

高中名班主任工作手记

家长与班主任沟通的桥梁

乔艳冰

主编



中国海洋大学出版社
CHINA OCEAN UNIVERSITY PRESS



主编简介

乔艳冰，山东省优秀班主任，青岛市名班主任工作室主持人，青岛市中小学首批优秀班主任。山东省青岛第一中学首席班主任，班主任特别贡献奖获得者。

乔老师在13年的班主任工作生涯中，形成了个性鲜明的班级管理风格，温暖激情，创意无限。每一届学生入班，都会收到她情真意切的欢迎信；关于青春期教育，她写给男生和女生的信在搜狐、头条等门户网站转发，让她成为“网红”班主任；带领学生开展的主题班会、公益活动多次见诸报端，“写给妈妈的三行诗”“目标效率卡”“高考加油站”“幼儿园的绘本共读”，每一届学生都从她精心设计的活动、课程中汲取成长的力量，每一届家长都从她睿智真诚的工作中收获感动与思考。着眼学生长期发展，尊重学生成长规律，秉承以尊重赢得的尊重、用生命唤醒生命的工作理念，她在班主任工作中默默耕耘，真情致远。

副主编简介

姜为强，青岛崂山一中教师，校十佳班主任。开设过青岛市公开课、青岛市城乡交流课，荣获青岛市优质课比赛一等奖。在《班主任》等刊物发表论文多篇。参与研发的“国学原道”被评为青岛市精品课程。

王岩，青岛一中标兵班主任，青岛一中教学能手，青岛一中首届青年教师优秀专业人才，青岛榜样教师，青岛市名班主任工作室成员，全国优秀科技辅导员。曾获青岛市班会优质课一等奖。

李慧英，青岛十六中教师，校优秀教师、优秀班主任，市“魅力教师”团队成员，省暑期远程研修优秀学员。多篇论文获省评比一等奖，另有多篇论文在核心刊物上发表。微课获市一等奖，并开设市公开课。教学课例在全国比赛中获一等奖。

责任编辑：邵成军

终审：韩玉堂

封面设计：艺非凡

30363923@qq.com



高中名班主任 工作手记

家长与班主任沟通的桥梁

*Work Notes by Renowned
High School Tutors:
A Bridge Across
Parents and Tutors*

有人说，在学生时代能够遇到一位**优秀班主任**是人生一大幸事。

如果能够分享优秀班主任的**教育智慧**，岂不更是快事一桩？

本书中的班主任都有自己的带班高招：常规班会如何开出新意？突发事件如何应对？“刺头学生”转变背后有哪些智慧？考试数据如何进行高效分析？激烈学习竞争中如何形成强大的心理？家长如何写经验介绍？家长怎样配合班主任才能发挥最大的教育功效？如何帮助孩子处理青春期的懵懂？如何推进班主任工作室建设？一个个来自第一线的生动案例、理性思考带你读懂高中生，读懂教育那些事儿。相信无论是家长、班主任、任课老师，还是高中生，都能从书中找到自己的关注点，共同思考，共同成长。



扫描二维码
分享更多班主任教育智慧



定价：39.80 元

高中名班主任工作手记

——家长与班主任沟通的桥梁

主 编：乔艳冰

副主编：姜为强 王 岩 李慧英

编 委：匡文超 夏修双 张 平

宋佳玉 赵 昆

中国海洋大学出版社
· 青岛 ·

图书在版编目(CIP)数据

高中名班主任工作手记:家长与班主任沟通的桥梁 /
乔艳冰主编. —青岛:中国海洋大学出版社, 2018. 8
ISBN 978-7-5670-1916-4

I. ①高… II. ①乔… III. ①高中—班主任工作—文
集 IV. ①G635. 16-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 188007 号

出版发行	中国海洋大学出版社
社 址	青岛市香港东路 23 号 邮政编码 266071
出 版 人	杨立敏
网 址	http://www.ouc-press.com
电子信箱	1922305382@qq.com
责任编辑	邵成军 电 话 0532-85902533
印 制	青岛国彩印刷有限公司
版 次	2018 年 8 月第 1 版
印 次	2018 年 8 月第 1 次印刷
成品尺寸	170 mm × 230 mm
印 张	17. 75
字 数	280 千
印 数	1~1 000 册
定 价	39. 80 元

此时此地,共同守护

——高中班主任的一天

山东省青岛第一中学 乔艳冰

写在前面

从2017年3月7日工作室成员第一次见面,转眼三个月了,工作室正式运作马上100天了,想想还真是有点小激动呢。我曾经想过用各种荣誉证书、各种称号展示一下工作室老师的风采,但总感觉无论是证书还是称号,都不足以诠释“班主任”这个沉甸甸的称呼,不足以展示他们每个人那么多的好。工作室加上我一共9位班主任,来自大青岛7所不同的高中,东南西北4个坐标方向都有涵盖。我们年龄不同,科目不同,性格不同,学情不同,校情也不同,但共同的是那份对工作、对学生的一片真情,“真情致远”是我们共同的信念。

我们用手机镜头定格了班主任一天的点点滴滴,请不要讨论是否“违规”,请不要抱怨“悲哀”的教育,甚至不需要体谅我们的辛苦。有时,我们也会无奈,也有困惑,但我们始终相信,一切都会越来越好,尤其面对学生,我们有的只是真诚。此时此地,请让我们共同守护!守护学生,也守护我们的职业信仰。



- 01 5:30,好久了,都不曾知道清晨 5:30 天色居然已是大亮,但即墨二中高二(1)班班主任赵昆老师一定知道,因为每天学生自发的早读都是从他的一碗心灵鸡汤开始的……
- 02 6:00,小区安安静静地还未睡醒,青岛九中高一(4)班班主任匡文超老师已经开始一天的奔波。到班车点还需要步行 10 分钟,那就快一些,再跑两步吧,错过了班车,这一天可就真的耽误了。
- 03 7:00,校门口。青岛一中高一(6)班班主任王岩正在跟家人挥手告别。9 点上班、自己单位距家车程 10 分钟的模范老公,风雨无阻,每天护送。而车里那个精灵小美女,每天都是幼儿园的早到标兵!
- 04 7:15,教室。卫生巡视发现问题,王岩老师亲力亲为,做好示范,高一习惯养成是个细致活。



- 05 7:30,教室。青岛六十六中高三新疆 3 班的班主任张平老师正在利用早读时间,逐一检查指导学生志愿填报。
- 06 7:50,崂山一中早读结束的铃声响起。领读班长对着黑板上的“早读建议”,进行当天的“早读总结”。自主管理,从进门第一件事开始体现。高一(10)班班主任姜为强老师也借前一天的足球班级联赛,表扬同学们:“你们是好样的!我为大家点赞!”全体同学热烈鼓掌,新的一天启航了!



07 8:45, 办公室门前走廊。王岩老师站在走廊上批阅作业,阳光明媚,还挺方便! 还有三个班的作业要看,加油! 别忘了做好作业记录。

08 9:40, 操场。在仙境般云雾缭绕的空中体育场,和学生一起锻炼身体吧!

09 上午,各个学校。“师者,所以传道受业解惑也。”这是学校中最常见的场景,平常得没有任何波澜,却浸润着我们班主任生活的每一分、每一秒,终会定格成每个学生记忆中最温暖的画面。



10 10:40, 年级主任办公室。班主任例会,谈谈进步,找找问题,大家一起出主意。有了集体的智慧,很多看似棘手的问题也就迎刃而解了。

11 10:50, 教学楼平台。王岩老师和同学们一起讨论马上要开始排练的话剧《雷雨》,虽然指导不够专业,但班主任的认可就是最大的鼓励。





12 11:00, 办公室。开会回来,简单整理后,青岛一中高一(5)班班主任宋佳玉老师开始在网上查找资料,结合师傅给他的建议,修改自己的微课课件。

13 12:10, 食堂。今天轮到姜为强老师到学生餐厅值班。待学生们都有序进餐了,他才坐下来,看到不远处的宣传委员,又想起“班级纪念册”的排版问题,顺便商量一下,边吃边聊吧!



14 12:10, 教室。亲戚送了两个特别甜的“红玉”瓜,来来来,主动在教室抓紧学习错时吃饭的姑娘们先来尝一尝。有人说,判断一个人心里有没有你,最简单的标准就是看他有了好吃的,会不会第一个想到你。青岛一中高二(5)班班主任乔艳冰老师就是这样一个时刻把学生装在心里的老师。





15 12:30,宿舍。虽然有学生自治委员会,但最近班里有个孩子膝盖扭伤了,男孩子粗心,姜为强老师来到宿舍亲眼看他喷上药才放心。回到办公室,打开微信,把学生上午的表现图文并茂地发送到家长群。想到家长欣慰的笑容,姜为强老师也体会到了工作的成就感。

16 13:00,教室。乔艳冰老师坐在教室里批批作业,备备课,趴一会儿,却也是一天中难得的宁静时光。



17 13:55,办公室。下午第一节课,学生容易犯困,老师也困呀!宋佳玉老师照照镜子,整整头型,振奋一下精神。

18 14:40,青岛十六中5号楼前的石榴树下。今天的天气真好,高三(3)班班主任李慧英老师从教室出来回办公室,看到开得这么灿烂的石榴花,心情也特别好!





19 15:30, 教室。高三复习进入静悟答疑阶段。每个问题的解答都格外用心,张平老师真想把所会的一切都教给学生!



20 16:45, 教室走廊。大课间,宣传小组的同学在布置展板。感叹学生的幽默、创意之余,乔艳冰老师也来搭把手。



21 17:00, 教室。表彰班会,王岩老师的手机里,全是学生的照片。

22 17:20, 篮球场。大课间活动时间,宋佳玉老师和学生一起打打篮球,被盖帽了也不丢人,下次换身运动服,咱还能跳得更高!





23 17:50, 晚饭后, 校园里。姜为强老师跟几名学生花圃里一起给亲手种下的向日葵松土, 已经忘记了是因为什么种下的这棵向日葵。可能是友谊, 可能是期望, 但在姜老师心里, 孩子们播下的不仅是一粒粒的种子, 更是一颗童心、一种希望! 不禁想起一句话: 愿你出走半生, 归来依旧少年!



24 19:05, 教室。开学第 16 周的歌《我怀念的》。每天晚修前一首歌, 坚持了两年的一个活动, 青岛一中高二(5)班同学个个都是麦霸。

25 19:00—22:00, 各个学校。晚修值班。静静的夜, 静静的陪伴, 沙沙走笔, 脉脉深情。





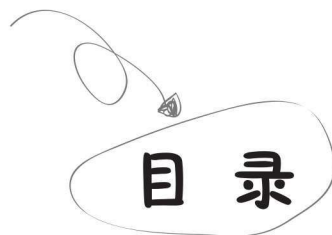
26 21:05, 青岛一中教学楼四楼平台。晚修值班其实是个体力活。乔艳冰老师今天选择课间和学生一起踢踢毽子, 放松一下筋骨。

27 23:00, 家中。和所有的班主任一样, 一整天穿梭于教室与办公室: 上课, 备课, 改作业; 与学生谈心, 答疑, 布置事情。静心思考的时间只好放在了夜深人静时: 匡文超老师在电脑前检查着明天要用的课件, 想想还有什么地方可以改善, 希望可以完美, 加油!



【后记】

岁月如歌。《光阴的故事》歌词说: “流水它带走光阴的故事改变了我们……” 莘莘学子在班主任等老师们的陪伴下, 一年年地成长; 而班主任们也在一天天、一年年的陪伴中, 写出了《光阴的故事》。这故事里, 有你, 也有我……



目录

此时此地,共同守护——高中班主任的一天	i
---------------------------	---

第一章 鸿雁传情——班主任需要会写的几封信	1
-----------------------------	---

理论篇

让我们无限相信书信的力量	2
--------------------	---

实践篇

写给高一新生的见面信	5
------------------	---

高二,不要差不多!——写在高二开学报到时的话	7
------------------------------	---

高二长啥样?快来看一看	9
-------------------	---

任何一个过程都是美好的——写在高二生活开始的第一天	10
---------------------------------	----

写给第一次期中考试后的高一同学	13
-----------------------	----

关于高二暑假的碎碎念	15
------------------	----

挑战极限勇闯难关,默默耕耘静待花开——致自我设限缺乏斗志的	
-------------------------------	--

同学们	17
-----------	----

你的淡定坚守是孩子高考的最大胜算——高三二模后,写给家长	19
------------------------------------	----

大学梦,在路上——致刚毕业的3班全体同学	21
----------------------------	----

鸿雁传情,助梦飞翔	23
-----------------	----

“光棍节”写给男生的信	26
-------------------	----



你若盛开,蝴蝶自来——写给 2012 级 5 班女生	29
班主任节学生写给乔老师的信	32
分班之际学生写给姜老师的信	33
第二章 班会案例——如何开一次走心的班会	35
理论篇	
走心的班会,深远的影响——浅谈如何开展高效的班会活动	36
实践篇	
魅力班会,聆听实践,精彩无限	39
一分钟,许自己一份自信——期中加油班会	41
一分钟带给我的方法与思考	42
一分钟鼓掌感悟	43
学习加油站,掌声响起来——30 秒拍手班会活动体验有感	44
青岛市名班主任乔艳冰老师班会开放课纪实	45
迎端午,缅故人,创未来——喜迎端午主题活动	47
从讲笑话开始的分享班会	48
手机,从他律走向自律——青岛市班会优质课一等奖教学设计	49
向婚礼主持人学开家长会	51
高二秋季运动会总结班会	53
生涯规划之“我梦想中的大学”班会感悟	55
The Best of Youth——青春励志主题班会	56
书香伴我行,共读共成长——读书节班会	60
扬奥运精神,展自我风采	62
一块海绵——微班会教育故事	66
第三章 以文化人——班级文化建设	69
理论篇	
班级标志与班级文化建设	70
实践篇	
是的,我愿意做那只执笔的大企鹅	73
让爱做主	76



高三毕业典礼上的发言	79
扬帆远航新旅程,激情昂扬再逐梦	81
自信在,梦就在	82
以班报为依托,构建班、校、家和谐文化	84
正能量演讲带给我的收获	87
爱的表达,高中生,不能断——班级感恩教育体会	90
一款 APP 的运用引发的故事——将“过程评价”进行到底	92
用爱铺就成长路,用心铸造栋梁材	94
学会相处与感恩——感恩节主题班会	96
Run Together——爱心帮扶主题活动	100
中国体育节 VS 芬兰体育节	101
六个关键字助力班本德育	104
待其绽放,闻其花香——慎对情感教育	109
校外课堂社会实践活动展评——记 Citywalk 里院行活动	112
第四章 家校共育——家庭学校共赢之道	115
理论篇	
家校共育,共筑学生未来	116
实践篇	
嘿,哪盘是你的菜?	120
小恶与大善	122
对一次感恩活动的冷思考	124
读信·读心·笃信——记新学期的家校交流	127
上帝叫我牵一只蜗牛去散步	130
爱儿日记	132
家长会上的育儿心得分享	134
陪伴是最长情的告白——家校合作实例	137
家长致班主任的一封信	139
一路同行,伴你成长	141
爱,从原点出发	144
最深情的拥抱	146