常言的“起跑线”正是一个社会时钟的关键节点,学生在这节点所外显的行为或问题实质是其过去经验(学习习惯、知识积累、社交交往等)与新场域的要求是否匹配的折射,而非能力水平高低的单一展现,更不能决定学生最终的发展及成就。

因此,教师和家长需达成共识,不能仅关注学生升学后的成绩与排名变

## 3 善用“同辈”力量为衔接赋能

学生群体的“同辈文化”在其衔接过程中发挥着至关重要的作用。对基础教育阶段的学生而言,进入新环境时能否建立良好的同伴联系以及能否融入新集体是他们关注的重点,能否建立归属感是学段衔接是否顺利的关键影响因素。

因此,教师在学生入学适应阶段的班级文化建设尤为重要,要充分发挥同伴文化的积极影响作用,形成班级合力,实现集体的顺利过渡。具体到教育实践中,教师可以在新学段与尚未相互熟悉的学生共同创设一些具有仪式感的启动事件,例如取班名、定口号、设计班服等,帮助学生在集体中找到定位、找到方向。

值得注意的是,随着学段升高带来的学业压力,学生之间的竞争逐渐凸显。虽然一定程度的竞争可以营造良好的学习氛围,但是过度竞争容易造成对立与冲突,加速班级的割裂与分化。因此,如何平衡竞争与合作的关系,进而构建美美与共的同辈文化是高中段教师

## 4 “联合教研”助力持续发展

入学适应并非高学段教师的独立工作,而需与其他学段、机构进行联动,特别需要不同学段教师之间的“联合教研”,共同助力学生的持续适应与发展。

联合教研包括纵向教研和横向教研两个维度。从纵向层面看,义务教育的课程与教学可以被视为涵盖着两极的连续光谱,换句话说,小学一年级至高中三年级是由“儿童中心”向“知识中心”逐步转换的过程,因此,每学段的衔接阶段可以被视为这一连续体发生断裂的过程。这需要前后两学段的教师双向对接,为学生搭建过渡的桥梁,而非仅仅依赖或问责于其中一方。基于此,不同学段教师的“联合教研”可以为彼此构建开放平等的交流空间,共同探索求同存异的可能方案。

从横向层面而言,同学段不同学校的学科教师可以共同开展“联合教研”,在共同体中交流各自面临的问题或经验,进而以实践共同体的形式找寻学科知识与教学法有效衔接的路径。由此,可以实现不同阶段不同背景的教师全方位联动,共同为学段衔接培育良好的生态环境。

(作者单位系北京师范大学教师教育研究中心)

# 学段启航需要“心”适应

郭玉良

刚开学几周,就有不少新初一的孩子找我哭诉各种不适应:不适应班里五十多个陌生的面孔,不适应没和好朋友分到一个班,不适应老师上课太严肃,不适应学习难度增大、作业太多、学习时间太长。

小学升入初中,是学生成长道路上一个重要的转折点。七年级新生不仅要面对学习环境、学习任务与内容的变化,还要面临新环境中人际关系重新建构的挑战。同时,小升初是青春期的起始阶段,学生还要应对自己身心发育带来的困扰,每个孩子都将有一段调整自己原有认知、行为、心理的过程。好的开始是成功的一半,开学适应期是教师和家长引导孩子调整状态、缓解不安的黄金时间。教师需要通过一些心理辅导工作,帮助新生顺利度过适应期。

## 了解学生心理变化,融洽师生关系

小升初阶段是学生从幼稚走向成熟的心理断乳期,主要表现特征是半幼稚和半成熟、独立性和依赖性、冲动性和自觉性交错发展。在青春期的初期,学生开始关注自己的内心世界,期待他人尤其是师长对自己的尊重。与小小学时期渴望得到生活、物质、学习等方面的关心和支不同,进入初中后,他们更希望得到精神上的鼓励和关怀。对待心理状态不稳定的初一新生,教师只有充分了解他们的心理变化,真诚地走近学生,才能做好心理过渡期的引导工作。

首先,教师要重视情感投入,建立良好的师生关系。教师的关心应体现在细节中,一个鼓励的眼神、一个真诚的微笑、一句由衷的赞许或一个温柔的手势都可以让学生感到被重视、被欣赏,获得温暖。

其次,要拓展师生沟通渠道,融洽师生关系。新生对教师一般都存有敬畏感和距离感,此时教师要主动作为,跟班里每位学生的家长联系并长谈一次,详细了解学生的家庭环境、成长历程、学习情况、性格特征以及心理状态等,做到心中有数。在了解的基础上再找学生谈心,谈他们的兴趣爱好、梦想目标,倾听他们的心声,接纳他们的个性,理解他们的思想观念和情绪特点,努力成为他们真诚的

朋友。此外,还可以在班级设立“心理信箱”,鼓励学生写下自己的心里话,向教师提意见或合理化建议。只要保持良好畅通的师生沟通渠道,教师就能及时掌握学生的心理变化,并采取相应的辅导方法帮助学生适应。

再次,教师可以利用好各种活动,让师生关系变得更加密切。班级共同活动是拉近师生情感的有效手段,可以让学生从心理和情感上接受、信任教师。好的关系胜过一切言语,在学段衔接的关键阶段里,良好的师生关系可以在最大程度上增进理解、化解误会。教师也应不断提升自己的专业指导力,为学生营造安全踏实愉悦的心理氛围,帮助学生顺利度过适应期。

## 积极开展集体活动,培养学生凝聚力

在激素变化的影响下,处于青春期的孩子往往会变得敏感、紧张,更加在意同龄群体的目光,渴望得到同龄人的认可和真诚友谊。但是在小升初阶段,他们在新环境中的人际交往发生了很大变化,一方面要适应来自不同学校、街道的陌生同学,另一方面小学六年建立的稳固的友谊关系被打破,造成很强的不安及失落感。

基于种种变化,大部分学生在进入初中后会身边的同伴存在较强的戒备心理,易造成误会与冲突,这对他们建立新的友谊以及培养班级凝聚力十

分不利。

因此,教师要在开学初多开展集体活动,为学生搭建良好的交往平台,建立良好的生生关系。首先,教师可以多创设一些集体课外活动,如小组体育竞赛、团队科学实验等,让学生在集体活动中相互熟悉,在互帮互助中学会团结合作,以此促进学生之间的交往,让每个人都能快速融入班集体。其次,教师还可以通过主题班会活动增强班级凝聚力,规范集体行为、明确集体责任,形成良好和谐的班风班貌,让每个学生都有班级归属感和幸福感。

## 引导学生去惘臻学,提高学习适应力

根据心理学家埃里克森的心理发展阶段论,处在中学阶段的青少年将面临勤奋、自卑、危机,若能在起始阶段有效适应,他们将从中获得快乐和成功。与小学阶段相比,中学最大的变化体现在学习内容及学习模式方面,一方面学习科目激增、难度加大,另一方面学习时间延长,脑力和体力的负担加重,大多数学生都会在这个阶段产生明显的不适与焦虑,甚至变得抑郁、厌学。

因此,初一阶段的教师应引导学生去惘臻学,在教学内容中注意中小学知识的衔接,在教学方法上注意由直观向抽象的过渡。此外,教师还要特别关注学生的学习状态,激发学生的学习动

机,帮助学生形成良好的学习习惯、学习策略及学习方法,以此缓解焦虑情绪。具体可以从下面几个方面做起:

1.做好心理预期与规划:教师可以指导学生制定明确的学习目标,先设立一个学段或学年的长期目标,再根据自身情况,设立努力一下,跳一跳就可以达成的短期目标,以此增加学生的获得感与满足感。

2.养成自主学习习惯:保持自律,是解决学习焦虑、缓解学习压力最好的方式。教师应注重学生养成好的习惯,特别是预习、听讲、笔记、作业、改错、总结这6个环节,应督促学生每天做、坚持做,逐渐内化为自觉与自律。

3.学会时间管理:青春期是孩子进入自我发现的阶段,他们的个体意识逐渐增强,不喜欢规则的约束。但是在初中的学习生活中,学会在规则中利用时间至关重要,教师可以借用时间管理“四象限”法来帮助学生学会合理安排时间,让他们自觉划分生活中的重要、紧急事件,避免陷入慌乱不安的焦虑中,提升学习效率。

(作者系全国模范教师、正高级教师、特级教师)



扫码观看  
(如何提高孩子的  
抗挫折能力)  
主讲人:郭玉良

