

好班是怎样炼成的

HAOBAN SHI ZENYANG LIANCHENG DE

中学班主任 班级建设之道

谢云 主编



中国轻工业出版社

全国百佳图书出版单位

好班是怎样炼成的

——中学班主任班级建设之道

谢云 主编

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

好班是怎样炼成的：中学班主任班级建设之道 /
谢云主编. —北京：中国轻工业出版社，2016.8
ISBN 978-7-5184-0938-9

I. ①好… II. ①谢… III. ①中学—班主任
工作 IV. ①G635.16

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第103693号

总策划：石铁
策划编辑：孔胜楠 责任终审：杜文勇
责任编辑：孔胜楠 责任监印：刘志颖

出版发行：中国轻工业出版社（北京东长安街6号，邮编：100740）

印刷：三河市鑫金马印装有限公司

经销：各地新华书店

版次：2016年8月第1版第1次印刷

开本：710×1000 1/16 印张：17.25

字数：178千字

印数：1—5000

书号：ISBN 978-7-5184-0938-9 定价：38.00元

读者服务部邮购热线电话：400-698-1619 010-65125990 传真：010-65262933

发行电话：010-65128898 传真：010-85113293

网址：<http://www.wqedu.com>

电子信箱：wanqianedu1998@aliyun.com

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部（邮购）联系调换

160397Y1X101ZBW

本书编者

主 编：谢 云

编 者：陈 静 陈伟华 柳咏梅

严中慧 俞永军 张利平

赵轶梅 郑 英 钟 杰

(按姓氏音序排序)

前言 建设，从班级开始

我越来越喜欢把自己定位于“建设者”，无论对自己的人生，还是对效力的教育。

从某种意义上说，人生，就是自己倾全身心建设的一项工程。以修房子为喻：童年，算是打地基；青年，算是砌墙体；到主体封顶，差不多人届中年。然后，是漫长的装修期——精装、简装，硬装、软装……各种美化，各种修饰，各种调整，直到离开人世，这房子才算是彻底完工。不过，与修房子不同的是，人生这项费时既久、耗力甚多的宏大工程，在建设过程中，既可以不懈奋斗，一直努力，也可以稍事修整，适度享受；而不是非得一口气修建、装饰完成，才能正式入住。

倘若这笨拙的比喻能够成立，那么，中小学教育其实承担着学生“人生工程建设”的两个环节——非常重要的“打地基”和“砌墙体”环节。

过去我们说，教育的目的是培养“接班人”；后来又说，教育要培养“建设者”。尽管我们知道，教育首先是为着人的成全和发展，人应该是教育的唯一尺度。但是，无论怎样的时代或社会，教育所面对的、所要培养的，都不可能是抽象的人。教育的对象，总会体现出一定的“时代性”和“社会性”。而且，教育所培养出来的人，最终也必定“隶属于”某个具体的时代和社会。

只不过，相较于“接班人”，我更倾向于“建设者”。“接班人”所接的“班”，可能有荣耀和恩荫，也可能有耻辱和灾难；可能是他们所期望的，也可能是他们所不情愿的。而“建设者”所“建立、设置”（这是“建设”一词的本义）的，往往是全新的、前所未有的，代表着他们的向往和追求，更符合他们的期望和胃口。

的——从人性的角度说，没有人会愿意创造自己不喜欢的东西。

联合国教科文组织曾这样定位教育：“为一个尚未存在的社会培养新人。”以我的理解，这些“新人”之于那个“尚未存在的社会”，必然是以“建设者”的姿态和身份：他们将影响、改造甚至创建那个现在“尚未存在”，但必将在他们手里“脱颖而出”的社会。或者说，当我们所培养的“新人”进入他们所面对的社会，无论是建设还是重建，无论是影响还是改变，他们都必然会让那个社会呈现出或多或少的“新气象”“新面貌”，从而让“那个社会”成为我们现在难以料想的“新社会”“新世界”。这是建设的力量，也是教育的力量。

显然，这也是教育者应该有的使命。倘若我们所培养的“新人”于社会毫无意义，他们的“淡入”或“淡出”于世界毫无影响，很难说我们的教育是成功的，更别谈有什么价值和地位。所以，我愿意相信，“培养建设者”这一说法所表达和强调的，其实是一种积极的干预、主动的介入，是一种或渐进或跃进的推动与创造。

只是，我们似乎不太喜欢将“建设”“工程”之类词语用于教育，即使是“人类灵魂工程师”这一说法，也让许多老师反感、抵触。因为这些词语，过于生硬、冰冷，过于强调规范和标准，与教育应有的润泽、柔软、空灵等质地，似乎不搭调。很多时候，在言说教育时，我也喜欢轻盈、诗意的说法，但是我知道，教育不能只有轻盈和诗意，因为教育必须面对现实。学校可以是“象牙塔”，但现实不是。谈教育可以“诗意化”，但“做教育”不能。现实是庞大的、坚硬的、沉重的，甚至不乏荒芜、幽暗和冰冷，但我们所教育出来的人，无论是“硬着陆”，还是“软着陆”，都必然要面对它，接近它，甚至融入它——学校教育与现实社会之间，必然通过“建设者”来完成“对接”，形成“呼应”。

“培养建设者”既是教育的任务所在，显然也是教师的职责所系。继续用“修房子”的比喻，学生的“人生之房”，修建者固然是他们自己。但在中小学阶段，我们应当引导他们学会设计“蓝图”和“框架”，规划“朝向”和“格局”，帮助他们做好土地平整等施工前的准备；在可能的情况下，协助他们打下牢固的“地基”，引导他们开始垒砌自己的墙体。学生刚刚进入学校时，对他们的“人生之房”也许是懵懂的、一无所知的，但是当他们离开学校时，对自己的“人生之房”

应该有基本的规划和建设，应当完成其“人生之房”的基础施工和基本的主体建设——中小学阶段被称为“基础教育”，是很有道理的，“基础不牢，地动山摇”的说法，也不只是纯粹的比喻。

基础教育阶段的教师，其基本职责，就是做好这些“基础工作”。就此而言，中小学的每门学科，其实都是“基础”；中小学的每位教师，其责任都是帮学生“打基础”。这其实也意味着，每位教师都是“建设者”，都应该以“建设者”的心态和姿态，去面对自己的职业和职责。

我特别赞同美国心理学家卡尔·罗杰斯的说法：教师无论在什么时候都应当成为一个积极的建设者。以我的理解，“积极”意味着主动和自觉，是发自内心地喜欢和愿意；而不是被迫无奈、怨气冲天。同时，“积极”也意味着襟怀的宽广、心胸的敞亮、表情的明媚、格调的昂扬——至少，在走进教室、站上讲台时，教师不能带着晦暗的心思，不能带着敌意的情绪，不能带着人性所容易有的失望、气馁、沮丧和懊恼。西方有句谚语说：“教师就是面带微笑的知识。”在我看来，这种“微笑”，必然是健康、开朗的，明亮、喜悦的——教师的脸上，应该能让学生看到“希望”；教师的眼里，应该能让学生看到“天堂”。

在这方面，责任最重大的，显然是班主任，尤其是基础教育阶段的班主任。无论小学班主任，还是中学班主任，他们所面对的孩子，幼小、稚善，生命刚刚开始萌动、延伸，像一张白纸，最适合画最美的蓝图。这些孩子，既具有很强的“可塑性”，也具有很强的“向师性”。班主任跟他们在一起的时间最多，对他们的感染和影响必然最大：班主任的一言一行、一举一动，都可能给他们留下深刻的印迹，甚至影响他们的一生，成为他们生命中真正意义上的“重要他人”。

而且，在孩子们心里，跟班主任联系紧密的，往往还有“班级”和“同学”这两个概念。前者，是他们曾经的“生活共同体”；后者，是他们曾经的“岁月见证人”。这二者，既是他们学生时代的核心内容，也必然成为他们生命历程中最重要风景和记忆——这可能是美好的，也可能是痛苦的，或不那么美好的，而其“品质”和“属性”，显然来自班主任的工作状况，来自班主任为他们所建设和营造的那个“大家庭”。

因此，中小学班主任的最大责任，或者说让中小学班主任感觉最为困难的事

情，莫过于班级的建设（这个“建设”的用法，我们似乎一直没有回避）。当然，最能体现班主任水平的，往往也是这个“建设”的能力。能否有好的班级，很大程度上取决于班主任这个“建设者”。倘若以班级为镜子，我们很容易从中看到班主任的身影、面相、风貌，甚至“精气神”：一个活跃的班级，必然有一个充满生机、活力和朝气的班主任；一个文静的班级，往往对应着一个沉稳、谨严乃至苛刻的班主任。或许可以说，一个优秀的班级后面，必然站着一位优秀的班主任，而一位优秀的班主任，往往更容易带出一个好班，这几乎是自然而然的事。

如何建设一个好班？如何让来自不同家庭的孩子尽快建成一个更大、更和谐的“新家庭”？如何让这个“新家庭”有序、有趣地开始“新生活”？如何让这种“新生活”在孩子们心中留下更悠远、更美好的记忆？这些，可能是每个中小学班主任的“心腹之患”，尤其是在接手新班时。面对着那几十张陌生、茫然的小脸蛋，面对着开学时特有的“兵荒马乱”，有经验的老教师或许还能有条不紊、按部就班地开展工作；没有经验或经验不足的新教师，很容易手忙脚乱、六神无主，“满坛子萝卜——抓不到姜（疆）”。毕竟，有那么多关系要理顺，有那么多秩序要建立，有那么多项目要跟进，没有足够的经验和智慧，显然不行。

基于这样的考虑，我们邀请了一批优秀的一线班主任老师，让他们通过讲述自己的班级建设故事，展示他们的甘苦和得失，梳理他们的感受和经验，回应和解答“好班是怎样炼成的”这一命题。按照我们对班级建设工作的理解，本书前八章，主要围绕班级秩序、班级机制、师生关系、班级文化、家校关系、班级生活、主题班会及学生发展引领等方面展开，既有操作，又有理论，方便“复制”和“落地”。我们期望通过这本书，能够对中小学班主任最感头疼和棘手的问题，给同行以借鉴、启迪和思考，以便让更多的中小学班主任在班级建设方面更加富于智慧、更加得心应手。

本书最后一章，涉及班主任的“自我形象建设”。这其实也是教师作为“建设者”的另一个意思——“打铁需得自身硬”。要做真正的“建设者”，教师必须先从“自我建设”开始，建设好自己的形象，建设好自己的精神。我一直觉得，生活在这瞬息万变的信息时代，每个教师都需要不断“建设自己”或“重建自己”，无论是心态，还是姿态，无论是教育观念，还是生活世界。这样的“建设”

或“重建”，其实就是改变自己的状态和面貌，提升自己的能力和水平。

教育的力量在于教师，建设的力量在于“建设者”。我始终相信，无论外界环境如何，教育体制怎样，“建设”全新的自己、展现更新的自己，这是每个教师都可以做到的。而教师改变，学生就会改变，班级也会改变。我也深信，积极主动、充满热情 and 智慧的“建设者”越多，教育的面貌就可能越好。套用胡适先生的说法——教育的改造，总是这个学校那个学校的改造，这个班级那个班级的改造，这个班主任那个班主任的改造，这帮学生那帮学生的改造。

其实，那个“尚未存在的社会”的建设，也是如此。从某种意义上说，建设一个好班，就是在建设一个“好社会”，或者说，建设一个好班，就是在为建设“好社会”而努力——良好的班风，必然影响到校风，良好的班风、校风，也必然影响到家风和民风。因此，这本书的编著和出版，其实也可算是我们为建设“好社会”而做出的些微努力。

当然，您的阅读，也是如此。

谢云

2016年3月修改于绵阳绿岛

目 录

第一章 让每个学生找到自己的秩序

——班级秩序建设之道	1
干干净净，端端正正	3
一、粗糙中也要尽力雅致	3
二、生命样板的笨功夫	5
三、能够一起劳动是彼此的深情款待	8
修养成自觉，少成若天性	10
一、理解那些游走在纪律界限边缘的少年	11
二、最好的道歉是不用再说“对不起”	13
三、愿你曾被教育温柔相待	15
理性不会干扰自身的宁静	18
一、秩序在常理常情之中	18
二、班级是身心相连的共同体	22

第二章 让学生在激励和约束中成长

——班级机制建设之道	25
接手新任务，谋划新学期	27
一、实事求是，分析班情	27

二、放眼未来，制订目标	28
三、集思广益，思考措施	29
通过班规，建立关系	30
一、建立班规	31
二、建立良好的师生互动关系	33
班级的奖惩制度	35
一、奖励制度	35
二、惩罚制度	38
个体、小组与班级的共生	39
一、小组的构建	40
二、找到小组的核心人物	42
三、小组长的培养	44
四、小组座位的排定	45
五、有效开展组内建设	46
六、小组的管理与评价	49

第三章 用爱织就“关系网”

——师生关系建设之道	53
师生关系之三重境界	55
一、师生关系的境界	55
二、创建理想的师生关系	57
书信沟通：以柔软的方式抵达学生内心	58
一、基于学生立场	58
二、写信的时机与内容	59
三、培养亲和力，尊重学生的独特	60
故事疗法：让爱变成看得见的礼物	61
一、“私人定制”童话故事	62

二、班级故事会	64
三、故事疗法源自教师的耐心和机智	66
师生共读：激发和唤醒学生生命之灵性	67
一、大师与名师的师生共读时光	68
二、我的师生共读之旅	69
三、师生共读需要教师的热情与开放	71
记录成长：让过往的生命留下印痕	73
一、教师用记录留存青春与成长的秘密	74
二、师生用记录共写“班级史记”	77
三、记录的动力来自教师的宽容与期待	78

第四章 造就健康、和谐的班级

——班级文化建设之道	81
班级是我家，爱护要靠你我他	83
一、由一件班级小事引发的讨论	83
二、完善班级制度	85
劲吹“四 jìng”风，弘扬正能量	87
一、敬，人人相互尊敬	88
二、净，人人讲究卫生	88
三、静，人人行为肃静	89
四、竞，人人争当上游	90
简报：班级融合的“助推剂”	91
一、“非常难管”的班级	91
二、《班级简报》助推学生成长	92
每天列个行事历	95
一、从学生被烫伤由谁负责说起	95
二、从“一天一个旧信封”到“行事历”	96

不妨找些担保人	99
一、面对没时间观念的学生怎么办	99
二、找些担保人助学生改变不良习惯	101
日记：文化渗透的有效渠道	102
一、把日记作为了解学生的渠道	102
二、以日记扭转学生错位的价值观	103

第五章 家校合作，凝聚教育力

——家校关系建设之道	109
与家长合作的十大“雷区”	111
一、或卑或亢，姿态不当	111
二、疏密失度，尺度不佳	112
三、片面关注，厚此薄彼	113
四、疏于沟通，后患连连	113
五、应急失策，陷入被动	114
六、虚假作秀，消极应对	115
七、抱怨指责，激化矛盾	115
八、授人以柄，自损威信	116
九、诋毁塞责，扩大战线	116
十、准备不足，敷衍了事	117
乐做桥梁，从中斡旋	118
一、巧设活动——无痕中融洽亲子关系	118
二、指导学生——引导学生主动与父母沟通	120
三、指导家长——帮助家长有效与孩子沟通	122
四、搭建平台——让家长露一手以提升形象	123
积极补救，转危为机	124
一、延时处理——以静制动	125

二、先行自责——以退求进	125
三、求同存异——取其所长	126
四、假借他力——寻求帮助	127
五、坚守底线——把握分寸	128
六、统筹协调——整体效应	129
赢得信任，根上着力	130
一、多管齐下——形成立体	130
二、急人所急——未雨绸缪	132
三、关爱学生——借力使力	133
四、积极联系——重在平时	134
五、共商班事——协同教育	135
六、多多肯定——正面引导	136
七、细节关怀——以情动人	137

第六章 有情有味的生活，无处不在的教育

——班级生活经营之道	139
班级生活秩序之井然	141
一、设置平等的班级岗位	142
二、规范优良的日常秩序	144
三、开发独特的教育力量	147
班级生活内容之丰富	150
一、阅读经典的身影最美	150
二、墙壁成为教育的阵地	151
三、文化艺术节独具魅力	154
班级生活氛围之幸福	157
一、温暖的关心无处不在	158
二、丰富的体验培养情趣	160

三、“班级史记”让幸福永恒·····	161
--------------------	-----

第七章 “主题”引领学生前进

——主题班会设计之道·····	167
你认识自己吗——一个永恒的哲学话题·····	169
一、典型案例：给自己起个“绰号”·····	170
二、班会反思·····	175
三、拓展案例：“晒”特长·····	176
四、延伸思考·····	177
我要到哪里去——一个不可逃避的追问·····	177
一、典型案例：我要当名人·····	178
二、班会反思·····	183
三、拓展案例：与“北漂”学生对话·····	184
四、延伸思考·····	186
我如何实现自己的目标——一个必须思考的问题·····	186
一、典型案例：假如生活重新开始·····	187
二、班会反思·····	193
三、拓展案例：竞选班长·····	193
四、延伸思考·····	195

第八章 让每个学生都能遇到最好的自己

——学生发展引领之道·····	197
学会评估自我·····	199
一、从学习能力角度进行自我评估·····	202
二、从性格角度进行自我分析·····	203
准确定位目标·····	205
一、“不让人操心但让人伤心”的孩子·····	205

二、个人目标制订计划书	207
撰写成长规划书	210
一、撰写细目指导	210
二、具体案例	211
把反思当作每天的必修课	215
一、列提纲	216
二、谈目的	216
三、谈收获	217
四、谈教训	217
五、谈感悟	218
六、谈感动	218
七、谈遗憾	219
给自己的人生加一个梦想	219
一、故事导入	220
二、明确人要有梦想	220
三、实现梦想的条件	221
四、了解所处阶段	222
做自己生命中的贵人	223
一、一个需要随时激励的孩子	223
二、教会孩子自己激励自己	224

第九章 大象无形：你的魅力你的班

——班主任自我形象建设之道	227
看脸的时代，班主任怎样提升“颜值”	229
一、老师，我要像你一样优雅	229
二、大行不顾细谨？错！	230
三、谁是最美班主任	232

专业魅力，让你成为出神入化的舞者	234
一、老师，你为什么不笑	235
二、你的眼神明亮又美丽	238
三、每个孩子都需要一个冠军	239
四、书香与汗臭	241
有情有义的班主任更幸福	243
一、“农民班”的故事	244
二、永不缺席的爱	246
三、理想的班主任和班主任的理想	248
四、从今天起做一个幸福的班主任	250
后记	255