

# 2023年督导心得体会个字(模板9篇)

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

## 督导心得体会个字篇一

数学作为一门基础学科，在高中学习阶段扮演着重要的角色。进入高三学习生活后，我深刻意识到数学对于我的成绩和未来发展有着重要的影响。为了提高数学成绩，我决定拥抱数学，建立自信。首先，我认识到数学并非神秘的学科，而是可以通过不断努力来掌握的。其次，我调整了自己的学习态度，不再害怕数学，而是积极面对，相信自己能够取得好成绩。最后，我开始主动寻求老师和同学的帮助，进一步巩固自己的数学知识，增强自信。

### 第二段：合理安排时间，查漏补缺

高三的数学学习任务繁重，需要合理安排时间来进行巩固和复习。针对每个知识点，我都会制定一个详细的学习计划，并将其纳入日程表中。这样我能够更好地掌控学习进度，并避免遗漏重要的知识点。同时，我也会利用空余时间进行课外阅读，查漏补缺。通过阅读相关数学书籍和资料，我能够更全面地理解数学原理，巩固基础，提高自己的解题能力。

### 第三段：注重思维方法，拓展思维方式

高三数学的学习不仅仅只是知识的学习，更需要注重思维方法的培养。为了拓展自己的思维方式，我注重学习和掌握各种解题方法。我会尝试不同的解题思路，比较它们之间的优劣，并总结和归纳有效的解题方法。此外，我还参加了各种

数学竞赛和活动，通过和其他学生的交流和思维碰撞，进一步拓宽了自己的思维方式，培养了解决问题的能力。

#### 第四段：不断复习，做真题

高三的数学学习离不开不断的复习和做题。我每周都会抽出固定的时间，进行知识的温故而知新。在复习过程中，我会重点关注容易出错或遗忘的知识点，进行重点复习。此外，我也会通过做真题，熟悉考试的题型和解题思路。通过不断的练习和反复思考，我能够更好地了解自己的掌握程度，并及时发现和弥补自己的不足。

#### 第五段：信心十足，迎接挑战

在高三数学学习的过程中，我不断拥抱数学，建立自信，合理安排时间，查漏补缺，注重思维方法，拓展思维方式，不断复习，做真题。通过这一系列努力，我感到自己的数学水平不断提高，并积累了丰富的解题经验。现在，我对数学充满信心，并愿意迎接各种数学挑战。无论是考试还是实际生活中的问题，我相信自己都能够运用所学的数学知识来解决，并取得好的成绩。

高三的数学学习是一个挑战性、充实且重要的阶段，我通过拥抱数学，建立自信，合理安排时间，查漏补缺，注重思维方法，拓展思维方式，不断复习，做真题等措施，取得了显著的进步。我相信，在未来的学习和生活中，数学将继续给予我帮助和启迪，让我能够更好地思考和解决问题。

## 督导心得体会个字篇二

高三是人生履历中最为亮丽的一道风景线，人生没有大学校园的记忆是不完美的，没有高三生活的回忆更是有缺憾的。也许有一天，你独倚高楼，回首往事的时候，你会发现，天真烂漫的童年使你沉重的心灵得到暂时的解脱，大学校园是

你知识海洋的浪漫之旅，而高中生活，准确的说是高三生活使你真正体味了奋斗拼搏的乐趣，高效充实的美感，你会情不自禁的为这段高效充实、奋斗拼搏的人生而骄傲，而引以为豪。当你感到生活的无聊时，感到人生的乏味时，感到心灵的空虚时，你想重新体味高三生活学习状态的心愿是何等强烈，而那那样的状态不再，面对现实的低效只能做一些无能为力的想象，发一些无可奈何的感慨。这就是高三，让人怀想的高三，你人生奋斗的极致，在这里开出鲜艳无比的花，它姹紫嫣红，灿烂芬芳，流光溢彩。

经过了高中两年的历练，我们成功的走进高三，走进这人生奋斗史上最辉煌灿烂的时段。有人说高三是炼狱，请不要说得这么让人可怕吧，高三是我们功成名就的最好时节，我们要在这时积蓄力量，乘长风破万里浪，直挂云帆济沧海。著名教育家魏书生先生教我们从七个角度看问题，换个角度看高三，那便是享受人生。人生有光明大道，有羊肠小路，有汪汪一碧的江河湖泊，有颠簸起伏的丘陵平川。光明大道任意驰骋，羊肠小路曲径通幽，江河湖泊享受坐船的乐趣，丘陵平川感受骑马的潇洒。有了高三，我们的人生才完满，有了高三，我们才少了一分缺憾。可以这样说，高三是享受拼搏、奋斗人生的最佳时光。花季少年，初生牛犊，指点江山，激扬文字，敢与天公试比高。年轻是我们的资本，成功是我们的追求，奋斗不止是我们的宣言，愈挫愈勇是我们的气魄。

高三是享受的一年。人活着就是享受生的快乐，幸福让我们感受生命的激流和浪花，痛苦让我们体察生命的存在和坚韧，无忧无虑是生命一种形式，拼搏奋斗是生命的另一种形式。稍挫即止、徘徊不前是生命的脆弱，知难而进、愈挫愈勇是生命的坚韧。高三是生命的一种形式，生命的韧性在此得以检验，生命的辉煌在此得以展现。从此，我们有了美好的回忆。它不仅让我们时常品味奋斗的乐趣，拼搏的甘露，人性的伟大，人生的完满，而且为我们的进取积淀经验，指点迷津。拥有了高三便拥有了智慧，拥有了高三便拥有了辉煌，拥有了高三便拥有了人生。仔细品味吧，时光不再；好好享

受吧，其乐无穷。

高三是拼搏的一年。人们常说：此时不搏何时搏。就是说，拼搏要抓住时机。回首高三惟有拼搏。幸福在于拼搏，享受在于拼搏。拚什么？拚效率，有了效率才会有成功；拚什么？拚勤奋，勤奋永远是成功的第一要素；拚什么？拚心态，愉悦的心态激活大脑的思维；拚什么？拚意志，顽强的毅力不畏任何失败；拚什么？拚潜力，人们往往会被自己巨大的潜力惊得目瞪口呆。时间是重要的，可以说有了时间就会有一切，拼搏者的时间单位是分和秒，不会浪费点滴的时间；环境是重要的，环境塑造人，这里的黎明静悄悄是读书所需要的，营造心灵的静地更是读书所需要的，拼搏者说，读书随处是净土；体力是重要的，革命导师说，身体是革命的本钱，拼搏者历练智慧的同时，从来不放松体力的积淀，因为白热化的竞争需要强有力的体力做保证。

## 督导心得体会个字篇三

高三是学生人生中最关键的时期，也是家长们最担心孩子的时间段。作为家长，我们不仅需要支持孩子们在学业上的努力，更需要注意他们的情绪和生理健康。在高三阶段，育儿变得更为关键和具有挑战性。下面我分享一些我作为一名高三家长的育儿心得体会。

### 第二当：提高孩子压力管理能力

高三学生一般会觉得压力很大，家长应该及时关心孩子并帮助孩子调整身心状态，并教会他们如何承受压力和释放压力。我通常会尝试与孩子进行交流，询问他们的学习进度，并讨论需要解决的问题。我还会鼓励他们进行一些健康的活动和放松的方式，如瑜伽和游泳，这可以减轻他们的压力。

### 第三当：营造良好的学习环境

高三阶段孩子们面对的学习压力很大，所以一个好的学习环境非常重要。我尽力给孩子提供一个安静，干净整洁的学习空间，并提供一定数量的课本或其他学习材料。我还经常鼓励孩子制定计划并坚持执行他们的学习计划。

#### 第四段：注重孩子的睡眠和饮食

一个健康的身体和大脑是在高三阶段学习所必须的。因此，高三阶段的孩子需要注重饮食和充足的睡眠。我会准备新鲜的食材，并制定一个好的饮食计划，以确保孩子们有充足的营养摄取。在晚上，我会鼓励孩子们按时睡觉，并建立一个良好的睡眠习惯，以便他们能够在一天学习中充分休息。

#### 第五段：尊重孩子的个人发展

高三阶段，家长要注意孩子的个人发展和偏好，为孩子选择一些课外活动，并尽力满足孩子的兴趣爱好。我认为，家庭环境应该是一个孩子能够自由表达自己兴趣爱好和个性的地方。我们应该尝试与孩子进行交流，听取他们的意见，并尊重他们的决定。

#### 总结

高三阶段，育儿变得更加具有挑战性，但我们仍然需要注重孩子的身心全面发展和个性的尊重。我们应该尽力提供一个良好的学习环境和健康的生活方式，同时着重关注孩子的情感和压力管理，以便他们能够充分发挥他们的才华和潜力。尽管这不是一项简单的任务，但我相信只要我们尽力做到这一点，我们的孩子会变成健康，快乐，有成就感的人。

### 督导心得体会个字篇四

数学是一门需要基础扎实的学科，对于高三的学生来说，数学的学习更需要重新回归基础，巩固自己的基本知识。在高

三的数学学习过程中，我意识到只有牢固的掌握了基本概念和定义，才能够更好地理解和应用高阶的数学知识。因此，复习要有方法，要注重基础知识的完善和记忆。对于每一个知识点，我不仅仅停留在了解概念和公式的层面上，更注重通过做题巩固和应用新的知识，提高自己的计算能力和解题能力。

## 第二段：能力要升华 独立思考更重要

高三阶段的数学学习不再只是简单地理解和掌握知识点，更注重培养自己的独立思考能力。在课堂上，老师提供了一些复杂的数学问题，我们需要自己进行分析和解决。这个过程需要我不断思考，提出假设和思路，通过多种方法和角度来解决问题。只有锻炼自己的独立思考能力，才能在高考中应对各种不同类型的数学题目。在解题过程中，我也发现了自己的不足之处，比如在逻辑思维和证明推导方面有待提高。因此，我针对这些问题，利用多种学习方式，提高自己的解题和推理能力。

## 第三段：方法要灵活 错题重讲收益更大

高三数学学习过程中，解题方法的运用非常重要。对于每一种类型的题目，我努力寻找和掌握一种简洁高效的解题方法。同时，在阅卷过程中，我发现重点在于解题过程和思维的清晰和逻辑性。因此，我更加注重题目理解和解题过程，刻意让自己思维更清晰、逻辑更有条理。在错题集中，我重点关注那些频繁出现的错误，进行深入分析并找到解题的症结。通过不断重复和总结，我深刻了解了解题的思路和方法，提高了自己的解题效率和准确性。

## 第四段：大胆思考 拓宽数学思维

高三数学学习中，我意识到数学思维的拓宽对于解题的帮助非常大。通过多种途径，比如参加数学竞赛、阅读数学相关

书籍和论文等，我不断拓宽自己的数学视野。在学习过程中，我遇到了一些相当有难度的数学问题，这些问题需要我用更加创新的思维方式来解决。通过不断尝试和思考，我开始逐渐掌握运用抽象和推理思维来解决问题。这使我对数学的理解更加深入，也让我意识到数学的魅力和无限的可能性。

## 第五段：坚持到底 收获颇丰

在高三的数学学习中，最重要的一点是坚持和持之以恒。数学不是一朝一夕能够学好的学科，只有坚持不懈地学习和练习，才能够获得进步和提高。在学习过程中，我遇到了很多困难和挫折，但我坚信只要坚持下去，一定能够取得好的成绩。通过不断的努力和付出，我逐渐看到了自己的进步和提高，这种成就感也是我坚持下去的动力来源之一。

总结：高三数学学习是一段压力很大、困难重重的过程，但只要正确的方法和态度，相信每个人都能够取得好的成绩。复习要扎实，完善基础；能力要升华，独立思考更重要；方法要灵活，错误重讲收益更大；大胆思考，拓宽数学思维；坚持到底，收获颇丰。相信只要我们付出努力，勇敢面对挑战，数学学习一定会给我们带来丰硕的成果。

## 督导心得体会个字篇五

在20xx年的11月26-28日，我很荣幸地参加了邯郸市高三数学教师培训学习。培训的内容丰富多彩，培训的方式多种多样，既有专家的报告，又有特级教师的核心理念。听到不同类型的讲座，每天都能感受到思想火花的冲击。在培训中，我进一步认识了新课程的发展方向和目标，反思了自己以往工作中的不足。作为一名中青年教师，我深知自己在教学上是幼稚而不成熟的，在教学过程中还存在太多的问题，但是，经过这一段时间的学习，我相信我还是有收获的。现将学习培训的心得总结如下：

此次培训以讲座和观摩教学，小组讨论相结合的方式进行，互为促进，相得益彰。

首先是白金祥教授的讲座，让我进一步加深理解了新课程高考特点，并及时指出了高三复习策略。白教授分析的那次高考试卷，非常透彻，给我耳目一新的感觉。对比新旧教材的异同，让我看到了大师的风范，让我感受颇深。

其次，刘老师和张老师就对某阶段复习提供了案例，有很多知识和方法都是我未曾见到的。张科长的高考复习方法和策略，给我的高三复习提供了理论依据，给我指明了复习的方向。

第三，两节数学示范课，见识了市三中和武安一中的老师的风采，看到了自己与别人的差距。激励我以后要更加努力。

第四、分组讨论交流学习经验，看到兄弟学校都有各自的绝招，都有各自学校管理的闪光之处，我以后要多向兄弟学校学习他们的长处。

通过近三天的学习培训，感悟颇多。

首先是白教授的敬业精神，令人敬佩，为我们准备了一天精彩的演讲，深入浅出介绍了全国新课改高考的特点。体现了一种高尚的职业操守和精湛的业务水平，对促进高三数学教师专业发展起了极其重要的作用。

其次，我的教学观念有所改变，教学思想有所更新。孙老师的导数复习课，探究学习运用的非常好，培养了学生的探究能力和深入思考的能力。以后我要大力转变观念，下大工夫改变长期以来习惯了的单纯讲授学习的方式，大力开展探究学习，让学生在这样的学习中增强探究兴趣，养成探究意识和习惯。鼓励学生去寻找答案，让学生自己去探索，不管探索的结果跟别人相同还是不同，让他们知道最有价值的是探



索的过程。

第三以后要不断学习，向同头课老师学习，向老教师学习，向所有老师学，不断扩充自己的知识量。向教材学习，向资料书学习，不仅要纯知识量的增长，还要对理论知识量的增长，都要有所突破。

回校后从开始我要把所学到的知识运用到自己的工作中，要把我学到的学习精彩之处讲解给我们组的教师，真正起到引领作用和示范作用，促进所有数学教师的专业发展。

以后要在教学中不断进行总结，形成一定的理论知识。不断更新自己，努力提高自身的业务素质、理论水平、教育科研能力、课堂教学能力等。这就需要今后自己付出更多的时间和精力，努力学习各种教育理论，勇于到课堂中去实践，相信只要通过自己不懈的努力，一定会有所收获。

## 督导心得体会个字篇六

担任高三班主任教师期间，要强化学生的自主意识，培养学生的自我管理能力，通俗的讲，学生能做的让学生自己去做，班主任主要起一个督促、引导和规范的作用，分享心得体会。下面是本站小编为大家收集整理的高三教师心得体会，欢迎大家阅读。

本人在本学期能够坚持自学教育理论，以充实自己的教育思想；能够学习有关新课改的书籍，以更新自己的教学理念；能够学习有关教学技能、教学方法、提高教学效率的书籍，以提高自己的教学水平；能够学习有关校本教研的书籍，以提高自己适应新教研活动方式的要求。在学习的过程中，能够坚持写学习心得，坚持做学习笔记，使自己对新课改的认识有了进一步的提高。

本学期我带高三(1)、(2)两个班的化学课，在这一学期中，我尝试着采取多种办法去提高学生学习的兴趣和提高学生解决化学问题的能力。首先我引导学生对高中化学知识进行总结归纳，把所学习的知识系统化和网络化，把高中化学知识分为基本概念和理论、元素和化合物、化学计算、化学实验等四个部分，每个部分又可以分为几个子目标，这样让同学们对化学知识有了系统的轮廓；然后针对某个部分的知识及其产生的问题找出分析对策。例如对有机化学部分，多数同学认为所很难的，原因在于他们对某些没有见过的物质的化学式感到陌生，从而产生了畏难的心理。

针对这种情况，通过例题分析引导学生得出解决有机化学的口号：有机化学并不难，连接方式是关键，看清哪个键断裂，明白谁跟谁相连。这样通过一个学期的学习，学生对化学的学习劲头更大了，而且花费在化学学习上的时间更短了，对化学更有信心了。并且通过两次省质检和两次市质检的测试，学生的化学成绩在理综中每次都是最高的。

本学期虽然化学教学效率有了提高，但是在化学教学中还是存在着满堂灌的教学行为，每次看书后都想改变自己的教学方法，可是课堂上却总放心不下让学生自己去探索知识，只在5月下旬我的一次公开课上，我采取了“在学中教”的方法，让学生在课堂上去自己分析例题，然后根据自己对例题的分析得出的方法去解决一个化学问题。

当我在课堂上看着同学们认真分析总结的神情，我才发现自己错了，一直以来已经习惯了自己站在讲台上给同学们讲课，给同学们分析、总结，然后让他们去解决习题，可是那样做的结果常常是学生听课时一听就会，做题时一做就错的现象；那时还为这种现象找借口说是我们的学生课后没有复习巩固的结果，现在看来是我们的教学方法、教学行为出现了问题，这应该成为我教学的教训，应该是我开始改变我的教学思想和教学方式的时候了。所以本学期我最大的收获是找到了自己的缺点，发现了自己的不足，提高了自己的认识。

总之学无止境，教学中总会有我们没有遇到过的这样或那样的难题，不断地充实自己，让自己在将来的工作中能够更适合自己的工作，就是我的快乐。

高三化学总复习是中学化学学习非常重要的时期，也是巩固基础，优化思维，提高能力的重要阶段，高三化学总复习的效果将直接影响高考成绩。为了使学生对高三化学总复习有良好的效果，并且顺利度过这一重要的时期，为此我一直对高三化学教学有详细的计划，注重教学过程(本文来自优秀教育资源网斐.斐.课.件.园)，常总结和反思，根据高三各个不同时期使用不同的教学策略和训练方式。在教学过程(本文来自优秀教育资源网斐.斐.课.件.园)中，重在处理好以下几组关系。

### 一、关于高三复习讲与不讲、讲多与讲少的思考

学生包括刚毕业教第一届高三的年青老师会有这样的疑惑：高三语文复习资料如此详细，并且日臻完善，条分缕析，说得清清楚楚、明明白白，还有没有必要给学生讲解，还有多少讲的空间。不明事理的学生会说：老师说的，资料上都有，还不如让大家自学更有效率；没有经验的老师在实际操作过程中往往也只是形式化的以完成任务为目的地进行讲解，并没有真正体现出老师在复习过程中讲解的作用：这些都是在这个问题上的误区。

教师讲解的真正意义在于：

2. 有效：学生看书对视觉的刺激作用最大，而教师的讲解往往是视觉、听觉和联觉的综合刺激，对于学生的牢固记忆和深刻理解无疑更有优势。

3. 筛选梳理：最重要的是能把学生厚厚的复习资料讲得更薄、更明晰、更有条理，方便二轮复习、三轮复习。

教师讲解的原则和方法：

1. 少讲、精讲、多练：对于本已时间紧迫的学生而言，应该讲重点、难点、侧重方法技巧的指导、侧重知识的系统梳理，而不是面面俱道，把复习资料的内容照搬下来，或是东拼西凑讲成了大杂烩，让学生越来越糊涂。有些知识可以先练后讲（如对词语、成语、熟语的复习），先让学生做练习，老师在评讲练习的时候再结合实际补讲理论，甚至某些知识点可以不讲（如标点符号等考试机率不大的内容）。把课内的时间尽量腾出来让学生作业，从而减轻学生的课外负担。

## 二、关于知识点复习的顺序问题

## 三、高一、高二语文教学与高三语文复习的联系与区别

高一高二务虚，而高三务实。“白猫、黑猫抓到老鼠才是好猫”——这是任何高三领导崇奉的一句话。但高三来抓有些迟了，为此，高一高二就应该适当地做好务实的工作，多把课文篇目的教学同考试联系起来，让高中学生觉得语文学习有着实在的意义而不单纯是老师的文学秀、不单是思想教育课。

## 四、强化阅读能力训练

读一篇文章胜过做十道练习，解决主观试题的根本途径在于阅读能力的提高，阅读是从源头上解决问题。

从八月份一直忙到现在，今天离高考还有170天左右，中间正好可以喘喘气，整理一下自己的工作思路。因为高考还没结束，所以谈不上什么经验，只是把我在这几年班主任工作中遇到的具体问题、困难以及自己解决这些问题的一点体会拿出来聊一聊，希望能得到广大领导、老师尤其是富有经验的班主任老师的指导。

### 一、改变学生，首先从改变自己开始

做了几年班主任，现在做的有点开窍了。其实很多时候改变学生首先要从改变自己开始的，否则，你的工作总是良苦用心，事倍功半。比如，平时总是挺严肃的教育学生如何才能做到生活有规律，如何才能作到不迟到，不早退。可是学生三天两头的见不着你，心里肯定嘀咕：这个班主任怎么这样啊？教育效果立马就完了。又比如，过去我的性格有些急躁，有时学生一犯事，特别希望能够很快地把事态“镇压”下去，甚至有些做法带有一些“暴力色彩”，但学生绝对是口服心不服，表面上畏惧，其实只要你一走，他们脱离了你的“势力范围”，保准立马炸开了锅，什么千奇百怪的事都会冒出来，弄得你和救火队员一样，整天疲于奔命。所以有人经常引用“失败是成功之母”的时候，我认为这句话至少是不精确的，经历失败只是最后成功的必要条件之一，如果失败后仍执迷不悟，继续重复以前的思维和行为模式，那么你预想的成功是遥遥无期的，更确切的说，我认为检讨才是成功之母，所以要做成一些事情，首先是要检讨自己，反思自己，自己的个性、想法、思路、做法以及一些具体的细节操作是不是还存在影响成功的负面因素并将这些心得体会写进自己的班主任工作笔记本。然后，就很简单了，立刻去调整。所以，我在要求学生订计划，生活有规律的同时，也要求自己改掉自己以前办事拖沓，散漫的态度，老师有规律的工作必然对学生养成有规律的学习产生驱动作用。过去自己脾气不好，现在碰见学生犯错误时，我首先考虑的不是要求学生应该怎么怎么做，而是要求自己千万别发火，即使有时说了一些过头的话，我也事后找机会和学生沟通，大胆向学生做检讨，避免留下“后遗症”。

## 二、 强化动机，树立目标

高考复习指导是高三年级班主任工作的核心任务，面对现在大学扩招，学生上线人数越来越多的形势，如何引导学生树立自信，强化学习动机，学会学习，学习考试，成为我的工作的重中之重，我首先让学生清晰和强化自己的升大动机，因为凡事动机越强烈，成功的欲望越强，就越能调动学生的

积极性，从而在日常的学习中较充分的自主地发挥他们的潜力，人的潜力是无穷尽的，我们要相信学生是能够创造奇迹的。否则，无动机或动机太弱，势必会使学生学习缺乏内驱力，学习的状态过多的依赖自己个体的兴趣和外部环境的刺激，在学习遇到困难或某些诱惑时，他会想，我这么辛苦图的是什么呢？值不值得？从而较易放弃。所以基于以上考虑，我在与学生作好较充分的沟通后，要求每个学生准备一个专门的本子命名为《我的高三》，在本子上写出升学的至少十大理由，理由越具体生动越好，我批阅之后，发现大部分理由都很有意思，我给予了充分的赞赏，对有些诸如“读大学是为了去大学看看大学女生到底漂不漂亮”，也给予恰如其分的肯定。总之，多为成功找理由，不为失败找借口。理由写好之后，重要的就是老师引导他们为升学树立具体的目标。这个方面需要老师耗费大量的时间和精力。我简单说一下工作流程。首先，肯定和强化学生升学理由，同时，我积极寻找了一些反映大学生活的报刊杂志，影视素材提供给学生，让学生能够去具体地憧憬自己未来的大学生活。激励他的自信心和对未来的憧憬，要求他根据自己的具体学习状况，为自己高考设置一个目标，其次，要求他要善于把一个大目标分解为若干小目标，假如一个学生现在的水平是480分左右，那他的高考目标就不能仅仅定在第三批本科线，应该鼓励他向第二批本科冲击，大概还差40分左右，那这40分的差距从哪里找？还有几次模拟考，每次的目标是多少？甚至每次模拟考试的每门课应该是保持，还是进步，或者允许暂时的回落。都必须明确，这就叫“把大目标分解为小目标”，最后就是要求他们把目标放在桌上，天天督促自己。

### 三、力争塑造“民主”型管理模式

一般而言，班主任的管理方式有三种：严厉型、民主型和放纵型。我对此深有体会，我现在感觉就处在从严厉型向民主型的一个转变过程。我在努力改变以往班里只依靠几个班干部的管理模式，在本学期初我把班里的大事小事共设立12个工作职位，如负责清洁卫生的、负责学生饮水的、管理高考

资料的、负责学生民意调查的，然后专门用一节课时间召开了“竞争上岗大会”，学生们开始态度有些犹豫，但我能看出有相当部分同学是有些跃跃欲试的，因此我在充分阐述了我的理由后，开始有几个胆大的上台演讲，后来。随着活动的深入，场面越来越热烈，出现了数个职位4，5个人，轮流上台演讲竞争，争取同学们的支持。最后12个职位都落实到人，但有少数几个职位被学生集体否决，如我特别想设置一个同学专门负责检查错题集和班主任助理的职位但是无人应聘，而且举手只有10个学生认为有必要这样做，我表示尊重大家的意见，因为民主的价值远远高于某个具体做法得以贯彻的价值。现在看来，通过这种方式唤醒和树立每个学生在班级体中的自信和自主意识，加强班级的集体战斗力还是比较明显的。

#### 四、下一步工作重心

总结这段时间，还存在诸如工作作风偏急，班主任的常规工作落实不到位，班级考核成绩较差，班主任工作重点不突出，以及主动与学生、与科任老师沟通不够，造成班里存在很多亟待解决的问题，时间紧迫，还有很多工作要做。

- 1、强化学生的自主意识，培养学生的自我管理能力，通俗的讲，学生能做的让学生自己去做，班主任主要起一个督促、引导和规范的作用。
- 2、强调心理素质的培养，把心理素质当作高考的第7门课，在平时的学习和考试中给予学生具体的明确的指导。
- 3、与科任老师充分协调好，抓好重点学生的工作，重视各门学科的协调发展。

## 督导心得体会个字篇七

近年来，高三育儿已成为了一种非常普遍的现象。作为一位高三育儿者，我有着自己的体会和心得，下面我就来分享一下我的经验。

### 第一段：规划家庭生活

高三育儿在经济上和家庭生活上都会给育儿者带来巨大的压力。因此，制定一个合理的计划是很重要的。首先，我们需要规划好每个月的家庭开支，合理安排开支，减少浪费。此外，家庭的作息时间也要规划好，互相配合，共同分担家务，以免家庭生活的杂事成为阻碍高三学业的因素。

### 第二段：在育儿与学业中寻求平衡

对于高三育儿者来说，如何平衡好育儿和学业是非常关键的。我一直认为，家长要以学业为重，但不能忽视孩子的身心健康。因此，在孩子学业繁忙的时候，我们应该为孩子减轻其他事务的负担。对于孩子来说，适当的休息和运动可以帮助他们更好地集中注意力，从而提高学习效率。

### 第三段：选择好辅导教育机构来提高成绩

高三育儿者应该注意选择好辅导教育机构来提高孩子的成绩。这不仅可以缓解家长的育儿压力，而且可以扩大孩子学习的范围，更好地拓展孩子的视野。尤其是在高考前的紧张氛围中，一些专业的辅导教育机构能够有效地帮助孩子提高成绩，提升应对高考的能力。

### 第四段：注意情感沟通

不管在任何时候，家长和孩子之间的情感沟通都是至关重要的。作为高三育儿者，我们要极力保持与孩子之间的美好关



系。家长可以通过与孩子交流、关心和理解实现与孩子进行有效的情感沟通。更好地了解孩子的想法和意见，有利于我们更好地为孩子提供帮助和支持。

## 第五段：保持积极的心态

高三育儿者需要保持良好的心态，不仅要关心孩子的学习进度，也要为自己的身心健康负责。在育儿过程中，我们要认识到自己的不足，发扬自己的优点。面对困境，我们要充满信心和勇气，坚持走下去。只有积极乐观的心态，我们才能够给孩子更好的支持和帮助。

总之，在高三育儿的道路上，我们需要不断学习和总结经验，不断提高育儿的能力。我们应该把学习和成长作为高三育儿的首要任务，同时充分考虑家庭生活和孩子的身心健康。只有这样，我们才能够更好地为高三育儿效力，帮助孩子取得优秀的成绩，走向更加辉煌的未来。

## 督导心得体会个字篇八

晚上好，首先感谢学校各级领导给了我这次外出学习的机会，此次活动让我眼界大开，受益匪浅，整个活动我们共参观了三所学校，深圳外国语学校、番禺仲元实验中学、广东省实验中学，下面我就讲讲此次外出学习的心得体会：

三所学校的管理都有着共同之处，他们倡导的是团队合作，同事之间相互协作落实学校布置的每一项工作。踏进深外的校门我们受到贵校领导老师学生的热烈欢迎，接待我们的领导有校长、德育处主任、初三的两位年级长和三位优秀班主任老师，从他们的穿着看上去，给我的感觉是：他们的工作远比我们的辛苦，因为深外的男老师没我们学校男老师穿得那么得体大方，女老师也没有我们学校的女老师漂亮，我想这应该就是没有时间打扮的缘故吧！他们早上是七点钟签到，共有五节课；中午班主任老师要陪学生在教室进行午休，下

午1：40分上课，共有4节课。

我比较羡慕的是他们晚上不用上晚自修。羡慕归羡慕，但当时我就在想，一天的时间安排的那么紧凑，再加上处理常规管理中的一些事情，那不得把人累死啊，这样的工作也太没味道了吧！等我参观完他们的课间操和厕所后，感觉他们的工作并不是我想象的那样，那么的累，那样的无味。反而觉得他们的管理太有序了，深外的学生做课间操感觉很轻松，动作非常到位。他们的厕所非常干净，洗手盆旁边还放有洗手液、纸巾，从我们的观察看来，我想这些公物不是第一天摆放的，怎么他们的学生就那么自觉呢？没有人去破坏这些公物呢？出于对教育的探讨以及想从中学习其管理，我就找了位班主任询问他们是怎样去做学生这方面的养成教育的。从与这位班主任的交流中，我深深体会到，他们的各项工作之所以开展得那么有序，归结于他们的团队精神、同事之间相互合作落实每一项工作。

我们在座的每一位都是管理者，善于协调，使各项工作和活动井然有序的开展，是很有必要的，学校各项工作开展过程中，老师与老师、老师与学生之间都会因各人所处角度不同，观点不同而导致具体工作上的冲突，有时也会因利益问题而产生矛盾，常规性工作也往往因突击性活动的开展而受到干扰，这就需要我们善于发现矛盾，及时进行调节，沟通大家的思想，让大家明白每一项工作都是为实现共同的目标。在年级的管理中，年级长要对班主任作适时指导，使每一项工作都尽可能成功有效。同样班主任在对班干部的管理中，也要对班干部作适时指导，无论在教师的教育教学活动中，还是安排纪律、卫生等各方面活动，有时还不是班干部现有能力一下子能驾驭的事情，这时要及时发现并满腔热情的给予指导和帮助，从某种意义上讲，这种实实在在的指导和帮助比简单地提要求，严格的检查和严厉的批评来得更富有“人情味”，也容易产生良好的教育和管理效果。管理就是“服务”而不是“命令”和“监督”，这一思想应该贯穿于班级常规管理的始终。

在省实验中学，一位主管德育工作的级长对班主任的管理要求上提到，班主任在对学生的管理中要防患于未然，把问题解决在萌芽状态上，让我深受启发。

其实在学校各项工作稳定运行过程中，难免会出现一些背离目标的苗头，偏离正常轨道的趋向和意想不到的突发事件。有问题并不可怕，关键是要及时发现并进行有效的调整，这里所说的“问题”实际上是指学校教育教学工作应有状态与实际状态之间存在的差距，要及时察觉问题，如他们在每一次的期中期末统考前后，都要进行师德教育防止有个别教师为成绩而对学生发急，造成体罚或变相体罚学生。如班级气氛和班级舆论的变化本来很活跃的学生突然变得沉闷，纪律状况突然变得很差，这些都预示着班级内部有了问题，及时找到问题的根源，进一步确定问题的性质，采取及时有效的办法解决问题，否则“问题”就真会发展成问题。省实的这位级长也很善于运用激励手段，经常给老师学生鼓励加油，使每位师生都能保持向上的发展势态，这是我在今后的工作中要努力学习的方向。

五天的学习，尽管时间短暂，但我收获了许多，而更重要的是对待工作的态度和自身素质的提高，愿我的感受能为大家抛砖引玉，使大家在深度发展和内涵发展的道路上走得更远，由于个人水平有限，以上的心得体会如有不当之处敬请批评指正。谢谢大家！

## 督导心得体会个字篇九

第一段：介绍高三誓师的背景和意义（200字）

高三是每一个学生都曾经经历的关键时刻，也是人生中最重要的一年。而高三誓师则是给予高三学生们一种庄严、慎终如始的心态，以面对即将到来的关键时刻。在这个阶段，学生需要团队齐心协力，精神鼓舞，调动积极性，为最后的胜利做好准备。因此，高三誓师承载着学生们的希望和信心，鼓

舞他们在即将到来的一年中迎接挑战。

## 第二段：团队合作的重要性的和心得（200字）

在高三学习过程中，团队合作是至关重要的。通过与同学们一同奋斗，分享并理解彼此的困惑和疑惑，不仅能够提高每个人的学习效果，还能够减轻个人的压力和负担。尤其在这段压力山大的时期，团队的互助和支持能够带给每一位学生更多的动力和信心。通过团队合作，我学会了倾听与沟通，发现集体力量的强大，也更加明白了集体利益的重要性。

## 第三段：时间管理的重要性的和心得（200字）

在高三的备考过程中，时间管理是尤为重要的一项技能。要实现高效的学习，我们需要科学地安排学习目标和计划，使时间得到最大的利用。这需要我们具备严格的纪律性、自律性和坚定的毅力。通过合理的时间安排，我能够更好地调整学习和休息的时间，保持旺盛的学习状态。同时，我也学会了感悟时间的宝贵和珍贵，明白了时间浪费的后果以及如何珍惜时间。

## 第四段：心态决定一切的重要性的和心得（200字）

在高三备考过程中，心态是至关重要的。无论面对多么困难的挑战或压力，都要有一个积极乐观的心态。只有保持正面的心态，才能够更好地战胜困难和挫折，保持良好的学习状态。通过经历高三，我明白了心态决定一切的道理。当我面临危机和压力时，我学会了冷静思考，积极应对，找到解决问题的方法。同时，我也学会了鼓励自己，给自己定下合理的目标，不断激励自己追求进步。

## 第五段：总结经验和感悟，展望未来（200字）

高三备考是一段艰难却又宝贵的经历。通过高三誓师，我深

切理解了团队合作和时间管理的重要性，也明白了心态的影响和决定一切的力量。这些宝贵的经验和感悟将伴随我一生，使我受益无穷。在未来的道路上，无论我面临怎样的挑战和困难，我都将以这些经验为基础，坚持乐观积极的心态，脚踏实地，不断追求进步。我相信，只要坚持不懈，努力奋斗，就一定能够取得理想的成绩和成功。