

班会，
师生共同的精神生活

班会 月刊

2015年2月 总第1期

- ◆ 四项修炼提升班会魅力
- ◆ 班会素材积累的「五化」策略
- ◆ 做优秀的「女汉子」
- ◆ 用嘴咬出来的希望
- ◆ 交友之道
- ◆ 成功始于目标
- ◆ 班会需要序列化构架

ISSN 2413-3469



9 772413 346006 >

主 办：8+1 工作室 (www.8jia1.cn)
承 办：济南魅力班会教育咨询有限公司
合作机构：班会网 (www.23548.com)
主 编：秦 望
顾 问：冯卫东
执行主编：杨 兵、王怀玉、王晓琳
责任编辑：陈德红、杨风利、刘 强、王 伟、侯小锋

团队集体荣登《班主任之友》2010 年第 11 期封面。

杨兵、秦望先后荣登《班主任》2011 年第 9 期、2013 年第 3 期封面。

王磊荣登《班主任之友》2012 年第 9 期封面。

秦望荣登《河南教育》2009 年第 9 期封面。

2013 年被全国中小学班集体研究中心评为“全国名班主任工作室”。



电 话：0531-82835077
版 权：济南魅力班会教育咨询有限公司

版权所有，翻印必究；未经许可，不得转载

创刊词·让班会充满魅力

■ 8+1 工作室 秦望

2015年1月15日，“8+1”工作室创建10周年。

“8+1”工作室，前身为“河南省济源第一中学教育在线三人行”（秦望、杨兵、王晓琳），创建于2005年，三人在教育在线班主任论坛进行班级叙事写作。2007年吸纳6名新成员，组成“8+1”团队，开始班级管理实践研修，进而走向新教育倡导的专业阅读+专业写作+专业发展共同体的“三专”道路。逐渐形成具有校本特色，得到同行认可的“十大行动”——扎实开展阶梯阅读活动、坚持多种模式日常研修、建设德育课程资源库、编写工作室读本系列、实施三年师生共读计划、探索工作室亲子教育、实现师生共写日志周记、开发课程培养团队专家、提供对外学术交流机会和搭建工作室网站平台。

队名诠释

“工作时间决定你的现在，业余时间决定你的未来”。“8”指的是工作时间，“1”指的是业余时间，团队成员要在工作时间“一心一意”；在业余时间多做一点，多读一点，多思一点，多写一点，多研一点。努力成长为专家型班主任。

团队荣誉

团队集体荣登《班主任之友》2010年第11期封面。杨兵、秦望先后荣登《班主任》2011年第9期、2013年第3期封面。王磊荣登《班主任之友》2012年第9期封面。秦望荣登《河南教育》2009年第9期封面。2013年被全国中小学班集体研究中心评为“全国名班主任工作室”。

秦望，一线实战派班主任，1995年参加工作，曾在内蒙古、山东、天津、河南等地农村、城市；公立、民办学校教过小学、初中、高中；带过普通班，后进生班，重点班。现任河南省济源市第一中学

教科室主任、班主任。

曾获河南省教育系统优秀教师、河南省教育专家，河南省历史优质课大赛一等奖、河南省“十佳”班主任等行政荣誉。教育专著《光辉岁月》由教育科学出版社出版，入选《中国教育报》2011年影响教师的100本书，参编《魅力班会课》《德育主任新方略》《全国知名青年班主任谈专业成长》等专著8部。荣登《河南教育》、《班主任之友》、《班主任》杂志封面人物。《人民日报》、《中国教育报》、《河南教育》、《教育时报》、《班主任之友》、《班主任》《新班主任》等报刊对他领衔的校本班主任团队——“8+1”工作室做过大篇幅报道。赴全国各地讲学200余场。以“情理交融，睿智幽默，案例鲜活，广接地气”的讲座风格而受到欢迎。

杨兵，“全国首届优秀青年班主任”、“陕西师范大学兼职讲师”。《班主任》封面人物。现任职陕西师大附中初中部，多年从事班会的创新与实践研究，逐渐形成了自己的特色和风格——“魅力”，并总结出“八大班会主题”“五种班会形式”和“十二种班会技巧”，2010年出版专著《魅力班会是怎样炼成的》，加印多次，成为全国班主任培训的理想教材。

王晓琳（女），国家二级心理咨询师。新教育网络师范学院电影课程资深讲师，长江班主任研究中心特约研究员。即将出版阶梯电影课程系列研究专著。

《人民日报》《中国教育报》《教育时报》《班主任》《班主任之友》《新班主任》《河南教育》等报刊均对“8+1”工作室做过报道。

“8+1”工作室全程参与丁如许工作室的班

会书籍撰写和全国班会研修会，与迟希新密切合作，八零后青年班主任杨兵由万千教育出版《魅力班会是怎样炼成的》（2010年）一书，梳理了班会的八大主题、十二大技巧、五种形式并奉献了精彩案例十五个，已加印三次；秦望在《光辉岁月——我与个性一班的高三之旅》（教育科学出版社出版，2011年）一书中收录了他的17个高三系列班会。团队王晓琳研究电影课程六年，开发了电影班会系列，即将出版《阶梯电影课程》（小、初、高各一卷）；团队编著了主题教育班会实录集《为学生一生发展奠基》（校本班会案例）。魏俊起、王磊、侯志强、黄磊、侯小锋、刘强等青年才俊在大型班会研讨会议上开讲座，多次作班会公开课。团队培养了一批班会研究者，并建立了百度评价优质网站“班会网”和QQ群研修平台（群号：31200058）。

借十周年庆典之机，团队决定创办以班会研究为主要内容的电子期刊，组织全国志同道合的同行进行主题班会、系列班会、微班会、心理班会、电影班会的研究。

《班会月刊》计划每年出版10期，每月15日出刊，寒暑假暂不出刊，主要栏目：班会研究（理论经验技巧）班会实录（案例）微班会课（实录）系列班会（小、初、高系列和阶段性系列，主题系列）研究动态（报刊发表的相关文章选编）班级管理等等。

近几年全国的班会研究蓬勃发展，国家政策指明方向，媒体搭建信息分享平台，教育行政部门组织的赛课活动红红火火，各级各类学校开设课程，民间团队合作态势喜人，个体研究百花齐放。

班会实践与研究最主要的推动者还是广大一线班主任，遗憾的是笔者行走多所学校深入课堂听班会课并在网上调研，不仅日常的班会课普遍质量不高、效能低下，就是很多赛课的获奖作品也存在不少问题。班会相关的文章散见于各类报刊，阅读诸多不便，而专业性的班会刊物我还没有见到，为此，“8+1”工作室创办《班会月刊》。为班会研究尽一份责任，使我们的班会能成为学生期待的一课，让班会散发出应有的魅力，为改善中国的教育尽一份力是一件非常开心的事情。



【创刊词】

让班会充满魅力 秦 望

【第一部分 班会研究】

那些推动中小学班会研究的力量 秦 望 5
四项修炼提升班会魅力 杨 兵 8
班会素材积累的“五化”策略 秦 望 12
班会需要序列性构架 王怀玉 13
放手才有惊喜 王成波 15
短视频的充分利用 李磊磊 16
从发表的一篇案例反思班会实践 刘 强 17
主题班会的有效性思考 邬宗炯 18
用事件营销的理念做班会 魏俊起 19

【第二部分 微型班会】

以尊严的方式承受苦难 秦 望 29
每天多努力一点点 刘 强 30
幸运手环 王红卫 31
男生眼中的女汉子 秦 望 32
做优秀的“女汉子” 刘 强 33
做一个有主见的人 刘 强 34
存在是因为创造价值 秦 望 35
“双 11”带给我们的启示 魏俊起 36
学习的三种境界 魏俊起 38
纪律是立班的基石 秦 望 39
珍惜缘分，做一生的挚友 崔 振 41

【第三部分 班会实录】

【集体生日】第五届“生日集体过”主题班会 侯小锋 42
【班级建设】回望 2014，且行且珍惜 秦 望 45
【珍爱生命】创造属于我们的精彩生活 刘 强 48
【励志教育】雄起 魏俊起 51

【励志教育】用嘴咬出来的希望	黄 磊	54
【恭贺佳节】今晚秋月分外明	秦 望	56
【人际交往】同学间如何相处	张小中	59
【学法指导】让优秀成为一种习惯	孙玉广	62
【人际交往】交友之道	李立峰	64
【学法指导】向榜样学习	邬中炯	68
【心理辅导】告诉自己“我能行”	王怀玉	73
【心理辅导】拒绝诱惑，健康成长	刘 强	76
【生涯规划】成功始于目标	刘 强	79
【人际交往】经营完美人际关系的三原则	杨 兵	84
【民主启蒙】空谈误学，实干兴班	秦 望	88

【第四部分 电影课程】

【课程论道】怎样开发电影课程，进行理想人格教育	王晓琳	94
【民主启蒙】民主离独裁只有五天	王晓琳	97
【电影课程】电影《草房子》班会实录	王晓琳	100

【第五部分 团队故事】

我和我的8+1工作室	秦 望	102
我和团队共成长	王晓琳	113
问渠那得清如许，为有源头活水来	杨 兵	114
“8+1”，爱你在心口难开	崔 振	116
潺潺清泉入我心	陈德红	117
精神慰藉的家园，专业成长的沃土	马稳夺	118
我只想逼自己	王成波	119
在摇摆中坚持	侯志强	120
幸福因为成长	侯小锋	121
“8+1”与我的专业成长	邬宗炯	122

【附录】

一、“8+1”团队成员介绍	123
二、“8+1”工作室阶梯阅读推荐书目	126
三、《班会月刊》征稿说明	142

那些推动中小学班会研究的力量

■ 8+1 工作室 秦望

近几年全国的班会研究蓬勃发展，我在《中国期刊全文数据库》《中国知网》《中国重要报纸全文数据库》搜索，与班会相关的文章达 10000 多篇，大多数是普通高等教育和职业教育类班会文章，中小学较少，约 3000 篇。笔者抽丝剥茧，归纳出各个层面推动我国中小学班会研究的力量和他们的活动及相关成果，供一线班主任学习参考。

国家政策指明方向

1998 年国家教委颁发《中学德育工作规程》的通知中第二十四条“各级教育行政部门和中小学校应切实保证校会、班会、团（队）会、社会实践的时间”。2009 年教育部印发的《中小学班主任工作规定》第三章“职责与任务”第十条“组织、指导开展班会、团队会（日）、文体娱乐、社会实践、春（秋）游等形式多样的班级活动，注重调动学生的积极性和主动性，并做好安全防护工作”，这些是班会实践与研究的政策依据。

媒体搭建信息分享平台

纸质媒体《班主任》《班主任之友》《教学与管理》《中小学德育》《中小学心理健康教育》《人民教育》《德育报》《中国教师报》《教育时报》《新班主任》及大学学报、各省市教育类报刊，为班会文章发表提供平台。

综合性教育教学类网站，如“学科网”“高考资源网”存储了大量班会课件和教案，但缺少精品；班会类网站“中小学主题班会资源网”（2008 年建站）按学段规划班会资源，突出特点是时序性，“班会网”（2013 年建站）按主题兼顾学段规划班会资源，突出的是班会资源包（课件+教案+素材）微班会和班主任论坛，是一个以班会为主打的班主任工作类网站。这类网站与纸质媒介比具有门槛低，大众化，时效性强的特点。是广大一线班主任发表和搜集班会资源的好去处。

电视台，中国教育电视台超级班会课是一档公益类大型访谈+综艺类节目，是一个不设校园围墙的班会。它借助校园班会的形式，并超越单纯的校

园学习生活，添加了多元化的内容和多视角的表现形态，全方位地面向孩子们可接触到的社会生活。福州台少儿心理类广播节目《开心班会》力求通过传递专业心理学相关知识，帮助和引导孩子重视自身心理健康。电视媒体人眼光敏锐，善于把握时代脉搏，为一线班主任班会形式创新提供了借鉴。

教育行政部门组织的赛课活动

不同层级班会赛课活动开展得如火如荼，仅举几例，中国教育学会中学德育专业委员会、全国班主任工作学术委员会举办的“全国中小学主题班会课大赛”活动已进行到第六届；由中国教育电视台、中国关心下一代工作委员会教育发展中心全国教育专家指导中心、中国教育学会科研规划课题—《中小学优秀班主任成长规律研究与实践探索》总课题组举办的“全国中小学主题班会课展评活动”；广东省教育厅举办的“广东省中小学班主任专业能力大赛”已进行到第五届，比赛设四个项目，其中“主题班会（班集体活动）设计”权重达 30%。宁波市中小学主题班会课观摩暨学术报告会已进行到第五届，其中第五届推广“宣导歌颂型”、“体验感悟型”、“思辨说理型”三种类型主题班会课，并推荐获得特等奖的优秀班会课参加全国中小学主题班会课大赛。这些班会赛课活动极大调动了一线班主任研究班会的热情，推广了优秀班会设计与实施的技巧形式，提供了丰富生动的班会案例供一线班主任学习观摩。

教育行政部门还组织编写班会丛书，如《主题班会活动设计》（法规、安全、能力、心理、道德教育共五卷）对班会进行了细致划分和专题探讨，

为一线班主任提供大量详实的素材。中央电教馆出版了很多班会录像光盘供一线老师观摩。

各级各类学校开设课程

各大师范院校在班会研究理论构建方面做了大量工作，突出的是华东师大，南京师大，华中师大，北师大，湖北二师等。

中小学校大都开设了班会课，固定时间，写入课表。部分学校规范开展班会公开课和观摩课活动，极少数学校形成校本班会序列。河北衡水中学《衡水中学主题班会设计》按高一至高三的顺序展示了典型的30节班会。虽创新不足，但扎实有效。广东省湛江一中编著了《班会课校本教程》。上海师范大学附属外国语中学《高中系列化主题班会校本课程开发的实践研究》，四川省双流县棠湖中学2012年四川省教育科研资助金项目重点课题《普通中小学“班会课”课程化建设实践研究》（2012年孙晓晖出版了《让品格同青春一起成长——如何上好常态班会课》）这些学校为代表以课题的形式规范一线教师的研究行为。

民间团队合作态势喜人

被称为“中国班会第一人”的丁如许老师专注于班会课研究，从1989年6月，首家推出班会课本教材《初中班（队、团）全程系列活动》，他整合全国各地工作室和班会研究个体户合作撰写相继出版了《魅力班会课》（小、初、高各一卷，案例选，2009年）《打造魅力班会课》（方法论，2011年）《班会课100问》（对策集，2012年）《魅力班会课课堂实录精选》《小学主题教育36课》（教案选，2015年）《初中主题教育36课》（教案选，2013年）《高中主题教育28课》（教案选，正在编写）等实用班会书籍，《班主任》《福建教育》给他开过班会专栏，通过数据挖掘统计，丁老师是发表有关班会文章和书籍最多的班会研究者。他与上海新纪元教育集团合作成立丁如许德育工作室开展班会研究，他还与培训机构合作办会推动班会研究，他与“创新教育”合作召开“全国中小学班会课专题研修现场会”先后在西安、济源、常州、云阳、武汉举办了五届。他还通过个人讲学活动不断推动班会研究。

北京教育学院教授迟希新博士与诸多学校合作开展研究，著有《有效主题班会八讲》从班会课存在的问题与困境、内涵与功能，设计与实施的理念、

过程、原则、创新，素材积累，案例研究等方面进行了全方位的论述，理论联系实际，是班会研究的顶尖著作。

南京师范大学教授、博士生导师齐学红和袁子意以南京师范大学班主任研究中心和“随园夜话”沙龙为平台与基地学校合作开展联合研究，出版了《班会课的设计与实施》从班会课的性质与功能、规划与设计、反馈与评价诸多方面对班会进行了阐释，是一部理论与案例相结合的系统研究著作。广东教育学院心理学硕士研究生导师，广东省中小学德育研究与指导中心首席专家、研究部主任李季，与一线老师梁刚慧、贾高见合作撰写了《小活动大德育——活动体验型主题班会的设计与实施》从理论、实践、资源三个方面深入研究了体验型班会。

江苏省特级教师、南通市教科研中心副主任冯卫东与南通一线学校老师合作编写了《让生命欢快的拔节——当代中学生最需要的主题班会》，本书最突出的是专家点评字数都在千字以上，到格到位，是进行案例研究的导航仪。冯卫东老师的班会论文《一语天然万古新——我对当前中小学主题班会课的思考与“批判”》发表在《班主任之友》，是班会论文中最具理论水平的一篇。

广东中山纪念中学王加文、郭跃辉与黄建军的素型班会工作室，出版了《素材型班会课》，建立了班会素材交流群，公布了微信素材公众号。对班会素材进行了系统梳理。他们研究的图文配乐班会令人耳目一新。

全国自主教育研究会郑学志老师的团队在自主教育研究之余也在班会方面发力，出版了《主题班会设计与组织》（小、初、高各一卷）论述了班会的形式、设计与组织技巧，开发了小、初、高系列班会。

河南“十佳”班主任济源一中秦望老师主持的“8+1工作室”研究班会十年，全程参与丁如许工作室的书籍撰写和全国班会研修会，与迟希新密切合作，八零后青年班主任杨兵由万千教育出版《魅力班会是怎样炼成的》（2010年）一书，梳理了班会的八大主题、十二大技巧、五种形式并奉献了精彩案例十五个，已加印三次；秦望在《光辉岁月——我与个性一班的高三之旅》（教育科学出版社出版，教育叙事体，2011年）一书中收录了他的17个高三系列班会。团队王晓琳研究电影课程六年，开发了电影班会系列，即将出版《阶梯电影课程》（小、初、

高各一卷)；魏俊起、王磊、侯志强、黄磊、侯小锋、刘强等青年才俊在大型班会研讨会议上开讲座，多次作班会公开课。团队培养了一批班会研究者，并建立了百度评价优质网站“班会网”和QQ群研修平台，创办了以班会为主要研究内容的电子期刊，他们还组织全国志同道合的同行进行主题班会、系列班会、微班会、心理班会、电影班会的研究。团队编著了主题教育班会实录集《为学生一生发展奠基》(校本班会案例)。

贵阳的彭敦运老师以“中国微班会研究”QQ群为平台开展微班会研究，2013年开始已有一些研究文章见诸报端。蔡庆勉的《微班会课的运用和发展》讲座是微班会研究的较为领先的成果。目前全国微班会研究刚刚开始，《班主任》2014年第7期孙鹏飞的《一个苹果的班会》属于预设式微班会，《班主任之友》2014年第12期李艳妮《即时性班会，让教育更及时——“相遇在感恩的路口”纪实》其实就是即时式微班会，目前微班会理论成果和案例较少，是一个有待拓展研究的领域。

个体研究百花齐放

名班主任群体贡献很大，李镇西的《要爱你的妈妈》《叩问爱情——一堂主题班会课》《民主训练与启蒙——一堂关于民主管理的班会课》《失窃之后》《2009：中国的忧伤》等班会是经典中的经典，李老师的班会主要特点是谈心，通过和学生不断的对话让学生产生共鸣，把学生思想带到高地，体现他一以贯之的人文主义情怀。李老师给我们最大的启示是班主任的人文素养是最好的班会资源。丁榕在她的报告《了解学生是教育学生的前提》中讲述了她的新班初建阶段以班级认同为主题内容的三个系列班会《峥嵘过去，崛起今日，辉煌未来——自我展示展览会》《难忘青春足迹，难忘初中生涯——看谁的过去好演讲比赛》《全班一盘棋》设计独特，较早关注到阶段性班级建设系列班会；李迪的《我和学生谈爱情——将爱情教育进行到底》(2010年)探索了爱情教育系列班会，文字优美，直抵心灵，她还撰写了《中职主题班会设计技巧和优秀案例》(2014年)；深圳王怀玉的《小学班级特色活动设计与指导》(2013年)探索了小学系列活动班会；黎志新《做一个智慧型的班主任》《做一个励志型的班主任》中集中展示了她的励志教育班会。魏书生、任小艾、张万祥、田丽霞、陈宇、梁岗等名班主任

也有关于班会的文章和案例散见于其著作以及报刊中。

还有许许多多的一线班主任、大学教授、研究生等在班会研究方面做了大量探索，下面列举其中部分成果供读者参考：李银德的《小学主题班会理论与实践》(广东教育出版社，1997年)，尹君成编著《班主任育人之道：影响孩子一生的班会课》(2012年)，张锐的《主题班会形式综述》(教学与管理，2005第四期)，戴小梅的《主题班会的作用及其设计初探》(班主任，2005第八期)，严卫林的《主题班会中的三个误区》(班主任之友，2005第三期)，张克龙的《主题班会的生成策略》(现代中小学教育，2007第三期)，张亚男的《中小学主题班会的研究综述》(教学与管理，2009第九期)，华东师大的李家成教授的《常规班会：回归教育本真》，朱洪秋的《主题班会课的三维目标与三阶段四环节模型》(班主任，2014年08期)，东北师大宫贺的《班级团体心理辅导在高中班会中应用的研究》(2012年)，南京师范大学颜雪艺的《从缺失到回归：高中班会课学生话语权的调查研究》(2011年)，华中师大彭琳的《小学班会课师生话语分析》(2012年)，沈阳师范大学崔茹《主题班会对初中生国家情感的促进作用》(2013年)，重庆高阳小学刘登明的《信息技术在主题班会活动中的实效性策略》(科学咨询，2014年03期)，李茂编译的《今天怎样“管”学生：西方优秀教师的教育艺术》用了一个章节来介绍西方的班会，与我国中小学主题班会不同，西方中小学的班会是指主管教师和学生在一个固定的时间坐下来，对班级事务进行集体讨论，并作出集体决策的班会议。华中师大罗建河的《堂娜是怎样开展班会的》进一步介绍了加拿大教育家设计出一套独特的开展班会的方式。这些文章涉及到了班会的方方面面，是一线班主任深入研究班会的参考资料。

班会实践与研究最主要的推动者是广大一线班主任，笔者行走多所学校深入课堂听班会课并在网上调研，不仅日常的班会课普遍质量不高、效能低下，就是很多赛课的获奖作品也存在不少问题，为此，笔者花大量时间搜集和调查写成此文，为一线班主任提供参考，有如不实或搜集不全之处请大家批评指正。每个人都尽自己的一份责任，使我们的班会能成为学生期待的一课，能为改善中国的教育尽一份力是一件非常开心的事情。

四项修炼提升班会魅力

■ 8+1 工作室 杨兵（陕西师范大学附属中学）

全国有近四百万个班集体，哪怕有一半的班级课表上有班会课，那全国每周将有近两百万节班会课（小学是“队会”，虽与班会有本质不同，但实际上在形式和功能上互有交叉）。这两百万个班主任在干什么，这两百万个班级的学生想干什么，这两百万节班会课能干什么。具体到一个学生来说，就从初高中六年来看，假使他每年的在校时间是40周，每周一节班会课，6年就是240节班会课。240节课，对学生来说，如果不上就是巨大的生命浪费。240节课，如果学校和班主任不知道怎么上就是巨大的课程缺失。

即使课表安排有班会课，也大多变成“训话课”“通知课”“自习课”“放羊课”。即使愿意给学生上班会课，也普遍存在“内容陈旧、形式单一、主题随意、效率低下”四大弊病，以致班主任没有热情，学生缺乏兴趣。针对这“四大弊病”，我开始积极探索具有“时代感、多样性、系统化、针对性”的班会主题和模式，希望能有效改善自己班会课堂的现状，能够为学生健康成长负责，为学生一生发展奠基。简而言之，就是希望通过提升班会课的魅力，更有效地占领这一学校德育的主阵地。

那么，如何提升魅力？

从我自身的实践经验出发，我认为，有四个方面特别重要。

第一项修炼：魅力根植于素材积累

积累大量素材也是教师开好主题班会不可逾越的准备阶段。而且，好的班会除了要具有吸引力之外，还要引导学生进行深入的思考和深刻的体验，这就需要教师为学生提供思考的素材和体验的情景。

我对自己积累素材的要求有一个关键词：丰富。

“丰富”一方面是主题的丰富性，一方面是形式的多样化。

我们可以按着常规班会的主题来分类积累素材，如爱国主义、感恩父母、人际关系、励志成功、生涯规划、学习方法、纪律意识、心理健康、爱情观念等等。

当然还可以在这些宏大的主题下面再细致分类，比如“学习方法”这一大类就可以继续切分为语数外等各科学学习方法，如何进行课前预习，如何提高复习效率，如何提高记忆的速度和精度，如何改善课堂注意力，如何安排自主学习时间等等。

另一方面就是形式的多样化。可以围绕一个主题按着所积累素材的形式进行以下分类：名言、诗歌、美文、故事、图片、音乐、视频等等。

积累丰富素材的现实目的是建立自己独特的“德育素材库”，班主任一定要做一个有心人，平时读书看报，看电视，浏览网页，外出旅游，甚至逛街，发现有意思有意义的东西都要随手记下来，拍下来，保存起来。也许当时还没想到怎么用，但是总有一天会成为你有益的德育助手和班会素材。因为，要想学生动心，老师必先用心。

在此展示一下我在电脑里经过十年的不断搜集和定期整理建成的德育素材库——德育视频、教育电影、优秀歌曲、每日寄语、智慧故事、励志美文、班会课件、晨会演讲、管理妙招、专家讲座、经典著作、教育案例。

这样就保证了我在准备一次班会的时候，能够获得较充裕的材料，节省不少时间，不至于资源枯竭手忙脚乱。更重要的是，这样多样化的素材，再经过精心的搭配组合，能让我的班会对学生一直保持具有足够的吸引力，否则每周一节的班会课将让学生丧失期待。

以一个心理游戏的素材为例：

第一题：他很爱她。她细细的瓜子脸，弯弯的眉毛，面容白皙，美丽动人。可是，有一天，她不幸遇到了车祸，痊愈后，脸上留下几道大大的丑陋的疤痕。你觉得，他会一如既往地爱她吗？

A. 一定会 B. 一定不会 C. 可能会

第二题：她很爱他。他是商业精英，儒雅沉稳，敢打敢拼。可是，忽然有一天，他破产了，负债累累。你觉得，她还会像以前一样爱他吗？

A. 一定会 B. 一定不会 C. 可能会

对于上述两题，绝大多数学生都选择了C。老

师却话锋一转，提示大家：“我的测试题没解释清楚，第一题里的男人不是女人的情人或丈夫，而是她的爸爸，第二题里的女人不是男人的情人或妻子，而是他的妈妈。请大家重新做选择！”

——同学们毫无例外地选择了A。

他们开始以为是讲“早恋”，要离间小情人之间的关系。后来以为是谈“感恩”，讲父母对我们的爱是无私的，也是永恒的。其实我是用这个来谈“责任”的，“我们能否成为父母晚年不变的依靠，我们能否成为家庭永恒的保障”。在让学生略感意外的同时，陷入沉思和自省。

念念不忘，必有回响。在平时的生活和工作中，心里要装着班会，这样，在看到相关的资料和素材时就不会熟视无睹，而是萌生如何把看到的资料和素材用到相应的主题班会中的想法。也就是说“为了上好一节课，你是一辈子都在备课的”。

第二项修炼：魅力灵动于形式创新

有些学校和班级的常规班会为什么让班主任头疼，学生厌烦，总结起来无外乎这几点：调门是高的但主题是空的（不实际），内容是好的但情感是虚的（无体验），活动是有的但形式是俗的（没创意）。

而这一切的根源在于班主任自缚手脚不敢创新。我觉得正如同一个戏会有不同的声腔流派，常规班会也可以有不同的上法。我在《魅力班会是怎样炼成的》这本书里总结了几种模式。“运用之妙，存乎一心”，只要班主任勤于思考，大胆实践，螺蛳壳里也可以做道场。

比如常规班会的一个很重要的内容是“学法指导”，这也是很传统的班会内容。这个主题的班会，班主任干巴巴地告诉学生要怎样怎样，不要怎样怎样，是很没有说服力和感染力的，最后只会“雨打地皮湿”，没有什么实际的效果。我通常会采用“节目仿制”的形式来进行，给传统的班会内容进行现代包装。其实又不全是“新瓶装旧酒”，“换汤不换药”，而是要想办法调动学生参与的热情，放大班会的效果。

先介绍一下什么是“节目仿制”。

“节目仿制”指的是模仿一些电视节目的形式来开班会，限于条件，通常模仿的是制作周期短容易操作的人物访谈节目。

“节目仿制”这种班会形式，由于参与人数众多，环节相对复杂，班主任要做的工作很多。

首先要确定“仿制对象”。每一个成熟的节目都有自己特色，班主任需要认真研究思考这样一个问题，“这次班会内容到底适合哪一个节目”。不同的栏目定位，决定了各自的亮点。班主任在跟学生一起商讨仿制对象的时候，一定要考虑这些。

然后是选拔“主创人员”。这种班会形式在策划阶段可以群策群力，但到了实际“制作”阶段不大可能“全班总动员”，需要选拔几个“主创人员”去具体实施。他们的产生要能得到其他学生的充分认可，并负责收集其他学生关心的问题，在采访过程中要具有很强的沟通能力和现场反应能力。这一点至关重要，往往直接决定“节目”的效果。

还要布置“演播场地”。当然，一般情况下“演播场地”就是在自己的教室，但也要做适当的布置，烘托一下气氛。比如可以在黑板上写上“节目”名称，采访对象的姓名和一两句介绍性的文字。如果有多媒体的话，可以做一张PPT，用大屏幕显示出来，还可以在幻灯片上添加一些效果。教室的桌椅也可以根据需要挪动一下位置，摆出些造型。还可以悬挂一些物品增加“现场感”。这些当然可以完全交给“主创人员”背后的“制作团队”，但是班主任要全程关注，提供必要的建议和支持。

最后点评“节目效果”。如果“节目”非常成功，班主任一定要及时充分肯定。即使有一些问题，班主任也要予以鼓励，并提出改进意见。同时如果有必要的话，在点评中，班主任要明确或升华一下本次节目的意义。

下面，介绍一下我的班级曾经仿制过的一些节目。

在新班级组建之后，我一般会模仿《面对面》策划“任课教师系列访谈录”，我给它取了一个新的栏目名称叫“问学”。比如学生进入高二分了文理科，我做了理科班的班主任，可是教语文的我对数理化生的学习方法实在不敢置喙，虽然也能从网上找到相关的资料或向任课教师请教然后再传授给学生，但放着现成的“专家”不用，这不是舍近求远嘛！于是我和各科课代表策划了一个主题为“问学”的学法指导班会，邀请政史地任课教师走进班会，讲授本学科的内容特点，学习方法，高考要求等等，

并回答学生的疑问。由本学科课代表担任访谈人的角色，事先收集学生在学习中的问题，以及学生关心的与任课教师相关的其他问题，并在节目开始前与任课教师充分沟通，设计采访环节。这样做，一下拉近了师生间的距离，学生们得以释疑解惑，找到了努力的方向，信心大增；老师们看到了学生的学习热情和求知欲望，也深感任务艰巨，责任重大，工作起来更是干劲十足。

我在多次实践之后，认识到这种班会具有几大优势：一是形式新颖，令人耳目一新；二是趣闻性强，学生的参与热情高；三是包容广泛，可以邀请众多采访对象，扩展班会内涵；四是附加值高，可以使参与的学生得到多方面的锻炼，如人际交往能力，语言表达能力，组织策划能力等等。

第三项修炼：魅力激发于深入交流

在通过班会进行德育的时候，我很重视给学生提供讨论交流的机会和时间，因此我会适时举行一些“自主讨论”的班会，来追求学生自我教育的效果。

而且“自主讨论”是能真正体现学生的德育主体地位，展现学生个性风采的班会形式，班主任应予以充分重视。我在班会的实践中又把它分为两大类，一类是“半自主式”，一类是“完全自主式”。两类各有特色，各具优势，班主任要根据实际情况选择。

这里我只说一说“半自主式”。之所以称之为“半自主式”，是因为讨论的材料和论题由班主任选择确定，学生进行讨论，班主任可以全程参与讨论，也可以只是在讨论陷入僵局或出现偏差时，及时加以引导，并在讨论的最后做总结。

在这种形式的班会中，班主任最重要的工作就是要选择确实有讨论价值的论题。需要注意的是，第一论题不能太随意，杜绝为讨论而讨论，一定要有明确的目的性。第二论题不可太宽泛，要考虑到学生实际的认知水平和知识储备，最好能贴近学生学习和生活实际，否则难以深入下去，不大可能获得被广泛认同的结果。第三论题不要太陈旧，要与与时俱进，能够体现时代特征，不回避社会热点，其实这一点也是保证学生参与热情的重要因素。班主任只要明确了这几点之后，就一定可以找到学生感兴趣又能保证讨论效果的论题。

2007年的一次班会上我让学生观看了《实话实说》的一期节目——《假如生命还有238天》。主人公是2006年“感动中国”的获奖者黄舸和他的父亲黄小勇，因为黄舸的治疗医生认为他最多活到18岁，而此时他距离18岁生日仅有238天。学生看得很认真，开场时的掌声，中间的感叹与抽泣，都让我感受到了他们的投入。结束时，我给大家留了一个讨论话题——“假如我的生命还有238天”，想借此了解了他们对生活和对生命的态度。已经被节目中黄舸的坚强乐观深深打动的学生，在交流讨论时很坦诚。

再为妈妈唱一支歌吧，希望我的歌声能抚平她久已不展的愁眉；再陪爸爸看一次《武林风》吧，希望他能永远保持那种挺拔的身姿。我知道，我的快乐是父母最大的安慰，那么我就尽量保持快乐，让他们安心幸福！

——陈凌云

屏幕前的我，不禁想起了我的父亲。当朋友都在抱怨他们和自己的父亲之间似乎没有什么共同语言，我庆幸自己有一位“唠叨”的父亲，无论是生活中的细节，还是情感上的波动，他都给与我最大的帮助：胜不狂喜，败不惶馁，心有激雷而面如平湖者，可拜为上将军。他希望我能有“上将军”一样的气度涵养。可是在现实中，当成绩不理想时，我会气馁；当与朋友产生隔阂时，我会伤心。他的要求，真的好难！假如生命还有238天，我要让我的每一天，每一刻都要变得充实，我会努力做到父亲要求的那样，成为他的骄傲！

——张梦琳

不要想着来日让父母住豪宅，请先在父母的生日那天送上你的祝福！不要等自己功成名就衣锦还乡时给父母脸上增光，请先在学校努力学习争取考上一所理想的大学吧！不要想将来自己能结交多少知己好友，请先真心对待你身边的每一个人吧！

——徐平霞

他们的发言中所流露出来的对亲人朋友的眷恋，对生命的热爱，对生活的向往，以及由这一期节目获得的面对残酷现实的平静和理性也深深打动了我，感动之余，我创作一首小诗送给学生：

生命的关键

可以漫长，也可能短暂

可以辉煌，也可能暗淡
 可以荆棘丛生，也可能玫瑰相伴
 可以长驻心田，也可能随风飘散
 该努力的事，不推明天
 该关爱的人，不讲条件
 无需后悔，不留遗憾
 把握现实的每一天，才是生命的关键

通过这首小诗，我将学生的体验和我自己的感悟浓缩成一句话——“把握现实的每一天”，引导学生正面认识生命的短暂与宝贵。

就像这一个例子，如果学生没有讨论交流的话，很难激发他们对生命更深刻的理解，对生活更强烈的热爱！

第四项修炼：魅力执着于精神关怀

德国哲学家和教育家雅斯贝尔斯说：教育过程首先是一个精神成长的过程。

他还说：“教育就是用一棵树摇动另一棵树，用一朵云推动另一朵云，一个心灵去感化另一个心灵。”那么作为教育者的班主任从事的就应该是心育心、以德育德、以人格育人格的精神劳动。“精神关怀”更深刻、更准确地反映了班主任教育劳动的意蕴，体现了班主任以人为本的教育精神，表达了对学生的情感和态度。所以，班主任要成为学生的精神关怀者。

那么在第四项修炼中，我想说的是，学校德育要执着于两个层面的精神关怀。一个是学生的显性的成长需要，一个是潜在的心理需求。

作为班主任，既要能准确感知显性的一面，又要能敏锐预知隐性的一面。这第二方面，同样重要，

甚至更加重要，因为它具有很强的隐蔽性。一些优秀的班主任就具备这样的敏锐的眼光和细腻的情感，从消极的角度来说能将问题扼杀在萌芽中，从积极的角度来说能因势利导润物无声。这让我想起了一个小故事：

魏文王问名医扁鹊说：“你们家兄弟三人，都精于医术，到底哪一位医术最好呢？”

扁鹊回答说：“大哥最好，二哥次之，我最差。”

文王再问：“那么为什么你最出名呢？”

扁鹊答说：“我大哥治病，是治病于病情发作之前。由于一般人不知道他事先能铲除病因，所以他的名气无法传出去，只有我们家里的人才知道。我二哥治病，是治病于病情刚刚发作之时。一般人以为他只能治轻微的小病，所以他只在我们的村子里才小有名气。而我扁鹊治病，是治病于病情严重之时。一般人看见的都是我在经脉上穿针管来放血、在皮肤上敷药等大手术，所以他们以为我的医术最高明，因此名气响遍全国。”

文王连连点头称道：“你说得好极了。”

名医如此，做班主任也是一样，最高明的班主任莫过于像扁鹊大哥那样能够“治病于未发之时”，也就是能够防范于未然。班主任有时还真得有见微知著明察秋毫的功夫，能够于无声处听惊雷。这确实是一种极高的境界，我是虽不能至，然心向往之。

心在哪里，智慧就在哪里。

动心源于用心，魅力源于努力。

只要班主任勤于积累，善于思考，勇于实践，每间教室都可以成为学生精神成长，心灵丰富，人格完善的乐园，每位班主任都可以成为学生成长过程中的“重要他人”，在成就学生的同时过上一种幸福完整的教育生活！

（接第63页）素质和具备什么样的品质才能让自己更优秀，从这节班会中大家应该有了整体的方向和进一步努力的目标。相信自己、积极暗示自我；寻找方法，提高效率；调整自我，把握方向，沿着正确的道路走下去，明天的美好生活一定属于我们。一起努力，一起加油！

【德育反思】

本节班会通过有学生共同参与，通过学生发言，教师引导、总结的形式很好，以该以往教师一言堂，学生作为观众被动听的局面，师生一起参与，效果明显。

不足是由社会现象过渡到学习部分衔接和处理的不好，没有真正把二者的联系挖掘出来，有些生硬，需要在今后的班会课中引起注意。是社会问题和现实结合的更充分和完美。

班会素材积累的“五化”策略

■ 8+1 工作室 秦望

上好班会课是班主任的核心技能之一。设计班会课应具备四大能力，搜集与积累素材的能力，对主题进行分析综合的能力，对主题提升的能力，核心是创造能力。素材积累是班主任上好班会的准备阶段，这个准备和我们上好学科课一样，是一生的功夫。

班主任做好素材积累可以遵循五个方面策略。

1. 工具化

工欲善其事，必先利其器。先要准备一些工具，网络资源无比丰富，准备一台电脑，上网时随时搜集；两个软件（下载软件：硕鼠、维棠；剪辑工具：剪辑大师）对搜集到的素材下载处理；一部相机随时抓拍转瞬即逝的光影、一支录音笔对随机讲话对话录音以备日后整理、手机有上网拍照记事等多种功能，且携带方便；优盘，把素材随时存储到里面；一个记事本、一把剪刀、一瓶胶水、一个剪贴本、一打荧光笔、一台复印机。阅读报刊时随时剪贴复印，头脑中的灵感也需要及时记录。素材积累随时发生，如果不能及时捕捉，可能就永远消失了。

2. 科学化

存储在电脑或优盘或剪贴的素材如果杂乱无章，日后很难寻找，我是这样分类的：

按素材形式可以分五种：视频、音频、图片、文字、课件。每种再细分若干类；按主题内容分为关爱、感恩、励志、习惯、修身、学习、人际、爱国、心理、活动十类，然后每一再细分。由于所处学段不同，所需素材有别，习惯不同，每个人素材分类的方法有别，适合自己的就是最好的。

3. 生活化

把社会放入班会素材积累去打量，会极大拓展素材积累的途径，留心日常生活，学生、同事、家人、朋友、社区、国家、国际，素材无处不在，关键在于适时存储。

4. 合作化

一个人的力量是有限的，可以联合几个老师或团队分工搜集整理，这样能在更短的时间内积累形式多样内容丰富的素材。关键是要形成合作机制，比如哪个人负责哪个电视栏目，哪个网站，哪个微博等，从中选取，个人选材后归入团队素材库，这

是个人的力量无法达到的。

5. 案例化

积累的素材运用时要写成实录，这是对素材的利用与固化，为如何使用素材提供样本。

这是我班里一节自习课出现大面积违纪这一偶发事件时，我以极短的时间整事的一节班会：

班会主题：纪律是立班的基石

过程：

一、班会导入（所用素材：时政习近平讲话）

二、班级是什么？（所用素材：魏书生关于班级集的论述；违纪学生反思）

三、我需要什么样的班级？（所用素材：班级目标）

四、我为理想的班级建设做了些什么？

（所用素材：往届学生周记中对老班长的高度评价；班级岗位职责划分）

五、我将从班级收获什么？

（所用素材：个人成长目标；龙应台的文章《中国人你为什么不生气》）

六、播放《生命列车》感染提升

（所用素材：视频短片）

这样就把这些日常积累的大量资源固化到一个班会案例中，积累运用素材的规律性。

如果没有日常大量素材积累我就不可能在短短一个小时就设计出一节高质量的班会。而素材的积累有自己的方法、原则和策略效果会更好。

附：按形式和内容科学分类

一、素材形式：

视频：精彩栏目（中国公开课、开讲啦、大家、变形记、心理访谈、新闻周刊、世界周刊、面对面、走近科学、艺术人生、状元360、高端访问、今日说

法、法制编辑部、道德观察、子午书简、职来职往、电视散文、微电影、杨澜访谈录、超级演说家、拍客……)

网络下载(演讲讲座、视频歌曲、公益广告)影视剪辑、班级录制

音频:音乐、朗诵、演讲

图片:自然风光、人物风采、社会万象、班级相册、高校校门、图(漫)画

文字:名言、警句、寄语、标语、对联、誓词、诗词、散文、故事、书籍、技巧、案例、论文、讲稿、学法、表格、班级日记、学生周记、班级史册、时事评论、网络热点、政策文件、班会案例:班级会议、班级活动、主题教育、系列班会

课件:讲座、班会、其它

二、主题内容:

关爱:自己(健体、安全、网瘾、法制、禁毒)亲密人(比如,过生日),陌生人,动植物,地球,人造世界,思想

感恩:父母,老师,亲友,邻居,街坊,路人,祖国

励志:责任、奋斗、理想、自强、坚持、勇敢、青春、哲理、考前动员

习惯:学习、生活

修身:做人——善良、正直、诚信、节约、审美、幽默、文明礼仪

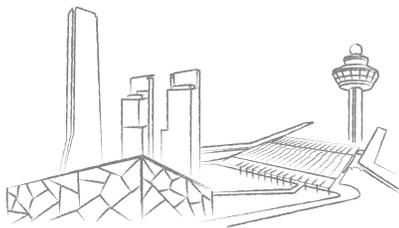
学习:学法指导、心理状态

人际:友谊、爱情

爱国:社会主义核心价值观、国家成就、民族精神、国家关系

心理:生涯探索(了解自己——性格、兴趣、气质、价值观;大学与专业;了解职业)生涯规划(目标与理想)生涯准备(敬业精神,学习能力,人际交往,时间管理,创新思维,团队合作,心理能力,表达能力)

活动:团体游戏、旅行



班会需要序列性构架

■ 8+1 工作室 王怀玉

以小学“尊重自己”班会序列为例

为班级教育活动的重要形式之一——主题班会,类型多、主题也多。我认为一名成熟的班主任,除却应景性班会外,更要根据学生成长和班级发展需要,在每个阶段(学期、学年,年段)选准针对性主题,构建出主题班会序列,结合班级主题活动,有重点地开展序列班会,多角度多层次引导学生深化主题认识,达到教育引导目的。笔者以小学“尊重自己”班会序列为例,谈点肤浅看法。

在小学阶段培养孩子的自尊感,有利于学生逐步建立正确的自我意识,有助于他们认识自我。就小学生而言,从哪几个维度诠释“自我尊重”确立班会主题需要审视;而根据小学生年段身心发展特点,同一主题不同年段的主题教育目标的确定,更需要推敲。我认为,从小培养学生的自尊感是引导他们学会自我尊重的基础。

自尊,是人的一种基础感受,它让你觉得自己真得不错。自尊的前提是自我认知、自我接纳。老子说:“知人者智,自知者明,胜人者有力,自胜者强。”(《道德经》第三十三章)人虽然有年龄、性别、体貌、学识、能力的差别,但有一个相同点,就是都希望获得尊重。人要获得尊重首先要尊重自己,尊重自己首先要认识自己、接纳自己、战胜自己。

深入实际,我们会发现,现在的孩子从小就被外界、被家庭(父母)、被学校(老师)所定义。比如,很小的孩子,他会认为我是最棒的,或者我是调皮的,我是贪吃的,我是贪睡的,我是拖拉的这些外在评价语直接影响着他对自己的判断。加之现在家庭、学校对孩子的评判标准的影响,使得孩子无形中会围绕着父母的期望或者学校的评判标准去界定自己,或者努力做一个父母、老师、外人眼中的“那个”自己。长此以往,孩子忽略了自己内心的感受和期待,也失去了对自我的价值判断,要么过于自信导致自大虚妄,要过过于自卑导致胆怯懦弱,这都不利于积极自我价值的建立,也不是真正的自尊。

就小学教育而言,教师(尤其班主任)需要从班级学生的现实需要出发,引导他们开始关注自我,有自卑感的孩子应该学会

接纳自我，并且能够获得向上的勇气；自信的孩子在保护好他们乐观、积极性格优点的同时，提醒他们不要盲目自大。同时，要让他们从小都能明白每个人必须对自我的成长负责，每个人在每个阶段都有必须承担的责任和义务，而在这个过程中每个人又都难免遇到这样那样的困难或者出现一些问题，但这些对他们而言，都是成长过程中的必然经历，学会接受它，在自尊自爱的基础上，学会主动追求自我完善、自我提高。鉴于此，我在中高年段（3-6年级）安排了四个主题：

1. 通过“你很特别，爱你本来的样子”这一主题活动，让学生认识到每个人都是独一无二的，每个人都有自己的长处和不足，只有接纳自我的人，才能正确认识和评价自己，正确对待别人对自己的评价。

2. 通过“相信自己，做个有主见的人”这一主题活动，让学生在游戏和故事中，认识到坚持做自己的重要性。遇事要肯动脑、有主见，不推诿、不胆怯，当然也不能固执己见，明白人只有对自己有信心，才能让别人对你有信心。

3. “不找借口，做个有责任感的人”这一主题活动，主要从学习责任的层面，让学生认识到找借口、拖拉等不良行为给自己带来的危害，学会正确归因，从思想上认识到学习是自己的事，学会自己为自己负责，初步建立自我规划、自我管理的行为意识。

4. “自信积极，做最好的我自己”是一个心理健康教育主题活动，目的是通过一系列资料，引导学生明白向上、乐观、充满自信等健康心理因素对个人成长的重要性，让学生初步掌握树立自信心的方法，学会不断调整自己，自我完善，自我提高。

以上仅是一个侧面活动展示。学会尊重自己，学会自己相处，这是一个长线话题，也是一个人一生都需要做的功课。作为一名小学班主任，在班级中根据学生实情，有针对性地做相应的工作，让学生从小建立起积极的自我意识，很必要。我认为在小学阶段，在培养学生积极的自尊方面，都离不开以下几个根本性的话题：

1. 珍爱生命，学会保护自己、不自伤。

自尊，首先从珍惜自己的生命开始。生命是最宝贵的，只有活着才能感受幸福。在公民社会，个

人一方面是独立的，另一方面又是和他人或群体休戚相关的，每个人不仅有自我，还有父母、亲属、老师、同学、朋友等社会关系，个人对自我的态度、意识、行为等，会影响公民社会中的他人。因此，个人善待自我，就不完全是个人的事，而是公民必备的素养。

在低段（一、二年级），教育学生从小爱惜生命，了解基本的自救自护知识，养成良好的生活习惯，不做危险的游戏，学会基本的自理能力，都是呵护生命的具体表现；中高年级的学生，还要引导他们学会管理自己的情绪，不要自我伤害，接纳自己本来的样子，这些都是建立真正自尊的必要前提。

2. 自我接纳，自信积极，有责任感。

学生进入小学，融入群体后，慢慢地，他们的自尊心也会随着个体参与团队活动的角色变化而变得更为复杂。这时，引导学生对自己采取接纳的态度，认为“我能行”、“我可以”，遇事乐观，对自己有信心，有责任感就显得尤为重要。

教师要善于发掘每名学生身上的优势，搭建平台，让学生有更多的机会展示自我，帮助巩固自信，同时让学生初步树立起责任感，无论是班级事务的参与，还是个人学习任务，知道自己应该担负的责任，认真完成，这可以帮助他（她）在班级获得认可，从而建立起积极的自我认知。

3. 自我反思、自我改进、自我完善。

随着年龄的增长，我们要有意识通过各项活动，培养学生自我反思的意识。“金无足赤，人无完人”，一个人只有具备了一定的反思意识和反省能力，才会承认自己的缺点与不足。现在的孩子，不承认自己的缺点与不足，很大程度上是因为不能从根本上接纳自我，即没有正确认识自己。在班级中可以通过系列活动，让学生明白自我完美是相对的，不是绝对的，任何人都是优点与缺点的综合体。心理健康的人，善于从自己的行为中发现不足，积极改进，做一个更好的自己。

基于上述目标定位，班主任再根据班级实情，阶段性在组织展开主题班会，在主题选择上和目标把握上就有了方向，也有利于形成班级序列，增强教育合力。

（更多关于“尊重自己”序列主题班会设计参见本人拙作《小学班级特色活动设计与指导》，中国轻工业出版社，2012年）

放手才有惊喜

8+1 工作室
王成波



班会是班级管理的重要组成部分，开好班会是班主任的职责所在。我一直是这么认为的，我也一直是这样努力去做。所以，渐渐地，我发现，如果一直是我一个人唱“独角戏”的话，且不说每一届学生愿意不愿意三年坚持认真听我“风格固定”、“形式单一”、“内容乏味”、“张口就是人生大道理”的班会，单说自己，每次班会都身体力行，一年两年还行，三年五年也能坚持，但是总有疲惫和倦怠的时候。更何况，学生并不想听一年四季我都是主角的班会。

实际上，经过我细心观察，很快就发现，我接班之后的一段时间内的班会，学生的兴趣很高，毕竟有新鲜感，无论我是“一言堂”式的班会，还是“活动、讨论、发言”式的形式多样的班会，学生都愿意认真听，积极参与。但是在半年或一年之中的班会的主角如果都是我，那么我很快就发现，我的班会离“自习”不远了。

苦闷之余，也就是在 2009 年，我担任复读班的班主任，同时担任 4 个复读班的教学任务，工作量很大，有时候实在抽不出时间精心准备班会，于是，我试着让学生“组团”开班会，收到了良好效果。

这一个想法也是源于某个寝室的集体违纪——“卧谈会”开的太晚，影响了休息，被通报批评，在私下批评这个寝室的时候说：“既然你们寝室的 8 个成员都那么爱说话，就给你们个表现的机会——下周的班会由你们寝室主持召开，要求就是，有主题有内容有意义即可，给你们一周的准备时间，下周班会课看你们的表现。”

我本想通过这件事难为一下这个寝室的所有成员，让他们从此能够收敛一些，但是，令我万万没有想到的是，这个寝室的 8 个成员却开了一次非常精彩的班会。

首先，分工明确。有主持，有现场服务（传递话筒、

分发奖品），有音响师（操作电脑），有灯光师（开关灯）。

其次，准备充分。有课件，有主题，有主任的串词，还用纸做了一个话筒的模型，还准备有奖品。

第三，形式多样。有诗歌朗诵，有游戏活动，有讨论发言等。

第四，环节紧凑。从开场引入，到活动组织，到最后的总结等，计划周密，组织有序。

第五，主题突出。所选的“团结”的主题，很有教育意义，课件中展示的图片、视频、文章、歌曲都贴近主题，有些内容我也是第一次见到。

这次班会整整开了一个小时，班会的效果远远超出了我的预期，最后主持人让我总结的时候，我已经高兴地不知道该如何作出评价，只是希望每个寝室都能召开如此成功班会。这样的希望其实就是肯定和鼓励。

之后，我以此次班会为开头，把班会列了一个时间表，按照寝室进行了抽签排序，让每个寝室都有开班会的机会，同时也让自己从班会的工作中解脱了出来，而我之前的“学生开班会可能效果不好”的担忧完全没有了，因为“违纪的寝室”已经为班会开了好头，学生也从这次班会中感受到了精神和心理上的愉悦，他们都非常愿意以后继续开这样的班会。也正如我所预料的那样，后续的以寝室为单位召开班会在我的引导和指点下都比较成功。

通过这一届学生“组团”开班会，我总结了如下经验：

第一，学开班会有班主任不具有的优势。

学生开班会比较接地气，学生的思想与班主任的思想范畴有很大的区别，他们的话题具有很强的时代性，不守旧，不落伍，所以学生选择的主题最能被大部分人接受，基本不存在厌烦和逆反的情绪。

三个臭皮匠，顶个诸葛亮。8 个学生的团队思想绝对比班主任一个人的思想范围开阔，所以，他们组织班会的风格多样，形式灵活，不落熟套，内容新鲜，全班同学都愿意积极配合。

第二，班会放手要出师有名。

班主任要抓住机会，把班会放手给学生开，而不能没有缘由地把开班会的任务强加给学生。本文中，违纪的寝室本着“将功补过”的心理，认真准备了班会，让全班同学享受了一次愉悦的心灵之旅，

相信我们都会在班会课上用一些最新、最震撼的网络上的一些视频资料，从中可以让学生直观地感受到当时的情境，不用我们老师再去创造情境，但是针对同一个短视频，如果从不同的角度来解读的话，相信我们能得到更多的有用的资源来教育学生，感化学生。

例一：高考迟到两分钟不让进场

角度一、母亲跪下求情，说明母亲无私的爱，然后展开。

角度二、学校坚决不开门，说明纪律的严肃性，不容侵犯性。

角度三、孩子的迟到，翻墙进大门。说明这是个习惯问题，态度问题，积少成多。

例二：许三多绕杠 333 个

333 个腹部绕杠是他人生的一个转折点

角度一、机会对每个人来说都只有一次把握住你就能成功，伍六一做 200 多个，而不起眼的许三多抓住机会做了 333，全军最多。

角度二、人生需要坚持，我们需要为这个坚持找个借口，在他绕杠过程中，最困难的时候，他想

到的是不拖班级后退，咬牙坚持。

角度三、每个人都需要让自己的小宇宙爆发一次，只有当自己的小宇宙真正爆发的时候你才能知道自己到底有多强，所以不要想自己有没有希望，先想想自己有没有爆发。

角度四、孤独中的坚持，单纯中的成长。许三多是最傻的一个，最简单的一个，人生只有一个目标，好好活，做有意义的事，很多人都不理解他的所作所为，但是他坚持将细节做得最好。

短视频的充分利用

■ 8+1 工作室 李磊磊

例三：永不放弃死亡爬行

角度一、老师对学生的爱——永不放弃，苦口婆心，且骂且关心。

角度二、对于从来没有做过的事情不要说自己不行，

做了，坚持了，用心了才无悔。

角度三、类比我们的学习，初期，中期，后期。所以，请我们所有的同仁们一起来开发微视频的功能，一起来建立一个资源库。

他们希望有更多这样的班会，所以，他们理所应当地答应了“轮流”开班会的要求。

第三，适时引导和指导不可少。

班主任要适时地在班会前进行关注和指导，把握班会的大方向，牢牢握住“审查”的权力，在班会结束后给予积极的肯定和评价，而不能求全责备，只有这样才能给后续开班会的“团队”以足够的动力。

第四，班会团队“组团”有讲究。

组团形式要灵活，可以是同寝室的人员，也可以是学习小组，但是人数不能太少，否则会耽误学习或者是不能有效计划、组织班会。但是人数也不能太多，人多容易相互推诿，不一定能开好班会。

第五，不能主次颠倒。

学生“组团”开班会并不能完全代替班主任开班会，毕竟有些问题并非学生能够想到，班主任应该改把控班会的主动权，两种形式的班会相互补充，才能让班会避免各种弊病，发挥应有的作用。

放手不是放任，更不是放纵。

放手，你能收获意想不到的惊喜，而且减轻了工作量，还培养了学生的能力，一举多得的事情何乐而不为呢？

从发表的一篇案例反思班会实践

读迟希新《有效主题班会八讲》有感

■ 8+1 工作室 刘强

数年前曾有一篇班会课案例《成功始于目标》入选丁如许主编的《魅力班会课》一书，那是自己很得意的案例，今读完迟希新老师的《有效主题班会八讲》感觉自己的得意之作有许多瑕疵。

原班会案例的框架内容如下：

1. 引入，我们的目标。
2. 故事启迪，目标指引成功。
3. 集思广益，制定目标的策略。
4. 归纳引领，实现目标的方法。
5. 我们的核心目标，学习成功。

通过读迟希新《有效主题班会八讲》自己有如下反思。

第一，案例《成功始于目标》达到了主题班会的一些教育功能

按照迟希新书中介绍的主题班会的教育功能，我感觉我这篇班会案例包含了导向功能，自我教育功能，激励功能，引领功能等，教育功能几乎都体现出来了。能够达到指引学生制定目标，自我教育，学生也通过故事得到激励。

第二，案例《成功始于目标》存在的问题“症候”

问题是很严重的，《有效主题班会八讲》第一讲中，主题班会的问题“症候”中的僵化模式，单向灌输，共鸣缺失等问题都在我这篇案例中体现出来。

从一到五的过程本身就是僵化的模式，这样的模式有点太单调，目的性太强，还没有开始讲学生应该已经知道了这节班会课的目的。整个班会过程都是按照自己事先设计好的内容来引导学生，中间缺少想像的空间和创造性的拓展。

整个过程是老师一人在讲，虽有学生的参与发言，但有些太过于形式化，所以班会课是班主任向学生灌输目标相关的观念。

虽然班会案例中有很多学生的发言，但真正的共鸣却没有做到，各部分的过渡并不是那么的自然，是老师从一讲到五，平铺直叙，没有起伏和节奏的变化，有些问题的讨论也是草草了事，无法深入的进入问题。最后还是老师要求学生制定自己的计划，并没有抓住学生的本心，引起他们的共鸣。

所以，我还需要对主题班会进行深入的主题研究，对各个环节进

行认真的分析和深入的思考。应该回到朴素，简便，易操作的活动组织上来，回到实实在在的效果之上。

第三，案例《成功始于目标》导入意图太明显

《有效主题班会八讲》中讲了主题的导入应该简捷，朴实，生动，启发性。案例《成功始于目标》中的导入就有点太简单，太直接了，形式僵化，呆板，更有说教的意味。案例中直接引入我们的目标，现在看来似乎朴实，但缺少生动与启发性。

如果通过引入几个学生常见的名人对自己的目标管理来引入班会课也许会更有效果，贴近学生，也很生动，更具有启发性。

第四，案例《成功始于目标》引用素材可以更好

《有效主题班会八讲》中第七讲告诉我们，搜集与积累大量素材，是教师开好主题班会首先必须具备的能力，积累大量素材也是教师开好主题班会不可逾越的准备阶段。而案例《成功始于目标》也是靠其中不错的素材而增色不少，但感觉有些素材还不是最好，还没有达到自己想要的标准，但当时脑子空空想不出有什么好素材可用，所以还是平时积累的太少，也没有积累素材的观念。

《有效主题班会八讲》中让我们注意的四个“一”原则很不错：带一个贴身的本子，建一个电子文本的文件夹，买一个数码相机，留下一个专门的安全集。其实这些也是我们8+1团队一贯的要求。

主题班会的有效性思考

■ 8+1 工作室 邬宗炯

班会课是学校教育学生的阵地，是与学生交流沟通的平台。班会课多课一得。对于德育教育，绝对不是一节课能解决的问题，我们在对一个德育活动的设计时，围绕一个主题，可以分成不同的侧重点设计成不同的班会课在一个阶段展开，也可以设计成逐渐提升的活动，逐渐开展，以便帮助学生形成长期教育的痕迹。教育需要重复的。对于学生来讲更应该不断的强化。

我以近期的3个班会为例，说明我在平时的班会处理上力争达到的一种效果。当然在3个班会中间，我穿插了无数个小的微型班会，重点在于塑造学生的学习习惯。

系列班会设计的前提是在从开学到其中考试，我越来越感觉到高一学生对于学习比较迷茫，学习喜欢很被动，班级不管是成绩比较优秀的学生还是中间层的学生都缺乏学习的动力，所以设计系列班会，主要是为了让学生树立学习的理想和养成良好的习惯。

第一个班会，理想为主题，在此之前通过多次

向班会铺垫，比如名牌大学介绍（南开、大连理工、北邮等），然后给学生上第一次班会课。

接下来两周连续上了两次有关习惯的班会课，其中最后一次借鉴了张杰霖老师在全年级的班会公开课。我非常看重本节课提升的终点思考，这能给学生心灵上的触及，所以把这节课在班级作为第三讲。同时辅以小活动进行。

第一次班会课后，学生制作学习目标卡，完成了一次有关理想的板报，第二次班会课后开展向不良习惯宣战的活动，班级内小组监督互相帮助改正不良习惯。第三次班会后，开展以良好的学习习惯向期末宣战的活动，在班级内以寝室为单位开展知识背诵活动，利用课余时间，北周背诵一定量的学习内容，由班委负责，我抽查，现在正在进行。

我觉得主题班会，就是要在一个阶段重复不间断的对学生进行系列教育，以达到一定的教育目的，所以，我觉得我们要把班会课按阶段设计。这样才能取得较好的效果。

想想我们身边的秦望老师，看见好的素材那是迫不及待的要收为已有，我缺少的就是这样的意识。

第五，案例《成功始于目标》没有对主题进行总结和提升

案例《成功始于目标》中没有对主题进行总结与提升，班会的效果便打了折扣。而《有效主题班会八讲》中介绍，班会实施的最后一个阶段是“总结和提升”。这个阶段是在班会结束时由老师和同学共同总结班会的体悟，进行主题的深化和提升。没有这个点睛之笔，主题就很难突出。适宜，恰到好处主题提升有助于学生获得关于班会主题清晰的印象。

而《成功始于目标》则忽视了这个重要的环节，最后是直接让学生制定自己的目标，然后没了下文。

可以说是没有点睛，失去了一次让学生思路更清晰的机会。好的主题总结可以更有启发性和触动性，把主题深入的提炼升华。

我们8+1团队的杨兵老师的班会总结，那都是令人拍案叫绝，一定会得到掌声雷动的。以后的主题总结提炼一定要认真做好。

读《有效主题班会》，反思自己发表过的案例《成功始于目标》，我觉得对班会课的实践任重道远，需要做的还有很多。班会的形式需要更大的提高，班会的导入需要更加生动，启发。要有对班会素材的积累意识。要对班会的各个环节引入研究的思想，要让自己的班会系列化，对已有的班会进行深入的打磨。

用事件营销的理念做班会

■ 8+1 工作室 魏俊起

一、什么是事件营销，都有哪些常用的手法

事件营销是指通过有计划地策划、组织、制造、利用具有新闻价值的活动，吸引媒体和社会公众的注意与兴趣，以达到提高品牌的社会知名度、塑造企业形象的目的，并最终促进产品或服务的销售的手段和方式。是近年来国内外十分流行的一种公关传播手段，是一种强力的市场推广方式。主要有借势和造势两种手法。

所谓借势，是指企业及时地抓住广受关注的社会新闻、事件以及人物的明星效应等，结合企业或产品在传播上欲达到之目的而展开的一系列相关活动。

王老吉在 2008 年借地震之势搞的营销被称为“史上最牛网络营销”。2008 年的 5.12 汶川地震给国人留下了很深的烙印，地震之后国人爆发出巨大的爱国热情。王老吉捐款一亿元，在汶川地震中表现出了大爱，让国货重新以醒目、高昂的姿态进入了国人视野，前所未有地拉近了国货与国人的心理距离。加多宝公司财务报表显示：2007 年王老吉凉茶业务的总利润也就一亿元，这次捐款等于是捐出王老吉去年全部利润，这才是让广大网友感动不已，并号召“封杀”王老吉的主要原因。值得一题的是，2008 年王老吉的销售额达到 120 亿。

爱心、公益在我们心中是高尚而纯洁的词语，而营销就多少有点忽悠意味。王老吉事件，仁者见仁，智者见智。分析王老吉成功的原由，离不开爱心和网络。如果一亿元不是花在公益上，而是作为营销费用花掉，或许我们只是多听了几遍“怕上火，喝王老吉”广告语而已。可是，当这一亿元用在抗震救灾之时，却在网友中产生震撼、感动，继而为王老吉充满了敬意，并口口相传，最终形成购买冲动和行为。

2014 年夏天，最喜人眼球的莫过于“巴西足球世界杯，借”“巴西足球世界杯”之势营销，钱宝网无疑是最成功的一个。它主要是通过以下四步搞营销：

1. 带薪看球，真金白银造话题

巴西世界杯 6.13 号开始，6 月 17 日，钱宝网总裁张小雷率先在微博上发起了“雷假条”活动，不仅帮球迷向公司老板请假，还为每个获得“雷假条”的球迷提供 300 元工资补贴。与其他的请假条不同，钱宝网“雷假条”不再是局限于公司内部，而是面向全国所有的球迷，并且还投入真金白银为球迷带去福利。

巴西世界杯又被认为是“史上最大时差世界杯”，而“看球请假难”问题却一直是中国球迷的隐痛。因此，带薪看球的“雷假条”一经推出，便获得了球迷的热捧。

2. 猜错也有奖，新意是关键

当所有的竞猜活动都是“猜对才有奖”时，钱宝网反其道而行之提出“猜错也有奖”——在官方网站上推出“寻找鱿鱼帝”活动。只要在钱宝网官网上玩竞猜并晒出结果，错的越多就越有可能获得雷假条。本届世界杯频爆冷门，猜错输球等着排队上天台的不在少数。钱宝网以具有诱惑力的“雷假条”为奖品，并凭借独树一帜、与众不同的活动创意再次赢得球迷的认可。

3. 巧借新热点，再引关注

“世界杯请假”是贯穿整个赛程的热点，然而钱宝网“雷假条”的热度却是有限的。尽管短时间内，它获得了很高的关注度，但是世界杯期间的热点层出不穷，很快便会被新的热点取代。所以，若想在长达 30 多天的世界杯期间获得持续性关注，品牌活动必须与新的热点嫁接，以再次回到网友的关注中心。6 月 26 日，美足协在网上上传了由美国队主帅克林斯曼签名的请假条，供美国球迷下载请假看球。然而，无论是活动形式还是活动内容，这份克林斯曼假条都与一个礼拜前发布的“雷假条”“撞脸”了。钱宝网迅速抓住时机，对这一“巧合”稍加助推，便让钱宝网“雷假条”再次成为网络热议话题。

4. 总裁与女球迷对赌，活动迎来高潮

每届世界杯，疯狂女球迷的出现总能引发热议，

如乳神、波霸都是红极一时的先例。

7月4日，在世界杯接近尾声之际，钱宝网总裁张小雷收到一位女性球迷的邀请，开始与她赌剩下的所有世界杯比赛。事实上，这位女球迷原是雷假条的受益者，但是觉得300元的带薪看球仍不过瘾，希望“玩点大的”：如果她赌赢了，张小雷需给她20万钱宝币（后追加至50万，价值5000元）；如果她输了，便在微博上晒出“果照”。如此疯狂的大手笔“赌注”，让“雷假条”再次获得大量关注，也将整个活动推向了一个高潮。

钱宝网借势社会热点“世界杯请假”，推出“雷假条”活动，并适时变换营销手段，让活动保持持续性的热度。“雷假条”不仅为钱宝网带去了大批流量，也提升了自身的品牌影响力，算得上是本届世界杯事件营销中的成功范例。

所谓造势，是指企业通过策划、组织和制造具有新闻价值的事件，吸引媒体、社会团体和消费者的兴趣与关注。

要说造势，首推张瑞敏的砸冰箱案例。1985年的一天，张瑞敏的一位朋友要买一台冰箱，结果挑了很多台都有毛病，最后勉强拉走一台。朋友走后，张瑞敏派人把库房里的400多台冰箱全部检查了一遍，发现共有76台存在各种各样的缺陷。张瑞敏把职工们叫到车间，问大家怎么办？多数人提出，也不影响使用，便宜点儿处理给职工算了。当时一台冰箱的价格800多元，相当于一名职工两年的收入。张瑞敏说：“我要是允许把这76台冰箱卖了，就等于允许你们明天再生产760台这样的冰箱。长久以来，我们有一个荒唐的观念，把产品分为合格品、二等品、三等品还有等外品，好东西卖给外国人，劣等品出口转内销自己用，难道我们天生就比外国人贱，只配用残次品？这种观念助长了我们的自卑、懒惰和不负责任，难怪人家看不起我们，从今往后，海尔的产品不再分等级了，有缺陷的产品就是废品，把这些废品都砸了，只有砸的心里流血，才能长点记性！”他宣布，这些冰箱要全部砸掉，谁干的谁来砸，并抡起大锤亲手砸了第一锤！很多职工砸冰箱时流下了眼泪。在接下来的一个多月里，张瑞敏发动和主持了一个又一个会议，讨论的主题非常集中：“如何从我做起，提高产品质量”，三年以后，海尔人捧回了我国冰箱行业的第一块国家质量金奖。

正是这一砸把海尔产品的可靠质量砸进了消费者的内心，也让海尔的服务理念“真诚到永远”深入人心。1999年9月28日，张瑞敏在上海《财富》论坛上说：“这把大锤对今天海尔走向世界，是立了大功的！”

习大大，我们的总书记是最好的造势高手，或者说他的团队、他的智囊团是最好的造势高手。2013年12月8号，习近平总书记一行中午12点20分左右到庆丰包子铺，大家一眼就看出来了。习总书记到了，他自己直接来排队，当时他前面有六七个人，排了有三四分钟。他排队时，百姓就过来找他握手，和他合影，习总书记很亲切地和大家拍照，也没有人拦着。他自己付了钱后，又自己去取的包子。2014年2月7号习近平在俄罗斯索契接受俄罗斯电视台专访，谈到自己的生活，他借用了春节联欢晚会上首都大家都熟悉的歌曲《时间都去哪儿了》，他说：“对我来说，问题在于我个人的时间都去哪儿了？当然是都被工作占去了。现在，我经常能做到的是读书，读书已成了我的一种生活方式。读书可以让人保持思想活力，让人得到智慧启发，让人滋养浩然之气。”2014年11月18号，习近平登雪龙号科考船，伸手扶彭丽媛跨台阶。这些举动，习大大的亲民、务实的形象深入人心。河南的一位网络歌手创作了一首《习大大爱着彭麻麻》立即红遍网络。习大大造势营销的是他的中国梦、亚太梦，营销的是他的执政理念，即“社会主义核心价值观”，要把我们的国家建成富强、民主、文明、和谐的国家，要把我们的社会建成自由、平等、公正、法制的社会，要培养爱国、敬业、诚信、友善的公民。

二、我所理解的班会课

我认为班会课是班主任为主导，利用一切手段、整合所有资源、班级学生共同参与的班级活动。在这里我没有强调对学生的教育，这和我以下的四个观点是相关的。

1. 无限相信学生。

美国2012年年度国家教师丽贝卡·米沃基这样说：“我有非常坚定的教育学生的热情，我对学生是没有底限的绝对相信的，我对于我自己每天做的事情是充满渴望的，我对我学生的未来也都充满希望，并且我有坚定的信念，相信我所教出来的学生有一天一定会改变这个国家和世界。我们现在所教

的每一个学生，他们未来都可能是这个国家，包括这个世界的领导者。我们所创造的每一代人都是未来的接班人。”

学生是未来的建设者和接班人，所以学生本身就是最大的教育资源，利用学生是教师最大的教育智慧。对学生放手很重要。如果我不懂，就充分相信，并放手让学生去干！

2. 有意思比有意义更重要。

有意思指的是让人感到惊喜或觉得有趣的内容。好比正好补捉到某一个有趣动作瞬间的图片、一则笑话。其影响力在于扩散的面积与被分享的广度上。而有意义则是指内容包含了主观或是客观的论点，可能是取自某文章的片段、观看完一本书的心得，甚至是对某一个服务体验后的想法。要有意义，也代表着必须要满足更多主观或客观的价值感，因此需要比较深度的沟通。

虽然两者同样都会扩散及被分享，但在资讯过量的时代，太深度的内容需要较长的时间与篇幅沟通，一般人难以迅速判断这则讯息提供何种意义？相反地，轻薄短少的微内容，总能让人迅速判读资讯，因此，只要能掌握有意思的元素，往往能让内容产生广大共鸣、创造被分享的价值。

我们做班会，是需要有些深度的东西，但在有深度的前提下，或者我们先不去想所谓的意义，先想一想我们的班会或活动怎样更有利于学生接受、让学生感觉有意思，也许学生更愿意接受我们的班会课，学生心理上接受了，包括在糖衣下的利于学生成长的“药”才能更容易进入学生的身体，对学生的成长才能发挥效力，并且学生在“服药”的过程中还能体味到快乐。

3. 教育的终极目的是让人幸福。

英国教育家赫伯特·斯宾塞在他的《教育论》中提出了“为完满生活做准备”的教育目的。他认为生活应当是教育价值的核心，教育的目的应当围绕“完满生活”展开。“完美生活”其实就是我们所说的幸福。也就是说不管将来我们的学生从事什么工作，他只要是幸福的，我们的教育就是成功的，反之，不管他的事业是如何的辉煌，只要他的生活不是幸福的，那我们的教育对于他来说就是失败的。

我所理解的班会是班主任为主导，利用一切手段、整合所有资源、班级学生共同参与的班级活动。

利用手段、整合资源是为了我们的班会更有意思、更容易为学生所接受；班级学生共同参与是强调学生的参与感，学生在参与的过程中体验、思考、总结、交流、提升会得到教师预设之外的更多的东西。所有的一切都是为了学生不断提高幸福的能力。

三、为什么要用事件营销的思想来做班会课

现在班会存在的问题主要是：

1. 班主任思想认识上不够重视，由于班主任普遍教学任务重，许多班主任都认为只要平时课余时间将班级问题处理了就可以了，没有必要召开班会，即使有时召开也主要为临时性班会和例行班会，很少召开主题班会，并且在很多时候班会课成了下达任务作出要求的会议，班主任板着脸孔说教，十分枯燥；有时班会课开成了对违纪学生的公开批评会；而有时则干脆把班会课当成了学科课堂。

2. 内容上：（1）缺乏计划性和科学性，即主题班会的偶然性和随意性较大，缺乏宏观上的把握，因而教育的系统性和全面性不足。（2）针对性不足，目前，许多主题班会尽管形式上热热闹闹，但活动实效却总是平平，其重要的原因就在于班会的选题大、空、旧，针对性不强，泛泛而谈，眉毛胡子一把抓。（3）准备不充分，一次成功的主题班会离不开大量充分的准备，而实际上，由于平时计划不周，准备不足，大部分的班会往往是仓促上马，草草了事。

3. 形式上：（1）趣味性不够，现在有些班会，往往单调呆板、千篇一律或者一味灌输、说教式，容易让学生厌烦。（2）角色错位，班会是学生自我教育的一条途径。但有时，有意无意中，在召开主题班会时班主任越俎代庖，一手包办，既充当“导演”又充当“主角”。为这样准备快，课堂不会乱，容易掌控，易于达到预期效果。（3）参与面不广，有些主题班会成了“群英会”，几个能歌善舞、能说会唱的活跃分子“独霸舞台”，他们的“多才多艺”得到了淋漓尽致地展示，而大多数学生则坐在教室的四周，成为“陪客”，只能拍拍手而已。（4）作秀成分较重，有些主题班会特别是班会比赛中，我们可以发现有的老师为了让主题班会更加成功，在彩排方面花费了很多时间，你会发现主题班会过程中无论是学生的表演，还是学生发言也好、或者

是在这个过程当中表达自己感觉也好，一点错误都没有，可以说是天衣无缝。但是恰恰是这些表演成份过多的班会，伤害了班会的真实性，因为在这个过程中，如果过多的表演成份参加到主题班会里面来，不仅仅是伤害了班会这种形式，更重要的是对学生这种感觉也是一种伤害，本来是一种很严肃的、让人感到很有感触的一个话题，一遍一遍的表演，大家就会对它产生另外一种情感体验，甚至会抵触这样一个过程。班会变成了表演，同学们在班会上的发言，不是他真实思想的表达，而是老师意志一厢情愿的体现。这样的班会，不管形式上有多少花样，也不可能出现思想上的碰撞、激荡和交锋，只有空洞、苍白、枯燥的说教。

4. 效果上缺乏延伸、落实和巩固，有些主题班会开得非常成功，但效果并不是很显著，原因在于缺乏延伸、落实和巩固。

而“事件营销”强调计划、强调策略、强调吸引、强调效果，这些恰恰可以针对性的解决目前班会中出现的问题。

四、怎样用事件营销的思想来做班会

我们用“事件营销”的思想来做班会也可以用“借势”和“造势”两种手法。我们班会中可借之势大概包括以下几种：班级突发事件、四季美景、新闻热点、校内大事、重大节日等等。下面就以借突发事件之势和借四季美景之势说说班会中是如何借势的。

《我十六岁了》就是借班级突发事件开的一次班会。在一次

的随笔当中，我了解到这样的一件事：班里有一位同学要过十六岁的生日了。这位同学对将要到来的十六岁非常期待，非常兴奋。过生日的前一天在晚自习之后回寝室，借来同学的表开始为自己将要到来的十六岁的生日倒计时，并对寝室里的其他的同学说“十二点整的时候请大家祝福我的十六岁的生日”。寝室其余的同学都以为他开开玩笑就算了，谁知这位同学在十二点整的时候从自己的床铺上爬起来，就是一个一个把其余的同学叫醒，并大呼“我十六岁了！我十六岁了！”

晚上不但自己不睡觉，而且还打扰寝室其他同学的休息，这是严重的违纪行为。看到这件事情后，自己相当的生气，真想立即把那位学生叫来，并狠狠的批评一顿，然后送德育处依法惩处。自己冷静下来后，在生气之余又被学生对成长的喜悦之情深深的感动。同时，想到班级内有些同学为自己过生日，不也是庆祝自己的成长吗？那么何不借这件事情和班级同学一起过一次十六岁的生日。

我就开始悄悄的策划“我十六岁了”这样一场主题班会。首先，我想到，这件事是一个很好的案例，它可以做为班会的引子，我让这个寝室的同学把这件事情改成了一个小品，班会课上直接演出，能够让学生直观的感觉到事情的整个过程，并且夸张的语言、动作能够迅速调动学生自己对于成长的喜悦。班会的主体是学生，怎样让学生表达出对成长的期待和喜悦呢，我想到了诗。只有诗的语言才足以表达这个年龄的美。于是我让学生在随笔上写写给自己十六岁的诗。班会课的时候挑选一些比较优美的，配上优美的背景图案和动听的背景音乐由作者读给大家听。让学生感觉成长是美的。

原云飞同学这样写到：

今天，我 16 岁了

期盼着，梦想着。

花儿绽放的那一天，那一时，那一分，那一秒，

我努力汲取雨露的湿润。

阳光的温暖，

日复一日，年复一年。

终于有一天，

当阳光洒进小树林，

当微风抚过灌木丛，

一朵鲜嫩的花苏醒！绽放！

今天，我十六岁了。

今天，我不再是那个玩沙土的孩童，

今天，我要向整个世界，整个宇宙，

大声地呐喊——

我十六岁了！

我要告诉花儿我地美丽，
我要告诉大树我的活力，
我要告诉雄鹰我地自信，
我要告诉小鱼我地快乐。
我要告诉高三、大海、蓝天、草原，以及一切地一切，
告诉他们——
我十六岁了！

十六岁，花一般的季节，梦一般的绚烂，
我自信，我快乐，因为，今天，我十六岁。
十六岁，异想天开，幻想成真的年纪。
每个人都有一个梦，花一般的梦，
每个人都有一双翅膀，飞向梦的天堂！

今天，我十六岁了！
愿每个人都拥有梦一般的花，拥有花一般的梦！
愿十六岁的你在尘世获得幸福，找到快乐！
我只愿，
做好自己，春暖花开！

学生的生日里最应该感谢人是父母，可喜的是
学生在写给自己的诗中提到了，有一位学生没有写
给自己，而是写给了父母，很令人感动。

其实我真的很懂你——写给父母

文 / 王新颖

回首过去，
十五个春秋，
十五年的风风雨雨，
是您陪我度过，
是您给我勇气，
是您教会我做人的道理。

慢慢的我长大了，
有了思想，有了主意。
但在您的眼里，
我永远是个孩子，

永远是个乖乖女。

在时间的长河里，
有坎坷，有荆棘。
但更多的是美好的回忆，
那些属于我们的。
美好回忆，
我将永远珍藏。

您常常说：“女儿长得这么快！”
一眨眼，
从一条小红虫，
长成大姑娘了。
我想告诉您——
放心，女儿已经学会自立，
照顾自己。

虽然羽毛尚未丰满，
但搏击蓝天的雄心早已就绪；
虽然思想尚未成熟，
但可以分辨得清黑白好坏。

努力总会有收获！
它已刻在我的脑海里，Forever。
放心，您的爱会使我的人生之船，
鼓足风帆，
驶向成功的彼岸。

我不会傻用功，
我会劳逸结合。
把握自己，
我不会成为书呆子，
我还是您健康、活泼的女儿。

其实，我真的很懂你。
如果有来生，
我们还是一家人，
相亲相爱的一家人。

是从上午就开始下了，雪花逐渐的加大，不长时间雪就在地上积了厚厚的一层。每一个课间学生都从教室里跑出来兴奋地打雪仗、滚雪球，上课铃响才恋恋不舍的回到教室。虽然他们搞的浑身上下湿漉漉的，但脸上兴奋的表情显示出他们很高兴。为何不让学生亲身感受一下呢，有多少文字的描述、语言的讲解能够抵上雪落在手心那冰凉的体验呢？

为了能让学生玩的高兴、玩的尽兴，在午休的时候我在校园之中逛了一圈，目的是找一个给学生玩的安全场地。白雪覆盖下的校园真是漂亮，艺术楼后墙上学生用雪花的兔子栩栩如生。运动区由于去的人少，雪积的比较厚，田径场内只有一行脚印。

下午的第一节是物理，我和班会换了一下。预备铃刚过，我来到教室，平时这个时候还在桌子上趴着的学生都已经出来，他们在打雪仗。我宣布这节课我们出去打雪仗，学生欢呼雀跃，直呼“魏哥英明”。为了本节课我们玩的开心，玩的顺心我们做如下安排：首先，到东篮球场打雪仗，然后堆雪人，最后我们到田径场做一次“行为艺术”，我们全体同学用身体组成我们共同的名字“十二”。

雪真的很给力，我们在玩的过程中，雪一直下。打雪仗的过程自不必说，学生肯定玩的尽兴。十几分钟之后，学生玩的有点累了，我们开始堆雪人。由于没有工具，我先让学生滚雪球，再把雪球堆在一起组成雪人的大肚子，这有男生负责。女生负责脑袋，这需要一个比较大、比较圆的雪球，需要女生们合作才能完成。一切就绪后，感觉雪人还缺点什么，于是李敏将他的围巾给雪人系上，我的眼睛也带在了雪人的头上，学生有找来片树叶作为鼻子，慢慢的雪人具有了灵气。围绕着雪人全体合影。接着转战下一个阵地——田径场。我们沿着那仅有一行脚印深入到主席台下的草坪上，先有十余位男生在体委的带领下用脚在雪地上踩出大大的“十二”两个数字，然后所有学生踩着前面学生的足迹，站在这两个字上。我上了主席台，举起相机，有全班同学共同创造的行为艺术由此定格。学生在发自内心喊出的班级口号任何时候听来都能感觉到那股发自内心的快乐。

2014年的神曲《小苹果》中这样唱到：春天和你漫步在盛开的花丛间 / 夏天夜晚陪你一起看 星星眨眼 / 秋天黄昏与你徜徉在 金色麦田 / 冬天雪花飞舞

有你 更加温暖 / 你是我的小呀小苹果儿 / 怎么爱你都不嫌 / 红红的小脸儿温暖我的心窝 / 点亮我生命的火 火火火火火 / 你是我的小呀小苹果儿 / 就像天边最美的 云朵 / 春天又来到了 花开满山坡 / 种下希望就会收获。

我们一起和学生体验四季的轮回，体验生命的成长，体验四季的美好，学生就是我们的小苹果，我们把这些美景总在学生的心田，相信学生会成为一个热爱生活的人。

班主任要营造好的班风、要表彰班级优秀学生、要建立班级文化、要策划一些活动等等要达到最好的目的绝对需要班主任处心积虑的造势营销。

对优秀学生的表彰需要大张旗鼓的进行，因为阳光多一些，阴暗就会少一些。对优秀学生的表彰越正式，对班级班风的影响越大。我就仿造“感动中国”的形式进行了“感动二十九班十大人物的颁奖盛典”。颁奖之前成立了评选委员会，从班级同学写出的感动班级人物中挑选十个最具代表性的，并写出推荐词和颁奖词。我们还提前给当选的同学照了照片，做了幻灯片，购买了鲜花和奖杯，还找了班级的两位形象气质俱佳的两位同学作为形象大使给获奖的同学送上鲜花和奖杯。颁奖的现场放在了学校一年一度的德育公开课展示会上，学校领导和全校的班主任和二十九班的学生齐聚一堂来共同见证那个伟大的时刻。

班级的两位主持人上场了！

女：敬爱的老师、亲爱的同学们，让我们一起走进感动二十九班十大人物颁奖盛典。

男：在新的一年里将要到来的时候，我们聚在一起收获 29 班自组建以来留给我们的感动。我想这一时刻，大家都期待已久了，我们都期待分享这一笔财富，这是一笔精神的财富，它可以使我们感到温暖，它使我们心灵向善。

女：其实，在新的一年里到来的时候，我们用感动这两个字来迎接新年是再好不过的事情了，她不仅时我们感到一股有一股温暖的，更总要的是让我们感觉到了一股力量，一股继续向前走的力量。

男：让我们先来认识他。性别：男，言语：少，其貌不扬。每天东方尚未鱼白，教室的第一盏电灯因他开始低头执笔而亮起来；每天饭前饭后林荫道上的时间因他低头行走的脚步而显得格外匆匆。他

鲜有说笑，哪怕是课间小憩，抑或是睡前嘈嘈，能与他为伴的除了他自己的影子，就只有那浅浅的脚印了。无论是大考、小考、月考、周考他从没输给过第二名。

他就是王岩峰，有请王岩峰。

（现场采访）

主持人：王岩峰，唉。你知道吗？咱们班有些同学都说你很“恐怖”耶，（恐怖加引号哟），每天进班，每天进班，最早的总是你，你怎么都不玩艾。我们都很奇怪，你怎么那么努力。我想问啊，究竟是什么让你N年如一日的坚持着努力学习。

王：我相信一个人只要坚持，坚持做同一件事情，一定能成功。我的父母掏钱让我在这里求学，我觉得学习就是我的责任，我一定要努力学习回报他们。

主持人：我们都想知道你的爱好是什么？

王：我十分想打乒乓球。

（主持人读颁奖词，形象大使将奖杯与鲜花送上）

颁奖词：他的努力，成就着自己，也感动着别人。他用自己的行动证实着解释着“坚持”二字的含义。

她，一个外地的女孩求学他乡，用一腔热血和激情点燃理想之火；她有着极其端正的学习态度和极为认真的学习习惯；她爱父母，一首小诗道出千载情长；她爱亲人，爷爷生病，她因求学他乡而无能为力，痛苦不已；她爱朋友，用心体贴，用情感动着每一个人；她爱老师，用最真诚的眼神与老师交流着点点滴滴。

她就是王新颖。

（王新颖上场，现场采访）

主持人：我们现在回家大都会和父母发生或大或小的矛盾，有时候会感觉父母很唠叨，而你却对父母对家人一片深情，你是怎怎么做到的，难道你的妈妈都没有唠叨过你吗？（笑）

王：首先这要归功于我的父母，因为他们都是比较开明的人，对我要求并不是太严格。我的行为大部分是受他们的影响。他们对我的爷爷、奶奶、姥姥、姥爷都很好。有一句广告词不是这样说的吗，父母是孩子最好的老师。我觉得非常有道理的。

第二，处理好与父母的关系，这是非常必要的一件事，父母总是爱自己孩子的，只是他们爱的方式不同。我们要善于理解父母的爱，父母有时候是

可以掩盖自己的爱，好像这样会娇惯孩子。而孩子又像父母的冤家，他们故意找气哦，然后躲在角落看父母的反应，却总是热泪盈眶，最后再向他们道歉。我觉得：既然父母是我们最亲最爱的人，为什么要让他们伤心难过呢？孝顺父母，爱父母是我们的一份责任。（掌声）

（主持人读颁奖词，形象大使将奖杯与鲜花送上）

颁奖词：求学在外，时刻挂念家乡；温文尔雅，灵动闪耀着光辉；时刻奔跑，留给人的多是背影；对待亲人，那片热忱和挚爱，无不打动着你、我。她是孝之行者。

他沉着、憨厚、稳重而又不乏智慧，他热爱集体，任劳任怨。对于同学的问题，他总是耐心的讲解。他是校学生会卫生部成员，对待工作一丝不苟。虽每天工作在身，却能在学习中勇夺前茅。他一脸的博士相，一身的博士风度、一味的博士气质，被同学们笑称为“小博士”，“环保小博士”“热心小博士”“学习小博士”。他的脸上永远都挂着最和善的微笑。他让身边的每一个人都轻松并快乐着，他永远都在无声的为29班服务着，他的人格魅力让每个人都啧啧称赞。

他就是王腾飞，有请。（王腾飞上场）

（现场采访）

主持人：王腾飞，咱们都看过动画片“倒霉熊”，大家都说你像倒霉熊，像吗？

王腾飞：憨厚的笑，没回答。

主持人：岂止是像，简直超像。

主持人：我们都知道你是校卫生部的成员，每天早上吃完早饭都会去检查卫生，已经耽误了你很多的时间，同学们问你问题时依然会耽误你很多时间，但你仍然耐心为同学们解答，为什么？你是怎样处理好工作和学习的关系的。

王腾飞：记得我上高中的时候，我父亲告诉我：“如果你想好好的走过高中三年，你就必须和同学搞好关系。”在学生会的这段日子里，我感受到了人与人之间除了需要爱，还需要责任，靠你我共同承担的责任。我父亲还告诉我：“如过你想学习好，你就必须和同学讨论问题，学习同学的长处，千金难买三人行，帮助别人的同时也能提升自己。”

（主持人读颁奖词，形象大使将奖杯与鲜花送

上)

颁奖词：他的存在总使我们感到温暖，学习能忘我，生活能助人。恬然一笑，笑出昂然。为班级做贡献，他毫无怨言。一举一动谱写一曲顶天立地的正义歌，奏出气冲霄汉荡气回肠的忠魂曲！堪称“人民公仆”。

每天的课间操的操场上，总有她的身影。她似一团火，用她的热情感染着大家。她似一面旗帜，引领着大家前进。“一二一”是她每天唱给咱班不变的乐曲。为了班级，她尽心尽力，为了班级她喊破嗓子。她就是，我们的体育部女部长。谢越！

有请谢越。（谢越上场）

（现场采访）

主持人：在这样一个职位上，的确是又苦又累，是什么促使你坚持做下去呢？

谢越：我认为想干好一件事，除了要有决心和毅力之外，再有就是对他的爱！我爱29班，我爱这个集体，所以我愿意为她服务。

主持人：我知道在你的每个笔记本上都有你的妈妈写给你的一些话，有此看来你的妈妈对你希望很大，假如你的妈妈在场，你想对她说些什么？

谢越：我记得，妈妈曾对我说过这样一句话，一句鼓励的话：“我相信你一定能成为最棒的！”而我并没有回应她。（已经泪流满面）在这里我想对她说：“您的女儿一定会成为最棒的！”

（主持人读颁奖词，形象大使将奖杯与鲜花送上）

颁奖词：谁说女子不如男，我看女子也顶半边天。在体育委员这个男生独霸的职位上，你是一道别样的风景，你是一朵最美的花。

他是前任的卫生委员，他是现任的一部主席。他兢兢业业，任劳任怨。也许你不觉得他有什么伟大，正像一位同学在随笔中写的一样，“本来不觉得他有多么伟大，自从任了卫生委员这个职位，才知道他的苦处，明白了他的付出”。有请一部主席——李信封。

李信封上场

（现场采访）

主持人：你看你，八尺男儿、一表人才、玉树临风、风流倜傥、回眸一笑、迷倒众生。

李信封：笑

主持人：本来做卫生委员都已经很累了，现在当主席又是一个出力不讨好的活，你为什么还要这样做。

李信封：首先，刚来学校的时候，我去竞选卫生委员，是源于老班的一句话：“别人当班委不是你自己当班委”，所以我上去了，并当选了。刚开始工作时，不是很好。但经过时间的推移，我学到了很多，终于在这方面做的较好之后，我去竞选主席，有两个原因：第一，我自信，我相信自己能胜任；第二，也是最主要的原因，是我对二十九班的爱，经过三个月与同学和老师们的共同生活，我深深的被大家感动，是大家是大家使我产生了对班级的爱。我相信这爱会给我力量，带领29班永创辉煌。

（主持人读颁奖词，形象大使将奖杯与鲜花送上）

颁奖词：八尺男儿，满腔热血，将满杯的热情给与班级，有着一份“山崩面前而面不改色，敌压于境而安稳如泰”的从容。一身浩然正气，屹立于天地之间，可谓人间英雄。

一副眼镜下，是勤恳的双眼。劳逸结合是本色，勤奋努力是原态，不厌其烦是兴趣，与人为乐是忠魂。课间走廊上有他踢键的身影，课外有他打球的风姿，课堂上有他聪明认真的身影，座位旁有他字字顿顿的讲解，寝室里有他助人为乐的大方，旁边一片欢喜与他，皆曰：“好！”，他就是牛奔是也，有请牛奔。

（牛奔上场。现场采访）

主持人：大家都知道你的口头禅是“娘诶（语气词，济源方言），这道题我会。的确有趣呀。

牛奔：露出牛奔式经典笑容。

主持人：有人说，你生活像水牛，带着别人，背着别人；学习像黄牛，踏踏实实，一步一个脚印。是一个牛样的生活，那么以后你打算以后怎样做下去？

牛奔：对于同学，我一般都是能帮就帮，毕竟大家要在一起生活好长时间，处理好同学的关系是必要的，那将会对自己以后的学校生活带来很大的方便。因此对于同学的困难，能帮就帮。

主持人：在你的牛样的生活中，有没有什么经验与同学们分享一下。

牛奔：对于别人对自己做的不好的事，不要大



在意。要时刻记住一句名言：“自己走自己的路，让别人说去吧。”

主持人：牛奔真是牛！愿在以后的日子里，牛奔能做到——牛牛向前奔。

（主持人读颁奖词，形象大使将奖杯与鲜花送上。）

颁奖词：帮助他人，从来不说“烦”，学习努力，像一头勤奋的牛，奔向成功，奔向人生的辉煌。

同时获得此项殊荣的还有：

以爽朗的笑声而闻名于二十九班的康颖，用满腔的热情与执著演绎着中国版的哈利波特的吉河河，永远的第一列第四名，我们甜甜的歌者——张盈盈。有请三位。

（形象大使送上奖杯与鲜花）

我们还把这份最高的荣誉送给我们的集体，29班。

29这个数字，对于别人也许只是一个数字，但是对于我们就像骨和肉一样不可分离，它承载着我们一段青春的记忆、承载着我们太多的汗水与泪水、也承载着我们太多太多的欢乐。

还记得刚进高中大门时的我们吗？满腔热情，英气逼人。还记得那个雨后的午后吗？我们本来以为可以不参加军训了，但雨却在刚要开始军训时停了。还记得我们敬爱的郭教官吗？他就在距我们不

远的地方时时的关注着我们。还记得运动会上，我们得到集体二等奖时的那份喜悦吗？还记得，辩论会上我们唇枪舌战的交锋吗？所有的这些事情都伴随着一个名字，那就是二十九班。

说到此，我们都会想起一个人，他就是我们最最亲爱的老班。有请我们的老班。

尽管我们已取得了一些荣誉，如十月份综合考评先进班集体、十一月份综合考评先进班集体、期中考试优秀班集体、校运动会团体二等奖、教学秩序先进班等。但与我们的目标还有差距，我们的目标是什么，打造济源乃至全国优秀班集体。

最后，感动二十九班评委会还向一直为我们的成长付出努力的所有的老师致敬，在这里我们代表二十九班所有同学向你们道一声：“老师，您辛苦了。”（鞠躬）

老师们，同学们，感动二十九班颁奖盛典到此就结束了。但生活中的这些感动的事迹还常留在我们心中，愿我们时常能被感动，也愿我们能时常感动别人。

这次班会课成功，能给学生留下很深的印象就是因为班会前期和班会之中的造势。由于势造的比较好了，班会中浓浓的亲情、努力的豪情、纯真的友情、对集体的感情才能迸发的那么热烈。

五、用事件营销的思想来做班会收获的幸福

用事件营销的思想来做班会，改变了班会一直以来的内容陈旧、形式单一、主题随意、效率低下的毛病，使班会更具时代感、更加多样化、提高了系统性和针对性。使班会课变成了学生最想上的课，在上课的过程中迸发的情让课堂更加温暖，在课堂中散发的快乐感染着每一位参与者，也让高中的生活在三点一线枯燥学习的黑白背景下多了一抹亮色。2013年的毕业生在过2014新年的时候给我传了一个视频，是用“爸爸去哪儿”曲调改变成“老师我们去哪儿了”来汇报每一位同学的去向。学生给每位老师画的漫画大头像真的很像，那一笔一画的笔画中代表着浓浓的思念。

愿每一位班主任都能成为一名资深的营销大师，熟练的应用各种营销手段把人生的真善美深入学生的内心。让难忘的班会课成为学生美好时代的回忆，让精彩的班会课成就学生幸福生活的起点。

以尊严的方式承受苦难

(考试动员活动)

■ 8+1 工作室 秦望

【设计背景】

我下午课间进班准备给学生讲历史周测试卷，习惯性地看了一眼值日班长写的每日寄语：“你配不上你的野心，也辜负了自己的苦难。”很明显寄语人想激励同学努力奋斗，为梦想而战。高三学生拼搏高考过程中需要持续激励，我脑子一转，何不借这句话作一番思想动员。

昨晚自习学生做试卷时有一道题有疑义，小红来问我时我正累的头晕，态度很不好，小红很受伤，晚上给我发了个短信：“对不起（即使你不在乎没有在意）明天我便又是全新的。”回到办公室坐下来核实是我没注意看题把问题弄错了，我正想以怎样合适的方式向学生表达歉意呢？机会来了！

【班会准备】

我悄悄对值日班长说：你看这么改一下是不是更好：“如果你配不上你的野心，就辜负了自己苦难。”值日班长听完认可的一笑，就去改了每日寄语。

【教育目的】

1. 激励学生为联考高考拼搏奋斗。
2. 给学生做沟通和人际关系处理的示范。

【教育过程】

一、班会导入

小红，你在专注的看什么？（小红好奇心强，我观察她在看改动的寄语）小红点点头没吭声，可能还在生我的气，但我这么一句话把同学们从做题状态中拉了出来抬头往前看。

二、借题发挥

师：大家在黑板左侧看到了什么？

生：有学生说，值日班长修改了寄语。

师：这是我建议班长改的，原来的寄语是什么？

生：你配不上你的野心，也辜负了自己苦难。（因为是早上写的，很多同学都看到了。）

师：看到这句话时你什么印象，改后又有什么感觉，不妨读一下。

生：齐声品读了一下，老师，先前的一句多少有一些“指责”的味道，其实，我们班同学还要蛮拼的。这么一改听起来挺顺的，有提醒的意思。

师：这句话还可以怎样改？

生：一位同学站起来说：“如果你能配上你的野心，就不会辜负了自己苦难。”

师：这样改就有自我鞭策的意思了，非常好。

请大家一起读一遍。

生齐读：如果你能配上你的野心，就不会辜负了自己苦难。

师：很好！这里，我要向值日班长学习，她非常虚心，当我向她提出修改建议时她很快就接受并修改了，我要向她学习，昨天小红找我问题我就没有耐心，让小红很受伤，我向小红表示我的歉意。

师总结：“你配不上你的野心，也辜负了自己的苦难。”也是一种善意的提醒，我们班的确有同学已经蛮拼的了，他们是配得上高三学生想上名牌大学在更高的平台上施展自己才华的“野心”的，我们高中生活的确很苦，我们要以尊严的方式承受苦难，我们要以集体拼搏的姿态承受苦难，我们更要以快快乐乐的心情承受苦难。还有三天就联考了，五个多月就高考了，我希望越来越多的同学加入学霸的队伍中来，相信大家不会辜负了自己苦难！

生：有人鼓掌！有人用眼睛看着老师表示赞同。

【班会感悟】

苏霍姆林斯基在《谈语言的教育作用》中写道：“教师口中的语言是一个强有力的工具，就像演奏家手中的乐器，画家手中的颜料，雕刻家手中的刻

学习指数函数时，让学生了解指数的几何级变化的同时，给学生上了一节“成功就是多努力一点点”的微班会。

展示算式：

$$1.01^{365} = 37.8$$

$$0.99^{365} = 0.03$$

解读：“每天进步一点点，屌丝一年变富帅；每天退步一点点，富美一年变矮矮。”

（学生大笑）

365次方代表一年，1代表每一天的努力，1.01表示每天多做0.1，0.99代表每天少做0.1，365天后，一个增长到了37.8，一个减少到0.03！

如果再多努力一点点，大家看算式：

$$1.02^{365} = 1377.4$$

$$0.98^{365} = 0.0006$$

这说明：只比你努力一点的人，其实已经甩你很远。

同学们看到这样的公式，除了感受数学公式之美，也明白了努力与不努力的差距，惊奇不已。

我又让学生算一些相对简单的算式。

将1.1自乘十次之后，答案会变多少呢？答案是“2.85”。假如每天进步一点点，日积月累，积极、不断地进步，再进步，那么“乘以10次”之后，答案就变2.85。

那么，0.9自乘10次以后，答案会变多少呢？答案是0.31，学生对这个答案更吃惊！如果每天懒

散一点，懈怠一点，没有目标，无所事事，你就会不断的退步。这就是积极与懈怠截然不同的命运！

“ $1.013 \times 0.992 < 1.01$ ”，1.013就像是三天打鱼，0.992相当于两天晒网，两者的累积是1.0098，小于1.01。如果你努力三天，然后再懈怠两天，得到的结果是1.0098，这说明，“三天打鱼、两天晒网”的结果就是进进退退，无法取得持续的进步。连成语都用上了，学生更加印象深刻。

给学生讲准备好的小故事：三只小钟的启示。

一只新组装好的小钟放在了两只旧钟当中。两只旧钟滴答、滴答一分一秒地走着。其中一只旧钟对小钟说：“来吧，你也该工作了，可是我有点担心，你走完三千二百万次以后，恐怕便吃不消了。”

“天哪！三千二百万次。”小钟吃惊不已，“要我做这么大的事？办不到，办不到。”

另一只旧钟说：“别听他胡说八道，不用害怕，你只要每秒滴答一声摆动一下就行了。”

“天下哪有这样简单的事情。”小钟将信将疑，“如果这样，我就试试吧。”小钟很轻松地每秒滴答一声摆动一下，不知不觉中，一年过去了，它摆了三千二百万次。

是呀，很多事情看起来很复杂，但是只要你肯努力，肯于从一点一滴的琐碎小事做起，就会完成许多了不起的大事情？人的一生都是由小钟的滴答声组成的，分分秒秒都是你的生命节拍。有人习惯于浪费生命，让属于自己的宝贵时间滴答滴答地流失，有人却格外珍惜生命的分分秒秒，因此有人创造了奇迹，有人空走了一回。

在我们学习中，0.01到底是什么呢？它是我们到教室的时间再提前一分钟，遇到问题时再多一次的尝试，是解题时的过程再规一些，是遇到困难时再多一分的坚持，每天多努力一点点，积少成多，就会带来巨大的飞跃；每天退步一点点，习以为常，就会与人相差甚远。所以，学习成功并不是很复杂的事情，只需要我们每天多做“0.01”。

刀和大理石一样。没有乐器就没有音乐，没有颜料和画笔就没有绘画，没有大理石和刻刀就没有雕塑，同样，没有活生生的、深入人心的动人语言就没有学校，没有教育。语言就仿佛是一座桥梁，教育科学就是通过这座桥梁变成教师的教学艺术和教学能力的。”修炼自己的声音，让它美妙动听；修炼自己的语言，让它妙趣横生。只有这样，班主任才能在每一个教育机会面前，通过语言的力量直抵学生心灵。

幸运手环

■ 8+1 工作室 王红卫

【设计背景】

2014年即将结束，2015年新年快要到了，回首往事感觉孩子们都挺努力，班级也收获了不少荣誉。作为班主任我心怀感恩之心，想给孩子们送个小礼物。一是想表达谢意；二是期末联考临近，想鼓舞一下士气。

【班会准备】

秘密召开班委会，决定网上定制“幸运手环”。内容：三个均匀分布的英文单词“present”。

【教育目的】

新年祝福，激发斗志。

【教育过程】

一、班会导入

师：黑板上我写了一个大大的英语单词：present。

生：纳闷的抬头看着，不知我要干什么。

二、师生互动

师：请同学们帮我翻译一下这个英语单词吧。

生：礼物。

师：对，还有没？

生：现在。

师：很好，还有没？

生：瞄准。

师：我百度了一下，present主要有以下几种含义：vt. 提出；介绍；呈现；赠送，vi. 举枪瞄准，adj. 现在的；出席的，n. 现在；礼物；瞄准。

生：有的开始查词典，有的认真的看着，沉思者。

三、赠送手环

师：我们一同携手走过了匆匆那2014年，大家刻苦勤奋，团结拼搏，与你们在一起，老师汲取了极大的正能量。新年就要到了，送小伙伴们件小礼物。

生：班委逐人分发手环（网上定制）。学生们脸上洋溢着新奇的表情。

师：小组讨论一下，三个present连在一起是什么含义？

生：礼物，现在，瞄准。

师：团支书说说。

生：感谢老班的礼物，珍惜现在，瞄准高考。

师：鼓掌，很好。珍惜现在，瞄准高考，为人生献礼！把握当下，从备战联考开始。

【班会感悟】

教师为学生赠送小礼物，能很好的凝聚人心。师生共同营造育人气氛，润物细无声，达到了很好的教育效果。

男生眼中的女汉子

■ 8+1 工作室 秦望

【设计背景】

年级举行迎元旦长跑比赛，我班男生少女生多，男生大都缺少阳刚之气，有的女生娇气不想参与。长跑运动结束后，我班女生取得了不俗的成绩，最好的跑到第八名。

【班会准备】

东北师大贴吧里现神贴，有人画了一张卡通“男子汉心中的女汉子”，我把图片找出来用投影打出来给学生看。

【教育目的】

通过男女生互说心中的异性形象来加强男生身份认同，激发女生竞争意识。

【教育过程】

一、班会导入：

请大家看这张图片，这是东北师大贴吧里现的神贴，此贴为一张照片，图片中有一个卡通女生，同时标注出，男生眼中的女汉子需要哪些“绝技”。绝技一：外表干净利落不化浓妆；绝技二：思维活跃神经大条；绝技三：皮肤健康；绝技四：总是开怀大笑；绝技五：胸怀宽阔不记仇；绝技六：勇敢、喜欢户外运动；绝技七：可以自己换灯泡、修自行车。

此贴一出，有人跟贴：“想要这样的女子，好喜欢的。”

二、男生眼中的女生

师：请我们班男生说一说他们心目中理想的女生形象。

男生 1：我还是喜欢温柔一点儿的女生。

女：你就够温柔了（众生大笑，还有人小声说，他还有点儿娘娘腔）。

师：温柔的确是女生的一个美好形象，但阳光健康胸怀开阔而又不乏温柔的女生就是“女神”了。每个人的家庭出身，生活经历会有很大不同，有的气质可能是天然的，但也是可以通过修炼有所改善的，我们一定要尊重每个人身上固有的特点，你期望我们的同学是什么样子他就会变成什么样子？

三、女生眼中的理想男生

师：请我们班的大半边天——女生说说心目中理想的男生形象。

女：秦老师这样！（爆笑）

师：我哪儿获得了我们班女生的点赞？

女：稳重，幽默，爱读书，视野开阔。

师：我的缺点呢？

女：有时也跟我们发脾气。

师：我会保持我的优点，克服缺点，做一个你们心目中的好男生。（学生大笑）

女：我心目中的理想男生干净利落、积极阳光、会打篮球。

师：看来我是不符合要求了，不会打篮球，男生一定要注意了，就是不会篮球也得能跑，让女生感觉到你的健壮（我抬起右臂做用力状，学生大笑）。

女：我心目中的理想男生个子在一米七以上，有担当，幽默机智。

师：看来我又有一点不符合，我的幽默是练习出来的，个头可不能拉长，我才一米六五。

生：那你别的方面强啊？

师：看来，个子矮的男生还要多加强别的方面修炼，我要是放在今天麻烦大了。不过我已经注意我儿子的身高培养。

男：身高怎么培养，那是天生的。

师：我们两个大人个子都不高，因此我们从小就注意加强孩子营养，比如，每周必须吃牛肉，让他打篮球，我儿子现在的身高已经 178cm，符合我们班某些女生的标准。

（学生哄笑）

我看午自习的时间快到了，就停下来进行最后一个环节。

四、为元旦长跑同学颁奖

师：有请某某领奖，男生两人领奖，他们为我

做优秀的“女汉子”

■ 8+1 工作室 刘强

加入学生创建的QQ群，好家伙，女生的昵称前都加上“女汉子”三字。班级中要是有几十个女汉子那才是幸福的事呢。

有些女生也许是受这昵称的影响，行为变得另类，甚至有些粗鲁不文明，她们想当女汉子，却不知道什么是真正的女汉子。

为了让她们真正了解什么才是真正的女汉子，如何成为受欢迎的女汉子，便有下面的微班会：

我直接开门见山：“女汉子们，关于‘女汉子’我有话要说。”看着她们疑惑的表情，我说：“我比较喜欢女汉子的。”她们欢呼。

给他们读准备好的一段话：女汉子是神马？答：生是女儿身，红颜也刚强。饭量大如山，下厨产砒霜。行李自己扛，从来不化妆。神经超大条，粗如水缸状。身边无男友，基友一大帮。尼玛口头挂，卧槽是日常。心中藏大汉，大咧更健康。

女汉子们先是哈哈大笑，然后低头脸红。我对她们说：“刚才这段话可是有些人的真实写照啊”。我让他们讨论一下，女汉子不应该有上面提到的哪些行为。她们说语言粗鲁无礼实不应该。

我接着给她们分享百度百科：女汉子，是指内心强大、个性坚强的一类女性。形容女性可能言人大咧，个性豪爽、不拘小节、独立、不怕吃苦，自力更生，不爱依赖他人，不喜欢求助，不太注重别人眼中的形象。

她们感觉百度百科对女汉子的解释真是好，都是赞扬的词语。我说本来就是嘛，女汉子就应该是这样子的，你们愿意成为这样的女汉子吗？她们回

答说愿意！我鼓励她们道：“是啊，个性豪爽不拘小节但礼貌有加，自信自强。老师希望班级有更多这样的女汉子。”

看着她们点头同意我说的话，我给她们看一张照片：男生眼中的女汉子。

内容是中间画了一个女孩子，一个很漂亮，有着长头发的女孩子。标题是男生眼中的女汉子，四周有注释：外表干净利落，不化浓妆。思维活跃，神经大条。肤色健康，总是开怀大笑。心胸宽阔，不记仇。勇敢，喜欢户外运动。可以自己换灯泡，修自行车。

这是东北师大贴吧里的一张神贴，此帖一出，引得众人跟帖，不少女生自称就是女汉子，还有不少男生嚷着“喜欢女汉子”、“希望找一个女汉子做女朋友”。看来这样的女汉子是非常受人欢迎的。班级的女汉子们激烈的讨论起来，决定要做真正的积极的女汉子，做有优秀特点的女汉子。

我最后总结到：大家都明白应该做一个什么样的女汉子，女孩子自称“女汉子”说明你们希望独立，不愿意按照社会的标准来约束自己，不想随波逐流，能够这样自称的女生，其实是心理健康的表现。但不能一味一切都以女汉子自居，如果为了当女汉子而丢失了女性的特点就不可取了。女性本身的优点如：温柔，体贴，善良，内敛，含蓄，踏实，细心等等，这些优点不能为了当女汉子而全盘否定，女汉子再加上女子特有的特点，你们堪称完美啊。

女汉子们一片欢呼。

班男生争得了男子汉的声誉。

师：女生共14人上台领奖。

当轮到某女生（第八名）领奖时我说：某某你跑了年级第八名，你完全符合《男生眼中的女汉子》形象（众生大笑）！

她不好意思的微微一笑，我接着说：又不乏温柔。“女神！”有人喊。（其实她长的并不漂亮。）

师：我们班共争得了前150名的16人，超过了

年级文科班的平均数，这足矣说明我们班的男生很健康，女生很更阳光，很多女生具备了女生七大绝技中的五条。也希望我们班的男生女生都能参照彼此心目中的理想形象来完善自己。

【班会感悟】

青春期的孩子太别在意自己在异性心目中的形象，我借助元旦长跑运动会这一契机，以卡通图片为辅助进行了一次两性教育。

班级中出现有号召力的学生有时并不是幸福的事，有的传递的是负能量。有些学生则喜欢围绕在他的身边，课间搞得乌烟瘴气。还有学生经常跟着他，形影不离，本来很好的成绩一落千丈。如今期末在即，有些学生还是不知道学习。没主见的学生怎么这么多呢？我用课前的演讲给学生开了个微班会来要求他们做一个有主见的人。

师：同学们，如果张三让你去打李四，你把李四打伤了，后果谁承担？

学生有的说张三，有的说自己。

师：只能你自己去承担，要赔医药费，还要受学校的处分。让你打你就打，你要为自己的没有主见负责任。

生：这种事，我们才不去干呢。

师：真的吗？我看咱班没主见的人有一大堆，等会注意自己对号入座。

师：先给大家讲个故事吧：

一群青蛙在高塔下玩耍，其中一只青蛙建议：“我们一起爬到塔尖上去玩玩吧。”众青蛙都很赞同，爬着爬着，其中聪明者觉得不对，“我们这是干嘛呢，这又干渴又劳累的，我们费劲爬它干嘛？”大家都觉得它说得不错。于是青蛙们都停下来了，只剩下一只最小的青蛙还在缓慢地坚持着。它不管众青蛙怎样在下面鼓鼓噪噪地嘲笑它傻，就是坚持不停地爬，过了很长时间，它终于爬到了塔尖。这时，众青蛙不再嘲笑它了，而是在内心里都

做一个有主见的人

■ 8+1 工作室 刘强



很佩服它。等到它下来以后呢，大家都敬佩的不得了，就上去问它说，到底是一种什么样的力量支撑着你自己爬上去了？

生：那只小青蛙是个聋子。

师：看来有同学听过这个故事，但这个故事说明什么呢？

生：他听不到别人说的话，听不到别人的嘲笑，坚持向上爬。

生：他听不到，所以不会被别人的话左右。

师：小青蛙听不见众青蛙的议论和嘲笑，也就是说，它没有被群体的意见所左右。然而，假设小青蛙不是聋子，听到别人的议论它还会冒着干渴和劳累继续往上爬吗？在别人的嘲笑声里它还能一如既往地坚持自己的目标吗？

生：不会。

师：是的，我们平时听别人的话太多了，就没有自己的主见了。他人的意见往往也是我们自己行为的镜子，我们总是在别人的目光中调校着自己人生坐标。可是，如果老是被别人的看法左右自己的行动，如果让自己活在别人的目光和唾液里，如果缺乏

主见，一辈子匍匐在别人的脚下，那我们也许一辈子都将一事无成。

（学生静静思考）

师：现在我们班有这样的现象，大家分析一下是不是没有主见的表现。有个别人说英语老师不好，你是否从心里面附和呢；有些人抱怨学习苦，你也认为学习就是苦，这是你原来就有的想法吗；有的人说学习无用，你便不再努力学习，而不知道别人只是说说而已；一下课你就跑到别人跟前，围着别人有说不完的话；期末考试你想要用功学习，但有人说了你一句，你感觉是嘲笑便不再用功；你总是跟着别人混日子，吃饭，睡觉，上厕所都跟着。

师：看到有些人不好意思了，自己对号入座了吧。自己需要好好反思一下，为什么别人说什么就是什么？为什么你一下课就往别人那里跑？为什么不让别人跑到你这里？为什么期末了还不知道学习？为什么害怕别人嘲笑你的努力？为什么总是跟随着别人的脚步，像个跟屁虫？

师：还有一个故事：一只掉进深井的狐狸，像囚犯般地被拘禁在井底。此时，有一只山羊因

口渴而走到井边。当它看到井里的狐狸，就问井水的味道是否良好。狐狸极力夸赞水质之优美并鼓励山羊下到井底。山羊只顾及口渴，而不假思索的往井里跳。等到山羊解渴后，狐狸提议脱困的方法。狐狸说：“你把前脚放在墙上，头部低俯。我跳到你的背上，便可爬出这口井，然后再帮助你脱困。”山羊接纳狐狸的这个建议，狐狸立刻跃登山羊的背上，抓住山羊的两只角，稳步地爬到井口，然后拔腿就跑。山羊痛骂狐狸毁约，狐狸则转身大叫：“老笨蛋！假如你的头脑能像你的须子那样多，你将不会在摸清出路之前，就纵身往井里跳，也不会让自己置于无法逃脱的困境中！”

最后总结：只是一味的听从别人，最后只能自己承担苦果。如果你采纳别人的意见，有人会高兴，但是高兴的不是你。一个毫无主见的人只能接受被人欺骗的命运，一个轻信的人同样只能接受失败的苦果。人要忠于自己，不必老是顾虑别人的想法，或总是想要取悦他人。生命可贵之处就在于勇敢做自己，做最好的自己！不论做任何事，都要顺着你心中所想的去做，独立思考，拥有自己的主见，你将获得真正的快乐。希望大家从身边的事做起，以备战期末考试为契机，做一个有主见的人，要求自己：不要人云亦去，课间不聚众于某一人身边，尽量坐在自己的位置上学习；平时不过分跟从别人，做一回真正的自己；努力备考，因为有主见的人懂得学习。

存在是因为创造价值

（“生蛋”快乐）

■ 8+1 工作室 秦望

【设计背景】

每到年底学生都会浮躁一段，今年亦如此，快期末统考了，圣诞，元旦，一个节接一个节，怎么让学生的心静下来呢？

【班会准备】

圣诞节这一天，我在QQ群里看到一个段子，觉得很适合微班会使用。我在网上一搜，还有人配了一张图《谁叫你不下蛋呢？》。我准备把图片展示给班上的学生。

【教育目的】

使学生领悟勤奋做功课是存在的价值体现。

【教育过程】

一、班会导入

师：今天位网友送我一个圣诞礼物，就是一个段子，很好玩儿，讲给大家听听。

二、展示图片和段子

师：大家看这张照片，这个妇女在做什么？

生：杀鸡！

师：今天网上流传个段子：

小鸡问母鸡：“妈妈，今天可否不用下蛋，带我出去玩啊”？母鸡道：“不行的，我要工作”。“可你已经下了许多的蛋了”小鸡问。母鸡意味深长的对小鸡说：一天一个蛋，菜刀靠边站”。

三、升华主题

师：老母鸡教导，孩子你要记住：存在是因为价值创造！淘汰是因为价值丧失。好好看看这只被宰杀的鸡吧，过去的价值不代表未来的地位。所以每天都要努力！生蛋（圣诞）快乐哦！

师：跟我一起读：一天一个蛋，菜刀靠边站。（读完学生哈哈大笑，心领神会。）

师：生蛋（圣诞）快乐！（众人大笑）

【班会感悟】

只要用心，资源无处不在，在有些人眼中，这是无价之宝，而有些人却视而不见，轻轻从指尖滑过。这个班会只用了两分钟，意味却是深长的。

“双 11”

带给我们的启示

■ 8+1 工作室 魏俊起

下午跑完操后，我照例跟着学生进了教室。学生们有的接水，有的用书扇着扇子，还有的翻书准备下节课，他们或做或站，就这样，开始了我的演讲。

“今天是什么日子大家知道吗？”

“光棍节！”，“11月11！”学生说什么的都有。

“今天除了是光棍节，还是“双11”，一个购物者的节日，一个由阿里巴巴马云发起的一个节日。”

我顿了顿继续说，“今天凌晨零点起，淘宝网上的交易额两分钟突破10亿、五分钟突破20亿、10分钟36亿，15分钟53亿、20分钟67亿，38分总28秒突破100亿，60分钟的交易量达到122亿。”

学生们露出惊讶的表情，“122亿是个什么概念？我查了一下，2013年济源市全年地方财政总收入56.43亿元，一个小时的交易额相当于全济源市两年的财政收入！很惊人吧？这个惊人的数据是有你我一样的芸芸众生共同创造的，更是来源于马云的选择。”

星期一我们刚开了以“选择”为主题的班会课。

我们来看看马云是如何选择的。

1982年18岁的马云第一次高考失败下学谋生，先后当作秘书、做过搬运工，后来给杂志社蹬三轮送书。一次偶然的的机会马云在帮浙江舞蹈家协会主席抄文件的时候接触到路遥的代表作《人生》，这本书迅速改变了马云的思想，马云从书中体悟到“人生的道路虽然漫长，但关键处却往往只有几步”遂下定决心，参加二次高考。

1983年19岁的马云二次高考依然失利，总分离录取线差140分，但受《排球女将》永不言败的精神激励，准备参加第三次高考，因为家人反对只得白天上班，晚上念夜校，但决心永不放弃。

1984年20岁的马云第三次高考艰难过关。他的成绩是专科

分数，离本科线还差5分，后因马云同专业招生不满，马云被调配到外语本科专业，捡了个便宜，跌跌撞撞、摇摇晃晃进入杭州师范学院本科。

这是马云的第一次选择，参加高考，上大学

1988年24岁的马云大学毕业后进入杭州电子科技大学当英语老师。1994年30岁而立之年的马云开始创业，创立杭州第一家专业翻译社——海博翻译社。

这是马云的第二次选择，辞去教师工作开始创业

1995年，31岁的马云受浙江省交通厅委托到美国催讨一笔债务。在西雅图，马云第一次上了互联网。刚刚学会上网，他竟然就想到了为他的翻译社做网上广告，上午10点他把广告发送上网，中午12点前他就收到了6封email邮件，分别来自美国，德国和日本，说这是他们看到的有关中国的第一个网页。马云当时就意识到互联网是一座金矿。开始设想回国建立一个公司，专门做互联网。

回国当晚，马云约了24个朋友做外贸的朋友也是他在夜校名义上的学生，给他们介绍，结果23人反对，只有一个人说可以试试。马云想了一个晚上，第二天早上还是决定干，哪怕24人都反对，他也要干。

这是马云的第三次选择，开始进军互联网

1996年，32岁的马云艰难的推广自己的中国黄页，在很多没

有互联网的城市，马云一律被称为“骗子”，但马云仍然像疯子一样不屈不挠，他天天都这样提醒自己：“互联网是影响人类未来生活30年的3000米长跑，你必须跑得像兔子一样快，又要像乌龟一样耐跑。”然后出门跟人侃互联网，说服客户。业务就这样艰难地开展了起来。1996年营业额不可思议地做到了700万！1996年3月因为杭州电信的实力悬殊的竞争，最后马云不得已和杭州电信合作，马云的中国黄页资产折成60万，占30%股份，杭州电信投入140万人民币，占70%股份。后因经营观念不同，马云和杭州电信分道扬镳，放弃了自己的中国黄页，并将自己拥有的21%的中国黄页股份，全数送给了一起创业的员工。

1997年，马云离开中国黄页后，受外经贸部邀请，加盟外经贸部新成立的公司，中国国际电子商务中心（EDI），由马云组建、管理，马云占30%股份，参与开发了外经贸部的官方站点以及后来的网上中国商品交易市场。在这个过程中，马云的B2B思路渐渐成熟“用电子商务为中小企业服务”。连网站的域名他都想好了——阿里巴巴。互联网像一个无穷的宝藏，等待人们前去发掘，就像阿里巴巴用咒语打开的那个山洞。

1999年，35岁的马云受够了在政府企业做事条条框框的束缚、磕绊与畏首畏尾，不甘心受制于人的马云推辞了新浪和雅虎的邀请决心南归杭州创业。1999年1月15日，马云和他的团队悄然南归。

1999年2月，在杭州湖畔家园马云的家中召开第一次全体会议，18位创业成员或坐或站，神情肃穆地围绕着慷慨激昂的马云，马云快速而疯狂地发表激情洋溢的演讲“黑暗中一起摸索，一起喊，我喊叫着往前冲的时候，你们都不会慌了。你们拿着大刀，一直往前冲，十几个人往前冲，有什么好慌的？”在这次“起事”的会议上，马云和伙伴共筹了50万元本钱。并按照惯例进行了全程录像，马云坚信这将有极大的历史价值。在这次会议上马云说“我们要办的是一家电子商务公司，我们的目标有三个，第一，我们要建立一家生存102年的公司；第二，我们要建立一家为中国中小企业服务的电子商务公司；第三，我们要建立世界上最大的电子商务公司，要进入全球网站排名前十位。从这天开始，马云开始铁下心来做电子商务。

这是马云的第四次选择，选择做B2B的商务网站

他们没有租写字楼，就在马云家里办公，最多的时候一个房间里坐了35个人。他们每天16-18个小时野兽一般在马云家里疯狂工作，日夜不停的设计网页，讨论网页和构思，困了就席地而卧。马云不断的鼓动员工，“发令枪一响，你可不能有时间去看对手是怎么跑的，你只有一路狂奔”又告诫员工“最大的失败是放弃，最大的敌人是自己，最大的对手是时间”，阿拉巴巴就这样孕育、诞生在马云家中。1999年3月阿里巴巴正式推出，直至逐渐为媒体、风险投资者关注，并在拒绝了38家不符合自己要求的投资商之后于1999年8月家接受了以高盛基金为主的500万美元投资、于2000年第一季度接受了软银的2000

万美元的投入，从而由横空出世、锋芒初露，到气贯长虹、势不可挡。直至成为全球最大网上贸易市场、全球电子商务第一品牌，并逐步发展壮大为阿里巴巴集团成就了阿里巴巴帝国。

是马云的一步步好的选择成就今天的阿里巴巴帝国。究竟是什么支撑他做了这么多现在看来是无比正确的选择，我们可以从他的部分话语中得出结论。

第一次选择，一定要参加高考，是他认识到“人生的道路虽然漫长，但关键处却往往只有几步。”

第二次选择，辞职创办海博翻译社，他说“我一辈子就教给学生书面的东西吗？”“我当时认为一定会有需求，应该能成功。”如今，海博是杭州最大的翻译社。

第三次选择，进军互联网，是他认识到互联网必将改变世界。

第四次选择，做B2B网站，他说“我们要办的是一家电子商务公司，我们的目标有三个，第一，我们要建立一家生存102年的公司；第二，我们要建立一家为中国中小企业服务的电子商务公司；第三，我们要建立世界上最大的电子商务公司，要进入全球网站排名前十位。”

不要忘了，他身高只有1米62，体重仅100出头，中国黄页推出之初很多人说他是骗子。但他的创业成功绝非偶然，我想那是智慧和勇气的结晶，那是信心与实干的结果，那是领袖与团队无间结合。

8+1 工作室 魏俊起 学习的三种境界



中午课间操结束后，我随着学生来到了教室，找个角落坐了下来。我到教室本来的目的是想让同学们尽快的安静下来，多看会书，因为跑完操距上课还有十五分钟呢。到教室后，看着有说有笑的同学，我坐了下来静静地观察同学的行动。

刘琨正掀着衣服让冯源给他擦后背上的汗，看我到来，赶快把衣服放下，并说：“老师来了”，我拍朝他们笑笑说：“你们继续，你们继续。”前排有几个女生正聚在一起讨论问题，有同学接水，有同学在吃苹果，讲台上三个男生在擦黑板，他们要把黑板擦的一尘不染。我忽然注意到坐在角落里的高峰，这是班级的第一名，从没有拿过第二。他正在安静地坐着，写着试卷，任凭周围人声嘈杂，那么安静地坐着，我好像沙漠中看到了绿洲。脑海中忽然想起昨天与秦主任讨论的高三学生必备的素质这样一个话题，稍微整理一下思路，开始了我的发言。

“同学们！咱们跑完操距上课还有十五分钟，我进教室时距上课还有十分钟，现在距上课还有三分钟。在这七分钟内我观察咱们同学们有这样几种表现。”

“第一，说说笑笑放松型，吃苹果的、擦汗的、接水的。大部分同学都是这个类型”随着我的话语，同学们把目光投向对应的同学。”

“第二，为上课做准备型，值日的几个同学在擦黑板。前面的几个女生在讨论试卷。”

“第三，我看到了高峰，在那里安安静静的坐着，那么的平静，让人感觉看到了他整个世界都安静了。”

同学们都把头扭向了高峰，他有点不好意思。我继续说，“昨天我和一个老师交流的时候，谈到高三优秀学生的素质结合今天我的观察，我总结出来了高中学生学习的三个境界。”

三个境界？同学们来了兴趣，抬起头望着我，听我的分解。

“第一境界，让我学，我就学，

下课就不学，放假更不学。就像咱们班级的部分同学，只要上课铃不响，就不可能进入学习状态，但只要上课铃响了，课代表有提示了，就开始翻书开始进入学习状态。这是第一境界，把学习当成了工作，到点就学，到点就休息。”

“第二境界，充满激情，干劲十足。就像咱们班级的部分同学，高三了我要好好学习，我一定要好好学习，我要好好学习了。然后就开始了，但时间不长就没劲了。”

“第三境界，外表平静，内心强大，这类学生知道自己要干什么，可以持久的努力，成绩自然很棒。”

我看看若有所思的学生继续说：“处于第一境界还不错，毕竟该学的时候学了，如果在来点激情，就会让自己的学习生活多点波澜；处于第二境界更不错，关键的时候知道努力，往往能取得一定的进步，但高三是一场马拉松，你用百米的方式去跑，你能坚持多长时间；第三境界是我希望咱们同学达到的境界，内心无限的强大，不管风云如何变化，永远知道自己需要什么，并努力去得到它。咱们班的同学大部分处于第一境界，有少部分处于第二境界，个别处于第三境界，还有些同学没有境界。没有境界的同学，高考肯定不会好了，第一境界的同学考个二本不成问题，第二境界的同学努努力能上一本，第三境界的同学是可以上名校的。”

真心的希望孩子们努力提高自己的境界。

【教育过程】

一、班会导入

今天是我们每月的班级事务讨论会，大家认为目前阻碍班级发展的最大问题是什么？大家可以畅所欲言。

二、讨论环节

生：纪律。

师：具体表现的哪些方面？排在第一位的是是什么？

生：懈怠、浮躁，写作业不认真，地理作业有抄袭现象。

师：哪些同学有这些问题对号入座请举手（结果有三分之二的同学举了手）。

师：请同学们提出解决方案，有请学委会会长出招。

生：学委会会长，这个没有太好的办法。

师：是我思想引导不够，我们还要树立榜样来感染身边的同学，大多数同学学习不理想的根本原因就是浮躁，浮躁是所有成功的大敌，浮躁就是做事情表面化，轻浮而且变化快。

唐曾磊的平等思维理论认为，浮躁有五种表现：

上课一听就懂，其实没有真懂，自以为听懂了；看书一看就会，其实没有真会，自以为真会了；题目拿来就做，没看清楚就做，自以为清楚了；做完题就上交，没检查就上交，自以为错不了；发现题目错了，以为粗心错的，问题永改不了。

概括成三个字就是“假学习”，解决方法就是真学习，我们举行一个活动，元旦前我们评选出我们班的第一届学霸，以后每学期评选一次，我们要隆重颁奖并制作展板展示他们的风采。

【设计背景】

班长向我反映，最近班级纪律不太好，建班之初我就一再向学生渗透纪律是立班的基石这一观念。该通过讨论整顿强化这一观念了。

【教育目的】

强化纪律是立班的基石这一观念，改善班级纪律状况。

8+1 工作室 秦望

纪律 是立班的基石

今天大家自觉举手这就是自我批判的态度，每天睡觉前要想一想，我今天假学习了吗？经常反省自己会从思想上先重视起来进而会落实到行动上，我们还要在班内张贴周考成绩，用反馈刺激进步。

师：排在第二位的纪律问题具体表现是什么？

生：每一个时段到班不能安静，进教室吃东西。

师：请班长拿出解决方案。

生：班长，进一步明确一日总统职责。

师：班长和纪律部长负责监督一日总统，要求一日总统三大到班时段前 10 名进班到前台维护纪律。

师：排在第三位的是什么？

生：自习课说话。

师：科代表要履行好职责，学委会会长负责监督。

生：中午不能很好的午休，总有人进进出出。

师：哪一个时段共同休息合适？

生：下午 1:30 至 2:00。

师：这个时段不能离开座位，违者怎么罚下课班长征求大家意见制订出来。

生：跑操有人说话，后排男生乱蹦。

师：孔夫子说：“乡愿，德之贼也。”两个体委要做为，违纪就要留下加跑，不能当老好人。

师：班长三天内订一班级违纪惩罚条例，全班讨论后执行。

师：我不厉害，也没有青年班主任旺盛的精力，可以泡在班里，因此，我靠我的学生实行自主管理，授权班长全权管理，有问题我负责。从这周开始实行班干部周例会制度。学期末考评班干部最重要的一条就是敢管占 50 分。

师总结：纪律就像石头，如果你把它背在身上，会痛苦无比；如果你把它垫在脚下，它会帮助你站得更高，看得更远。纪律是立班的基石，我希望我们班同学都能牢记这一点。

【教育成果】

班级事务处理型微班会就是要快刀斩乱麻，有事说事，切忌拉长战线，要有思想引导，更重要的是针对问题提出补救措施。会后班级在征求全班同学意见的基础上制订了《1221 班纪律管理规定》和《一日总统十项功课》。

学生制订的 1221 班纪律管理规定

一、教室纪律

1. 总统：

- 1) 早上 05: 57-06: 05 进班者皆视为迟到。
- 2) 早饭后 07: 25-07: 35 负责：①协助科代表督促早背；
②整理讲台卫生、课桌、擦黑板；③写课表及总统寄语。
- 3) 午饭后 12: 30-12: 45 负责：①维持纪律；②整理课桌、擦黑板。
- 4) 晚饭后 18: 15-18: 25 负责：①维持纪律；②提醒吃饭的人去外面。
- 5) 晚补课 09: 35-10: 20 负责：①记录随意外出者名单；②维持纪律。

(总统失职，罚做一天总统)

2. 课堂、自习纪律 (科代表、一日总统分别单独记录)

上课迟到	加入考试、放假、大扫除打扫卫生
说话、接水、乱跑 (倒垃圾)	
随意外出 (倒垃圾)	
故意扰乱课堂纪律	

3. 课下、饭后纪律

- 1) 饭后自习说话，扰乱他人学习 (站到上课，倒垃圾)。
 - 2) 午休 13: 30—14: 00 外出者 (回来后站到后面两天，并负责管理这两天 13: 30-14: 00 的纪律)。
 - 3) 午休期间翻书、桌等严重干扰他人休息者 (一次警告，两次以上者罚倒垃圾)。
- (由班委监督记录，其他同学也可举报)

二、寝室纪律上

寝室说话等违纪者	课站一天，将名字写到后黑板上 提醒任课教师多提问
寝室卫生扣分	

三、教室卫生

1. 具体由卫生委员全权负责提醒、管理、监督、惩罚，包括在教室吃东西等行为。
2. 一日总统负责提醒每人清洁一平方米运动、制止学生在教室用餐。

四、课堂学习

由课代表、任课教师具体实施，学习委员负责监督执行。

五、体育运动

跑操：说话、早退、旷操	一次跑一圈，依次累加，体委监督
体育课：旷课、乱跑	

六、唱歌

外出、睡觉、写作业、接水者倒垃圾；听到铃响后，若同桌醒后，没有叫醒身旁睡觉的人，连同同桌一起罚。违纪者每天在后黑板上通报，课代表提醒任课教师提问这些人。

七、早读等到班的各时段，放假返校迟到者

在前面站立 10 分钟，并把大名写到前黑板上。

八、其它

非就寝时间在寝室扣分	加做总统一天
早读迟到、旷课	

2014 年 4 月 10 正式实施

珍惜缘分 做一生的挚友

■ 8+1 工作室 崔振

【班会背景】

某个周五下午，办公室里，沉浸在备课之中的我突然被一个声音所打断，“我想请假”。一脸的严肃，脸上没有半点笑意。我说，怎么了？生病了吗？他吞吞吐吐没有说去能够让我信服的理由。我定睛一看，他的脖子上有被手指抓破的痕迹。再三询问，无奈下他向我道出了实情。原来和同桌刘某因为小事打了一架。为此，我和他推心置腹开导一番，从同学情讲到手足情。直到他心中愁云散去，怨恨释怀，我才让他离去。

【班会目的】

通过和学生简单的交流，让同学们知道一个道理。世界上最宝贵的是同学情、战友情，父母恩。

【活动过程】

回忆我大学的时候，发生在我身边的一件真实的故事：

我们学校物理系的一个寝室发生了一件意想不到，邻人痛心的悲剧。张某和李某住上下铺，平时由于鸡毛蒜皮小事也有打打闹闹，但没有闹得很僵。有一天下午，二人在球场因为打篮球的碰撞而发生争吵和肢体冲突。张某，因身高原因吃点亏，对

李某怀恨在心。暗暗发誓回寝室“报仇雪恨”。回到寝室后，张某拿起水果刀刺向毫无准备的李某。不幸的是，到恰恰刺到了肝脏。没有送到医院李某就停止了呼吸。李某的去世，张某的死缓。两个家庭就这样给毁了。白发人送黑发人怎能一个“悲”字了得。

接着又讲了2004年在云大宿舍连杀四名室友，引发了轰动全国的“马加爵事件”。还有2013年4月1日发生在复旦大学的投毒案。

林森浩因生活琐事与被害人黄洋关系不和，将其做实验后剩余并存放在实验室内的剧毒化合物带至寝室，注入饮水机槽。4月1日晨，黄某饮用饮水机中的水后，出现中毒症状，后经送医救治无效于4月16日下午去世。

最后，我想的说的是，我们都是有血有肉的普通人，生活中难免会和身边的人出现摩擦。但是，我们要学会去合理的方式去解决。用积极的心态，将大事化小，小事化了。不要因为一定小事而轻易的动怒；不要因为鸡毛蒜皮的琐事大动干戈；不要因为不理智做出让自己后悔的事情。相信！世界上没有解决不了的事情，没有迈步过去的坎。只要真诚待人，与人为善，就能营造和谐的同学关系。

一日总统十项功课

1. 各个到班时段前十名到班，站在讲台前维护纪律，记录早到、迟到、违纪的同学。
2. 写班级日志，记录老师上课情况及同学表现。
3. 每节下课及时擦黑板
4. 督促清洁一平方米运动。
5. 带领同学课前激情宣誓。
6. 协助体育部督促同学迅速离开教室出操，记录无故没参加跑操的同学。
7. 协助纪律部提醒同学课间不要在教室打闹喧哗
8. 协助文艺部督促同学唱歌。
9. 在全体同学离开教室后检查关窗、关灯、关电脑、锁门，并与锁门同学一起离开教室。
10. 第二天第一节课前10分钟进行总统演讲：四分钟主题演说和一分钟点评。

第五届“生日集体过”主题班会

■ 8+1 工作室 侯小锋

【时间】 2013年3月25日

【班级】 高二(11)班

【德育背景】

刚组建不久的文科班学生多才多艺，却因为平时紧张的学习而没有施展的机会；同学和谐人际关系的建立也需要一个平台；每个同学在享受别人组织的生日会的时候，或者在组织生日会的过程中对班级也是一种情感的付出。

【德育目标】

1. 构建和谐的班级人际关系；
2. 同学在享受和付出之间激发对班级的感情。

【德育准备】

每月举行一次，第一届由班委组织，收集同学生日信息，祝福；周末一起商量做课件和培训主持人，商讨游戏环节；以后每一届均有上一次过生日的同学组织筹办。

【德育实录】

一、主持人朗诵《我们走向一个春天》

周柯妤：从不相识到彼此熟悉，我们一同走过了整整一个秋季，一个冬季；

周杰：最寒冷的冬天已然过去，一个鸟语花香的春天正向我们走来；

周柯妤：我们知道高考给了我们多少日子，在默默的算着一年半的日子已从我们手中溜走；

周杰：像高中三年滴在人生里，像11班滴在记忆的河里；

周柯妤：有我们一起欢笑的声音，也有我们一起拼搏的身影；

周杰：一年半以后，我们将各奔东西，走上不同的人生道路；

周柯妤：11班将成为一个记忆，塞在随身的口袋里；

周杰：多年以后，当我们累了的时候，拿出来看一看，尽管是在不同的时刻，不同的地方；

两人合：但我们共同怀念的是无话不说，共同怀念的是一起做梦，共同怀念的是争吵以后却更加坚固的友谊。

周柯妤：我们记得那年生日，还记得那年一起唱的生日歌；

周杰：记得那个教室，最温暖的双手，最厚实的肩膀，我们会永

远记得，我们都不会忘；

两人合：现在，我们将共同走向一个春天，走向春天里的第一个生日会！

(全班掌声响起)

二、主角介绍

第一位同学：贺婧艺

(大屏幕出示个人资料)

今年生日日期：3月4日

最喜欢的食物：鸡蛋不翻、妙芙

最喜欢和最讨厌的动物：狗、蚊子

最爱的歌手和歌曲：王力宏、孙燕姿，《我怀念的》

擅长做什么事：画画

口头禅：咦？

喜欢的颜色：白色

个性宣言：心有多大，舞台就有多大。我是贺婧艺，我为自己代言。

想对这个班级说的话：时间是把杀猪刀。(好好珍惜，好好学习)

(备注：个人资料大部分由主持人介绍给大家，其中到了个人宣言部分，周柯妤请贺婧艺同学大声说出自己的宣言和想对班级说的话，贺婧艺同学精彩的发挥逗得大家哈哈大笑。)

第二位同学：韩晶

(大屏幕出示个人资料)

今年生日日期：3月17日

最喜欢的食物：妈妈做的菜

最喜欢和最讨厌的动物：喜欢考拉，最讨厌兔子

最爱的歌手和歌曲：F.I.R、丁当、艾薇儿，《猜不透》、《Lydia》《smile》

擅长做什么事：发呆

口头禅：你有病吧？你想多

了。干啥了？后面男生废话怎么那么多？

喜欢的颜色：彩色

个性宣言：等待就是浪费青春。

想对这个班级说的话：感谢命运让我在自己最美好的时光遇到了你们。

（备注：个人资料大部分由主持人介绍给大家，其中到了个人宣言部分，周柯好请韩晶同学大声说出自己的宣言和想对班级说的话。平常泼辣的韩晶竟然也有羞涩的时候。）

第三位同学：琚欣雅

（大屏幕出示个人资料）

今年生日日期：3月27日

最喜欢的食物：土豆

最喜欢和最讨厌的动物：最喜欢小白兔，讨厌冲我叫的狗

最爱的歌手和歌曲：张杰，《我们都在等待》、《天然呆》

擅长做什么事：看书

口头禅：没事干

喜欢的颜色：蓝色

个性宣言：一切都挺好的，就这样挺美。

想对这个班级说的话：未来的某一天，刀光剑影也难以抵挡这个班的光芒。

（备注：个人资料大部分由主持人介绍给大家，其中到了个人宣言部分，周柯好请琚欣雅同学大声说出自己的宣言和想对班级说的话。文静内向的琚欣雅在大家的瞩目下声音更小了，同学们替她紧紧捏着一把汗，好在她也顺利完成了，大家也给予她热烈的掌声鼓励）

三、同学送祝福

主持人周柯好请同学为主角们把写好的祝福送上：

生日祝福 to 韩晶：祝你又老了一岁，亲爱的晶儿，继续爷们下去哦！撒花，献吻！

——大溪

生日祝福 to 韩晶：友谊已经走过了半年，在未来的日子里继续走下去！

——阿廷

生日祝福 to 韩晶：你像我高一班的体委，认识了你我才知道，原来每一个女体委上辈子都是刀口舔血的真汉子，有木有？

生日祝福 to 韩晶：晶晶，我们两个很有缘啊！认识这么多年，又分到一个班，不容易啊！又长了一岁，不要那么幼稚，多些成熟，但不要丢失天真哦！以后的一年时间，我们要相扶相持走下去，要相信一年后，我们都能完成自己的梦想！

生日祝福 to 贺婧艺：优优，这是第二次坐在我前方的位置，这是我第二次为你的生日写祝福，有没有觉得很神奇，哈哈，虽然是同一个祝福，但双倍的祝福必然带来多倍的运气，生日快乐，最享受的朋友！

——张佳佳

生日祝福 to 贺婧艺：亲爱的，在我的心中唯有你担得起这个称呼，从幼儿园大班至今，我们认识了12年，我们一起学特长，我们在一个班学习，12年的风风雨雨，12年的欢笑与泪水，只有你陪我至今，谢谢你的陪伴，让我不孤单，希望我们的友情可以天长地久，我爱你，生日快乐。

——你知道我是谁

生日祝福 to 贺婧艺：也许我们的相遇是命中注定，也许我们睡邻床也是命中注定，也许我们成为亲人似的闺蜜也是注定，生日快乐！遇见你是我生命中最美的意外！

——王婕

生日祝福 to 贺婧艺：优优，拉着你的小肉手，心里就非常的happy！3月4日是个值得纪念的日子，why？because 诞生了老可爱的老萌萌，天然呆的贺优优！虽然生日已经过了，但这份迟到的祝福确实永远的！

——成瑶

生日祝福 to 琚欣雅：你的坚持，你的执着，深深的印在我脑海里，并为之成为11班最靓丽的风景线！与你相识是一种缘分，缘聚缘散，已不重要，只愿与你携手高中生涯，此生足矣！亲爱的你，你的坚持与执着让我感动，愿你早日踏进武大，享受浪漫的樱花盛宴！再次祝你生日快乐！

生日祝福 to 琚欣雅：同桌生日快乐哈，我想说勤奋学习固然好，也要好好休息，让自己的大脑歇息，注意照顾身体，看最近感冒多久了呢？身体是革命的本钱哈，生日快乐！天天开心啊！

生日祝福 to 琚欣雅：生日快乐，吃饭香香，身体棒棒，学习好好，每天笑笑，喜气洋洋！

生日祝福 to 璐欣雅：童鞋，你好！我谨代表过去的我，现在的我，将来的我对你道一声：“生日快乐！”你对这个世界有很多不满和困惑，我和你一样，总觉得这不对，那不对，但我们还是要是自己尽量适应这个社会，因为在很大程度上我们无力改变！我们我喜欢写诗，孤独又不孤单，让我们在沉默中爆发安静的力量。希望以后，对于诗歌我们可以一起交流，期待与你的心灵碰撞！一句话共勉：当别人说你疯子的时候，那么就离成功不远了！为了未来加油！

四、游戏环节

主持人周柯妤：浓浓的祝福回荡在我们的心底，请大家记住此时此刻，记住生命中的今天。好了，下面进入激动人心的时刻，生日 Party 正式开始，进入互动环节。有请游戏设计者张多思介绍游戏规则。

游戏一：竞赛写歌名

规则：以三个明星主角为核心组成三支队伍，每支队伍有 5 人，在黑板上的指定区域用 1 分钟时间写下自己知道的涉及“的”的歌名！教室黑板前要同时出现 15 位同学，因此，最大的公平就是没有公平，自己占据有利位置！看哪个组写得最多，写的对？写的最少的一组要选择一个方向为班级做贡献！

（很快，很随机的挑出了 12 名同学，经过简单的商量之后，在张多思同学的一声“开始”后，大家冲向黑板，瞬间这里变成了欢乐的海洋，1 分钟后，竟然满满当当写了一黑板，90 后的学生们其实他们的视野是很开阔的，懂的东西也是很多的，在一个积极的集体中一旦这种激情被激发，就会成就一个有一个奇迹）

游戏二：传话竞赛

规则：班级教室布置为 8*7，奇数列第一位同学请出列，主持人会告诉这些同学一个秘密，然后他们回到座位上后，在主持人下达“开始”指令后，迅速将这个秘密告诉第二排的同学，以此类推，看看到底哪个组先传递结束，并且准确无误！落后的一组要选择一个方向为班级做贡献！

（这个游戏，主要锻炼学生的表达能力和倾听的习惯！一定程度上提升同学的相互协作与配合，达到了活跃气氛，沟通感情的目的）

全体同学在一个又一个妙趣横生的游戏中将班

级气氛推向高潮！

五、才艺展示

（设计这个环节，是因为文科班中多才多艺的学生很多，甚至有很些同学还报了播音与主持，一方面给这些同学搭建一个展示自己的平台，另外活跃班级气氛，帮助全班同学养成高雅的爱好！）

主持人周柯妤：告别了高潮迭起，妙趣横生的游戏环节，下面隆重推出本次生日会的压轴节目。有请郭昊雯同学的小提琴演奏《梁祝》！

郭昊雯同学落落大方的走到讲台前，说：“首先在这里我再一次祝福今天过生日的这三位同学，生日快乐，希望全班同学永远记住大家一起快乐的生活，学习的日子，不论多少年，大家都能铭记今天！”

演奏要开始了，她发现琴谱没地方放，放在讲台上，太低看不见！细心的张多思很快就发现了，走过去轻轻拿起了琴谱，举起来放在合适的高度，就像《放牛班的春天》中的小伙伴一样。教室里面出奇的安静，所有的人都在静静的听着，她的演奏不是特别熟练，但一曲终了，所有同学都给了她经久不息的掌声。

主持人：有请老班进行总结！

六、老班总结

今天利用这届班会给三个同学同庆生日，借此机会，老师也要送给他们一个小礼物，每人一个本，以下是我写给她们的生日寄语：

贺婧艺：你描述自己说不透，道不明！怎么办呢？不能到班的王琪琪会感受到你的热情，善良与主动！老师们，同学们能感受到你天真无邪积极主动！你更是用不懈的努力书写了二连进的奇迹！今天全班师生欢聚一堂为你共同庆祝生日！希望每天快乐，一生幸福！珍惜在 11 班的每一天，生日快乐！期待你下一个奇迹诞生！

韩晶：学习时如同疯狂的斗士，对问题的剖析如同高深莫测的智者，批评自己时如同手握投匕的鲁迅！为何对自己如此苛刻呢？因为你有一个高中数学考 130，在厦门大学餐厅就餐的梦想！一个个性十足的女生！一个韧性十足的女生，我希望你把数学擂台摆下去，即使无人迎战，也要打赢这场一个人的比赛！可以吗？生日快乐！

璐欣雅：你不紧不慢，不急不慌，（下转第 47 页）

班级建设 ■ 8+1 工作室 秦望

【时间】2014年12月29日（星期一）第八节班会

【班级】高三 1221 班

【班会背景】

今天是2014年最后一次班会，高三学生整天做题考试，神经麻木，班级气氛有些沉闷，有些学生对班级事务不太关心，我想借回望2014之机引导学生回忆一年来的点点滴滴。

【班会目标】

1. 活跃班级气氛，增强班级凝聚力；
2. 激励学生为2015年高考奋斗，增强学生信心。

回望 2014

2014年最后一次班会

且行且珍惜

【班会过程】

一、导入

播放《咚哥唱谈》之《甩蛋歌——2014一网打尽全年热点，全是被逼出来的》搞笑的脱口秀歌曲把2014年大事活灵活现再现出来。（学生笑翻了，说太有才了并鼓起了掌）

二、回顾班级一年大事

生1：每周都有考试，高二实验班没有参加全校运动会考试，暑假只有八天，拓展训练，济源全国文明城市创建。

师：还有人补充吗？

生2：我最难忘的是去年的年后吴泽民来我班跟大家交流。

师：你们是老乡吗？

生：不是，我中招时知道他的成绩，我就以他为榜样。

师：吴泽民（我上届的学生）最重要的品质就是简单，心态好，你也能做到。

生3：暑假开学推迟了一天。（学生大笑）

师：你们这一届真是够可怜的，以往各届活动都比你们多，这也说明我们这届应试训练搞的扎扎实实，这就是我们即将到来的高考的底气。

师：课件播放班级大事照片，除了学生说的之外还有2014元旦长跑，有学生说老师还开了个女汉子的（微）班会。我继续播放生涯教育之性格色彩研讨会，快乐的红色、明亮的黄色、深沉的蓝色、平和的绿色，通过分析我们认识了自己的性格，这个工具也帮助我们理解他人。

（学生互相指指点点，在照片中寻找自己和伙伴）

接下来我给他们播放了参加八风拓展训练信任背摔的小视频，有人惊呼——是某某。

（气氛越发的活跃起来）

（学生互相指指点点，在照片中寻找自己和伙伴）

接下来我给他们播放了参加八风拓展训练信任背摔的小视频，有人惊呼——是某某。

（气氛越发的活跃起来）

三、大家谈

师：大家分六组先组内交流一下“2014我最难忘的一件事”或“2014我最感动的一件事”，还有“2014我最高的一次成绩”。

生：热热闹闹地进行了5分钟组内交流。

师：请每组推一名代表讲一讲自己的故事，再推一名代表说说自己的成绩。

生4：我最好的成绩考了第一名。

师：这就是你真正的实力！

生 5: 讲了高二升高三时班里往下裁人, 她按成绩被裁了, 不想离开这个班, 讲着眼泪就下来了, 因为她爸爸找人托关系不是她让的, 为此同学很误解她。我为她做了澄清。她说最好的成绩考了全班前 10, 并破涕为笑。

师: 那次裁人虽然是按成绩, 但不符合我的教育理念, 我的心里一直很难受, 对走了的两个学生也很愧疚, 但学生有政策, 我也照办了。还有几个自己在班里觉得跟不上也自己回普通班了, 这是咱们的遗憾。

生 6: 最感动我的是去寒假前补课的最后一天英语老师给我们买饺子, 还有语文老师给我们放电影。学生大笑起来, 是水煎包不是饺子, 他不好意思的说, 反正吃的都是肉, 同学们大笑起来。

师: 英语老师工作特别认真负责, 虽然有时拖堂, 但我班的英语成绩进步很快, 我班英语没有不上重点线的。做为班主任我非常感谢英语老师。语文老师是个女汉子, 雷厉风行, 该罚就罚, 但抓成绩是一把能手, 我们身边也有很多语文老师教学艺术很高, 学生很欢迎, 但不善于抓成绩, 因此我们还是选择了现在的语文老师。我们对她心存感激(学校评教时有学生提了意见, 我趁机开导), 这一组六人都上过前 10。

生 7: 我的英语成绩很差, 就是在英语老师帮助下提高的。我最感动的是我弟弟在我过生日时用自己两块钱的零花钱给我买了东西吃。

师: 你弟弟多大了?

生: 上六年级。

师: 下次咱们搞活动时你抱着他来。同学们爆笑, 老师, 她抱不动。

生 8: 我最难忘的事是某某过生日时分生日蛋糕吃。

师: 你这个超级大红色记住的永远是快乐。祝愿快乐永远陪伴着你!

生 9: 我最难忘的是我姐姐结婚, 穿婚纱的那一刻我特别伤感, 和我一起生活了将近二十年的姐姐离开我独自生活了。

师: 这不符合你黄色性格特点, 有点蓝色。你们家几个孩子。

生: 三个, 还有一个弟弟。

师: 是不是济源人有个习惯, 如果前两个孩子

是女孩, 一定要要男孩儿。大家纷纷说是, 又举出几个这种情况的同学。班级笑闹满场。

师: 某某你一直学艺术, 用去不少时间, 你的最好成绩是多少?

生: 班级第四。

师: 真厉害! 今天我发现咱们同学大都上过前 10, 这个成绩将是你 2015 最差的成绩。我相信大家 2015 会有更好的表现。

生: 这个成绩过去了, 看明年的。

四、老班的 2014

师: 我给大家分享一下我的 2014。同学们纷纷抬起头笑咪咪的听我讲。

1. 购书累计 5000 余元, 是购书最多的一年, 历年购的书已能买一部汽车, 但我没有。

2. 动了一次鼻炎手术。也就是你们吃水煎包的那天。非常痛苦, 没有告诉大家。

3. 加入民盟。

4. 回乡探亲。

5. 外出繁忙。为此向大家表示歉意。

6. 主持学校工作, 有一些成绩, 就先不跟大家说了(一个是 8+1 工作室青年班主任的进步, 一个是校心理咨询室评为省示范心理咨询室)。

7. 和学生一起参加拓展训练。虽然 45 岁的我头脑不够灵活, 身体不够柔韧, 但能参与大家的活动我很高兴。

8. 扎扎实实带领学生应试训练。

我们日常主要时间是在平凡、单调、琐碎的日子中度过, 这才是真实的生活, 平淡才是生活的常态! 能够在平淡中过出不一样的味道才是精彩的人生。

四、回顾首届 1997 级及后来各届学生照片

师: 给大家分享一下我 1997 年带的首届毕业生的照片, 我 1995 年毕业, 先在农村初中工作一年, 然后回县一中的。我给学生展示了 97 级也就是 2000 届高中毕业的学生筹备高中毕业 15 年聚会的情况。《你的记忆, 我们的回忆》——征集高中时代老照片, 找寻我们的青春岁月, 人们总爱用“弹指一挥间”来形容时间的快。是的, 匆匆而过的岁月我们无法留住, 但是通过光和影, 我们却可以留住那一个难忘的瞬间。即将步入 2015 年, 我们高中毕业也马

上 15 年了。

当你翻开泛黄的像册，再翻出那些老照片，回味最为珍贵的高中时代，你或许会独自回味起曾经的激动与伤感，请与我们一起分享那段燃烧的记忆。因为，你的记忆，就是我们大家共同的回忆和记忆！

你可以用一段文字来阐述老照片背后的故事！让我们一起分享那些蹉跎与激情燃烧的岁月。

（同学们被打动了）

师：我讲了几个照片背后的故事。你们看，哪个是我？

生：那个！

师：沧桑的是我的学生，年青帅气的是我！现在不行喽！“人老珠黄了”

生：老师，那是形容女人的！同学们又大笑起来。

师：这个学生现在是我们市报社的总编，当初他很郁闷，性格内向。因此我给他的赠言是：人生应该执着的追求！

师：两高一低，高的是学生，低的是我，这是昭君墓了，在呼和浩特。有学生说去过。

师：看这张我老学生统计的 15 年后，也就是现在他们的工作，太令人吃惊了，当初一言不发的同学现在是律师，当初学习成绩很普通的同学现在是总经理。青春有无限的可能，你们真令人羡慕，生活在一个充满无限可能的时代，拥有无限可能的年龄。

师：展示一组历史届学生的毕业照。同学们瞪大眼睛看着，我表达了对以往学生的想念。

师：展示了同学们的手机美颜自拍。

（一张张被自己美化了的可爱的脸，同学们笑翻了。）

五、师作班会小结

数着脚印一串串，像五彩缤纷的花瓣，有些事细细的回想，慢慢沉淀。总有一份感情不能忘，我的 2014 年相约美好，迎接明天！

明年这个时候，大家正漫步在大学校园，我们一起流过的泪水，我们一起经过的风雨，都是我们共同经历的生活的一部分。

我们一起走过的日子，都是光辉岁月！

（下课铃响，掌声自然响起！）

【班会反思】

班会要找准契机，今天是 2014 最后一个班会，带着学生们回忆一年来的大事小事，这是凝聚班级的过程，也是化解矛盾误解的机缘，更是激励他们再创佳绩的机会。

班会营造了一个场，在这个场里大家无拘无束，笑中有喜有泪，润物无声中受到了教育，受到了感染，他们会更加珍惜高考前不多的在一起的日子。

跟学生现场对话有时语言表达不够顺畅，不能够抓住问题的实质一语说到学生心里。这种功夫是需要长期修炼的。这离不开大量的实践，更重要的是要阅读思考写作。

（上接第 44 页）总是有条不紊，胸有成竹！（我都火急火燎了，你还有时间发呆！）我感动于你收资料费时的丝毫不差，我震惊于你关于晚自习是否该背书的民间调查，服务，思考，行动，这是每个班级都梦寐以求的班委！老师希望你抛去小富即安的思想，树立高标意识，大步向前！生日快乐！

我还想借助这个机会，告诉大家，11 班是个大家庭，我们都希望把这个家建设的温馨，积极上进，学习氛围浓厚，但是靠我，靠班委这个目标是实现不了的，我们需要每个同学都为此班级做自己能所能及得事情，也就是刚进班时，我给大家提出的口号——为班级做贡献，让别人因你的存在而幸福！为班级做贡献不仅仅是为了别人，也是为我们自己。

魏书生老师说，治愈自私的最好的办法就是要为别人，为集体做事情，做的越多，对集体越有感情！谢谢大家！

七、班会结束

大家在主持人的提议下，全体起立，共唱生日歌！

【德育反思】

针对这节班会课的设计，我有以下体会：

寻找适当的主题和机会，可以放手让学生准备班会。当先德育仅仅强调学生的参与是不够的，还应该鼓励学生设计，准备，组织班会！学生们一旦开动脑筋也能达到很高的水平，起到很好的德育效果。

■ 8+1 工作室 刘强

【设计背景】

前几日，在班级真心话记录本上，有个学生伤感的诉说也许再过几个月大家就要分开了，因为文理要分科。她的感伤激起了大家心底最软的心弦。这些天本子上记载都是大家的不舍得，都是些离别的伤感。所以有开班会的必要，引导大家把这些都转化为学习的动力，让同学互相珍惜，友爱。通过自己的精彩付出，创造属于我们自己的难忘生活。

【教育目标】

1. 通过观看 FLASH《生命列车》引出学生们的思考。让学生在交流中明白生命的许多真谛；
2. 珍惜相聚的缘分，珍爱身边的同行者，善待他人。珍爱生命，做积极乐观的人；
3. 乐于助力，敢于展现自己的精彩；
4. 通过交流活动，让人生中的积极因素化为一种行动，身体力行的去做。

【班会准备】

1. 事先准备好 FLASH《生命列车》。网上的版本很多，有 PPT，FLASH 等等，我则选择了一个朗诵版的。
2. 制作 PPT 课件。

珍爱生命 创造属于我们的 精彩生活

【活动过程】

一、班会引入——读大家在“真心话本”上记录的内容

走进教室，我像往常一样打开放在讲台上的记录本，并轻声地给大家读几段记录。当然我是挑着读的。

付欢：咱们再几个月就要分开了。不知到时候我会不会哭。我还没仔细看你们，还没记住你们的名字。还没记住你们的爱好舍不得，舍不得，真的特别舍不得。时光不要流逝的那么快，快的令我害怕。怕这一切都是梦。因为生病，军训都没和你们在一起。很多时候医疗所都成了我第三个家了。如果能够重来我希望参加军训。暑假了，叫上英语老师和强哥，咱们来个喝酒比赛。咱们全班人都要喝上一口酒，庆祝庆祝。我们在一起是一种缘分，我们要好好珍惜。

CC：今天在本子偶然看到不知哪位楼主写道：咱们再几个月就要分开了。然后我旁边的哆拉 A 梦也在感叹：真是，咱们就要分开了，一年真快啊。尤其是高中我不知道现在感慨这些算早

吗？只是，偶尔会猛一下悲哀。呵呵，同学们，让我们相聚的日子里为彼此，为 40 班创下美好的回忆吧。大家一定要团结，相亲相爱。

师：哎，我们要分开了吗？想想确实是这样的。大家有什么想法吗？

生 LS：我们班的会不会分到一起？

生 HT：老师教什么科？

生 ZK：没有想像分开后会如何，反正是想不想分开，许多同学我还不熟悉。

生 LN：如果不分开那多好啊。在大家的感慨与失落中，准备好的诗朗诵响起——

有一种相遇意味着天意 / 有一种默契无须传递 / 有一种缘分永远渴望 / 有一种情谊地久天长 / 所有的矛盾是如此可笑 / 所有的冲突是那么不值 / 有一种力量在悄悄的凝聚 / 是荣誉将你我心灵相系 / 有一种岁月值得珍惜 / 有一种空间永远伫立 / 有一种人生等待经历 / 有一种祝福身边响起 / 老师是你腾飞九霄的翅膀 / 同学是我雨夜前行的伙伴 / 携手共进 追求梦想 / 在你我热爱的缘分天堂 / 咸涩的汗我们流过 / 豪爽的泪我们洒过 / 是集体赋予我们力量 / 是老师教会我们坚强 / 是缘分引领我们远航 / 在湛蓝的航线上 / 我仿佛看到了 / 微笑的爹娘。

学生安静的听着，没有一丝声响。

二、《生命列车》启迪——珍惜相遇，积极乐观，善待他人

我打开 FLASH 文件《生命列车》，富于感染力的女声朗诵传遍教室的角角落落，大家都安静

的看着听着。

不久以前，我读了一本书。书中把人生比作一次旅行。

人生一世，就好比是一次搭车旅行，要经历无数次上车、下车；时常有事故发生；有时是意外惊喜，有时却是刻骨铭心的悲伤降生人世，我们就坐上了生命列车。我们以为我们最先见到的那两个人——我们的父母，会在人生旅途中一直陪伴着我们。

很遗憾，事实并非如此。他们会在某个车站下车，留下我们，孤独无助。他们的爱、他们的情、他们不可替代的陪伴，再也无从寻找。

尽管如此，还会有其他人上车。他们当中的一些人将对我们的有着特殊的意义。

生命之谜就是：我们在什么地方下车？坐在身旁的伴侣在什么地方下车？我们的朋友在什么地方下车？我们无从知晓。

我时常这样想：到我该下车的时候，我会留恋吗？

我想我还是会的。和我的朋友分离，我会痛苦。让我的孩子孤独地前行，我会悲伤。我执著地希望在我们大家都要到达的那个终点站，我们还会相聚。我的孩子们上车时没有什么行李，如果我能在他们的行囊中留下美好的回忆，我会感到幸福。

我下车后，和我同行的旅客都还能记得我，想念我，我将感到快慰。

献给你，我生命列车上的同行者，祝你旅途愉快！

三、各抒己见——解读《生命列车》

师：如此美好的一部《生命

列车》真是让我们陶醉，但更让我们感慨万千，你有什么想法呢？愿意与大家分享一下吗？

生佳帆：生命是不断向前的，就如生命列车一样，我们不能迷恋沿途的风景，目标在前方。在过程中我们应该相互关心，理解，因为我们是生命的同行者。

生张昆：人的生命只有一次，我们要珍惜我们遇到的每一个人，我们做的点点滴滴都将是美好的回忆。所以要珍惜相聚的缘分。

生苏月：能够同坐一列车的每一个人，都应该是我们人生中不可缺少的人，离别的时候是悲伤，而我们又不知道什么时候会离别，所以才更加值得我们去珍惜，不要等到失去或者离开的时候再伤心，再留恋。所以，珍惜身边人，不留遗憾。

生刘哲禹：我们在列车上呆多长时间，都应该努力的去帮助别人，因为也许我们什么时候也需要他人的帮助。

生张文娟：生命列车永远向前走，这启示我们追求理想，要拿得起放得下。

生马森玲：就如我们高中三年，我们身边的人，有人会半路下车，有的人会走向别的车厢，比如文理分科。不管如何我们要珍惜留下的美好回忆，走时带走我们的回忆，关键是珍惜现在。

生李明：尽自己的能力帮助别人，让别人因你的存在而幸福，实现自身的价值。

生李申：当我下车时，你会留恋？我会的。

生赵静：父母把我们带到这个世界，他们会离开，留下我们自己，不要等到失去才知道珍惜。

在现在的时刻，用心来回报父母。

生陈磊：生命的列车中我们会有许多知己，离开时我们当然会难过，但生命向前走，只要我们在各自的车厢能够想起彼此的微笑。

生王璨然：使自己充满激情活力，去感染身边的人，更重要让别人因自己而快乐。

生李梦珠：我们不能选择什么时候上下车，但我们可以做有意义的事情，这样使我们的生命更加有意义，也让别人快乐，能够记起我们。

生石普：生命在继续着，生命中有风风雨雨，有许多不如意，如有很多次的上下车，但也早这些使我们更加精彩。所以我们要乐观对待生命。

生刘月：生命中有很多人进进出出，有的人会一个转身就把你忘记，但也有人下车时会怀念你。就如你会不在意一些人，或者把一些人淡淡的忘记，又或者对一些人记忆深刻。

生张梦云：有缘分在同一列车，作为同行者，我们更多的会记忆一些快乐的事情，所以在一起的时候要记得愉快，乐观。

生于佳平：没有人可以改变，只有我们自己，无论在哪里，我们只能自己选择，不管别人如何选择，要坚定自己的选择。

生王豪：有缘千里来相聚，无缘对面不相识，得到时要珍惜。所以要珍惜现在。

生王超杰：永远不会有回头路，踏上列车也许列车会把我们带去陌生的地方，而我们是恨还是感谢列车？每个人都有自己的选择，关键是要选择自己最渴望

的那一个，不后悔。

生李杰：下车时，别人会怀念，有的人则不被注视。尽自己最大的努力，帮助他人，让别人因我的存在而幸福，别人才会记得我。

师：相聚是一种缘分，我们互相友爱，相互帮助，珍爱生命，积极乐观。作为生命的同行者我们相互祝福。分开时可以相互的微笑，可以长久的记忆。但是同学们如何让我们被彼此的记忆？如何让我们这个班级永远的被大家记在心里？

四、如何珍惜彼此不忘记——共同创造属于我们的生活

师：生命中哪些人或物是最不容易忘记的？记忆最深刻的是什么？

生：记忆深刻的人应该是关心爱护我的人，帮助过我的人，还有伤害我的人。还有就是比较精彩的人，明星伟人就不说了。我一直记得每个学年中班级的第一名是谁。

师：我们记忆深刻的是爱我们，帮助我们的人，所以我们要相互关爱，相互支持帮助。记忆深刻的还有伤害我们的人，我们可不要用这样的方式让别人记得哦。精彩的人都是容易让人记得的。比如刘翔夺冠那次，我们记得了他，但谁记得第二名呢？所以我们相聚的时候尽量地展现自己，让自己过得精彩些。

生：艰苦的时刻也是不容易忘记的。

师：只是记得当时的艰苦吗？

生：艰苦中自己的奋斗，身边的朋友的关心与帮助。

师：是啊，我们念念不忘的可能就是我们奋斗的过程，以及

奋斗过程中身边的朋友。

生：快乐的时候也是容易记得的，如我的童年，我总会时时想起，那时无忧无虑的。一群小伙伴整天想的只是如何去玩。

师：童年的快乐是值得记忆，现在的快乐当然也值得记忆啊，所以要快乐。

生：成功的喜悦才是不容易忘记的，我学会骑自行车那天真是很快乐，虽然受了些伤。

师：是啊，通过努力，获得成功，现在大家都在为成功而努力，相信大家一定会记得现在的时刻。记住曾经奋斗的经历，以及奋斗过程中的身边的兄弟姐妹。

生：拔河比赛我们赢了的时候，那种激动，我想起来还感觉很给力呢。

师：那是我们共同努力的结果，我们应得的。

生：我们班是年级最大的班，老师的目标是做最优秀的班级，我想如果我们通过努力达到了我们自己的目标，相信我们一定会记得这样的时刻。

师：是啊，我们又回到了今天的主题，我们在同一节列车上，我们是生命的同行者，我们来到这里是有目的的，我们是在这里追求梦想的。我们来到这里从陌生到相识，相知，我们有了共同的目标，有了追求的方向。我们一起追求卓越。就如刚才你们所说的，我们的目标是勇争第一。我相信大家能够创造这样的奇迹，这将是我们的记忆。我在班级“真心话本”上写了一段话，相信大家都已经看到了，现在我再给大家读一读：身可分，心不离。有人要言分离。伤离别，总悲哀。

但我们四十班人不会分离。身可离，心不离，精神不离。无论在哪儿，你都是永远的四十班人。我们的四十班人追求大气，大度，大智，大勇矢志不渝。一生追求。我们四十班人崇尚文明，团结，爱心，感恩，追求崇高，不断改造自己。我们四十班人信奉勤奋，成功无捷径，不放弃自己，一生坚持。只要精神还在，你就是四十班人，我们也就在一起。你便是我的骄傲。我们所有的追求与成功，都将是我们的永久记忆。让我们共同创造奇迹！创造属于我们自己的记忆吧！

【班会后记】

这次班会其实是由学生引起的，学生由文理分科想到了大家将要分离而产生的舍不得的情感，我则抓住这个机会，引导学生把舍不得的情感转移到学习上来，转移到追求班级目标上来。学生只是想到了分离，其实一个班级就是一种精神，只要精神在，大家的心都不会分开，所以，大家要努力创造一个积极向上的班级精神，我则借势把班级文化又一次给同学们做了解读。就是我们的追求，我们的信念，我们要创造奇迹的精神等等。

班会后的效果是很好的，学生更加团结，学习也更加用功，知道了大家是生命的同行者，除了让别人因我的存在而幸福之外，还要让自己的人生更加精彩，这样才会被大家记得，我们的班级也将是我们人生精神的支持。

从学生出发，引导学生向正确的积极的方向发展，努力抓住教育的契机是非常重要的。处处留心皆教育。

励志教育 ■ 8+1 工作室 魏俊起

雄起

要过一个“蛮拼的”2015年

【时间】2015年1月12日（星期一）第八节班会

【班级】高三1221班

【班会背景】

今天是2015年第一次班会，学生刚刚参加完中原名校联考，成绩今天刚刚公布。由于是一轮复习之后的第一次考试，加上试题的难度有点大，学生的成绩不甚理想。我想借2015年的第一次班会鼓舞士气，激昂斗志。

2014年的最后一次班会课，我让学生给一年后的自己一封信，并与学生2015年的春节进行高中毕业之后的第一次聚会，在聚会上自己宣读自己写给自己的信。

【班会目标】

1. 鼓舞士气，激昂斗志，为期末加油；
2. 为大学一年级奠基，期望所有学生大学的第一个学期开个好头。

【班会过程】

一、导入

老师：今天班会是2015年的第一次班会课，第一次班会课我准备的时候有种神圣的仪式感，最终班会的题目定为《雄起——要过一个“蛮拼的”2015年》。班会题目定为“雄起”有两点原因：

第一，“雄起”在四川方言中意思是“加油”，零八年汶川地震时“四川雄起、中国加油”曾喊遍大江南北。借此给大家2015加油。

第二，我微信的名字叫“雄起”（学生窃笑），我的名字叫“魏俊起”，2015对我本人来说也是非同寻常的一年，大学毕业十周年，参加工作十周年，来一中工

作十周年。借此为自己加油。

二、欣赏《南方周末》2015年新年发刊词《你对美好的向往关乎国家的方向》

师：《南方周末》每年新年的第一期报纸都有新年发刊词，大家知道吗？

生1：阳光打在你的脸上，温暖留在我们心头。

师：对，那是1999年的新年发刊词《总有一种力量让我们泪流满面》。

生2：我们比任何时候都接近梦想。

师：对，2015我们比任何时候都接近梦想，对吧。

学生若有所思，会心微笑，大声回答“对”。

师：那么2015年《南方周末》的新年发刊词是什么呢，让我们一起欣赏《你对美好的向往关乎国家的方向》。

生：好。

三、欣赏清华学神——清华大学电子工程系2011级学生韩衍隽在清华大学本科生特等奖学金答辩会上的视频

师：我们刚才欣赏了《南方周末》2015年新年发刊词《你对美好的向往关乎国家的方向》，我想给大家说的我都用红色字体进行了标注，我们在一起来看一下。

师：个人、家庭、社会是相互统一的，套用这篇发刊词的题目我想说2015年“你的努力关乎家族的命运、关乎一中的未来、关乎国家的方向”。有些同学不是很相信，拿吗我们看看被称为清华学神的韩衍隽的视频。

生被韩的成绩惊倒、被韩参加竞赛的成绩惊倒、被韩的社会阅历惊倒。

师：看完视频，我们再来看看媒体的报道。（《南方都市报》2014年11月4日报道，学生感叹一片）

师：那么，如此牛的成绩是如何取得的呢，大家想知道吗？

生：想！太想了！

四、清华人都如此努力，那我们呢？

那么作为高中生的我们因该怎样做呢？

五、Mini马拉松私人定制

师：请大家将私人订制版目标卡制作好，贴到你桌子的桌面上，时时看到，提醒自己，努力不断。如果我们坚持下去，那么

一五年新年我们再相见的时候，你一定是最优秀的一个，让我们一起期待。同是也请大家记住今天班会的主题《雄起——要过一个“蛮拼的”2015年》，让我们大声的呼喊——雄起！

【班会反思】

班会要找准契机，今天是2015第一个班会，给学生一次鼓励、给学生好好的加油，同时也鼓舞自己。

对学生的教育不仅仅是现在，更是未来，今天埋下一个种子，期待着明天的收获。光阴之箭已经穿越年轮，抵达2015。

附一：你对美好的向往关乎国家的方向

在这个南方温暖的新年元旦里，我们凝望着波澜壮阔的中国，仍然能听到，那些向往美好的心声有如横扫九州的滚滚春潮。

面对新年，人们常认为从此可以放下过去，同时无限畅想未来。然而，过去一直是未来的因果线索，历史也从未真正受到任何人工时间刻度的束缚，它一直自有逻辑。

2014年发生的许多事，可以在2013年里找到缘由伏笔。我们也相信，在2015年，同样还会感受到来自2014年的雷霆万钧。

是的，我们刚刚度过了雷霆万钧的一年。在这一年，四十多只大老虎被打落在地，他们中包括四名副国级官员。尽管这场被称为“输不起”的反腐斗争早在一年前已显露端倪，但它对国家和民族的深远影响，或许才刚刚

开始。

人们往往期盼自己能躬逢一个大时代，但真当身处其中时，又是否有能力完整了解时代的面目与意义？

当然，这并不妨碍我们要努力在当下绽放真实的自己，就像每一个被历史铭记的大时代，都曾留下过独一无二的生动印记。

刚刚过去的2014，当然还不仅仅只有打虎拍蝇。它确立了“宪法日”，对依法治国、宪法权威表达了信仰与敬畏；它加大了简政放权，鼓励全民创业；它是宣示“我们不惹事，但也不怕事”的一年，它也是一些人在“单独二胎”与生活现实间纠结的一年；它期待新型大国关系成为世界稳定的“压舱石”，它见证美国、香港证交所里中国面孔创造IPO纪录的狂欢；它听着马航乘客的家属悲伤哭泣，它看着昆明火车站的保安持棍救人它是过去，它也是现在；它是历史，它也是未来。

在这个南方温暖的新年元旦里，我们抚今追昔，因为我们知道，历史一直自有逻辑。

其实归根结底，历史的最大逻辑就是人的逻辑，推动历史前行的最大力量就是符合人民利益。正如2012年执政党做出的庄严承诺：人民对美好生活的向往，就是我们的奋斗目标。

人民就是全体的我们，你就是人民之一，你对美好的向往关乎国家的方向。

你要敢于向往，敢于生活，敢于争取，敢于改变！

你也要有条件向往，有条件劳动，有条件进步，有条件幸福！

你还要坚持向往，坚持自我，

坚持真理，坚持善良！

是的，相信吧，世界本应如此。一切的一切，都应从你出发，又归于你。归于你的生活，归于你的生命，归于你的历史，归于你的意义。

在这个南方温暖的新年元旦里，让我们一起来凝望这波澜壮阔的中国。我们要真诚地祝福你新年快乐，祝福你向往美好，祝福你梦想成真！

附二：清华人都如此努力，那我们呢？

导读：看看清华人是如何学习与生活，再看看自己是如何度过一天的，本来聪明的人就很厉害，而既聪明又努力的人简直无敌了，还在堕落和迷茫的同学，赶快醒醒吧！

一、永远不要说你已经尽力了

我在高中时体育特别差，跑1000米都很要命，从来都是不及格。到了清华之后，第一节体育课，老师告诉我们每年要测3000米长跑，跑不过不许毕业，取消推研资格。怎么办？于是每天晚上10:30，我们的自习教室关门，操场上的人就多起来了。跑半个小时再回寝室继续学习，练了一个学期，我瘦了40斤，最后考试的时候我仅用了12分56秒就跑下了3000米，我们班最胖的人也在15分钟以内跑完了。清华校训“自强不息”给我的影响非常大。所以永远不要说自己已经尽力了。什么叫成功？人们死活不相信你能做到的事情，你做到了，这就叫成功。

二、怎样挤时间

大家如果到了清华可以看到，所有的学生骑车都是飞车，走路几乎都是小跑。你很快从校门走进教室就可以比别人多看一会书，多做一道题。时间久了，日积月累，你就会在时间上占有绝对的优势。充分利用课间10分钟，我们一天可以挤出将近两个小时，可以比别人多做一套题。所有人脑子里想的都是利用别人休息的时间来充实自己，使自己在今后的竞争中占据优势地位。同学们不要把清华的学生想得太牛了，清华学生中智商超群的人至多占学生总数的1/4。他们比你们多的东西只是对待自己未来的态度。清华学生身上有一种非常令人敬畏的精神力量。他们可以为了自己的目标放弃任何诱惑。就算在大年三十，清华的自习教室也会人满为患。用一位美国教授的话说：“Students of Tsinghua, no Saturday, no Sunday, no holiday!”就是这种精神铸造了清华的神话。不这样就很难考上清华。

三、给自己找压力

巨大的压力才会有巨大的动力。清华的学生有的也不是那么喜欢学习的，但是清华的要求极为严格，四年之间只要一科不及格就取消推研资格，三科不及格就退学了，所以我们都疯狂地学习。大二的时候，我们有一个夏季小学期共两周。第一周周一上午，我们在一间教室上了两个小时课，学了计算机的VHDL语言。下课老师要求我们在周五之

前编出一个主频30M的CPU来。

所有的人都疯了，因为上午根本就不知道他在说什么。后来我们知道，在其他大学的电子系这门课要学一个学期的。但是老师说得很清楚了，做不出来就不及格。于是大家就疯狂地跑到图书馆借书，回去废寝忘食地看，第一天看不懂，第二天稍有点明白，第三天白天编了几个简单的程序，晚上开始正式编程，编到凌晨3点，周四编了一天加一个通宵，周五早上8点通过了验收。在此之前，我们没有想到我们还可以在这么短的时间里做这么多事，但是在巨大的压力之下我们完成了。

四、情感问题

高中阶段的感情是非常美好的，那种感觉很甜蜜。但我觉得高中时候谈恋爱太麻烦了——你得偷偷摸摸的，不能被老师和家长知道，但是又一定会被发现，然后一次又一次地被找去谈话，最后只顾着烦了，什么甜蜜的感觉都没有了。就算是上了大学，清华的情侣们到了大四也是基本都分手了，所以我们好多大学的同学觉得与其费心劳神地找个女朋友还不如安心学习，于是清华就有了“本科僧”“研究僧”的说法。正是这些过着苦行僧生活的学生使得清华的学风在世界上都有口皆碑。我们这个年龄多学一点安身立命的本事比寻求那些短暂的甜蜜要有意义得多。我给大家的建议是，我们不妨做四年“本科僧”，千万不要到了最后发现自己浪费了太多的时间和精力而自责和苦恼。

五、不要抱怨老师不好

清华的老师做研究都是大牛，但是几乎没有老师好好给本科生上课。没有人教你怎么办，你不会倒是不正常的了。有一次上微机原理课，老师说，今天回去用Protel把课上的电路模拟一下。同学们都说，我们是这辈子第一次听说这个软件。老师说：“这是电子工程人员必备的软件。”转身就走了。没办法，我们回去在图书馆熬了3天终于把这个软件学会了。一次数学课，老师让我们回去用MATLAB画一个三维的图形。同学们都说没学过——这好像是数学系的一门必修课，老师只说了一句：“没学过？回去学呀！”我们又是在图书馆耗了好几天，基本弄明白了。所以，当你觉得有哪一科学得不太好的，一定不要埋怨客观条件，自己的努力才是成功的基石。

六、好的身体是一切的本钱

同学们如果真的要为自己的理想拼命的话，必须好好锻炼身体。清华的口号是“为祖国健康工作50年”。所以清华的体育课之所以要求那么高、那么严格，就是逼着大家好好锻炼身体。现在，我们班今年有20个人报名参加北京国际马拉松（全国报名的大学生只有5000人，清华就有3000人）——一是为了体验一下，二是对自己的耐力很有信心。推荐大家多练习长跑，最好每天跑个1000米。相信吧，等你们到了一流大学需要熬夜做研究的时候，你们将会发现自己大学打下的身体健康根基是多么重要。

励志教育

用嘴“咬”出来的希望

■ 8+1 工作室 黄磊

【时间】2014年12月22日

【班级】高三1239班

【德育背景】

高三一轮复习即将结束，许多学生经过半年的历练，仍然没有达到自己想象中的高度，由于高三学生深受“一轮定乾坤”的影响，许多同学就感觉自己没有希望，这个时候借助班会，利用榜样的力量给学生注入精神动力，让他们坚信只要坚持下去，就一定能够做到最好的自己。

【班会目标】

1. 提升学生的精神动力；
2. 引导学生能够再接再厉、坚持到底。

【班会过程】

一、教师导入

师：同学们，请大家每个人拿出一张纸。

（学生叽叽喳喳，有人问什么纸？这样的纸可以吗？）

师：请大家拿起笔，在纸上写上自己的名字。

（一些学生嘴里嘀咕：不会是让背写社会主义核心价值观吧！）

师：请大家把笔放下。用嘴把笔叼起来，要注意不能够借助手的力量。

（这下学生乐了，纷纷开始做这个动作，教室的气氛迅速被点燃，有些调皮的学生用鼻子和上嘴唇把笔夹住了，还洋洋得意的给别人炫耀。）

师：现在请大家用嘴中的笔写出自己的名字。

（班里的学生更乐了，刚才用鼻子夹着笔的同学顿时傻眼了，但是大家都非常认真的在用笔尽量把自己的名字写到最好！大多数学生是完成不了了，即便是完成了，也是歪歪扭扭！）

生：这太难了！

师：我知道这很难，那么让大家写个简单的，大家一起来写几个数字。请并排写出5、4、8。

（学生这几个数字相对写的还可以，但是由于嘴的力量不够，写出的字没有一点力量！）

师：大家每个人都写出了548这3个数字，其实这3个数字背后还隐藏着一个故事。

二、中牟无臂青年吴建平用嘴咬笔答卷，高考考出548分

师：现在我们来看一段2011年一篇新闻报道的节选。

中牟无臂青年吴建平用嘴咬笔答卷

高考考出548分

吴建平5岁那年在麦田里玩，不小心碰到了变压器，瞬间失去知觉。醒来时，两只胳膊已经变成了黑色，还有一股焦糊味。“因为双臂烧焦，所以只能截肢。我从此失去了双臂。”

上初中后，学校离家有四五里地，每天要往返四趟，为了不影响学习，腾出更多的时间，他学会了骑自行车。

临近中招考试前，吴建平又遭遇了一次惨痛的意外。那天，下着大雨。在放学回家的路上，骑着自行车的吴建平因躲避农用三轮车，一下子摔倒在玉米地里，造成锁骨粉碎性骨折。吴建平带伤参加了中招考试，以10分之差落榜。“我一定要上高中，就去了县教体局。那是我第一次去县城。”吴建平说。

很幸运，在中牟县教体局，有关负责人被他的精神打动，破例将吴建平安排到了中牟县第二高中。

刚到时，他的成绩很差，排在全年级1600多名。但是，吴建平很有上进心，每天学习到深夜一两点，到毕业模拟考试时，已经是全县第三名了。

“他的精神带动了全班的学生，形成了良好的学习风气。”吴建平的班主任贺老师说。

2011年他以548分的成绩被郑州轻工业学院录取。“他这次的成绩没有发挥好，主要是卷子没写完，要不然不会是548分。用嘴写字肯定赶不上用手写。”他的班主任贺老师不无惋惜地说，“我希望他能上个好学校实现他的梦想。”

三、励志青年今毕业

师：四年前的励志青年用自己的努力和汗水，踌躇满志地走进了大学校园。三年半后的今天，他即将大学毕业，他的未来又在何方呢？2014年的12月8号，他走进了天津卫视求职类节目《非你莫属》

的舞台，他将有怎样的表现？没有双臂的建平又能够打动在场的老总们给自己提供职位呢？来让我们一起看看他的表现。

（播放《非你莫属》12月8日吴建平求职）

四、三个思考

师：视频看完了，建平在求职道路上遭到了各个老总的疯抢，我想大家一定有自己的看法和想法。首先，问大家第一个问题：

吴建平为什么遭到疯抢？

学生1：其实各个老板被他的事迹所感动，我觉得有感性 and 激动的成分在里面，对于一个刚刚毕业的大学生而言，20万的年薪有点夸张。

学生2：他是一个能起到激励自己员工和其他人的榜样，我觉得很多老总是想让他激励自己的员工，起到一个模范带头作用。

师：这个同学说的很有道理，确实会有一些老总有这样一些私心，正如优胜教育老总说的那样，其实他是有私心的，他就是想让用他的事迹来教育和感染他的学生。不知道大家还记不记得主持人曾经说过这样一段话：“他的励志故事可以激励别人，但不能以此为生，他的身上的这些光环是无价的，我最讨厌的就是这些无价的东西被所谓的商业化的价值来评估，这是极为可耻的，希望台上的老总不是这样一种人。”甚至我还相信，有些商家想以此来宣传自己的公司，起到广告宣传的作用。

（大家都点头表示同意。）

师：大家想一想，难道建平就没有自身的优点能够吸引到老总们吗？只是这些外在的原因吗？

学生3：我觉得他在那么艰难的状况下，没有双臂都能够克服困难，取得成功，我相信他吸引老总的还有一个重要原因是：老总们认为，交给他的任务是可以放心的，他一定能够克服各种困难，最终出色的完成的。

师：大家说的都非常好，是的我们只看到不好的一面而忽略掉最本质的东西，那么我还想问大家第二个问题：

当时有那么多愿意出高薪的公司，有的甚至出到了年薪20万，吴建平为什么偏偏选择了月薪5000的优胜教育？

学生4：推荐人曾经说过一句话：拿的多，不如拿的久。对于一个刚刚毕业的学生而言，他知道自

己的能力有多少，该不该拿那么多的钱，他一定是考虑到了公司为什么要给他开这么多的工资，说不定是可怜他，而没有把他当成一般的毕业生看待。

师：大家有没有记得中间插播的一段节目结束后采访建平的一段话。

学生5：他当时是这样说的：“听到这个20万的时候，包括这个过万的薪金的时候，我的心里像被针扎了一样，我特别怕出现这种情况，我觉得我知道我有多大能力！你看到我多大潜力，你就给我开多少工资，我一个应届毕业生，年薪拿20万，我觉得我虽然很自信，但是还没有自信到那个程度。”所以他自己是有自知之明的，他想从基础做起，一点一点地提高，而不是把自己提高到某个高度，有一天摔下来会很疼的。

师：大家说的太好了，不过我感觉大家漏掉了一个细节，大家还记得他刚进来的时候，他想找什么工作吗？（噢！！大家好像恍然大悟！）

学生6：他说他想找一个教育培训相关的工作。他很冷静，一直记得自己的目标，不被外界所打扰。

师：是啊！我觉得这估计是最大的原因，正是因为他有这样一种有了自己的目标，就坚定不移的去追求他，不被暂时的利益和诱惑所迷惑的精神，才走到了这样一个高度，正如他自己所说的：我在很多事情上都能做到比90%的人更优秀。这句话是有内涵的，也是值得我们所有人学习的。那我再问最后一个问题：

他2011年考了548分，大家觉得吴建平为什么能学得这么好？

学生7：我觉得是毅力，他肯定在求学的过程中遇到过比我们更多的困难，但是他从来没有放弃，一直坚持了下去，所以取得了这么好的成绩。

师：真的是这样，而且我个人认为，吴建平要想取得548的成绩，他必须有600分的能力，因为他由于是嘴写字，他深知自己的语文和文综是写不完的。他要想具备600分的能力，他必须付出650分的努力，因为他在学习中遇见的困难会更多。我知道这样说没有经过科学的计算和依据，但是我觉得这是有可能的。（大家都点头表示支持！）

学生8：他一定是有强烈的求学的愿望，因为作为一个残疾人，他深知自己必须靠自己的努力来赢得将来与别人公平竞争的机会，（下转第58页）



恭贺佳节

今晚秋月分外明

■ 8+1 工作室 秦望

【德育实录】

早饭后我把班委成员叫到外面开了个短会，商量开中秋晚会的事，初步确定在前面草坪上开，他们去准备节目。

我一个人“偷偷”去超市购买中秋晚会的食品，我要给他们一个惊喜。月饼当然是不可少的了，售货员吃惊地问为什么买43块儿。她大眼睛忽闪着，满脸疑惑。保密！我也笑着，什么也不说。转到水果摊上，挑了几大串香蕉，转过另一面看见热气腾腾的板栗，忍不住推着购物车过去，哇！还有玉米花儿。板栗挑大个儿的买43个，玉米花儿体积大不好拿，只好买22袋，保证每两人一袋儿。东西已经满车，推着去结帐，路遇蜜桔，看着黄澄澄的桔子，想想孩子们见到时的馋相，忍不住又购了五袋儿，算了算，大约200元，心满意足地去结帐。大包小包搬到电动车上，好在超市离学校近，一手扶着东西一手攥着车把，徐徐驶回学校，径直骑车到班级。

这节课是数学课，陈老师正组织学生自己讨论，我叫了几个学生，把东西往教室搬。

班长说：“还不被他们抢了！”

我说：“人人有份儿，告诉大家先不要动。”

下课了，我见酒婧优和几名同学在用计算器算钱。

我说：“不要算了，这次是我请大家的。”

酒婧优激动地跑到前面：“感谢老班给我们买了这么多好吃的。”（同学们热烈鼓掌）

我说：“中秋节是一个团圆的日子，由于高考备考的特殊时期，我们不得不在这里过，无法与爸爸妈妈团聚，0501也是我们的家，我们在一起过高中最后一个中秋节。”

孩子们高兴极了，个个脸上荡漾着笑意。

我接下来说：“东西人人有份儿，千万不要馋

【时间】2007年9月25日（星期二）第二节夜自习

【地点】河南省济源第一中学梁园南草坪

【班级】2005级（1）班

【背景】

由于今天是传统农历的中秋节，因为已经高三了，学校没有放假，所以这也是学生们高中生涯里最后一个中秋节，我决定第二节夜自习改开中秋晚会。

嘴偷吃哦！”

众人大笑。整个教室洋溢着生活的热情。

第一节晚自习结束铃声一响，同学们便按捺不住激动的心情，奔向草地。

酒婧优和张晶波两个小精灵主持晚会，在草地上坐下后晚会开始了。

优、波：亲爱的旺旺老师（这是学生对我的爱称），可爱的同学们，中秋晚上好！（掌声热烈）

优：今夜风徐徐，

波：此时秋意浓浓，

优：花影动花儿红，

波：月桂香月儿圆，

优：在这花好月圆人团圆的时候，

波：在这你好我好大家好的日子，

优：我们0501班43位大侠，

波、优：在此欢聚一堂！

波：这一节课没有讲台，没有黑板，

优：没有课本，没大没小，

波：就笑吧，就闹吧，

优：就吃吧，就玩吧（同学们笑成一团）。

波：给我们这一家子一个美满的中秋回忆。

优：Are you ready，

波、优：ok!let's go!

波：首先上场的是0501公认的美女寝室成员：5-1-20的翟心伟、李家、李林林、张东岳。

优：请她们闪亮登场，高歌一曲《水调歌头》。

明月几时有 / 把酒问青天 / 不知天上宫阙 / 今昔是何年……

四人轮流，一人一句，然后合唱，有跑调的，有故做深沉的，有顶不上高音的，有嘻嘻哈哈的，王菲的这首顶好的歌一下子全变味了味。不过却融入了0501班的幸福、笑声、欢乐，台上表演，台下

沸腾。有的啃月饼，有的嚼着爆米花，有的品尝着香蕉和桔子，还有坐在前面的几个女生忙拽了几把野草（真是现成的物美的鲜花）卷成一束，带着无尽的笑意，插在了歌唱者的头发上，真是一群小鬼，调皮得很。

波：我班阴盛阳衰（高中文科班），让我班12位男生合唱《阳光总在风雨后》吧。

见状，我也冲了上去，学生马上明白我的“企图”，热烈鼓起掌来，男生们也深受鼓舞。我们13位男生肩并肩，手臂互相搭起成波浪状吼着，尽管唱得并不动听，可却颇有气势，这时“献花儿”形成高潮，有几个女孩儿不停地给我献“花儿”，并把“花环”戴在我的头上，把我打扮成了《红楼梦》里被捉弄的刘姥姥了！咳！豁出去了！随她们闹吧！于是我还不停地表示感谢，女生们更是笑得直不起腰！

优：接下来有请刘婷和李文燕合唱京剧《唱脸谱》。

外国人把那京戏叫做 bei-jing o-pe-ra/ 没见过那五色的油彩，楞往脸上画……

两人唱腔圆正，引来阵阵掌声，叫我刮目相看。真没有发现她俩还深藏不露啊！看来我们班真是藏龙卧虎！

一曲唱完，众人起哄：主持人来一首！主持人来一首！

波：那就有请酒婧优为大家献上一曲《月儿弯弯》吧。

月儿弯弯挂在天上 / 月亮岛啊难拾难忘 / 我的爱啊你在哪儿啊 / 何时能回到我身旁

（主持人的音色优美圆润，引来阵阵掌声。）

优：我们做个游戏好不好！

众人齐喊：“好！”

波：下面进行抽签儿游戏（签儿是早制好的，就是每人写一句祝福的话，不写祝福的对象和署名）抽到签的人如果猜到是谁写的，就可以点歌，猜错的话就要唱歌！

我听了之后禁不住表扬：真不知道你们是怎么想到的，这样的游戏既有趣，又浪漫！猜对了当然要得意，猜错了，被罚了也会心甘情愿的！哈哈！你们说是不是！

齐声：是！

接下来开始便既紧张兮兮又其乐融融的抽签了，

有的已经准备好节目的同学甚至巴不得被点歌！

便签儿一：还记得咱俩昨天用绳量的结果吗？

你的腿竟然比我的腰还粗！狂晕！减肥啦！

便签儿二：祝0501班的同胞们；想瘦的快快瘦下，想胖的快快胖起来；想长高的再提高点儿；想变低的再想开点儿；想变漂亮的去找张晶波讨秘方；想变丑的自己拿镜子多看两眼也成；当然，to everyone，成绩无论你想不想要，都钻到你口袋！来者不拒嘛，中秋快乐！

便签儿三：今晚的板栗香吧，那是我施了法的；今晚的香蕉甜吧，那是我祈了愿的；今晚的月亮没出来吧，那是被你气的，今晚的你开心吧，那是我早预料到的；今生的你幸福吧，那是我诚心祈祷的！

每读一张便条，都令人捧腹大笑。真不知道他们的语言这么鲜活，他们的思维这么独特！看来还真不能小看这些“小鬼头”！虽然我已经和他们朝夕相处近半年了，如果没有这个晚会，没有这个游戏，我还不知道有些学生如此调皮有趣的一面呢！

同学们拿我开涮，我坐在草地上耍赖。

“不许耍赖！”大家喊道。

我没有办法，只好胡唱《蒙古人》，谁知嗓子不听使唤，唱了几句忙叫我抽签抽到的人来救场，经大家检举，我抽到的签儿是李文燕写的。

燕子惊呼：“老班，我们还真有缘哩！”

歌星来了，我得救了，燕子的歌自然又引来一片贺彩。

一曲毕，我忙站起追上燕子握手，“谢谢燕子救场，谢谢燕子！”燕子看我这样郑重其事地表示感谢，开朗活泼的她都有些不好意思了，其他同学更是乐开了花。

一节课过得真快，马上要下课了。

波、优：最后，让我们全班合唱《姐妹弟兄》，大家唱了起来：

当双眼讲述着真情永恒 / 告诉我生命的嘱托有多重 / 爱与被爱中见证你职责的神圣 / 因为你把我当作姐妹弟兄……

笑、疯、闹，想怎样就怎样，大家年轻的心放飞着，下课铃儿还是无情的响了，可我们的心却早已高飞，飞向与幸福而永远的快乐，返回教室途中，路遇别班学生，引来一声声羡慕：“好浪漫哦！”

今晚，孩子们玩儿的非常开心，月亮虽然时隐

时现，一轮小月，但我们的心里却分外明亮，这个特别的中秋晚会会珍藏在每一个人的记忆深处。当你与学生的生命融为一体时，你便拥有了一个班。（摘自我当天的教育日记）

【教后札记】

我把这次班会实录发到《教育在线》上，下面是几位网友的回帖：

张万祥：历史教师不仅有强烈的事业心，而且富有创新开拓的精神。这场中秋晚会，是青春飞扬的晚会，是温情温馨的晚会，是充满诗情画意的晚会，是铭刻在学生心灵的晚会。在此情此景中，还需要讲什么思想教育吗？一切尽在不言中。

红霞：历史老师善于捕捉教育时机，给学生以美的熏染，足见其工作之用心。

陈晓华：好久不见，大概是忙得团团转了吧。高三了，这样的生活不多，学生会很在意，在月光下，一群烂漫的学生尽情挥洒自己的聪明才气，可以想象，那是美的盛会，大力支持！

【班会反思】

这次班会，我有以下几点感悟：

一、要善于捕捉教育时机

中秋，这是中华民族传统的家人团聚的日子，由于高三备考关键时期，学生无法回家，选这个特殊日子一起开个中秋班会就显得很特别。我一直认

为：学生应该有三个家，第一个家是有爸爸、妈妈的地方，那里充满了骨肉亲情。第二个家就是班集体，这里有了为了理想共同奋斗的兄弟姐妹，互相温暖、互相鼓励。第三个家就是寝室，那里是经过一天学习的劳累后兄弟或姐妹休息放松的地方。而这个中秋班会正起到了凝聚人心，强化同学们对第二个家认同的作用。

二、班会形式可以灵活多样

传统的班会大都是在教室里开，这次班会走出课堂，走进校园。在高三备考的紧张时期，起到了调节学生情绪，缓节压力的作用。

三、班会内容可以不拘一格

可能是明天就要月考了，也可能是昨天中秋晚会玩儿的高兴，今天的早读同学们来的格外早，早操跑的非常整齐、口号分外响亮。路过昨夜大家“疯狂”的草地，大家似乎都陷入了无尽的快乐中，好美！

（摘自9月26日的班级日记）

今年中秋节收到学生短信：“想起一年前的这个时候，咱们班还在没有灯光的草坪上乐翻天呢，好快乐，好怀念呀！”

这次班会，没有政治说教，没有中规中矩的刻板格式，内容策划完美与否已显得不是特别重要。正如张万祥老师所说，在此情此景中，还需要讲什么思想教育吗？一切尽在不言中。

（上接第55页）如果他没有知识的话，跟其他农民工一样去打工，又不能搬砖，又不能干重活，谁会要他啊，所以学习是他唯一的出路。

师：我觉得你分析的特别对，他除了学习，别无选择。有些时候我们就是选择太多了，结果才什么也做不成，所以要想做成一件事情，就不要给自己留后路，尽自己最大的努力去完成它，而且必须完成它，我相信我们没有什么做不成的。

学生9：我觉得他由于残疾，除了学习，根本没有闲心去玩，在下课啊，别人玩的时候啊，什么都干不了，只能学习了！

师：我觉得这个同学给我们指出了非常好的方向，我记得魏书生老师曾经说过，作为学生我们要避免“三闲”，大家知道什么是三闲吗？（大家叽叽喳喳说什么的都有。）

师：我听到了很多正确答案：闲话、闲事、闲思。我觉得建平应该是很少有这“三闲”的，所以他取得了这么好的成绩，虽然我们不能选择“残疾”，但是我们可以通过科学的方法来避免“三闲”。比如说我们最容易上课跑神，我们可以通过紧跟老师步伐，积极回答老师问题来解决。比如说我们自习课上容易有闲思，我们可以通过有详细的自习计划，并要求自己必须完成已给自己紧张感来避免。当然我相信我们每个人都有自己的想法，那么我布置一项作业，每个人好好想一想自己的三闲都体现在什么方面？你认为我们应该怎么做来避免三闲，下节班会课我们再继续探讨！

【会后作业】

思考自己的“三闲”体现在什么方面？怎么通过科学的办法避免“三闲”？

【时间】2012年9月21日

【班级】高一（33）班

【德育背景】

由于多方面的原因，当前的高中生因处理不好同学间的关系，进而影响自己的学业，严重的造成人格的不健全的事例有许多，需要我们认真分析并加以正确的引导，帮助学生渡过这一难关。与人交往是一种能力，对学生的终身发展起着相当大的作用，本着交流、尊重、宽容、独立的原则就能比较好的处理好同学间的关系。

【德育目标】

引导高一新生，在新的环境中学会与别人和谐相处，培养自己健全的人格，尽快适应高中生活。

【德育实录】

一、教师导入

同学们，从高一开学到现在，我发现在班内哭的不是一个人，在背地流泪，或者想哭的人也不是一个人，每天晚上总想给家里打电话的人有许多。课间总有几个孤独的身影在教室门口徘徊，这些现象说明存在交往困惑的中学生不乏其人，程度不一。我们大部分人、大部分时间是在学校度过，一旦发生什么不愉快或者遇到什么困难，很希望找个人交流交流、倾诉一下，而现实却是：有些学生不会和身边的同学接近，不会和别人交流，浅尝辄止的尝试、交往失败也渐渐打击了他们继续在班里发展朋友的欲望，开始对班里的同学产生交往逆反，不愿在周围发展朋友。慢慢会变的孤僻，不但学习成绩上不去，

人际交往

同学间如何相处

■ 8+1 工作室 张小中

而且会造成人格的不健全。

二、观看课件，讨论发言

案例1（教师利用课件展示第一个案例）

学生A：学习一直很自觉，成绩很稳定。初中的时候，有两个相当铁的同性朋友，建立了相当牢固的人际小圈子，幸运的是她们到了同一所高中，而且其他两位同学就在隔壁班，学习之余的其它生活，比如下课、吃饭、归寝、活动大部分时间都粘一起，她也没有什么特别不好的感觉，根本没有想到要在本班发展伙伴。一年后，由于班级的调整，她和原来的两位好朋友距离远了，曾经拥有的小圈子消失了，需要伙伴的时候，她惊恐地发现身边竟然没有朋友。看着班里其他同学说说笑笑，她觉得空前的孤独。碰到一些不顺心的事情，总想回家倾诉。

师：请同学们以小组为单位对这个案例进行分析，并给出自己的建议

（前后8个学生为一个小组，有组长、记录员、发言人）

大李航（第一组）：这个案例是高二学生的例子，但对我们有很好的借鉴作用，我们都是新生，来学校的第一件事，往往都是找以前的同学，这种现象很普遍。

师：大家再深入分析一下，

为什么会这种普遍的现象。

党文文（第二组）：老师，大家都有一种不安全感，陌生感哈！

范琰琰（第五组）：老师，我们组的观点是这位同学把自己套在一个小圈子里，他不敢走出来，害怕接触新的世界。

师点评：曾经有一个自己的小圈子，人在圈内势必对圈外的人有一种排斥，这种排斥会引起圈外人的反感。当A总是在圈内交际的时候，自然会疏远圈外更多的同学，不给同学交流的机会，时间久了在寝室、在班内都没有自己的位置。

交个好朋友的确不易，希望彼此永远在一起的心情也可以理解，但是我们要成长，生活范围、交往圈子、接触的人都要变化，我们就不能保守地抓住以往的朋友不放，而是每换一个环境都要重新建一个交际圈。所以，一首歌里唱得好：“千里难寻是朋友，朋友多了路好走；以诚相见、心诚相待，让我们从此是朋友结识新朋友不忘老朋友，多少新朋友变成老朋友愿我们到处都有好朋友”。

建议：只要有新的交流，就会有新的朋友，朋友更新是很自然的事情，是人际交往的一种正常的新陈代谢。一个学生周围的环境主要是由本班同学形成的，多和本班的同学交流，有利于在自己周围形成一个好的的发展环境。

案例2

学生B，性格内向，有自卑感，特想交朋友，但总怕别人不喜欢自己，怕遭人冷眼，不敢和人交往，

课余时间总独来独往，不和同学们一起玩。

师：请大家分析一下这个案例，提出自己的看法。

李迪：有这种感受的人有很强的自我保护意识，处处怕被别人伤害。这是一种幼稚的、不成熟的人际交往模式。在人际交往中退缩的人，并不是不愿意与人交往，而是担心自己主动与人交往时，别人不理睬怎么办，或者别人不热情怎么办。当他们忐忑不安、鼓足勇气、小心翼翼地与人接触时，如果遇到对方大方热情地回应，尚能鼓舞他的信心，如果对方是同样拘谨的人，回应得不像他想象的那样热情，他就可能揣测别人是不是不喜欢自己？如果真如此，那就先封闭自己吧。于是，他会采取一种妥协的处理方式，在惴惴不安中更加退缩。

师：分析的很好，你能给这样的同学提一些改变的建议吗？

李迪：我想，首先增强自己的信心，再有就是班里还是好人多吗？要相信大家。

师：同学B，是过于自尊，正确认识自己，愉快地接纳自己，以自我评价为主，正确对待他人评说。有的学生之所以不和别人一起活动，是因为他们对自己没有正确认识，以为别人可能不喜欢他（她）的加入，这只是他们的一种主观猜测。正像大象、小兔和长颈鹿不能相互比较一样，每个人有自己的“自我意象”，每个人的个性、能力、社会作用等，都是他人不可替代的。你也是世间唯一的存在，有什么理由不自信呢？我想告诉这些学生，

而且有的事情，你跨出了第一步，只要再往前走一小步就会看见新的自我，关键是这时候你能不能坚持走第二步，还有没有勇气挤一个微笑给自己看。

建议：该出手时就出手，交往是需要勇气的。当你的脸皮足够厚时，会显得更有风度，有包容的气度。

师：下面我们再看一个相反的案例。

案例3

学生C：每天早上起的较早，她一起床，动作特别大，水笼头开的震天响，寝室不得安宁，同学们很有意见，她自己认为自己以前就是这样做的，没有什么不对。同学们对她有意见，在寝室很孤立，她自己也很痛苦。

师：类似的情况大家见过没有？

众学生：经常见，牛人。

付瑞桥：我认为，上一个例子，是少自尊，这个例子是不尊重别人。

李静：类似的情况几乎每个人都遇到过，我们真的希望这些的同学，能够多为别的同学想一想，很影响同学感情和住室和谐。

师：看来大家对这类情况都比较反感，下面让我们来分析一下其中的原因。

点评：美国心理学家马斯洛在他的人类需要层次理论中讲到，尊重的需要是人类固有的，尊重分自尊和他尊。

同学C：缺少他尊，是因为以自我为中心，不尊重别人。

为什么我们的同学没有意识到自己的做法不太合适，是因为她把在家里、把以前的做法，带

到了学校。环境变了，他（她）的习惯没有变。

家庭规则：要求及满足（以亲情为基础）。

社会规则：合情合理则满足（以平等为基础，合理的成份更多一些）。

比如熄灯后往家里打电话：合情，但不合理。同学们我们是否应该在不同的环境主动适应不同的规则呀？

学生：应该！

案例4

一节历史晚自习，我随意去教室看了看，发现梅子用双手捂耳，摇头晃脑的在背书，可她身后的雨蒙的动作却吓了我一跳，一只手拿书，另一只手拿圆规尖朝前对着前面的梅子，我收了雨蒙的圆规，她在教室哭了半节课，后来一问，原来是梅子背书时向后靠到了雨蒙的桌子。

高志平：这样的学生，我没有见过。

孔春源：心胸太小，不能吃一点亏。

师：下面我给大家讲一个故事。清代中期宰相张英与一位姓叶的侍郎都是安徽桐城人，两家毗邻而居，都起房造屋，为争地皮，发生了争执。张夫人修书张英。张英做诗劝导老夫人：“千里家书只为墙，再让三尺又何妨？万里长城今犹在，不见当年秦始皇。”张家见书明理立即把院墙主动退后三尺；叶家见此情景，深感惭愧，也马上把院墙让后三尺，这样张、叶两家院墙之间，形成了六尺宽的巷道。成了有名的“六尺巷。”曹植在他的文章中写到：“天称其高者，以无不覆；地称其广者，

以无不载；日月称其明者，以无不照；江海称其大者，以无不容。”

宽容是一种坚强，而不是软弱。宽容是以退为进，积极的防御，宽容所体现出来的退让是有目的，有计划的，主动权掌握在自己手中。忍不是宽容，是一种无奈和迫不得已。朋友有错，做老好人，也不是宽容，真正的朋友应该以委婉的方法给同学提出建议帮同学改正。

黄梦林：老师，这个故事让我懂得了，对人宽容是一种心胸，是一种高度。

师：希望大都有一个宽广的胸怀，宽容是以爱心为基础的，宽容自己不就是宽容自己哈，我们会在宽容别人的同时得到许多快乐与幸福的。下面请大家看最后一个案例。

案例 5

有一位同学，对人很热情，朋友也很多，近来她很苦恼，经常有同学请她帮忙，占了她大量学习时间，有一次一个同学要演讲，来求她写演讲稿，写吧耽误学习，不写吧对不起朋友。

李师：这个案例说的就是我，老师，怎么才能一方面处理好朋友间关系，另一方面又不得罪人呢？

师：再近的同学，也要给对方独立的空间，这也是对朋友的尊重。同学间是一种朋友关系，不是自己的附属品。帮助同学是一种美德，但应有两个前提：（一）帮助是否在自己的力所能及范围之内（二）你的帮助是否对同学的发展有利。依据这两点，这位同学应以合适的方式向同学说不。

师：同学们，这节课，我们

分析了五个案例，这五个案例都是发生在学生中的实事，反映了我们高一新生在相互交往中的一些困惑。交往是一种能力。同学间如何相处？我向大家推荐四个词。

（板书：交流、尊重、宽容、独立）

只有和身边的人相处好了，才能心情舒畅的进行学习与工作，否则就是孤独的大雁在单飞。现在常常碰到“人脉存折”一词，我们不妨用好莱坞流行的一句话来解释它的含义：“一个人能否成功，不在于你知道什么，而在于你认识谁。”走上社会，都想成功，除了知识储备、专业素质的竞争外，一个人在人际关系、人脉网络上的优势也不可小看。中学时代，如果只顾学习，不考虑怎样与人相处、与人沟通、理解他人，恐怕连将来的大学生活也不会是十分愉快的，交往能力需要反省和累积。

人和人之间关系其实很简单，你对他笑，他也会对你笑。“人类本质里最深远的驱策力，就是希望具有重要性。”每个人都希望自己不重要。安静、认真听完别人讲的话，然后鼓起勇气发表自己的一些看法，与他们进行交流、沟通。了解别人包括他（她）的需要、渴望，能安慰别人，慷慨、真诚地赞美别人，因为没有人不想听好话。

如果你愿意付出时间接受别人，愿意露出笑脸倾听别人，愿意鼓起勇气加入他们，共同体验生活的细节。祝贺你，你就要找到自己的朋友了。

【德育反思】

本节班会选的主题适合高一新生刚入班的阶段使用，高一新生刚入校，是高中三年的一个关键点，如果在这个关键点上学生迎风而上，有一个好的开端，对学生三年的发展是很有利的。而因处理不好同学关系而导致长时间不适应高中生活的学生不在少数。

高中生处在思想品格和世界观形成的阶段，高中三年是人生筋骨血肉成长最快的三年；人生意志品质形成的三年；决定一个人今后命运的三年。在这三年中他们要经历许多的压力与挑战，教师都希望自己的学生在集体中心情舒畅的迎接压力，迎接挑战，走好人生关键的这一步，但是由于家庭构成、经济状况等因素的影响，现在的学生具有了明显时代烙印的个性特征：由优越感而产生的自以为是，却又经受不了挫折，因而优越感的背后是不易容忍，是脆弱；或由孤独感而产生的敏感排他性格，而孤独感的背后是难以融入人际关系环境。

作为班主任，我们在实际工作中，会遇到学生的许多问题，但“百病由心生”，关注学生的心情健康，给他们以适当的心理引导是班主任工作必不可少的一个方面。

本节班会，以学生的真实故事为实例，案例来源于学生的生活，容易引起学生的共鸣，课堂讨论热烈，学生发言积极，重在引导学生对案例进行较深入的思想分析，并提出自己的建议。不足之处是没有设计让学生自由表达处理同学关系时存在的困惑。

【时间】2012年10月8日

【班级】高三(14)班

【德育背景】

教育肩负教书育人的崇高使命,作为教师特别是班主任,学生的成长成才与我们的引导教育更是紧密相关。在这个物欲横流、追崇时尚、充满躁动的社会环境下,德育高于智育,想成人后成才是我们义不容辞的责任。同时,在片面追求升学率的大环境中,没有了智育我们也无法生存,如何在现实环境下实现德育和智育的双丰收是我们每个教育工作者都在思考的问题。作为教师我也希望我的学生在德育和智育两方面都有收获。

【德育目标】

1. 唤醒学生的社会公德, 呼唤学生做个有素养的合格公民;
2. 领悟成功学习的方法。

【德育实录】

一、教师导入

同学们,国庆长假悄然而过,我们高三学子是在拼搏奋斗中度过的,为了高考,我们也别无选择,大家没有怨言、全身心投入到备考复习中,相信我们的努力付出必将在明年六月的高考中得到回报。为了让大家不错过每年唯一的十一假期,今天让老班带领大家到全国一些重点景区看看,(当然是通过视频画面)看看我们从中有何感想和收获。下面就让我们一起到北京天安门广场和海南三亚海滩一起看看吧。

收看视频、幻灯图片(天安门广场及三亚海滩景点)。

请同学们在看的同时思考一下问题:1.看完这两段视频和几组图片,你有何感想?2.假如是我,我会不会那样做(真实的想法);3.这些现象的背后反映的是什么,我们为此能做些什么、注意些什么?

二、讨论发言

教师:给同学们五分钟时间,针对看前老师的问题列出自己的提纲,然后大家发言。

教师:下面请同学们谈谈自己的看法,其他同学思考的同时可以进行补充。

毕靖:老师,我为这些游客的行为感到羞愧,更为外国人对我们中国人的歧视而愤怒。

教师:把这些现象大而化之有些不妥,毕竟只是少数人的行为,老师可以理解大家看到外国人针

对中国人而立的提示标语而心感愤怒,更深层次反映了什么?

全国鑫:客观的说,我们国人自身确实存在问题,事不关己高高挂起,各人自扫门前雪是大多数人的通病。实事求是说,我自己很多时候都有这样的想法,只不过碍于面子,有所控制没有完全表现出来。我们自身的确需要提高修养和素质。

教师:全国鑫同学站在客观公正的角度分析了这种现象,进行了自我剖析和检讨,现实生活中,我们需要经常进行“批评与自我批评”这也是毛主席向我们全党提出的号召,这样我们做人才不会偏离航向。刚才两位同学谈了自己的感受,那如果放到我们身上,你又会怎么做呢?

段亚丽:是我,我肯定不会这么做,我们自小都接受教育,不能随地乱扔垃圾,讲究卫生,现在我们已经是高中生了,我们要体现我们的素养。

李隆威:我有意见,看看画面上的人,绝大多数不都是有钱人、大学生或接受过教育的人,穷人谁能去哪消遣啊。所以,我们不要站着说话不腰疼,我们每个人都要加强自身素质,力争做个文明人。

教师:大家自由发言,都是各自的想法,都很真诚和诚实,但大家不要互相攻击。公民由言论自由嘛,法律允许的。每个人说得都很好,关键是在日常生活中我们要做到,“说到不如做到”我想这是两位同学刚才争论的焦点,相信大家日常生活中都会注意并做好的。如果是老师,我也不敢保证我就能做好,首先是自己自身修炼不够,其次周围

环境影响吧。针对我们看到的现象和刚才的讨论，大家谈谈深层次反映的什么？

原梦云：深层次反映了我们每个公民团体意识淡薄、集体观念不强，出国旅游，不光是个人行为，更代表我们国家。这从我们班级就能看出来，比如自习课有些同学随意走动、节水、大声讨论问题。

教师：原梦云同学的发言很恳切，也给我们同学提了个醒，很多事不要仅仅看成个人行为，做人要有大局意识。其实就是这样，一个人考虑问题仅仅考虑个人和站在全局考虑，他的一言一行、一举一动肯定会不一样。这一点希望同学们在今后的学习、工作中要引起注意。哪大家认为是什么阻碍着我们经常表现出这样的行为？

毕靖：人的“自私”、懒惰和爱人云亦云。

教师：古人云：人不为己，天诛地灭，具有私心，这没有什么可耻，但我们应该拥有社会公德，为自己考虑的同时，也应该为别人想想，正所谓“要想公道打个颠倒”。当然，这里边有“自私”的缘故，更主要的是懒散和缺少主见。懒惰是人的天性，但只要我们积极改变就可杜绝，当然，爱人云亦云，没有主见这也是我们的通病，别人这么做，我也这么做，反正多一个我也不多，少一个我也不少等思想严重存在。同学们分析的都很到位和彻底，既然我们能看到问题的实质并对这些行为愤慨和恼怒，那我们在现实生活中就要积极避免此类事情发生在我们身上，做一个文明人。世间万物是相互联系的，日常生活如此，对我们学生来说，这些现象背后所折射出来的问题，和我们学习中所反映出来的问题有异曲同工之处，下面就结合我们的学习，来看看二者的联系，找找问题，进行一次剖析，让我们更明确的认识自我，在接下来的200多天时间里，克服不足，积极改进，力争高考中一举夺冠。下面就谈谈是什么阻碍我们不能变得更优秀？

李亚欣：思想态度是影响我们不能更优秀的主要原因，如果我们每个人都态度端正，不抱怨、积极行动，都可以优秀。

教师：李亚欣同学分析的很对，俗话说：态度决定高度，良好的态度使我们心情畅快，行动积极，进而产生良好效应。反之，思想态度消极，做什么都被动，靠别人推着走，赶着走，效果当然差。因此，进步从改变态度开始。

李俊慧：老师，我认为一个人之所以不进取，不优秀，关键是自己不自信，比如我，我的外语一直不好，但这学期被老师“歧视”了一次，我发誓：一定要学好，我相信通过自己的不断努力和探索一定可以，经过两个多月的努力，两次考试我一直在进步，我更自信了，我相信我到高考时我外语一定能达到中上游水平。还有就是方法问题，我的数学一直不好，我知道数学的重要性，也投入了大量的时间和精力，但一直不见起色。和周围同学比一比。我感觉主要问题是我方法不当，因为我的基础知识还是不错的。

教师：俊慧说得很好，不自信，自我设限是我们不能变优秀至关重要的一个下面老师给大家讲个故事：

有一种昆虫叫大黄蜂，它的身体肥大笨重，翅膀却十分短小。生物学家根据空气动力学原理，并经过仔细计算，最后断言，大黄蜂是绝对不可能飞的。但令人不解的是，大黄蜂不仅能飞，而且飞行速度远远超过一般的蜜蜂。假如大黄蜂在很小的时候就听信了科学家们的善意劝告：“小黄蜂，你的肚子这么大，身体这么肥胖，翅膀却那么短小，你怎么可能飞得起来？你还是老老实实地在地上爬吧。”它这辈子恐怕只能像蜗牛一样在地上缓慢地爬行了。所以，自我认识和肯定相当重要，我们首先应该相信自己能行，让后才可能采取积极行动并产生效果。在备战高考的日子里，我们更应该充满自信，这也是我们走到最后并取得胜利的不二法宝。当然，有了自信，并付诸了行动，方法也很重要，方法得当可以让我们事半功倍，取得意想不到的结果，高考复习，不仅仅是知识、能力的比拼，同时也是方法的较量，只有知识、能力和方法有机结合才能取得完美的结局。我们的复习要苦干更要巧干，苦干加巧干我们一定所向披靡。

三、教师总结

这节课大家发言都很积极，都谈了自己的想法和观点，由于时间原因，没有机会让每个人都发言，但从发言同学那里再结合我们自己的认识，相信同学们都有很多感想和体会，更收获了很多。我们给做一个什么样的人，我们应该朝什么方向努力，如何克服掉自身的不足，让自己真正成为一个有素质、讲文明的合格公民，自己拥有什么样的（转第11页）

人际交往

交友之道

■ 8+1 工作室 李立峰

【时间】2010年10月4日

【班级】高二 0922 班

【德育背景】

高二文理分班之后，学生又到了一个集体当中，怎样做好与新同学的相处，成为每个学生必须面对的问题。人际交往的好坏，不仅会影响学生自身的心理健康和学业发展，也直接关系到新班的团结和融合。高中生正处在从幼稚走向成熟的心理发展阶段，世界观和人生观正在逐步

确立和形成，在人际交往方面虽然有了自己的看法和取舍，但还需要老师的引导和帮助。

此时，0922 组建已经一个月，在对学生有了基本的观察和了解的基础上，我决定和学生谈谈有关人际交往的话题。

【德育目标】

1. 探讨并树立正确的交友观（主要指同性相处）；
2. 正确把握与异性的相处。

【德育实录】

引入

同学们，今天是10月4号，新学期开学已经一个月了，大家从起初的一群陌生人开始，经过慢慢了解，已经成为了彼此熟悉的朋友。看到大家能够这么快地彼此接受，友好相处，我很开心，因此我建议——咱们大家一起来唱一下周华健的《朋友》，怎么样？

“好——”学生异口同声回答，兴致很高。

伴随着这首经典的老歌，进入本次班会的主题——与人相处。

情景剧表演

师：今天班会的第一个环节是“情景剧表演”，我想请三位同学上来表演一个简单的情景剧，有没有自愿的？

很多学生举手，我随机挑了三位——赵珂珍，王宝生和郭志恒，分别编号为1号、2号和3号。情景剧表演，按照“交代内容——学生表演——教师采访”的程序进行，具体过程如下——

1号表演内容：扮演一位盲人，绕着教室里的两个过道走一圈。整个过程要慢一点，要注意安全，但必须保证不能睁眼或者是偷看。教室里的其他同学不能挡道，但也不能过多提示。

正式表演：赵珂珍同学按照要求缓慢地绕教室过道走了一圈，其间把两个同学桌上的书碰掉在地上，引起了大家友好的笑声。走到最后一排时，有同学小声提醒“拐了，拐了”，最后又走到讲台边时，被讲台的台阶碰得差

点摔倒。

教师采访：看你这一路走下来挺惊心的，说说你这一圈的感受。

珂珍：感觉很没有安全感，闭眼的瞬间因为对第一个过道还有一点记忆，走的时候还没什么，但到了第二个过道，心里真的有点小恐惧，甚至想偷偷睁开眼看一下。

师：那如果让你继续走5圈呢？

珂珍：不会吧？！我想我会忍不住睁开眼的。

师：谢谢你的诚实。好，你先休息一下，2号。

2号表演内容：扮演的是一位一条腿有残疾的人，也是绕教室走一圈。

正式表演：王宝生同学采用单腿跳的方式，比较轻松地完成了整个过程。

（大家都觉得这个表演太简单，不过瘾，有男生提出让宝生学瘸子走路再来一圈，宝生在讲台上给大家走了两步，逗翻全场。）

教师采访：我看你走得挺顺利的，要不再来10圈？（大家笑）说一下感受吧。

宝生：单腿跳的时候，身体的平衡不太好控制，有时需要扶一下桌子，不过整个一圈下来，对我来说还是挺轻松的。

师：一圈也就是20米左右，如果让你走上200米甚至2000米，你还会这样轻松吗？

宝生：那肯定不会了，正常人走路都是两条腿，现在一条腿承受整个人的重量，其实是很累的。

师：很好，你也休息一下。

最后一个表演内容：由3号和1号共同完成，1号仍然扮演盲人，在3号扮演的正常人的帮助下再绕教室一圈。

正式表演：大家强烈建议郭志恒背着赵珂珍绕教室一圈，但是两个人商量了一下，由郭志恒走在前面，赵珂珍闭上眼之后，在后面扶着郭志恒的肩膀，顺利完成了最后一项表演。

教师采访：珂珍，说一下你在别人帮助下走完这一圈的感受，或者说与刚才自己走相比，你的心情又什么不一样的地方？恐惧感是不是减少了一些。

珂珍：确实，有了志恒的帮助，我几乎没有什么担心的了，很顺利就完成了一圈，谢谢他。

志恒：不客气，举手之劳嘛。

师：好了，让我们再次用热烈的掌声，感谢三位的用心表演。

（过渡）同学们，他们的表演结束了，大家是不是从中受到些许启发呢？（“是”，一部分学生低声答到）有的同学可能想到：社会上有很多身有残疾的人，他们的确很需要我们的帮助。确实如此，但我要说的是，不光这些残疾人，就我们这些健康人来说，我们有没有需要别人帮助的时候呢？（“有”，学生又附和到）下面，让我们来看这样一个故事——

故事启发

（屏幕展示小故事“地狱和天堂的区别”，师生共同阅读。）

师：这个故事讲完了，谁能起来给大家总结一下，地狱和天堂的区别究竟是什么，这个故事又给了人们什么样的启示呢？

（简短的安静与思考）

马俊杰：天堂和地狱的区别就是天堂里的人懂得互相帮助，而地狱里的人不懂得这个道理，他们的眼里只有他们自己。这个故事想告诉我们的是，在集体生活中，人们只有懂得相互帮助，才能感受到集体的温暖和幸福。

师：俊杰说得真好。生活在一个集体中，或者在社会大家庭中，只有人与人之间相互帮助，这样的社会才是和谐的温暖的幸福的。结合刚才的情景剧，老师想说的是——每个人的能力都是有限的，都有需要他人帮助的时候，因此与人相处我们首先要学会帮助他人，这是每个人的需要，也是集体的需要，更是我们快乐的源泉。这就是“助人为乐”，它可是我们中华民族的传统美德啊。

（大屏幕上打出——帮助他人让我们感到身心愉悦的科学证据）

（过渡）在与人相处的时候，每个人都渴望交几个知心朋友，也就是我们常说的“知己”，正所谓“人生得一知己足矣”。但同时，中国还有句古语：千金易得，知己难求。知己真的可遇不可求吗？我认为并非如此。关键还在于你的交友观，只要有了正确的交友观，任何一个人都能找到知心朋友。

我的交友观

师：听说上星期，语文老师让大家看了于丹的《交友之道》，不少同学在随笔中写下了观看的感悟。有同学悄悄问我：“老师，您的交友之道是什么呢？”今天借这个机会，我就和大家交流一下我的“交友之道”。

1. 君子之交淡如水。这是老师在交友方面首先遵循的一个基本原则。君子之交淡如水，我觉得，真正的朋友不一定要整天厮守，也不一定是看起来打得火热的，更不是只有酒肉兄弟才算是莫逆之交，因为还有一句话是“小人之交甘如饴”（很多学生都知道，他们随声附和）。真正的朋友不是身体和空间上的“形影相随”，而是精神和时间上的“心有灵犀”。据我以往带班时的观察，有些年轻人交朋友容易走极端，要么选择“趋于无限”朝夕相处，要么就是“绝对零度”横眉冷对，不是依赖得要命，就是孤傲得不行，不懂得朋友间的控制和平衡，非冷即热，这样是很难体会到温和清淡的境界的。而没有温和清淡的境界，人们往往反被交友所累，更谈不上去享受交友之美。

去年我带的那一届毕业班，其中有个学生就遇到过这样的苦恼——他们有三四个兄弟关系非常好，除了上课，课间时间、吃饭时间、活动时间甚至包括周末放假的时间他们总是形影不离，永远在一起。但到了高考前的最后三个月，这个学生想最后奋力一搏考个更好的大学，他突然觉得大家整天在一起有时的确很浪费时间，有时候他想在教室多学习一会儿，却经不住兄弟们的软磨硬泡，也碍于面子，每次都妥协了，这让他非常苦恼。这就是一个典型的朋友之间交往过密，从而为彼此带来压力的例子。相反，我以前还教过两个学生，他们两个品性都很好，学习成绩虽然一般但都比较努力，他们平常交往不多，但却彼此理解和欣赏，

当有谁学习生活中遇到困难时，另一个人会第一时间送上鼓励和祝福，他们虽然说话也很少，但我看得出他们是精神上的“至交”。

2. 有容乃大，无欲则刚。有这样一副对联：“海纳百川，有容乃大；壁立千仞，无欲则刚。”大家知道是谁说的吗？（学生答：林则徐）对，这副对联是林则徐就任两广总督，禁查鸦片时写下的。对联一经写出，马上成为经典中的经典，不仅是因为这句话是林公一生的写照，更是因为这句话博大精深，寓意深刻，对我们为人处世的方方面面都有一定的指导意义，包括我们的交友。有容乃大，告诉我们在与人相处的过程中，尤其是彼此出现分歧时，要学会包容，要学会换位思考，要允许别人包括自己的朋友在有些问题上与自己有不同的看法，这其实就是我们常讲的要有大胸怀大气量。有谁喜欢和小肚鸡肠的人成为朋友呢？无欲则刚，告诉我们只有克制甚至是真正抛弃那些世俗的欲望，我们才能在交友的过程中，永远不受诱惑，永远保持本色，才能分清什么样的人能做真正的朋友。

今天早些时候，外班一个老师给我说，班里学生打架了。我问，什么情况啊？这位老师说，起因非常简单，就是因为一个学生进教室时关门声非常大，第一排一个学生很生气说：“能不能轻点，你手咋那么贱呢？”于是两人就打上了。同学们，大家能帮我分析一下这两个学生的对错吗？不用举手，想发言就直接站起来。

（几乎没有犹豫，张坤第一个站了起来。）

张坤：我觉得第一排那个人说话太难听了，他把本来很小的一件事转变成了打架事件。

李清霖：第一排那个人说话是不好听，但起因是关门的那个太不注意了，在集体生活中怎么能这么鲁莽，做事不考虑大家的感受呢？！

曹祝宾：高一的时候，我们班就有一两个人每次关门都很不注意，搞得大家特别心烦，这种人我不喜欢。

李金峰：我以前也碰到过这种事，被吓一跳确实很烦。但是我们有没有想过这个关门的人也可能不是故意的。

（在这件事上，很明显两个人都有值得反思的地方，我看学生已经把两个人的问题指出，我又开始下一步引导——）

师：很明显这两个人都有做得不对的地方，也都有值得他人理解的地方。因此我们没有必要去讨论到底谁的错更大一些，谁更应该被大家理解，我们需要思考的是，假如这件事发生在我们班，我们应该如何处理呢？谁来说说。

李金峰：我觉得还是应该好声好气的去提醒。

李毓阳：我觉得，遇到这种情况，教室里的人肯定都会抬头，甚至有嘘声，如果关门的人看到之后，立马很不好意思，说明他已经知道自己错了，我们好声好气提醒一下即可，甚至报之以一笑。但如果这个人很冷漠没反应，我觉得可以由班委或者是找个和他关系好的同学私下再提醒一次，提醒时要坦诚不能说话过激。

师：毓阳同学想得非常周到。

很好。我们再换位思考一下，如果我们是那个关门的人，自己做错之后，马上就听到有同学说脏话，怎么办呢？

籍婷：无论怎样，都是自己错在先，这个时候我们只能首先认错，更不能将事情扩大。我觉得骂我的同学心情可以理解，我可能觉得有点没面子，但我认了。

杜泽宇：我也赞同籍婷的说法，当场我得首先认错。不过，我可能私下和这个同学谈谈，让他知道，我大声关门不对，他骂人也不对。说不定，我们就成兄弟了呢。

师：听了大家的发言，我很欣慰。我相信这样的事情一定不会在0922班发生的。

3. 学会欣赏。新学期刚开始的时候，我就建议大家在每次随笔写完之后，都要赞美班里一两个同学，我也给大家沟通过，之所以让大家这样做，就是希望大家在相处的过程中，多一点相互欣赏，少一些相互计较。我们都不是完人包括老师自己，谁都有缺点，谁也都有优点。如果你总是用挑剔的眼光去看待身边的人，你得到的将是越来越多的烦恼，相反，如果你能够用欣赏的眼光去看待身边的人，你收获的将是真诚的友谊。学会欣赏，这就是我的第三个交友观。下面让我们一起用心欣赏一篇美文《相互欣赏》，掌声欢迎葛盼盼和李桂馨同学为大家朗读。

（屏幕打出网络美文，葛盼盼和李桂馨给大家朗读，其他同学都在静静倾听，用心体会。）

师：这篇文章告诉我们，喜

欢和爱有时也可能是错误的，但欣赏他人却永远是正确的，高尚的。其实，无论你认同什么样的交友准则，在与人交往的过程中，贵在一个诚字。因为只有真诚才能换取真诚。

异性相处

师：今天我们班会的主题是“与人相处”，在这个话题中，有一方面是我们无法回避的，甚至对有些同志来说是敏感的，这就是——异性相处。今天班会的最后一项内容，我就想针对这一方面给大家三点提醒，具体不做过多的讨论，以后我们有机会再好好说说。

1. 我们可以向往夏天，但不可以在春天就去挥霍夏天。说起异性相处，我们都会很自然地想到一个词——早恋。我一直坚定地认为早恋是美丽的，纯洁的，是可以理解的，但至少在时间上讲它是错误的。就像屏幕上的青苹果，它虽然好看，但毕竟还没有真正成熟，提前食用就需承受青涩之苦。人生每个阶段都有每个阶段的使命，对于我们青年人来说，我们的主要任务就是——在学习中，充实自己的头脑；在成长中，完善自己的人格。人是理智的动物，希望大家在遇到“青苹果”的困惑时，能够用理智战胜情感，用毅力战胜诱惑！

（过渡）屏幕上打出一个成语——瓜田李下，请学生解释这个成语的意思。

李伟：这个成语好像来自“瓜田不纳履，李下不整冠”，意思是说，在瓜地里不要弯下腰提鞋，免得人家怀疑你偷瓜；到李树下面，不要整理帽子，免得人家怀

疑你摘李子。这个成语比喻的是我们做事的时候应该注意避嫌。

师：很好，老师想给大家的第二点提醒就是——

2. 男女交往注意把握好度。正常的男女交往是必需的，也是应该倡导的，因为有研究证明，正常的男女交往有助于年轻人的成熟。但异性交往毕竟不是同性交往，男女交往的时候一定要注意避嫌，尤其是在公共场合，更需要注意。合理而得体的男女交往，是一个人是否有教养的基本体现，在这一方面，尤其提醒女生更要懂得自尊自爱。

3. 要以一种正确的眼光看待男女交往，不要捕风捉影，无中生有，恶意中伤。刚才我已经说过，正常的男女交往是非常正常的，因此希望大家能用正常的眼光看待异性交往，不要看到一男一女关系很好，就随便议论，无中生有，甚至恶意中伤。我个人认为，谈恋爱固然不对，但诽谤正常异性交往更不应该！鲁迅说过一句经典的话：世上本没有路，走的人多了，也便有了路。我套用一下这句话，无数的例子也证明了：两人本没有谈，说的人多了，便有了感觉。（学生狂笑）

【总结陈词】

今天班会的主要内容就进行到这里。同学们，0922成立整整一个月了，我们还要再在一起度过将近两年的时间，更何况这是我们人生中非常重要的两年。我们应该珍惜这种缘分。我希望今天的班会能对大家以后的相处有一些启发和指导，更希望在接下来的日子里我们0922的每一个人都能够快快乐乐，携手前行。与

人相处，也是一个一生的话题，一个人只有掌握了正确的人际交往之道，并灵活运用，才能在以后残酷的社会竞争中，积攒人脉，走向成功。我相信大家，也祝福大家。

好，今天的班会到此结束。最后，让我们一起来看看一个月来我们照过一些相片。

（班会在全班学生的笑声和幸福中结束）

【德育反思】

工作以来，我逐渐认识到——上一节班会容易，但要上好一节班会尤其是让学生真正有所思考和收获，真得很难。班会课很容易走向两个极端，要么过于随意（随便一个主题一讨论就是一节课没有用心的总结和点拨；整堂课看一个视频，没有让学生真正动脑思考动手写下感想），要么就是班主任的“一言堂”，完全不考虑学生能听进多少。

个人觉得，班会课首先是一门课，我们应该像学科教学一样认真设计每一环节，用心设置每一个问题，班会课既要轻松愉快，和谐民主，又要不失严谨，要让学生能在精心设计的环节中，切实受到启发，真正学到东西。

本节课由于准备充分，问题设置紧扣学生的学习生活，学生有表演、有讨论、有观看、有发言、也有聆听和思考，整节课既不枯燥也不空泛，基本达到了预期的目标。当然，德育没有最好，只有更好，德育教育也不同于普通的学科教学，它更讲究艺术和时机，我会继续不懈努力，尽快提升自己的德育水平。

学法指导 养成良好的学习习惯

■ 8+1 工作室 邬中炯

向榜样学习

【设计背景】

高一学生在经过一段时间的高中生活以后，已经基本适应了高中的生活作息，但是在学习习惯和学习方法上，还停留在初中的认识之上，改变较为缓慢，体现在学习的主动性和自律性差，学习盲目而且缺乏目标，学习方法不好，动脑思考的能力需要提高等。为此，我设计系列班会，分别从理想、习惯和心态方面去引导学生改变目前的困境，更好的适应高中的学习生活。本班会为系列之二，学习习惯的养成。第一节班会为树立远大理想，在第一节班会课之后，已经引导学生制作了目标卡，明确了自己的目标。

【教育目标】

1. 通过优秀榜样的介绍，让同学在身边找出学习的榜样，发现身边同学的优点；
2. 通过榜样人物推介和同学互评，让学生认识到哪些是好的学习习惯以及哪些是不良的学习习惯；
3. 确定互帮互组养成良好习惯的合作组，组员之间互订监督制度。

【班会准备】

制作课件，课件素材包括清华学神韩衍隽的介绍、往届学生认为良好的学习习惯和不好的学习习惯。

【教育过程】

一、班会导入

师：在清华大学 2014 年本科生特等奖学金答辩会上，一位大四学生向评委展示了自己的考试成绩。顿时，在场所有人都惊呆了。20 门学科，除了 1 门 98 分、4 门 99 分之外，其他学科都是满分。

韩衍隽迅速走红网络，被网友公认为“清华学神”，我们一起来看一看，学神是怎么炼成的。

二、认识学神

师：先介绍韩衍隽的大学成绩和参加的各种活动，让学生先了解韩衍隽；然后介绍韩衍隽的高中老师和大学老师对他的评价等。

师：请同学们谈谈韩衍隽同学为什么能被封为“学神”？

生 1：是学霸。

师：他是学神，比学霸还高一个级别。

生 1：学习效率比我们高，聪明。

生 2：学习习惯好，能坚持。

生 3：学习踏实。

三、认识自己、认识同桌

师：同学们都谈到了学神的可能具有的品质，我发现你们的词语中有这样几个词：踏实、效率、坚持。这些词语其实都告诉我们学习应该具有这样的品质才能养成良好的学习习惯。其实学神有的我们也有，请大家 4 人一个小组，互相找找同伴之间有什么样的品质和学神是一样的，又有哪一些是有差距的。5 分钟讨论结束以后，我将请两组同学展示。

生：热烈讨论中，并写下了同组同学的优缺点。

师：（活动是以前后桌 4 人为以小组进行的，每人都要谈同组其他 3 为的优缺点和自己认为喜欢自己的那些习惯和自己讨厌的习惯，展示组遵循随机原则展示。）接下来选出两个组进行展示。（选择了一个男同学和一个女同学，征求同意后，集体展示）

第一组

（被评价同学为男同学，性格开朗，能吃苦，学习习惯不太好，管不住自己。）

组员 1：该同学能早起到教室背书，但是上课喜欢走神，说话。

组员 2：该同学乐于助人，作业做不完了就喜欢抄。

组员 3：该同学能为自己制定目标，不好的就是制定目标之后不能坚持，做了不两天就忘记了，再过几天又想起来。

同学：刚才在讨论中我自己也认识到自己不好的方面更多一些，我自己认为除了学习方面，我还是一个好人的。（同学大笑）但是在学习上，上课走神，喜欢说话，虽然有时候能想起来自己要好好学习，就是学不会了就放松要求了，以后一定要改。（掌声）

第二组

（被评价同学为女同学，性格开朗，成绩优异，对自己要求高，满足于现状。）

组员1：该同学能学习认真，聪明，踏实。不好的暂且没有，就是以后多给我讲讲题。

组员2：该同学作为数学课代表能认真负责，生活中和学习上经常帮助同学。

组员3：该同学做题快，能够顺利完成老师布置的任务，偶尔小自满。

同学：其实我没有大家说的那么好，喜欢看韩剧，老是被爸妈批评。学习我一直认为只要自己努力就行，没有太高的追求。做的好的可能就是我不把一件事做完我就不做下一件事。我妈老是批评我不按时吃饭，其实我也是在周末的时候先玩，等着周日早上起来后，再做作业，不过我给自己规定的是不做完作业不吃饭，吃完饭就午休。反正自己觉得自己还有很多要改的地方。

师：其实同学们都能看到每个同学身上的闪光点 and 不足，作为这两个同学，都有难能可贵的品质，也有需要改进的习惯，作为高中生，究竟哪些短是好的习惯，哪些是不好的习惯呢？（展示不良习惯和好的习惯，来自前几届学生的总结）

不良学习习惯

1. 早晨迟到的理由：闹钟没响，看错时间了。

2. 自习课玩耍，说小话，学习不专注。

3. 不认真看书复习，每天只是应付作业。

4. 上课了，有的同学才手忙脚乱的翻找试卷、练习本。

5. 考试前想到了一个题，但就是忘记记在了。

6. 考试失败的原因：看错题了，答案涂错了，看错要求了。

良好学习习惯

1. 安排好作息时间，上学上课不迟到。

2. 不忘记每天复习。

3. 快速处理各种琐碎的事务。

4. 上课积极倾听，认真听讲。

5. 不仅要做计划，而且要马上实施行动。

6. 与人交谈时，保持良好的姿势和微笑。

四、如何养成好习惯

师：良好的习惯是如何养成的呢？行为心理学研究表明：21天以上的重复会形成习惯，90天的重复，会形成稳定的习惯，即同一个动作，重复21天就会成为习惯性动作。同理，同一个想法，重复21天，或重复验证21次，就会变成习惯性想法。所以，一个观念如果被别人或是自己验证了21次以上，它一定已成为你的信念，塑造一个良好的习惯。

师：如果要养成一个号的学习习惯，我们需要将目标分解到每天一天，每一节课。当我坚持了一节课后，我提醒自己下节课也这样就行，当我一节课后自己不满意，一定要提醒自己，下节

课不能这样了。只有这样在不知不觉中坚持到一定的时间，习惯就成为自然了。所以才有：一步一步的走，漫漫长路有尽头；一针一针的缝，褴褛之衫变天衣；一砖一瓦的垒，铜墙铁壁耸云霄；一片一片的积，万丈雪层深似山。习惯也是一个日积月累的过程。

师：养成好习惯的过程中，我们还需要注意，每一天的早上和晚上多我们的影响很大。早上的思考和晚上的总结也是养成良好习惯需要注意的。每天早上对自己说我今天一定要做到，每天早晨的想法将决定你一整天的表现。如何度过早晨，决定了我们日常行为规律是否能发挥它潜在的威力。它究竟是由好习惯构成，还是被坏习惯充斥，早晨的时光将彻底揭示问题的答案。每天晚上总结一下自己一天里所做的事。一天中的第二个关键时刻出现在晚上。在心中默默整理和评价一下自己一天中完成的事情，并规划好自己第二天应该做的事情。

师：很多优秀的同学总结出来的良好的学习品质对我们的学习也是有启示的。优秀学生总结的学习习惯是：

1. 总是站在系统的高度把握知识。

2. 追根溯源，寻求事物之间的内在联系。

3. 发散思维，养成联想的思维习惯。

老师认为这些习惯对我们的启示是：1. 有自己的错题本、袖珍笔记本；2. 掌握“通法”，用它解决一类问题；3. 听课抬头、自习埋头、走路昂头；4. 定期整理学习资料，做到有序存放；5. 狼

抓基础，不懂就问；6. 注重预习和复习，独立完成练习。如果我们都这样做的话，学习一定 so easy！

师：最后我来给大家分享罗曼·罗兰的一段话：性格即命运。假如我们的本性中有一些阻碍成功的因素，我们如果不改变，岂不是注定要失败？其实，每天克服自己一点点毛病，每天坚持进步一点点，我们就会离成功越来越近。

所以，即使是痛苦的，我们也要去养成好的习惯；因为如果不这样，坏的习惯会让我们更痛苦。

附一：韩衍隽个人简介

事件经过

象征清华最高荣誉的2014本科生特等奖学金答辩会在清华大学上演，一名大四学生展示的成绩单震惊四座，赢得一阵掌声，20门学科，除了1门98分、4门99分之外，其他学科都是满分。成绩单被传到网上后引起轰动，网友们纷纷膜拜，称这位大四学生是“清华学神”。

这名大四学生叫韩衍隽，是潜山县人，系2011年安徽省高考理科总分第一名。斯坦福大学终身教授给他这样的评价：“衍隽已经超出了至今为止我对斯坦福大学里最优秀的高年级博士生的预期”。

人物经历

1994年7月出生于安庆市潜

山县一个普通家庭。小学毕业于潜山县舒州逸夫小学，初中毕业于潜山县第三中学。

2008年，韩衍隽以698分的成绩获得潜山县中考第三名，同年他以第一名的成绩考入安庆一中理科实验班。

2011年高考的最后一天，凭借数学国家一等奖和物理国家二等奖，韩衍隽收到了清华大学的录取通知书。

2011年6月，高考卷面成绩695分，另外享受10分的政策加分，韩衍隽的高考成绩为705分（语文120，数学148分，英语141分，理综286分，竞赛获加分10分），为安徽省理科最高分。

2011年9月，入读清华大学电子工程系。同时就读经济学第二学位。

学习秘诀

心无旁骛，目标明确。

老师点评

韩衍隽在安庆一中时的班主任金久曾用3个“三”字来评价自己的得意门生：“在安庆一中13班49名学生中，韩衍隽的年龄排行倒数第三，由于天生爱研究，三年来，其学习成绩基本稳定为全班前三位。”昨日，金老师接受华商报记者采访时用“沉稳”一词来形容韩衍隽，对于韩衍隽为何学习成绩这么优秀，金老师认为是天赋+勤奋。金老师说，这个学生最主要的特点是做事情非常有规划性。“比如什么时候吃饭、什么时候洗衣服、什么时候学习哪门课，什么时候学到哪一步，他都有规划。他的自

我管理能力特别强。”

金老师说，韩衍隽自从考入安庆一中理科实验班后，他的学习成绩便一直十分优秀，曾多次获校“三好学生”，2011年中国数学奥林匹克大赛安徽第一名，全国第八名。“他做题十分严谨，平时做题都像考试一样，答题非常工整，书写规范，碰到难题总是列出一二三，当年安徽省高考试题的特点就是数理两门课较难，而这正是韩衍隽的优势。”

“他晚上休息的时间也比较早，一般10点多就睡觉了。”金老师说，韩衍隽学习效率很高，不是那种只关注学习的人，他除了学习好，韩衍隽还喜欢音乐、打球。“他喜欢拉小提琴、他还曾经在班级的晚会上演唱。”

在清华学工部老师的眼中，韩衍隽被称为学神是实至名归，但“清华还有更多的学神，韩衍隽并不是最牛的那个。”这位老师向记者历数：“比如上一届本科生特等奖学金获得者中，人文学院外语系杨元辰，连续三年学分成绩全年级排名第一，同时拥有德语B2、西班牙语A2水平认证。而建筑技术科学系的翟上，成绩连续三年专业第一，14门课获得大班第一，数学课平均成绩95.4分。他们有个共同的特点：更勤奋，更脚踏实地。”

附二：成功人士的

17条黄金定律

英国著名作家 Charles Reade 有一段很有名的格言：Sow a thought, and you reap an act. Sow

an act,and you reap a habit;sow a habit,and you reap a character;sow a character,and you reap a destiny.

(播下一种思想,收获一种行为;播下一种行为,收获一种习惯;播下一种习惯,收获一种性格;播下一种性格,收获一种命运。)

美国著名心理学家马斯洛也曾说过这样的话:“心若改变,你的态度跟着改变;态度改变,你的习惯跟着改变;习惯改变,你的性格跟着改变;性格改变,你的人生跟着改变。”

美国著名成功学博士拿破仑·希尔说:心态是命运的控制塔,心态决定我们人生的成败。拿破仑·希尔的十七条黄金定律:

1. 保持积极的心态

人与人之间只有很小的差别,但这种很小的差别却往往造成巨大的差异,很小的差别就是所具备的心态是积极的还是消极的,巨大的差异就是成功与失败。也就是说,心态是命运的控制塔,心态决定我们人生的成败。我们生存的外部环境,也许不能选择,但另一个环境,即心理的、感情的、精神的内在环境,是可以由自己去改造的。成功的不一定都是企业家、领袖人物。成功,是指方方面面取得的成功,其标志在于人的心态,即积极、乐观地面对人生的各种挑战。一个人如果在一生中都不具有积极的心态就可能深陷泥潭,不能自觉,不能醒悟,不能自拔,当你发现身处困境时,机会已经失去。这种败局,不仅限于事业的失败,还包括人生中为人处事的失败,心理情绪的失败、婚恋家庭的失败、人的感受的失败等。总之,凡人生感

受不如意,不幸福,都可视为你人生的失败,这些失败多半源于我们与生俱来的弱者的消极心态。如果我们能够调整心态,改变处事方法,就可以避免或扭转败局,甚至可以成为推动事业成功的伟人和把握幸福人生的智者。人成功不是指拥有什么(权力、财富),而是做了什么。如果能每天在一点一滴的努力中去实现自己的目标,就可以帮助和影响他人。成功等于每天进步一点点。积极的心态包括诚恳、忠诚、正直、乐观、勇敢、奋发、创造、机智、亲切、友善、积极、向善、向上、进取、努力、愉快、自信、自勉和有安全感等。

2. 要有明确的目标

有了目标,内心的力量才会找到方向,漫无目标的努力或飘荡终究会迷路,而你心中的那座无价的金矿,也因得不到开采而与平凡的尘土无异。你过去和现在的情况并不重要,你将来想获得什么成就才是最重要的。有目标才会成功,如果你对未来没有理想,就做不出什么大事来。设定目标后订出中长期计划来,而且还要怀着迫切要求进步的愿望。成功是需要完全投入的,只有完全投入到你所从事的职业中去,才会有成功的一天;只有全身心地热爱你的生活,才会有成功的一天。

3. 多走些路

做个主动的人。要勇于实践,你的成功也就是因为多走了些路,找到了别人未找到的另外一点东西。抓住机会,掌握机会,做个积极主动的人,并养成及时行动的好习惯。

4. 正确的思考方法

成功等于正确的思想方法加信念加行动。要想成为思想方法正确的人,必须具备顽强坚定的性格,挖掘潜力,进行“我行”、“我是优秀的”、“还须再改进”的心理暗示。

5. 高度的自制力

自制是一种最艰难的美德,有自制力才能抓住成功的机会。成功的最大敌人是自己,缺乏对自己情绪的控制,会把许多稍纵即逝的机会白白浪费掉。如愤怒时不能遏制怒火,使周围的合作者望而却步;消沉时,放纵自己的萎靡。

6. 培养领导才能

衡量一个领导人物成就的大小,要看他信念的深度、雄心的高度、理想的广度和他对下属关爱的程度。一个人的领导能力唯有靠同事和下属的支持和合作才能成功。领导要练习赞美的艺术,对人要公正,管理要合乎人性。每一件事情都要精益求精,每一件事都要研究如何改善,每一件事都要订出更高的标准。认真工作并不断改进的人才会成为一个卓越的领导。

7. 建立自信心

一个人能否做成、做好一件事,首先看他是否有一个好的心态,以及是否能认真、持续地坚持下去。信心大、心态好,办法才多。所以,信心多一分,成功多十分;投入才能收获,付出才能杰出。永远不要被缺点所迷惑。当然,成功卓越的人只有少数,失败平庸的人却很多。成功的人在遭受挫折和危机的时候,仍然是顽强、乐观和充满自信,而失

败者往往是退却，甚至是甘于退却。我们应该学会自信，成功的程度取决于信念的程度。

8. 迷人的个性

人生的美好在于人情的的美好，人情的的美好，在于人性的美好，人性的美，在于迷人的、能够吸引人的个性。对他人的生活、工作表示深切的关心；与人交往中求同存异，避免冲突；学会倾听别人的观点；学会夸奖别人；有微笑的魅力；别吝嗇自己的同情；要学会认错，学会宽容大度。

9. 创新致胜

创造力是最珍贵的财富。如果你有这种能力，就能把握事业成功的最佳时机，从而创造伟大的奇迹。创新思维比常规思维更具明显的优势特点：A、具有独创性；B、机动灵活；C、有风险意识。创新思维无论取得什么样的成果，都具有重要的认识论和方法论的意义，因为即便他的不成功结果，也会向人们提供了以后少走弯路的教训。常规性思维虽然看起来“稳妥”，但它的根本缺陷是不能为人们提供新的启示。创新必胜，保守必败。

10. 充满热忱

你有信仰就年轻，绝望就年老。失去了热忱，就损伤了灵魂。热忱是一种最重要的力量，有史以来没有任何一件伟大的事业不是因为热忱而成功的。热忱要有高尚的信念，如果热忱出于贪婪和自私，成功也会昙花一现。唯有热忱的态度，才是成功推销自己的重要因素。热忱的心态，是做任何事情都必需的条件。热忱是一种积极意识和状态，能够鼓励和激励他人采取行动，而且还

具有感染和鼓舞他人的力量。

11. 专心致志

没有专注，就不能应付生活的挑战。干什么都要求专注，专注就是用心，凡事用心终会成功。

12. 富有合作精神

合作是企业振兴的关键。而企业家的威信又是合作的关键。合作，企业就繁荣；纷争，企业就衰退。合作就有力量，合作是领导才能的基础，合作加速成功。

13. 正确对待失败

失败是正常的，颓废是可耻的，重复失败则是灾难性的。失败为成功之母，要从挫折中吸取教训。成功是一连串的奋斗。要敢于屡败屡战，要摒弃消极思想，全力以赴，不消极等待，在吸取教训中改善求进，“成功是经过多次错误甚至大错之后才得到的”，用毅力克服阻碍，做自己的对手，战胜自己。

14. 永葆进取心

拥有进取心，你才能成为杰出人物。进取心是成功的要素，应学会不为报酬而工作的精神，要有任劳任怨的敬业精神，勤学好问，不耻下问是放之四海而皆准的行为准则。

15. 合理安排时间和金钱

记住，浪费时间，就是浪费机会。效率就是生命，要把精力集中在那些回报率大的事情上，别把时间花费在对成功无益的事情上。每天都有一个处理事情的先后顺序及进度，并身体力行，定期检查，杜绝懒惰和拖拖拉拉。金钱不是万恶之源，贪财才是万恶之根。金钱可以使你自信和充分地表现自我，养成储蓄的习惯，经济独立才有真自由。在金钱交

往中，无论是公共关系，还是私人关系，应遵守互惠互利的原则，才能健康的长久发展。成功者要有赚钱的素质。

16. 身心健康

一切成就，一切财富都始于健康的身心。克服异常心理和变态心理及人格障碍中的孤僻、易怒、固执、轻率、自卑、忧虑、嫉妒等，以及其它类型的在人们的日常生活中随处可见的变态心理。这些心理严重地影响了人际关系的处理，也妨碍了家庭、工作和事业。应学会缓解和消除心理压力、择业压力、各种时尚、潮流的诱惑所构成的压力、生活不顺的压力等等。对各种压力采用积极的应对方式来缓解和避免。要有健康的身体，因为健全的心灵和健康的身体，是成功的基本保证。要坚持锻炼身体，要经常地给自己充电，积极的心态要求有良好的能量水平。要能够使你健康长寿，成功地运用积极心态，你的身体就会越来越健康。

17. 养成良好的习惯

好的习惯可以造就人才，坏的习惯可以毁灭人才。习惯，对人的成功与否都有巨大的影响力。好习惯的报酬是成功，好习惯是开启成功大门的钥匙，要有胸襟开阔的心理习惯、勇于纠正自己缺点的习惯、从容不迫的习惯、喜欢运动的习惯等。

拿破仑·希尔和卡耐基是两位有着重要世界影响的成功学大师。他们令人人奋发向上的思想早已成为各位成功人士永不停息的原动力，也将继续促使您向更高远、更辉煌的人生目标迈进。

心理辅导 “接纳自我、增强自我” 话题

告诉自己“我能行”

■ 8+1 工作室 王怀玉

【设计背景】

自我认识是一个艰难过程，小学高年级的学生的自我意识明显增强，可往往又容易出现偏差。尤其在乎别人的评价，因为害怕让别人看到自己的“不足”而把自己“包裹起来”，回避不擅长的事情，做事不够坚持容易泄气等鸵鸟心态明显。如何正确认识自己，悦纳自我，敢于挑战自我，是十一二岁的孩子成长路上遭遇的成长瓶颈与困惑。如何帮助学生了解自己的优势，接纳自己的同时追求自我完善，是初进青春期的孩子的共同特点，需要加强引导。

因此，特别设计了本节“告诉自己我能行”的主题，通过故事、歌曲、影片等多种方式，激励学生从小对自己充满信心，大胆展示自己，追求自我完善，做最好的自己。

【适用年级】

小学五、六年级

【教育目标】

1. 通过班会活动，使学生能够认识自我，了解自我，建立自信心，以健康心态面对人生，正确看待生活中的成功与失败；
2. 通过心理健康教育，帮助学生形成向上、乐观、充满自信等健康心理，以健康积极的最佳心理状态去学习和生活；
3. 使学生掌握树立自信心的方法，不断调整自己，明确一个人在成长过程中要学会为自己确立积极向上的目标，不断追求自我完善，才能成为一个最好的自己。

【课前准备】

1. 老师准备歌曲《我相信》《蜗牛》等，励志短片《永不言弃》。
2. 安排学生收集有关自信的名言、诗歌，以及古今中外关于自信的故事等。
3. 请班级足球队长制作球队比赛课件，请教练爸爸为孩子们录制一段视频讲话。（不同班级可以根据班级实际发现的典型事迹进行挖掘使用）
4. 安排每名学生准备一张个性化小卡片备用。

【教育过程】

一、了解个人优势，认识自信

1. 故事导入，认识自信。

师：心理学家曾做过这样一个实验：将一只跳蚤放进杯里，刚开始跳蚤一下就能从杯里跳出来。然后，心里学家在杯口、盖上透明盖，跳蚤仍会往上跳，但碰了几次盖后，慢慢就不跳那么高了。这里，心

理学家再将盖拿走，却发现那只跳蚤已经永远不能跳出杯子，因为它的目标高度已经不及杯子的高度了。

跳蚤再也跳不出杯子的高度，是因为它给自己贴上了一个“跳不高”的标签。人类也一样，人们也常常会根据生活经历和周围人的看法，不自觉地给自己贴上这样那样的标签。

你对自己贴有什么样的标签呢？

2. 学生的自我认识。

师：请同学们想想自己身上贴得最牢的自我标签是什么？请为自己写下一个标签，来描述一下你是一个什么样的人。

比如：我是一个粗心的孩子，我是一个胆小的孩子，我是一个聪明的孩子……

（学生写，教师巡视，了解基本情况）

3. 投影出示标签分类标准，让学生自我对照。

师：看过大家写的个人标签，发现大致可以分为两类，大家看看你属于哪一类：

（投影出示）

（1）积极的自我标签：“我自信”“我勇敢”“我有爱心”等等。

（2）消极的自我标签：“我胆小”“我粗心”“我不漂亮”等等。

4. 认识自我标签的正负效应。

师：心理学家普遍认为：这些“标签”会直接影响一个人对自己的认识。“心里一旦给自己贴上某种‘标签’，就会按照‘标签’所标定的意象去塑造自己，使自己某方面的行为和情绪不断得到强化。”请欣赏一则故事，一个人，面对同一件事，因为前后给自己

的心理暗示不一样，结果迥异。

《临时的女主角》

俄国著名戏剧家斯坦尼夫斯基，有一次在排演一出话剧的时候，女主角突然因故不能演出了，斯坦尼夫斯基实在找不到人，只好叫他的大姐担任这个角色。他的大姐以前只是一个服装道具管理员，现在突然出演主角，便产生了自卑胆怯的心理，因此排练时演得极差，这引起了斯坦尼斯拉夫斯基的烦躁和不满。

一次，他突然停下排练，说：“这场戏是全剧的关键，如果女主角仍然演得这样差劲儿，整个戏就不能再往下排了！”这时全场寂然，他的大姐久久没有说话。突然，她抬起头来说：“排练！”一扫以前的自卑、羞怯和拘谨，她演得非常自信，非常真实。斯坦尼斯拉夫斯基高兴地说：“我们又拥有了一位新的表演艺术家。”

(1) 提问：这是一个发人深思的故事，为什么同一个人前后会有天壤之别呢？

生答：自卑与自信造成的。

(2) 师小结：是的，一个人在不能接纳自己、对自己缺少信心的时候，就容易产生自卑的心理，给自己贴上消极标签。久而久之，就失去了战胜困难的勇气；因为自卑，就得过且过，生活就没有目标就像那只再也跳不高的“跳蚤”。

(3) 分享个人经历，打开心扉。

师：其实，我们对自己所贴的标签背后都有一些特殊经历。比如，小时候，我曾认为自己是胆小的孩子，尤其怕黑。直到

有一次，天下暴雨，爸爸妈妈因为堵车回不了家。我不得一个人在家守着整栋房子。因为父母不在家，我觉得应该把家照料好，晚上还在屋后清理了一下下水道，检查每个房间的门窗。第二天父母才回家，邻居们都夸我是个胆大的孩子，我也觉得自己不是胆小鬼了。

哪些同学也愿意讲讲你们自己与标签的故事呢？

(学生发言略)

师小结：感谢同学们的分享。听了大家的讲述，我发现我们给自己贴的标签总是缘于某次特殊经历，故事不同，但其中有一些根本性的东西却是一致的。

(出示：积极标签总给人以希望，给人以信心，相信我能行；消极标签则容易让人失去自信，产生自卑，不敢再去尝试。)

其实，我们每个人都有着自己特别的优势和长处，只要我们善于发现自己的优势，给自己贴上积极标签，“撕掉”摆脱那些曾经给自己贴的消极标签，多对自己说“我能行，我也很棒”！我们就会找到一个全新的自我。

二、发现个人优势，增强自信

1. 教方法，建立自信。

师：如何把消极标签变为积极标签呢？需要我们换个角度看问题和看待自己，老师给大家支个招。

(课件出示：自卑，觉得自己不行——金无足赤，人无完人，学会接纳自己；胆怯，有过失败经历——失败是成功之母，积极挑战自己；畏惧，不敢尝试新事物——没有人天生就会，敢于尝

试，学会超越自己。)

2. 对照标准提示，写出个人优点。

师：现在大家一起玩一个“优势大转盘”游戏，请看屏幕上要求：

(1) 默读心理学家给出的人类6类24条优势标准，对照标准，找出自己最明显的优势2-3条，为自己重新贴上积极标签。请用积极赞美的口吻写在卡片的另一面。

(2) 小组内交流个人积极标签，边听边为对方找1-2个新的优势标签。(要求实事求是)

3. 自信表达，内化对自信的认识。

师：大家写好了，现在看谁能自信地读出你所写的内容。在众人面前自信表达应该注意些什么？

(引导学生答出：挺直腰板、面带微笑、眼睛大胆看观众；表情自然、声音清晰洪亮，语气自信、肯定等等。)

(出示方法：眼睛正视前方，提高音量，微笑着对自己说：“我能行！”)

4. 抽生当众表达，引导积极评价。

(学生踊跃发言，略)

三、回应问题，深化自信内涵

1. 观看视频。

师：能够在众人面前夸夸自己的优势，是自信；能够在众人面前展示自己的特长和才华，是自信。当然，自信，不是无源之水，无本之木，自信是对自己的认可与接纳，自信还是在失败、逆境中永不言弃的坚持！请欣赏影片《永不言弃》片段。

(让学生简要谈谈视频给自己留下最深刻的印象)

2. 总结归纳。

师：视频中的教练在鼓励布洛克挑战极限时，喊了13次加油，48次“继续继续”，23次别放弃通过这个特殊的“死亡游戏”让队员们重拾信心，在球场上奋力拼搏，终于赢得了比赛的胜利。更重要的是，他们相信了自己的能力，在心底战胜了自己！可见：相信自己，一个充满自信的人还可以成为一个光源，照亮一个群体或团队；一个充满自信的团队精神则如一支火把，能点燃所有人心中希望的火苗。

3. 深化认识，让班级足球队长谈五三版本的“永不放弃”故事。

(1) 播放反映球队与最强对手奋力拼搏的比赛镜头；

(2) 播放班级教练爸爸带给孩子们的激励性话语视频。

师：课至此，相信同学们对“自信”有了新的理解，请大家自创一句关于“自信”的名言，可以是写给自己的，也可以是送给同学的，也可以是送给咱们五三班的。

(配乐《我相信》，学生书写，然后粘贴在班级公告栏里。)

四、课后延伸，内化践行

下发“自信训练秘笈”，延伸拓展。

1. 心态训练。①每天默念10遍“我一定要最大胆地发言，我一定要最大声地说话，我一定要最流畅地演讲。我一定行！今天一定是幸福快乐的一天！”(平常也自我暗示，默念或写出来，至少10遍。)②想象：想象自己在班级或者全校大会上演讲，

想象自己成功，然后给自己一个开心的微笑。

2. 口才锻炼。①每天至少10分钟深呼吸训练。②抓住一切机会讲话，锻炼口才。③每天至少与5个人有意识地交流思想。④每天大声朗诵或大声讲至少5分钟。⑤每天训练自己“三分钟演讲”一次或“三分钟默讲”一次。⑥每天给亲人、同学至少讲一个故事或完整叙述一件事情。

五、班会反思

本节班会是我的“四尊式班级文化”之“尊重自己”版块序列班会之一，针对五年级孩子的身心特点及班级实际情况——孩子一方面自我意识明显增强，一方面又因为不能正确认识自己，而不敢大胆表达自己的观点，课堂上不爱发言，平时对自己不擅长的事务因为害怕而拒绝参与，比如因为不会打篮球就拒绝参加班级篮球社团，因为自己不会唱某首歌就说那首歌不好听，自己不喜欢唱遇到难题就退缩，比如运动会上800米长跑报名总是要做动员工作，有的孩子分明有耐力也有实力参加长跑却因为觉得累而放弃报名等等，因此决定通过本节“告诉自己：我能行”主题班会，唤起学生的自信，引导学生学会辩证认识自己。

为达到上述教育目的，除了充分准备故事和视频之外，还有意挖掘班级既有的好典型事件——足球队最近竭尽全力与年级最强对手比赛0:1小输带给学生的心灵震撼，以及同学们平时表现，引导学生在回顾中增强认识，学生的体验和反思贯穿班会始终，通过多角度引导全员同学

参与，多维度的故事及案例解读，深化了学生的认识；同时渗透方法指导，让学生知道如何自信表达、积极认识自我的同时接纳自己的不足，明白真正的自信源自于不懈的做个最好的自己的努力。

整个课堂气氛活跃，学生体会较为深刻。但也因环节有点偏多，个别交流的地方展开不够。安排的后续活动，需要持续坚持。本主题是一个长线活动，一节班会是不可能达到真正的育人目的，需要对应的主题活动巩固、强化和推动。

附：相关资料链接介绍

1. 班会第二部分“发现个人优势”参考了积极心理学核心发起人彼得森和塞林格曼的成果——人类个人优势6大类24小类标准。参考了“个人优势大转盘”设计。具体标准见课件。

2. 影片《永不言弃》片段介绍：

电影片段选自电影《永不言弃》)，讲述一位教练如何重拾信心与勇气，并用信仰击败恐惧的故事。在泰勒六年的教练生涯中，他从未在赛季中获胜。当球队中最优秀的队员Shiloh决定转学后，他们连在新赛季中获胜的希望都随之而去了。赛季一开始便输了三场比赛之后，队员们也对自己失去了信心，截取的片段就是教练如何通过一个“死亡游戏”让队员们相信每个人的潜力的无穷

参见视频地址：

http://v.youku.com/v_show/id_XMTc2OTM0ODcy.html

【时间】2010年3月19日

【班级】高二3班

【德育背景】

现代社会飞速发展，各种新奇事物层出不穷。如网络，游戏等不良诱惑时刻影响着在校的学生，而学生的分辨能力明显不足势必造成一些学生经受不住诱惑而逐渐的放纵自己，最终会导致学业上的困难，甚至走向犯罪。班会活动的设计以学生的发展为本，关注学生参与设计和组织班会的过程和方法，以及伴随这一过程产生的积极情感体验和正确的价值观。通过学生的参与体验，让学生明白如何拒绝不良诱惑，达到自主远离犯罪，健康成长。

【德育目标】

通过介绍社会上不良诱惑的危害，介绍如何拒绝不良诱惑，达到学生能够自主远离犯罪，健康成长，并能认识到现在自己最不能拒绝的诱惑是什么，达到警示自己的效果。

【德育实录】

一、班会引入

师：好，同学们，今天我们班会的主题是拒绝诱惑，健康成长，现在我就来诱惑一位同学。

“小C，来抽支烟。”

“不抽！”

“老师让你抽的，给个面子？”

“我不会”

“谁能生下来就会的？来一支吧？”

“像个男人好不好？！”

“就抽一支。”

“好，诱惑成功。”（同学大笑）

师：看到了没有，很容易被诱惑放倒的吧？（笑声），生活中像这样的诱惑是非常多的，那么我们先来看我们自己拍摄的情景剧。好看课件：

二、观看课件视频

1. 观看情景剧（由本班学生高Y，吴YC，张HY三人主演）

第一个是逃课的情景剧，说的是一个爱逃课的学生诱惑另外一个学生一起逃课上网的过程。

第二个情景剧是网吧老板诱惑两个学生进网吧上网的过程。生动形象地说明了青少年抵制诱惑的无力与无奈。

师：看到了吧，很容易就被骗进网吧了吧？进了网吧那未来可就打上大大的“问号”了！下面找几位“演员”来谈一下感想吧。

高Y：就如刚才的视频中，有时候我确实会去外面上网，尤其看老师在其他班级上课的时候，我就会跑出去。一个人去吧挺孤单，所以我就找其他同学和我一起去。虽然他们不一定想去，但是经不住我一再的诱惑，最终都可以成功的找到人陪我一起去。

吴YC：刚才演的那么像，原因那是真实的，高Y出去上网，只要叫我，我就会控制不住自己，找各种理由来说服自己去上网。还记得我第一次去网吧，担心自己未成年而被赶出来，结果呢，那里的老板竟然拉着我让我玩，于是我就陷进去了。

张HY：就如剧中演的一样，生活中有太多自己控制不住的诱惑，而被诱惑以后自己心里又很纠结，暗暗告诫自己下次一定要控制住自己，结果呢下次还是这样，就这样循环着，今天老师开这样的班会，我希望能找到抵制

诱惑的好方法。

师：几位“小演员”演的好，讲的也好。我们被诱惑做一些不应该做的事情，而如果几步走不好，甚至会走向犯罪的道路，大家一起来观看下面的MTV歌曲——《心声》，演唱：迟志强。

电影《少年犯》主题曲（催人泪下的表演与演唱MTV）

妈妈啊 / 妈妈啊 / 儿今天叫一声妈 / 禁不住泪如雨下 / 高墙内春秋几度 / 妈妈呀 你墙外可盼 / 泪水染白发 / 想昨天 儿象脱缰的野马 / 狂暴粗野 乱踢乱踏 / 妈妈呀 儿跌入激流 / 几番沉浮 不能自拔 / 几番沉浮 不能自拔 / 又恰似 狂风暴雨 / 摧折了未放的花……

师：一声声撕心裂肺的呼喊：“妈妈”，外面一个个满脸泪水的母亲，怎么不让我们心痛不已，为什么？青春年少的他们却要在高墙中度过？他们到底做错了什么？最痛苦的是他们的在外面的妈妈！

（学生沉浸在刚才沉重的画面之中）

师：据报道，在近几年受越来越多诱惑的影响，14-25岁的青少年的犯罪率逐年升高，而尤其上14-17岁的未成年人犯罪比率上升速度更是快；这些孩子们他们的本性就是这样吗？而为什么他们又成为这样子呢？本来是如花的岁月，却要在铁窗里度过！大家结合自己身边的情况来讨论一下造成少年犯罪的原因。

闫珂：自制力差，贪图享受爱慕虚荣。经不起社会上的诱惑，自己又没有养成良好的习惯，造成他们走向这一步。

赵叮：社会上有许多不良的诱惑也是一个原因。比如黑网吧，游戏厅等。

高扬：没有纪律意识，不遵守纪律，很容易造成其走向极端。如果有纪律观念，时时约束自己也不会这样。

吴艳超：说到纪律，他们平时对自己的坏习惯也不以为然，认为是小问题，其实就是这些坏习惯害了他们。

张程琦：性格冲动也许是一个原因，做事不考虑后果，头脑一热就做了坏事。

王勇：他们的家庭也许是一个原因，没有良好的家庭教育，有的甚至是不良的家庭环境。也许可能是单亲家庭等等。

学生在下面热烈的讨论，我一边总结：

- （1）自制力差，图享受爱慕虚荣；
- （2）社会的不良诱惑；
- （3）没有纪律观念，容易走极端；
- （4）平时学习生活中对坏的习惯不以为然；
- （5）完全冲动行事，不会动脑思考后果；
- （6）家庭环境。

师：造成少年犯罪的原因很多，刚才大家也提到了社会上不良诱惑太多，那么今天我们就以拒绝诱惑为题来加强我们自身的防范能力。

2. 看课件，听故事

传说古希腊有一个海峡女巫，她用自己的歌声诱惑所有经过这里的船只，使它们触礁沉没。智勇双全的奥德赛船长勇敢地接受了横渡海峡的任务。为了抵御女

巫的歌声，他想出了一个办法：让船员紧紧地绑在桅杆上，这样即使他听到歌声也无法指挥水手；让所有的水手把耳朵堵上，使他们听不到女巫的歌声。结果，船只顺利地渡过了海峡。

师：1. 奥德赛船长靠什么使船只顺利通过了海峡？2. 这个故事又说明了什么？

张炎林：船长靠拒绝诱惑顺利通过海峡，这个故事说明了只要自己主观愿意就可以拒绝诱惑。

石朝阳：女巫的歌声就是我们所说的诱惑，诱惑很诱人，很美，但也会引领我们走向灭亡。但只要我们愿意，总能找到拒绝诱惑的办法。

师：大家都提到了，不良诱惑是可以战胜的。勇敢的人敢于战胜不良诱惑，聪明的人总能想出各种办法抗拒不良诱惑。

三、讨论研究

1. 讨论未成年人的不良行为

师：同学们，我们学习生活中有哪些不良的行为呢？这些行为对你来说就是最大的诱惑。

生：旷课、夜不归宿。

生：参与赌博或者变相赌博，在寝室打扑克。

生：偷窃行为、故意毁坏财物，强行向他人索要财物。

生：进入规定未成年人不适宜进入的营业性歌舞厅等。

生：观看色情、淫秽的读物等

生：打架斗殴辱骂他人。

学生们七嘴八舌的诉说着各种不良的行为。

师：同学们学习生活中竟然有这么多的不良行为，如果再加上社会上的不良诱惑，大家就很

危险了。我记得有这样一个故事《青蛙实验》，说的是一只青蛙扔进开水的故事，谁来给大家讲一讲？

张瑞峰：美国康乃尔大学实验研究人员精心策划了一次有名的实验，他们把一只青蛙冷不妨丢进煮沸的油锅里，这只反应灵敏的青蛙在千均一发的生死关头，用尽全力跃出那势必使他丧身的滚滚油锅，突然逃生。隔了半个小时，他们使用一个同样大小的铁锅，里面放满了冷水，然后把那只死里逃生的青蛙放进锅里，青蛙不时来回泅游。接着实验人员偷偷在锅底用碳火慢慢烧热。青蛙仍然在微温的水中享受温暖。等到他感到锅中的水温已经熬受不住，必须奋力跳出时，可为时已晚，它跃跃无力，全身瘫痪，只能卧以待毙。

师：这个故事说明什么？

生：直接扔进煮沸的油锅里，我们知道那是有害的，所以就很快的跳出来。而有些则是一开始看不出有什么危害的，所以慢慢的就无法自拔。

生：如果我们能够直接辨别危害，我们肯定会学会拒绝的。就像那只青蛙一样能够从油锅里跳出来。

生：所以我们要学会分辨哪些是危害的，不要到了进去以后，想要出来却为时已晚。

生：就如我们去网吧上网，开始感觉并没有什么，时间长了，我们浪费了学业，浪费了青春。想出来却发现自己无法适应学校的学习。所以又会选择自暴自弃。就如那只青蛙，它知道要跳出来时已经跃跃无力了。

师：既然大家明白了，不良诱惑的危害，也知道了不分辨出不良诱惑，我们会深受其害，那么，同学们来找我身边的不良诱惑吧。大家谈谈自己最难拒绝的不良诱惑是什么？

2. 实话实说：我最难拒绝的诱惑是什么？它给我带来了什么危害？

生：我最难拒绝的诱惑是床，早起的时候我总是经不住温暖的被窝的诱惑，总是找各种理由多在被窝里多呆一分钟。它让我经常早上迟到，也让我养成了找各种借口的习惯。

生：我最难拒绝的是零食，我从小就喜欢各种零食。它的危害是我吃饭时不想吃饭，让我越来越胖。

生：我最难拒绝的诱惑是闲书，对书的热爱可以说是我的骄傲，但我读不进去经典著作，所以我的爱好武侠，言情，修真，玄幻等。这个诱惑让我经常不能自拔，眼睛看坏了，学习成绩也不断下滑。

生：我最难拒绝的是网游，不知道什么时候玩起了网游，到现在还不能很好的控制自己。它浪费了我太多的时间，现在虽然明白了危害，但有时候还是控制不了自己。

3. 拒绝诱惑的方法。

师：看来大家已经认识到身边确实有许多不良诱惑，也认识到自身最不能拒绝的不良诱惑，那么我们如何拒绝这些诱惑呢？

生：把闹钟放在离自己很远的地方，不至于一听到闹铃，随手一关，转而呼呼大睡。

生：向自己害怕的人保证，

找人监督着。

生：做事之前先把后果想清楚，想想可怕的后果，也许就会拒绝诱惑。

生：规划好自己的空闲时间，把空闲时间安排好，专时专用。

生：用良好的习惯拒绝诱惑，用良好的兴趣代替不良的行为习惯。

学生一边说，我一边整理：方法一：避开诱因；方法二：培养良好的兴趣爱好法；方法三：联想后果法；方法四：请人监督；方法五：专时专用法……

4. 合唱《相信自己》

音乐响起，大家一起高歌。

课件上展示：世界很美，诱惑很多，学会辨别，学会拒绝，生活就美！

四、德育随笔

请大家将本次班会的感悟，尤其是本节班会对你拒绝相关与学习无关的不良诱惑有什么样的帮助，你得到了什么启发等写出来。

【德育反思】

本节课准备充分，课堂讨论热烈，有看过视频音乐后的反思，甚至满眼泪水，有让讨论时的积极争论总之掌声不断，学生在讨论争论的过程中知道了社会上许多不良诱惑，而这些诱惑是走向犯罪的根源，学生也明白了自身现在不能抵制的一些不良诱惑以及这些对自己学生生活造成的影响。

本节课从，拒绝诱惑，健康成长这方面进行法制教育，当然这是不充分的，对学生的法制教育任重道远。

成功始于目标

生涯规划

811 工作室
刘强

【时间】2008年9月18日

【班级】高二文科(3)班

【德育背景】

高二文理分班,新的班级刚刚组建后,学生往往跃跃欲试。但是对于具体的目标追求,他们还是比较模糊的,有许多同学甚至不知道学习是为了什么,而高二又是学习十分紧张的时期,在这种情况下,给学生以目标的指引是迫切的,也是必须的。成功学认为,成功人士都有自己坚定的人生目标,许多成功学书籍都讲述了目标对成功的指引作用。所以,为了学生能够在高二的学习中取得成功,在开学时我急切地给他们目标的指引——成功始于目标。

【德育目标】

1. 让学生明白目标对成功的重要性。
2. 让学生能够制定出自己的人生目标、近期目标,明确实现目标的路径和方法。

【德育实录】

一、班会引入——我们的目标

师:同学们,今天是我们文科三班组建以来的第一次班会,开学已经两周了,一切还都是新的,新的老师,新的同学,新的教室,看着周围互不相识的同学,也许我们还有太多的不适应,但是可以肯定我们已经顺利起航,各项工作有条不紊地进行着,一切都向着好的方向发展。

分科对大家来说其实就是一种新的方向,新的目标,那么,我们这艘大船既然已经起航,摆

在我们面前的首要问题是我们的船要驶向何方?这是我们每个人都应该清楚的问题,就如你想去旅行,你得先确定到哪,你想去买东西,你得先明白买什么东西,你坐车,你得有目的地,你想要考大学,你得明确自己想上什么样的大学,想上哪个大学!

同学们,我们这节班会的主题就是希望大家对目标有个清晰的认识,先问大家一个问题:我们是否知道高二对我们来说意味着什么?

生:意味着我们高中已经过了三分之一,意味着我们离高三

很近了。

生:意味着我们应该好好地扎实地学习,为高三奠基。

生:意味着我们没有太多的空闲时间去玩耍,贪玩的心应该收回了。

生:意味着我们要认真对待我们的学习。意味着我们成人了。应该更懂事,学习上的事情应该更加积极主动,而不是靠老师逼着才学习。

师:大家的回答真的让我很感动,感觉你们已经长大了。高二,我们既然选择了文科,文科便是我们的方向,即我们前进的目标。在以后学习的路上大家也都有了方向的指引。但这只是一个大的方向而已,对于两年后我们的毕业目标是什么,我们思考过吗?或者我们的人生的目标,我们想过吗?

生:我要考一所好些的大学,我要让我的父母过上好的生活,我要给他们优越的晚年生活。

生:我要当一名律师,我喜欢这个职业。

生:我体育很好,我要报考好的体院。

生:我要挣得像姚明一样多的钱,我相信我能。(掌声)

生:我想当一名公务员,感觉公务员挺轻松。(笑声)

生:我没有什么明确的目标,但我肯定要上一本。

二、故事启迪——目标指引成功

师:知道了大部分同学都有自己的一个目标,那么我们为什么要有自己的目标?

生:有了目标就有了动力,

让我们为这个目标去努力奋斗。

生：人都有这样那样的目标或者想法，一个人如果没有目标，那就如同行尸走肉，失去了生活的意义。

生：目标就是指引我们前进的灯塔，在我们学习累的时候，在我们想要懈怠的时候，想想自己的目标，我们就会重新振作，再次向我们的目标前进。

师：刚才的问题大家分析得很透彻，明白了我们为什么需要目标，正是下面这个故事所提到的：看不到目标的后果。

1952年7月4日清晨，加利福尼亚海岸笼罩在浓雾中，在海岸以西21英里的卡塔林纳岛上，一个34岁的女人涉水进入太平洋中，开始向加州海岸游去。要是成功了，她就是第一个游过这个海峡的妇女。这名妇女叫费罗伦丝·柯德威克。在此之前，她是从英法两边海岸游过英吉利海峡的第一个妇女。那天早晨，海水冻得她身体发麻，雾很大，她连护送她的船都几乎看不到。时间一个钟头一个钟头过去，千千万万人在电视上注视着。在以往这类渡海游泳中她的最大问题不是疲劳，而是刺骨的水温。15个钟头之后，她被冰冷的海水冻得浑身发麻。她知道自己不能再游了，就叫人拉她上船。她的母亲和教练在另一条船上。他们告诉她海岸很近了，叫她不要放弃。但她朝加州海岸望去，除了浓雾什么也看不到。几十分钟之后，人们把她拉上了船。而拉她上船的地点，离加州海岸只有半英里！当别人告诉她这个事实后，从寒冷中慢慢复苏的她很沮丧，

她告诉记者，真正令她半途而废的不是疲劳，也不是寒冷，而是因为浓雾中看不到目标。

这个故事告诉我们：如果没有目标，就找不到自己努力的方向，没有方向就没有动力，奋斗中的困难会让我们自暴自弃，半途而废。

师：没有目标，没有方向就如上面故事中的费罗伦丝·柯德威克一样，看不到方向，使自己功亏一篑。所以，我们要有目标，要有方向，成功始于选定方向。接着看故事：新生活是从选定方向开始的！

在非洲撒哈拉沙漠中有一个叫比塞尔的村庄，它靠在一块15平方公里的绿洲旁，从这里走出沙漠一般需要三天三夜的时间。可是在肯·莱文1906年发现它之前，这儿的人们没有一个走出过大沙漠。为什么世世代代的比塞尔人始终走不出那片沙漠？原来比塞尔人一直不认识北斗星，在茫茫大漠中，没有方向的他们只能凭感觉向前走。然而，在一望无际的沙漠中，一个人若是没有固定方向的指引，他会走出许许多多大小不一的圆圈，最终回到他起步的地方。但是自从肯·莱文发现这个村庄之后，他便把识别北斗星的方法教给了当地的居民，比塞尔人也相继走出了他们世代相守的沙漠。如今的比塞尔已经成了一个旅游胜地，每一个到达比塞尔的人都会发现一座纪念碑，碑上刻着一行醒目大字：新生活是从选定方向开始的！

三、集思广益——制定目标的策略

师：方向的确使比塞尔人找到了自己的新生活，我们也要有明确的目标，也要有人生的方向，因为我们也要有我们的“新生活”，但是如何制定目标呢？制定目标需要注意什么呢？下面小组讨论，准备发言。

生：目标要切合自己的实际，比如我现在想夺取班级第一名，但那是切不实际的，因为我在高一没有打好基础，我只能一步步地去超越别人。

生：目标要明确，要坚定不移，不能三心二意。

生：要时时刻刻记着自己的目标，订个目标，然后忘记了，就等于什么也没有。最好贴在桌子上。

生：要找个人监督着自己去实现，不然，像我这样自制力很不好的人，很容易忘记自己的目标。

生：目标要能够完成，不能太困难，当然也不能太简单。太困难了就会使自己失去信心，太简单了没有成就感。

生：目标有很多种，有近期的，有长远的，有现在的，也有自己人生的目标。

师：大家说得太好了，看来大家都认真地思考了这个问题。基本上都包括了制定目标需要注意的各个方面。按照大家说的，制定目标要合理，要记在心里，要有人监督，并且要有自己的人生目标。但是有一点大家没有说明。

生：哪一点？

师：其实大家制定目标时都会认识到的，只是没有说出来，你们制定目标肯定是写明什么时

间达到什么目标，一定要在什么时间完成。

生：要有一个时间的限制，不然目标也就没有意义了。

师：对，如果没有时间限制，目标就不具备其应有的作用了，比如你想去洛阳看牡丹，但是你没有标明时间，这个目标也不会激励着你让你去实现。但是你如果写上了明年春天4月12日去看牡丹，那你就可能按照计划来完成目标。

四、实现目标

（一）坚定目标

师：好了，有了对制定目标的讨论，相信大家明白怎样制定目标了，但是目标制定后，我们将如何实现目标呢？

生：我们严格按照目标去做。

生：坚持去努力，完成目标制定的任务。

师：那如果我们感觉到不能完成目标，那我们怎么做呢？

生：那可能我们制定的目标太大了，就及时改变自己的目标，再为自己找个新目标。

生：既然定了目标就一定能完成，完不成说明自己定的目标太高了，太离谱了。

师：那要不要改变自己的目标呢？当自己完成目标遇到困难时？

生：应该改变，自己完不成的，还是按照那个目标去做，只能不断地打击自己。

生：我认为必须坚定不动摇，如果一有困难就降低自己的目标，那么到最后我们可能一事无成。

生：你定的目标太高了，那就应该改变。

生：那你开始制定的时候就应该想好，一旦制定好适合自己的目标就不应该改来改去的。这样目标就不是目标了。而是一天天的在变化。

师：是啊，我们制定自己的人生目标一定要结合自己的能力，并且认真制定出来，一旦制定了目标以后就去努力实现。看下面的故事：

有一位父亲带着三个孩子，到沙漠去猎杀骆驼。他们到达了目的地。父亲问老大：“你看到了什么呢？”老大回答：“我看到了猎枪、骆驼，还有一望无际的沙漠。”父亲摇摇头说：“不对。”父亲以相同的问题问老二。老二回答：“我看到了爸爸、大哥、弟弟，猎枪、骆驼，还有一望无际的沙漠。”父亲又摇摇头说：“不对。”父亲又以相同问题问老三。老三回答：“我只看到了骆驼。”父亲高兴地点头说：“答对了。”

这个故事告诉我们：一个人若想走上成功之路，首先必须有明确的目标。目标一经确立后，就要心无旁骛，集中全部精力，勇往直前。

师：大家再来看下面一项非常著名的调查——《关于目标对人生影响的跟踪调查》：

那3%的人，25年来几乎都不曾更改过自己的人生目标，他们始终朝着同一个方向不懈地努力。25年后，他们几乎都成了社会各界顶尖成功人士，他们中不乏白手创业者、行业领袖、社会精英。

那10%的人，大都生活在社会的中上层。他们的共同特点是，那些短期目标不断地被达到，生

活质量稳步上升。他们成为各行各业不可缺少的专业人士，如医生、律师、工程师、高级主管等等。

那60%的人，几乎都生活在社会的中下层面。他们能安稳地生活与工作，但都没有什么特别的成绩。

剩下的27%的人，他们几乎都生活在社会的最底层，他们的生活都过得很不如意，常常失业，靠社会救济，并且常常在抱怨他人，抱怨社会。

师：通过以上的故事与调查，大家对目标有什么新的认识？

生：要有确定的人生目标。

生：不能轻易地改变自己定下的目标。

生：经常改变目标的人，是不断给自己找借口，不断原谅自己的人。当然是失败者。

生：要坚信自己能完成自己的人生目标，且不改变。直到成功。

（二）畅想目标成功后的种种好处

师：大家知道了要坚持自己定好的人生目标不改变，但是目标实现的过程中是有很多困难与失败的，那么如何坚定目标？先看故事：

易发久的故事

在易发久很穷苦的时候，他为自己定下了一个伟大的目标：三年之内成为千万富翁。他并且写下了目标成功后的种种好处。

1. 还清欠债；

2. 可以买一套房子，使生活安定下来；

3. 可以把母亲接到身边来安度晚年；

4. 可以请得起保姆帮助处理

家务；

5. 有能力帮助家人，报答他们多年来对自己无怨无悔的支持、鼓励、宽容与信任；

6. 可以买一辆汽车，在提高工作效率的同时，还可以在闲暇的时候出门兜兜风；

7. 可以兑现自己曾经做的另外几个承诺；

8. 可以证明自己言行一致，自己会按照自己教给别人的方法去做，而且证明它是对的，因为自己能做给他们看；

9. 可以不让曾经支持过自己的许多朋友、师长、上司失望，并以此来证明他们对自己的信心是有远见的；

10. 可以使自己的工作价值完成战略性转移，即从为生计而奔波转移到更加注重工作本身的意义上来；

11. 达到该目标本身恰恰证明自己已经帮助过不少人，不然不会有那么多人持续地支持自己；

12. 能给本公司的同伴们带来更好的工作环境，创造更稳定的福利条件及成长条件；

13. 让自己更有信心，更坚定自己的信念与理想；

14. 可以按自己的想法去做一些投资，以加快成功的速度；

15. 为自己下一个三年成为“千万富翁”打下基础；

16. 可以让自己的心境更加宁静，更有心情去修炼自己心灵的成长。

结果，易发久按时达成了目标。然后又立下了三年完成另一个1000万的目标，同样写出10多条达成目标的好处，结果又按期达成了目标。

师：上面易发久的故事说明了什么？

生：畅想目标实现后的美好。

生：常常想想目标成功后，我们可以得到的好处。

生：当我们想要懈怠时，想想目标能够实现的话，可以得到很多自己理想中想得到的东西，就会更加努力，而不会改变自己的目标。

生：正是那么多诱人的好处，才会使我们更加坚定目标。

师：我们要想达到目标，我们要先写下达到这个目标后，我们可以得到什么好处。这样我们就会为自己想要的这些好处而不是轻易地放弃自己的梦想。

（三）分段实现大目标

师：即使明确了目标，我们就可以高枕无忧地等待目标的实现吗？

生：当然不是，我们还要艰苦地学习，坚定的意志，不断地完成任务，直至目标的实现。

生：光说不干，等于零蛋。有了目标那就勤奋地学习。为目标创造条件。

师：是的，有了目标就去实干。也许考大学是我们现在的人生目标，或者是我们现在的核心目标，因为只有这个目标的实现，才会实现你人生其它的目标。那么，如果你想上一所名牌大学比如北京大学吧，面对这样一个理想，你将付出什么样的行动呢？

生：我会好好学习，勤奋刻苦，利用好时间。

师：这是必要的，但是对于目标的完成还是不够具体，如果你向你说的那样，成绩还像平常一样没有长进的话很可能考不上好

的大学啊。

生：我的目标一本，平时按照上一本的标准要求自己。不断进步，不断提高自己。

师：按照上一本的标准要求自己，说的不错。可是如果现在的成绩很不理想，你能一下子达到你想要的水平吗？

生：目标要逐步实现，我现在在班级三十名，我不可能一下子达到前十名。我只能一点点地努力实现。

生：当然不能一下子达到要求，我会一步步地实现自己的目标，我现在是要求自己一次次地进步，到高考时能够达到目标的要求。

师：很好，说到点子上了，就是要一次次进取，分步来实现目标，慢慢地接近目标。可以更具体一些，比如高二要达到什么水平，高三第一次考试要达到什么水平，第二次考试要达到什么水平，一直到最后一次考试要考多少分，达到什么水平。那么面对即将到来的月考，我们要求自己达到什么样的水平呢？待会制定目标时大家要努力把这些都想好。看下面的故事，也许你会更清晰些。

分段实现大目标

1984年，在东京国际马拉松邀请赛中，名不见经传的日本选手山田本一出人意外地夺得了世界冠军。当记者问他凭什么取得如此惊人的成绩时，他说了这么一句话：“凭智慧战胜对手。”

当时许多人都认为这个偶然跑到前面的矮个子选手是在故弄玄虚。马拉松赛是体力和耐力的

运动，只要身体素质好又有耐性就有望夺冠，爆发力和速度都还在其次，说用智慧取胜确实有点勉强。

两年后，意大利国际马拉松邀请赛在意大利北部城市米兰举行，山田本一代表日本参加比赛。这一次，他又获得了世界冠军。记者又请他谈经验。山田本一性情木讷，不善言谈，回答的仍是上次那句话：用智慧战胜对手。这回记者在报纸上没再挖苦他，但对他所谓的智慧迷惑不解。

10年后，这个谜终于被解开了，他在自传中是这么说的：每次比赛之前，我都要乘车把比赛的线路仔细地看一遍，并把沿途比较醒目的标志画下来，比如第一个标志是银行；第二个标志是一棵大树；第三个标志是一座红房子这样一直画到赛程的终点。比赛开始后，我就以百米的速度奋力地向第一个目标冲去，等到我到达第一个目标后，我又以同样的速度向第二个目标冲去。40多公里的赛程，就被我分解成这么若干个小目标轻松地跑完了。起初，我并不懂这样的道理，我把我的目标定在40多公里外终点线上的那面旗帜上，结果我跑到十几公里时就疲惫不堪了，我被前面那段遥远的路程给吓倒了。

在现实中，我们做事之所以会半途而废，这其中的原因，往往不是因为难度较大，而是觉得成功离我们较远，确切地说，我们不是因为失败而放弃，而是因为倦怠而失败。在人生的旅途中，我们如果具有山田本一的智慧，一生中也许会少许多懊悔和惋惜。

师：通过这个故事想想我们的学习，你有什么启发？

生：要不断地提高自己，我们可以把离高考剩下的时间分成几段，比如以每次考试为一段，在每一段我们都要为实现高考目标而定下一些小的目标，我现在在班级30名，如果我定下目标下次月考我要达到班级前25名，那么以后的每次考试我要求自己进步一名，那么高考时我肯定是班级第一名，也就有可能实现我心中的理想。

掌声响起！

五、我们的核心目标——学习成功

师：说得非常好，你说出了我想要给大家说的话。

今天我们知道了目标的重要性，知道了如何制定目标，那么我们如何从现在开始规划自己的人生目标呢？也许我们有许多目标，但是我们目前最需要实现的目标是什么？不正是我们的学习吗？不正是我们想要上的大学吗？

同学们，考上我们理想的大学是我们现在的核心目标，也是我们其它人生目标的核心目标。只有如此，我们才可以更好地达到其它的目标。

那么，就让我们明确自己的目标，并一起去努力实现自己的目标吧。为我们的新高二制定一个航向，为自己立一盏指路的明灯。为我们的人生理想加油。明确自己的人生理想后填写下面的表格并张贴到桌子上，以时时激励我们，指引我们前进！

今天的班会到此结束，谢谢

同学们，谢谢大家！下课。

【德育反思】

高二对所有学生来说都是一个新的开始，随着文理分科，学生都有了新的方向：文科或者理科，但是对于目标还是有些迷茫。他们不知道如何制定目标，如何坚定目标，如何实现目标，他们也不知道目标对学习的重要性。所以在高二的第一次班会课对学生进行目标教育是必要且及时的。

本节班会从人生目标的制定与当前首要目标联系起来，让学生明白，作为学生，现在只有实现自己的近期目标，才会为以后人生目标创造条件，这样目标教育就转化为学生实现自己眼前最紧要目标的教育。引入到学习上，可以激励学生，引导学习。最后让学生填写表格，张贴在桌子上，使目标可视化，让学生在学的过程中时时看到自己的目标，时时指引，不失航向。

对目标的制定：一要合理，即要适合自己，跳一跳就可以得到，不要太高也不要太低。二要有时间的限定，如果订一个目标而没有时间要求，那么这个目标也就失去了意义。三要把目标视觉化，写在纸上，贴在桌子上，让自己低头就能看到，就能够得到动力与方向的指引。四要明确，比如说考大学吧，你得知道什么样的学校，哪一所学校，目标如果太笼统意义也就不大了。五要制定完成目标的计划并努力去实施。不然目标太远了，我们看不到方向，很容易倦怠，失去信心。要订计划一步步地去实现目标，或者把目标分成小目标来一步步完成。

经营完美人际关系的 三原则

人际交往 □

□ ■ 8+1 工作室 杨兵

【时间】2010年6月1日

【班级】高一（1）班

【德育背景】

对中小学生而言，是否拥有良好的人际关系，是他们的校园生活能否快乐幸福的关键，更是关系着他们能否健康成长的大事。因为，那种自我封闭、孤芳自赏、不善与人交往的学生是很难享受到成长的欢乐的，他们已经在不知不觉中落下了人格缺陷和心理隐疾。

可不幸的是，在过于孤独的家庭环境和片面强调竞争的社会环境中长大的孩子，唯我独尊的意识，自私自利的心理，让他们的人际关系状况实在令人担忧。这就对中小学班主任的德育工作提出了严峻的挑战。不过问题虽然严重，办法也不是没有。班主任要利用班会和其他班级活动培养学生的三种品质——包容精神、欣赏意识、合作理念，让学生深深地懂得：包容是一种拯救，欣赏是一种美德，合作是一种力量。做到这些一定可以有效改善学生的人际关系，进而打造出一个团结向上、积极健康的班集体。

【德育目标】

1. 理解并掌握经营完美人际关系的“三原则”；
2. 营造和谐的班级氛围，塑造团结的班集体。

【德育过程】

（课件展示几段卡耐基名言，学生齐读）

1. 朝着一定目标走去是“志”，一鼓作气中途绝不中止叫“气”，两者合起就是“志气”。一切事业的成败都取决于此。

2. 行为胜于言论，对人微笑就是向人表明：“我喜欢你，你使我快乐，我喜欢见到你”。

3. 始终挑剔的人，甚至最激烈的批评者，都会在一个有忍耐和同情心的倾听者面前软化降服。

4. 如果你要使别人喜欢你，如果你想他人对你产生兴趣，你注意的一点是：谈论别人感兴趣的事情。

5. 如果我们想交朋友，就要先为别人做些事——

那些需要花时间、体力、体贴、奉献才能做到的事。

从这几句话我们可以看出，这是一个对人性人情有着深刻洞察力，对人际关系颇有研究的人。他是美国著名的人际关系学大师，西方现代人际关系教育的奠基人，其在1936年出版的著作《人性的弱点》，70年来始终被西方世界视为社交技巧的圣经之一，他就是美国著名企业家、教育家卡耐基先生！

下面请大家将卡耐基的这句话大声读三遍——一个人事业上的成功，只有15%是由于他的专业技术，另外的85%要依赖人际关系、处世技巧。

那么如何经营良好的人际关系，如何拥有高超的处世技巧，你们的班主任杨兵老师经过长达1/4世

纪的思考，最后将自己的心得概括成三句话：包容是一种拯救，欣赏是一种美德，合作是一种力量。

一、包容是一种拯救

《论语》中有这样一段孔子师徒的经典对话，“子贡问曰：有一言而可以终身行之者乎？子曰：其恕乎。己所不欲，勿施于人。”这个“恕”就是宽恕、包容，而且被认为是值得终身奉行的为人处事的最高原则。孔子还用“己所不欲，勿施于人”八个字解释了达到“恕道”的修养途径，用今天的话来理解就是要学会“换位思考”，多站在对方的角度思考问题，这样难以理解的也就可以理解了，不可接受的也就可以接受了，不能原谅的也就可以包容了，就会少了许多无谓的争执、无端的指责和无尽的仇恨。如果我们不包容，只能失去更多的朋友，给自己带来更大的伤害。

有一个故事我在班里讲过，但讲得很不好，下面我请李琳同学给大家讲讲：

（学生讲述）阿拉伯传说中有两个朋友在沙漠中旅行，在旅途的某个地点他们吵架了，一个还给了另外一个一记耳光。被打的人觉得受辱，一言不语，在沙子上写下：“今天我的好朋友打了我一巴掌。”他们继续向前走，直到到了湖边，他们停了下来。被打一巴掌的那位在取水的时候差点淹死，幸好被朋友救起来了。被救起后，他拿了一把小剑在湖边的石头上刻下了：“今天我的朋友救了我一命。”

一旁好奇的朋友说：为什么我打了你以后，你要写在沙子上，而现在要刻在石头上呢？他笑笑说：当被朋友伤害时，要写在易忘的地方，风会负责抹去它。相反的如果被帮助，我们要把它刻在心里的深处，那里任何风都不能抹灭它。

“宽容是一种拯救”，它首先拯救的是我们自己的心灵和我们的人际关系。事实上，不仅如此，学着包容，还会因此赢得对方的心灵，增进彼此的情谊。

我记得班长王宝生同学还给大家讲过一个“六尺巷”的故事，咱们请他再给大家再讲一遍：

（学生讲述）相传清朝宰相张英邻家造房占张家三尺地基，张家人不服，修书一封到京城求宰相张英主持公道，张相爷看完书信回了一封信，内容：千里家书只为墙，让他三尺又何妨；万里长城今犹在，不见当年秦始皇。家人收书后深感羞愧并按相爷之

意退让三尺，邻家人见相爷家人如此胸怀，亦退让三尺，遂成六尺巷。这也成就了中国人宽以待人的一段佳话。

但是，老班需要补充的是“包容绝不是包庇纵容”。不能因为“哥们儿义气”不讲原则，不顾是非。莎士比亚说过“慈悲不是姑息，过恶不可纵容”。农夫救蛇被蛇咬，东郭救狼被狼吃，这是千古教训。

二、欣赏是一种美德

1852年秋天，屠格涅夫在打猎时无意间捡到一本皱巴巴的《现代人》杂志。他随手翻了几页，竟被一篇题为《童年》的小说所吸引。作者是一个初出茅庐的无名小辈，但屠格涅夫却十分欣赏，钟爱有加。他四处打听作者的住处，最后得知作者是姑母一手抚养照顾长大的。于是，屠格涅夫几经周折，找到了作者的姑母，表达了他对作者的欣赏与肯定。姑母很快就写信告诉自己的侄儿：“你的第一篇小说在瓦列里扬引起了很大的轰动，大名鼎鼎、写《猎人手记》的作家屠格涅夫逢人就称赞你。他说：‘这位青年人如果能继续写下去，他的前程一定不可限量！’”作者收到姑母的信后惊喜若狂，他本是因为生活的苦闷而信笔涂鸦写篇文章打发心中的寂寥的，没想到得到名家屠格涅夫的欣赏，名家的话一下子点燃了青年人心中的火焰，使他找回自信，寻找到了人生的价值，于是他一发不可收拾写了下去，最终成为享誉世界的文学家、思想家。这个人不是别人，他就是我们熟知的列夫·托尔斯泰。

要拥有“欣赏”这种美德，第一点要做到“慎于批评”。

俗话说“良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒”，不恰当的批评，不理智的指责，不负责任的评论，会给对方内心造成很大的伤害，自然也会给彼此的关系带来严重影响。正确的批评要做到：“时机恰当”，不让对方当众出丑；“语气委婉”，不使对方感到难堪；“适可而止”，当对方已经意识到自己的错误的时候，就不要再喋喋不休了。

第二点要做到“善于发现”。

每个人都有优点和长处，只要我们敏锐一点，坦荡一点，主动一点，就一定能够发现。现在我给每一个学生发一张“星光卡”，每张卡片上均有以下内容：

我最欣赏()同学的勤奋,因为()
 我最欣赏()同学的机智,因为()
 我最欣赏()同学的爱心,因为()
 我最欣赏()同学的勇敢,因为()
 我最欣赏()同学的细致,因为()
 我最欣赏()同学的谦和,因为()
 我最欣赏()同学的坚韧,因为()
 我最欣赏()同学的正直,因为()
 我最欣赏()同学的孝心,因为()
 我最欣赏()同学的理智,因为()
 “星探”_____

请大家在课下填上对方姓名和最具代表性的言行,最后我们会同一贴在教室的“星光灿烂榜”上,让我们一起欣赏别人的优点和别人对自己的赞美。

第三点要做到“勇于表达”。

中国文化太过内敛,这直接导致中国人有一个普遍的性格弱点,那就是不轻易流露内心的情感,不能勇于表达自己的好恶,有一首歌唱得好——《爱你在心口难开》。其中有这么几句歌词:爱你在心口难开。你可知道我在爱你,怎么对我不理睬,请你轻轻告诉我,不要叫我多疑猜。你从来都不说,还埋怨别人不理睬你,还总期待别人能轻轻地向自己表白,这不是无理取闹庸人自扰吗?大家说是不是?

不过我们中国人还有一个很大的优点,那就是“知错就改”,下面我们就通过一个小游戏来矫正自己这方面的偏差。

我这里准备了一个纸盒,里面装了54张叠好的纸条,每一张纸条上都写有一个同学的姓名。然后任选一位同学A抽出一张纸条,请该同学说出纸条上同学B的优点,再请B同学略谈心里感受,然后由B同学抽纸条,说出纸条上C同学的优点,如此类推。

下面请大家齐读这一段文字:

(学生齐读)社会生活中,每一个人都渴望得到别人的欣赏,同样,每一个人也应该学会去欣赏别人。欣赏与被欣赏是一种互动的力量,欣赏者必具有愉悦之心、仁爱之怀、成人之美之善念;被欣

赏者必产生自尊之心、奋进之力、向上之志。因此,学会欣赏应该是一种做人的美德。

所以,欣赏别人是一种友善,被人欣赏是一种福分,不会欣赏是一种残疾。

三、合作是一种力量

任何一个时代,“合作理念”都没有像今天这样意义深远。人类基因组计划,由美英德法日中六国横跨欧美亚三大洲的国际队伍完成。据说参与“嫦娥工程”的工程技术和后勤保障单位有3000多个。单打独斗,闭门造车,在今天已很难取得大的成功。

首先,我们要明白“合作始于团结”。请大家看看这则寓言:

从前,有一位长者听到五个手指在议论:

大拇指说:我最粗,干什么事都离不开我。别的四个手指都没用。

食指说:大拇指太粗,中指太长,无名指太细,小拇指太短,他们都不行。

中指说:我的个子最高,只要我一个人就能做很多事。

无名指说:真讨厌,大家都不给我一个名字,我真不愿意和他们在一起。

小拇指说:他们长得那么长、那么粗,有什么用?我是小而灵,我的作用最大。

长者听了他们的对话,语重心长地对他们说:你们都说自己最有用,那么我就请你们来比一比,看看到底谁的作用大。于是这位长者拿出两只碗,其中一只里面放了一些小豆子,要求五只手指分别把这些小豆子拿到另一只碗里。结果可想而知,没有一只手指能独立完成这件事。

所以有一首歌叫《团结就是力量》,军训时我们一起学过,下面让我们重新唱响这首朴素雄浑的歌!

下面我们来做一个游戏:六位同学分成三组,每一组的三个人中,一个双眼被蒙上,一个双手被绑上,而另一个双脚被捆上。然后给每组三个篮球,要求以最快的速度将球从教室的一端搬到另一端,且一次只能搬一个球。最后用时最短,且球未落地者获胜。

给这六位同学30秒准备和商量时间。(班主任一声哨响——开始!)

然后请每组派一个代表谈谈本组的方法和体会。

（学生“现身说法”谈体会）

如果说合作“始于团结”，那么“成于分工”。任何一个集体和组织，只有在团结氛围下，分工明确，相互配合，才能取得最终的成功！而那些珍视团结，善于合作的人，一定能获得团队中其他成员的欣赏，从而拥有良好的人际关系！

最后让我们一起重温卡耐基先生的这句话“一个人事业上的成功，只有 15% 是由于他的专业技术，另外的 85% 要依赖人际关系、处世技巧。”

还有你们的班主任长达 1/4 世纪的思考三句心得：“包容是一种拯救”，“欣赏是一种美德”，“合作是一种力量”。

在生活和学习中，如果我们能够“多一点包容，少一点挑剔；多一点欣赏，少一点冷漠；多一点合作，少一点纷争”，就一定能够获得拥有良好的人际关系，不仅能“莫愁前路无知己”，最终还会获得生活的幸福，事业的成功！

今天的班会到此结束，祝各位童心未泯的同学节日快乐！

【德育反思】

当今部分大中学生人际关系之所以会出现严重的问题，有着复杂而深刻的社会教育和家庭教育的原因，如我在“设计背景”中所说“在过于孤独的家庭环境和片面强调竞争的社会环境中长大的孩子，

唯我独尊的意识，自私自利的心理，让他们的人际关系状况实在令人担忧”，具体表现，我认为最主要的就是三种品质的缺乏——包容精神，欣赏意识，合作理念。因此我设计的这次班会就是本着“缺什么补什么”的心理，有针对性地加以引导。

美国心理学家、哲学家詹姆士精辟地指出：“人类本质中最殷切的要求是渴望被肯定。”因此打动人最好的方式就是真诚的欣赏和善意的赞许，而不是斤斤计较指指点点。与欣赏意识给人的温暖和展现的美德相反，“冷漠”是一种很恶劣的行为。他的言行举止对你来说无关紧要，他的是非成败对你只如过眼烟云，当他急切地倾诉遭遇到的只是你冷淡的回应，当他艰苦的收获换来的只是你冷冰的嘲讽，这是对他最大的伤害。

所以我要让学生明白，想拥有良好的人际关系，不仅要包容别人的缺点（当然也不能因为“哥们儿义气”不讲原则，不顾是非，要杜绝形成不健康的“小帮派”和缺乏正义感的风气。），还要勇于表达对别人的欣赏，这样同学之间才能增进了解，加深感情，激发信心，给人力量！这也是我设计“星光卡”和“赞美接龙”的最终目的！

另外朱永新老师说：“善于合作也是心理健康和人格发展的基础。”于是我在第三个环节设计了一个培养学生分工合作能力的小游戏。两个小组的同学经过短暂的讨论，不约而同地选择了最好的办法，那就是双脚被捆的学生将球稳稳地交给双眼被蒙的学生，然后双眼被蒙的学生在双手被绑的学生的引导下快速将球运到目的地。然后我请学生以自己的亲身经历谈谈“合作最重要的是什么”，我想学生不难得出这样的结论：分工明确，相互配合。

经过这样一次班会，我想学生不仅能掌握人际交往的“三原则”，对营造和谐的班级氛围，塑造团结的班集体，也会大有裨益！



民主启蒙

空谈误学，实干兴班

■ 8+1 工作室 秦望

【时间】2013年3月25日

【班级】高一（1）班

【德育背景】

周日下午前两节政治连排课，政治老师去听学术报告了。老师让政治课代表组织学生第一节背书，第二节安静自习，自主复习。第一节还好，第二节时有些同学变得不耐烦起来。说小话者有之，同学互背者有之，换座者有之安静的自习课一片混乱。历史课代表到我办公室送作业，向我报怨道：“老师，咱班下午自习课可乱，政治课代表管不住他们，你管管吧！”我一惊，我周一宣布本周为纪律整顿周，并进行了思想动员，规定了具体惩戒措施。本以为本周会平安无事，不料却在周末出了这么大的乱子。我从视频监控上调出信息，果真一片混乱，更令人无法忍受的是居然有人那么肆无忌惮，把教室当成了菜市场。这次非得严加整顿不可。由于我还有课，稳了稳情绪。晚饭后，我在班级等候，学生们陆续到班，看基本到齐了，我说：“请大家欣赏我们班的自习场景？”我开始播放视频。当他们看到自己的种种行为暴露在视频监控器下时，不觉大吃一惊，“那真的是我吗？”最后，有十一位同学自觉站了出来面壁反省，并写出1000字自我反省书。

【德育目标】

1. 让纪律是立班的基石的观念深入人心，使同学们自觉遵守自习纪律；
2. 深入挖掘国民性中懦弱自私的一面，启蒙学生的公民意识。

【德育实录】

一、教师导入

习近平担任国家主席后，大力整顿社会风气，全国会风、行风为之一变。前不久我参加济源市人大会议，开会期间，没有鲜花，没有铺红地毯，没有市领导宴请。代表们都很支持党和政府的决定。2012年11月29日，习总书记在参观《复兴之路》展时称“空谈误国，实干兴邦。”我借用书记的话，对于我们班来讲也一样，“空谈误学，实干兴班”。

大家都知道，昨天下午政治自习课上发生了一些令我们不愉快的事，我们今天这个班会，就是要加深对这件事的认识。这里，我想问大家几个问题：班级是什么？我需要什么样的班级？我为理想的班级建设做了些什么？我将从班级收获什么？

我们先看第一个问题：班级是什么？

二、班级是什么？

生1：班级就是一个集体。

生2：班级就是一个家。

生3：班级是学习的地方。

师：每个人的理解有所不同，但都从一个侧面对班级作了解读。班级组建初期还不是一个集体，也谈不上有家的温暖，也就是一群人聚在一起学习的地方。这不是集体，这是群体，集体要有共同的目标，有共同的理念和共同遵守的制度，要有凝聚力，一盘散沙，那不是集体，当然也不是家。班级是什么？这个问题，中国班主任界的奠基人魏书生老师有过很好的解读。

出示课件。

生齐读：一个人读6年小学，再读完3年初中，3年高中，4年大学，16年的光阴是在班级中度过的，

占了人生命五分之一的长度。这是人生筋骨血肉成长最快的16年，是人生喜怒哀乐感情最丰富的16年，是人生意志品质形成的16年，是人生智力才能发展最快的16年，是人生千变万化的16年，是决定一个人今后命运的16年。

我们生于斯，长于斯，变化于斯。在期中时，关心她，爱护她，为她吃苦，为她的荣誉奋斗。离开她后，留恋她，想念她，回忆她，魂牵梦绕见到她班级像一座长长的桥，通过它，我们跨向理想的彼岸。班级像一条挺长的船，乘着它，人们越过江河湖海，奔向可以施展自己才能的高山、平原、乡村、城镇。班级像一个大家庭，同学们如兄弟姐妹般互相关心着，帮助着、互相鼓舞着，照顾着，一起长大了，成熟了，便离开了家庭，走向了社会。我常常觉得班级更像一个小社会，社会上有什么，一个班级便可能有什么。大家走出家庭，通过在这个小社会实习，才具有了一定的适应大社会的能力。

师读：既然是社会，就有一个管理的问题，管理的不好，大家在堡垒里拼命混乱，何谈发展自己，何谈超越别人。管理得好，大家在集体中形成合力，互助协作，合力大于分力之和；每个人都发挥潜力，多做了事，集体增强了实力，个体成长才成为可能。

师深情地读：世界也许很小很小，心的领域却很大很大。班主任就是在广阔的心灵世界中播种耕耘的职业，这一职业应该是神圣的。我愿以神圣的态度，在这神圣的岗位上，把属于我们的这片园地，管理得天清日朗，无愧于自己的学生，使我的学生无愧于生命长河中的这段历史。

掌声响起！

我们班昨天就是大家在堡垒里拼命混乱，下面请三名同学读自省书（化名）：

子能：昨天的面壁我想到了父母，父母忙碌奔波为了我更好的生活，而我却用着父母的血汗随便挥霍。昨天，我在闲聊时父母又在干什么？我的三座大山——懒散、闲话、盼明天。希望大家能帮我改正，要对得起父母的辛苦。

师：恩，子能如果能像父母那样实干，控制三闲，就能发挥自己的能量了，子是能学好的。

大家鼓掌表示鼓励他改正错误。

甜甜：在监控下，我看到了自己真面目，我看到自己在浪费时间，40分钟，我可以记住许多知识点，

可以背会很多东西，而我却浪费了这些时间。

师：上周一卫生大扫除，我看到甜甜主动去刮口香糖，一个长的甜甜的女生用他柔弱的手清除我们身体强壮的男子汉随口吐在地上的口香糖，这是男子汉的耻辱。那天的甜甜给我留下了美好的印象。我想，这多像我的女儿（学生知道，我家只有一个男孩儿，和他们一样在读高一），可是，昨天这个形象受到了污染。（甜甜脸红红的低下了头）我相信甜甜在这个事件之后会变得成熟起来，一个守纪的甜甜会以更甜的笑容出现在大家面前。

掌声鼓励！

昌布：换座位使自己安适，但却造成其他同学的混乱，老师把我安排在这个位置，为了我能维持纪律，做好班里的带头人，而我却私自换了座位。

师：昌布在班里是大家公认的学习榜样，上课专注听讲，课下及时复习，找老师问题，从不拖欠作业。这种实干精神是永远值得我们学习的，但昨天换座，属人为制造混乱条件，一样要受罚。从今以后，大家记住，换座绝不可以。

那么，我们到底需要什么样的班级？

三、我需要什么样的班级？

生：我希望我们班既严格守纪又生动活泼。

师：那什么时候严格守纪，什么时候可以生动活泼呢？

生：课前一支歌、课间、跑操、体育课，都可以活泼。自习课要严格遵守纪律。

师：下面大家和我一起看看我心中的班级，他应该这样（出示课件）：

总体：班风正，学风浓

德育量化：高标前三、中标前五、低标前八

考试成绩：高标前三、中标前五、低标前八
年级共12个普通文科班

师：大家说，我们力争哪个目标？

生情绪高昂：前三

要达成目标就要做到，激情一班。激情早读（做到：放开嗓门，大声读书；振奋自己，感染他人）；激情跑操（口号：一班一班，非同一般；创造奇迹，奋勇争先）；激情唱歌（做到：朝气蓬勃，大声歌唱；充满激情，斗志昂扬）。

激情宣誓：一班誓词

我们是一班人

长着一班的骨头

我们勤劳奋进，坚持不懈
缔造一班的辉煌，我们能行

我们的课堂，认真专注

我们的早读，振奋激昂

我们的自习，寂静无声

我们的歌声，高亢嘹亮

我们的跑操，队伍雄壮

我们的一班，神采飞扬

我们长着一班的骨头

我们一起缔造一班的辉煌

我们还应该共同缔造爱心一班

勤奋一班、守纪一班

公正一班、民主一班

正气一班、书香一班

最终建成和谐一班

师：一班人长一班的骨头。上面所说的这些就是我们的骨头。昨天有点儿缺钙，我们要补钙。怎么补？

四、我为理想的班级建设做了些什么？

师：下面我请几位同学岗位述职，请按以下设计填空：

济源一中 2012 级文一班岗位责任制

岗位	描述	职责	分工	附录
班长	有能力、敢管理、有智慧、善协调	每周一会，总结推动各部工作；外交部长，落实年级工作。	主抓班级德育量化：纪律、卫生、跑操、寝室、安全、课前一支歌	
学习委员会会长	肯负责、善协调	每周一会，统计课代表上交的作业情况；当老师留作业撞车时，及时协调。	主抓班级学习成绩：各时段进班时间及课前三分钟候课	
纪律部长	敢管理、有魄力、肯负责、讲原则	协助一日总管课代表管理各时段班级纪律	主抓班级纪律	
一日总统	敢管理、肯负责、有责任心	一日空白自习时段纪律；记班级日记；演讲点评；擦黑板	主抓一日纪律	相当于值日班长，权力要大一些。
课代表	有责任心、善沟通	收发作业，维护自习纪律，沟通师生信息	主抓作业收发	

班长、会长、纪律部长和政治课代表分别对自己的岗位进行了描述，职责和分工也很明确。

师：这节政治自习课的混乱谁负主要管理责任，谁是第二责任人，谁是第三责任人。

生：政治课代表站了起来，“老师，是我的责任。”一日总统随之站了起来，“老师，政治课代表没管住，我也就没管。”

随之，班长、会长、纪律部长也站了起来，他们属第三责任方，要在下面呼应课代表的管理。

师：今天你们统统缺位了。下面我给大家讲个故事，这是我往届学生周记中写 04 级 01 班班长的一段：

我们的个性班长

在我们班班长是具有权威性的，同学们都怕班长。班长自己承认自己的眼光能“杀”死人（我是我听班长亲口说的）说这话时，他带了一份傲气，我听了也不禁打了一个寒颤。所以只要班长在教室吆喝一句，基本上没人敢说话。我知道他也有可爱的一面，只是身为一班之长，他不能表现出来，不免会遭到白眼。今天班长发烧了，下午的时候他宣布把一周的班长职务由学习委员代管。到了晚自习上课，突然发现班长不在座位上，这对一向很守时的他来说是一个不好的兆头。结果，部分知情人士说班长去输液了。这时，就听见一些同学在那儿忧虑：“班长有病了。”“班长真可怜啊！”“去这么长时间还不回来！”我一听，觉得班长在班里是这么有人缘啊。新闻课时，班里乱遭遭的。纪律委员和代班长去开会了，老班也去开会了，班长还躺在单床上看着吊瓶呢。只听谁喊了一句“坐自己座位上，不要说话！”一看是支书。看着支书脸上严肃的表情，我想这与平时嘻嘻哈哈的她可截然不同啊。正想着，听见同桌来了一句：“咱们的班委挺负责任的。”我表示赞同点了点头。第二节自习后，班长从后门进来了，刚走到座位上，就听见周围一圈的女同胞们，一句句安慰送了上来，刚才严肃的团支书也笑嘻嘻的想对班长发表几句。只听班长小声说了一句：“赶紧学习。”随后静悄悄的坐在凳子上，团支书立即把头栽了下去，班内十分安静。

——摘自《光辉岁月》，秦望，教育科学出版社

听读过程中，班长低下了头，支部书记和其他责任人也低下了头。听完不一会儿的沉静便响起了持续的掌声，这掌声是对我的老班长的致敬，也是对新班长的期待。

师深入阐释：我读过一篇文章，是龙应台的《中国人，你为什么都不生气》，大家想不想听？

生：想！

师（语调低沉有力地）：

在昨晚的电视新闻中，有人微笑着说：“你把检验不合格的厂商都揭露了，叫这些生意人怎么吃饭？”

我觉得恶心，觉得愤怒。但我生气的对象倒不是这位人士，而是台湾一千八百万懦弱自私的中国人。

我所不能了解的是：中国人，你为什么都不生气？

在台湾，最容易生存的不是蟑螂，而是“坏人”，因为中国人怕事、自私，只要不杀到他床上去，他宁可闭着眼假寐。

我看见摊贩占据着你家的骑楼，在那儿烧火洗锅，使走廊垢上一层厚厚的油污，腐臭的菜叶塞在墙角。半夜里，吃客喝酒猜拳作乐，吵得鸡犬不宁。

你为什么都不生气？你为什么不跟他说“滚蛋”？哎呀！不敢呀！这些摊贩都是流氓，会动刀子的。

那么为什么不找警察呢？

警察跟摊贩相熟，报了也没有用；到时候若曝了光，那才真惹祸上门了。

所以呢？所以忍呀！反正中国人讲忍耐！你耸耸肩、摇摇头！

在一个法治上轨道的社会里，人是有权利生气的。受折磨的你首先应该双手叉腰，很愤怒地对摊贩说：“请你滚蛋！”他们不走，就请警察来。若发觉警察与小贩有勾结——那更严重。这一团怒火应该往上烧，烧到警察肃清纪律为止，烧到摊贩离开你家为止。可是你什么都不做；畏缩地把门窗关上，耸耸肩、摇摇头！

经过郊区，我闻到刺鼻的化学品燃烧的味道。走近海滩，看见工厂的废料大股大股地流进海里，把海水染成一种奇异的颜色。湾里的小商人焚烧电缆，使湾里生出许多缺少脑子的婴儿。我们的下一代——眼睛明亮、嗓音稚嫩、脸颊透红的下一代，将在化学废料中学游泳，他们的血管里将流着我们

连名字都说不出的毒素！

你又为什么生气呢？难道一定要等到你自己的手臂也温柔地捧着一个无脑婴儿，你再无言地对天哭泣？

西方人来台湾观光，他们的旅行社频频叮咛：绝对不能吃摊子上的东西，最好也少上餐厅；饮料最好喝瓶装的，但台湾本地出产的也别喝，他们的饮料不保险

这是美丽宝岛的名誉；但是名誉还真是其次；最重要的是我们自己的健康、我们下一代的健康。一百位交大的学生食物中毒——这真的只是一场笑话吗？中国人的命这么不值钱吗？好不容易总算有几个人生起气来，组织了一个消费者团体。现在却又有“占着茅坑不拉屎”的卫生署、为不知道什么人做说客的立法委员要扼杀这个还没做几桩事的组织。

你怎么能够不生气呢？你怎么还有良心躲在角落里做“沉默的大多数”？你以为你是好人，但是就因为你不生气、你忍耐、你退让，所以摊贩把你的家搞得像个破落大杂院，所以台北的交通一切乌烟瘴气，所以淡水河是条烂肠子；就是因为你不讲话、不骂人、不表示意见，所以你疼爱的娃娃每天吃着、喝着、呼吸着化学毒素，你还在梦想他大学毕业的那一天：你忘了，几年前在南部有许多孕妇，怀胎九月中，她们也闭着眼梦想孩子长大的那一天。却没想到吃了滴滴纯净的沙拉油，孩子生下来是瞎的、黑的！

不要以为你是大学教授。所以作研究比较重要；不要以为你是杀猪的，所以没有人会听你的话；也不要以为你是个学生，不够资格管社会的事。你今天不生气，不站出来说话，明天你——还有我、还有你我的下一代。就要成为沉默的牺牲者、受害人！如果你有种、有良心，你现在就去告诉你的公——立法委员、告诉卫生署、告诉环保局：你受够了，你很生气！

你一定要很大声地说。

师：龙先生写的是80年代的台湾，可我怎么觉得就像是写的我们现在，更像现在写我们的班级。当同学换座混乱时，政治课代表，你为什么不站起来，告诉他——我很生气！请回到你自己的位置；当有人混乱时，一日总统、班长、纪律部长、会长，你

们集体失声了。你们为什么不站起来，告诉他们——我很生气！请闭上你们的嘴，我们要学习。你们怕了，怕违纪同学生气，怕人家的白眼，怕人家事后报复你。这就是中国人，懦弱自私的中国人。民国时期鲁迅先生对于旧时代的国民也有“哀其不幸，怒其不争”的感叹。几千年的专制统治使得人们的主体人格萎缩了，主体性丧失了。人们也就慢慢变得麻木了，对不公正、不合理的事情见怪不怪了，你还能指望他疾恶如仇？更不可能指望他具有拍案而起、仗义执言、铁肩担道义的铁骨了。于是，直到今天，我们的国民仍然如此愚弱。你们怕什么？他们会吃了你们吗？你们在等待一个青天大老爷来拯救你们吗？请拿起班规赋予你们的神圣权利，班级是学习的圣地，谁敢污染就请他“混出去”。也许你会说，我只是一位普通同学呀！龙先生说了，那你也有站起来说话的权利，因为，你是未来的共和国的公民。请站起来说话，乱讲闲话就是空谈，敢讲真话也是实干，我希望每一位干部，每一位普通同学都能够担负起自己的责任，班兴我荣，班衰我耻。

师：同学们！我的心情很沉重，我们会成为什么样的国民？我们要缔造什么样的班级？我们到底要从中收获什么？

五、我将从班级收获什么？

师：理想的大学？良好的习惯？健康的体魄？渊博的学识？美好的人性？健全的人格？公民意识？同学的不耻？老师的谈资？还是留下一段美好人生旅途的记忆？

师：请大家听一段视频朗诵：《生命列车》。

伴随着令人心动的画面，催人泪下的音乐，女播音员伤感地读着——

不久以前，我读了一本书。书中把人生比作一次旅行。

人生一世，就好比是一次搭车旅行，要经历无数次上车、下车；时常有事故发生；有时是意外惊喜，有时却是刻骨铭心的悲伤。

降生人世，我们就坐上了生命列车。我们以为我们最先见到的那两个人——我们的父母，会在人生旅途中一直陪伴着我们。

很遗憾，事实并非如此。

他们会在某个车站下车，留下我们，孤独无助。

他们的爱、他们的情、他们不可替代的陪伴，再也无从寻找。

尽管如此，还会有其他人上车。他们当中的一些人将对我们的有着特殊的意义。

他们之中有我们的兄弟姐妹，有我们的亲朋好友。我们还将会体验千古不朽的爱情故事。

坐同一班车的人当中，有的轻松旅行。

有的却带着深深的悲哀。

还有的，在列车上四处奔忙，随时准备帮助有需要的人。

很多人下车后，其他旅客对他们的回忆历久弥新。

但是，也有一些人，当他们离开座位时，却没有人察觉。

有时候，对你来说，情深义重的旅伴却坐到了另一节车厢。

你只得远离他，继续你的旅程。

当然，在旅途中，你也可以摇摇晃晃地穿过自己的车厢，去别的车厢找他。

可惜，你再也无法坐在他身旁，因为这个位置已经让别人给占了……

没关系。旅途充满挑战、梦想、希望、离别 就是不能回头。

因此，尽量使旅途愉快吧！

善待旅途上遇见的所有旅客，找出人们身上的闪光点。

永远记住，在某一段旅程中，有人会犹豫彷徨，因为我们自己也会犹豫彷徨。

我们要理解他人，因为我们需要他人的理解。

生命之谜就是：

我们在什么地方下车？

坐在身旁的伴侣在什么地方下车？

我们的朋友在什么地方下车？

我们无从知晓，我时常这样想：

到我该下车的时候，我会留恋吗？

我想我还是会的。

和我的朋友分离，我会痛苦。

让我的孩子孤独地前行，我会悲伤。

我执著地希望在我们大家都要到达的那个终点站，我们还会相聚。

我的孩子们上车时没有什么行李，如果我能在

他们的行囊中留下美好的回忆，我会感到幸福。

我下车后，和我同行的旅客都还能记得我，想念我，我将感到快慰。

献给你，我生命列车上的同行者。

祝你——旅途愉快！

同学们静静地专注地看着，听着。

下课铃响起，再总结也是多余的。

六、德育随笔

这是一次以突发事件为契机，临时设计的纪律教育班会。会后，我让学生将这次政治课混乱事件及班会感悟写到周记本上。

【德育反思】

通过这次班会我有以下几点体会：

1. 比班规更重要的是智慧。班规中专门有一节对寂静自习的规定，可无论是成绩好的学生还是习惯差的学生，他们同样熟视无睹。班干部也没有按规定管理班级，普通同学更没有人主动站起来制止自习的混乱。有了规定，不等于能够执行，关键在思想教育是否触及灵魂，公民意识是否觉醒。班规制定不是一项功利性的管理程序，而是一项美好生命的培育过程。当然，我不可能指望一节班会课就能培养出公民来，但公民启蒙教育是要见缝插针进行的。

2. 用一生来储备德育资源。本来这节班会课按学期计划我是安排了内容的，由于突发事件，我调整了班会内容，我只有一节课的备课时间，兼制作简易课件。我大脑中日常储备的资源一下子就涌上脑际。日常的大量阅读和资源搜集整理帮我应机准备班会。而且取得了十分理想的效果。

3. 班主任是一个什么样的人？班主任对自己要有定位，我是一个自由主义知识分子，以学者自居。要求自己“具有朴素、纯净的心灵。关注政治，关注民间疾苦，有浓厚的人间情怀。坚定地摒弃小民意识，心系国计民生。针砭时弊，做谎言的揭密者。以主人公和批判者的姿态对社会进步贡献着建设性的意见，承担道义，敢说真话，勇于直面心灵与真实，不从属于任何利益集团。”（肖川《学者的品格》）只有班主任成为这样的人，他才可能自觉地去启蒙学生成为一个公民。

进行理想人格教育

怎样开发电影课程

■ 8+1 工作室 王晓琳

一切好的电影，总是浸透着无穷的思考，通过优秀电影这种全息性的文本，让我们感受着活生生的教育学，进而使电影成为学校生活明亮的一种方式。电影课程承载的是电影，穿越的是时代，经历的是成长。在小学和中学的各个阶段，利用丰富的电影资源开设电影课程，对学生进行理想教育和人格塑造是教师的专业发展能力之一。

《狮子王》的故事中，狮王木法沙温和地对辛巴说：“你看夜空中闪烁的星星，他们就是那些死去的国王们。有一天，我也会到那上面去的，但我将永远俯视着你，指引你生活的方向。”当我们仰望星空时，在遥远的天边看到了谁，有谁在遥远的天幕外俯视着我们？优秀电影就象天上闪闪的明星，每一个优秀人物都给学生成长指明了一种方向。



问题一：在你们学段开设电影课程是否有必要，有什么实际困难？

其实对这一问题我想让大家思考的是开设电影课程的必要性，为什么要开设电影课程。

对学生而言，通过电影故事寻找人格榜样，树立人生目标，确知自己要成为那一类人，长大后成为谁。优秀电影给学生寻找了一个又一个人生蓝本，从而促使学生对自身处境和未来进行思考，以更积极的心态投入生活。

对家庭而言。与电影争夺孩子成为家庭生活的头等大事，而我们家长常常采取两个极端，一是全面禁止电子产品对孩子的影响，家里不买电视、电脑。二是全面让位给电子产品，让电视和电脑控制了孩子。

所以，利用优秀的电影资源对孩子进行理想教育和人格塑造不仅是一个教师的专业发展能力，也是一个家庭的健康成长和幸福所在。

问题二、你认为开设电影课程会怎样改变师生的生活？

优秀电影共同表达着关系人类命运和生存的几个主题。

1. 寻找我是谁

一切优秀的电影，都会触及到哲学问题我是谁？死亡诗社是，蒙娜丽莎是，肖申克的救赎也是，楚门，程蝶衣，至尊宝，狮子王辛巴都在探索我是谁，都在确认自己的位置。

优秀电影中那些活生生的人物让我们洞察：“我是谁”，在新的处境中，赋予人生什么样的意义。正如在研讨《大话西游》时网友西门小醉感叹的那样：当我们第一次看大话西游，我们傻傻的发现这是一个我们不懂的故事，它否定了一切我们原有的经验，当我们第二次看的时候，我们开始接受，并对他的叙事话语着迷，为那些充满反讽的语言笑的前仰符合。当我们第三次看的时候，我们沉默，开始泪流满面，因为我们看到了自己，一步步在至尊宝的故事里长大，和他一样失去，和他一样承担。

你会因为这些电影，停下来思考一下自己的生活吗？

2. 做出抉择的自由

海德格尔所说的，人是历史性的存在。优秀电影打动我们的始终是人物的命运，我们自己的命运。

当我们象苏菲，小狮子辛巴一样睁开双眼，开始认识“我是谁！”，我们会发现生活并不美妙，它其实就象一所肖申克的监狱，或者楚门生活过的桃源岛，我们就是楚门，但我们缺少了安迪身上的超越性气质，更缺少了楚门的勇气。

而人就是在两难中左冲右突，不断抉择的。

正如《生命因你而动听》中的贺伦一样，生活一直伴随着倦怠，虚无，失败感，这些是生命中的阴影部分。人生本来就是痛苦的。痛苦，虚无，倦怠，都是人生的本质，没有这一部分的人，也没有明亮的部分。人生充满了两难，信仰越深，这种感觉也越强烈。所以洞察自身的密码非常重要，洞察了，才有修正的可能，每部一部电影最终都让我们回到自身，省察我们自身。

但我们的自由，就是觉察到宿命，并与宿命抗争。

电影《杀死一只知更鸟》中阿提克斯·芬奇选择为黑人而战，为属于所有的人公正，公平，正义而战；《大话西游中》至尊宝选择西天取经，情愿象狗一样的离开；《楚门的世界》中楚门选择逃离桃源岛

每一个人，即使再普通再卑微，只要勇敢地发展自己，超越自己，就能成就自己的人生高度。

你会因为这些电影选择自己要的生活方式么了？

3. 活生生的教育学

在优秀的电影中，有一些人物深深的刻入了我们的内心，霍兰德，马修，心灵捕手中的西恩，十二怒汉中的八号，杀死一只知更鸟中的芬奇，他们都是有大爱的人，这种爱是一种悲悯。而能去爱人，爱学生也是一种能力。

在电影《放牛班的春天》中我们清楚地看到，电影中的孩子不仅有错，甚至有罪恶。即使在我们的生活中，也有这样的孩子。要孩子没有错你去爱他，这不叫爱，这仅仅只是喜欢。爱不仅是喜欢，爱也不是交易。

为什么老师们没有爱？为什么校长没有爱？很多时候，没有爱，实际上是自身生命的匮乏与羸弱。真正成熟的爱，是一种布施的能力，一种己立立人己达达人的能力与愿望，一种真正的慈悲。爱是一种境界。佛曰慈悲，基督曰拯救，孔子曰仁与恕。

所以，我们要不断地问自己：我准备好爱了吗？

生活充满了污泥，人性身上不只是存在缺点有时充满了罪恶，我们是否敢爱，是否有能力去爱值得我们思考。

这些都是教育电影活生生的教育学。

4. 使生活明亮起来

电影《死亡诗社》中基丁是一位优秀教师，具有超越常人的素养眼界和对诗歌的感知力，基丁的启蒙教育唤醒了教室里沉睡的灵魂，然而值得我们思考的是基丁唤醒的是人性的哪一部分？理性的还是非理性的？灵魂被唤醒后基丁给他的学生带来了怎样的成长？

《死亡诗社》中的基丁和《浪潮》中的文格尔都给我们太多的启示。

基丁也强调生命意义，问题是，何等意义？当你说出生命在场时，我们仍然会追问，何等生命，如何在场？

马修的唱诗班，艾琳的街头日记，雷夫的课程都是积极自由的创造性体现，正是这种积极的自由才使生活有了明亮的可能。

问题三、如果在你所教的学段开设电影课程，你会以怎样的标准选择电影。

教室是师生共同生活和成长的地方，在教室不仅共同缔造学习生活，更是在缔造我们的精神家园。拥有共同的精神生活方能形成共同的精神密码，我们精选的阶梯电影是这种精神生活的一部分。通过这些电影让孩子们去理解自身，理解人与世界的关系，成功应对各种危机，为生命积极更多积极的因素，从而能够成功渡过各种危机，顺利成长。

我开设电影课程的心理依据是埃里克森的“八阶段”理论，试图根据埃里克森的八阶段理论梳理在儿童成长过程中那些最适宜儿童成长的电影，让这些电影自觉潜进孩子的生命深处，成为生命勃发的积极的力量，有助于他们形成在人生每一阶段应该形成的美德和能力。

问题四、怎样解读一部电影？

解读一部经典电影与其说需要各种素养不如说需要不断转换我们看问题的视角，在聆听和理解的基础上洞察我们自身的处境，反思我们的生存状态，开启明亮我们的生活，这是解读一部电影的真正意义和价值所在。

我认为可从四个层次入手解读一部电影。

第一层面，解读电影的叙事艺术。读懂电影故事，这是电影故事层面的解读。

第二层面，解读电影的语言艺术。理解当时文化环境对人物性格命运变化发展的影响。我们不能以今天的视角看待和评价电影事件，这样才能走进电影的深处，走进人物内心的深处。

第三层面，解读电影的寓意。清楚电影所要传达的价值与信息。要明白电影故事警示着什么，传承什么。

第四层面，反观我们自身的处境。通过电影反思现实，洞察自身的存在，更好的思考和生活，开启明亮我们自身。

问题五、电影如何润泽了你的生活。

你是一个什么样的人，你就会怎样解读一部电影，但优秀电影所传递的信息也往往具有经典性。对学生而言，通过电影故事寻找人格榜样，树立人生目标，确知自己要成为那一类人，长大后成为谁。优秀电影给学生寻找了一个又一个人生蓝本，从而促使学生对自身处境和未来的思考，以更积极的心态投入生活。

优秀电影不仅可以在教室和学生们一起观看和学习，让电影成为儿童生命成长的重要阶梯，电影也可以成为家庭生活的一部分。

对家庭而言。与电影争夺孩子成为家庭生活的头等大事，而我们家长常常采取2个极端，一是全面禁止电子产品对孩子的影响，家里不买电视、电脑。二是全面让位给电子产品，让电视和电脑控制了孩子。

而教育孩子控制只会让孩子叛逆，打骂只会埋下仇恨的种子，比粗暴语言更见奇效的是文化的力量。而优秀电影就是各个民族文化的精华之所在。

做为孩子启蒙成长的最初之地家庭也应该和孩子共同进步、共同成长。在家庭中一家人围座在一起，共同欣赏一部经典大片，通过电影故事相互启迪，相互教育，相互成长是一种很积极向上又很温馨的选择。这样不仅与大量地垃圾电视节目的较量是赢得了孩子，也提高了一家人的生活品味。

优秀电影的力量正象春风化雨、润物无声，悄悄地滋养一个又一个健康家庭的形成。成为你们共同的语言和精神密码。

民主启蒙

The Wave 1981

民主离**独裁**只有五天

■ 8+1 工作室 王晓琳

【年级】高二文科班**【时间】**2011年3月7**【德育背景】**

重点高中高二文科班，有男生18人，女生32人组成。在班级实行自主化实验后班委行使权限的不当使同学们之间产生一些冲突。

自主化管理过程中，班委权力较大，在处理与学生的关系中出现紧张情绪，由一位男生发起集体签名，要求罢免一位女班长。带头人是一位叫小峥的男生，上学期因一次合唱排练与女班长发生冲突，随后两人不断有摩擦。小峥成绩忽上忽下，迟到，早退，旷课现象比较严重，在学习状态上心血来潮，想学习时能考班里第一，不想学习时考个班级十来名。因与班长发生冲突，公然要求罢免班长之一的小珊。经过了解，女班长小珊有些事情做的不是很妥当，管理别人时比较严格，自己却带头说话，不能服众。特别是小珊在年级组织的“集体舞”训练中假装生病，逃离现场，同学对此意见非常大，在小峥的带领下，一股浪潮在班内漫延。

【德育目标】

1. 班级成员如何表达自己的意见和建议；
2. 班委做为管理者应具备怎样的标准；
3. 班委如何正确行使集体权力。

【德育准备】

利用周日晚上看电影《浪潮》，为班会提供分析的依据。德国电影《浪潮》，是由一个真实故事改编，折射出独裁政治形成的过程，震撼人心，具有深

刻的教育意义。一位叫文格尔的高中老师在学校的活动周时给学生上独裁政治的课程，文格尔有了个大胆的想法，他想让学生亲身感受独裁政治的形成。于是一个名称为“浪潮”的组织悄然产生。

有一个叫莫娜的女生和另外一个叫卡罗的女生意识到“浪潮”组织抹杀个性的现象和这个团体所带来的负面的影响，试图改变这一状况。她们想要给全校同学发邮件控诉“浪潮”的危害，但被屏蔽；于是她们就复印进行宣传，但是宣传稿全部被收走总之，一切被认为有损于“浪潮”的行为都被浪潮成员给阻止。

文格尔给正处于热情之中的那些人泼了一大漂冷水，对他们说“浪潮”活动已经结束，要他们回去好好反思。最难以接受这一事实的当然是蒂姆，他为这一行动付出了他的所有热情和精力，他绝不能接受这样“无情”的结局，在强烈的精神崩溃之下，蒂姆开枪中伤一位同学，最后崩溃的自杀！

“浪潮”以血的代价结束了。民主离独裁只有五天。

【德育思路】

第一步：通过分析电影的角色心理和事件的演变让学生明确那些行为是正确的，那些行为是不对的，产生这些不当行为的心理原因是什么。

第二步：通过雷梦佳的案例让学生明白这种行为可能导致的后果。

第三步：班级同学正确处理问题的方式是什么，班委如何行使职权，班委具备的标准。

【德育实录】

1. 电影《浪潮》思考与讨论

师：电影开始三分钟之内你观察到这是一群什么样的学生？

生：是一群精神空虚没有生活目标，五毒俱全的德国高中生，特别是故事人物之一说了一句话：我们连叛逆都不知道怎么做了。

师：文格尔开设了一门什么样的课程？这门课程怎么演变？

生：一位叫文格尔的高中老师在学校的活动周时给学生上独裁政治的课程，文格尔有了个大胆的想法，他想让学生亲身感受独裁政治的形成。

师：浪潮组织有没有自己的价值目标和共同追求？

生：没有感觉他们组织起来是为了什么，在电影中并没有看到这一群人有着共同的原景。他们就是一群乌合之众。

师：蒂姆、马尔科，克罗是什么样的人，他们身上发生了什么样的变化？蒂姆的悲剧可以避免吗？

生：主人公蒂姆从一个软弱的少年蜕化成一个极度勇敢，甚至可以说是极度疯狂的人。

师：为什么蒂姆会是这双重的化身？

生：因为蒂姆本身不自信，他没有一种让自己强大起来的真正的东西，实质上他的所谓勇敢和疯狂是因为他的极度软弱。（热烈鼓掌）

师：主人公马尔科有什么变化？

生：马尔科从深度卷入独裁到清醒认识到独裁的危害，是因为浪潮让他做了一件在个人清醒时从来不会做的事，那就是打了女友卡罗。马尔科发现正是“浪潮”组织让他迷失了自我，开始警惕。

2. 你观察到的群体心理有让你觉得不可思议的地方吗？

生：盲从，似乎没有人情味了。而且在集体中心理压力比较大。

师：那么我从社会心理学的角度分析一下大众心理学的特点。

德国心理学家勒庞在几十年前写了一本非常让人震撼的书《乌合之众》，这本书中分析了群体心理学的特点，我总结如下：

群体心理的特点

1) 在群体中责任感下降，每个人都是无名氏，所谓法不责众。

2) 群体具有传染现象，情感和行为受传染

3) 群体成员易于受暗示，冲动、急躁、缺失理性——群体很容易做出刽子手的行为。

4) 群体成员易轻信，群体情绪夸张与单纯

5) 群体偏执、专横、保守，易做简单而极端的事情。

6) 群体成员不清醒：成员在群体中受到压抑，产生焦虑，为了缓解焦虑让群体精神代替自己的精神，造成个人责任意识的放弃。约束个人道德和社会机制在群体中失去了效力。

7) 个人责任意识的丧失。孤立的个人很清楚，在孤身一人时他不能焚烧宫殿或者抢劫商店，很容易抵制诱惑，但成为群体一员时，会变成无名氏，法不责众的经验使群体成员意识到他不必为自己的行为承担责任。

师：我们可以用群体心理学的特点再来反观一下《浪潮》，是不是可以在电影主人公身上发现这些影子。浪潮活动的传染，群体成员易受暗示，盲目轻信，浪潮成员的偏执专横，甚至蒂姆几个激进分子做出了极端的事情，个人责任意识的丧失。正是一个没有共同目标的群体做出的种种行为让我们认识到，大众的民主并非都是正确的，从民主到独裁只有五天。

群体情绪具有又重性，如果有正确的价值观引领，群体会向着良好的方向发展，比如，革命先烈的英雄壮举。而另一方面群体的破坏力是多么巨大

3. 你认为文格尔老师的《独裁政治》的课程失败的原因是什么？如果让你设计，你会为这个课程加入什么东西？

生：只有纪律，没有愿景和目标，没有共同的使人向上走的精神力量，是导致这一课程失败之处。

师：说的非常好，也就是说组织起来的一群人，如果没有高尚的灵魂和向上的精神，只会是一群乌合之众。

一个群体要良性发展必须具有共同的愿景。

愿景的高低与优劣直接决定了这个群体的发展方向和发展空间，决定了这个群体是向上走还是向下走。正是共同的愿景，正确的价值观，高尚的目标决定我们向那里去。

4. 案例《被集体投票扼杀的花季少女》

2010年4月27日,15岁女生雷梦佳和同学打架,老师发动全班同学投票,决定是让她留下学习还是请家长将其带走家庭教育一周。在得知自己被大部分同学投票赶走后,15岁花季少女留下遗言,投渠自杀。

班投票的起因是雷梦佳犯了错。全班同学就雷梦佳严重违反班纪班规的现象做了一个测评,测评是道选择题:是留下来给她一次改正错误的机会,还是让家长将其带走家庭教育一周。结果对雷梦佳不利,26个同学选择让她回家接受教育一周,12个同学选择再给她一次机会。

师:请同学们分析,集体的行为在这里演变成了什么?

生:演变成了一种集体的暴力。

师:是的,这种暴力常常会穿上“公众”的外衣,我们以为这就是民主,其实造成的是集体伤害。在这个案例中,让我们明白怎样正确行使集体的权力。

慎用集体的声音,如果这个群体没有正确的价值导向,没有一个高起点的目标和追求,就会变成一种没有法律和责任意识的乌合之众。

而我们班级,我们身边也发生了这样一个活生生的事例。

5. 正确看待男生集体签名活动

师:请大家谈谈对班级男生集体签名要求罢免班长的看法

生:同学这样做是有原因的。

生:虽然事出有因,但处理问题的方式不正确了,就象浪潮中的某些行为。

生:集体签名的方式使不签名的同学产生了很大压力,如果不签名就会受到同学的嘲笑,那些签上的名字并非真正代表大家的意见,有时是为了缓解在集体中焦虑。

师:大家分析的都非常好,虽然事出有因,表达对班长不满这件事情上犯了三个错误。

其一:没有用正确的方式来解决这一问题,怎样的方式才能即使班长认识到自己的错误,不会只有签名这一种方式。

其二:男生联合签名造成了集体伤害事故,虽然班长有小错,但不能成为暴力推翻他的借口,你们运用看似民主的方式,其实采取的是一种集体暴力。

其三:班委标准及对自己要求,如何管理班级的真问题并没有彻底解决。

我提醒大家,慎用集体的声音,如果这个群体没有正确的价值导向,没有一个高起点的目标和追求,就会变成一种没有法律和责任意识的乌合之众。

6. 班级成员该如何表达自己意见?

生:可以善意的给同学提建议有事可以找老师。

师:同学们,你们愿意提出意见和建议是因为你们把自己当成了班级的一员,具有要强的责任感是班级主人翁意识,但要注意寻找合适的表达自己情绪和意见建议的途径。

7. 讨论班级的目标及班委的胜任标准

师:请大家思考以下问题。

我们4班是一个什么样的集体?

这个集体应当有什么样的愿景和奋斗目标?

应当有怎样的价值观?

那些声音值得我们倾听?

哪些行为值得我们表扬?

这些日常点点滴滴的东西才会使我们真正走出一个传奇,而不是一堆没有责任和法律意识的乌合之众。

请大家讨论做班委的标准是什么?并请能做到这些要求的同学签名。

讨论结果:

(1)自己能严格遵守班规,不违纪。

(2)替大家着想。班委要比一般同学站的更高。

(3)在公正公平处理问题,从而树立自己的威信。

(4)能运用正确的方式处理与同学之间的冲突。

【德育反思】

对于做事情有着自己主见的高中生,不是靠压制就能解决问题的。需要向他们解释他们的行为错在何处,让他们明白如何处理班委的不当行为。学生联名请求班长辞职,是一个契机,整顿班委,讨论标准,让学生和班委都接受教育。这节班会课运用心理学和政治学的内容,采用电影课程的方式处理问题恰当,缓解危机,并让班委和班级成员都明白了自己的行为,表达意见和建议的方式,效果比较理想。

【设计背景】

经过高一的一年的学习，有不少同学在学习中已经掉队，还有一部分同学信心受到打击，挫折感严重。为了帮助同学们重拾信心，勇敢面对挑战，提高抗挫力，特设计本次班会。

【指导思想】

帮助同学们一同回顾成长之路，回味电影《草房子》带给我们的酸甜苦辣，鼓励同学们为了美好的未来，学会如何品味生活。直面高考，勇敢迎接人生的挑战。

【班会准备】

1. 利用周末看电影。
2. 主持人编写串联词。
3. 同学们自主编写、排练诗歌朗诵。
4. 将节目报到主持人处：商博尧、吴娇娇。

【德育实录】

一、伴随着电影《草房子》的响起，主题班会拉开了序幕。

二、同学们讨论童年趣事。

三、同学分组：根据《草房子》中人物的特点，分组讨论，穿插节目。

四、歌曲《真心英雄》、歌曲《倔强》、朗诵《成长的故事》。

五、班主任发言。

六、主持人总结，班会结束。

主持人 A：同学们，我们昨天观看了电影《草房子》，看完这部电影就像打开了我们每个人都珍藏着的一本相册，翻开相册，我们看到一张张可爱的笑脸，想起一幕幕难忘的经历，那是什么呢？你觉得给你留下了什么？

学生：童趣。

学生：友谊。

学生：天真。

草房子

电影
班会实录

8+1 工作室
王晓琳

学生：挫折。

学生：正义。

学生：蜕变。

学生：成长、梦想。

主持人 B：在金色的童年里，我们是一群无忧无虑、活泼可爱的小调皮，我们欢笑、我们歌唱、我们打闹，好不快活。今天就让我们以“成长”为话题开一次班会。走进电影中的那群孩子，谈谈他们，看看自己。回顾我们即将逝去的童年。

首先请欣赏诗朗诵《成长的足迹》让我们大家欢迎。

主持人 B：看着我们的足迹，才知道自己已悄悄长大。电影中的孩子也和我们一样，有很多有趣的事情发生，并伴随他们成长！

主持人 A：下面请同学们根据自己对人物的理解，分组讨论“你喜欢他/她吗？为什么？”

秃鹤组：

学生：因为秃鹤没头发，别人看他都是歧视的眼光，嘲笑他，不和他玩耍，他十分寂寞。为了尊严，不顾一切，不停地走向光明大道。在路途中，秃鹤蜕变成了一个有尊严的人。

学生：秃鹤有一次戴了一个帽子去学校，同学们都抢他的帽

子扔，他十分的伤心、难过。

学生：下课时，同学们都在一起玩，秃鹤也想加入，但是同学们毫不留情地淘汰了他，不和他玩，所以他很寂寞。

学生：在最后，秃鹤还是找回了真正的自己，找回了友谊。这在以前无疑是一种奢求和享受。

老师：令我感动的是秃鹤在河边哭。在最后秃鹤演了大秃瓢，学会了主动承担，在承担过程中，他找回了尊严、友谊。大家思考一下，他朝什么迈进？真正的自己对他来说是什么？是享受，因为他没有成功的小朋友，没有成功的承担，没有成功的体验。后来他找回了尊严，大哭时，桑桑对他说：“你长大后是最英俊的人。”秃鹤遇到的最大问题是什么？

学生：是光头？

老师：是自卑，自卑又引发了他做了什么？

学生：抛帽子出洋相，做操故意做快，捣乱。做操前抢话筒。

老师：回到家后呢？

学生：不去上学。

老师：自卑？不仅仅是自卑，他做了一条不能退的路。他非常可怜。完结时，他碰到了契机，演大秃瓢，找到了尊严，找到了成功。如果让你们在自卑前加一个词，你们会加什么？

学生：克服？战胜？

老师：是超越，超越自卑。秃鹤用他的光头获得了成功，突破、超越了自己。他的成长很苦，没有友谊，但最后还是获得了快乐。

主持人 A：请同学表演歌曲《真心英雄》。

杜小康组：

接下来，请杜小康组的同学谈一下自己的感受。

学生：杜小康以前是丰衣足食的，非常富有。在船翻了之后，鸭子全部都跑了，他们家破产了。因为没有钱，他上不了学了，但他学习很好，他十分伤心。从此，杜小康变得坚强自立、勇敢，从丰衣足食到穷困潦倒，是一个很大的转折。

学生：在杜小康从丰衣足食到穷困潦倒，桑桑和他的友谊起到了至关重要的作用。桑桑帮他完成了学业，狠下功夫，帮他抄东西，两人的友谊日渐加深。

学生：杜小康原来是个令人羡慕的人，丰衣足食，学习又好。但因为家庭经济原因，没钱上学，只能去卖鸭蛋。但他没有低下头，扛起家庭的重担，他高傲的外表下有着一颗坚韧的心。

学生：杜小康家里破产的原因是他爸爸卖假货，但他的爸爸给他了一个丰衣足食的家。在破产之后，他只好买文具，第一眼看到他的眼神后，仿佛看到了他辛酸的经历。

学生：杜小康有成长，他为自己着想，也为集体着想，把家里的货品拿出来。他是一个有集体观念的人。

老师：我相信在座的同学都能体会到杜小康的坚强。他的童年经历是心酸的。秃鹤的成长困难是自卑，他超越了它。杜小康呢？杜小康遇到了“挫折、危机、生活、家庭困难、没钱上学、生活、父亲去世”，这些都是苦的。面对这些危机，他坚强挺了过去，不自卑；在家里困难时，他穿着破烂而心底坦然，这都是普通人

做不到的。他没有逃避，而是直面这一切。他是最有出息的孩子，比秃鹤放大了许多倍。选择做杜小康，我们就战胜了危机；选择做选择秃鹤，我们就战胜了自卑。

主持人B：同学表演，朗诵《成长的故事》。

桑桑组：

接下来请桑桑组的同学谈一下自己的感受。

学生：成长路上幸福，他非常调皮，父亲批评他，他非常不服。

刘袁畅：桑桑是一个有正义感，善良，调皮、勇敢的人。“正义感”是指与不良少年抗争，“善良”是说他心爱的女孩结婚时不要糖，还有帮助纸月，他从这几件事中一步步成长起来。

学生：桑桑经历了许多风雨，但依然坚持不懈。因为阳光总在风雨中，在经历保护纸目，烧稻谷的事情后，桑桑已经懂事了許多，令我十分向往。

学生：后面的片段，他很讲义气，杜小康爸爸生病了，杜小康想上学，桑桑帮他记笔记；桑桑讲义气，他对人很友善。桑桑调皮的外表下，有一颗讲义气、对人友善的心。

学生：桑桑在小学里度过一段难忘的生活，他从中体会到同学友谊。桑桑是个调皮、很有正义感的小孩，他勇于面对病魔，经历痛苦，成长中有完美的变化。

老师：桑桑有点小调皮，有时候他也为人撑撑腰。他穿大棉袄，可能是想吸引自己喜欢的女孩子的目光，可是最后秃鹤抢了他的风头。目光转到秃鹤，你觉得调皮、正义、同情，是让他在这个阶段成长起来的原因吗？（学

生回答）那么秃鹤是因为自卑成长起来的，杜小康是因为挫折成长起来的，但真正让桑桑成长起来的原因是什么？深层次思考一下。这个问题是难了一点，动脑筋想。举手回答。

学生：我想应该是病魔让他成长了起来。

老师：能把病魔换成“厄运”吗？他生病时是什么状态，程子悦？

学生：桑桑之前很调皮，生病之后，他觉得自己很脆弱，不让同学们碰他，因为他的心中已经有了阴影，不跟同学们玩了。

老师：已经很脆弱了，是吧？上课时，同学们都坐在教室里上课，而他，却在房子里药疗，被爸爸背着四处求医。他的眼神充满了忧郁、绝望、迷茫。当厄运来临时，真正让他成长起来的，其实是那场厄运，让他感受到生命的珍贵。把电影看深一点，杜小康受到了挫折，父母双亡，自己还能够到学校卖鸭蛋，扛起家庭重担。调皮是桑桑的本性，上天带给了他厄运，让他成长起来。

主持人A：请同学表演歌曲《倔强》。

主持人B：为什么都没选纸月？

学生：因为她不是男生，性格不像我们。

老师：因为她实在可怜到极点，生活跟她开玩笑，她不知道父亲是谁，而且生下来母亲就死了。

主持人A：

同学们，此时此刻，你最想送给大家成长之路上的祝福是什么呢？

学生：心灵每次真正地成长，都建立在风雨之上。

学生：杜小康遇到了挫折，去迎接才会成长。

学生：每一个孩子都有快乐的童年，他们的外表下都有一颗坚强的心，人生经历了挫折，才算有了真正地成长。

学生：机遇不靠上帝，掌握在自己的手中。

学生：水可以成溪，也可以成海，是成海还是成溪，你自己决定。命运和你开玩笑，你就对命运开玩笑。

学生：在人生的火车上，一条铁索就是挫折，另一条就是命运，人生就是要乐观的行使过它们，乐观才是成长。

学生：挫折和成功就是一个阴阳，缺一不可。

主持 B：主题班会在短短的 40 分钟里，是无法把我们一路的成长完全呈现出来的。但是让我们把生命中的每一次呼吸再一次成为深深的铭记。我们每一分每一秒都在成长，而下面的路是要靠我们自己走下去的，无论是成功还是失败，这些都是对高考的淬炼。我们会遇到大大小小的考试，遇到无数的挫折，在我们身心疲惫，信心全无时，我们希望自己能像秃鹤一样能通过努力找回信心，超越自卑。

我们希望能像桑桑一样，在经历生死考验后带着正确的心态看待生活。

本期的主题班会即将接近尾声，下面有请我们的班主任老师对我们本次的班会做一下总结。

老师：时钟一分一秒滴答，我们的生命如含苞待放的花朵。

我和我的 8+1 工作室

■ 8+1 工作室 秦望

光阴之箭已经穿越年轮，抵达 2015。

8+1 工作室的老成员小聚，盘点逝去的 2014，晓琳六年的研究成果《阶梯电影课程》（小、初、高各一卷）即将出版，并将在全省与教材配套发行。大家为之振奋，谈着谈着，感慨万千，8+1 已经走过了十年的历程，于是萌生了举办庆典活动的想法。我们用半个月时间仓促准备了这次庆典活动。

老一辈名班主任贺词

李镇西：

遵循常识，保持朴素，坚守良知，自己培养自己，做一个幸福高贵而又朴实无华的教育者！

丁如许：

十载风雨专业路上同心协力谱新篇，十大行动教育史中发愤图强留华章

张万祥：

8+1 工作室已经走过十年艰辛而快乐，疲惫而充实，痛苦而幸福的十年。这十年，你们成长了，你们健壮了，你们赢来了荣誉，你们赢得了累累硕果。但是，你们并不满足，你们要迎难而上，再创辉煌！！相信你们是中国教育上的永远开不败的花朵，永远不会停步的勇士，在教师专业化征途上越战越勇的斗士！！

唐云增（中国教育学会班主任专业委员会名誉主任）：

8+1 工作室秦望老师，欣闻 8+1 工作室成立十周年庆典，我代表中国教育学会班主任专业委员会班集体研究中心表示热烈祝贺。祝贺你们班主任工作室取得了重要成就！

班级、班级教育、班主任、班集体建设等，是人类在世界教育发展过程中的创造，这种现象是世界教育的现象。我国的研究是其重要组成部分。班主任专业化的提出和建设，是中国教育的世界性创造。为了实现班主任专业化，咱们又创造了班主任工作室，通过工作室的教育研究活动，不断提高班主任专业素养，壮大优秀班主任队伍，为全面提高班

成长的道路漫漫，其中的一切都是属于我们的，无法复制。回顾过往，是否有遗憾？为了未来，我们应该认真过每一刻，让成长的道路闪耀出光芒，让生命之花绽放出它应有的光彩！

主持 A、主持 B：主题班会到此结束。

【班会感悟】

电影是一种叙事，我们看电影审视自身，审视成长中的各种问题，解决学生的自卑心理，增强抗挫力，带着梦想，带着勇气重新面对生活。

本节班会基本上达到了这个目标，只是电影的引导需要进一步的深入。

级教育教学质量做出了应有的贡献。

8+1 班主任工作室，是我国著名的班主任工作室，已经为我国班主任工作室树立了榜样。期望着 8+1 班主任工作室进一步加强建设，在“建设”上下功夫，尤其希望带头在班主任教育基础理论研究方面下功夫，边实践边研究边总结，自觉提炼班级建设的中国个性，树立中国班级建设的世界贡献的自信，讲好中国教育故事，争取为世界班级建设做出更大的贡献！

《班主任之友》2011 年 7.8 期合刊《班主任专业发展》专题总结了班主任专业共同体聚合模式：

1. 校本专业研修。“8+1”工作室是班主任校本研修共同体，它是融学习、工作和研究、培训为一体的学校生活和教师行为。我们在校本班主任研修“共同体”实施过程中，把实践、研修、研究和培训这“四张皮”水乳交融为“一张皮”，切实提高“研修一体”的水平和实效。

校本共同体具有以下几个特点：

一是基于相同的校情和相似的学情，使得研修的内容更具有现实针对性。

研修的案例就是身边班主任班级发生的事，同一地域的学生，不用大费脑筋还原背景，问题的解决带有普遍的指导意义。

二由于能经常面对面交流研讨，使得成长扎实有效。

书面表达的东西与现实情景总会有一断距离，而面对面的交流，面目表情动作也可以传达递信息，研修更务实有效。

三因为在生活和工作中有亲密的联系更易于形成团队。

杜威认为社会即由于个人之间的互动而产生的思想与感情的共同体。团队伙伴们日常工作在一起，随机交流，心心相通，这种亲密的关系使得大家更容易形成紧密的联系。

四是没有权威，团队伙伴共同成长，合作培养自己。

十年研修实践中我们体会到，通过建设校本班主任研修共同体，引导班主任在其中进行自主学习、自我反思，是帮助他们克服职业倦怠，拒绝平庸，实现个人价值，享受专业幸福的最佳途径。

2. 区域倾力打造。如湖北卓越班主任培项目，深

圳光明新区谢德华主持的区域研修。

3. 名家魅力吸引。如张万祥网络收徒，王晓春网络收徒，李镇西教育思想研究室等。

4. 民间自发汇聚。如老一代的唐云增老师的全国班集体建设研究中心。新生代的郑立平老师的全国民间班主任研究会（心语团队）郑学志老师的全国自主教育研究会；梅洪建的全国班主任高峰论坛；肖盛怀的全国草根班主任研究会；梁岗的心育团队等。这种汇聚也是有权威核心领军人物的。

5. 网络师范学院。如朱永新的新教育在线网站，刘永存博士搭建的《班主任之友》网络部。

6. 高校携手实验。如华东师大李家成、李伟胜，广州师大的李季，北京教育学院的迟希新，南京师大齐学红，与一线学校和班主任联合研究。

8+1 工作室现在有一间非常漂亮的工作室研修场地，可也是近几年的事，最初六年我们是没有固定地方的，经常在校外小饭馆里边喝边研。

我们为什么能够走到一起，成立“8+1”工作室呢？

我们先来看一下这组网上流行的图片，刚刚当上班主任时，小伙子很帅很阳光、意气风发、斗志昂扬、脸上洋溢着幸福的笑容；三年后，人便苍老了许多，微皱的双眉代替了笑脸；五年后，就这样了；十年后，惨不忍睹了，手里拿着电话，喂！喂！喂！德德德育处是吧，又有学生出问题了？我马上回去。当然了，这组图片夸张了一点，但它也形象地反映出了我们当今班主任，尤其是处在高考重灾区的河南班主任的生存状态是多么的辛苦惨烈啊。有班主任自我调侃：起得比鸡早，睡得比狗晚，吃得比猪差，干得比驴还多啊！

王晓春说过：优秀班主任多的是劳模色彩，而不是专业尊严。是啊，我们正缺的就是专业尊严，

有的人当班主任把班主任当成了保姆、有人把班主任当成了灭火队员、就像前面的这个老哥一样，学生哪里着火了，一打 119，他就赶紧去了，能不累吗？

还有人把班主任当成了警察。大家想一想，如果一个班主任只抓成绩，那他可就真的不一定有警察好使呢？一个警察拿一把枪站在教室门口，你们谁不好好学，就毙了谁，估计也能好使，学生成绩可能不

会低。但是用从管、卡、压的方法换来的成绩，换来的优秀，只能让我们疲惫不堪，却并不能让我们真正的感到快乐。班主任自身素质也无法实质性的提高，体验职业的自豪感，更是无从谈起。

2009年教育部发布了《中小学班主任工作规定》，第二条明确指出：

班主任是中小学生健康成长的引领者，班主任要努力成为中小学生的人生导师。我们要具备什么样的品质，什么样的能力才能成为一名合格的、优秀的、卓越的“引领者”和“人生导师”呢？

要想让学生有远大的梦想，老师应该先有美好的教育理想。

一个没有上进心、没有终身学习意识的班主任，如何能够教育出拥有终身学习理念的学生？

我们为什么要走到一起，成立“8+1”工作室呢？我想，我们的共同宣言，很好地回答了这个问题。

“我们都是普通的人，但对教育事业的热爱让我们不甘于普通；我们都是平凡的教师，但对学生的热爱让我们不甘于平凡。行动起来，我们共同倾听专家和同伴的声音，我们共同追寻教育的理想和真谛，我们共同书写人生的幸福和美丽！”

何谓“8+1”？

“工作时间决定你的现在，业余时间决定你的未来”。“8”指的是工作时间，“1”指的是业余时间，团队成员要在工作时间要一心一意；在业余时间多做一点，多读一点，多思一点，多写一点，多研一点。“1”就是多一点儿。

那么这十年，为了我们的专业成长，我们都做了哪些事呢？

相对于教学交流来说，班主任之间的交流缺少内驱力，很难形成团队，单打独斗是普遍的工作方式，个别老师通过自我成长成为专家型班主任，但大多数班主任的专业成长遇到瓶颈——缺少专业意识，缺乏学术氛围。

怎么办呢？启蒙专业意识、营造学术氛围！

为此我们开展了群体研修“十大行动”，下面我简要介绍一下。

1. 扎实开展阶梯阅读活动（书单见本刊附录）。我们将读书分为了四个阶梯，基本著作（10本）、

主题阅读（20个）、教育学心理学（10本），视野拓展（200本）。

目前，第一阶梯读我们已经研读完了，我们共读的第一本书就是魏书生的《班主任工作漫谈》，每一章节都有专人负责，提前设计出导读问题，然后我们带着问题去阅读，两个星期要研讨一次读书心得，一般要在一个月内读完。最后，我们会编辑《阶梯阅读》内部学习材料，这是我们读完《班主任工作漫谈》后编的一个读本，内含魏书生的经典文章、批判魏书生的文章、成员的读书感悟（不少于3000字）。做为后续学习材料印发给成员。这一本共计14万字，相当于又是一本书了。我们是用研读的方式深入地学习挖掘每一本书的营养，辩证地学习。

第二阶梯是主题阅读，每位成员根据自己确立的方向去选择进行，寒暑假集中阅读。开学后第一次研修交流心得。比如，今年暑假我读的主题是“国内外著名中学”共读了14本。

第三阶梯是团队核心成员先行阅读，然后再带着其他成员共读。

第四阶梯也是前三个同步进行的。重在打开视野，是持续一生的阅读行为。

2. 坚持多种模式日常研修。

每学期组织——

1) 一次经验交流，交流的模式是，每个人要梳理个人班主任工作的五个方面内容。

理念，我坚守了什么？

常规，我坚持了什么？

创新，我尝试了什么？

资源，我分享了什么？

失败，我反思了什么？

2) 一次主题研讨。

寝室管理、纪律、卫生、跑操……

3) 一次案例研讨。

班会、心理辅导、问题生转化。

4) 一次现场观摩。

比如班会优质课、班级文化建设、心理活动课、特色文体活动等进行现场观摩。

5) 一次主题报告。

团队成员研究成果的阶段展示。

6) 四次读书交流会。

3. 建设德育课程资源库。

1) 共分以下十四个项目：班会案例、班会视频、大学视频、影视课程、励志歌曲、每日寄语、晨会演讲、德育故事、励志美文、智慧锦囊、教育案例、经验总结、德育书籍、专家讲座。

每一个项目有专人承包负责在全校范围内搜集整理资源并上传到资源库中，目前，我们的资源库已经有 1000 多 G 了，全校的班主任都可以在资源库中找到自己所需的各种资源。

2) 我们每个学期团队成员都要梳理自己的“十大工程”：

①我推荐给学生的：十篇美文、十句寄语、十本书籍、十个视频、十大演讲、十部电影、十个栏目、十首歌曲、十个榜样、十个故事；

②我推荐给团队伙伴的：十本书籍、十篇文章、十大网站、十节班会、十张照片、十个案例、十次谈话、十次活动、十大演讲、十条经验。

4. 编写工作室读本系列。

“8+1”工作室读本系列（第一辑）已出，济源一中全校 120 多位班主任人手一套，深受班主任们的好评！

之一：《魅力班会是怎样炼成的》（班会理论）

之二：《为学生一生发展奠基》（班会案例）

之三：《光辉岁月》（教育叙事）

之四：《32 朵鲜花和 9 株绿树》（班级史册）

之五：《生命拔节的声音》（学子回忆）

我们正在计划推出“8+1”工作室读本系列（第二辑）包含有以下 11 本书：

《“8+1”工作室手册》（团队建设）

《科学管理班集体》（管理方略）

《电影润泽生命》（电影课程）

《高中生涯教育课》（生涯教育）

《与经典同行》（论语课程）

《高中励志教育课》（励志课程）

《构建师生精神家园》（师生共读）

《为学生一生发展奠基》（班会案例）

《生命拔节的声音（二）》（学子回忆）

《班级史册（二）》（教育叙事）

《亲子教育课》（子女教育）

5. 实施三年师生共读计划。

师生共读推荐书目，分为十三大类，其中必读 30 本，选读 19 本，拓展 96 本，总计 145 本。每个

学期都要与学生共读一到两本书，寒暑假都要给学生布置读书作业。并要求学生写出读书感悟，班主任要利用班会时间，引导学生交流分享读书感悟。目的是通过读书提升学生的人文素养，开阔学生的眼界，转变学生的思维方式，为学生的终身发展奠基！

6. 探索工作室亲子教育。

如果我们只是把孩子带到这个世界，却不通过健康的家庭生活和科学的亲子教育建立与孩子之间的独特的联系，那这个孩子只能在生物学意义上说是我们的。这就不仅是我们的失职，更是失败！所以我们每个人都要好好想想怎么才能做一个合格的父亲，一个有专业精神和专业技能的父亲。因为我们只有一个孩子，一次失败就是彻底失败，所以我输不起！因为孩子每天都在生长，任何一个阶段错过了就是永恒的过错，所以我们等不起！我们正式提出，我们既要专业的班主任更要做专业的家长。学生是我们的招牌，孩子是我们的品牌。教师自己子女教育为我们所重视，为些我们设计了亲子教育课程。

7. 实现师生共写班级日志。

8. 开发课程培养团队专家。

杨兵的“魅力班会课”；王晓琳的“电影课程研究”“论语课程”；秦望的“班主任团队建设”“高中生涯教育课”“论语课程”；侯小锋的“班级常规管理研究”；王磊的“励志教育研究”；邬宗炯的“案例分析”等。

9. 扩大对外学术交流。

目前，我们已经与以下团队建立起了不同程度的联系与合作：

朱永新的新教育团队；郑立平的全国民间班主任研究会；郑学志的全国自主教育研究会；上海丁如许工作室；苏州梅洪建的全国班主任高峰论坛；李镇西教育思想研究室；天津张万祥团队；深圳光明区名班主任工作室；《班主任之友》《班主任》《河南教育》《教育时报》等。

10. 搭建工作室网站平台，我们在《班主任之友》论坛上开辟了工作室专栏。

为配合群体修炼“十大行动”，我们又实施了个体修炼“十项功课”

1) 每月读一本班主任类杂志（工作室成员研读）。

2) 每学期读一本思想随笔（写一篇读书感悟）。

- 3) 每学期看一个教育影视(写一篇观后感)。
- 4) 每学期听一次专家讲座(写一篇感悟)。
- 5) 每个月上一节精品班会(每个月写一个实录)。
- 6) 每星期做一次心理辅导(聊天、笔谈、集体辅导)。
- 7) 每学期写一篇教育随笔(生活化、日常化)。
- 8) 每学期作一次主题演讲(与寒暑假主题阅读链接)我们称之为“8+1”大讲堂,这是团队成员的阶段研究成果的展示与交流,一般要求报告时间不少于一个小时。
- 9) 每学年写一篇德育论文(对实践梳理,写出研究报告)。
- 10) 每学年搞一次文化旅游(读相关书籍,撰写文化随笔)外出旅游,购买当地的地方志、旅游书等,了解当地的文化、人文、历史!我们认为旅游的意义绝不仅仅是为了看看风景,更重要的是旅游可以开阔胸襟、扩大视野、增长我们的人文历史素养。

以上的“十大行动”与“十项功课”看起来很多,实际上,把它们分散到每个学期、每个月、每个星期,都是可以完成,并可以量化的。

8+1 工作室十年发展历程可以划分为四个阶段(2005-2015):

- (1) 萌芽期:“济源一中教育在线三人行”(2005.1-2007.12);
- (2) 建立期:济源“8+1”班主任研修团队(2007.12-2010.8);
- (3) 成熟期:济源一中“8+1”工作室(2010.8-2013.3);
- (4) 拓展期:“8+1”工作室(2013.3-2015.1)。

过去一直是未来的因果线索,历史,它一直自有逻辑。这十年发生的许多事,可以在2005年里找到缘由伏笔。

一、“济源一中教育在线三人行”(2005.1-2007.12)

我1995年参加工作,2004年来到河南省济源第一中学开始新的教育旅程。此前我已在内蒙古、山东、天津等地农村、城市;公立、民办学校教过小学、初中、高中;带过普通班,后进生班,重点班。折腾了十个年头,只为了那份沉积心中已久的教育理想。但我绝没有想到,多年东奔西跑溯求的梦想之花竟在这

儿找到了绽放的土壤!

我的同事王晓琳1995年大学毕业后到济源一中任教,获得过河南省优质课大赛一等奖。“自以为羽翼渐丰渐盈”的王老师于2001年开始了她的班主任生涯。拼时间、耗体力,方式上追、堵、管、卡,“跟班紧、紧跟班”,高强度低智慧含量的工作方法使她的体力和精力严重透支。从网络学习中深深受益的我,热情推荐王老师跟我一起步入班主任专业成长的学习、研究之路。

与我同一年到济源一中工作的青年教师杨兵通过“铁腕”治班使班级成绩居于年级第一,却一点也不开心不起来。他后来反思道:“难道我以后就只能过这样的教育生活吗?我有苦难言,我不寒而栗秦望老师向我推荐了教育在线,并向我介绍了朱永新教授和他的团队正在实践的新教育实验。他们所倡导的‘过一种幸福完整的教育生活’,一下子就打动了。反躬自省,我这一年的教育生活幸福吗?绝不!以学生为假想敌是很痛苦的,学生与你为敌作为班主任我更加痛苦。我这一年的教育生活完整吗?当然不完整,这一年我除了严防死守得到了那可怜的成绩之外,还有什么作为呢!我惭愧得一身冷汗!”

过了一段时间之后,我提议三人各自在教育在线班主任论坛开一个主题帖,撰写自己的教育日志,记录自己每天的教育实践和反思,我们三位志同道合的“网友”走到了一起。我的《行走在这高三的路上》、王晓琳的《紫色风暴,艺术特长班实验历程》、杨兵的《高补原生态》等主题帖得到许多热心网友的关注,一些“大侠”还给予热情鼓励,对帖子里反映的教育教学现象和问题提出了许多建议,使我们深深体会到网络大家庭的温暖和真诚。

高三开学两周,学生出现了懈怠情绪。王老师发出了一个帖子——面对懈怠怎么办?我们你一个点子,他一个做法在网上讨论起来。杨兵认为可以给学生讲几个小故事,比如西点军校的《没有任何借口》;王晓琳想出一个主意,让学生写一写《永不懈怠——感动我的老师》、《永不懈怠——感动我的同学》;我突发奇想:“这些工作做完后,何不开个主题班会——永不懈怠,把任课老师也请到班里?”我和杨兵也参加了王晓琳的班会。结果,那次班会效果出奇地好,学生、老师泪流满面。我和杨兵也如法炮制,在自己的班里召开了类似的班会,收到了很好的

效果。

当然我们更是时刻关注着对方，每天只要哪个更新了帖子，都会在第一时间回帖发表自己的意见，互相出谋划策，就这样实实在在地实践着孔老夫子的名言“三人行必有我师”！不管工作再忙，事情再多，都没有一丝懈怠，两年下来，每个人都留下了几十万字的教育日志。就这样，三人彼此守望，彼此温暖，彼此理解，情谊更深了，成为志同道合的挚友！成为济源市和周边地市小有影响的“济源一中教育在线三人行”！如今，我网上的帖子“行走在高三的路上”2011年由教育科学出版社出版，书名《光辉岁月——我与个性一班的高三之旅》并入选《中国教育报》2011年影响教师的100本书。

2006年，我通过竞聘成为济源一中教科室主任，为了推动学校教育科研，我以学校名义陆续邀请几位名师前来传经送宝，让团队成员与名师亲密接触。李镇西的《让生命与使命同行》的报告深深感染了团队成员。那几天，大家有机会与李老师深入接触，更折服于他理想主义情怀与脚踏实地的平民教育实践。团队成员开始研读李老师的著作，践行李老师的“五个一工程”、“四个不停”，也更坚定了我们立足自己的班级实践，通过读书、反思、写作提升自己的专业水平和信心。

2007年高考收获的时刻到了，我所带的班级取得全市高考文科普通应届班二本上线第一的好成绩，获得市级最高荣誉“综合表彰”，王晓琳老师所带的艺术特长班42名学生文化艺术二本双上线34人，多名学生被中国戏曲、中国传媒、武汉音乐学院录取。王老师的学生还于6月参加了庆祝香港回归十周年庆典演出。

2007年暑假，新教育山西运城年会使我们产生了蜕变，新教育提出的教师发展“三专”路线图（专业阅读+专业写作+专业发展共同体）深深影响了此后团队的走向。全国新教育人的精神状态激励着我们一路前行。

二、济源“8+1”班主任研修团队（2007.12-2010.8）

2007年12月，王晓琳发起组建了一个班主任研讨群，“相约星期三”的24期专题研讨和案例分析使他们发觉了一线草根班主任发展的瓶颈，对学生的研究和分析只停留在表述问题和寻求解决问题的层

面上，缺少严谨的教育学和心理学的分析甚至是教育观的突破。身怀再多绝技没有教育理念的改变，没有心理学的依托，自己总是处于见子打子的被动局面中，而学生的情况永远处于流变之中。王晓琳开始攻读心理咨询师课程以此来提高自己的理论修养。2010年，她顺利通过国家二级心理咨询师考试。

我认为团队研修是年轻班主任成长的重要路径。于是，在全校范围寻找有理想的年轻班主任组建了一个新的团队，这个团队共6人。魏俊起说：“整个07年暑假我都躲在房子里不愿见人，升高二的关键时期班级没考好，被年级无情地刷下了，我别无选择地来到了2007级，又重新从高一开始，带着些不甘，带着些郁闷，还带着些新的想法，加入了团队。”刘强、邬宗炯、谢军伟和郭海卫也有类似的经历。

就这样，九名理想教育的追求者组成了一个全新的班主任专业化研修团队，我们为这个团队命名为“8+1”。“8+1”的第一层含义是这个团队由济源一中的8位成员和1位去四川地震灾区支教的同事组成；第二层含义是团队成员要每天用1个小时的业余时间对8小时的工作进行思考和总结；第三层含义是9位成员中有8位男教师和1位女教师（王晓琳）。现在我们对自己团队名称的内涵进行了更深的挖掘和阐释。“8+1”源出于爱因斯坦的名言：“人的差别产生在业余时间。”“8”指每天的八小时工作，这是所有教师都能做到的，工作室成员与其他班主任不同的一点就在于那个“1”，那就是团队成员每天要比别人多做一点点、多读一点点、多思一点点、多研一点点，多写一点点，成长为一个有理想、有才华、有专业追求的专家型班主任。

回顾团队发展史，我们最初的研修活动就是在酒桌上进行的，正如杨兵回忆：“那种在推杯换盏之中的坦诚无私，在酒酣耳热之际热烈争论，成为团队发展起点处最美的风景，也成为我心中最美的记忆。”唯一不变的是我们讨论的是教育的话题。

一开始，团队每星期研讨一次，研讨模式很简单：“上周做法+下周规划”，这种开放的研讨方式激活了生命的热情。杨兵总结道：“每次研修，我们总能碰撞出灵感的火花；每次争辩，都能加深我们对自身局限的认识；每次团队的成员取得了进步，都能得到大家真诚的祝贺；每次团队中的哪个班级出现了新的问题，大家都会集思广益出谋划策。”年轻人所带的

班级悄无声息地起着变化。

后来，“共同阅读+案例反思+集中研讨+专业写作”成为团队研修新模式。每周，团队集中的一次研讨活动多是在饭桌上度过的。真正的“圆桌会议”让大家都无拘无束，经常为了一个关键问题，比如，就“如何处理好现实成绩与读书上网学习的关系问题”这一议题，我和王晓琳能够争论一两个小时，相互之间说服不了对方的时候，搁置争议，回去继续研究。这种和而不同，没有绝对中心的团队研讨，在其他研修团队中是很少见到的。“讲真话、做实事”，刘强是这样看待研讨活动的。正是落实了团队合作研究的结果，年轻团队成员所带班级成绩也稳步提高。

大家越来越认识到在现行教育体制下，“成绩”是一个无可回避也无须回避的话题，让每个学生都有进步，让更多的学生取得更好的成绩是班级管理的重要目标，也是评价班主任工作的重要指标。因此，建设一个成绩优秀的班集体应该成为团队毫不动摇的基础目标。在“8+1”的集中研讨中，大家决定把这作为团队研修的基础，我们认识到通过集体的智慧解决个人班级管理的短板，抓好每个成员的班级成绩，“8+1”团队才拥有成长的土壤。

我认为班级管理的研究和班主任的成长绝对离不开自己的班级，离不开对学生每天在校生活的深度参与，因此我通过“四课”来规划自己每天、每周、每月、每年的教育行为和教育研究，这就是“做功课”。

我提出长期坚持行动研究并进而创新产生新思想提炼为新价值才叫“做功课”，偶尔为之只能叫“做事”。我的“四课”都是围绕学生完成的。日课10项：和学生一起跑操、每天阅读三小时、共写班级日记、和学生一起写寄语、和学生一起唱歌、和学生一起宣誓、学科教学德育化、营造温馨的“家”、共同品读美文、每天写千字文；周课5项：周记、班会、家校联系、资源管理、团队研修；月课3项：共读一书、活动策划、民主评议；年课2项：课题研究、旅游开会，合计20项修炼。2008年制定团队“行动纲要”时被确定为团队成员共同遵守的行动准则。我进一步梳理自己的带班模式写成《“四课”成就幸福班主任》一文发表在《班主任之友》2009年第1期，并被《教育理论与实践通讯》2009年第4期转载，在网上广为流传，以此为基础，我整合成了自己的一个讲座报告，在多地宣讲。

2007年9月23日，我邀请天津德育特级教师张万祥老师来济源一中讲学。从此，“8+1”团队在张老师指导下有了长足的发展。张老师经常把自己的专著送给我们学习，张老师对我们的引领不仅体现在专业成长之上，更多在人格的感召上。张万祥老师从我的帖子里读出了孤傲与偏执，一次他回复道：“秦望在工作中有时显得‘嚣张’了些，如果能够收敛一下，会更好。你很有才气，很有思想，很有干劲，但以后妨碍你进步的，很可能就是你自己的弱点。”张老师以长者的睿智直言不讳地点出了我的问题，我至今仍心怀感激。

万玮、陈晓华等专家名师也一一应邀来济源一中讲学，团队得到国内众多专家的高度关注。

从名师的身上汲取了力量，并在他们的帮助下，团队成员开始了疯狂的教育之旅。团队成员刘强、秦望、杨兵、王晓琳等有十篇作品被收入“大夏书系”、“万千教育”《班主任专业成长的途径》、《魅力班会课》、《打造魅力班会课》、《班主任其实好当》等教育专著。2010年杨兵出版了个人专著《魅力班会是怎样炼成的》。

2008年10月，《教育时报》“本土班主任专业发展论坛”在济源召开，共有14位班主任在会上发言，“8+1”团队三人发言，引起了与会专家、记者的关注。2009年《教育时报 管理周刊》7月11日首版以《从“三人行”到“8+1”——解读一个班主任研修团队的成长轨迹》为标题整版报道了这个团队。

同时，我为了推动济源一中的班主任专业化发展，把“8+1”团队的研修模式向全校推广，并亲自主持一个年级——2008级的一个小组的研讨，积累了丰富的研修经验。班主任研修逐渐得到学校领导及班主任们的认可。

2008年11月，我被评为河南省“十佳”班主任，杨兵被评为济源市优秀班主任。

团队成员的成长也得到了范亚平校长的全力支持。2008年在郑州市召开“全国第十七届中小学班集体建设理论研讨会”，范校长组织团队所有成员参加此次会议。

全国第十七届中小学班集体建设理论研讨会上专家和实验校展示的实验成果《班级管理操作系统研究》，使团队成员大开眼界。唐云增老师以李镇西老师的《心灵写诗》为“母本”，总结出了李老师班级

教育的八个操作要素，看到唐老师的《李镇西班级教育操作系统图》，我们被深深地震撼了，这才是专业学习和研究。我们认识到团队对李老师的著作理解得远远不够，这又进一步助推了我们重读李老师的著作，重新学习李镇西；还有实验校老师个性化的操作系统带给团队成员新的带班思路。

2008年底我带领团队成员魏俊起、刘强、秦望、王晓琳、乌宗炯自费参加新教育焦作阶段性培训会议。团队成员一起参加会议，会议使我们远离教学一线，静心思考日常教育教学。团队成员的研究方向，团队的《行动纲领》在会议期间研讨确定下来；高层次的会议也为团队注入了新鲜的教育思想，涤荡了日常僵化的应试教育带来的困扰。

2009年7月，在我和王晓琳的影响下，济源市组团去江苏海门参加新教育年会，“书写教师的生命传奇”成为团队成员的共同心愿，常丽华老师的“在农历的天空下”古典诗词之旅课程深深触动了我们，我们准备开发自己的课程。会后返回途中一个细节一直感动着我，王晓琳老师为了研究电影课程花了3000元（这是她一个月的工资）购买了奥斯卡获奖影片光碟，这种对学术的痴迷精神正是8+1的写照。

2009年8月本市《济源教育》以《十年风雨十年路》为题报道了我的教育事迹，2009年9月《河南教育》作了我一期封面人物，我对自己带重点班的经验进行了总结，发表了《四个理念打造卓越班集体》一文。从此，我时常外出讲学。

王晓琳老师越来越认识到专业阅读对自己成长的重要性。她08年参与了新教育教师专业发展实验项目，09年以一个“啃读者”的姿态开始了真正的阅读叙事和教育叙事，并成为副版主。她认为：“新教育网络师范是我的夏洛，一次次点燃心中的梦想。”2010年6月9日《教育时报》以《王晓琳：让阅读穿越生命》为题报道了王老师。王老师不敢独享，每次团队研讨都会把专业阅读的书目和感悟向团队成员介绍，就这样，专业阅读源源不断地给我们输入新的理念，激发生命的热情，成为我们教育生命中重要经历。她由专业阅读进而走进了电影课程，并成为新教育电影课程资深讲师。

目前，“8+1”的前身“教育在线三人行”成员已成为济源市首批名教师培养对象，年轻班主任班级管理进入专业轨道。2010年高考，团队成员郭海

卫所带班级二本上线人数名列普通文科班第一名，刘强第三名，魏俊起名列理科第四名（济源一中是一所巨型高中，全校100多个教学班，2007级共36个教学班）并在领导的支持下进行一次班主任同时带两个班的实验。郭海卫、魏俊起同时获得“济源市优秀班主任”称号。

“8+1”成员发表文章200多篇，外出讲学100余场，在省内外引起了一定的反响。2010年4月30日《人民日报》以《创新大潮涌，扬帆正当时》为题报道了河南省济源第一中学的内涵发展之路，其中重点报道了“8+1”团队。从“三人行”到“8+1”诠释了班主任专业化发展的成功路径。2010年10月1日《中国教育报》以《看校本团队这样前行》为题报道了8+1团队。

从“三人行”到“8+1”，六年团队研修、群体修炼，回望当初团队制定的目标：成绩优秀+研究成果+专家型班主任，前两个已经取得了阶段性成果，正在向第三阶段目标发展。这仅仅是表面的变化，团队成员对教育的热爱、对教师职业价值的认同才是真正的收获。

六年回望，团队成员意识到团队发展中仍存在很多问题。一是表层化行走。没有系统研读教育理论书籍，对教育问题仍停留在总结经验的表层，与专家型班主任的理论要求不适应；二是松散化聚集。团队成员没有严格的群体修炼纪律，共读、共写、共研时断时续，这种松散状态，影响了团队成员的可持续发展；三是模糊化目标。团队没有一个共同的研究方向，成员各自为战；四是复制化存在。复制别人成功的经验为主，缺乏雷夫（美国年度最佳教师奖获得者，《第56号教室的奇迹》的作者）式的独立开发课程的能力。

基于此，团队成员又开始新的探索，力图实现更加深入的，同时又各具特色的班主任专业化发展。

三、济源一中“8+1”工作室（2010.8-2013.3）

班主任团队研修模式得到了济源一中班主任的广泛认可，更多的年轻班主任申请加入“8+1”团队，希望在班主任专业化的道路上获得引领。我在校长的支持下在原“8+1”团队的基础上成立了“8+1”工作室，从本校不同年级、不同学科、不同年龄层次的班主任中吸纳新成员，随着张文庆、余维民、王向前、王磊、张少斌、王成波、黄磊、侯志强、陈德红、王红卫、豆志超、田俊江等成员的加盟，工作室现有

成员 33 人。

经过近六年的探索和实践，这样一个扎根于本校，践行行动研究法的本土班主任专业化研修团队已经进入到规范化发展时期，在学校大力支持下有了固定的研修场所，团队成员在总结前期实践经验之后制定了《行动契约》和《行动纲要》，并参与了郑学志老师主持的“班级自主化教育管理”实验。

我们在借鉴新教育阅读团队推荐书目及一些教育名家经验的基础上拟出了三十本必读书籍（同时链接选读 70 本著作）。班级管理、教育学、心理学等方面的理论书籍作为团队成员下一个三年的共读任务，并在共读过程中使每一个成员找到自己的根本性书籍；制定了严格的团队纪律：每天阅读一小时、每天写班主任工作手记，每周写一篇随笔（即教育故事）、每人至少订一本班主任方面的报刊杂志，每年购买有关教育类书籍不少于 10 本，参加共同体每周一次的集体学习（间周进行，一周分组研讨，一周“8+1”大讲堂）、完成共同体课题——“班级自主化教育管理”实验要求的任务；实行契约式管理。团队成员开始独立开发自己的课程，我开发了“高中生涯教育课”，王晓琳开发了“电影课程”。部分团队成员确定了自己的研究方向：魏俊起的“企业文化与班级管理”，王磊的“励志教育研究”，刘强的“成功教育理论在高中中的应用研究”，邬宗炯的“案例分析”，侯小锋的“班级常规管理研究”等。杨兵则继续他的“德育创新研究”，计划三年内再出版一本《高中必开的三十个班会》。

我对伙伴们讲：“我们力争三年内出版个人专著三本，打造团队中做得好、写得好、讲得好的‘三好’班主任 10 人，发展‘8+1’工作室讲师团，能承接菜单式培训任务。”

对于未来，我信心百倍。“我们有共同的发展目标：优秀成绩+研究成果+专家型班主任。正在不断探索共同的研修模式：共同阅读+案例反思+集中研讨+专业写作。致力于打造共同的团队文化：乐于分享，善于沟通，服膺真理，勇于承担，敢于创新。这一切会让我们的梦想飞起来。”

我们发出共同的人生宣言：我们都是普通的人，但对教育事业的热爱让我们不甘于普通；我们都是平凡的教师，但对学生的热爱让我们不甘于平凡。行动起来，我们共同倾听专家和同伴的声音，我们共同追

寻教育的理想和真谛，我们共同书写人生的幸福和美丽！

为了这个看起来十分宏大和高远的目标，团队共同开展教育实践，反思教育行为，研读教育著作，写作教育随笔。在班级管理的实践中探索班级建设的有效途径，在对自身教育行为的反思中改善教育实践，在对教育著作的研读中汲取教育思想，在对教育随笔的写作中沉淀教育智慧。

2010 年 8 月我联系济源教育局，取得校长的支持，承办了郑学志老师全国自主化管理团队的首届年会——全国班级自主化管理论坛。这次会议进一步锻炼了我的组织能力，与郑学志、钟杰结下了友谊。认识了很多有教育理想的班主任。与班刊熊华生总编、刘永存博士及郑立平老师结识。借会议的东风我整合了团队的研修成果结集《成长的轨迹》，引起了与会的熊华生主任、郑学志老师的关注。

2010 年，我在《班主任》网站上看到全国优秀青年班主任评选活动，我建议杨兵参评，《教育时报管理周刊》2011 年 1 月 15 日第一版《以智慧铸就魅力——杨兵的班主任专业化之路》报道了杨兵的事迹。2011 年 5 月 13 日杨兵和王磊、刘强赴北京参加由中国教育学会德育委员会中小学分会和《班主任》杂志社共同主办的“全国新时期青年班主任成长高峰论坛”，杨兵在会上发言并荣获“全国优秀青年班主任”称号。2011 年 9 月杨兵登上《班主任》杂志封面。2011 年 10 月 21.22 日我与侯小锋、魏俊起、张文庆等一行赴郑州参加《教育时报》首届最具智慧力班主任评选，杨兵当选，“8+1”被评为最具智慧力团队。2012 年杨兵代表工作室参加教育时报第二届活动。《班主任之友》2010 第 11 期以《扎根本土，互相扶持》为标题报道了团队，团队成员集体荣登封面。借此机会，我对团队发展历程做了回顾和梳理。2011 年《班主任之友》第 7-8 期合刊做了一个《班主任专业发展》的专题，我写了一篇《有效的班主任专业发展共同体》对团队建设进行了理论提升。2012 年 7 月 22 日至 24 日我与杨兵、王磊参加《班主任之友》庐山笔会，见到了很多老朋友，张万祥、李镇西、陈晓华、郑学志、钟杰，认识了冯卫东、王丽、谢德华。晚间的沙龙研讨，我们关于班队建设的发言引起了与会专家的注意和肯定，陈晓华老师在回忆文章中写道：“以秦望为核心的团队，在河南济源应试教育的夹缝中，高扬科

研“八加一”的风帆，切合实际而卓有成效，并取得高考成绩突破。”王磊所带班级一个班考上五个清华的事迹被家长表扬到网上，《班主任之友》2012年第9期中学版以《带着学生去追梦》为题，给王磊做了封面人物，王磊对自己的“励志教育”进行了总结。2012年12月15日我与杨兵给刘永存博士的楚天中小学卓越班主任研修班讲课再次见到钟杰，见到了梁岗、覃丽兰。

总结我们的专业化成长之路，我们有一个共同的体悟，我们之所以能在普通的工作岗位上走得如此矫健，源自我们拥有共同的教育理念——热爱教育，相信自己一定能成为优秀的教育工作者；热爱学生，愿意教给学生对他们一生有用的知识。

四、8+1工作室（2013.3-2015.1）

我于2013年3月登上《班主任》杂志封面。我再次提炼自己的教育理念，梳理自己的教育实践写了《共同生活是最好的教育》一文。安徽有个校长看到此文后，带着几个老师来我们的工作室考查，并邀我去他们学校作一天开学培训的课程。

2013年4月21日至22日，由杨兵引进的我努力取得校长支持的“全国第二届班会研修现场会”在我校举行，丁如许、迟希新、黎志新老师前来传经送宝。从此，我们与三位专家结下了不解之缘。在此后丁老师在重庆云阳、江苏常州、武汉举办的会议，我们全程参与，侯志强、王磊作班会公开课，李立峰、田俊江说课。我和杨兵分别作了班会点评和专题讲座，我们还参与了丁老师关于班会的系列书籍的撰稿工作。关于班会的五次会议使我们越来越认识到，我们团队研究的核心就是班会。为了准备这次会议，我对团队的研究成果进行了一次整合，出版了团队第一辑读本共五本，涉及到班会理论与实践、教育叙事。我对团队的研修模式进行了理论总结提升，提出了团队群体修炼“十大行动”和个体修炼“十项功课”

“十大行动”——扎实开展阶梯阅读活动、坚持多种模式日常研修、建设德育课程资源库、编写工作室读本系列、实施师生三年共读计划、探索工作室亲子教育、实现师生共写班级历史（日志周记班级史册）、开发课程培养团队专家、扩大对外学术交流、搭建工作室网站平台。

“十项功课”——每月读一本班主任类杂志（对其中资源归类梳理）、每学期读一本思想随笔（写一

篇读书感悟）、每学期看一个教育影视（写一篇观后感）、每学期听一次专家讲座（写一篇感悟）、每个月上一节精品班会（撰写一个实录）、每星期做一次心理辅导（聊天、笔谈、集体辅导）、每星期写一篇教育随笔（生活化、日常化）、每学期作一次主题演讲（与寒暑假主题阅读链接）、每学年写一篇德育论文（对实践梳理，写出研究报告）、每学年做一次文化旅行（读相关书籍，撰写文化随笔）

我们认识到，班主任专业化发展的本质是班主任情怀，班主任的人生境界比方法技巧重要，经过讨论，我们总结出我们共同追求的境界：

远离浮躁，追求宁静；远离肤浅，追求丰盈；
远离低俗，追求高贵；远离专制，追求民主；
远离私情，追求公正；远离平庸，追求卓越。

用爱心温暖爱心，用智慧启迪智慧，用人格塑造人格；为学生的终生幸福，为学校的持续发展，为民族的伟大复兴，为中国的未来崛起，培养公民！

并在团队内部进行了“拒绝吃请，从我做起”的班主任人格修炼活动。

与这次会议同时在郑州举行的全国名班主任工作室推进会议，团队派王磊参会，关于团队的报告在会上引起了强烈反响。

2013年夏杨兵调离济源一中，去陕西师大附中任教。为减轻团队伙伴的负担，研修改为一个月举行一次，导致工作室一度低迷。2013年10月26、27日我代表团队参加《教育时报》组织的第三届“最具成长力班主任”评选活动，担任评委。我们学习了时报的评选模式，设计了济源一中的第五届班主任论坛，主题是案例分析，从全校班主任写的案例中选出五个在大会上全体主任共同解读，这是团队承办学校前四次论坛基础上的一次重大尝试，赢得了校长和老师们的称赞。

2013年11月3日王磊、刘强代表团队参加“南京全国名班主任工作室联盟成立大会”并在会上介绍了工作室，展示了工作室的成果，我们的展室来参观的人非常多，引起很大反响。

在我的建议推动和组织下，争得校长大力支持，2013年11月9日中原名校联盟首届德育论坛在我校举办，我邀请了《教育时报》黄杰老师前来采访，华林飞老师来讲学。会议举得成功，扩大了学校影响力，8+1工作室得到学校的越来越广泛的认可。2013

年12月19日佛山南海区和顺一中陈少梅一行前来考查工作室建设。

2014年4月24日湖北省第二届楚天中小学卓越班主任高级研修班，聘我和杨兵、王晓琳（还有梁岗、钟杰）为课程导师。我们三人各带一个研修小组开始了生涯教育、电影课程、微班会的半年网络研修。这是我们教育人生经历中重要的一笔，我们三人实现了同台讲课。

2014年6月28日至29日我应唐云增老师邀请在无锡石庄中学作关于班主任工作室建设的讲座，唐老师和我彻夜长谈，涉及到中国教育学会班主任专业委员会成立等事宜。并去唐老师家中参观了唐老师的研究“长卷”，一位老班主任对班主任工作研究热情深深鼓舞了我。唐老师对工作室寄予厚望，他说我们是最好的校本班主任工作室，希望我们做班主任基础理论研究。我进一步梳理工作室建设理论，归纳出优秀班主任团队的十条标准：十条标准：有代表人物、有核心理念、有活动阵地、有研修模式、有共同行动、有特色项目、有活动制度、有研究成果、有长期规划、有资源积累。

2014年7月16日至18日，我和杨兵、王晓琳、王磊应邀参加梅洪建老师的陕西渭南尖峰论坛年会，同台讲课。杨兵被称为金牌主持，更多老师了解了8+1工作室。

2014年10月15日至18日中国教育学会班主任专业委员会成立大会在扬州举行，王磊入选大会演讲。我入选专业委员会委员。

2014年11月22至23日魏俊起代表工作室参加第五届全国中小学班会课专题研讨现场会和丁如许老师合影留念。

2014年12月7日魏俊起代表团队赴衡水二中为河北省班会展示课开讲座，以此为契机，魏老师梳理总结了自己十年来的班会实践并提升出自己的理论《用营销的理念做班会》，取得了广泛认可。

在8+1工作室发展的过程中，我和杨兵一直在全国各地行走。很多班主任想加入“8+1”工作室，为了满足朋友们的要求，在工作室成立十周年之际，我们决定把校本班主任团队建设成全国性团队。

2015年1月15日工作室成立十周年。借此机会我们要做十件事：

办一份电子期刊、设计一个徽标、撰写一首室

诗（歌）、建一个网站、征集一批资源、编写第二辑读本、拍一个宣传片、开一个网络会议、发展一批会员、盘点自己这十年。

我们讨论了工作室的定位，提炼了核心理念，规划工作室的未来前景。

我们的定位是构建一个以班级常规管理研究为基础，以班会研究为核心，以个性化发展为导向的全国性团队。

我们的核心理念是：

核心使命：为改善我们的教育而努力。

核心价值观：做足功课、心怀梦想、阳光心态、合作分享、学术争鸣、成就学生。

我们的未来前景是：

宏大目标：成为卓越班主任的培训基地，班主任工作专家的摇篮，校本班主任团队主持人的训练场。

愿景描述：依托工作室平台，共同践行“十大行动”“十项功课”达到能够熟练运用班级管理基本方法，使我们带的每一个班级都成为优秀班集体，成为师生幸福生活的家园。团队集体项目“班会研究”一年内出微班会专著一本，两年内出版主题班会专著一本，五年内出系列班会一本；培养三位班会专家，成为国内最具影响力的班会研究团队之一；使我们的网站成为国内最具影响力的班会类网站。依托网站办会，三年后实现线上线下互动。使我们的电子刊物成为编辑的稿源基地。在主要班主任类报刊上每月能见到我们的作品，每周有成员赴全国各地讲学。每位成员有自己的个性化研究项目，经过六年努力有专著出版，成为班主任工作某一领域的专家，涌现出赵坡、梁岗、贾高见、杨兵式的青年班主任。

回忆过去的十年，既有一些宏大的、激动人心的数据鼓舞着我，亦有一些琐碎的小小片段，让我感到持久的温暖。

回顾成绩，并不是为了炫耀收获的果实，而是为了盘点劳作的经验，从而能够更好地享受劳作的过程。因为人生的幸福在过程之中，而不在终点之处（朱永新）。

伙伴们，下一个十年，我们的教育人生将会更加精彩。

因为，我们一直在行动！

谢谢大家！

（写于2015年1月15日晚）

我和团队 共成长

■ 8+1 工作室 王晓琳

在《夏洛的网》中，无论是小猪威尔伯，还是蜘蛛夏洛，或者自私的老鼠坦普尔顿，在开始的时候，它们都没有自己的“叙事”。对一只蜘蛛而言，春天出生，夏秋织网捕虫，然后冬天来临时死亡，这就是它的一切。对猪来说，被养肥了之后，在圣诞节前做成腌肉腿，似乎是它的宿命。而对自私的老鼠来说，吃饱喝足就是一切，另外的问题它一概不想关心也不想过问。

然后，突然夏洛发下誓言要拯救威尔伯，于是故事开始了——拯救威尔伯，这就是它们的愿景。

团队关键词之一：培养愿景

正是愿景，使得人们相聚在一起不再成为一盘散沙。

我们团队由最初的目标是：“不象一般人一样生活”从这个简单的起点到“培养本土班主任专家”到培养“全国名班主任专家”，正是不断汇聚的愿景让我们越走越远。

我们从“教育在线三人行”走向七八个核心成员组成的“班主任研修团队”再走向几十人共同研讨的“班主任工作室”，一路走来艰辛而幸福。

在这里我们体会着学习带来的变化，“8+1”它不只是一个名字，它是一所精神的圣殿，在此处它为我的灵魂开了光，让那些沉入人生底层的经验一次又一次被复活，让我的梦想开了花。团队的研修经历让我发现，人生还可以这样活，教育还可以这样，用智慧启迪智慧，用热情点燃热情，每天都开了一朵花儿，在我的心头。

济源一中8+1班主任工作室就是这样一群人的愿景，虽同样身处浮躁的时代，但不肯放弃早已被许多人弃如敝屣的理想，而是始终怀着一颗真诚的心，勇于承担身为教师的责任，在自己或者希望在自己的教室里，守护着最初的纯真愿望的一群教育追梦人。

团队关键词之二：守护教室

很多成功的班主任，在个人经验积累的足够丰富，功成名就之后就离开教室，走上领导岗位。

我们认为没有教室的优秀班主任或者专家班主任就是教育生活已经消亡的班主任。

做为一线高中班主任，一方面我们承担着沉重的日常劳作，但我们永远不应该忘记这一点：我是一个教师，我是一个班级的引领者，我是一个卓越课程的开发者，一个完美教室与完美校园的缔造者。所以，我的天命就是在教室里进行生命的叙事，朴素而热烈。

我们的教育生命之根永远在教室，就是我们守护的精神家园，也是我们教育的活水之源。所以在我们的团队，无论遇到什么样的挫折和打击，无论取得多么辉煌的成绩，我们始终坚守在教室，做一名朴素的一线班主任。

我们知道，守住教室就守住了我们最初的梦想和最后的成功。

团结关键词之三：创造课程

我们在工作室不断的阅读和学习，但学习的目的不在于我们学会多了词汇和理论，而在于有多少知识是与自己的学科结合，与教室结合，与学生生命进行编织，创造出一个又一个活生生的课程。在教室里开出一朵花来远胜于一千个理由。

结合这些年的学习，我所努力打造的课程有两个，一是电影课程对学生进行人格教育，二是论语课程，提高学生的道德阶段，并进行文科素养的培育。

正是课程使们师生的灵魂发生了根本性的变化，正是课程使我们教学相长，正是课程使我们发生了根本性的转变。

团队关键词之四：转化危机

团队的成长如同个体的成长一样，必然会遇到危机，而成功的转化危机就是团队的进步。

在团队的学习中个人的危机在于如何使学习心得转化为教室的生产力。我们常常陷入这种“虚无”

问渠那得清如许

为有源头活水来

■ 8+1 工作室 杨兵

“要想走得快一个人走，要想走得远一起走。”

这是我们工作室的核心理念之一。这条理念不是移植，不是嫁接，而是从工作室的发展历程和成员的成长经历中获得的共识。作为从团队创建至今一直深度参与其间的老成员，作为从团队的发展中获益无穷的青年班主任，我对这一理念的认同更是变成内心生长出的需要。

就以我专注的班会实践与研究说开去吧。

最初我对班会课堂的热衷与坚守只是源于自己求学阶段遇到的优秀班主任的示范，以及初为人师后朴素的教育情怀，希望在班会中关注学生的成长，并给予适当的引领。三年后，我积累了不少的德育素材和班会案例，但还没有进行班会研究的意识，更没有研究的方法。团队组建后，我们发现大家都对自己的班会课堂情有独钟，并有大量有价值的探索。于是，有一种“找到组织”的欣喜。经过初步的研讨，大家决定每两周碰一次头，聚一次餐，交流最近开展的班会内容，分享最近收集的德育素材，探讨可能更有效的实践技巧。那种在推杯换盏之中

的坦诚无私，在酒酣耳热之际热烈争论，成为团队发展起点处最美的风景，也成为我心中最美的记忆。

慢慢的，随着对班会的内涵理解的更加深刻，对班会的功能把握的更加准确，我开始思考如何运用班会更加深入细致地指导学生的生活和学习。这种努力得到了同伴们的大力支持。比如在一次暑假之前，我意识到暑假漫长而宝贵，学生在休息调整之余应该将暑假变成“加油站”，但又不仅仅是学业方面，可是脑海中并没有清晰的构思。于是我建议在团队内进行一次“如何指导学生度过有意义的暑假”的专题研讨。在研讨中，大家互相启发，灵感频现。有的同伴拿出一个详尽但又合乎实际的作息时间表，有的同伴提议鼓励学生看几场有价值的电影开学后做一个班内“影展”，有的同伴建议学生化整为零结伴而行来一次有主题的“文化之旅”。

思路一打开，我也生成了一个点子，一个体验式的活动——本周我是家长。具体说来就是让孩子当一周“爸爸”或“妈妈”，安排全家人的日常生活和娱乐，并且掌管这一周的生活开支。每天

中。这种虚无正是一种学习尚未转化成教室生产力的痛苦。读的书再多，作业做的再好，如果课堂和教室没有发生变化这不是最强烈的一种反讽？

很多时候这种反讽正在啃噬着自己的信心，一寸一寸地在疼痛中消失。

渐渐我们明白了一个道理：教室之事，那有如此简单的道理，不是通过短暂的几年阅读就能轻松搞定的事情。无论我们做了什么样的准备该发生的依然会发生，教室依然险象环生，成绩忽上忽下，问题学生依然层出不穷。教育学、心理学和哲学课程的开展并非是堵绝问题的产生，而是在问题产生前后是否有足够铺垫，恰当的处理和持续的跟进。

我常常扪心自问，在时间的投入上与以前相比并不减少，但压力反而更大，与学生的交流往往更能切中要害，引起学生的认同，学生对《电影课程》《论语课程》的开展充满了热情和期待，但在考试课程的学习在大部分人身上依然不见起色。

危机也是一种转折和起点，没有在教室遭遇危机的教室是没有真正沉潜的教师，没有危机就没有真正的成长。所以班主任专业化成长这条路是何等的艰难，又是何等的诱人，我们的抉择就是把这条路变成崎崎岖不平的探险之路，在平淡中坚守，守住理想和信仰。

从早餐开始家人吃什么饭菜水果，喝什么饮料，一天里如何安排，一周里如何搭配，都由孩子拿主意。家里的衣物和其他卫生工作也要由孩子打理清洁，因为平时爸爸妈妈下班回家不也是得做这些吗！另外孩子还要给家人安排一些文化娱乐活动，要考虑父母的喜好，得让他们玩得开心，不能自己喜欢看电影逛公园或游乐场，就一定让父母也陪自己，必需是自己陪父母。另外这些支出和饮食支出一样要由孩子掌握，而且告诫孩子不得超支，负责从本月的零花钱中扣除，或用积攒的压岁钱来充抵。以上种种事情，孩子如果实在不会做的可以向爸爸妈妈请求帮助，但爸妈不可再包办。在筹划这项活动时候，我提醒大家一定做好两件事情，一是激发学生的参与热情，二是与家长沟通取得支持。开学之后要做好三项后续工作，一是家长要对孩子一周的表现做一份鉴定，带给班主任；二是利用班会或活动课让学生在一起交流自己的做法和感想；三是每人写出一份“一周家长总结”，由学生自己编辑结集，设计并打印出来。

活动实施之后，效果出乎意料的好，学生在体验中感受到当父母的辛劳与责任，经营好生活的快乐与付出，还培养了他们理财和规划的意识。家长们也纷纷反馈孩子的变化和进步。应该说，如果没有团队伙伴的启迪，就没有这次班级活动的成功。

团队成立几年后，我们都想在专业发展上再上一个台阶，我自己在班会研究上面也想有一些更深入的突破。两方面的需求一结合，秦望老师和我产生了建设校本“德育资源库”的设想，经过几次沟通，并经过团队成员的专题性的积极研讨，最终我们形成了一个明确的框架。同样，我们很好地贯彻了团队“分工合作”与“共同分享”的作风，经过一个学期的努力建成了一个丰富而实用的资源库。资源库分为德育视频、教育电影、优秀歌曲、每日寄语、智慧故事、励志美文、班会课件、晨会演讲、管理妙招、专家讲座、经典著作、教育案例等十项内容，每项内容都有专人负责整理，所有团队成员共同补充更新。这就为我的班会实践和研究提供了一个海洋般广阔的素材库。所以，我从不担心在班会中无话可说，无资源可用。

另外，结合学校的“德育优质课评选”活动，我们每学年都在团队成员内部开展班会课的观摩和

研讨活动。这对我的最大促进是，我慢慢有意识地从“闭门造车”的班会实践者，向一个一线的班会研究者转变。我开始积极主动地思考班会主题还可以涵盖哪些内容，班会活动还可以创新哪些形式，效果评价还应该注意哪些细节，作课教师还应该提升哪些修养。渐渐地我形成了自己的关于班会的理念，如“班会是师生共同的精神生活”，“班会魅力的起点是积累，班会魅力的灵魂是创新”，“班会不仅要回应学生的显性需要，更应该关注学生隐性需求”，“最宝贵的德育资源是学生和班集体”，“德育就是感染，就是陪伴”等等。

2013年暑假，我的工作单位变更为陕西师范大学附属中学，中途接手一个问题重重的高三文科毕业班。从河南到陕西，从济源到西安，校情迥异，学情不同，但是在我们的8+1工作室中形成的重视德育工作，热衷班会研究的教育风格并未淡漠。我开始尝试在新的环境中探索新的德育方式和班会模式。针对学生综合素质较高，个性特征鲜明，人格更加独立等情况，在班级管理，我更加注重调动学生的积极性，为学生们搭建更大的自我发展的平台。在班会实践中，我更加注重发挥学生的创造力，给学生们提供更多的自我展示的机会。比如每天最后一节课后由班委会成员轮流进行“一日总结”，比如每次语文课前按学号顺序进行“课前分享”（可以是一周歌曲，一段视频，一篇影评，一篇美文，一部专著，一种特长，一次旅行等等），比如班会主题和内容的确定，将班主任根据班级建设和学情分析选定与“班级文化建设委员会”发挥创意选定相结合经过一段时间的实践和调整，我和学生彼此适应，相互认同，师生关系日益亲密融洽，班级氛围也越来越积极阳光。在此期间，我通过电话和工作室的QQ群与8+1的成员保持着密切的联系，每次遇到难题都及时与团队成员分享并研讨，受到大家许多的有益的点拨和充满正能量的激励。所以，我说我人不在河南，但心还在8+1！

现在，我出了班会研究的专著，也经常应邀赴全国各地做相关报告，可是，“8+1”工作室永远是我成长的起点和生长的土壤！这就是我，一个跋涉在班主任工作旅途中的杏坛小兵的自白，这就是我和我的团队永远不会淡忘的初恋。

“8+1”，爱你在心口难开

■ 8+1 工作室 崔振



2005年，一个毛头小伙，带着兴奋，喜悦的心情开始了我的教育生涯。初当班主任的我真是一头雾水，不知从何做起，有一种“大姑娘上轿头一回”的迷惘和无奈。就这样稀里糊涂的开始了我的班主任生涯，没有任何经验，没有老班主任的扶持，只能“比葫芦画瓢”般的实行拿来主义（主要是简单的模仿有经验班主任的做法）。简单的班规，随意的管理，任意的惩罚，糟糕的师生关系。现在想来，哪算是成长的代价。2008年高考取得了狗屎运般的好成绩。但是我明白，那是我靠1000多个日日夜夜围追堵截，严防死守换来的，是靠牺牲休息时间全程监控和跟班换来的，可以说，我扮演的是一个“警察”的角色换来的，是靠自己的青春和激情换来的。靠体力和精力换来的成绩没有一点技术含量。这样的成绩别人信服吗？

2009年，非常荣幸地参加了“8+1”这个优秀的团队。在这个自觉自愿参加的非官方的团队里，我们没有身份差别，只有伴我成长的队友和朋友。我记得，我们是从读魏书生《班主任工作漫谈》开始的，也就是阶梯阅读，随后，苏霍姆林斯基《给教师的一百条建议》。读完第一阶梯的几本书后，我对班主任工作有了一个清晰地认识，并从中学到名师名家的一些常规做法。从班级的班规制定到班级的常规管理都让我受益匪浅，处理问题时也是如鱼得水。于是我渐渐感觉到，做一个班主任不读书，不和名师对话是多么可怕的事情呀！

李镇西说过，不停地阅读，不停地思

考，不停地写作。只有这样才能更好地提升自己。只会阅读，不会总结，也只能是纸上谈兵。一定要将读来的东西内化并融入到自己班级管理中去，在团队的引导和帮助下。一点一点的将学来的东西转化为我的治班理念，并认真加以完善。说心里话，自己真正觉得带好一个班并不是一件难事。此外，由于自己的写作能力有限，也只有断断续续的写一些随笔和生活感悟。虽然，离发表还有距离，但那些拙劣的文字也成为我的一段人生经历。至少，我走出了有不敢写到敢写的一个过程。

在团队中，通过研修，我的视野得到了开阔，精神得到了愉悦，心灵受到了洗涤。一个人的知识面和眼界是有限的，只有我们在谈论中，在案例分析中，头脑风暴式分享，让每一个人都受益匪浅。每一个问题的产生以及解决的办法在我们的知无不言，言无不尽中得到升华。微班会，让我找到了开班会的新的方法，班会的形式多样性也得到扩展，随时随地都是教育的契机。活动是班会的载体，无活动无班会，让我对班会的效果产生了深刻的认识。无效的班会对学生不仅是时间的浪费，而且也剥夺了学生班会能够产生幸福感的港湾。

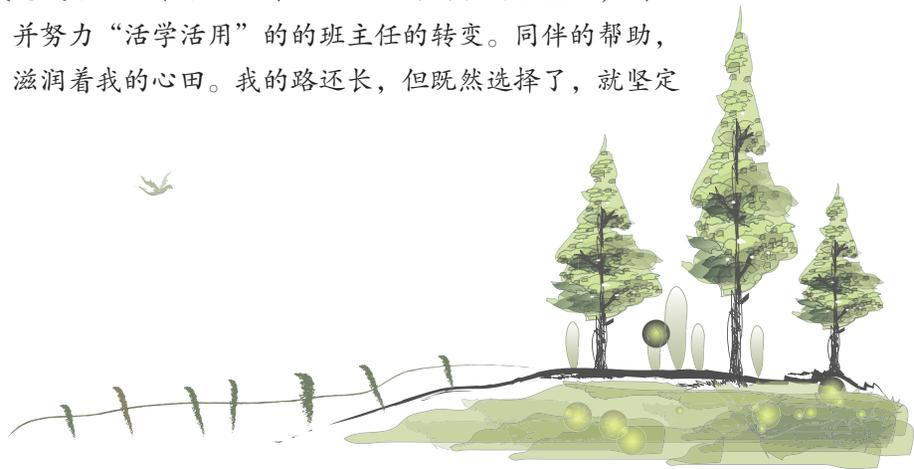
总之，认识您是我一生的幸，由您的陪伴我的人生不再孤单。您是甘露滋润我的饥渴的心田；您是沃土，提供了我开花结果所需的养料；你是服务区的加油站，是我驶向远方的不竭之源。你是一面旗帜，指引着我们走到更远。谢谢您！我的团队，我的家！

又一次翻开那本记录了我心路历程的班主任日志,随手翻阅间,一个“新班主任”逐渐浮现在眼前:冲动焦躁,相信“多用惩罚就能把班管好”,凡事“身先士卒”,习惯于“我说了算”那时的我,会因为窗外看见学生自习课讨论问题而火冒三丈,立马把他“揪”出来狂批;会喋喋不休地给学生灌输“正确理论”,又为“曲高和寡”而独自郁闷难过;会因为学生参与活动不积极而“亲自上场”,为班里拿名次,然后伤心地面对班里学生冷漠的眼神成功之路在何方?我一度陷入了彷徨。

一个偶然的机缘,我从一位好友那里知道,学校里有一个班主任“8+1”团队。团队的理念是:既关注学生的今天,帮助他们在高考中取得优异的成绩;更关注学生的明天,引导他们成为人格健全的人。心力交瘁的我又看到了光明,多次申请之后,我终于幸运地融入了这个团队。

在团队里,我不仅从同伴们那里学到了科学的管班理念、灵活的管班方法,更在他们的引领下,开始了如饥似渴的专业阅读。《班主任工作漫谈》、《李镇西班主任日志》、《光辉岁月》、《教育中的心理效应》、《高考心理辅导》一本本带着墨香的专业书籍走进了我的生活,把我引入了一个崭新的世界,我的班主任工作也一点点地起了变化。我开始“心中有入”——学生在我眼中,不再是“成绩”的符号,而是一个个洋溢着青春激情、鲜活可爱的人。我和同学们交流的时候,话题也由原来单一的“成绩”、“纪律”,延伸到“最近一段时间的心情”、“和老师同学的交往”、“对未来的畅想”在看似“胡侃”中,我丢掉了“班主任的威严”,却走近了学生,赢得了学生的心。我开始尝试“无痕教育”,在“不经意”间,用“讲故事”、“看视频”、“师生共读名著”等方式,积极引导学生在“学习”之外,我们还有更重要的事情——成长。养成良好的学习、生活习惯,培养自己各方面的能力,学会和老师同学友好相处是多么重要。我有意识地着眼于“学生一生的幸福”,有计划地规划班级活动、系列班会;我更学会了依靠学生,把自己从疲惫而专制的“班级管理”中解脱出来,以“平等的首席”的身份,引导学生自我管理,笑看他们的成长

在四年多的时间里,我完成了从一个不知“专业知识”为何物的班主任,到一个能够自觉地读书、思考,并努力“活学活用”的班主任的转变。同伴的帮助,书籍的滋养,如潺潺清泉,滋润着我的心田。我的路还长,但既然选择了,就坚定地走下去。



自从2011年加入团队，掐指算来已经整整4年的时间了，从最初的旁观者到现在的参与者，痴迷者，期间有着较多的感受，感慨、感动和精神的富足。我是一名有着19年班主任经历的老班主任，以前总认为管好班级就是立规矩，抓过程，重落实三步棋。经过团队大家庭的交流，研讨才发现班级管理是一门精美的艺术。尤其是团队领袖秦主任，我喜欢称之为大师，每次研修的自由、动情、妙趣横生、深入浅出不时地消解了问题的坚冰，让我由衷的敬佩。四年来，一次次团队发人深省的事例剖析，令人回味的游戏设计，坦诚的班级管理经验交流，认真严肃的集体班会打磨，使我的思想升华，眼界开阔。

一、团队有明确的研修主题

每次研修都有明确的研修主题，还有学期，学年大的规划，针对性强，任务具体，都是秦老师亲自发短信提醒，因此在研修中大家都及时进入议题，简短，有实效，每位成员畅所欲言，总是言犹未尽。我们的研修内容从处理班内偶发事件，班干部选拔，事务管理，班级活动开展，班主任与家长沟通方式，沟通内容，沟通技巧到寝室管理，男女生交往，亲子教育等，让所有成员都能学会研究学生、掌握沟通策略、善于自我调节，从而学会自觉、灵活地控制自己的情绪，具备良好心理素质，展现自身魅力，增强沟通的能力，从而提高班主任的育人能力，班级管理能力，我参与的8+1确实能培养一支思想素质好、业务水平高，奉献精神强的班主任队伍。成为其中的一员，我骄傲，我自豪。

二、团队有民主的管理机制

团队研修分为周三组和周四组，各有主持人，我属于周四组，两位主持人都很敬业，早早来到研修室等候大家，由于秦老师一直善意的提醒守时是一种美德，再加上团队两个周的期待，参与

欲望是想到强烈的，针对提前规划好的议题大家开展热烈的交流，既有个人发言机会，也有集体总结，最后是反思整理。民主的氛围让大家畅所欲言，言无不尽，谈本班级，本校，本土教育现状到全国媒体反应的教育现象，发现有价值的观点和思考，秦主任会及时布置书面总结，及时上传，8+1研修，确实是一次次很丰富的精神盛宴，也是专业成长的沃土。

三、团队有灵活的研修形式

每次，每学期，每年，团队的研修都是根据需要，从实际出发，有着灵活的研修形式，假期秦老师提出了个人理论研读，即倡导团队成员研读几本书，增强成员理论水平，培养敏锐的洞察力，看问题有理论高度。实践中发现并提出的问题，团队采用问题讨论式：组织讨论，各抒己见，展开辩论，其目的是在思想交锋中碰撞出新思维的火花，从而取得更高层次的共识，激发群体智慧。这种从身边发现问题，以问题的解决为目标带动管理，效果较为明显。

团队还会定期推出专题讲座式：让本团成员讲个人研究成果，像魏俊起《用营销理念做班会》，王磊的励志教育等教育思想的统一和转变。最近秦主任又推出了课题研究：倡导运用大小主题的形式，就某一课题，进行全年的班会课安排，微班会研究：利用一小段时间就小问题进行及时有效的解决。

其他还有案例评比、行为跟进等等。正是这些灵活的研修方式为团队成员解疑释惑，为班级管理排忧解难，为学校德育工作提供理论基础。

总之，我在团队四年的感悟是团队研修点燃着我的热情，激励着我更优质的工作，团队研修升华着我的教育思想，常怀感激之心用健康地心态更好的为学生服务着。



我只想逼自己

■ 8+1 工作室 王成波

我一直认为自己是一个极其普通的人，上学时脑子慢，学习总是落在后面，工作后，当了班主任，工作不得法，班级工作总是落在后面，我深知自己接受能力差，所以，我总是对工作报以极大的热情，也经常读一些班级管理方面的书，只是粗读，也没有和任何人进行研究、探讨，几年之后，班级管理能力没有太多的长进。

大概在工作九年之后，一直处于“懵懂”和“郁闷”之中的我，在秦望主任诚恳的邀请下，我加入了学校的班主任研修团队——“8+1”工作室。其实，我加入这个“团队”的最初的目的很简单，我不奢望自己能有多大的进步和提高，不奢望自己能发表文章、著书立说，更不奢望自己能够成名成家，我只是希望通过“团队”的力量来逼迫自己进行系统的学习和研讨，让自己更加具有“内涵”，说白了，我只想借用团队的力量逼自己“进步”。我是一个极守规矩的人，“团队”的各种学习、读书、研讨、写作等各种任务就是规矩，我会努力完成每一项任务，从不落下每一次研讨学习的机会，我知道这个过程就是逼自己进步的过程。

团队的阶梯阅读项目使我受

益匪浅，团队主持人秦主任为我们开列了十本基本阅读书目，记得研修魏书生老师的《班主任工作漫谈》这本书使我大开眼界。虽然以前也读过一遍，但浅尝辄止，觉得这本书所讲的很多方法在我们这一时代已经不适用了。研读则不同，团队先给我们设计了100问，让我们带着问题去读，读完先写1000字的读书感悟，然后我们进行第一次研修，研修时团队成员各抒己见。我说，魏老师的“科学”在我的班里不好用。杨兵认为，“科学”是建立在教育学、心理学、管理学和脑科学的深入研究之上的。邬老师认为，一个班级的好坏不仅取决于你的科学原则，更取决于科学原则背后事无巨细的落实和规划。经过激烈的讨论，大家梳理出我们要学习的魏老师的理念和方法：他的价值观念——学习、工作、尽责、助人是享受，是最高的价值；他的根本原则——“坚信每位学生的心灵深处都有你的助手，你也是每位学生的助手”；他自己的育人目标——辩证地分析自己、尊重别人。对别人负责任。尊重集体、国家，对集体、国家负责任。充满自信心。意志坚强。胸怀开阔。对社会、对世界的问题有较广泛的兴趣。能做实事，

有潜心实干的精神；他的两点坚守——民主和科学。具体的方法技巧：三个运转系统——计划、监督检查、总结反馈系统；给学生写一日寄语；控制“三闲”；学生自我管理的时空顺序班规。这些都是非常值得我们学习并在自己的班级管理中加以运用的。

我本以为学的已经很深入了，不料，这轮学习过后，团队又给我们发了一本自编的拓展文集，其中包括魏书生文选篇、学习魏书生篇，甚至还包括批判魏书生篇——选读了蔡朝阳的《魏书生：技术主义和权威人格的末路》许锡良的《我为什么要批判魏书生？》刘铁芳的《魏书生：一个听话者的教育技术》和《何谓班级民主管理》等，读后我们进行了第二次研讨，这次研讨思想碰撞更加激烈，原来我们的认知停留在对魏老师的敬仰和理念方法学习阶段，缺少进一步追问，这种学习很容易迷失自我。

大多数伙伴认为，他们批判的没有道理。

杨老师认为，虽然几位“批判者”关于技术主义和对学生个人价值的观照的说法有一定道理，但思想者关注的是对不对，而实践者关注的是行不行得通。

秦老师认为，有人批判魏老

师对民主理解的“肤浅”，能实施的“肤浅”未尝不是一种深刻，无法落实的高深未尝不是一种肤浅。魏老师的民主已经是初级民主形式，这与我国民主进程是符合的，当一个班级在科学管理之下已经走上正轨，班主任则可以尝试高级民主形式，在这个过程中班主任要注意对学生的民主启蒙与民主训练，这需要班主任对民主有更深入的理解。

这次研讨使我们从单纯的学习魏老师走向了对个人自由与民主管理的更深层思考。

阅读和研讨是团队的常态化工作。

不断的研讨和阅读，使我现在管理班级的心态有了很大转变，在高中教育极其残酷的环境中，我不再是一个整天只把成绩挂在嘴边的急功近利的班主任，我更注重对学生的成长、成人教育；我的班级管理方式有了一定的转变，在班级自主化管理方面迈出了重要的步伐；我每天面对层出不穷的新问题，学会了思考和研究，而不是一味的发牢骚而我的班级也在悄悄的变化。

感谢我们的团队，感谢团队伙伴的帮助和容忍，容忍我没有为团队做出突出的贡献，却试图从团队成员那里索取很多——虽然我没有作出任何成就来感谢你们，但是至少有了你们的陪伴和监督，我比以前多读了很多书，写了很多读书心得，更从伙伴们那里学到来很多方法、理念，而自己的思想也在一点点丰富起来，在秦望主任以及伙伴们的启发下，我也找到了自己研究的方向，我和伙伴们也即将踏上新的征程。

在摇摆中坚持

■ 8+1 工作室 侯志强

对于团队而言，我只是一个无名小卒。发着言，偷着懒，读着书，少有写作，却从不缺席。行为的矛盾反映出内心的冲突，对于团队的研修欲拒还迎。

一开始本来不是这样的。

记得是2009年，我刚进入济源一中，因为班级成绩欠佳而特意做了个班会《搁浅还是扬帆？》，误打误撞到学校德育论坛，懵懵懂懂地在全校班主任面前做了场汇报，没隔几天秦老师就来找我，要吸收我进“8+1”团队。“8+1”团队？那可是济源一中班主任团队里顶级一样的存在啊！我乐颠颠地接受了邀请，成为团队第二批发展对象中的一员。从此以后，每周三或周四，风雨无阻，潜心朝圣。

那一段时间是我进步最快的时候：手中有一班学生亲自实践，心里有一颗赤心一往无前；面前有同事领导殷殷期盼，背后有研修伙伴周周畅谈。那段期间，我读书最多，除了老秦（伙伴们对秦望老师的昵称）要求的基本著作如《班主任工作漫谈》、《做一个专业的班主任》、《做最好的班主任》、《中小学班级管理》、《高考心理辅导》之外，我还根据老秦的推荐阅读了《致青年教师》、《心灵写诗》、《第56号教室的奇迹1.2》、《班主任兵法1.2.3》、《做个智慧型的班主任》等书籍；此外，为了拓展视野，我还在历史、管理、心

理方面进行了广泛阅读。现在回想起来，那真是段充实的时光啊！

然而情况并非如此，比如现在。我再一次陷入了职业倦怠。可能是连年带高三的原因，也可能由于我的人生定位一直摇而不定。我开始厌倦频繁的会议、日复一日的批改、早出晚归的纠结，甚至患上了严重的拖延症，越是重要的、常规的事务越不想做，反而对一些看似宏大但却对工作没有直接关系的任务情有独衷，后者更加剧了我拖延的恶习。比如最近老秦给我们安排任务，我明知该做却不愿面对，把全部精力投入到了对英语词汇、高考阅读和英语写作的收集与编纂中去，虽然后者看似意义重大，但其实远水解不了近渴，收效甚微。我意识到了自己糟糕的状态并为此深感恐慌，但却深陷其中而无法自拔。唉，真是令人绝望啊！

然而我总是坚持参加团队的研修，因为每次研修者让我看到了伙伴们求知的愿望和不懈的努力，从而让自己在羞愧中坚持阅读和学习。以老秦为首，他总是在每一次研修中迸发新的创意和想法，然后把想法揉进新的研修中去，并孜孜不倦地敦促敦促再敦促。感谢老秦，没有他的敦促，我早就掉队掉得戴上望远镜都看不到我的影子了。还有杨兵师兄和王晓琳大姐，是你们用低调但却持续的努力所取得的成就引领

当一名老师是我儿时的梦想，大学毕业我如愿以偿的走上了教师的岗位。为了能离学生更近一些，为了更快的实现我的理想，在申请了多次以后，我毅然走上了班主任的工作岗位。河南高中教育，是应试教育的重灾区，没有了应试成绩，很难立足，为了干出成绩，我凭着年轻人特有的激情和活力，严防死守，从早到晚跟班，从生活到学习，从课内到课外，甚至晚上查寝我都参加，这种无缝对接的管理方式，使学生没有可趁之机，学生们也非常配合，班级成绩自然名列前茅。年级学校领导也大会小会表扬我，渐渐的，这种管理方式就作为一种经验被保留下来，贯穿在我工作的方方面面。

然而好景不长，第一届学生进入高三后，我的管理遇到了极大挑战，原本风平浪静的教室开始不断掀起波澜。为了“镇压”一次又一次违纪事件，我不断加大处罚的力度，扩大处罚的范围，学生们却没有像之前退缩，违纪次数，人数不断攀高，师生关系也频亮起红灯，学生们抱怨我的管理使他们压抑，窒息，而我觉得学生纯粹在找茬，高三了却不

幸福因为成长

■ 8+1 工作室 侯小锋

懂事，没有感恩意识，双方陷入了对峙局面，最后高考成绩也在起伏不定中定格为班级成立来的历史最差。

高考成绩揭晓后，我痛定思痛，全面反思自己，回想经历过的一幕一幕，发现了很多问题。重新平静下来的我，意识到自己需要提高，需要学习。我把目光转向了济源一中 8+1 工作室。这是一个由经验丰富、理想远大的班主任的组成的研修共同体，他们全部是我们学校老师，进行的也是校本研修，在那里和他们的学习不正可以提高自己吗？

加入“8+1”工作室，我才体会到那里是一个精彩纷呈的世界。在那里我和年轻班主任分享教训，也向经验丰富的班主任学习经验。

2011年，我的第二届学生步入高三。在师生全力以赴备考时，

班级出现了一些“另类”的学生，他（她）们的生活学习方式和集体格格不入，难道噩梦要重现，经验告诉我他们在一步步离集体远去。能不能使他们重回正轨，关乎学生自己，也关乎班级走向。这一次我没有抱怨，没有慌乱，也没有贸然出击，我告诉自己要冷静再冷静，用专业研究的态度来解决问题。我仔细观察，思考，并且把这些同学的周记，家庭背景，和他们的谈话一一搜集来记录下，然后从中间选择了一名最典型的女生，以她为原型，写成了将近 5000 字的案例，案例中描述了这名女生几次和任课老师地冲突，以及和我交锋的前因后果。每周的周三和周四工作室研修的时间，那一次的研修我把案例提供给工作室的伙伴们，大家在反复阅读过之后，认为这个案例特别符合高三特殊时期的学生心理，有很强的代表性，值得深入研究，也具备推广价值。

工作室的伙伴们设身处地为我建言献策，新班主任们建议我放下老师地架子，和她平等交流，听一听她的心声，充分考虑她的感受；老班们建议我应该用一颗包容的心来对待这个特殊时期掉

着我磕磕绊绊地前行；感谢宗炯，你的执着、认真和专业让我一次次汗颜到不敢放弃；还有德红，我的好伙计，你的认真和谦逊让我浮躁的心不至于飘飞到危险的境地。是你们，我的伙伴们，让我攥紧信念的船桨，在风雨迷茫的人生海面上摇摆前行。

所以这一次，尽管仍抗拒（尽

管不知道为什么而抗拒），我决定做出改变。先从完成老秦的任务做起，找回自己的状态，然后回归。

后记

几点小想法供大家探讨：

一、我们的研修框架搭建得全面系统，但事情似乎得一件一件做，做完一件下一件，不然总

会觉得凌乱；

二、顶层设计很有必要，像我党那样全员有效的沟通也很有必要，以便于大家深刻理解执行；

三、临时集会不可避免，但最好尽可能地提前个一两天通知，伙伴们就可以提前调整安排了。

2014年《班主任之友》第三期我第一次投稿“案例评析”《教育者的眼光决定了教育的广度》被录用。这是对我多年来在“8+1”工作室坚持班主任专业化发展的一个肯定，也是我走向班主任专业化发展的一个转折点。

2007年末，我加入了学校的草根班主任研修团队——“8+1”工作室，那时还不叫“8+1”，仅仅是我们学校以秦望老师为核心的3位老师自发组织的草根小型团队，由于我是第一次带班主任，为了更好的适应班主任角色，我加入了“8+1”工作室。作为刚带班主任的新老师，在团队的带领下，参加团队组织的阶梯阅读、研修讨论、案例分析等活动。当我们快速的融入班主任这个角色以后，我为自己确定的方向为教育案例分析。

起步总是那么的艰苦，先让自己静下心来读书。在团队基础研究和专业阶梯圆度的要求下，坚持让自己跟着团队走，逐渐完成了10余本班主任入门级书目，并且

根据自己的研究方向，主要选取了心理学书籍和与案例研究有关的书目作为我的阶梯阅读的主要书目。爱好和专业是完全不同的，我爱好心理学，可是当我想走近心理学，理解心理学的时候，觉得难度是非常大的。荣格的书让我觉得就是天书，但是还是坚持一遍一遍的去读，每次理解一点点，到目前为止，囫圇吞枣是将这套书读了几遍，水平也只能算停留在初级阶段。专业阅读最大的好处就是能够让我在教育教学中找到理论的支撑，使我在班主任工作中多了一些从容和理性。也能够将自己的一点点想法拿来和同事分享。在团队内我征集案例，并在团队内做了两个案例分析的讲座，在学校一年一度的班主任论坛上也做了《这样的学生怎样管？》案例分析。也正是同事们的帮助，才能让我对班主任多了一份理解。

感谢团队8年对我的帮助，感谢所有帮助我的人。我将坚定的朝着自己的理想努力。

队的可怜（他们认为这个学生不断顶撞老师，根源在于自己的掉队，其实这个学生内心也很痛苦）的学生；秦老师把我的案例发给李镇西老师，李老师他这样告诉我：假如是我，我不会和她不停的谈学习，我会从她喜欢阅读的兴趣出发，和她聊天，不断把她的思路带到更加广阔的世界里，把她从痛苦的深渊解救出来，师生关系改善了，心态平和了，问题自然就好解决了伙伴们的建议，经验，专家的忠告，使我豁然开朗，我综合考虑了一下，调整思路，没有像之前一样不断找这名

女同学谈话，施压，转而容许她在班规范围之内按照自己的方式生活，学习，当她不断进步时在班级公开表扬；当她偶然违纪时，把她作为一名平常的事情不上纲上线批评她，我后退一步，给师生关系留出一点空间，学生们不压抑了，我也没有那么累了。之后，一切顺利多了，我用心对待每个学生，高考中这名女生和班级成绩都出奇的好。

这件事给我的带来巨大震撼和深入的思考，我彻底反思之前的管理方式，伙伴们的思路给我很大启发，我不断尝试新的班级

管理模式，逐渐告别了严防死守，拼精力体力的苦行僧式的管理方式，开始调动班级学生参与班级管理的积极性，调控班级管理的科学性，摸索班级管理自主化新途径。

如今的我，间或能够从琐碎冗繁的班级事务里面抽身出来，积极践行工作室的十大行动，而不断的阅读，不断思考，不断实践，不断写作这种发展模式又给我源源不断的提供了灵感，我重新感受到了儿时梦想的做班主任的快乐和职业尊严。

一、“8+1”团队成员介绍

秦望

男，一线实战派班主任，1995年参加工作，曾在内蒙古、山东、天津、河南等地农村、城市；公立、民办学校教过小学、初中、高中；带过普通班，后进生班，重点班。现任河南省济源市第一中学教科室主任、班主任。

曾获河南省教育系统优秀教师、河南省教育专家，河南省历史优质课大赛一等奖、河南省“十佳”班主任等行政荣誉。教育专著《光辉岁月》由教育科学出版社出版，入选《中国教育报》2011年影响教师的100本书，参编《魅力班会课》《德育主任新方略》《全国知名青年班主任谈专业成长》等专著8部。荣登《河南教育》、《班主任之友》、《班主任》杂志封面人物。《人民日报》、《中国教育报》、《河南教育》、《教育时报》、《班主任之友》、《班主任》《新班主任》等报刊对他领衔的校本班主任团队——“8+1”工作室做过大篇幅报道。赴全国各地讲学300余场。以“情理交融，睿智幽默，案例鲜活，广接地气”的讲座风格而受到热烈欢迎。

王晓琳

女，国家二级心理咨询师，新教育网络师范学院电影课程资深讲师，长江班主任研究中心特约研究员。即将出版阶梯电影课程专著。

杨兵

男，“全国首届优秀青年班主任”、“陕西师范大学兼职讲师”。《班主任》封面人物。现任职陕西师大附中初中部，多年从事班会的创新与实践研究，逐渐形成了自己的特色和风格——“魅力”，并总结出“八大班会主题”“五种班会形式”和“十二种班会技巧”，2010年出版专著《魅力班会是怎样炼成的》，加印多次，成为全国班主任培训的理想教材。

王磊

男，“8+1”工作室骨干成员，《班主任之友》杂志2012年9月刊封面人物。获河南省优质课大赛一等奖，河南省师德演讲比赛一等奖，河南省物理

竞赛优秀辅导员。曾创造河南2012年高考一个班五人考入清华大学的高考奇迹。主要研究方向：励志教育。长于班会公开课。报告：《带着学生去追梦》（励志教育，2-3小时）。

魏俊起

男，“8+1”工作室骨干成员，2005年进入济源一中工作，2007年加入8+1工作室，曾进行过一个人带两个班班主任的实验，取得良好效果。曾在全国大型班主任会上作班会课和班会主题报告多场。研究方向：班会课；主报告：《用事件营销的理念做班会》。

侯小锋

男，2004年8月毕业于陕西师范大学教育技术学系。2010年加入“8+1”工作室，2011年6月高考取得文科班第三名的优异成绩。目前共有2篇文章发表。《抓住时机给予问题学生展示自我的平台》一文发表在张万祥主编《这样做，教师更幸福》一书第四辑；《用照片记录奋斗的身影》一文发表在《济源教育》。

参加工作十年来，先后被评为济源市优秀班主任1次，市文明教师2次，市五星党员1次，市先进师德个人1次，市单项表彰1次；2009年代表济源市参加河南生技能竞赛获一等奖；2013年参加河南省优质课大赛获一等奖；先后14次被学校评为优秀班主任，7次被评为优秀教育工作者，2次被评为“十大读书人物”，连续4年被聘为学校首席班主任。目前确定的研究方向为班级常规管理。教育理念为：教育之路，漫漫而修远，我愿做那个有心人，用心人，潜心探索者，经营好自己的教育梦想，造就每个学生，成就自己。

刘强

2005年毕业与河南师范大学并当年进入河南省济源一中任教至今。

2007年加入8+1团队，所带毕业班均超额完成任务，最好的文科毕业班全校前三名。

主持济源市个人课题《高中生行为习惯养成的策略研究》，《成功始于目标》被大厦书系出版的《魅力班会课》收录。大厦书系出版的《班主任专业成长：

100个千字妙招》收录《名师引领我专业成长》一文，华东师范大学出版的《班主任幽默施教 100篇千字妙文》收录《小心强哥幽你一默》一文，在《班主任》(09年11月)发表《受气是班干部成长途径》，在《班主任之友》(13年9月)发表过小文《教师节进行拜师大会》，在《教育时报》上发表《进行暑假主题阅读》(13年6月26日)、《用激情传递激情》(13年12月25日)等文章，在《大家教育周刊》(2013年第七期)上发表《教育需要回归静气》，多次在《济源教育》上发表班主任相关文章，数次在《中学生数理化》发表文章。

市优质课一等奖，市教育教学先进个人，市教师专业发展先进个人，市师德先进个人，市骨干教师，济源一中优秀教师，优秀班主任，校十佳文明教师，校读书先进个人。

研究方向：关爱教育，教育叙事

工作理念：用心陪伴，坚持读书

李磊磊

男，毕业于河南师范大学，2009年9月进入济源一中，2013年加入团队。所带班级最好成绩：2013年英才文3班年级第二，加体艺生上线总人数85，年级第一；同时班级学生刘恒被清华大学录取。2012年、2013年荣获济源市高考先进个人；2013年被评为济源市优秀班主任。研究方向：学习方法技巧，记忆力培养在学习过程中的作用及问题学生心理分析；工作理念：静水流深，智者无言，难得糊涂，得与失。

马稳夺

男，1997年曲阜师范大学毕业，2005年由山东菏泽一中调入济源一中，中学英语高级教师。2008年文科补习班班级第一名，2013年理科班二本上线49人，一本上线31人，全校应届班级第三名，2013年、2014年高考英语成绩第一名。先后被评为济源市优秀班主任、优秀德育工作者、河南省教育厅学术技术带头人、河南省教育厅骨干教师培养对象，2011年加入“8+1”团队，工作理念：用爱呵护，用心陪伴。

崔振

男，2005年毕业于哈尔滨师范大学，十年来一

直担任班主任工作，2009年加入“8+1”团队。几年来，通过阶梯阅读和专题阅读，丰富了理论知识，提升了管理水平；通过集体研修，开阔了眼界，夯实了自己的教学基本功。所带4届毕业班高考成绩都名列前茅。先后获得济源市优秀班主任、文明教师、高考先进个人以及校“首席班主任”等荣誉称号。工作理念：做快乐的自己，让学生更快乐！研究方向：激情演讲，舞动精彩人生。

邬宗炯

男，2005年6月毕业于华中师范大学化学教育专业，2005年8月执教于河南省济源第一中学，担任班主任8年。2007年加入“8+1”工作室。所带班级在2011年高考中二本上线58人，总人数69人；2014年高考二本上线46人，总人数59人。《教育者的眼光决定了教育的广度》发表于《班主任之友·中学版》2014年第三期，在《济源教育》上发表两篇《班主任如何用科学的评价方法促进班集体发展》和《浅谈我的高三班级管理》。

工作至今，受到市教育局高考单项表彰、市级优秀班主任表彰各一次，先后获得市级优质课一等奖一次、市级观摩课1次、国家级微课一等奖一次、省级化学奥赛优秀辅导奖二次，并评为市级优秀辅导教师三次、高考功臣教师一次、校级优秀班主任十次、校级优秀教师十次，多次获得校级最富责任心教师和创新课堂教学模式先进个人。主要研究方向：积极心理学和教育案例分析；工作理念：内存爱，外显笑！

侯志强

男，2009年毕业于河南省信阳师范学院外国语学院，任教以来，一直担任济源一中班主任工作。2012年送走首届毕业后留在高三或高补任教至今。多次获得校级优秀班主任、市级优秀班主任和市级优秀个人、最负责心的教师等称号。所做的班会课多次参加市级比赛并获得表彰，班会《规划人生，从眼下做起》在第二届全国班会论坛中做课，获得了如许老师的好评。

黄磊

男，2006年毕业于安阳师范学院，2008年进入

济源一中并从事班主任与英语教学工作，2011年加入“8+1”团队。先后被评为济源市高考先进个人，济源市师德先进个人。2011年所带班级被评为河南省文明班集体。在济源市德育优质课大赛中所做的班会课《人生的大树》荣获特等奖，在济源市英语优质课大赛中荣获一等奖第一名，在全省第七届中小学青年教师技能大赛中荣获一等奖第一名。德育论文《跟曾国藩学班级管理》2013年6月19日被《教育时报》刊发。

贾大勇

男，毕业于河南大学，2005年进入济源一中，2010年加入“8+1”团队。所带的普通班0829班，高考成绩为年级第五名；补习班理八班，高考年级第一名。曾荣获市级优秀班主任、市级优秀教师。研究方向：班会课；工作理念：向工作寻找快乐。

陈德红

男，2005年毕业于武汉大学，同年7月进入济源一中工作。有志于教学研究和班级管理研究，加入“8+1”班主任研修团队迄今已四年有余。

刻苦工作之余坚持写作，迄今为止，发表的作品主要有：《透视高考满分作文中的“名人热”》（2009年5月，《语文学报》第44期）；《谈谈语文教学中的“截拳道”》（2011年7月，《升学指导报》第202期）；《庆幸》（2011年8月，《教育时报》3164期）；《初夏游青天河》（2010年5月，《济源日报》）；《提升班主任工作能力》（2014年5月，《班主任之友》第429期）；《潺潺清泉入我心》（2012年10月，入选《班主任专业成长的100个千字妙招》，张万祥主编）；《做好“读写悟”，打造精品作文》（2013年5月，《济源教育》第3期）；《用激情和睿智点燃教育的星空》（2013年9月，《济源教育》第5期）。

入职以来，工作成效显著，先后多次荣获省市、校级荣誉：2006年9月、2009年9月、2014年2月均被评为济源一中“优秀教师”；2010年6月被河南省招办评为“高考优秀评卷教师”；2012年6月被市妇联评为济源市“十佳书香家庭”；2013年元月被评为济源一中“十大读书人物”；2013年7月被市教研室评为“中招优秀评卷教师”，同年10月被市教育局评为“文明教师”；2014年5月被市教

育局评为“济源市骨干教师”。主要研究方向：教育叙事；工作理念：勤奋、踏实，把工作做在细处，做在前面。

王红卫

男，东北师大研究生学历，2012年调入一中并加入“8+1”团队。2014年所带1235班被推荐为“河南省文明班级”。研究方向：高中学生生涯教育；工作理念：坚持常人不能坚持的坚持，付出常人不能付出的付出。

王成波

男，2001年毕业于河南师范大学化学教育专业，2005年8月调入济源一中，2010年加入“8+1”工作室，担任班主任工作13年，2015年即将送走第8届毕业班，曾获得“济源市优秀班主任”、“济源市德育工作先进个人”、“济源市教育教学先进人”等荣誉称号。

工作中以“稳重不刻板，激进不张扬，自信不自大，正直不固执，勤奋不劳累，仁慈不溺爱，个性不偏激，严格不严酷，淡然不消极，放手不放纵”为工作理念，把“无悔教育”贯穿整个高中学习，把“成功教育”贯穿日常每件事情，把“自我教育”贯穿生活每个环节，把“学法指导”贯穿学习每个细节，把“做人教育”贯穿整个管理过程，为学生一生的幸福着想。目前，针对“媒体与班主任工作的有效融合”这一主题有深入研究，旨在探寻“新媒体时代”如何将各种媒体与班主任工作相结合，形成有效的学校、家庭、社会等多方参与的育人体系。

王怀玉

女，深圳市南山区第二实验学校（原“中央教科所南山附属学校”）小学语文教师、班主任，华南师范大学《中小学德育》品牌工作室讲师团成员，广东省中小学名班主任工作室成员，深圳市优秀班主任（2009年9月），深圳市优秀中队辅导员（2001年6月），2014年9月被南山区教育局聘为南山区兼职德育教研员。曾获省教书育人先进个人、省课改先进个人，市教育科研学术带头人、市三八红旗手标兵、市语文学科带头人等称号。2014年7月加入“8+1”工作室。

从教二十二年，有十七年的班主任工作经历和五年的学校科研管理经历。多次参与并主持国家、省市级重点课题研究。2005年通过绿色通道调入深圳南山区第二实验学校（原名中央教科所南山附属学校）后，结合个人主持的广东省“十一五”规划课题——《小学生底线伦理规训与个人品德养成的关系研究》课题（2007—2011）研究，探索出了一套主题德育活动课程，创造了家校沟通品牌课程“家长智慧课堂”系列，形成了“四尊”式（即“尊重自己、尊重他人、尊重外物、尊重规则”四个维度）班级文化模式，围绕“四尊”形成了一套班会系列（详见著作《小学班级特色活动设计与指导》）。

已出版个人专著三本《小学班级特色活动设计与指导》《班级管理新探》《小学家校沟通的艺术》，在《班主任之友》《教育科学研究》《中小学德育》等各级报刊杂志上发表学术文章30余篇。在北京、广州、深圳、汕头、湖南长沙、江西上饶、内蒙巴彦淖尔、陕西西安、广西南宁等地的全国班主任培训会以及各地教育局主办的骨干班主任培训会做讲座百余场，深得好评。

更多操作实践详见其新浪博客（流水无波）近千篇百万字博文：

<http://blog.sina.com.cn/u/1375010133>

二、8+1 工作室 班主任阶梯阅读 推荐书目

■ 8+1 工作室 秦望

第一阶梯：基本著作

1. 《班主任工作漫谈》魏书生
2. 《班主任工作十讲》陈宇
3. 《一个学期打造优秀班集体》钟杰
4. 《中小学班级常规管理》田恒平
5. 《做一个专业的班主任》王晓春
6. 《爱心与教育》李镇西
7. 《做最好的班主任》李镇西
8. 《第56号教室的奇迹》雷夫
9. 《震撼教育36计》万玮
10. 《致青年班主任》张万祥

第二阶梯：主题阅读

1. 主题班会

- 《魅力班会课》（丁如许）
 《打造魅力班会课》（丁如许）
 《班会课100问》（丁如许）
 《小学主题班会36课》（丁如许）
 《初中主题班会36课》（丁如许）
 《高中主题班会28课》（待出；丁如许）
 《魅力班会是怎样炼成的》（杨兵）
 《让品格同青春一起成长——常态班会课》（孙晓晖）
 《素材型班会课》（王加文）
 《小活动 大德育——活动体验型班会课》（李季、贾高见等）
 《当代中(小)学生最需要的主题班会》（冯卫东）
 《主题班会设计技巧与优秀案例》（小、初、高各一；郑学志）
 《衡水中学主题班会设计》（张文茂主编）
 《中职主题班会设计技巧与优秀案例》（李迪）
 《有效主题班会八讲》（迟希新）
 《班会课的设计与实施》（齐学红）
 《主题班会活动设计德育卷》（梁明月）

《主题班会活动设计初中心理健康教育卷》(方双虎)

《主题班会活动设计》(安全、心理、能力、法规、道德卷各一本)

《班主任心育活动设计36例》(小学1-3年级卷,小学4-6年级卷,初中卷,高中卷,钟志农)

《探寻学生心灵成长“路线图”》(钟志农)

《心理辅导活动课操作实务》(钟志农)

《班级团体心理辅导主题方案》(小学、初中、高中;司家栋等)

《班级团体心理辅导课程主题方案》

《班级团体心理辅导课程操作实务》(司家栋等)

《团体心理游戏实用解析》(田国秀)

2. 沟通艺术

《师生沟通的艺术》(屠荣生)

《老师怎样跟学生说话》(吉诺特)

《教师怎样说话才有效》(李进成)

《优秀班主任都是沟通高手》(齐学红)

《教师如何与学生沟通》(弗雷尔)

《教师如何与学生沟通》(姜荣奎)

《沟通的艺术》(卡耐基)

《班主任如何说话》(赵坡)

《名师最有效的沟通艺术》(李燕)

《非暴力沟通》(马歇尔·卢森堡)

《高效演讲——斯坦福最受欢迎的沟通课》(彼得·迈尔斯;尚恩·尼克斯)

《沟通的艺术》(罗纳德·阿德勒)

《论对话》(戴维伯姆)

《把话说到心窝里》(刘墉)

3. 情商教育

《情商》、《情商2》、《情商3》、《情商4》(套装,共4册【美】丹尼尔·戈尔曼)

《培养高情商的孩子》(约翰·戈特曼)

《一本书读懂情商》(梁革兵)

《中小学生情商培养活动实例》(美,莱沃茨)

《每天一节哈佛情商课》(官念)

《情商15课:人生早晚都要补的课》(曾莉)

《情商培养与训练:65种活动提高你的情商》(休

斯,特勒尔著,赵雪,赵嘉星译)

《情商成就未来:有感于中小学生的启蒙教育》(陈兴观)

《杨红樱儿童情商教育绘本系列》(全套5册)

《如何培养孩子的社会能力》(默娜·B·舒尔)

《为了孩子一生的幸福和成功》(琳达·艾尔等)

《爱的教育》(意,亚米契斯)

4. 生涯教育

《我的第一套职业体验书》(布茨科)

《中学生职业规划》(吴志兰)

《高中生职业生涯规划八讲》(熊丙奇)

《你在为谁读书》系列(尚阳余闲)

《人生设计在童年》(高燕定)

《中学生职业生涯规划教学设计》(张纪元)

《色眼识人》(乐嘉)

《九型人格》

《性格成功密码》

《读大学,究竟读什么》《求职,从大一开始》(覃彪喜)

《图穷对话录》(徐小平)

《择业要趁早》(列文)

《职业的选择——成功规划你的人生》(黛安娜·萨克尼克)

《行业规划决定志愿填报》(陈麒)

《高考填报志愿——挑选国家级特色专业》系列(许迎春)

《拆掉思维里的墙》《你的生命有什么可能》(古典)

《十天谋定好前途》(洪向阳)

《我的生涯手册》(吴芝仪)

《你的船你的海》(程社明)

徐小平、古典、王伯庆、洪傲、吕迎春、吴志兰的博客

5. 随笔叙事

《李镇西班级管理日志》(李镇西)

《治班有道》(钟杰)

《薛瑞萍班级日志》(小学六卷本;薛瑞萍)

《怀揣着希望上路》(陈晓华)

《光辉岁月——我与个性一班的高三之旅》(秦

望)

- 《班主任叙事——讲述你的教育故事》(韩东才)
《叙事教育学》(刘良华)
《声音与经验:教育叙事探究》(丁钢)
《倪焕之》(叶圣陶)
《妞妞:一个父亲的札记》(周国平)
《人生的枷锁》(小说,毛姆)
《致青年教师》《不跪着教书》《前方是什么》

(吴非)

- 《肖川教育随笔》(肖川)
《新教育之梦》《新教育》《新教育年度主报告》

(朱永新)

- 《不做教书匠》(管建刚)
《给教师的100条新建议》(郑杰)
《教有所思》(李镇西)
《做一个幸福的教师》(陶继新)
《给教育一点形上的关怀》(刘铁芳)
《我的教师梦——钱理群教育讲演录》(钱理群)
《不做庸师》(常作印)
《教育常识》《重建教师的精神宇宙》(李政涛)
《班主任如何思考》《班主任如何行动》(赵坡)
《教师的20项修炼》(郭元祥)
《优秀教师的九堂必修课》(高万祥)

6. 组织管理

- 《张瑞敏如是说》
《德胜管理》(温德诚)
《德胜员工守则》(周志友)
《参与感》(黎万强)
《马云内部讲话》(三卷本)
《任正非内部讲话》(曲智)
《海底捞内部讲话》(李文沐)
《冯仑内部讲话》(臧宪柱)
《任志强内部讲话》
《向毛泽东学管理》(李凯城)
《中国式管理》(曾仕强)
《从历史看组织》(许倬云)
《从历史看管理》(许倬云)
《华为带队伍》(孙科柳)
《从优秀到卓越》
《基业长青》(吉姆·柯林斯)

《管理的实践》(德鲁克)

《第五项修炼——学习型组织的艺术与实务》
(彼得·圣吉)

《第五项修炼——创建学习型组织的战略与方
法》

- 《西方管理思想史》(离成纲)
《挺立在孤独失败与屈辱的废墟上》(俞敏洪)
《阿里巴巴管理模式》(张佳乐)
《专业主义》(大前研一)
《经营沉思录》(松下幸之助)

7. 励志成功

- 《正能量》(理查德·怀斯曼)
《刘京海与成功教育》(刘京海)
《成功素质教育》五卷本(陈锋)
《做一个励志型的班主任》(黎志新)
《成功学全书》(拿破仑·希尔)
《人性的优点》《人性的弱点》(卡耐基)
《世界上最伟大的推销员》(奥格·曼狄诺)
《富兰克林自传》(富兰克林)
《成功一定有方法》(易发久)
《10只魔戒的力量》
《大成成功学》(王小平)
《没有任何借口》(凯普)
《为你自己工作》(袁文龙)
《道可道,非常道》《名可名,非常名》(管斌全)
《我疯狂我成功》(李阳)
《细节决定成败》(汪中求)
《不报怨的世界》(威尔·鲍温)
《恰同学少年》(黄晖)

8. 家校合作

- 《小学家校沟通的艺术》(王怀玉)
《各就各位准备飞》(郭明晓)
《改变,从习惯开始》
小学低年级段的家校信(顾舟群,常丽华)
《与学生家长过招》(郑学志)
《家校合作导论》(黄清河)
《班主任的家校沟通》(齐学红)
《家校合作》(马忠虎)
《家校合作教育研究》(张坤霞)

《家校合作：理论、经验与行动》（吴重涵）

《做幸福的班主任》（王三阳、申淑敏）

第五章 与家长手拉手

9. 习惯养成

《一生有用的十二个好习惯》

（“每月一事”操作手册 新教育实验总课程组）

《杰出青少年的七个习惯》（肖恩·柯维）

《优秀是教出来的》（克拉克）

《希望教室》（苏明进）

《管一辈子的教育》（林格）

10. 学法指导

《培养孩子认真学习的能力》（唐曾磊）

《好学生 好学法》（魏书生）

《学习哪有那么难》（王金战）

《王极盛高分学习法》（王极盛）

《学习改变命运》（李小鹏）

《通向大学之路》（高皓）

《最有效的学习方法》（尚阳）

《清华北大不是梦》

11. 游戏活动

《积极心理学团体活动课操作指南》

（阳志平等）

《心理辅导活动课操作实务》（钟志农）

《团体心理游戏实用解析》（田国秀）

《班级活动设计与组织实施》（王一军 李伟平
主编）

12. 文化建设

《做一个智慧型的班主任》（黎志新）

《神奇的教育场》（李善德）

《打造高中卓越班级的42个策略》（覃丽兰）

《好班规打造好班级》（赵凯）

《华为的企业文化》（陈广、赵海涛）

13. 课程开发

《新教育的一年级》12册。小学生、父母、教师共读的综合项目书。（童喜喜）

《24节气诵读古诗词——“在农历的天空下”

课程实录》（小学；常丽华）

《新教育小学英语晨诵》8册。小学3至6年级英语晨诵教材。海门新教育研究中收编著

《勇气，在课程中绽放》（小学；侯长缨）

《小学学校仪式设计20例》新教育小学与班级的常见仪式设计（牛心红主编）

《中学学校仪式设计16例》新教育中学与班级的常见仪式设计（张硕果）

《第56号教室的奇迹》（小学；雷夫）

《移动的学校》（李崇建）

《教室里的电影院》（夏昆）

《阶梯电影课程》（待出版；小、初、高；王晓琳）

14. 问题生转化

《问题学生诊疗手册》（王晓春）

《班主任兵法》（万玮）

《教育西游记》（钟杰）

《遭遇学困生——学困生的教育与转化技巧》
（吴樱花）

《班主任如何带好差班》（赵坡）

15. 故事育人

《小故事，大智慧：小学主题德育故事108例》
（1-3年级适用）

（“新教育实验”推荐用书，全国新教育实验十大卓越课程之一）

《新课标德育资料库》（张万祥）

《班主任讲给学生听的故事》（田恒平）

《小故事 大道理》（方洲）

《做一个会经营故事的教师》（彭敦运）

16. 男生女生

《男人来自火星，女人来自金星》（格雷）

《男人是野生动物，女人是筑巢动物》（曾子航）

《灵魂有香气的女子》（李筱懿）

《拯救男孩》《拯救女孩》（孙云晓）

《女生，我悄悄对你说 男生，我大声对你说》
（两册，毕淑敏）

《给女孩的第一本人际交往书：从“校园人”到“社会人”的成长密码》（王娜娜 编著）

17. 青春期

- 《解读青春期心理密码》(姜奎荣)
 《青春期心理手册》(科布)
 《青春期:发展、关系和文化》(赖斯)
 《如何引导,青春期孩子才会听》(高奉益,李正我)
 《早恋:怎么看?怎么办?》(王晓春)
 《青春期问题与教育方案》(刘在花)
 《完美男孩青春期手册》《完美女孩青春期手册》(爱舒)
 《养育女孩,养育男孩》(比达尔夫)
 《青春期性教育教师实用手册》(闵乐夫)
 《别和青春期的孩子较劲》(关承华)
 《孩子的情欲世界你知道吗?》(马赛尔·拉夫)

18. 爱情教育

- 《爱的艺术》(弗洛姆)
 《爱与被爱的艺术》(凯利)
 《爱情教育》(苏霍姆林斯基)
 《我和学生谈爱情》(李迪)
 《爱情心理学》(斯腾伯格)
 《因为爱情:成长中的亲密关系》(斯腾伯格)
 《围城内外——西方经典爱情小说的进化心理学透视》(熊哲宏)
 《亲密关系》(布雷姆等)

19. 德育预设

- 《中学班主任的72个临场应变技巧》刘令军 方庆
 《班主任德育预设技巧66招》钟杰

20. 优生培养

- 《英才是这样造就的》(王金战)
 《孙维刚谈立志成才:全班55%怎样考上北大、清华》(孙维刚)
 《我的重点班》(游森棚)

21. 自主管理

- 《蒋自立与自我教育》(蒋自立)
 《把班级还给学生》(郑立平)
 《做一个会“偷懒”的班主任》(郑学志)

22. 生命教育

- 《我们是怎样做生命化教育研究的——张文质教育演讲录》(张文质)
 《生命化教育》冯建军
 《生命课——一个父亲的谆谆教诲》袁卫星
 《回归生命——一位班主任的生命教育实践》王立华
 《蒋勋说红楼梦》系列八本

23. 法制安全

- 《给教师的100条法律建议》(雷思明)
 《校园安全防范指南》(于晓君、马晓萍、樊晓燕)
 《学校安全工作实用读本》(郑增仪主编)
 《教育政策法规的理论与实践》(张乐天主编)

24. 家庭教育

- 《发现母亲》(王东华)
 《好妈妈胜过好老师》(尹建莉)
 《好妈妈学校》(陈庆惠)
 《父教力度决定孩子高度》(孙云晓)
 《我的事业是父亲》(蔡笑晚)
 《早期教育与天才》(木村久一)
 《斯波克育儿经》(斯波克)
 《善解童贞》(胡萍)
 《孩子,把你的手给我》(吉诺特)
 《父母怎样和孩子说话》(吉诺特)
 《童年的秘密》(蒙台梭利)
 《家庭教育》陈鹤琴
 《傅雷家书》傅雷
 《谁拿走了孩子的幸福》(李跃儿)
 《做最好的家长》(李镇西)
 《爱与自由》(孙瑞雪)
 《捕捉儿童敏感期》(孙瑞雪)
 《卢勤教育文集》(全套5册)
 《冯德全早教方案》(冯德全)
 《父母会赏识孩子最优秀》(周弘)
 《斯宾塞快乐教育全书》(云晓编译)
 《让孩子的大脑自由》(约翰·梅迪纳)
 《孩子是如何学习的》(约翰·霍特)

25. 正面管教

《正面管教》(简·尼尔森)
 《教室里的正面管教》(简·尼尔森等)
 《十几岁孩子的正面管教》(简·尼尔森)
 《正面管教A—Z》(简·尼尔森)
 《行之有效的正面管教工具》(甄颖主编)

26. 名家名校

《叶圣陶教育名篇》(叶圣陶)
 《夏·尊教育名篇》(夏·尊)
 《蔡元培教育名篇》(蔡元培)
 《胡适论教育》(谢泳季蒙选编)
 《经亨颐教育论著选》(张彬编)
 《张伯苓传》(郑致光)
 《晏阳初——为全球乡村改造奋斗六十年》(吴相湘)
 《改造中国的实践——梁漱溟传》(梁卫星)
 《教育与人生——梁漱溟教育文集》(梁漱溟)
 《追寻近代教育大师》(马建强)
 《在教育家的智慧里呼吸》(张康桥)
 《教育照亮未来——民国八大教育家经典文选》(杨斌编)
 《从教师到教育家：洪宗礼评传》
 《周国平论教育》(周国平)
 《张五常论教育》(张五常)
 《在与众不同的教室里——8位美国当代名师的精神档案》(李茂编译)
 《伊顿公学和精英教育》(友友)
 《夏山学校》(尼尔)
 《芬兰教育全球第一的秘密》(陈之华)
 《与孩子共处的八年——一位华德福资深教师的探索》(德, 赫尔穆特·埃勒)
 《学校是一段旅程》(美, 芬瑟)
 《当代日本中学生与教育》(朱永新, 许庆豫)
 《美国中学是这样的》(魏嘉琪)
 《我在美国教中学》(方帆)
 《美国最好的中学是怎样的》(爱德华·休姆斯)
 《揭秘美国最好的中学》(亚历克·克莱因)
 《奇迹学校》(美, 肯尼)
 《我在美国上小学》(孙若珈)
 《向美国学教育》(万玮)
 《精英的阶梯——美国教育考查》(薛涌)

《教育的国际视野》(上官子木)
 《过去的中学》(傅国涌)
 《学生第二》《学生第一》《面向个体的教育》(李希贵)
 《36天, 我的美国教育之旅》(李希贵)
 《学校转型——北京十一学校创新育人模式的探索》(李希贵等)
 《衡水中学解码》(陶继新, 张文茂)
 《王金战眼中的衡水中学》(王金战)
 《格致文化的传承与创新——上海市格致中学教育创新研究》(张志敏)
 《泉水潺潺蕴涛声——青岛二中教育创新研究》(孙先亮)
 《堂堂正正的中国人——北京中关村中学教育创新研究》(邢筱萍)
 《守望与凝思之间——北师大附中教育创新研究》(刘沪)
 《求知求真, 卓越发展——重庆一中教育创新研究》(鲁善坤)
 《生命因享受教育而精彩——一所百年老校的文化超越》(陶继新, 张萍)
 《移动的学校——体制外的学习天空》(台, 李崇建)
 《没有围墙的学校——体制外的学习天空》(台, 李崇建, 甘耀明)
 《种籽学苑教育手记》(李雅卿)
 《中国教育与世界的距离》(石毓智)

26. 阅读方法

《朗读手册》(崔利斯)
 《阅读的力量》(克拉生)
 《大量阅读的重要性》(李家同)
 《让孩子爱上读书》(多湖辉)
 《班级读书会ABC》(岳乃红)
 《教育阅读的爱与怕》(闫学)
 《如何阅读一本书》(艾德勒)
 《阅读疗法》(王波)
 《孩子的早期阅读课》“读写绘”项目用书(马玲编著)
 《喜阅读出好孩子》(童喜喜)
 《中国人阅读书目》

- (朱永新等; 幼、小、初、高系列)
 《我爱吟诵》(小学初、中、高段; 陈琴等)
 《读书毁了我》(王强)

27. 方法艺术

- 《班主任工作创新艺术 100 招》(张万祥)
 《破解班主任难题》(张万祥 席咏梅)
 《美丽的教育》(小学; 孙蒲远)
 《创造一间幸福教室》(小学; 李虹霞)
 《发现班主任智慧——追求充满人性的教育》
 (小学; 郭文红)
 《打造小学卓越班级的 38 个策略》(许丹红)
 《轻轻松松做班主任》(待出; 小学; 田冰冰)
 《完美教室——中国百合班的故事》初中榜样
 教师缔造完美教室实验(俞玉萍)
 《打造初中卓越班级的 40 个策略》(刘令军)
 《班主任工作艺术一百例》(李庚南)
 《班主任, 可以做得这么有滋味》(郑英)
 《班主任工作招招鲜》《班主任工作新视角》(郑
 学志)
 《做一个不再瞎忙的班主任》(梅洪建)
 《做一个智慧的班主任》(田恒平)
 《班主任工作创新市集》(吴法源)
 《班主任工作的 55 个“鬼点子”》(刘坚新 郑
 学志)
 《创建幸福教室的 35 个秘密》(梁岗)
 《教师必须掌握的教育惩戒艺术》(郑立平、
 张乐华)
 《打造优秀班级的 15 个秘密》(迈克尔·林辛,
 美)
 《田丽霞班主任工作法》(田丽霞)
 《就这样走出乡村》(段惠民)
 《细节成就优秀的老师》(方海东)
 《做学生欢迎的班主任》(李迪)
 《你能做最好的班主任》(陈宇)
 《班主任突围》《做一个魅力班主任》(陈晓华)
 《班主任工作的策略与艺术》(林岩)
 《班级管理》《班主任工作的教育思路》(李伟胜)
 《班主任专业化读本》(唐云增等)
 《班主任必读——全国著名班主任论工作艺术》
 (王宝祥主编)

- 《给年轻班主任的建议》(张万祥主编)
 《班主任工作手册》(张文茂主编)
 《一线班主任工作法》(刘正荣 主编)
 《中小学班级管理: 从技巧到技术》(刘正荣
 主编)
 《班级经营》(林进材, 台湾)
 《成功地经营你的班级》(Paul Burden 美, 伯登)
 《今天怎样“管”学生——西方优秀教师的教育
 艺术》(李茂编译)

第三阶梯: 教育学心理学脑科学 教育经典

- 《苏霍姆林斯基选集》(五卷本)
 《孩子们 你们好》(阿莫那什维利)
 《陶行知教育文集》(陶行知)
 《民主主义与教育》(杜威)
 《窗边的小豆豆》(黑柳彻子)
 《教育的目的》(怀海特)
 《做适合人的教育——斯坦纳教育理论和实践》
 (吉尔伯特)
 《布鲁纳教育文化观》(杰罗姆·布鲁纳)
 《生活体验研究》(马克斯·范梅南)
 《学会关心——教育的另一种模式》(内尔·诺
 丁斯)
 《道德教育的哲学》(柯尔伯格)
 《教育漫话》(洛克)
 《爱弥儿》(卢梭)
 《马卡连柯教育文集》
 《斯宾塞教育论著选》
 《学会生存——教育世界的今天和明天》(韦钰)
 《教育: 财富蕴藏其中》(联合国教科文组织)
 《被压迫者教育学》(保罗·弗莱雷)
 《中国教育思想史》(朱永新)
 《西方教育思想史》(林玉体)
- ### 心理学类
- 《学生管理的心理学智慧》(迟毓凯)
 《做学生的心灵导师》(马志国)
 《高考超常发挥与心理暗示》《登天的感觉》(岳
 晓东)
 《怎样读懂学生——心理特级教师的建议》(杨

敏毅、谢晓敏)

《高中生心理辅导案例解析》(钟志农)
《教育中的心理效应》(刘儒德)
《给教师一件“新武器”——教育诊疗》(王晓春)
《班主任心育活动设计36例》(钟志农)
《心灵游戏》(毕淑敏)
《重塑心灵》(李中莹)
《24小时改变你的一生》(李娜·)
《不怕学生搅局——教师的教育机智修炼之道》

(李进成)

《做学生最好的“心理营养师”》(梁岗、彭玉华)
《我是谁——心理咨询与意象对话技术》(朱

建军)

《追求阳光心态》(孙东东)
《爱的艺术》《逃避自由》(弗洛姆)
《儿童的人格教育》《自卑与超越》(阿德勒)
《大众心理学》(古斯塔夫·勒庞)
《规训与惩罚》(福柯)
《发展心理学》(谢弗)
《人格心理学》(黄希庭)
《积极心理学》(彼得森)
《活出最乐观的自己》(马丁·塞格利曼)
《认识自己 接纳自己》(马丁·塞格利曼)
《真实的幸福》(马丁·塞格利曼)
《幸福的方法》(沙哈尔)
《教育的智慧——写给中小学教师》(林崇德)

脑科学

《人是如何学习的》([美]布兰思福特)
《教育与脑神经科学》(大卫·苏泽)
《理解脑——新的学习科学的诞生》(董奇主编)
《最强大脑——世界上最科学的脑力训练法》

(魏方生)

第四阶梯：视野拓展

师生共读推荐书目(14类)

一、文学类：

龙应台《目送》(拓展阅读龙应台《亲爱的安德烈》
《孩子你慢慢来》
余秋雨《文化苦旅》(拓展阅读余秋雨《山居笔记》
《霜冷长河》《千年一叹》)

梁衡《把栏杆拍遍》

王小波《我的精神家园》(拓展阅读王小波《一只特立独行的猪》《思维的乐趣》)

刘墉《自己去成功》(拓展阅读刘墉《超越自己》《肯定自己》《欣赏自己》《跨一步就成功》《做个快乐的读书人》,)

蒋勋《蒋勋说唐诗》(拓展阅读,《蒋勋说宋词》
《孤独六讲》《生活十讲》《美的曙光》)

林清玄《心美,一切皆美》(拓展阅读《情深,万象皆深》《境明,千里皆明》《林清玄散文》)

周国平《善良丰富高贵》(拓展阅读周国平《守望的距离》《各自的朝圣路》《安静的位置》《周国平人生哲思录》《周国平人文讲演录》)

《唐宋词十七讲》(叶嘉莹)

《人间词话》王国维

《唐诗三百首》[清]蘅塘退士

《元曲三百首译析》

《毛泽东诗词集》中央文献出版社

《古文观止》(清)吴楚材吴调侯

《毕淑敏散文集》[当代]毕淑敏

《朱自清散文精选》[现代]朱自清

梁实秋《梁实秋散文》

郁达夫《郁达夫散文》

周作人《雨天的书》

董桥《旧时月色》

王蒙《王蒙散文选》

《汪曾祺散文》

《张晓风散文》

《撒哈拉的故事》三毛

《三毛全集》

史铁生《灵魂的事》

《中华散文百年精华》丛培香等编

《外国名家散文经典》于文心编

《蒙田随笔全集》[法]蒙田

《纪伯伦散文诗选》[黎巴嫩]纪伯伦

《莱茵河》[法]雨果

《培根散文集》[英]培根

《宽容》[美]亨德里克·威廉·房龙

《思想录》[法]帕斯卡尔

林语堂《生活的艺术》《张爱玲文集》张爱玲

《金子美玲全集》(全三卷;日,金子美玲)

- 《泰戈尔诗选》
 《普希金诗选》
 《草叶集》[美]惠特曼
 《雪莱抒情诗选》[英]雪莱
 《里尔克诗选》里尔克
 《朦胧诗选》(阎月君 高岩 梁云 顾芳 编选)
 《海子诗全编》
 《三国演义》[明]罗贯中
 《西游记》吴承恩
 《水浒传》施耐庵
 《射雕英雄传》金庸
 《千校六记》
 《上学记》何兆武
 《围城》钱锺书
 《边城》[现代]沈从文
 《时代三部曲》(王小波)
 《活着》(余华)
 《生死场》、《呼兰河传》萧红
 《笨花》(铁凝)
 《三重门》(韩寒)
 《梦里花落知多少》(郭敬明)
 《穆斯林的葬礼》(霍达)
 《小公主》,(美)FH伯内特
 《男生贾里女生贾梅》秦文君
 《花季·雨季》郁秀
 《城南旧事》
 《绿山墙的安妮》
 《风的旱冰鞋》
 《许三观卖血记》
 《灿烂千阳》
 《伊豆的舞女》
 《鲁迅作品精选》鲁迅
 《鲁迅全集》鲁迅
 路遥《人生》《平凡的世界》
 雨果《悲惨世界》《九三年》
 《鲁滨逊漂流记》[英]笛福
 《格列佛游记》
 《格兰特船长的儿女》(法国)凡尔纳
 《童年》《在人间》《我的大学》高尔基
 《汤姆·索耶历险记》马克·吐温
 《牛虻》(爱尔兰)伏尼契
 《哈利·波特与魔法石》(英)J·K·罗琳
 《安妮日记》,安妮·弗兰克
 《青春之歌》杨沫著;
 《骆驼祥子》老舍著;
 《福尔摩斯探案集》(英国)柯南道尔
 《唐吉珂德》(西班牙)塞万提斯
 《匹克威克外传》(英)狄更斯
 《欧也妮·葛朗台》(法)巴尔扎克
 《莫泊桑短篇小说选》
 《契诃夫短篇小说选》
 《马克吐温中短篇小说选》
 《欧·亨利短篇小说选》
 《高老头》(法国)巴尔扎克
 《约翰·克利斯朵夫》[法]罗曼·罗兰
 《简·爱》[英]夏洛蒂·勃朗特
 《傲慢与偏见》[英]简·奥斯汀
 《三剑客》
 《红与黑》[法]司汤达
 《少年维特之烦恼》[德]歌德
 《钢铁是怎样炼成的》[苏联]奥斯特洛夫斯基
 《复活》《安娜·卡列尼娜》《战争与和平》[俄]列夫·托尔斯泰
 《老人与海》[美]欧内斯特·海明威
 《百年孤独》[哥]加西亚·马尔克斯
 《飘》[美]马格丽特·米切尔著
 《追忆似水年华》[法]普鲁斯特
 《追风筝的人》(卡勒德·胡塞尼)
 《在路上》[美]凯鲁亚克
 《活出生命的意义》[美]维克多·弗兰克尔
 《麦田里的守望者》[美]J·D·塞林格
 《挪威的森林》(日)村上春树
 《朗读者》(本哈德·施林克)
 《一九八四》(奥威尔)
 《卡夫卡短篇小说选》[奥]卡夫卡
 《日瓦戈医生》[苏]帕斯捷尔纳克著
 《不能承受的生命之轻》[捷]米兰·昆德拉著
 《雷雨》曹禺
 《莎士比亚悲剧四种》
 《莎士比亚全集》[英]莎士比亚
 《蔡志忠漫画:庄子说(自然的箫声)》蔡志忠

小学部分：

小学新教育书包

小学低段

木偶奇遇记 [意] 卡洛·科罗迪

丑小鸭：安徒生童话选 [丹麦] 安徒生

灰姑娘：格林童话选 [德] 格林兄弟

猜猜我有多爱你 [英] 山姆·麦克布雷尼

爷爷一定有办法 [加] 菲比·吉尔曼

爱心树 [美] 谢尔·希尔弗斯坦

石头汤 [美] 马西娅·布朗

犟龟 [德] 米切尔·恩德

一只孤独的乌鸦 [奥] 埃迪特·施爱伯-威

克
夫

我和小姐姐克拉拉 [德] 迪米特尔·茵可夫

跑猪噜噜 [德] 乌韦·狄姆 陈俊 (译)

小猪唏哩呼噜 孙幼军

小学中段

彼得·潘 [英] 詹姆斯·巴里

波丽安娜 [美] 埃莉诺·波特

绿野仙踪 [美] 弗兰克·鲍姆

青鸟 [比] 莫里斯·梅特林克

爱丽丝漫游奇境记 [英] 刘易斯·卡罗尔

柳林风声 [英] 肯尼思·格雷厄姆

中国神话传说 聂作平

苹果树上的外婆 [奥] 米拉·洛贝

一百条裙子 [美] 埃莉诺·埃斯特斯

特别的女生萨哈拉 [美] 爱斯基·科德尔

时代广场的蟋蟀 [美] 乔治·塞尔登

木偶的森林 王一梅

小学高段

爱的教育 [意] 亚米契斯

小王子 [法] 圣埃克苏佩里

秘密花园 [英] 弗朗西丝·霍奇森·伯内

特

汤姆·索耶历险记 [美] 马克·吐温

圣经故事 [英] 玛丽·巴特勒

希腊神话故事 聂作平

夏洛的网 [美] E·B·怀特

永远讲不完的故事 [德] 米切尔·恩德

人鸦 [奥] 埃迪特·施莱伯尔-维克

德国，一群老鼠的童话 [德] 维里·费尔曼

草房子 曹文轩

女儿的故事 梅子涵

一年级参考书目：

绘本系列：

1. 莫尼克的无字书 (8本)

2. 可爱的鼠小弟 (12本)

3. 鳄鱼怕怕牙医怕怕

4. 你看起来好像很好吃

5. 爷爷一定有办法

6. 猜猜我有多爱你

7. 驴小弟变石头

8. 蚯蚓的日记

9. 要是你给老鼠吃饼干

10. 逃家小兔

11. 阿利的红斗篷

12. 小猪唏哩呼噜

13. 郑渊洁童话 (罐头小人, 红沙发音乐城、舒克和贝塔的故事)

14. 小海豚心灵成长故事系列

15. 杨红樱亲子绘本系列

16. 最著名的中国童话 (两本: 书本里的蚂蚁会长鱼的树)

17. 哦, 美丽的巴拿马

18. 三毛流浪记

19. 名家绘本世界童话 (7本)

20. 小企鹅心灵成长故事 (3本)

父与子

大头儿子和小头爸爸

二年级参考书目：

1. 各种优秀绘本

2. 小溜溜溜了

3. 了不起的狐狸爸爸

4. 小猪唏哩呼噜

5. 国际安徒生奖获奖作家书系·万花筒

6. 丁丁历险记系列

7. 吹牛大王历险记

8. 假话国历险记
9. 笨狼的故事系列
10. 调皮大王小豆子系列
11. 小布头奇遇记
12. 傻鸭子欧巴尔
13. 绿野仙踪
14. 尼克的绵羊
15. 小老鼠佩雷斯的魔法故事
16. 不想洗澡的爱玛
17. 泰迪熊的故事
18. 最著名的中国民间故事系列（阿凡提 葫芦娃

人身娃娃）

19. 小熊温尼普
20. 小老虎，你的信
21. 麦兜的故事
22. 我和小姐姐克拉拉
23. 香草女巫
24. 木偶奇遇记（二上）
25. 一年级大个子和二年级小个子（二下）
26. 苹果树上的外婆

三年级参考书目：

1. 米切尔恩德童话作品集
2. 格列佛游记
3. 长袜子皮皮
4. 汤姆索亚历险记
5. 小布老虎系列
6. 小巫婆真美丽
7. 皮皮鲁和鲁西西
8. 李大米和他的影子
9. 调皮的日子
10. 绿刺猬
11. 肚皮上的塞子
12. 杨红樱马小跳系列
13. 好心眼儿巨人
14. 魔法手指
15. 女巫
16. 小淘气尼古拉系列（5本）
17. 大盗贼
18. 晴天有时下猪（全六册）
19. 格林童话

20. 安徒生童话
21. 跑猪噜噜
22. 小鬼儿
23. 木偶的森林
24. 月光下的肚肚狼
25. 杨柳风
26. 水孩子
27. 鼯鼠的月亮河
28. 绿野仙踪
29. 黄书包

四年级参考书目：

1. 尼尔斯骑鹅旅行记
2. 亲爱的汉修先生
3. 宫泽贤治童话文集
4. 西顿野生动物故事集
5. 课外作业代写公司
6. 棒棒糖系列两册
7. 狼蝙蝠
8. 胡萝卜须
9. 小狼小狼
10. 世界奇幻文学大师系列五册
11. 公猫拿破仑
12. 文身狗
13. 火鞋与风鞋
14. 小朵朵系列
15. 王尔德童话
16. 豪夫童话
17. 铁路的孩子
18. 国际大奖小说系列
19. 马列耶夫在家里
20. 北风的背后
21. 青鸟
22. 特别的女生萨哈拉
23. 爱的教育
24. 一百条裙子

五年级参考书目：

1. 我要做好孩子
2. 安直房子幻想小说系列
3. 海蒂

4. 波丽安娜
5. 小公主
6. 长腿叔叔
7. 棕鸠十动物故事系列
8. 凡尔纳作品系列
9. 希腊神话故事
10. 美德书
11. 纳尼亚王国传奇（七本）
12. 妈妈走了

13. 人鸦
14. 爱心企鹅
15. 外公的 13 号古宅
16. 城堡里的月亮公主
17. 吹小号的天鹅
18. 精灵鼠小弟
19. 长腿叔叔
20. 沈石溪动物小说系列
21. 夏洛的网
22. 小王子
23. 秘密花园
24. 我要飞（黄蓓佳）
25. 时代广场的蟋蟀

六年级参考书目：

1. 两个伊达
2. 秦文君（男生贾里女生贾梅系列）
3. 今天我是升旗手
4. 别闹了，费曼先生
5. 安琪拉的灰烬
6. 大幻想文学系列
7. 兰心的秘密
8. 本爱安娜
9. 永远讲不完的故事
10. 德国一群老鼠的童话
11. 蓝鲸的眼泪
12. 米切尔经典绘本系列（七册）
13. 曹文轩纯美小说系列（山羊不吃天堂草 青铜葵花）
14. 极地特快
15. 圣经故事
16. 威斯廷游戏
17. 绘本莎士比亚系列

18. 一千零一夜
19. 哈利波特第一集
20. 安妮日记
21. 特别女生萨哈拉
22. 草房子
23. 毛毛
24. 永远讲不完的故事
25. 小王子

二、历史、传记类：

唐浩明《曾国藩》（拓展阅读唐浩明《杨度》《张之洞》）

岳南《南渡北归》（拓展阅读宗璞《南渡记》《东藏记》《西征记》《北归记》）

端木赐香《重读晚清六十年（1851—1911）》（拓展阅读端木赐香《真假袁世凯辨别》《那一次我们挨打了：中英第一次鸦片战争全景解读》《这一次，我们又挨打了》《有味的传统文化课》）

黄仁宇《万历十五年》《中国大历史》（拓展阅读当年明月“明朝那些事儿”系列七本、郦波《风雨张居正》、《张居正大传》朱东润、熊召政《张居正》）

《中国历代通俗演义》（1—11）蔡东藩

《清朝十二帝》阎崇年

《全球通史》（斯塔夫里阿诺斯）

《历史大脉络》（许倬云）

《大国的兴衰——1500～2000 的经济变迁与军事冲突》[美] 保罗·肯尼迪

《文明的冲突与世界秩序的重建》[美] 塞缪尔·亨廷顿

《中国近代史》蒋廷黻

《中国近代史——中国的奋斗》徐中约

《追寻现代中国》史景迁

《极乐诱惑：太平天国的兴亡》赫连勃勃大王（梅毅）

《帝国落日·晚清大变局》袁伟时

《天子脚下：1860——1890 晚清经改始末》《国运 1909》《绝版恭亲王》（雪珥）

《民国风度》（徐百柯）

《巨流河》（齐邦媛）

《百年孤独：写给大众看的辛亥革命》丁业鹏

《建国方略》孙中山

《蒋介石大传》
 《袁世凯》 侯宜杰 (历史小说)
 《辛亥：摇晃的中国》 (张鸣)
 《士与中国文化》 余英时
 《开卷有疑——中国现代史读书札记》 杨奎松
 《中国历史的教训》 (杨师群)
 《第三帝国的兴亡》 [美] 威廉·夏伊勒
 《看不懂的日本人》 (日本四书; 本尼迪克特, 新渡户稻造, 载季陶, 蒋百里)
 《人类的群星闪耀时》 [奥] 斯蒂芬·茨威格
 《新中国三十年》 唐德刚
 《往事并不如烟》
 《王树增战争经典》 (长征+朝鲜战争+解放战争上+解放战争下) (全四册) 王树增
 《毛泽东传》 [美] 特里尔
 《周恩来与毛泽东》《刘少奇与毛泽东》《林彪与毛泽东》
 《邓小平时代》 傅高义
 《苏东坡传》 (林语堂)
 《传奇王阳明》 (董平)
 《胡雪岩全传》 (高阳)
 《李鸿章传》 (梁启超)
 《名人传》 [法] 罗曼·罗兰, 傅雷译, 译林出版社 2000 年版
 《居里夫人传》 [法] 艾夫·居里, 左明彻译, 商务印书馆 1984 年版
 《霍金传》 杨建邺
 《爱因斯坦传》
 《史怀泽传》 (钟肇政)
 《仁爱一生》
 《甘地》 [印度] 莫·卡·甘地
 《假如给我三天光明》 [美] 海伦·凯勒
 《华盛顿传》
 《林肯传》
 《拿破仑传》 (德) 艾密尔·鲁特维克
 《枯木开花——圣严法师传》
 《孔子是怎样炼成的》 鲍鹏山
 《张謇传》 (章开沅)
 《梁启超传》 (吴其昌)
 《一颗清亮的大星——胡适传》 (胡仰曦)
 《我国经济学泰斗：马寅初》 (邓加荣)

《我的精神自传》 (钱理群)
 《李嘉诚全传》
 《褚时健：影响企业家的企业家》 (先燕云、张赋宇著)
 《藏锋：刘永好传》
 《经营之神王永庆》 赵贤明
 《吴敬琏传——一个经济学家的肖像》 (吴晓波)
 《野心优雅——任志强回忆录》 (任志强)
 《吞吐大荒：徐悲鸿寻踪》
 《激情岁月：郎平自传》 郎平、陆星儿
 《独自上场》 (李娜)
 东方文化大散文 (1——23)
 历史文化大散文 (一、二辑)
 大家西学二十讲系列

三、美学类：

李泽厚《美的历程》 (拓展阅读《华夏美学》《美学四讲》《该中国哲学登场了》)
 朱光潜《谈美》《西方美学史》 (拓展阅读朱光潜《给青年的十二封信》)
 宗白华《美学散步》
 蒋勋《美的沉思》

四、思想随笔类：

易中天《品人录》 (拓展阅读易中天《读城记》《闲话中国人》《中国的男人和女人》)
 茅于軾《中国人的道德前景》
 江平《沉浮与枯荣：八十自述》
 熊培云《重新发现社会》 (拓展阅读熊培云《思想国》《自由在何处》《一个村庄里的中国》)
 《中国在历史的转折点——当代十贤访谈录》 (马国川)
 《全世界人民都知道》 (李承鹏)
 《活着活着就老了》 (冯唐)
 《故事照亮未来——通往开放社会的 100 个观念》 (杨照)
 《顾准文集》
 《季羨林口述史》
 《常识》 (梁文道)
 《看见》 (柴静)
 《该中国哲学登场了? - 李泽厚 2010 年谈话录》

《梁漱冥口述史——这个世界会好吗?》
 《启功口述历史》
 《沉思录》(马可·奥勒留)
 《歌德谈话录》
 《随想录》(巴金)
 《朝闻道集》(周有光)
 《通稿二零零三》(韩寒)
 《俄国思想家》[英]以赛亚·伯林
 《传统十论》(秦晖)
 《鲁迅九讲》(钱理群)
 《胡适与鲁迅——20世纪的两个知识分子》(邵建)
 《丑陋的中国人》柏杨
 《中国国民性演变历程》《中国人的性格历程》(张宏杰)

五、哲学类:

《思想录》帕斯卡尔
 乔斯坦·贾德《苏菲的世界》
 冯友兰《中国哲学简史》
 《推开哲学的门》《哲学与人生》《西方哲学与人生》傅佩荣
 《西方哲学史》[英]罗素
 《非理性的人》
 《存在与时间》[德]海德格
 《纯粹理性批判》[德]康德
 《理想国》柏拉图
 《重新认识你自己》(印)克里希那穆提

六、经济学类:

吴晓波《激荡三十年》(拓展阅读吴晓波《大败局1、2》《跌宕一百年》《浩荡两千年》)
 《时寒冰说:未来二十年,经济大趋势》(现实篇、未来篇)
 《经济学原理》曼昆
 《历史经济变革得失》吴晓波
 《牛奶可乐经济学》(1、2、3弗兰克)
 《生活中的经济学》《大家的经济学》(茅于軾)
 《冬吴相对论》(吴伯凡、梁冬)
 《解读中国经济》(林毅夫)
 《国富论》《道德情操论》(亚当·斯密)

《通往奴役之路》[英]哈耶克
 《就业、利息和货币通论》[美]约翰·梅纳德·凯恩斯
 《创意经济》(佛罗里达)
 《影响历史的商业七巨头》
 《世界是平的》[美]托马斯·弗里德曼
 《第三次工业革命》[美]杰里米·米夫金

七、政治类:

龙应台《野火集》)
 刘瑜《民主的细节》《给你一颗子弹》《观念的水位》
 易中天《帝国的终结:中国古代政治制度批判》(拓展阅读易中天《帝国的惆怅:中国传统社会的政治与人性》《中国智慧》)
 林达“近距离看美国”系列——《历史深处的忧虑》《总统是靠不住的》《我也有一个梦想》《如彗星划过夜空》《一路走来一路读》
 萧功秦《中国的大转型》
 马立诚《当代中国八种社会思潮》
 吴思《潜规则》《血酬定律》
 《大棋局——美国的首要地位及其地缘战略》布热津斯基

八、学法指导类:

何天白《重点高中》
 王金战《学习哪有那么难》
 肖恩·柯维《杰出青少年的七个习惯》

九、励志与生涯规划类:

唐骏《重新出发》
 古典《拆掉思维里的墙》
 杨澜《一问一世界》
 冯仑《伟大是熬出来的》《理想丰满》《野蛮生长》
 李开复《做最好的自己》(拓展阅读李开复《一网情深:李开复与学生的网上对话》
 《世界因你不同》)
 戴尔·卡耐基《人性的弱点》(拓展阅读戴尔·卡耐基《人性的优点》)
 沙哈尔《幸福的方法》(拓展阅读米奇·阿尔博姆《相约星期二》)

十、国学类：

傅佩荣《国学的天空》（拓展阅读《听傅老师讲〈论语〉》《听傅老师讲〈孟子〉》《听傅老师讲〈老子〉》《听傅老师讲〈庄子〉》《听傅老师讲〈易经〉》）

易中天《先秦诸子百家争鸣》

鲍鹏山《孔子是怎样炼成的》（拓展阅读鲍鹏山《风流去》《先秦诸子十二讲》《寂寞圣贤》《读〈水浒〉》）

《孔子的智慧》林语堂

李零《丧家狗——我读〈论语〉》（拓展阅读李零《去圣乃得真孔子——〈论语〉纵横谈》）

李零《人往低处走——〈老子〉天下第一》

李泽厚《〈论语〉今读》（拓展阅读于丹《〈论语〉心得》《〈庄子〉心得》）

《论语别裁》南怀瑾

十一、宗教类：

一行禅师《故道白云》（拓展阅读一行禅师《与生命相约》《你可以，爱》《终止你内心的暴力》《一心走路》）

圣严法师《佛学入门》（拓展阅读圣严法师《正信的佛教》《圣严法师：宗教与人生》）

星云大师《〈六祖坛经〉讲话》（拓展阅读星云大师《觉悟的生活：星云大师说〈心经〉》《舍得：星云大师的人生经营课》《宽心：星云大师的人生幸福课》《福报：星云大师的人生财富课》《厚道：星云大师的人生成功课》）

十二、灵性成长

《遇见未知的自己》（张德芬，系列五卷本）

《当下的力量》《新世界：灵性的觉醒》

（埃克哈特）

《身心灵导师带来的 36 堂性觉醒课》

（田宇编著）

《点亮自性之光》克里希那穆提

《秘密花园》

十三、处世类

《人生百忌》《我不是教你诈》系列五本

《品格的力量》

十四、科学技术

《大数据》（涂子沛）

《大数据时代》（英）迈尔-舍恩伯格

《翻转课堂的可汗学院》（萨尔曼·可汗）

《商战 电商时代》（吴晓波等）

《未来之路》[美]比尔·盖茨

《数字化生存》[美]尼葛洛庞帝

《金融炼金术》[美]乔治·索罗斯

《富爸爸，穷爸爸》[美]罗伯特·T·清崎 莎伦·L·莱希特

《体验经济》[美]约瑟夫·派恩 詹姆斯·吉尔摩

《非理性繁荣》[美]罗伯特·J·希勒

《蓝海战略》[韩]W·钱·金 莫博涅

《草根媒体》麦克卢汉

《杨振宁文集：传记演讲随笔》杨振宁

《第三次浪潮》[美]阿尔温·托夫勒

《大趋势：改变我们生活的十个新方向》[美]约翰·奈斯比特

《科学发现纵横谈》[当代]王梓坤，中华书局 1998 年版

《数理化通俗演义》[当代]梁衡，北京师范大学出版社 1997 年版

《哥德巴赫猜想》徐迟

《物理世界奇遇记》[美]G·伽莫夫

《寂静的春天》[美]蕾切尔·卡逊

《自私的基因》[英]理查德·道金斯

《科学与艺术》[当代]李政道柳怀祖

《时间简史》《宇宙简史》《大设计》/[英]史蒂芬·霍金：从大爆炸到黑洞

《万物简史》[美]比尔·布莱森

《科学的历程》吴国盛

《用一粒种子改变世界的人——袁隆平》中共中央宣传部宣传教育局等编

《暗淡蓝点：展望人类的太空家园》（美）卡尔·萨根

《海底两万里》

《昆虫记》[法]法布尔：科学与文学的完美结合

《人类征服的故事》[美]房龙：人类的发明是社会进化中最重要的阶梯

《植物的欲望》[美]迈克尔·波伦：从植物的眼中来看世界

《六大洲动物考察记》(德)维托斯·德吕舍尔

《人体使用手册》吴清忠

《从头到脚说健康》曲黎敏

《性知识手册》阮芳赋主编

《中国建筑史》梁思成

《文明的溪流》[美]H·G·威尔士：撷取人类文明进程的最重要事件娓娓道来

《看得见的手——美国企业的管理革命》[美]小艾尔弗雷德·D·钱德

《中国科学院院士自述(青少年版)》上海教育出版社编

报刊类：《班主任之友》《班主任》《新班主任》《中小学德育》《中小学心理健康教育》《教师月刊》《师道》《教师博览》《新教育读写月报》《随笔》《中国教育报》《人民教育》《教师报》《德育报》《教育时报》

《读者》《美文》《格言》《意林》《看世界》《海外文摘》《南方周末》《青年文摘》《疯狂阅读》《思维与智慧》《散文选刊》《散文百家》《杂文选刊》《微型小说选刊》《文学自由谈》《咬文嚼字》《演讲与口才》《名作欣赏》《读书文摘》《阅读与写作》《语文报》《报刊文摘》《辽宁青年》《文史知识》《古典文学知识》

网站类：共识网、凯迪社区、关天茶舍、爱思想、人民网强国论坛、搜狐文化

男生女生生命成长课程

男生女生

《男人来自火星，女人来自金星》(格雷)

《爱情中的心理学》(岳晓东)

《爱与被爱的艺术》(凯利)

《爱情教育》(苏霍姆林斯基)

《爱情心理学》(斯腾伯格)

《因为爱情：成长中的亲密关系》(斯腾伯格)

《性教育》(江汉声)

《围城内外——西方经典爱情小说的进化心理

学透视》(熊哲宏)

女生：

《男人是野生动物，女人是筑巢动物》(曾子航)

《女生，我悄悄对你说》(毕淑敏)

《杨澜给女人的24堂幸福课》(李文静)

《灵魂有香气的女子》(李筱懿)

《女人趁早要知道》(1、2、3、4、5 吴静雅)

《男人，天生被她们吸引》(苏芩)

《完美关系的秘密》(杨冰阳)

《90天修炼气质女神》(苏瑾)

《如何成为一个妖孽》(胡紫微)

《女人的格局决定结局》(卡耐基)

《都市女人修心课——做内心强大的自己》(姜芸)

《私房阅读民国女子》(2卷本，伊北)

男生

《男生，我大声对你说》(毕淑敏)

《男人道》及《男人道2》(韩浩月)

《男子生活圣经》(李强强译)

《男士交谈——建构男性气质的话语》(詹尼弗)

《男人这东西》(渡边淳一)

《我心狂野》(约翰)

《西点军校气质课》(牧诚)

《改变男孩一生的8堂课》(郝强)

三、《班会月刊》征稿说明

本刊定位为以中小学班会课相关内容为主兼顾班级管理，教育相关内容的公益期刊，本刊作品主要为原创。为推动班会研究和班主任工作尽一份力，也为编辑采稿提供一些方便，我们也会从报刊网络上已发表的作品中甄选典型文章刊载，目的是为那些有好的做法，但不谙写作之道的老师提供范文，供老师们写稿时参考，如有冒犯还请告知，我们会及时删除。

主要栏目

班会研究：原创的各种类型、各个学段的班会课设计与实施的经验技巧；班会课研讨活动追踪，如与班会相关的会议召开、赛课活动、最新成果等。

班会实录：以师生对话方式真实记录一节班会课的设计与实施过程。包括以下环节——设计背景、适用年级、班会目标、班会准备、教育过程（教师导入、主题展开环节、主题提升）和班会感悟。

微班会课：10分钟以内的微小班会课，你对学生的小演讲，班级的学生小演讲，你和学生的对话等等。由于这类班会课还处于探索过程中，不拘泥于形式、内容，鼓励大胆创新。

系列班会：围绕某一主题召开的多节班会课。

班会记忆：你的学生关于你或别人的班会的回忆性文字，或褒或贬，均可刊登，旨在为我们班会的开展提供反馈。

班级管理：《班会月刊》不限于班会，和班级管理相关的经验技巧类文字也可以刊发。

教育故事：书写班主任和学生的点点滴滴。

案例分析：教育案例及点评。

电影课程：与电影相关的文字、电影班会等。

家校合作：班主任与家长相关文章。

亲子教育：教师子女教育问题相关文章。

共读感悟：工作室共读书籍的感悟选登，从网友投稿中征集。

留白：只要您有好的稿件，根据你的设想，为您设专题栏目。

出刊时间

《班会月刊》计划每年出版10期，每月15日出刊，10日前收稿。

发布网站：8+1工作室官网（www.8jia1.cn）、班会网（www.23548.com）

投稿方式

投稿邮箱：jyyz8jia1@163.com 或 115439139@qq.com

采稿QQ：115439139

编辑采稿

本刊中凡是未标已发表字样的稿件，均可以采用。采用前请联与工作室联系。

联系QQ：115439139

联系邮箱：jyyz8jia1@163.com

联系电话：0531-82835077