

最新班级管理技巧心得 安全管理方法心得体会(精选18篇)

通过教学反思，教师可以收获宝贵的教学经验，并将其运用到今后的教学中去。接下来是一些写作军训心得时可以参考的优秀范文和写作技巧。

班级管理技巧心得篇一

安全管理方法是保障人民生命财产安全的必经之路，不仅是企业和政府的责任，也贯穿在每个人的日常生活中。如何有效地管理安全，防范安全事故爆发，是当前重大难题。我在实践的过程中，总结了一些心得和体会，与大家分享。

第二段：全员热血参与，安全管理更有效

首先，安全是全员责任，全员参与的。企业要不断加强培训，提高员工安全意识，同时也应该尊重员工的主观意愿和知情权。政府要加大宣传力度，让更多的人了解安全知识。而在生活中，我们需要注意周围环境，不和安全隐患低头，及时向有关部门报告，发现问题；同时，也需要依法行使自己权利，维护自己的安全。

第三段：制定有效的安全标准，让安全无处遁形

其次，在安全管理上，标准化也是非常重要的。企业需要在全员合力下，建立全面、系统的安全管理体系，对工作场所、设备、人员等进行全面的评估和防范措施的制定。政府也要坚持标准化的管理理念，提高对企业和公众的标准化合规检查力度。对于一些安全问题，我们还可以建立安全规章和标准，让安全无处遁形。

第四段：及时防范和处置，事故才能得到最大程度的应对

其次，要对紧急状况做好储备、应对和处置。企业和政府应当积极应对自然灾害、紧急情况等应急事件的处理。之所以这一点至关重要，往往因为事故的后果不可逆转，及早发现、及时防范，才能做到事故预防和事故处理的最佳状态。

第五段：总结

最后，在我们生活和工作中，安全管理应十分重视，不可轻忽。全员热血参与、标准化、及时防范和处置都是关键。只有都做好了，才能保障我们生命和财产的安全。我们也应该从自身做起，养成安全习惯和意识，远离安全隐患，让生活更加平安。

班级管理技巧心得篇二

1. 健全班委会，明确分工，提高学生的管理能力和学习能力。
2. 为每位学生建立健康成长档案。
3. 集思广益，共同制定完善班级公约，力求做到“人人有事做，事事有人做”，凝聚挖掘班级各方力量，提高班级整体水平。
4. 严肃班级纪律，加强课间、自习、课堂、就餐、住宿等常规管理。
5. 加强对学生学习习惯的养成和学习方法的指导，提高学习效率。
6. 开展目标性学习活动，让每一位学生有一个合理的定位。
7. 召开“做好人，读好书”主题班会活动，让学生明确自身的价值，从而塑造完善的人格。

8. 开通“花季心语”栏目，根据学生的学习，思想状况确定话题，例如“说句心里话”、“把你的烦恼告诉我”等。

9. 统一班级学生思想，提高认识教育学生以积极的心态参加学校举行的各种活动，充分展现班级形象，努力为班级增光，增强班级凝聚力，向心力。

10. 广泛开展“我为谁学”、“要我学还是我要学”的讨论班会，帮助学生端正学习态度，明白学习的重要性和紧迫性。

11. 抓两头，带中间，提高全体学生素质，形成良好的班风和学风。

12. 开展“一对一”学习互助活动，实行班干部、团员、后进生结对子责任制。

13. 全面抓好个人，室内外环境卫生，预防疾病，杜绝疾病发生。

14. 不断强化安全意识，增强科学的预见性，及时发现、排除给中安全隐患。

这种试探表现为各种违反纪律的行为(说悄悄话、开小差等)，这是对你课堂管理能力的考验。你需要保持冷静，及时做出适宜的反应。保证教学过程的连续性。

这也意味着师生全力以赴，每一个学生全神贯注，整个教学过程紧张有序地进行。但教学过程中难免出现各种突发的情况，打破了正常的教学秩序，教室里陷入混乱之中。教师需要重新唤起学生的注意力、花费很多的时间恢复原来的教学节奏。

教师尤其需要注意的是，由一项教学活动过渡到另一项教学活动，要尽力保持平稳，保证整个过程的连续性。

让学生能动地参与在整个教学过程中，保证教学内容的趣味性、条理性和教学的节奏感，可以有效地减少课堂行为问题，虽然这听起来有点陈词滥调。学生不遵守纪律的'行为'大多都是对乏味、枯燥的教学的反应，所以，快节奏的教学更容易吸引学生的注意力。

有的教师习惯于要求学生不做什么，而很少考虑要求学生做什么。这种负面的要求方式往往效率不高，不要期望学生猜测你的意图。给学生提出较高的标准(包括学业和课堂行为)，虽然学生很难超出你的要求，但一般也不会违反你的标准。

你需要控制你的课堂。但也没有必要给学生处处设限。把班级规则张贴在教室的明显处。

避免和学生公开对峙，从长远来看，这种对峙不会有胜利者。如果和学生有不同的意见尽可能私下里交流。不要在其他学生面前批评犯错误的学生。

与学生视线接触时应保持沉默，沉默就是力量，学会有效地使用它。每次发出指令后，停顿片刻并深呼吸几下，这样做可以使你保持平静，并给学生留出时间反省并意识到自己的错误。

如果感觉有必要采取进一步的升级行为，升级之前，请深呼吸并停顿片刻，考虑有没有升级的必要。避免大声训斥或者羞辱学生，这样做只会导致学生憎恨你，使其他学生产生对违反纪律的学生的同情。你并不需要学生对你的敌意和恐惧，也无需陷入强烈的冲突之中。

当你在全班学生面前失去镇定的时候，是他们而不是你在控制你的行为。有些学生会尝试发现你的热键——导致你失控的行为，要学会控制自己的行为。记住，学生大多数使你恼怒的行为并非出于邪恶或怯懦，仅仅是不合适而已。

当然，如果一个学生的不良行为有可能伤害到他人或有可能使集体财务受损失，应采取措施及时制止。这时候，你可能需要其他成年人的帮助。不要对学生过去的错误念念不忘，喋喋不休只会导致学生的疏远。

学会忽略一些轻微的违反纪律的行为、尤其是当你怀疑学生的动机在于诱惑你陷入一场对抗的时候。当然，蓄意伤害的行为以及恶意的起哄必须加以制止。轻微的问题以及当时不能确定如何处理的问题，可以稍后处理，这也为你赢得时间，考虑更好的解决方式。

班级管理技巧心得篇三

竞赛机制是魏书生班级管理工作的明显特点之一、有一次，学习委员收书费，他要一个一个收，魏书生说，我没有让你这样收，你可以用手表啊、学习委员很聪慧，立刻拿着手表说，同学们注意了，各小组组长请站在你们小组的左侧，下面我们要开展收书费比赛，各就各位，预备开头、书费很快收起来了、可以想见，在魏书生的班级管理工作中，小组分得很细，工作讲求竞赛，这样，既活跃了教室的气氛，又（3）时间顺序上的程序化、规范化。建立计划立法系统、检查监督系统、信息反馈系统。在魏书生的班级管理模式中，这三个系统是实施班级管理的执行程序，同时，还具有确保班级管理工作有效实施的保障功能。

3、计划立法系统检查监督系统信息反馈系统

在魏书生班级管理模式中，计划立法系统、检查监督系统、信息反馈系统是魏书生班级管理的核心内容，是魏书生实施“班规班法”、“科学管理”的执行程序，在实施科学管理的过程中三者各自发挥着不同的功能，在时间顺序上有一个先后的排序，在产生的作用上有一种因果关系，是一个动态的单向联动过程。在这一过程中，三者担负着不同的任务，行使着不同的管理职能。计划立法系统担负着将管理者的管

理愿望和被管理群体的集体愿望转化为可操作信息，即管理计划和制度传递到被管理者成为其必需遵照执行的具有一定约束力的外在要求或是必需履行的责任或义务。在启动和使用这一系统的过程中，魏书生首先确定了组织机构和组织程序，然后从时间维度和空间维度上，设计严密、细致的管理程序，制定出“科学管理”意义下的班规班法。检查监督系统担负的任务是对“计划”与“立法”等规章制度执行状况检查、监察、督促、督办，是促进和保证“计划”与“立法”有效实施的过程和手段。检查有自检、互检、班干部检查、班集体检查、班主任抽查五种形式。信息反馈系统担负的任务是在时间的顺序上，“对执行过一段时间的班规班法进行总结、评议，对不合理的进行修改，对不完善的加以补充”的任务，它有个别争论反馈、班干部反馈、班集体反馈、家长反馈四种方式。

4、学生

学生是学校教育的对象，学习是其主要任务。在魏书生班级管理模式下，学生的个体差异得到承认，并被作为班级管理的主人，同时学生个人发展的愿望与班级管理目标、学校教育目标和社会发展要求完全全都。

5、班级管理目标

班级作为学校教育过程中的一个基本单位和一种社会学习群体，它的管理活动是学校教育活动的组成部分，同时也是社会活动的一个组成部分，它所要实现的管理目标与学校教育目标和社会发展对人才的需求保持全都。在魏书生班级管理模式下，他的班级管理目标被界定为：培育学生的自我学习能力、自我教育能力和自我管理能力的。

培育学生的自我学习能力从学校教育的内容看通常是应将其列入到教学管理的范畴中作另类处理的，但在魏书生班级管理模式下，学生的自我学习能力则不仅包括教学管理中培育

学生对课程计划之内的文化学问的自我学习能力的内容，而且还包括对各类科学学问、生活学问、生活技能等多种社会学问的自我学习能力。魏书生认为，“自学能力是一个具有不同层次的、立体的范畴，它不属于一般能力”，“从心理学上讲，既是一种优良的心理品质，又是一种个性特征”，明显，自学能力在这里被赋予了“学会学习”、“学会生存”这样的当代社会发展对人的发展、对学校教育提出的基本要求的意义，这是魏书生班级管理模式在人才培育目标上区别于其他教育管理模式的不同之处。

培育学生的自我教育能力、自我管理能力，是班级管理的重要任务和所要实现的管理目标。这两种能力是学生在个人成才过程中不可缺少的内驱力，是他们实现社会化的重要条件。魏书生认为培育学生自我教育能力主要在削减学生的“内耗”和“空耗”，让他情愿学习，情愿思索。培育学生的自我管理能力，就是让学生成为“班级管理的主人”。这两种能力的培育从班级建设与发展的角度看，它在班级集体建设方面，一利于蕴积班级建设与发展的内驱力气，二利于培育学生的协作精神，增加团队意识。培育学生的自我教育能力、自我管理能力，也是当代社会发展对学校教育提出的又一个客观要求。

在魏书生班级管理模式中，“培育全面发展的人”既是班级的管理目标，也是学校教育的目标，也是人类社会发展对学校教育提出的客观的时代要求。基于这样的熟悉，魏书生在教育教学及班级管理的实践中一直强调培育面向将来社会的有创造性的人才，他说教师“最重要的，不仅要教给学生以眼前学问，更要培育好有利于将来，有利于人类的个性”。魏书生的这种着眼于将来的人才培育观念和人才发展观念符合人类社会发展的时代要求，与学生个人的成长和发展方向在主观和客观上都实现了统一。

6、社会、学校、家庭

社会、学校、家庭是存在于班级这一社会群体之外对班级有

着巨大影响的外部环境。这三个环境因素从不同的角度,不同层面对学生产生不同程度的影响,这些影响通过对学生个体的影响而对班级集体产生影响。在班级管理,针对来自社会、学校、家庭的环境因素的影响,整合其中有利的积极因素,采取有效措施,实现班级管理的有效目标是班主任的一项重要工作。

针对来自社会方面的影响,魏书生通过指导学生树立正确的世界观、人生观和价值观,提高学生的思想熟悉去消弥来自社会的负面影响。但与一般的教育者不同,魏书生在做学生的思想工作不是靠讲空洞的道理,强迫学生去熟悉、去接受一个道理、一个观念,而是结合发生在班级、发生在身边的一事一情,融情融景,使学生能在熟悉详细问题的过程中提高思想熟悉。同时魏书生在语文教学中随时将育人的工作在不知不觉中完成,以“润物无声”的教育艺术、管理艺术,整合存在在社会环境中的各种积极因素,化解其中的消极因素,奇妙地实现育人的目标。

学校是对学生实施教育的重要场所。为了充分发挥这一场所对学生的教育影响作用,魏书生始终重视营造学校的民主气氛和科学管理的环境,“民主治校,科学管理”是他实施教育改革的主要思想。在长期的教育改革实践中,魏书生形成了一套“民主与科学”的管理机制。同时他重视环境教育的作用,把校园环境建设作为对学生实施教育的一个组成部分,整合学校教育资源,为班级管理创设良好的环境基础是魏书生教育改革思想的又一个组成部分。魏书生在教育改革中一直重视家庭教育,他认为“首任教师是父母,第一学校是家庭”。他的《家教漫谈》一书,阐发了他对家庭教育的熟悉及对此持有的独到见解。在班级管理实践中,魏书生首先教育学生发扬中华民族的传统美德,热爱家庭,孝敬父母,同时指导学生家长正确对待孩子的学习,把孩子的健康成长作为家庭教育的首要任务,并通过有效的途径与家长建立联系,使学校教育与家庭教育形成合力,共同实现把学生培育成全面发展的教育目标。

魏书生在长期的班级管理实践中，坚持民主与科学的指导思想，在把学生培育成具有独立人格、个性意识和学习生存能力的全面发展的人的前提下，积极引导学生，通过树立正确的世界观、人生观和价值观，正确对待来自社会、学校和家庭方面的种种影响，整合其中的积极因素，在班级管理中努力实现“管理育人”的教育目标。

班级管理技巧心得篇四

班名：心天空(暂定，请大家出谋划策)

班训：做人诚心 学习细心 友情真心 生活开心。

班级目标：每天进步一点点，自信自主我最强。

班级公约：

小学生，爱学习，有礼貌，守纪律。

勤锻炼，身体棒，爱生命，讲安全。

发言响，勤开口，爱动脑，细观察。

做事情，不拖拉，惜时间，学本领。

对父母，要孝顺，对老师，要尊重。

对自己，严要求，宽待人，乐奉献。

负责任，肯担当，要诚实，守信用。

不浪费，不攀比，节资源，爱自然。

好学生，人人夸，乖宝贝，人人爱。

班规：

一、红领巾

负责人：

- 1、每天必须正确佩戴红领巾(夏季是队徽)，如果忘佩戴，无论扣分与否，一律上交两条红领巾。
- 2、多余的红领巾有负责人保管，借出的红领巾需及时归还。
- 3、每节下课后和出教室门前，需检查自己红领巾是否佩戴。

二、教室地面卫生

负责人：

- 1、每天值日的大组负责打扫本班教室地面卫生和门前走廊的卫生，有大组长负责组织组员认真打扫，每个组员必须听从组长安排，配合组长工作。
- 2、该哪一大组的学生打扫卫生，要提早20分钟到校。
- 3、打扫卫生的顺序是：扫地、拖地、摆桌子。(负责擦瓷砖和黑板的同学与扫地、拖地的同学同时进行)每次清洁不超过20分钟。
- 4、每天打扫的时间为下午放学。早上和中午为清扫，时间不超过10分钟。
- 5、打扫完有负责人认真检查合格后，才算完成任务。
- 6、每人负责保持好自己周围的地面卫生，每节课下课先捡干净自己周围的垃圾，对齐桌子再出去玩。

三、门、窗、灯、电扇

负责人：

- 1、拿钥匙的学生要比别人来的稍早一些，锁门前要把所有窗户所好，灯、电扇关掉。
- 2、上室外课时负责人要关好灯、风扇才可关门离开。

四、上课

负责人：

- 1、每节课都端端正正坐好，认真听讲，不开小差，不跑神，不玩东西。
- 2、积极回答老师的问题，举手回答问题，声音要洪亮，做到每个角落的学生都能听得见。
- 3、别人回答问题时，要尊重别人，认真聆听，不得交头接耳。
- 4、上课时不靠后面学生的桌子，不提前面学生的凳子。
- 5、有事有病必须请假，可以用电话请假，也可以家人来请假，总之不能不给老师说就不来校上课。

六、课间

负责人：

- 1、注意安全，不打架，不骂人，做一些危险性小的游戏。
- 2、别人做游戏时不去打搅别人，不和别人捣乱。
- 3、做操站队要做到快、静、齐，带队到操场后不围着玩，赶

快把队散好，前后左右照齐。

4、做操时认真做好每个动作，真正起到锻炼身体的作用。

七、放学

负责人：

1、听到“站队”的口令，迅速出教室站队，不准慢慢吞吞。

2、排队走时，也要时时把队照齐。

3、在大门口把队再次排整齐，与老师相互问好后才可离校。

4、不准不站路队，自己回家，如发现，视为严重违反纪律。

八、作业

负责人：

1、家庭作业是指在家完成的作业，一律让家长检查，并签字。

2、家庭作业完不成的学生，来校之后将作业重做一次。

3、在校作业是指在学校内完成的作业，在校的每项作业必须按老师规定的时间上交。

4、如果作业没完成，放学自觉留下来，写完交了再走。

九、其他

1、以上各条例如果被扣分，被扣分的个人或小组，必须在一星期内把扣的分挣回来。

2、各小组长、各大组长必须切实负起责任，各学生必须配合

班委、组长的工作。

3、以上各条例谁违犯哪一条，站在条例前把那一条反复念读，直到记住为止。

星级学生评比加减分细则：品德星

加星：1. 好人好事，上报班长，经证实加一颗星相对突出的事迹可酌情再加星。

2. 好人好事，受到学校以为的表彰，经证实加三颗星；相对突出的事迹酌情再加星。

扣星：1. 周一升旗仪式或做操无故缺席减两颗星。

2. 进入学校没有佩戴红领巾减一颗星；若因此班级规范星扣分则减三颗星。

3. 损坏学校公共设施等，视情节严重性扣星。

4. 有打架、恶性争吵、骂人说脏话等现象出现，一次减一颗星，若情节严重酌情再扣星。

智慧星(与基础学科挂钩)：

加星：1. 每次听写、口算测试满分加一颗星。

2. 每次测验一百分加三颗星；与前次比有进步加一颗星。

3. 参加各类学科性比赛加两颗星；获奖者再加星，一等奖加五颗星，二等奖加三颗星，三等奖加两颗星。

4. 参与各类作文比赛加两颗星；获奖者再加星，一等奖加五颗星，二等奖加三颗星，三等奖加两颗星。文章在报刊、杂志发表加五颗星。

5. 平时作业5次优加星或100分加一颗星。

扣星：1、作业迟交、漏交，若能在规定时间内补交则不扣星，如超过规定时间尚未上交一次减一颗星。

2. 考试作弊减十颗星。

3. 课堂上扰乱老师同学教学秩序，视情节相应扣星。

体育星(包括体育课和课间体育活动)：

加星：1. 眼保健操、早操受到表扬加一颗星；

2. 参加学习体育类比赛加两颗星；获奖者再加星，一等奖加五颗星，二等奖加三颗星，三等奖加两颗星。

扣星：1. 做操时被值日班长或老师批评减一颗星；

2. 下课进行危险游戏、不文明游戏，视情节而定。

艺术星：

加星：1. 音乐、美术课受到老师特别表扬加一颗星。

2. 参加各类艺术类比赛加两颗星；获奖者再加星，一等奖加五颗星，二等奖加三颗星，三等奖加两颗星。

扣星：1. 音乐、美术课影响课堂秩序减一颗星

2. 音乐、美术和艺术类作业没有完成或没交减两颗星

综合实践星(包括小队活动、综合能力、劳动值日等方面)：

加星：1. 组织小队活动加三颗星。参与加一颗星；活动者表现突出加三颗星。

2. 能在课外积极搜集查找有价值的资料，为班级做贡献者加三颗星。(如出板报、复印、布置教室等)。

3. 注意保洁工作，值日特别认真或主动拾起路边垃圾者加一颗星。

扣星：1. 值日不认真或缺席减一颗星。

2. 破坏别人劳动成果(卫生扣分、垃圾乱扔等)，视情节扣星。

家庭表现综合分：

加星： 1、一周内家长评价有三次优秀或以上加一颗星。

2、家长特别表扬加一颗星。

扣星：1、一周内家长评价有两次差或更糟糕的减一颗星。

2、和长辈顶嘴，不尊重长辈者视情节严重减星。

注：1、积累十颗小星星换取一个大苹果，五个大苹果满足一个合理并且能够实现的愿望。

2、各项优秀学生的评比中星星颗数将作为一大依据。

3、期末根据星星的颗数评定星级学生。

班级管理技巧心得篇五

班主任是一个班级的组织者和管理者，当一个班主任容易，当好一个班主任，管好一个班集体就不是一件容易的事情了。

一、“细心”去做好每一件事情

班主任要想管好一个班集体，除了靠制定一套切实可行的班

级公约，以制度去管理学生外，要靠班主任去细心做好每一件事情。教师的思想、行为对学生产生潜移默化的影响，特别是班主任，影响更为直接。所以，班主任应该时时处处以身作则，严于律己，宽以待人。这样，才能给学生以良好的影响，做起事来也得心应手。我觉得班主任想管好一个班级就应该细心去做好每一件事情，表里如一，言行一致；凡是要学生做到的，老师必须先做到，并且做得最好。这样，才能影响和感染学生，促进他们养成良好的行为习惯。

二、“诚心”去捕捉每一颗心灵

作为一个班主任，要想管理好班级，就应当首先了解学生，诚心与他们交朋友，用心去捕捉每一个幼小的心灵，做到心中有学生、心中想学生。特别是注重诚心与学生交朋友，要和他们谈心，学生有缺点，批评时要尊重学生的人格和自尊心，同时批评学生要因人而异，讲究时机、地点与方法，不夸大、不讽刺、不挖苦，要诚心诚意帮助学生改正缺点。对学生提出的问题或要求，不光要从自己的角度去分析，更重要的是从学生的角度去考虑，多为学生出主意，让学生觉得你是真心实意为他着想。要和学生平等相处，以诚相见，做到如师如友，亦师亦友。不要高高在上摆班主任的架子，要经常深入到学生中去，做个热心人，及时了解学生的思想状况，对学生中出现的问题，要积极主动，诚心解决好。只要教师用心去观察了解学生，发现每个学生心灵深处的微妙变化，并把自己的思考过程告诉学生，坦诚相见，这比直接把结果告诉学生收效要好得多。

三、用“爱心”去关爱每一位学生

班主任应该用爱心去关爱每一位学生，班主任在工作中无论对人对事都要公正、平等，特别是对待后进生要真心实意，不要给学生一种“老师做个样子”的感觉。平等可以营造融洽，爱心可使枯木复苏，耐心可以修好“破罐”。班主任虽然不可能将自己的精力在同一时期平均分给每一个学生，但

只要我们心中装着全体学生，用心去关爱每一位学生，就一定能够发现学生身上潜藏的智慧和创造力，挖掘出每一位学生的闪光点。

四、“有意”放手让班干部管理班级

班主任工作千头万绪，事务繁杂，既抓教学业务，又抓班级管理，有时还兼上其他班的课。这样一来，如果不选出一支好的班干部协助班主任管理班级是不行的。班干部是班主任的得力助手，选举班干部时一定要民主、公正、公平、公开，不能由班主任点名，委任班干部，这样做不能服众。选出班干部以后，人员分工要明确，各人有各人的岗位职责。各负其责又协调配合，共同管理好班级。同时班主任要放手让班干部去管理班级，要信任他们，鼓励、指导他们如何去抓班级管理。如果指导得好，班主任工作就事半功倍，班主任也就能抽出更多时间去钻研教材、传授更多的知识给学生了。

五、“留意”捕捉每个学生的闪光点

一个班几十名学生，各人有各人的个性特点。这就需要班主任平时留意观察、了解、掌握每位学生的脾性，注意捕捉他们的闪光点，因势利导，扬长避短，因材施教。当今时代大力推行素质教育，素质教育既要让学生全面发展，又要充分发挥他们的特长。因此，班主任平时要留意了解学生，捕捉学生的闪光点，因材施教，使每一位学生都能充分发挥自己的特长，取得尽可能多的进步。

总之，作为班主任的应时时处处以自己高尚的师德影响学生，感化学生，诱导学生，教育学生，关心学生，鼓舞学生。为学生营造一个良好的学习生活环境。为把学生培养成新一代“四有”新人，班主任工作任重而道远。班主任是班级管理的核心，良好班风的形成，学生身心的健康成长，文化素质的提高，班主任作用至关重要。要把一个班级带好，使学生在德、智、体、美、劳几方面全面发展，毕业后能成为对

社会有用的人才，班主任必须具有“妈妈的心、媳妇的腿、婆婆的嘴”，紧紧抓住爱、勤、导三个要素，创造性地劳动。

班级管理技巧心得篇六

第一段：引言（大约200字）

自我压力是每个人都会面对的问题，无论是工作、学业还是生活中，都有可能给自己带来压力。然而，如何有效地管理自我压力成为了一个重要的课题。在过去的一段时间里，我不断探索和尝试各种方法来解自我压力问题，并且在实践中不断总结和改进。今天我想分享一下我对自我压力管理方法的一些体会和心得。

第二段：调整心态（大约200字）

在面对压力时，我发现调整心态是非常重要的。以积极、乐观的心态来面对困难和压力，可以帮助我更好地应对挑战。我会时刻提醒自己保持积极的心态，并且学会从困难中寻找机会和启示。此外，我也发现定期休息和放松对调整心态非常有帮助。通过放松运动、冥想、读书等方式，我可以暂时远离压力和烦恼，让自己更加平静和放松。

第三段：制定合理的目标和计划（大约200字）

为了更好地管理自我压力，我发现制定合理的目标和计划是非常重要的。过高的期望和过于紧张的计划会给自己带来巨大的压力。因此，我会尽量将目标和计划分解成小步骤，并且合理安排时间。这样一来，我不仅可以更好地掌控进度，还可以减轻自己的压力。同时，合理的目标和计划也能给我带来成就感和满足感，从而更好地改善自我压力。

第四段：与他人沟通交流（大约200字）

在经历自我压力时，我发现与他人进行沟通交流是非常重要的。通过向他人倾诉自己的困扰和忧虑，我可以获得情感上的支持和安慰。与此同时，他人的观点和建议也会给我带来新的思考和解决问题的灵感。在日常生活中，我会积极参与社交活动，加强与朋友和家人之间的联系，这有助于减轻自我压力并改善心情。

第五段：总结和展望（大约200字）

通过对自我压力管理的不断探索和实践，我发现调整心态、制定合理的目标和计划、与他人沟通交流是我目前认为最有效的三种自我压力管理方法。通过这些方法，我能更好地应对压力，更好地管理自己的情绪和行为。然而，我也意识到自我压力管理是一项长期的工作，我需要不断提高自己的认知和技能，不断改进和创新。未来，我希望能够更好地研究和理解自我压力管理，以帮助自己 and 他人更好地生活和工作。

（以上为辅助生成的文章，仅供参考）

班级管理技巧心得篇七

班主任在开展班级管理中，所面对的每个学生都是活生生的个体，他们每时每刻都在编织着自己美好的梦幻，随时都可能出现与班规、校规相悖的举动。这时，教师不要贸然地去对学生的举动进行横加指责，更不要对学生采取体罚或变相体罚的行动，应始终坚持“晓之以理，动之以情”的原则。要以师生平等的身份去问清缘由，要用饱满的热情去温暖学生的心灵。对碰到困难和受到挫折的学生教师要及时伸出援助之手，学生犯了错误教师应及时给予中肯的批评和诚挚的鼓励，一桩桩，一件件，都能在学生心灵中经久不息地泛起清纯美丽的涟漪。这样，学生的心灵就会受到感化，教师就能自然而然地赢得学生的尊敬、理解和支持，学生在这样的环境下学习、生活就会感到很温暖、很自在、有上进心，从而使学生自觉地去履行正确的道德规范，自觉地去执行班

级与学校的各项规章制度。这样才能帮助学生树立起各自正确的人生观、价值观，从而为学生健康地迈入人生旅途打下坚实的基础。

做好班级管理工作，对于全面完成教学任务，培养德、智、体、美、劳全面发展的建设人才，有着十分重要的意义。因此班主任在接管一个班级后，应当调查了解清楚每一个学生的学习、生活、个性、心理、家庭等情况，这是管理班级的必要条件。教师在调查了解情况中，要善于从优秀学生身上发现“隐患”，做到防患于未然；从后进生身上找出积极因素，悉心加以诱导。并随时作好记录，及时建立学生各种状况档案表。在建立档案表中，被调查的每一个方面还应分清细节部分，以便教师有计划、有针对性地开展班级管理工作。如在设立《学生学习方法调查表》中，可分作以下几个细节部分来进行调查记录：

(1) 有无学习意念。

(2) 有无学习环境的保障。

(3) 有无学习钻研的习惯。

(4) 有无预习、复习习惯。

(5) 有无记笔记的习惯等。只有这样，教师才能全面掌握学生的个性特点，摸清学生的思想变化；才能做到有的放矢，切实做好班级管理工作。

由于学生来自不同的家庭，在不同的环境条件下成长，因此学生之间或多或少总会存在着一些差异。有的学生素质高，思想表现好，学习勤奋刻苦，成绩好，即所谓的优秀生；有的学生素质低，思想表现差，学习怕苦怕累，成绩差，即所谓的差生和后进生。而班级中的优生和差生又是相对而言的，素质再高的班级也有差生，再差的班级亦有优生，因此老师

要设法做好培优转差工作。师爱施于优秀生，应是锦上添花，百尺竿头更进一步；师爱惠及差生和后进生，应是雪中送炭，暖人心扉，催人奋进。事实证明，后进生和犯了错误的学生，心理上处于脆弱状态，如果老师不及时采取教育和挽救措施，个别学生就会破罐破摔、悲观绝望，甚至走上犯罪道路。这时，更需要老师“雪中送炭”，更需要老师的关怀和尊重。关怀和尊重是治疗心灵创伤的良药，是打开学生心扉的钥匙。教师要善于发现和挖掘后进生的闪光点。哪怕是一点点进步，也要适时给予表扬和鼓励，从一件件，一桩桩小事做起，逐步培养他们养成良好的学习和生活习惯，树立起不断进取的上进心。激发每个学生奋发进取的精神，从而增强他们战胜困难，促使德、智、体、美、劳全面发展的信心，提高他们成为优秀学生的勇气，最终达到使后进生全面发展的目的。

俗话说的好：“世上无难事，只怕有心人”。只要班主任热心耕耘、勤于管理，做到：熟悉班级、学生及家庭情况就能和学生打成一片，做他们的知心朋友，从而赢得学生的尊敬和爱戴。这样学生就会理解和支持老师的工作。教师也能得心应手地处理好学生与学生之间、师生之间的关系，从而为管理好整个班级奠定良好的基础。工作中要随时作好工作记录，及时总结经验教训，这样，可以使自己的工作少出差错、少走弯路；可以使自己的工作经验日益丰富，工作能力不断提高。长此以往，就能形成自己独特的管理风格，并能使自己的管理艺术不断提高和完善。

目前班级管理面临的困难和新的问题

（一）学业负担对班级管理的影响。

虽然前几年国家就已实施素质教育，提出要减轻学生的学业负担，但从当前形势来看，不少学校仍然片面追求升学率，忽视学生的其他素质的发展，学生的书包越来越重，学业压力越来越大，只重视学习成绩，不重视其他活动，这就造成两极分化严重，产生厌学情绪，学生心理压力大，经常处于

紧张状态，心情烦躁，失眠，稍有一点矛盾就吵口、甚至打架斗殴，这些都影响了班级团结、和谐稳定，给班级管理带来不稳定因素。

（二）社会不良风气对班级管理的影响

当前我国经济飞速发展，社会发展日新月异，社会情况正在发生着复杂而深刻的变化，社会上的一些不良风气，如个人主义、拜金主义、享乐主义等消极腐朽思想给青少年学生带来了极大的负面影响，左右着青少年学生的价值取向，传统的伦理道德、审美情操在青少年头脑中的地位越来越脆弱，有些学生整日沉湎于网吧、游戏，甚至吸毒，导致旷课、迟到、偷盗。这些现象加大了班主任的教育难度，影响了班级的正常秩序。

（三）家庭教育对班级管理的影响

由于我国实行计划生育，提倡一对夫妇只生一个孩子，所以绝对大多数学生是独生子女，他们在家里备受宠爱，要什么有什么，生活无忧无虑，甚至有少数家长过分溺爱，百依百顺，因此养成他们个性强，唯我独尊，胆子大、自尊心强，一副“小皇帝”的样子，俗话说，江山易改，本性难移，因此，等他们到了学校，依然照旧，容不得半点批评，耐不得一丁点挫折，稍有不顺心的事，就逃学，甚至有的以跳楼自杀相威胁，面对这些，给班级管理带来很大困难，对班主任工作提出了极高的要求：就是面对这些独生子女，批评教育时如何把握这个度，批评教育时既要能达到目的，又不伤害他们的自尊心。

（四）留守孩给班级管理带来的新问题

随着我国经济的高速发展，外出务工人员越来越多，因此留守孩的数量逐年增加。这些留守孩要么交给祖父母监管，要么托付给亲戚朋友，甚至有的只有学生本人在家，自己管自

己，这些孩子由于父母不在家，缺乏父母的关爱和教育，因此养成自由散慢的习惯，花钱也无节制，平时在家的生活学习缺乏有效的监管，因此，给班级管理提出了新的难题，就是对这些留守孩如何进行教育，如何监管他们节假日的学习生活，这些都是班主任值得思考的问题。

班级管理技巧心得篇八

如今，生活节奏加快，竞争压力不断增加，人们的生活似乎总是被各种压力所包围。自我压力管理成为了我们这个时代必不可少的技能之一。如何有效地管理自己的压力，让自己更加轻松地面对生活的挑战，成为了我近来思考的一个重要问题。在这个过程中，我积累了许多经验和体会，下面我将分享自己的心得。

首先，我认识到自我认知对于压力管理的重要性。了解自己的优点和缺点，正确认识自己的能力和局限性，对于我们在面对压力时的应对方式至关重要。当我们清楚地认识到自己的优点和能力时，我们可以更加自信地去面对困难，并且寻找解决问题的方法；当我们了解到自己的缺点和局限性时，我们可以更加理性地对待问题，寻求改进的空间。通过不断地自我反思和自我调整，我学会了尊重自己，接受自己的不完美，从而减轻了很多不必要的压力。

其次，学会放松和调整自己的心态也是重要的压力管理方法。当压力积聚时，我们要学会放松自己，调整心态。我发现锻炼身体是一种非常有效的放松方法。无论是慢跑、游泳还是瑜伽，运动都可以帮助我们释放压力，舒缓紧张的情绪。此外，我还尝试了冥想和减压音乐，这些方法也让我在繁忙的生活中找到了一片属于自己的宁静。在放松的同时，我还在学习调整自己的心态。我们往往会因为一些小事而烦恼，积聚起来就成了一种无形的压力。减少对外界事物的焦虑，以积极的心态对待问题，将焦虑转化为动力，成为我放松和调整心态的有效方法。

此外，合理安排时间和管理自己的目标也是有效的压力管理方法。我们经常陷入时间不够用的困扰中，而这往往加剧了我们的压力。因此，我意识到合理安排时间是减轻压力的关键。我学会了制定目标并制定计划，这样我就能更有方向地利用时间。同时，我也注意到需要充分休息和放松，以保持身体和心态的健康。合理管理时间和目标不仅可以提高效率，还可以让我有更多的时间去做自己喜欢的事情，从而减轻了压力。

最后，我发现与他人交流和寻求帮助也是有效的自我压力管理方法。我们常常认为把问题留给自己解决是种勇敢和理智的行为，但实际上，与他人分享自己的压力，寻求帮助和建议，可以为我们提供不同的视角和解决问题的思路。在我自己面对困难时，我会和亲朋好友倾诉，或者寻求专业人士的帮助。每次经历这样的交流之后，我总是感到轻松和解脱，因为我不再孤军作战，而是有了他人的鼓励和支持。

总的来说，自我压力管理方法的有效实施是一项需要持续努力的任务。通过自我认知，放松调整心态，合理安排时间和目标，以及与他人交流寻求帮助，我渐渐地学会了更好地管理自己的压力。我相信，只要我们不断地探索和实践，我们都能找到适合自己的方法，让压力不再成为我们的负担，而变成我们成长和进步的动力。

班级管理技巧心得篇九

形成一个良好的班集体，首先要进行良好的班风建设，这需要每一位班主任做大量深入细致的工作。我在班主任工作中，感受颇多。如何开展班风建设呢？下面谈谈我的做法：

一、明确目标，共同奋斗。

作为班主任接手班级的第一件事就是为班集体树立的共同奋斗目标，这是班集体的理想和前进的方向，班集体如果没有

共同追求的奋斗目标，就会失去前进的动力。每个同学要有目标，对每一个科目要有目标，每一次考试要有目标。每次考试前，我通过主题班会“多拿一分、多进一名”对学生进行动员，考试后对进步的同学进行奖励，使班集体形成良好竞争氛围。班集体有一个集体的奋斗目标，如考试、校运会、文明班等。这个目标应是远期、中期、近期目标的结合，逐步实现目标的过程会产生梯次激励效应，形成强大的班级凝聚力。我曾带过一个基础很差的班。刚开始的一星期，班内学生上课不听，下课打追，作业不交、卫生不做，毫无集体荣誉感可言。查找原因，大都是破罐破摔，没有学习目标，对自己缺乏信心。针对此情况，我找同学谈心，要求每个人都给自己定下目标，让他们以此为起点，迈好初中第一步。又以校运会为契机，对学生说：学习成绩比不上其他班，在校运会一定要超过他们！果然，他们很争气的拿了年级前茅。在期末考试前，我又给他们定下目标，说：经过校运会这事说明，你们是行的，这次我们班期末考试的目标是年级前三，只要每个同学“多拿一分、多进一名”，相信我们定能实现的。虽然最后我们只拿了第四，但同学们没有气磊，因为他们心中已有了目标！在第二学期，这个班没有让我失望。在实现班集体奋斗目标的过程中，要充分发挥集体每个成员的积极性，每一集体目标的实现，都是全体成员共同努力的结果，要让他们分享集体的欢乐和幸福，从而形成集体的荣誉感和责任感。

二、树正气，立榜样。

一个好的班集体要形成正确的舆论和树立良好榜样榜样。榜样的作用会影响每个学生的心理，规范每个学生的行为。正确的舆论是一种巨大的教育力量，对班级每个成员都有约束、感染、熏陶、激励的作用。因此，班内要注意培养正确的集体舆论，善于引导学生对班级生活中一些现象进行议论、评价，形成“好人好事有人夸，不良现象有人抓”的风气。我班有一班干部因工作认真，引起几个差生的不满，受到了恐吓，想不干了，我及时做他思想工作，并在班会上大力表

扬他这种敢做敢为的作风，号召其他班干都向他学习，通过他的事例在班中树起了一股正气。同时利用板报对纪律好学习好的同学进行表扬，号召全班同学以他们为榜样，努力学习。象欧剑伟同学，德、智、体全面发展，男同学都很佩服他，在他的带领下，我们班的男同学都积极向上！有了好的风气和榜样，就会无形的支配集体成员的行为和集体生活，是一种潜移默化的教育力量。

三、好干部，好班风。

俗话说“火车跑得快，全靠车头带。”要带好一个班，光靠班主任的力量是不够的，培养学生干部是一项不可缺少的内容。新学期开始，我就深入学生中认真物色班干人选，接着召开班级干部会，明确各班干部的职责。与此同时，教育班干部要以身作则，起模范带头作用，鼓励他们大胆工作，指导他们不断改进工作方法，提高工作效率。我在《广东教育》看到了“分级管理制”，加以使用，即一级管理：六名班委，负责全班各大项工作的监督总结。二级管理：大组长和小组长，分管各组的学习和卫生。三级管理：科代表，负责各学科的学习情况，及时辅助任课教师的工作。四级管理：职责长，负责班内各项小范围工作，如“灯长”“盒长”“桌长”“门长”“窗长”等，把班内大小而琐碎的工作分配到个人，使每个人都是官，都是班内小主人，收到了很好的民主激励效应。有好的班干部，好的管理制度，自然能形成好的班风，做班主任的也轻松不少。

四、主题班会，针对时弊。

班会是班主任老师向班集体进行教育的有效方法，也是学生自我教育的好形式。成功的主题班会，不仅能高质量地帮助班主任完成教育目的，更会给学生留下终生难忘的印象。本学期我在班中举行了一个题为“假如我是老师”的主题班会，在会上，我做了个“角色互换”的游戏。让学生扮作老师，老师扮作学生，现场表演一下。然后指导学生联系实际，回

过头来看看我们的老师是不是你所“假如”的那样?如果不是,你会怎样做呢?最后再引导学生进行总结。这一次的班会让学生学会从另一角度去理解班主任的工作,更懂得了怎样去更好地协助、配合班主任开展教育。主题班会的形式是多样的,针对‘爱心’我召开了一堂“向丛飞学习”的班会;针对‘安全’我组织了“生命如此珍贵”的班会。成功的班会课不仅提高了班集体的凝聚力还培养了学生的责任感。

五、集体活动,团结互助。

一个集体只有在集体活动中才能体现团结与否,班主任要积极组织、参与学校各项有意义的活动,在活动中,促进学生相互关心,尊重理解和协作的关系。在校组织的集会时,要求相互提醒,文明集会要每一个同学共同努力;在校运会时,同学们积极参与,为自己班的同学加油,与得奖的同学一起欢笑;与失败的同学一起流泪。在参加劳动时,教育同学间互相帮助才能提高工作效率,这些都是很好的团队教育,积极参加集体活动有利于班风的建设,许多优秀班主任的经验表明“寓教育于活动中”对实现班集体的共同目标是行之有效的。

最后,良好的班风建设还需要一个优秀班主任,才能更好地完成以上工作。班风建设是一个漫长而持久的过程,作为班主任应多听取各方意见、多想点子,才能顺利的开展工作。

班级管理技巧心得篇十

人生不可避免地会遇到各种压力,而如何有效地管理自我压力,对于保持身心健康、提高个人综合素质至关重要。近期,我在探索自我压力管理方法的过程中,体会到了一些有效的方法和技巧。下面将分享我对自我压力管理的见解和体会。

第二段:心理调适

面对压力,重要的第一步就是进行心理调适。在面对困难和

挑战时，我会告诉自己，这只是生活的一部分，而不是一切。尝试转变思维方式，将问题看作机会和挑战，而不是无法克服的困境。同时，我也明白压力是一种正常的生理反应，接纳这些情绪并试着放松自己，比如通过冥想、深呼吸或和朋友家人聊天等方式来缓解压力。

第三段：设立目标和规划

另一个我使用的自我压力管理方法是设立目标和规划。当我感到压力时，我会回顾自己的目标并重新规划行动步骤。这样做的好处是，我可以有条不紊地解决问题，一步一步地向前推进，而不是被压力所困扰。同时，目标和规划也可以帮助我专注于当前的任务，避免其他琐事干扰，并为自己制定明确的时间表，以提高效率。

第四段：保持积极心态

在自我压力管理的过程中，保持积极心态是至关重要的。我会告诉自己，每次挫折和失败都是学习和成长的机会。我试图从每一个负面的经历中寻找积极的意义，并采取积极的态度来面对困难。此外，我也会给自己一些小的奖励和认可，以激励自己继续努力。

第五段：寻求支持和交流

最后，一个重要的自我压力管理方法是寻求支持和交流。压力往往会让人感到孤立和无助，但与他人分享自己的困扰和压力可以带来巨大的帮助。我会主动与家人、朋友或指导者交流，寻求他们的意见和支持。有人倾听和理解我，不仅让我从他们的经验中学到了很多，也让我意识到我并不孤单。此外，我还会寻求专业人士的帮助，如心理咨询师，他们可以提供专业的指导和支持。

结论：

在我探索自我压力管理方法的过程中，心理调适、设立目标和规划、保持积极心态以及寻求支持和交流这些方法对我来说都非常有效。通过这些方法，我能够更好地管理自身的压力，并逐步克服各种挑战。掌握这些方法后，我发现自己在面对压力时更加自信和积极。尽管压力无法完全消除，但我相信通过不断学习和实践，我可以不断提高自我压力管理的能力，更好地迎接生活中的挑战。

班级管理技巧心得篇十一

在日常生活中，我们常常会面临如何高效自我管理的困扰。因此，最近我参加了一场关于自我管理方法的讲座，并从中获得了许多宝贵的经验和启示。本文将结合讲座内容，总结自我管理的重要性以及有效方法，并分享我个人的心得体会。

首先，讲座中强调了自我管理的重要性。自我管理是指主动掌握自己的时间、情绪和选择，并且在各个方面做出明智的决策和行动。它是个人成功的关键因素之一。通过自我管理，我们可以更好地控制自己的生活 and 事业，提高效率和工作质量。当我们能够自我管理时，我们能更好地规划自己的时间，分配任务和优先事项，从而提高工作效率。同时，自我管理也有助于我们更好地掌控情绪，提高自己的情绪稳定性和抗压能力。总之，自我管理是实现个人目标和成功的关键因素，是我们每个人都应该重视和培养的能力。

其次，讲座中介绍了一些有效的自我管理方法。首先，要制定明确的目标和计划。这包括长期目标和短期目标，以及详细的行动计划。明确的目标可以帮助我们更好地规划和安排时间和任务，避免浪费时间和资源。其次，要合理安排时间。这意味着在安排任务时要考虑自己的优势和弱点，合理分配时间和精力。此外，要学会拒绝一些无关紧要的事情，避免时间和精力的浪费。另外，要养成良好的习惯和规律。良好的习惯和规律可以提高工作效率，减少拖延和浪费时间的情況。最后，要对自己进行反思和调整。及时总结和反思自己

的行动和决策，发现问题并及时调整 and 改变。

在个人的实践中，我发现讲座中介绍的自我管理方法确实非常有效。首先，通过制定明确的目标和计划，我能更好地规划和安排自己的时间和任务。在过去我常常感到时间不够用，不知道如何安排和优先选择。但是在参加讲座后，我学到了如何确定自己的目标，并通过详细的计划来实现这些目标。这让我更加有条理地完成工作和任务，提高了我的效率。其次，我也学会了合理安排时间和任务。在过去，我常常因为不清楚自己的实际情况而安排了过多的任务，导致自己无法完成。但是通过讲座，我意识到了合理分配时间和精力的重要性。因此，我学会了根据自己的实际情况和能力来安排任务，并克制自己的野心和贪婪，避免过度承载。另外，通过养成良好的习惯和规律，我慢慢地改变了自己的工作方式。例如，在过去我经常拖延任务，导致工作堆积和效率低下。但是通过讲座，我学会了如何养成良好的时间规划和工作习惯，避免拖延和浪费时间。

总的来说，参加自我管理讲座是一次非常有收获的经历。通过讲座，我意识到自我管理对于个人的成功至关重要。同时，我也学到了一些有效的自我管理方法，并将其应用到了实际生活中。通过自我管理，我提高了自己的工作效率，规划了自己的时间和任务，并且改变了一些不良的工作习惯。我相信，只要继续努力和坚持，自我管理将成为我的一种习惯和生活方式，帮助我更好地掌控自己的生活 and 事业。

班级管理技巧心得篇十二

班主任是一个班级的组织者和管理者，当一个班主任容易，当好一个班主任，管好一个班集体就不是一件容易的事情了。

班主任要想管好一个班集体，除了靠制定一套切实可行的班级公约，以制度去管理学生外，要靠班主任去细心做好每一件事情。教师的思想、行为对学生产生潜移默化的影响，特

别是班主任，影响更为直接。所以，班主任应该时时处处以身作则，严于律己，宽以待人。这样，才能给学生以良好的影响，做起事来也得心应手。我觉得班主任想管好一个班级就应该细心去做好每一件事情，表里如一，言行一致；凡是要学生做到的，老师必须先做到，并且做得最好。这样，才能影响和感染学生，促进他们养成良好的行为习惯。

作为一个班主任，要想管理好班级，就应当首先了解学生，诚心与他们交朋友，用心去捕捉每一个幼小的心灵，做到心中有学生、心中想学生。特别是注重诚心与学生交朋友，要和他们谈心，学生有缺点，批评时要尊重学生的人格和自尊心，同时批评学生要因人而异，讲究时机、地点与方法，不夸大、不讽刺、不挖苦，要诚心诚意帮助学生改正缺点。对学生提出的问题或要求，不光要从自己的角度去分析，更重要的是从学生的角度去考虑，多为学生出主意，让学生觉得你是真心实意为他着想。要和学生平等相处，以诚相见，做到如师如友，亦师亦友。不要高高在上摆班主任的架子，要经常深入到学生中去，做个热心人，及时了解学生的思想状况，对学生中出现的问题，要积极主动，诚心解决好。只要教师用心去观察了解学生，发现每个学生心灵深处的微妙变化，并把自己的思考过程告诉学生，坦诚相见，这比直接把结果告诉学生收效要好得多。

班主任应该用爱心去关爱每一位学生，班主任在工作中无论对人对事都要公正、平等，特别是对待后进生要真心实意，不要给学生一种“老师做个样子”的感觉。平等可以营造融洽，爱心可使枯木复苏，耐心可以修好“破罐”。班主任虽然不可能将自己的精力在同一时期平均分给每一个学生，但只要我们心中装着全体学生，用心去关爱每一位学生，就一定能够发现学生身上潜藏的智慧 and 创造力，挖掘出每一位学生的闪光点。

班主任工作千头万绪，事务繁杂，既抓教学业务，又抓班级管理，有时还兼上其他班的课。这样一来，如果不选出一支

好的班干部协助班主任管理班级是不行的。班干部是班主任的得力助手，选举班干部时一定要民主、公正、公平、公开，不能由班主任点名，委任班干部，这样做不能服众。选出班干部以后，人员分工要明确，各人有各人的岗位职责。各负其责又协调配合，共同管理好班级。同时班主任要放手让班干部去管理班级，要信任他们，鼓励、指导他们如何去抓班级管理。如果指导得好，班主任工作就事半功倍，班主任也就能抽出更多时间去钻研教材、传授更多的知识给学生了。

一个班几十名学生，各人有各人的个性特点。这就需要班主任平时留意观察、了解、掌握每位学生的脾性，注意捕捉他们的闪光点，因势利导，扬长避短，因材施教。当今时代大力推行素质教育，素质教育既要让学生全面发展，又要充分发挥他们的特长。因此，班主任平时要留意了解学生，捕捉学生的闪光点，因材施教，使每一位学生都能充分发挥自己的特长，取得尽可能多的进步。

总之，作为班主任的应时时处处以自己高尚的师德影响学生，感化学生，诱导学生，教育学生，关心学生，鼓舞学生。为学生营造一个良好的学习生活环境。为把学生培养成新一代“四有”新人，班主任工作任重而道远。班主任是班级管理的核心，良好班风的形成，学生身心的健康成长，文化素质的提高，班主任作用至关重要。要把一个班级带好，使学生在德、智、体、美、劳几方面全面发展，毕业后能成为对社会有用的人才，班主任必须具有“妈妈的心、媳妇的腿、婆婆的嘴”，紧紧抓住爱、勤、导三个要素，创造性地劳动。

班级管理技巧心得篇十三

自我管理是一种重要的能力，它是保持高效生活和事业成功的关键。最近我参加了一场自我管理方法讲座，收获颇丰。在这次讲座中，我学到了许多实用的方法和技巧，使我能更好地组织时间、设置目标和处理压力。下面我将分享我在这次讲座中的体会和心得。

一、时间管理是自我管理的基础。在讲座中，我了解到了一些时间管理的核心原则，如明确目标、制定优先级和避免时间浪费。通过合理地规划时间，我能更加高效地完成任务，并有更多的时间去追求自己的目标和兴趣。重要的是要做到有计划地分配时间，不被琐事和无关紧要的事情所占据。

二、目标设置是实现自我管理的关键。讲座中提到了SMART目标的概念，即目标应该具体、可衡量、可达到、与现实相符和有时间限制。这个方法帮助我更好地制定目标，并将其分解为更具体的任务和行动计划。经过这次讲座，我开始意识到只有明确的目标才能激发我追求进步和成长的动力。

三、压力管理是自我管理的必备技能。在讲座中，我学到了一些缓解压力和提高应对能力的方法。其中之一是积极应对挑战，将压力转化为动力。另一个是放松和休息，保持身心健康。我发现在压力面前，正确的态度和良好的调节方法是关键。通过这些技巧，我能更好地处理工作和生活中的压力，保持良好的心态。

四、自我反思与调整是自我管理的必要环节。在讲座中，有一部分时间用来参与互动和自我反思的讨论。我意识到，只有通过反思和反馈，我才能不断提高自己的能力和效率。自我反思可以帮我发现自己的盲点和不足之处，从而进行调整和改进。通过这次讲座，我明白了自我反思对于个人成长和进步的重要性。

五、自我激励和坚持是实现自我管理的关键要素。讲座结束时，讲师和与会者分享了一些个人成功的经验和启示。我发现，自我激励和坚持是实现自我管理的关键要素。只有激发内在的动力和坚持努力，才能在自我管理的路上取得成功。因此，我开始注重激励自己，通过设立小目标和奖励自己来保持动力和坚持。

通过这次自我管理方法讲座，我深刻认识到自我管理的重要

性以及实现自我管理的方法和技巧。时间管理、目标设置、压力管理、自我反思和自我激励是这次讲座中的重要内容。这些方法和技巧可以帮助我更好地组织时间、追求目标、应对压力、调整自己和保持动力。我将会将这些学到的知识付诸实践，并不断完善和提高自己的自我管理能力，以实现个人和事业的成功。

班级管理技巧心得篇十四

班级是学校教育和管理的的基本单位，一个良好的班集体对每个学生的健康发展有着巨大的教育作用，更左右着学校的发展。下面是本站小编精心收集班级管理方法及措施的例文，供大家学习参考，希望对你有帮助。

我的班整体表现为：学习气氛浓，自觉性强；纪律稳定，言行规范，基本没有损坏学校和班级形象的事情发生；绝大多数同学心理健康，积极参加集体活动，体现了团结拼搏，自强不息的团队精神。班级的管理主要有以下几方面：

一、班主任管理班级的理念和思路

理念：注重学生的养成教育，培养学生自主学习的能力、自觉遵守纪律和保护环境的意识，抓好班级管理中的细节。

思路：从一开始就要有详细的班级管理制度和要求，明文公布各项制度，宣布班委、课代表、小组长等职责。然后，严格按照制度来监督实施，如果有不能接受的同学，可以当面提出疑义，或者商量有所修改。否则，每个同学必须遵守。这是我多年班主任工作的经验，所以，每接新的班级要做到以下几点：

- 1、建立班委机构。在新的班集体中，建立一个强壮的班委机构，是搞好班级工作的枢纽。经过一个月的临时班委的考

察和试用，确立正式的班委组织。

2、公平、和蔼的交流尽快掌握本班学生的心理动态。针对全班同学的交流，让同学感觉到新班集体的温馨，消除对新环境的恐惧心理。例：同学们，今天我们有缘来到这个集体中，这个集体中的头就是我，大家可以叫老班，只要你们喜欢就好。你们现在就认识了我，但是认识你们每个人，我要有个过程，你们是多数吗！你的过去，我不想了解，我只想知道你的现在和将来，即使过去你很辉煌，有过超凡的成绩，那也是过去的事了。或者你曾经有过什么过失，或者养成了不好的习惯，那也是过去的事了，只要现在重新开始就是我们合作愉快的基础。希望你们能和我愉快合作三年，好吗？针对个别同学的交流，作到有的放矢的交流。发现什么事，只说什么事，不去追问过去的做法和以前有什么习惯，只要求现在应该怎么做，并且要指导其正确言行，下次不允许再出现类似的错误。

3、向全班同学公布常规检查的制度。例，检查作业、纪律监督、卫生值日的要求。

4、参加学校和年级的活动。由班主任和班委共同商量决策，或者与全班同学商量决策。

二、班委职责

明确各个班委员的工作，做到分工明确，责任到人，各项工作都有其负责人和具体操作人。一般遇事要班委集体商量，班长作决策，如有困难及时与班主任沟通，再做决策。

1、班长：抓班级整体工作，进行每天的考勤工作，定时参加学校德育处的班长会，召开班委会商量本班的事物，一般活动有自己的决策权。有难解决的问题与班主任商量，作出决策。同时，有义务将班里发生的问题及时与班主任沟通，否则要承担责任。

2、学习委员：监督小组长的学习，每星期一收家长的《教育日记》，每星期二、四分别收a□b组学生日记。有权利为班级建设提出建议，有义务配合班长的的工作。

3、卫生委员：主抓班级每天的值日工作，督促值日生按时、按标准作好打扫卫生的任务。有权利为班级建设提出建议，有义务配合班长的的工作。

4、体育委员：组织好每天下午课间跑操活动，组织好每周两节体育课和参加学校大型会议活动的纪律。有权利为班级建设提出建议，有义务配合班长的的工作。

5、文艺委员：主要负责课前领唱歌，组织参加学校文艺活动和任何比赛活动。有权利为班级建设提出建议，有义务配合班长的的工作。

三、课代表职责

1、语文、数学、英语课代表，每天负责收缴课堂、家庭作业，并把交作业情况汇报给本科任课老师和班主任处，课间积极与本科任课老师结合，布置好当天的家庭作业。有权利监督组长的作业和背诵知识的情况，有权利分配组长检查组员的作业和背诵知识的情况。

2、政治、历史、地理、生物课代表要按照本科任课老师的要求，按时收缴作业，并把交作业的情况及时汇报给本科任课老师和班主任处。按照课程的安排与各任课老师结合，布置好当天的家庭作业。有权利监督组长的作业和背诵知识的情况。有权利分配组长检查组员的作业和背诵知识的情况。

3、音乐、体育、微机、美术、劳计课代表按照课程的安排与本科任课老师结合，布置好当天的作业，按时收缴作业。

四、组长职责

1、学习组长：每天负责收缴课堂、家庭作业，并大概检查作业质量，汇报给各科的课代表，帮助本组的后进生。有权利提出创建小组建议，有义务对学生学习管理工作作出贡献。

2、值日组长：分配本组组员打扫卫生的具体任务，有权利督促组员打扫好卫生的范围，可以直接指正没有做好卫生工作的组员重新打扫。有权利提出创建优秀小组建议，有义务为班级环境优美作出贡献。

五、课堂纪律的要求与措施

课堂纪律是学习环境好的保障，要求全班同学每个人都要遵守课堂纪律，任何人不得破坏课堂纪律和影响老师的上课。否则，将受到以下的批评和处罚：

1、每天有两次以上随意说话记录的同学，要在日记中写出200字的反思篇。

2、每天有四次以上随意说话记录的同学，要在家长的监督下，写出400字的检查，向全班同学作出宣读。

3、连着两周有一天内随意说话四次记录的同学，要值日一周为班级作贡献。如不能获得流动红旗的，将继续值日一周。

形成一个良好的班集体，首先要进行良好的班风建设，这需要每一位班主任做大量深入细致的工作。我在班主任工作中，感受颇多。如何开展班风建设呢？下面谈谈我的做法：

一、明确目标，共同奋斗。

作为班主任接手班级的第一件事就是为班集体树立的共同奋斗目标，这是班集体的理想和前进的方向，班集体如果没有共同追求的奋斗目标，就会失去前进的动力。每个同学要有目标，对每一个科目要有目标，每一次考试要有目标。每次

考试前，我通过主题班会“多拿一分、多进一名”对学生进行动员，考试后对进步的同学进行奖励，使班集体形成良好竞争氛围。班集体有一个集体的奋斗目标，如考试、校运会、文明班等。这个目标应是远期、中期、近期目标的结合，逐步实现目标的过程会产生梯次激励效应，形成强大的班级凝聚力。我曾带过一个基础很差的班。刚开始的一星期，班内学生上课不听，下课打追，作业不交、卫生不做，毫无集体荣誉感可言。查找原因，大都是破罐破摔，没有学习目标，对自己缺乏信心。针对此情况，我找同学谈心，要求每个人都给自己定下目标，让他们以此为起点，迈好初中第一步。又以校运会为契机，对学生说：学习成绩比不上其他班，在校运会一定要超过他们！果然，他们很争气的拿了年级前茅。在期末考试前，我又给他们定下目标，说：经过校运会这事说明，你们是行的，这次我们班期末考试的目标是年级前三，只要每个同学“多拿一分、多进一名”，相信我们定能实现的。虽然最后我们只拿了第四，但同学们没有气磊，因为他们心中已有了目标！在第二学期，这个班没有让我失望。在实现班集体奋斗目标的过程中，要充分发挥集体每个成员的积极性，每一集体目标的实现，都是全体成员共同努力的结果，要让他们分享集体的欢乐和幸福，从而形成集体的荣誉感和责任感。

二、树正气，立榜样。

一个好的班集体要形成正确的舆论和树立良好榜样。榜样的作用会影响每个学生的心理，规范每个学生的行为。正确的舆论是一种巨大的教育力量，对班级每个成员都有约束、感染、熏陶、激励的作用。因此，班内要注意培养正确的集体舆论，善于引导学生对班级生活中一些现象进行议论、评价，形成“好人好事有人夸，不良现象有人抓”的风气。我班有一班干部因工作认真，引起几个差生的不满，受到了恐吓，想不干了，我及时做他思想工作，并在班会上大力表扬他这种敢做敢为的作风，号召其他班干都向他学习，通过他的事例在班中树起了一股正气。同时利用板报对纪律好学

习好的同学进行表扬，号召全班同学以他们为榜样，努力学习。象欧剑伟同学，德、智、体全面发展，男同学都很佩服他，在他的带领下，我们班的男同学都积极向上！有了好的风气和榜样，就会无形的支配集体成员的行为和集体生活，是一种潜移默化的教育力量。

三、好干部，好班风。

俗话说“火车跑得快，全靠车头带。”要带好一个班，光靠班主任的力量是不够的，培养学生干部是一项不可缺少的内容。新学期开始，我就深入学生中认真物色班干人选，接着召开班级干部会，明确各班干部的职责。与此同时，教育班干部要以身作则，起模范带头作用，鼓励他们大胆工作，指导他们不断改进工作方法，提高工作效率。我在《广东教育》看到了“分级管理制”，加以使用，即一级管理：六名班委，负责全班各大项工作的监督总结。二级管理：大组长和小组长，分管各组的学习和卫生。三级管理：科代表，负责各学科的学习情况，及时辅助任课教师的工作。四级管理：职责长，负责班内各项小范围工作，如“灯长”“盒长”“桌长”“门长”“窗长”等，把班内大小而琐碎的工作分配到个人，使每个人都是官，都是班内小主人，收到了很好的民主激励效应。有好的班干部，好的管理制度，自然能形成好的班风，做班主任的也轻松不少。

四、主题班会，针对时弊。

班会是班主任老师向班集体进行教育的有效方法，也是学生自我教育的好形式。成功的主题班会，不仅能高质量地帮助班主任完成教育目的，更会给学生留下终生难忘的印象。本学期我在班中举行了一个题为“假如我是老师”的主题班会，在会上，我做了个“角色互换”的游戏。让学生扮作老师，老师扮作学生，现场表演一下。然后指导学生联系实际，回过头来看看我们的老师是不是你所“假如”的那样？如果不是，你会怎样做呢？最后再引导学生进行总结。这一次的班会让学

生学会从另一角度去理解班主任的工作,更懂得了怎样去更好地协助、配合班主任开展教育。主题班会的形式是多样的,针对‘爱心’我召开了一堂“向丛飞学习”的班会;针对‘安全’我组织了“生命如此珍贵”的班会。成功的班会课不仅提高了班集体的凝聚力还培养了学生的责任感。

五、集体活动,团结互助。

一个集体只有在集体活动中才能体现团结与否,班主任要积极组织、参与学校各项有意义的活动,在活动中,促进学生相互关心,尊重理解和协作的关系。在校组织的集会时,要求相互提醒,文明集会要每一个同学共同努力;在校运会时,同学们积极参与,为自己班的同学加油,与得奖的同学一起欢笑;与失败的同学一起流泪。在参加劳动时,教育同学间互相帮助才能提高工作效率,这些都是很好的团队教育,积极参加集体活动有利于班风的建设,许多优秀班主任的经验表明“寓教育于活动中”对实现班集体的共同目标是行之有效的。

最后,良好的班风建设还需要一个优秀班主任,才能更好地完成以上工作。班风建设是一个漫长而持久的过程,作为班主任应多听取各方意见、多想点子,才能顺利的开展工作。

班名: 心天空(暂定,请大家出谋划策)

班训: 做人诚心 学习细心 友情真心 生活开心。

班级目标: 每天进步一点点,自信自主我最强。

班级公约:

小学生,爱学习,有礼貌,守纪律。

勤锻炼,身体棒,爱生命,讲安全。

发言响，勤开口，爱动脑，细观察。

做事情，不拖拉，惜时间，学本领。

对父母，要孝顺，对老师，要尊重。

对自己，严要求，宽待人，乐奉献。

负责任，肯担当，要诚实，守信用。

不浪费，不攀比，节资源，爱自然。

好学生，人人夸，乖宝贝，人人爱。

班规：

一、红领巾

负责人：

- 1、每天必须正确佩戴红领巾(夏季是队徽)，如果忘佩戴，无论扣分与否，一律上交两条红领巾。
- 2、多余的红领巾有负责人保管，借出的红领巾需及时归还。
- 3、每节下课后和出教室门前，需检查自己红领巾是否佩戴。

二、教室地面卫生

负责人：

- 1、每天值日的大组负责打扫本班教室地面卫生和门前走廊的卫生，有大组长负责组织组员认真打扫，每个组员必须听从组长安排，配合组长工作。

- 2、该哪一大组的学生打扫卫生，要提早20分钟到校。
- 3、打扫卫生的顺序是：扫地、拖地、摆桌子。(负责擦瓷砖和黑板的同学与扫地、拖地的同学同时进行)每次清洁不超过20分钟。
- 4、每天打扫的时间为下午放学。早上和中午为清扫，时间不超过10分钟。
- 5、打扫完有负责人认真检查合格后，才算完成任务。
- 6、每人负责保持好自己周围的地面卫生，每节课下课先捡干净自己周围的垃圾，对齐桌子再出去玩。

三、门、窗、灯、电扇

负责人：

- 1、拿钥匙的学生要比别人来的稍早一些，锁门前要把所有窗户所好，灯、电扇关掉。
- 2、上室外课时负责人要关好灯、风扇才可关门离开。

四、上课

负责人：

- 1、每节课都端端正正坐好，认真听讲，不开小差，不跑神，不玩东西。
- 2、积极回答老师的问题，举手回答问题，声音要洪亮，做到每个角落的学生都能听得见。
- 3、别人回答问题时，要尊重别人，认真聆听，不得交头接耳。

4、上课时不靠后面学生的桌子，不提前面学生的凳子。

5、有事有病必须请假，可以用电话请假，也可以家人来请假，总之不能不给老师说就不来校上课。

六、课间

负责人：

1、注意安全，不打架，不骂人，做一些危险性小的游戏。

2、别人做游戏时不去打搅别人，不和别人捣乱。

3、做操站队要做到快、静、齐，带队到操场后不围着玩，赶快把队散好，前后左右照齐。

4、做操时认真做好每个动作，真正起到锻炼身体的作用。

七、放学

负责人：

1、听到“站队”的口令，迅速出教室站队，不准慢慢吞吞。

2、排队走时，也要时时把队照齐。

3、在大门口把队再次排整齐，与老师相互问好后才可离校。

4、不准不站路队，自己回家，如发现，视为严重违反纪律。

八、作业

负责人：

1、家庭作业是指在家完成的作业，一律让家长检查，并签字。

- 2、家庭作业完不成的学生，来校之后将作业重做一次。
- 3、在校作业是指在学校内完成的作业，在校的每项作业必须按老师规定的时间上交。
- 4、如果作业没完成，放学自觉留下来，写完交了再走。

九、其他

- 1、以上各条例如果被扣分，被扣分的个人或小组，必须在一星期内把扣的分挣回来。
- 2、各小组长、各大组长必须切实负起责任，各学生必须配合班委、组长的的工作。
- 3、以上各条例谁违犯哪一条，站在条例前把那一条反复念读，直到记住为止。

星级学生评比加减分细则：品德星

加星：1. 好人好事，上报班长，经证实加一颗星相对突出的事迹可酌情再加星。

2. 好人好事，受到学校以为的表彰，经证实加三颗星；相对突出的事迹酌情再加星。

扣星：1. 周一升旗仪式或做操无故缺席减两颗星。

2. 进入学校没有佩戴红领巾减一颗星；若因此班级规范星扣分则减三颗星。

3. 损坏学校公共设施等，视情节严重性扣星。

4. 有打架、恶性争吵、骂人说脏话等现象出现，一次减一颗星，若情节严重酌情再扣星。

智慧星(与基础学科挂钩):

加星: 1. 每次听写、口算测试满分加一颗星。

2. 每次测验一百分加三颗星;与前次比有进步加一颗星。

3. 参加各类学科性比赛加两颗星;获奖者再加星,一等奖加五颗星,二等奖加三颗星,三等奖加两颗星。

4. 参与各类作文比赛加两颗星;获奖者再加星,一等奖加五颗星,二等奖加三颗星,三等奖加两颗星。文章在报刊、杂志发表加五颗星。

5. 平时作业5次优加星或100分加一颗星。

扣星: 1、作业迟交、漏交,若能在规定时间内补交则不扣星,如超过规定时间尚未上交一次减一颗星。

2. 考试作弊减十颗星。

3. 课堂上扰乱老师同学教学秩序,视情节相应扣星。

体育星(包括体育课和课间体育活动):

加星: 1. 眼保健操、早操受到表扬加一颗星;

2. 参加学习体育类比赛加两颗星;获奖者再加星,一等奖加五颗星,二等奖加三颗星,三等奖加两颗星。

扣星: 1. 做操时被值日班长或老师批评减一颗星;

2. 下课进行危险游戏、不文明游戏,视情节而定。

艺术星:

加星：1. 音乐、美术课受到老师特别表扬加一颗星。

2. 参加各类艺术类比赛加两颗星；获奖者再加星，一等奖加五颗星，二等奖加三颗星，三等奖加两颗星。

扣星：1. 音乐、美术课影响课堂秩序减一颗星

2. 音乐、美术和艺术类作业没有完成或没交减两颗星

综合实践星(包括小队活动、综合能力、劳动值日等方面)：

加星：1. 组织小队活动加三颗星。参与加一颗星；活动者表现突出加三颗星。

2. 能在课外积极搜集查找有价值的资料，为班级做贡献者加三颗星。(如出板报、复印、布置教室等)。

3. 注意保洁工作，值日特别认真或主动拾起路边垃圾者加一颗星。

扣星：1. 值日不认真或缺席减一颗星。

2. 破坏别人劳动成果(卫生扣分、垃圾乱扔等)，视情节扣星。

家庭表现综合分：

加星： 1、一周内家长评价有三次优秀或以上加一颗星。

2、家长特别表扬加一颗星。

扣星：1、一周内家长评价有两次差或更糟糕的减一颗星。

2、和长辈顶嘴，不尊重长辈者视情节严重减星。

注：1、积累十颗小星星换取一个大苹果，五个大苹果满足一

个合理并且能够实现的愿望。

2、各项优秀学生的评比中星星颗数将作为一大依据。

3、期末根据星星的颗数评定星级学生。

班级管理技巧心得篇十五

最近，我有幸参加了一场关于自我管理方法的讲座，此次讲座深入浅出地介绍了一些实践的方法和技巧，帮助我们更好地管理自己的时间和情绪。通过这次讲座，我深切认识到自我管理对于个人的重要性，也学到了许多实用的技巧，从而更好地实践和改善自我管理能力。

第二段：时间管理

讲座中提到的时间管理给我留下了深刻的印象。我们生活的现代社会节奏紧张，时间似乎总是不够用。因此，合理的时间规划和管理成为我们提高工作效率的关键。讲座中，讲师教授了一些时间管理的技巧，如设定具体目标、制定优先级、采用番茄钟等方法。这些方法给我启发很大，我发现在实践中，只要坚持时间管理，合理规划和安排每天的任务，我们可以事半功倍，实现更好的个人效率。

第三段：情绪管理

另一个让我印象深刻的是讲座中关于情绪管理的内容。生活中，我们难免会遇到各种各样的困难和挫折，如果没有良好的情绪管理能力，很容易被困难和挫折所击败。在讲座中，我们学习到了一些情绪管理的技巧，如调整情绪的方法、用积极的态度对待问题、多与他人交流等。这些技巧不仅帮助我们更好地应对各种困难和压力，还能提升我们的情绪智力和人际交往能力。

第四段：习惯养成

除了时间管理和情绪管理，讲座还强调了习惯养成的重要性。习惯决定了一个人的成就，而好习惯的养成则需要一种坚持和毅力。讲座中，讲师介绍了一些养成好习惯的方法，如设立目标、制定计划、建立反馈机制等。这些方法给我们提供了一个有效的路径来培养良好的习惯，不仅能改善个人的生活和工作，还能培养自律和自控的能力。

第五段：总结

通过此次讲座，我深刻认识到自我管理方法对于个人成长的重要性。时间管理、情绪管理和习惯养成是提高个人综合素质关键。通过合理规划和安排时间，我们能更有效地利用资源，提升工作效率；通过良好的情绪管理，我们能更好地面对困难和挑战，保持积极的心态；通过养成好习惯，我们能提升自律和自控能力，实现个人的长期发展。我会牢记讲座中所教授的方法和技巧，并将其灵活应用于生活和工作中，不断提高自我管理的能力，迈向更好的未来。

班级管理技巧心得篇十六

爱的力量是无穷的，谁爱孩子，孩子就会爱他，只有用爱才能教育孩子。从生活到学习做学生的良师益友，这样学生才会敞开心扉，向你袒露心声，才能真正了解学生。班主任要善于接近孩子，体贴和关心每一位学生，更需要老师对他们进行亲密的思想交流，让他们真正感受到老师对他的亲近和爱。要想学生之所想，要急学生之所急，要将心比心，以心换心，对经济困难的学生、生病的学生，作为班主任应该关心照顾、组织学生送温暖，给学生解决生活学习中的实际困难和具体问题。这是班主任顺利开展一切工作的基础。

年龄越小的学生越有向师性。因此，老师的言行举止，对学生养成良好的行为习惯至关重要。因此在教育学生的同时，

我以身作则。如：在与学生、老师、家长的谈话中，我坚持使用普通话，有意识的使用“谢谢!不客气!没关系!”等礼貌用语。教室或走廊有垃圾，我主动捡起来;教室地面脏了，我拿拖把来拖;……这一切，学生都看在眼里，记在心上。就照着我们的样子去做。现在，每当教室里有垃圾时，学生会主动捡起，桌椅乱了，学生都会立即摆放整齐。

情感交流是联系师生的纽带，也是架起师生友谊的桥梁。学生在日常学习生活中会充满喜、怒、哀、乐、忧，尤其是低年级学生的表现得更为突出。作为班主任，应该有意识地在平时多察言观色，主动接近，耐心疏导。对于后进生和调皮学生来说，在许多老师眼中，他们是被忽视的，他们的长处很容易被掩盖。其实，他们的心也是脆弱的，老师应用赏识和激励的办法给予恰当的表扬和鼓励。还要做到多问候，生活上多体贴，多关心，使他们取长补短，从而使后进生扬起理想的风帆，乘风破浪，驶向成功的彼岸。而调皮生也会痛改前非，扬长避短，以惊人的毅力克服坏习惯，处处表现出色，让人刮目相看，并走向成功。

教师还应多多培养自己的广泛兴趣，积极参与学生的活动，这是做好班级工作的重要前提。我觉得，作为班主任，应该兴趣广泛，应该是“多面手”。既是良师也是益友。如在学校开展的大课间活动时，我与学生玩到了一起。要积极地参与到学生中间，成为他们的“一员”，虽然我做的动作，与学生相比相差很多。如跳绳的姿势，没有学生的姿势优美，玩的游戏也没有学生的熟练等。甚至会引起学生的哄堂大笑。但是这样可以真正与学生打成一片，真正成为学生们的“孩子王”。他们在你面前，才能无拘无束，把你当成真正的朋友。他们才能跟你说真心话，你也就很自然地成为学生们的益友，也就成为了良师。

班主任只凭自己的威信和力量是不可能取得教育成功的，他必须力争本班科任老师和家长对学生有一致的要求和态度，并时常同他们交换意见。家长会是学校与家长联系的重要途

径，在充分了解了每个学生的状况之后，开一次家长会。会上，主要建立家长与教师的联系。取得家长的信任和配合。只有家长与教师在教育上拧成一股绳，形成教育合力，教育才能达到预期的效果。

班级管理技巧心得篇十七

班级管理成功，关键在于说理。面上的问题要说理，点上的问题同样要说理。班主任要善于将管理班级的意图、做法告诉学生，将《中学生守则》、《中学生日常行为规范》、有关遵规守纪的规定、学校的工作计划等创造性地内化到学生的心灵中去，变为学生的行为准则。班主任要善于发现班里的不良行为倾向，及时制止在萌芽状态之中，营造良好氛围。

我班有一男生和一女生谈“恋爱”，我知道后，经过观察及了解，他们俩果然形影不离，有时上课还传递纸条。于是，我利用放学后请他们到办公室，请他们坐下，请他们喝水。然后，笑着看看他们。此时此刻他们极为敏感。男同学先开口说：“陈老师，我们没有谈‘恋爱’，只是一般的同学关系。”我笑着对他们说：“我没有说你们谈‘恋爱’呀。”接着同他们探讨理想、兴趣、忧愁……无所不谈。尽可能亲近他们俩。在整个谈话过程中，我始终很和气，始终没有批评他们。谈到情感问题也像无意中流露出来。我还以自己亲身经历谈了对学生时代谈恋爱的看法，谈了青春期方面的常识性问题。他们都认真听着，并从中感受到我对他们的教育。从那以后，他们成了很普通的同学关系。针对这件事，我在班报中增设了《男孩·女孩》栏目，对更多的学生进行青春期健康的教育。初中学生虽然读了九年书了，但仍然是孩子，他们的心理、生理正处于急剧变化时期，好多细微事情仍需我们去说理、引导。

班级管理贵在说理，理明则心亮。教师一定要多动脑、善分析、讲方法，循循善诱，使学生明事理。在教育教学中，教

师若因学生犯错误而进行批评，甚至惩罚。学生慑于师长的“威力”而暂时“屈服”，但不能“心服”。因此，要使学生真正受到教育要多方说理，巧妙点拨，触发深思，使其转变。

班里的两名男同学留了很长的头发。作为班主任，我早就注意到了。是利用自己在学生中树立起来的威信下“剪发令”，还是进行说理教育呢？一天，班会课上，我给学生讲如何审美，最后说：“审美观具有民族特点，一个民族认为美的东西，另一个民族不一定认为美，例如，非洲一些国家的妇女以戴上大鼻环、大脚环为美，如果我们的女同学也学着戴，你们说美不美？”

一阵笑声过后，全班的学生都把眼光集中在我的身上。我接着说：“青少年要有自己的爱好，一般较追求时髦，这一点我理解你们。但是，大家必须逐步树立正确的人生观。随着改革开放的深入进行，我国在引进西方、港澳的先进科学技术和管理方法的同时，一些不符合国情的东西也流传进来。这就要求我们具备正确的是非观和审美观，以便自觉地抵制资产阶级思想的腐蚀。”我停顿了一下，打量了一下全班学生，继续说：“学校明确规定男生不得留长发，女生不得染发、戴首饰等。同学们有什么看法？”第二天早读课，我发现那两个男生已剪掉了长发。

班主任是班级的领导者、组织者和管理者，班级管理成功离不开老师的说理，更离不开老师的示范教育。在学校里，班主任接触学生的时间最长，开展的教育活动最多，对学生的影响最大，在学生面前自己就是一面镜子、一本书。因此，规范学生的行为，首先要规范自己的行为；提高学生的素质，首先要提高自身的素质。在教育工作中，真正做到为人师表，率先垂范。我作为一名班主任，在近十年工作实践中，要求学生做到的，我首先带头做到；要求学生讲文明礼貌，我首先做到尊重每一位学生人格，从不挖苦讽刺他们；教育学生搞好团结，我首先做到和科任老师搞好团结；和学生交知心朋友；

在学习上，要求学生书写认真工整，我在板书时首先做到书写规范认真。这样自己的一言一行已经成了一种无声的教育，同时也赢得了学生的爱戴。班级管理是对人的管理，人的管理说到底是人心的管理，让学生口服心服，这样工作会事半功倍。

班级管理技巧心得篇十八

竞赛机制是魏书生班级管理工作的明显特点之一。有一次，学习委员收书费，他要一个一个收，魏书生说，我没有让你这样收，你可以用手表啊。学习委员很聪明，马上拿着手表说，同学们注意了，各小组组长请站在你们小组的左侧，下面我们要开展收书费比赛，各就各位，预备开始。书费很快收起来了。可以想见，在魏书生的班级管理工作中，小组分得很细，工作讲求竞赛。这样，既活跃了教室的气氛，又提高了工作效率。

班长象人体内的血液一样，不断的循环，常换常新，具有强大的生命力。