

如何做好小学课堂纪律管理？

——聚焦于小学生注意力分散与小动作较多现象的分析

刘 超

黄冈师范学院外国语学院, 湖北 黄冈

收稿日期: 2026年7月22日; 录用日期: 2026年10月5日; 发布日期: 2026年10月15日

摘 要

课堂纪律是影响教师教学水平与学生学业成绩的重要因素,也是衡量班级管理水平的指标。小学阶段学生身心发展尚未成熟,活泼好动、好奇心强而自控力弱,课堂纪律问题呈现常态化、复杂化趋势。良好的课堂纪律不仅是建立有序教学环境的前提,更是实现师生良性互动、提升教学效率的关键保障。本文在梳理课堂管理基本内涵的基础上,采用问卷调查、课堂观察与教师访谈获取一手资料,进而剖析当前小学课堂纪律管理中存在的突出问题,从学生、教师、家庭三个维度归纳成因,并围绕备课组织、习惯养成、教学管理、公平原则、灵活管理、班规建设、激励制度、家校合作及教师自身成长等方面,提出系统化的优化策略,以期为一线教师提供切实可行的方法与路径。

关键词

小学, 课堂纪律, 课堂管理, 家校合作, 注意力分散, 课堂小动作

How to Manage Classroom Discipline in Primary School Effectively?

—An Analysis of Inattention and Fidgety Behaviors in Primary Student

Chao Liu

School of Foreign Languages, Huanggang Normal University, Huanggang Hubei

Received: July 22, 2026; accepted: October 5, 2026; published: October 15, 2026

Abstract

Classroom discipline is an important factor affecting teachers' teaching quality and students' academic performance, and also a core indicator of class management. Given that primary school

students are physically and mentally immature—being lively, curious yet weak in self-control—discipline problems have become normalized and complicated. Sound classroom discipline is not only the premise of an orderly teaching environment but also the key to effective teacher-student interaction and high teaching efficiency. Based on clarifying the connotation of classroom management, this study adopts questionnaire surveys, classroom observations and teacher interviews to collect first-hand data and further analyze the prominent problems in primary-school classroom discipline management, then summarizes causes from the perspectives of students, teachers and families, and proposes systematic optimization strategies concerning lesson preparation, habit formation, teacher authority, fairness, flexible management, class rules, incentive systems, home-school cooperation and teachers' lifelong learning, so as to offer frontline teachers practical methods and paths.

Keywords

Primary School, Classroom Discipline, Classroom Management, Home-School Cooperation, Diversion of Attention, Classroom Fidgeting

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

小学阶段是学生行为习惯与规则意识养成的关键时期。与中学生相比,小学生年龄较小,在课堂上积极活跃却容易分心,自我约束能力相对薄弱,加之部分学生性格外向、爱玩好动,甚至存在不服从教师管理的现象,这些都构成了阻碍课堂教学的不利因素。同时,小学生普遍缺乏自主学习能力,认真听讲是掌握知识的前提与基础,因而良好且稳定的课堂纪律具有不可替代的作用。纪律良好的班级能够显著提高学生的学习效率,使教学事半功倍;反之,若课堂纪律涣散,不仅会大幅降低教学效率,还可能引发安全风险及一系列衍生问题[1]。

课堂纪律并非限制学生发展的外在规约,而是保障每一个孩子平等享有受教育权利的制度屏障。在素质教育深入推进与“双减”政策落地的背景下,小学课堂既要激发活力、解放天性,又要保持必要的规范与秩序,如何在“自由”与“严格”之间求得平衡,成为每一位一线教师必须面对的课题。

从已有研究来看,学界围绕教师权威、班规建设、激励制度等视角对课堂纪律展开过诸多探讨,也有学者从教师课堂决策与协商机制切入,分析问题的深层成因。但既有成果或偏重理论阐释,或局限于单一主体,对小学阶段的一些具体纪律问题的系统性研究仍显不足。

小学生课堂纪律问题表现多样,其中“课堂注意力分散与‘小动作’(摆弄文具、随意离座、交头接耳)频发”是最普遍、最典型的一类具体纪律问题,直接影响听课效率、挤占教学时间。本文将研究范围聚焦于这一具体问题,采用问卷调查、课堂观察和访谈来获取第一手资料,在实证基础上剖析成因,从而提出可操作的方法与路径。

2. 理论依据

2.1. 建构主义理论

在情境互动中内化规则建构主义(皮亚杰、维果茨基)认为,知识是学习者在与情境、同伴的互动中主动建构的,学习具有情境性与社会性[2]。据此,纪律问题中的“注意力分散”常源于任务难度落入学生

“最近发展区”之外——过难则挫败走神，过易则无聊生“小动作”。纪律管理应致力于创设支持性、可参与的课堂情境，引导学生在互动中内化规则，而非依赖外部约束。

2.2. 自我决定理论

以基本需要的满足促内生自律的自我决定理论(Deci & Ryan)指出：自主、胜任、归属三种基本心理需要的满足，是内在动机与积极行为的前提[3]。“小动作”频发往往折射出学生在课堂中自主感或胜任感的缺失；以命令、批评为代表的外部控制易引发抵触。纪律管理应通过赋予选择、设置适度挑战、建立归属感，将外在约束转化为内生自律。

2.3. 社会认知理论

美国心理学家班杜拉于 20 世纪 80 年代系统提出，是在社会学习理论基础上发展而成的重要行为科学范式。其核心主张是“三元交互决定论”：人的内部认知、行为与环境三者之间并非单向因果，而是持续、动态地相互决定与影响[4]。理论强调观察学习与榜样示范的核心作用——一个体无需亲身试误，即可通过观察他人行为及其后果习得行为模式。其中，“自我效能感”是理论的枢纽概念：个体对能否成功完成某行为的信念，直接影响其行动选择、努力程度与坚持性。在教育情境中，教师通过示范、言语劝说与情境营造提升学生的自我效能，并借助榜样与强化塑造其课堂行为，正是该理论的具体应用。

3. 聚焦“注意力分散与小动作”问题：基于问卷、观察与访谈的实证调查

3.1. 研究聚焦：从“泛在纪律问题”收敛到“具体行为分析”

小学生课堂纪律问题种类繁多，若泛泛而谈，所提策略往往失之于空。本文聚焦最普遍、最典型的一类具体问题——课堂注意力分散伴随“小动作”频发，表现为摆弄文具、随意离座、交头接耳三种高频行为。其发生频率高、对教学干扰最直接，且成因横跨学生身心特点、教师课堂组织与班级管理多个层面，适宜纵深剖析。

3.2. 研究对象与方法

本研究于 2026 年 3~5 月对临沂一城区小学三、四年级展开调查，采用“问卷 + 观察 + 访谈”三角验证法：(1) 问卷调查。选取 6 个平行教学班，发放《小学生课堂专注与“小动作”行为问卷》270 份，回收有效问卷 256 份(有效率 94.8%)；问卷设“注意力稳定性”“小动作频率”“干扰源感知”3 维度 15 题，采用李克特五点量表。(2) 课堂观察。对 6 节常态课进行结构化观察，按 5 分钟时段记录三类“小动作”发生人次与触发情境。(3) 教师访谈。对 3 位班主任进行半结构化访谈(教龄 3 年、8 年、15 年)，每次约 30 分钟。

3.3. 问卷调查结果

三维度均值得分呈现“注意力稳定性偏低、小动作频率偏高”的鲜明特征(见表 1)。

Table 1. Statistics of students' classroom misbehaviors
表 1. 学生课堂违纪行为统计

维度	均值(1~5)	主要表现/高频行为	关键发现
注意力稳定性	2.84	持续专注时长偏短	仅 32.8%学生能持续专注≥20 分钟
小动作频率	3.57	摆弄文具(76.2%)、随意离座(41.4%)、交头接耳(52.7%)	行为呈“监管依赖型”短暂服从
干扰源感知	3.21	同伴干扰得分最高	任务难度不适配亦为重要诱因

交叉分析发现,能持续专注 ≥ 20 分钟的学生仅占32.8%,而“摆弄文具”报告率达76.2%;“随意离座”与“交头接耳”分别为41.4%与52.7%。干扰源感知中“同伴干扰”得分最高,其次为“窗外/多媒体刺激”与“任务难度不适配”,提示注意力分散是外部刺激与任务设计共同作用的产物。

3.4. 课堂观察典型案例展示

案例一(三年级语文自由朗读环节):转入自读约1分钟后,约1/3学生开始摆弄橡皮、转笔或玩拉链;2名男生趁教师巡视他处时离座取物,教师曾中断讲课整顿纪律约2分钟。

案例二(四年级数学练习环节):后排3名男生持续低声交谈并互传纸条;教师走近即安静、走远即恢复,呈“监管依赖型”短暂服从,该小组因此漏做2道习题。

3.5. 教师深度访谈发现

T1(教龄3年):“低年级孩子不是故意捣乱,是手部小肌肉控制能力尚未发育好,摆弄东西更像本能;越当众批评,他越兴奋。”

T2(教龄8年):“注意力分散多出现在课中15分钟后,我习惯插入手势操或30秒小游戏拉回注意力,比干吼‘看黑板’管用。”

T3(教龄15年):“很多小动作背后是任务问题——太难不会做就走神,太易没事干就搞小动作。任务分层后,纪律问题少了一半。”

三位教师共同指向一点:“小动作”并非单纯纪律态度问题,而是学生身心发展水平、任务适配度与课堂组织方式共同作用的结果,为后续策略提供了实证依据。

4. 当前小学课堂纪律管理存在的主要问题

尽管广大教师普遍重视课堂纪律,但在实际教学中,纪律管理仍面临诸多困境,主要问题集中体现在学生、教师与家庭三个层面。

4.1. 学生层面:规则意识薄弱,注意力稳定性不足

小学生正处于由他律向自律过渡的阶段,对“正确行为”与“不当行为”的边界认知尚不完善,难以准确判断自身行为是否恰当[5]。面对外部刺激,其注意力易被分散,出现交头接耳、随意离座、摆弄文具等课堂问题行为。此外,随着电子产品与碎片化信息对童年生活的渗透,部分学生静不下心、坐不住板凳,进一步加剧了纪律管理的难度。具体而言,低年级学生注意力集中时间通常仅为十五至二十分钟,超过这一阈值便易出现走神;中高年级虽有所延长,但仍易受同伴干扰与突发事件影响。加之部分学生自我中心倾向较为明显,缺乏轮流等待、倾听他人的基本交往规范,使课堂互动时常偏离预设轨道。

4.2. 教师层面:管理理念滞后,方法相对单一

一些教师仍将纪律管理等同于“管控学生行为”,习惯于以命令、训斥的方式维护秩序,管理方式比较独断,容易引发师生对立[6]。也有教师走向另一极端,一味迁就、不敢管不愿管,导致课堂失序。同时,部分教师缺乏系统的课堂管理理论学习,对小学阶段学生的身心发展规律把握不准,备课时重知识传授、轻行为引导,未能将纪律管理有机融入教学全过程。还有不少教师对课堂问题行为缺乏分类处理能力,面对注意力涣散、抗拒任务、攻击性行为等不同表现,往往采取“一刀切”的应对,既收效甚微,又可能误伤学生自尊。管理能力的短板,使偶发的纪律问题逐渐演变为常态。

4.3. 家庭层面:家校协作缺位,教育要求不一致

家庭是孩子的第一所学校,父母是孩子的第一任老师。然而在现实中,部分家长将教育责任完全推

给学校,对子女的课堂表现漠不关心;另一些家长则过度溺爱,对教师的纪律要求配合度低,甚至在孩子违纪时袒护包庇。家庭与学校在规则要求上的错位,使学生在校内外形成“双重标准”,削弱纪律教育的合力[7]。尤其值得注意的是,城镇化进程中的隔代教养现象较为普遍,祖辈多侧重生活照料而疏于规则训练,当学校强调的纪律要求与家庭宽松氛围冲突时,学生更易无所适从,规则意识难以稳固建立。

5. 小学课堂纪律管理的基本原则

在剖析问题的基础上,小学课堂纪律管理应遵循以下基本原则,以指导具体策略的落地。

1) 以人为本、尊重学生。纪律管理的根本目的是促进学生的全面发展,而非简单压制。人本主义研究指出,将学生视为独立人格的个体并尊重其个体差异,更利于规则内化与自尊维护。

2) 公平公正、一视同仁。教师处理违纪问题时应避免以成绩优劣或个人好恶区别对待,维护规则的普遍适用性,方能赢得学生的信服[8]。公平是纪律管理公信力的来源,只有让学生感受到“规则面前人人平等”,纪律才能真正内化为自觉。

3) 预防为先、正面引导。与其在问题发生后反复批评,不如在问题出现前主动设防,通过明确规则、及时提醒将违纪行为化解于萌芽状态。

4) 严慈相济、张弛有度。严格的规则与温暖的关怀并不矛盾,教师既要守住纪律底线,又要以真诚与关爱感化学生,实现“管”与“育”的统一。

5) 循序渐进、持之以恒。习惯与规则的养成非一日之功,教师既要根据学生年龄特点设定阶段性目标,又要在日常中反复强化、久久为功,避免“一阵风”式的运动化治理,使纪律要求真正沉淀为班级文化。

6. 优化小学课堂纪律管理的具体策略

6.1. 紧密结合小学生特点进行备课与组织教学

差异化教学研究指出,在备教法之外亦须关注学生的学习支持差异。同一班级中学生认知水平参差不齐,若教学节奏与难度“一刀切”,跟不上或“吃不饱”的学生都易成为纪律隐患。实证研究表明,当教学任务适配学生的最近发展区并引入分层合作时,其胜任感与归属感显著提升,课堂违纪随之减少。针对课堂中学生经常出现小动作行为,教师可在长时段讲授中每12~15分钟嵌入一次短时互动(如手势操、同桌互查),主动打断注意力衰减曲线,从源头减少摆弄文具与随意离座行为。

6.2. 树立专业影响力,提升人格魅力

教师的专业影响力,简言之就是教师在学生心目中的分量,即教师对学生的影响程度。若教师未能在学生中树立威信,日常教学活动便难以有序展开,师生关系也会变得微妙。树立教师影响力绝非依靠武力震慑,而是要让学生从内心敬佩、自愿听从教导。师生初次见面至关重要,这是教师留给学生的第一印象[9]。社会认知理论相关研究显示:教师在开学初稳定、专业的表现,有助于学生迅速建立对课堂规则的认同与信赖。若第一印象不佳,学生信任感下降,日后自然难以配合。

同时,教师对自身角色定位要明确,不应以“哥哥姐姐”自居,而要时刻意识到自己是教育者,让学生明白自己是一位严格的老师,威信方能逐步树立。

此外,教师须注重自身情绪管理。面对课堂突发状况,教师若情绪失控、当众发火,不仅无助于问题解决,反而损害自身专业影响力、激化师生矛盾。真正的权威来自冷静与专业,教师应先稳定情绪,再以理性方式处置,方能赢得学生的敬重与信服。

6.3. 坚持公平原则，呵护学生的自尊心

面对各类教学情境与违纪问题，研究指出，公平一致的处置方式能增强学生的公正感知，教师由此塑造可信的公正形象。依据小学生心理特点，处理违纪时应少用负面、严厉的语言，多用正面、鼓励的表达，尊重学生的人格与生活方式。不因学习成绩优劣或教师个人喜好区别对待学生，否则不仅有害教师权威，更会破坏教学秩序。公平是纪律管理公信力的来源，只有让学生感受到“规则面前人人平等”，纪律才能真正内化为自觉。例如在调解学生冲突时，教师应完整倾听双方陈述，不预设“优等生有理”的立场；在课堂提问与机会分配上，有意识地兼顾不同学业水平的学生，让每个孩子都感受到被平等对待。这种日常细节中流露的公正，正是专业影响力最坚实的基石。

6.4. 制定科学合理的班级规章制度

没有班规的班级管理举步维艰，因为学生并不清楚行为底线何在。学期伊始，从建构主义视角看，由师生共同商定而非单向颁布的班规，更易被学生内化为集体公约。简洁、可行的课堂规则，是减少违纪行为、保障教学顺利实施的关键。美国在小学课堂纪律方面规定系统而完善，其纪律内容涵盖学校生活、学习、交往及课堂规则(着装、行为规范等)并作出详细规定，让学生在守规中展现良好行为[10]。我们可借鉴其经验，制订明确的行为规则并不断强化，使之逐渐成为学生自觉。班规的生命力在于执行。班级管理研究指出，稳定、常态化的检查与反馈机制是班规持续生效的保障，因此应建立稳定的检查与反馈机制，对遵守规则的行为及时肯定，对触碰底线的行为依规处理。同时根据班级发展阶段动态调整规则，使班规始终贴近学生实际，而非僵化的条文。班主任要在班级管理中加强人文关怀，提升学生的人文情怀，为未来的职业生涯奠定基础[11]。

制定班规可遵循“六步法”：一、调查摸底，开学前用问卷与课堂观察列出班级高频纪律问题清单；二、师生共创，开学首周召开“班规共创会”，小组各拟3条后全班合并去重；三、民主表决，逐条举手通过(三分之二同意方入选)，确保“大家定的规则大家守”；四、可视化上墙，浓缩为“五要五不”口诀配图张贴，并发放便携书签；五、配套评价，建立“行为打卡表”与“守规星”积分，每日自评、同桌互评；六、动态调整，每月召开班规复盘会修订条款，使规则随班情持续迭代。

6.5. 运用好激励与奖励制度

对低年级学生，行为主义强化理论强调，正向、具体的即时反馈比当众批评更具行为塑造力，教师因而可运用组织口号，如师说“请坐直”、生应“看黑板”，师说“我来讲”、生应“我来听”等，依实际情况灵活使用。学生犯错时，宜在课下单独沟通，实施必要教育后让其回归课堂，避免当众批评损伤自尊。教师谈话越真诚，学生越愿听取教导。

6.6. 教师保持终身学习，更新课堂管理理念

观念指导行动，行动是观念的外显。“行动的难以抉择，首先来自教师个人信念的冲突”[12]。辩证看待课堂问题行为，化消极为积极的教育因素，化解管理危机，提升教学质量。每日复盘纪律管理的得失，并积极参与校本教研与同伴互助，在案例研讨中汲取他人经验、修正自身偏差。唯有将个人实践与集体智慧结合，教师的课堂管理能力才能持续生长。让教书育人过程同时成为教师自我实现的过程。

6.7. 深化家校合作，实施分类沟通策略

纪律管理离不开家庭协同。依据家庭结构差异实施精准沟通，较之统一通知更能提升协同效能，因此，教师可建立“一生一档”家长信息卡，按家庭结构分类施策沟通。具体沟通策略：双职工家庭时间

紧,宜用“短平快”沟通——每周一条微信行为小结、每月一次15分钟电话,聚焦具体改进;单亲家庭孩子敏感,沟通须私密共情,先肯定努力再谈问题,必要时联合心理教师,切忌在群内公开点名;隔代教养家庭重生活轻规则,多用语音讲解“为什么”并附操作短视频,请祖辈配合固定作息;留守或委托监护家庭,定期与外地父母视频连线,让其“云参与”孩子守规时刻,强化远程陪伴。

7. 结语

纪律有利于造就良好的课堂,保障教学的有效性。由此看来,纪律是永恒的一一无论过去、现在还是未来,纪律都不可或缺;尽管对纪律的认识与内涵在变,但对纪律的追求永远不能放弃。无论班级规模如何变化,只要班级授课制存在,对课堂纪律的探究与思考就不会停止。

做好小学课堂纪律管理,是一项系统工程,需要教师以专业智慧设计教学、以人格魅力赢得尊重、以公平关爱呵护成长,也需要家庭的协同配合与社会的理解支持。本文从多主体、多维度提出的策略与思考,冀望能助力一线教师提升课堂纪律管理能力。受能力与视野所限,文中部分观点或有偏颇,在今后的教育实践中,笔者将加强反思与探索,用心为教育事业贡献绵薄之力。

当然,纪律管理很难找到放之四海而皆准的模板。不同班级、不同学年乃至同一班级的不同阶段,所需的策略都可能不尽相同。教师唯有在遵循教育规律的前提下,把握住纪律管理的基本原则,同时保持观察的敏锐与调整的勇气,因班制宜、因时施策,才能让纪律既成为不可逾越的底线,也成为滋养学生成长的沃土。

参考文献

- [1] 赵秀丽,石瑞才.如何做好小学课堂纪律管理[J].科教文汇,2024(3):159-162.
- [2] Vygotsky, L.S. (1978) *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press, Cambridge.
- [3] Ryan, R.M. and Deci, E.L. (2000) Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, 55, 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- [4] Bandura, A. (1986) *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Prentice-Hall, Englewood Cliffs.
- [5] 王双英.如何强化小学课堂纪律管理的研究[J].新课程(上),2017(1):212.
- [6] 李方然.小学教师课堂纪律管理研究[D]:[硕士学位论文].杭州:杭州师范大学,2016.
- [7] 杨兰.教学困境与教师课堂决策中的协商机制[J].教育学术月刊,2012(3):31-34.
- [8] 陈时见.课堂管理论[M].桂林:广西师范大学出版社,2002.
- [9] 李宁.论小学课堂纪律管理策略[J].吉林教育,2017(38):24.
- [10] 成丽.小学课堂纪律管理的问题及对策研究[D]:[硕士学位论文].长春:东北师范大学,2013.
- [11] 于芳.浅析人文关怀在中职班级管理中的运用[J].教育现代化,2017,4(3):292-293.
- [12] 李晓文.学生自我发展之心理学探究[M].北京:教育科学出版社,2001.