

# 高三班主任的个人教育工作计划（31 篇）

高三班主任的个人教育工作计划（通用 31 篇）

高三班主任的个人教育工作计划 篇 1

新的学期开始，对于教师。学生而言，都是新的开始。

一、学生特点以及班级状况：

班级男生 45 人，女生 17 人女生比例严重偏小，而且，性格活跃的男生，纪律观念淡薄的男生偏多，很多学生没有形成良好的纪律和行为上的规矩，使得班级的管理难度显得较大。另外，由于以上因素，学生的高一和高二的知识掌握的效果很差，基础知识上出现了严重的漏洞。第三，班级学生在学习上呈现严重的头小尾大的成绩分布，即：缺少尖子学生，而尾部的学生却明显多于部分平行班。

针对以上学生现状和学校的教育教学计划以及德育工作计划，根据高三的严峻形式，制定班级工作计划如下：

二、总体目标：

- 1、完成学生高二时期的以活动和娱乐为主，向以学为主的转变；
- 2、逐渐形成浓重的学习风气，在班级形成比学赶帮的学习氛围；
- 3、在纪律方面，严格管理，力争让班级的良好的纪律成为班级的学习的保障。

### 三、具体工作：

#### （一）学习方面：

本学期的奋斗目标是：抓住机会、抓住一轮复习；

口号：赢在高三起跑线上。

具体操作如下：

#### 1、理想和奋斗目标教育。

（1）利用开学初期开学初期的高三主题班会的时机，让每一位同学确立自己的高三一年的奋斗目标。具体：每人以书面材料的方式精心制作奋斗卡，其中包含：我的理想大学、我的人生格言、我的学习榜样、我的竞争对手、我的高三感悟。

（2）在班级的第一期板报上张贴每一位同学的奋斗卡，和主题班会形成教育体系，起到彼此监督、提醒、比拼的效果。

#### 2、树立榜样。

任何一个群体里都会有一些同学，他的某一方面是值得别人学习的。如果我们能够很好的发现其优点，将其放大，并以这点行为将该学生树立成学生学习的榜样。这样会起到两种作用：使得其他同学有了学习的榜样，同时也能督促榜样同学能够以更严格的标准来要求自己。

（1）学生，尤其是值日班长，认真观察每一位学生，发现学生在学习中的优点，和一些典型做法，在班级中大力宣扬，将其行为在班级内推广，将在各个方面表现优秀的学生树立成学生学习的榜样，加大榜样效应。

(2) 让每位学生总结自己的几大优点和缺点，加以展示，鼓励同学互相监督、互相帮助，以达到共同进步的目的。

(3) 尤其注重发现班级中后部分的学生的学习状态和成绩的变化和进步，及时表扬，树立学习的自信心，同时让这部分学生，尤其是班级尾部的学生能够意识到，老师对他们没有放弃，自己更不应该放弃自己的学业。

3、课代表牵头，成立班级学科小组，在学习过程中有针对性的以基础题的方式来强化学生学科的学习意识，引导学生注重学科基础知识，激发学习的积极性。

## 二、纪律方面：

纪律是一切的保证，对于一个纪律涣散而且已经成为习惯的群体来说，良好的纪律，规范的制度，更显得重要。但是同时，要使之成型，也是难上加难，尤其是开头能够坚持一段时间，但是长久的坚持，却十分成问题。

基于以上因素，本学期准备从以下几个方面入手工作：

首先，根据高三的学习的重要性，要通过晨会等时间给学生讲清楚：一个班级的纪律的好坏是直接影响其整体成绩的根本。之后，共同制定本学期在纪律上的三大中心任务是：强化班级各项常规要求；强化自习课纪律；抓好课堂纪律。

在常规管理中，我为班级提出目标：力争拿到一次流动红旗，结束5班历史上无流动红旗的局面。实行班级各项常规工作细化到每一位班级干部具体负责的方式，实行班级随时有检查，有督促，有提醒的制度。

在自习纪律方面，我为班级提出了三期奋斗目标：强制强化期、自觉自愿期、自主自发期。在第一阶段，我采用严厉手段加上说服教育以及顽固分子个体突破的方式。要求自习课禁止学生抬头，每天随时仔细观察了解自习状况，在第二天的晨会上采用班主任总结制，逐一点出每一位出现表现不良状况的同学的违纪时间以及内容，使之心服口服；同时采用了要求学生准备自习计划本，每一天自习课前要求学生制定好所有自习课的计划，有计划的上好每一堂自习课。为了上学生会制定计划，采用示范的方式：从班级选出上中差三个层次的学生分别在晚课前制定好计划，全班公布，同桌监督实施，第二天由同桌总结其实施的效果，并加以点评。在第二阶段，重点是指导学生个体如何学会根据自己的现状来使用好自习课，并通过帮助其制定高考目标的方式引导其学会从现在做起，抓好每一天，每一堂课，超越自己。第三阶段，仍然一个体工作为主体，教育学生意识到，好的学习和行为习惯，不单纯是为了高考，更重要的是形成一生的竞争意识。同时要配有一些名人名家和身边的人的成功和失败的例子来使得自己的教育更有说服力。

在课堂纪律方面，首先要教育学生在一轮复习过程中，课堂上跟住老师的主要性，教会学生上课应当如何听课，如何做好课堂笔记，如何保证不溜号。其次，和班级同学共同讨论和制定课堂上课的学生要求。第三，经常和课任教师了解班级课堂的学生表现，尤其是对于学生的进步和良好的表现要及时的在班级中反馈，鼓励和表扬学生，树立课堂表现优秀的学生榜样，树立班级正气。

#### 四、其他：

1、在生活以及其他方面，我们要以创建和谐班级为本学期的宗旨，让学生在高三备考过程中感受到紧张之外的同学友情，师生情意，让同学感受到：高三，我们将共同经历，共同感受，共同收获。

2、沟通好课任教师和学生之间关系，加强学生和教师之间的理解，尤其要让学生理解教师职业的辛苦，以课代表为引，建设和谐师生关系。

3、成立班级信息小组一周为单位，每一周为同学提供一期和高考相关的信息，可以是高校介绍，可以是生活和学习的调节方法等等。

4、沟通家长，帮助家长提升教育能力，达到家校共同教育学生的目的。

#### 高三班主任的个人教育工作计划 篇2

进入高考倒计时阶段，班主任工作重点抓班风、学风建设，营建一个良好的班级学习氛围和环境，点燃学生最后冲刺的热情与激情。本学期必须做好以下几方面的工作：

## 一、高考氛围的营造。

鼓励学生面对挑战迎难而上。培养学生勤奋拼搏的意志品质；培养学生耐得住寂寞、抵制住诱惑的心态。使学生明白只要有信心，再加上刻苦努力的学习，朝着自己的目标发展奋力拼搏就一定能够成功。

- 1、举行家长会。利用一切可以利用的力量，齐心迎战。
- 2、举行百日冲刺宣誓主题班会，部署最后 100 天的复习要求。
- 3、通过主题班会、讲座，让学生了解和认识高考形势和动态，
- 4、将“抓两头，带中间”进行到底。
- 5、通过主题班会和高考理想的规划，激发学生对理想追求的欲望和缩短与高校的距离。

## 二、做好服务。

- 1、督促学生做好计划，合理安排学习时间，适当参加体育活动。
- 2、密切关注学生思想动向。除了联合科任教师及家长外，还及时请心理辅导老师，让心理辅导老师对学生进行心理辅导，使学生达到心理健康的水平。

3、针对学生每一次月考成绩，总分名次来了解学生的阶段学习情况。帮助学生比较，找差距、找原因、以求得在下一次考试中实现突破。

- 4、关心学生身体状况。
- 5、勤抓常管多督促严要求。
- 6、一个不能少。越到后期越要关注后进生。
- 7、多陪他们，做“板凳班主任”以提供更好的服务。

## 三、发挥团队优势，齐抓共管

经常与本班科任教师保持联系，负责协调本班科任教师之间的相互关系，调整各项教育教学措施。了解本班学生各科学习情况，协调各科作业负担以及课内外出现的问题，必要时召开本班科任教师会，共同研究，设法解决。

#### 四、加强与家长的沟通与交流

召开家长会，通过电话短信等各种途径同家长保持经常联系，沟通学校教育和家庭教育，发挥家长在学生教育中的作用。并做好家长的思想疏通工作。

#### 五、日常工作

（第一个阶段）

- 1、开好每周班会，加强学生教育。
- 2、综合素质评价。
- 3、做好皖八联考、宣城一摸、二模考试及高考工作。
- 4、做好学生高考体检工作。
- 5、加强与家长联系。
- 6、协作各课任教师工作。
- 7、高考动态信息公布。
- 8、考试技巧与策略辅导。
- 9、及时了解学生思想动态。
- 10、高考报名工作。
- 11、整理好学生的各项档案资料。
- 12、加强学生考前心理辅导。

13、高考前准备工作

14、填报志愿指导，填好志愿

（第二个阶段）

1、 组织开学各项常规工作。包括清点人数，缺勤请假，迟到早退记录，宣布课程表，宣布作息时间等等。

2、 打印高三暑期补课作息时间表。

3、 安排班级学生座位。

4、 分发《高三暑期补课学生自愿书》，签字后收回。

5、 安排班干填写《优秀学生干部》和《三好学生》获奖荣誉证书。

6、 安排班级财务管理员统计各项财务收支并支取班费，指派另一名班干负责购买笔记本 25 个作为各类获奖奖品。

7、 亲自撰写高三（22）班各类获奖奖词，主要是想通过语言鼓励和颁奖这种表扬反式，继续激励班级干部和各类获奖同学继续努力，齐抓共管搞好班级工作。

8、 除了以上 7 条以外，第一天，我本人作为地理教师，带三个班的课，几天前就把课备好了，我有上了三节地理课，无课时还两次走到自己班级教室巡视。晚上回去，做完家务，帮助爱人侍弄好几个月的孩子后，自己洗漱完毕，已经晚上 10 点多钟，在临睡前的几分钟手里拿起那本刚刚从当当网站邮购的著名教育家王晓春的《做一个专业的班主任》，还没翻两页，困意袭来，书一下子砸到地上，自己忽然就进入了梦乡。

高三班主任的个人教育工作计划 篇 3

综观近几年高考理综化学试题，总的讲试题难度不大，体现了源于课本，但知识覆盖面大。因此，高三化学总复习必须坚持三到位：即基础知识到位、逻辑思维到位、分析问题和解决问题的能力到位。而第一轮复习阶段是对学科基础知识的复习和整理，使之系统化和深化，把握学科基本知识的内在联系，建立学科知识网络。复习内容要细致全面，即达到知识上不留死角的目的。

### 一、整合教材科学安排

以化学知识块、教材章节、方法与技能相结合的方式整合教材，形成单元，按概念和理论（一）——无机元素化合物——概念和理论（二）——有机化学——方法与技能（强化）的主线组织单元复习，将计算和实验融合、穿插到各单元中。此整合教材组成单元复习的方法，能有效地感受知识的内在联系和规律，形成完整的知识结构和网络，促进能力的培养和提高。

### 二、注重基础落实细节

第一轮复习注重基础要突出教材。认真阅读、梳理教材，挖掘教材（特别是高三选修教材）中实验和习题的可变因素（如不同的方法完成同一实验或同一方法完成不同实验、一题多解和变式练习等），进行深入地理解、应用，夯实教材中的基础知识、基本技能、基本方法和基本题型。注重教材章、节之间知识内在联系、规律的揭示，形成知识结构和网络。如无机元素及其化合物知识（内容多、涉及面广，往往死记硬背，不易掌握），复习时应以元素周期律的性质递变规律作为知识主线，以化学基本理论作为知识网络，帮助学生理解、掌握相关内容，形成相应的知识结构和网络。即根据物质结构和元素周期表，逐一地判断某主族元素及其化合物的通性，同主族元素或同周期元素性质的递变规律；根据强弱电解质理论推知一种盐的水溶液是酸性还是碱性；根据离子反应发生的条件和金属活动性顺序或非金属活泼性顺序，推测某一反应是否发生；根据化学平衡和勒夏特列原理，知道如何促进或抑制某一反应的进行等。重视高中教材中的阅读材料、常识介绍，它们往往是高考考查的盲点。

### 三、训练思维培养能力

思维能力是化学学科能力的核心，复习教学要注重发展思维。精心设计化学实验、化学问题创设复习教学的情景，积极思维，对知识的梳理、归纳、总结要按知识结构的框架自己完成；对例题的分析、讲解，要有充分思考的时间和空间，注重分析思路，寻找解题的突破口；要精心选择记忆模仿、迁移应用、推理创新、空间想

象、评价最优、快准计算的练习题，训练和发展思维，提高思维能力层次。

要突出化学复习方法的指导。第一轮复习应在通读、精读教材的基础上梳理、归纳知识，按教材中每章小结的知识网络图形成本章的知识结构；将教材章与章之间的知识网络按知识的内在联系和规律，形成中学化学学科的知识体系和网络，以便应用时能快速、准确地提取相关知识，解决化学问题。

高三班主任的个人教育工作计划 篇 4

班级情况分析：

本班有学生 41 人，其中 17 男，24 女。从高二第二学期期末的成绩来分析，发现班级中同学的成绩普遍发展不均衡，英语这门学科尤为薄弱，其中男生表现的又尤为明显。

工作计划：

### （一）德育方面

#### 1、继续展开爱国主义教育和行为规范的养成教育。

行为规范是良好班风的基础，良好的班风又是良好学风的保障，因此根据学生实际情况，制定相关公约，营造一个良好的学习环境和氛围

#### 2、加强诚信教育

时刻注意培养学生的自我意识，以诚信立身。不弄虚作假，待人真诚，心胸宽广，为今后立足社会打下基础

3、继续推进“朋友式”德育交流模式的工作，建立新型的师生关系，推动同学之间、学生与家长之间的和谐氛围

#### 4、培养强有力的班干部队伍

对于只有热情但不会工作的既交给工作又教授方法；对有工作能力，但又怕耽误学习的就对他们进行全心全意为人民服务的思想教育，此外，在各项活动中不断发现和培养积极分子，扩大积极分子的队伍

#### 5、积极开展家访，保持家校联系

保持和家长的沟通和交流，将学校教育家庭教育有机的联系在一起，促进学生全面发展

## 6、全面支持各项活动

鼓励学生积极参与运动会，歌咏比赛等多项活动

## （二）学习方面

### 1、协调与任课教师的关系

经常与各课教师联系，进一步了解学生在课堂上的情况，教育学生学好各门功课

### 2、做好考前心理疏导和考后分析工作

培养学生良好的心理素质及考后及时总结分析的习惯

3、开展“培优补缺”工作，特别要重视做好“托底”工作。要对班级的4、5位临界学生进行个别有计划的辅导。

4、要组织好学生问卷调查和座谈会，听取学生对教学意见的反馈，提出改进教学的建设性建议。

## （三）日常工作方面

### 1、关注学生情绪变化，及学习状况，通过促膝谈心，加强沟通

### 2、对寄宿生和家庭情况比较特殊的学生给予更多的关心

高三班主任的个人教育工作计划 篇5

## 一、指导思想

全面贯彻教育方针。为了培养学生良好的思想道德和健全的人格，全面提高育人质量；为了更好地研究和探索班主任工作艺术，强化科研意识，搞好研究工作；为了加强对学生的情感投资，树立服务意识为学生提供优质服务；根据学校、教科处和年级组工作计划的要求，特制定本工作计划。

## 二、工作目标

1、团结协作，奋力拼搏，为保证完成学校下达的高考指标而进行班主任的开拓性工作。

2、强化德育教研，突出德育实效，使德育研究迈出新的步伐，进一步优化班风、学风。

3、保质保量完成学校、教科处。年级下达的各项任务。

### 三、措施与要求

1、继续将德育贯穿在教育教学的全过程。以人为本，牢固树立我校坚持教育为每位学生终身幸福服务的办学理念，突出以四有为主题的素质教育和以真才实学接受祖国挑选的育人特点。加强情感投资，为学生提供优质服务。

2、本学期德育教研主题为：继续注重心理教育，强化应试心理的调适，从而以平常心迎接高考。围绕这一主题，各班主任要以心理教育为切入口，加强学生良好的心理素质的训练，平时要有意识的对学生的考试心理进行心理素质教育，教育学生学会调控自己的情绪，具备良好的心理状态，能适应外界情况的变化，使自己的资质、潜能得到充分发挥。

3、狠抓理想、法制和安全教育，增强目标、法律和自我保护意识。结合案例，适时警醒学生，懂法守法，认真抓好、中、差生的教育和管理。班主任落实本班教师与临界生的帮教组，可采取个别指导、分层会诊、集体动员等多种形式和方法，把提升工作做到学生心里去，并建好受处分或问题学生的帮教转化的档案工作，总结后进生转化经验，探讨后进生转化规律，做到有据可查，以稳定学习、生活秩序。

4、继续重视上好班会课，写好教案，以体现德育教育的主阵地的育人功能。

5、抓好主题板报的续办工作，丰富墙壁文化，以培养学生的自主能力和对生活中真善美与假丑恶识别能力。

6、狠抓音、体、美等特长生的管理和补习工作。反复抓，抓反复，以极大的耐心、诚心和决心稳定他们的情绪，树立他们的信心，落实他们的文化课补习，以确保高考指标的圆满完成。

7、建立班主任走访制。注重与家长的沟通，适时、适可走访家长，取得家长的关心和支持，整合教育资源，推动班主任工作顺利而有序地展开。

8、做好学生考前心理辅导；耐心指导学生填报志愿并整理好学生的各项档案资料。

9、应学校强化年级管理之要求，以认真负责的态度参与高三年级的教学检查和管理中去，做到有序有效。

10、搞好年级班主任的日常管理，完成学校、年级组安排的临

时性工作。

### 高三班主任的个人教育工作计划 篇6

作为班主任，提前制定好下学期的工作计划，是对自己将要迎来的工作的铺垫，也是对学生的负责。只要工作中按照规则计划来教学，就可以做到心中有数，在工作的时候也不会感到吃力。

素质教育的提高，重点体现在教学质量的提高，要提高教学质量，必须重视在教育教学的各个环节上抓先导型的工作，高三尤为重要，因此，我们要做好几项工作。

### 一、明目标——质量为上。

质量是学校的生命线，质量是教育永恒的主题。因此，我们针对本届学生实际(整体比上届差的实际情况)，制定出本届高三人头和高考目标。

1、高考升学率争取与去年持平(95.4%)，其中本科保6人，力争8~10名;高考单课成绩也力争比去年上一个台阶。

2、具体落实到班级：人头目标

### 二、“以人为本，重在发展”。

1、以发展的眼光看队伍：

我们把办学思路，办学理念化为学校班子成员及课任教师的自觉行动，主管领导要“上好一门课，管好一个口”，做到“抓教学手不软，说教学话不短”。以全面发展的视野培养全面发展的人，高中教育最重要的是让学生考上大学，为了使学生考入大学，我们对高三老师的配备上慎重再慎重，本届高三老师除了历史、地理外，全都是带了2~3届以上的富有经验的教师。

2、以发展的眼光看备考：

整个高三工作是非常艰辛的，如果把它看成是任务来完成是很累得。如果处理不好上课、复习、模拟考试等各种关系或资料的新陈代谢就事倍功半，达不到预期目标。因此，我们要合理安排时间，精心选择资料，把高三的工作看成是一个教师自我提升，发展并实现人生价值的过程，为高三师生搭建好施展才华的舞台。校方给高三老师订了《中学教学参考》，另订04《高考说明》，北京海淀、湖北黄钢两套资料，班主任订了《今日方略》，下学期订一套模拟试卷。老师们还要从兄弟学校、网上等搜集资料，归纳提炼备考经验，研讨复习方法，把备考工作做到家。

### 三、措施。

1、做好八项工作：抓单科教学(尖子生吃偏食，中间生要帮助，差下生要稳住)；充分利用好班会，对学生警钟长鸣；分析高考动态、影响，做到有的放矢，克服盲目性；明确知识框架，考题一定要有价值(基础、综合、能力结合)；随时了解学生思想动态，定期召开备考研讨会，学生思想动员会，信息讲座等；坚决实行奖罚；文、理综教师加强调研，把好模拟关，文综组长：晋爱老师，理综组长：樊明彪老师。

2、两有数：班主任对学生心中有数，任课教师对学生心中有数，纵横比较、探索规律、培养目标心中有数。

3、两结合、加强对尖子生的辅导，培养尖子生与差下生相结合。任课教师、班主任、家长相结合，取得立体效应。

4、三个加强：作息时间加强，保证时间，12月后高三晚自习

延长到 8:30(多一个小时);加强质量意识;以质量求生存,以质量求发展加强训练(如作业量、资料)。

5、两个重点:突出重点学生,突出重点学科。

总之，我们把教学质量视为学校生命线，“知从高远，爱国敬业，为人师表，教书育人，严谨治学，与时俱进”。为实现并超过教育局下达的指标而努力奋斗。

高三学习是高中生活中最重要的一年，一年之后他们也将要迎来一生中最重要的考试，高考！在高考中取得成功，那么一生中就开始转向一个比较美好的未来，如果失败就意味着告别学生生涯，开始自己的另一段生涯了。

为了给学生们一个光明的未来，我必须时刻努力的工作！

高三班主任的个人教育工作计划 篇7

### 一、指导思想

在学校领导下，以年级组提出的“抓班风，促学风，严教风”的工作思路，突出体现学生主体为中心，加强学生干部队伍建设，加强学生的自我教育、民主管理能力，开展好学生的政治思想教育、道德教育、法制教育、心理健康教育，把学生培养成具有健全人格、美好心灵，具有创新精神和实践能力的新人。注重过程管理，稳定学生的思想工作，保证了学生安心学习，形成良好的学习氛围，力争在明年的高考中取得了较好的效果和良好的成绩。

### 二、抓好学风、班风建设。

良好的学风班风做好一切工作的前提。只有班风好了，学风才会好，学风好了才能在高考中取得好的成绩。因而本学期要做好的第一件事就是要抓好班风学风的建设。具体措施是：在开学初召开总结会，为每个同学分析存在的问题及要采取的方法，让每个学生知道自己的不足在那些方面，有一个努力的方向。其次是请班上复读的同学介绍以往的学习经验，也使同学们避免了他们所走的错误道路。再次组织好班上的各种辅导，抓好自习课的利用。利用班会课时间给学生看一些教学录像片，拓展视野，多开主题班会让学生在有益的主题中增长知识。

### 三、抓好纪律管理。

我班的一个的不足就是有部分同学纪律性不强，通过这次学校年级组的大力支持，纪律不好的毛病已经大为改观。全体同学充分认识到了良好的纪律是保证取得成绩的保证。为了保持得之不易的成果。在本学期要严格按照学校的管理办法及高三年级管理暂行规定来管好班上的纪律，做到不得无故迟到、早退、旷课，课间不得出校，有事外出要请假并有家长假条，如有违反严格按照规定处理。

### 四、落实中学生的日常行为规范，培养学生良好的行为习惯

男女生交往要大方、行为举止符合中学生要求；禁止打架、斗殴现象出现；不许将杂志等与学习无关的物品带入教室，课上禁止使用随身听、手机；上课前，教师进入教室后，班内要保持安静，以示对老师的尊重；维护班内卫生，热爱劳动，认真值日；爱护公物；严格管理升旗等集体活动的出勤情况和质量；重视年级组组织的班风学风竞

赛，对给班级抹黑的同学予以班内点名批评；加强班委会工作力度；

五、强化学习纪律，端正学习态度

1、改善课堂面貌，杜绝乱课、倦课，睡课，注意课堂纪律，课间不得在教室大声喧哗追逐打闹；上课铃响后要准备好该节课上需要的学习材料；不得在上课时左翻右拣，影响其它同学的学习和课堂纪律。

2、认真完成作业，不得抄袭和无故拖欠甚至不完成作业，课代表对于无故不完成作业的同学，应及时向班主任老师汇报.由班主任对其进行批评指正，两次不改正者将汇同家长一起处理.

3、学习有条理：每天睡前整理好第二天要交的作业及要需要的学习资料；课上认真记好笔记，保留好笔记本；准备记作业本，准备文件夹，随时收好各科作业及试卷，定期装订，以备及时复习。

#### 六、抓好学生的思想教育和心理辅导。

高三年级的学生思想较成熟，想的问题也比较多，如果引导不好容易偏离了主线。而且随着距离高考的时间越来越近，学生心理承受压力越来越大，这并不是学习好、差的事，面对人生的挑战、父母的关心、社会的舆论……无形中的压力都会伴随着他们，这就要求我们要时时去关心爱护我们的学生。平时多留心一些，多了解他们每个人心理承受点的不同，再从不同的角度，理智的不失时机地去分析指导，使得压力较大的同学能尽可能的轻装前进，使他们变压力为动力。只有这样才能取得更好的成绩。

#### 七、配合学校与年级组做好工作。

在做好班上的工作的同时还要配合好学校与年级组做好其它相应的工作。

总之，本学期是高考的前奏，做好本学期的工作就能为下学期的高考打下坚实的基础。我们相信，有学校党政的指导，有年级组把握航向，有全体任课老师团结一致，辛勤耕耘，奋力拼搏，有全体学生的勤奋努力，我们 0402 班的全体同学将取得优异的高考成绩。为实现我们全体同学心中的宏伟目标而努力奋斗。

### 高三班主任的个人教育工作计划 篇 8

#### 一、认清形势，做好班级稳定工作

从思想上给学生讲清我们面临的高考的严峻形势。一要抓好立志教育，立志立大志，立坚韧不拔之志；二要培养学生打持久战的思想准备；三要培养学生的吃苦耐劳的精神。使学生明白只要有信心，再加上刻苦努力的学习，朝着自己的目标发展奋力拼搏就一定能够成功。

二、以抓学习为重头戏，为不同层次的学生制定不同的目标，力争要让学生在每学期有跨越式的进步

“抓两头，带中间”这是常规的方法。通过对优生个别谈心，为他们指出学习的光明之路，明白所处的位置，鼓足信心，争分夺秒，为班级带头，做好榜样。在学习上既要在全班争上游，又要在学校争先。对后进的一些同学个别谈心，让他们树立信心，看到前途的光明，通过今年和今后高考形势的分析，向他们指出，只要努力拼搏，考第三层次即专科是一定能够成功的。只要抓好这两个方面的工作，全班工作定会出现好的局面。

三、做好各方面的保证措施，为学生营造一个优良的学习环境

1、选好班委，维持好上课、课间、早晚自修纪律。将班级卫生和公共场地卫生的保持与学生的社会实践活动相结合。

2、勤抓常管多督促严要求及时进行班风校纪的教育及各项安全教育，以常规管理为载体，进一步完善制度班级制度建设，规范学生的各项管理要求，重申学校及政教处的各方面的要求，防患未然。

3、指导每位学生制订好学习计划，明确努力的目标和方向，通过经常检查学生的作业、笔记、课堂纪律和考试情况，及时了解学生的学习情况，并通过班会课、个别教育和榜样引导相结合的方法，培养学生良好学习习惯。

4、充分利用考试的杠杆作用，每次考试结束要求每一位学生写出考试的得与失，查找经验与不足，并列出整改计划和下次考试的目标。

5、结合本校的心理辅导老师开展心理健康教育，增强学生的心理品质，摆正学生的同学交往观念，锻炼过硬的心理素质，使学生能够从容的面对高考，确保主要精力放到学习上。

6、采取有效的措施，坚持落实政教处关于“三室”的巡查要求，杜绝学生进网吧。

7、经常进行班级工作的总结和各项计划的调整以更好的做好班级各项工作，使班级各项工作得以更好的开展。

四、抓好学生的身体锻炼工作，严格按照学校的作息时间表执行，不“加班加点”给学生充足的睡眠和休息时间，不打疲劳战，为高考积蓄能量。

高三班主任的个人教育工作计划 篇9

一、指导思想

本学期班级工作遵循学生思想道德发展的规律，坚持以育人为本，以发展人为本，以促进人全面发展为本。通过制度(目标管理、考评机制)完善、工作创新，着力关注学生的思想动态，采用灵活、激励政策，使学生沉淀心情、专注学习。

## 二、班级主要情况

本学期我继续任高三 12 班的班级管理工作。该班是学校的普通理班，现有学生 49 名学生，女生 25 人，男生 30 人，寄宿生 54 人，走读生 1 人。开学初的学情是绝大部分同学纪律观念强，学习态度认真，目标明确。目前的班级情况为：班级的整体学情较好，为了让本班学生养成良好行为习惯和学习习惯，学会自我管理，树立明确的人生目标，力争更高更快地发展自己，为高考冲刺奠基，我拟订班级德育工作计划如下：

(一)、常规和学习方面，逐步达成完善的学生自我管理。继续争创示范班。

(二)、开展多样式的班级学生活动，树立积极进取、敢于拼搏的良好学风，敦促所有学生早立志、早努力、早成功。

(三)、配合学校政教处和年级开展的德育中心工作，有步骤、分阶段地开展塑造学生美好心灵的工作。

(四)、积极探索学生自我管理模式，营造良好学风。具体设想如下：

1、利用班会课开展榜样教育。

设想 1：考试心得大家谈(积累考试经验)；

设想 2：本班优秀学生学习方法交流； .

设想 3：“我的一日作息安排”（指定一走读生和一寄宿生）讨论并供大家借鉴好的做法。

设想 4、心理健康辅导，如：如何排解考试紧张心理等。

2、建立班情记录本，及时发现了解学生学习情况。

3、开展课任老师与困难学生“结对子”活动。

4、坚持开展优等生的培优工作。

(五)、坚持用“面向全体，抓两头，促中间，全面提高”的理念指导班级教学管理工作，集中主要力量抓好学生的学习成绩。

1、坚持做好“谈心”工作，及时鼓励表扬学生。

2、建立学习优秀和学习进步奖励制度。

3、定期做好学习阶段性效果分析。

4、坚持每周批阅周记，做好笔谈工作。

5、利用网上家校，争取家长配合，形成家校合力。

(六). 本学期加强方面：

1) 本学期学生面临大型考试密集，作好学生心理工作尤为必要。

要指导学生学会总结、学会分析、保持良好心态。

2) 与家长及时做好沟通交流工作，加强家校配合，促进学生的成人成才。

3) 本学期任务重，学期短，更要效率高，因此，要将学生的学情分析做的更细致，充分挖掘学生潜力，营造勤学班风，不留遗憾。

高三班主任的个人教育工作计划 篇 10

进入高考倒计时阶段，班主任工作重点抓班风、学风建设，营建一个良好的班级学习氛围和环境，点燃学生最终冲刺的热情与活力。本学期必须做好以下几方面的工作：

### 一、高考氛围的营造

鼓励学生应对挑战迎难而上。培养学生勤奋拼搏的意志品质；培养学生耐得住寂寞、抵制住诱惑的心态。使学生明白只要有信心，再加上刻苦努力的学习，朝着自我的目标发展奋力拼搏就必须能够成功。

- 1、举行家长会。利用一切能够利用的力量，齐心迎战。
- 2、举行百日冲刺宣誓主题班会，部署最终 100 天的复习要求。
- 3、经过主题班会、讲座，让学生了解和认识高考形势和动态，
- 4、将“抓两头，带中间”进行到底。
- 5、经过主题班会和高考梦想的规划，激发学生对梦想追求的欲望和缩短与高校的距离。

### 二、做好服务

- 1、督促学生做好计划，合理安排学习时间，适当参加体育活动。
- 2、密切关注学生思想动向。除了联合科任教师及家长外，还及时请心理辅导教师，让心理辅导教师对学生进行心理辅导，使学生到达心理健康的水平。
- 3、针对学生每一次月考成绩，总分名次来了解学生的阶段学习情景。帮忙学生比较，找差距、找原因、以求得在下一次考试中实现突破。

4、关心学生身体状况。

- 5、勤抓常管多督促严要求。
- 6、一个不能少。越到后期越要关注后进生。
- 7、多陪他们，做“板凳班主任”以供给更好的服务。

### 三、发挥团队优势，齐抓共管

经常与本班科任教师坚持联系，负责协调本班科任教师之间的相互关系，调整各项教育教学措施。了解本班学生各科学学习情景，协调各科作业负担以及课内外出现的问题，必要时召开本班科任教师会，共同研究，设法解决。

### 四、加强与家长的沟通与交流

召开家长会，经过电话信息等各种途径同家长坚持经常联系，沟通学校教育和家庭教育，发挥家长在学生教育中的作用。并做好家长的思想疏通工作。

### 五、日常工作

- 1、开好每周班会，加强学生教育。
- 2、综合素质评价。
- 3、做好皖八联考、宣城一摸、二模考试及高考工作。
- 4、做好学生高考体检工作。
- 5、加强与家长联系。
- 6、协作各课任教师工作。
- 7、高考动态信息公布。
- 8、考试技巧与策略辅导。
- 9、及时了解学生思想动态。

## 10、高考报名工作。

### 高三班主任的个人教育工作计划 篇 11

高三一年，可以说是一个人学习生活中最重要的一年，在这一年里，是改变人生命运的一年，在这一年里，考上大学的人就可以开始正规的学习生活，而考不上的同学只好回家，或者工作，或者学技术。总体来说，考上大学时每一个人的梦想！而我作为高三的班主任，就更加需要努力的工作了，有多少同学需要我的指导和我的'帮助呢，我会拉紧发条，努力工作！

本学期，我担任高三（七）班班主任，高三（七）八九三个班语文课，一切都从零开始，有是一项新鲜的有挑战性的工作，当然也任重而道远，本学期我的班主任工作力求从小事入手，从细小忽微处要成绩。

#### 一、基本情况

高三（7）班是个物理班，共 55 人，其中男生 47 人，女生 8 人。

总体来说，本班有如下特点：

- 1、思维活跃，基础较为扎实，成绩较好。
- 2、班风纯正，团结、活泼、和谐、务实的班集体基本形成。
- 3、有轻度的两极分化情况。
- 4、随紧张的备考而引发的各种心理疾病常有表现，如烦躁、忧郁、失眠等。

#### 二、几项重要任务

1、高考动员，激发同学们为理想、前途而拼搏的热情，主题是“争分抢秒，全力以赴，无悔高三”。

2、高考报名。注意提醒学生根据自己的实际情况选报\_科

3、组织学生作好体检工作。

4、动员学生作好“一模”的备考工作。“一模”的成绩很大程度上决定着高考志愿的填报，它实际上是对高考成绩的检测。必须作好充分的准备。

5、作好“二模”的备考动员。

6、组织学生作好体检工作。

7、组织学生作好志愿的填报工作。填报志愿是一门科学，填报的好坏直接影响的高考录取。如何根据自己的实际，根据自己的兴趣、爱好，参考往年的录取情况，科学地、合理地填报志愿是重中之重。

8、组织学生参加高考。重点是“沉着、冷静、细心、守纪”。

### 三、具体的实施步骤

根据学校的总体部署，结合本级、本班的具体实际，拟做如下安排。

#### 周次主要工作

1 开学典礼，高考报名

2 强调班纪班风

3 摸底考试

4 摸底考试分析

8 一模

9 一模总结

10 家长会

11 二模、体检

12 高考备考心理辅导

13 二模总结

18 德育考核及操行评定

19 高考

四、班级管理中，用制度说话。

1、实行奖罚制度，加强纪律约束。

对迟到、旷课的学生，因其不能保证正常的上课秩序，实行罚款制度，同时对月全勤，学期全勤同学予以奖励。

2、保证提供一个安静舒适的学习环境。

由班长到值周班长到普通学生，及时反馈班级纪律情况，并实行班任跟自习，保证自习课的正常进行。

3、保证提供一个清洁整齐的生活环境。

由值周班长，带领本组值日生，责任到人进行一周值日工作，对不负责任得值日生，出现严重扣分值日生，罚重新值日。

五、学习生活中，保持昂扬向上的心态。

1、密切关注学生思想动向。

人有智力高潮低潮时，情绪也同样，所以要密切关注学生思想，对出现消极悲观的思想学生及时做工作，始终保持乐观进取的心态，对班级整体出现思想波动现象，要及时讲教心理咨询室老师，做好心理调节器整工作。

## 2、引进竞争机制。

针对每一次月考成绩，总分名次都通过列大榜了解学生的阶段学习情况，同时让学生确立下次的目标，通过实现目标，完成目标情况与未完成情况比较，找差距、找原因、以求得在一次考试中实现突破。

## 六、日常生活中，解决学生实际困难。

### 1、到生活有节奏，有规律。

督促学生做好计划，合理安排学习时间，处理好闲暇时间，并且形成高三补习班生活规律，跟上节奏，不要过快，也不要过慢，在一张一弛中调整状态，以最佳的身心投入学习生活。

### 2、落实家访，了解学生生活实际。

高三学生全体都是住宿生，班主任要到他们住的地方，真实了解他们生活实际，学习环境好坏，有无生活困难，适时帮他们解除后顾之忧，全心投入学习生活。一年的时间说短也长，说长也短，让我们以持久的恒心和毅力去做好每一件小事，相信我们付出汗水定能浇灌出明天成功的花朵。

一年的工作很快就会结束，但是对学生来说，高三一年的生活却是那样的漫长，等待高考，开始高考，努力工作，这是对学生最

大的煎熬了，相信只要不断的努力，那么就会有更大的进步。我要做好工作，要帮助学生在生活、学习、心理上保持健康，以健康的心态迎接高考，迎来最美好的一天！

## 高三班主任的个人教育工作计划 篇 12

本学期离高考还有 100 多天。班上学生总体成绩较好，在\_\_市第一次模拟考试中，全班同学均考到了一本分数线上，班级平均分 600 多分，位于实验班前列。如何在新学期发扬优势，弥补不足，帮忙学生做好复习备考工作，争取让成绩再上一层楼，是新学期的当务之急，需要做很多的工作，现大致计划如下：

### 一、指导思想

在学校领导下，以突出体现学生主体为中心，加强对学生的思想教育、道德教育、法制教育、心理健康教育、职责教育、梦想教育，提高学生自我教育本事、自主管理本事，培养学生具有健全人格，具有拼搏进取精神，争创高考梦想成绩。

### 二、主要工作

1、做好学生思想教育工作，指导学生从思想、知识、心理、身体、考技等方面做好准备，稳定情绪，以良好的精神状态去迎接挑战，去把握住人生重大选择的机会。

2、认真上好班会课。利用各种形式的班会课对同学们进行思想教育，调动学生学习的进取性，培养学生良好的品格、修养等。异常上好第一周的班会课，帮忙同学们树立争取高考胜利的信心。有计划地安排一些主题班会，提高每一次的班会课的质量。

3、实行班干部轮流值日负责制，严格考勤，严格控制自修课纪律。配合开展学校的各项活动，持之以恒地抓好学生的日常行为规范教育。不定期深入学生宿舍，协同宿管组搞好宿生的管理工作，为同学们营造一个良好的休息环境。

4、争取各科任教师的大力支持，做好培优转差工作。要确定优生的培养目标和差生的转化目标，协调好各科的关系，均衡发展，构成高考合力。

5、多与家长沟通。要有严格的请假制度，树立安全意识，遇到特殊情景及时与家长联系。

6、组织好学生高考报名、高考体检、填报志愿等工作，整理好学生的各项档案资料，对学生负责。

组织好班级全体同学在高三最终的半年时间里，稍安毋躁，稳定心态，拿出干劲，全力拼搏，争创高考佳绩！

### 高三班主任的个人教育工作计划 篇 13

#### 一、善于整合高中三年所学基本知识和基本方法

高三第一轮复习是以基本知识和基本技能为学习核心，常常需要重复温习高一二已学知识点和基本技能，这个过程需要重复实现温故而知新，即在原有基础上要有新的发现，这就需要在复习高一二所学知识时，善于镶嵌高中三年所学内容，来实现复习的新意和高效。

#### 二、善于拓展原有的基本方法和基本技能

在高一二我们所掌握的方法毕竟很有限，高三学习后无论是视

野和基本技巧都得到了较大的改善，因此，一些高一二必须采用的方法，到现在可以优化和改进，以便减少计算量，提高运算速度，改善学习方法。

例如到了高三后，解决函数的单调性的策略有两种，一是利用函数单调性的定义，二是利用求导的办法，显然利用函数单调性的定义比利用求导要复杂得多，因此，在高三第一轮复习时，最好能整合利用函数求导来解决函数单调性问题。这样在处理此问题时，就可以回避利用函数单调性定义来研究对函数的单调性问题了。这自然就拓展了原有的基本知识、基本方法和基本技能，提高了学习视野和复习效率。

### 三、善于镶嵌高中三年所有学习技法，造就思维落差

高三第一轮复习仅仅是回顾和实践旧知识是永远不够的，在第一轮复习过程中，需要不断强化和更新旧知识，不断造就思维落差，才可能获得新智能。只有在不断发展和领悟中，获得惊喜，才会感受到第一轮复习不是无谓的重复，机械的回顾。高三第一轮复习需要在强化和更新旧知识的基础上，增添新的感悟，才能持续不断地获得分析问题和解决问题的能力。

### 四、主题突出，活而不杂，多而不乱

我们提倡高三第一轮复习要整合高中三年所学内容的所有基本方法，但我们并不主张高三复习出现过大的思维跳跃，或者主题不突出，甚至没有主题的复习方法。我们所提倡的整合是主题鲜明，结构严谨，活而不杂，多而不乱的复习策略。

我们就以“求函数的值域”为例，在设计上，虽然我们在问题中整合了高一、高二高三所学的所有方法，具有一定的跳跃度，但每一个问题都是围绕函数求值域这个中心来考虑问题的，重点突出了高一阶段所学的知识，所镶嵌的高二高三知识，是为了丰富高一所学知识，让高一所学基本方法和基本技巧更加优化合理而又不形成定势，让方法转化成技巧，让技巧转化成数学品质和能力。

总之，高三第一轮复习应注重基本方法和基本技能的复习和过关，在复习的过程中应巧妙地整合高中三年所有的的基本方法和基本技能，让每一节复习课活而不杂，多而不乱，主题突出，方法有新意，思维有落差。

#### 高三班主任的个人教育工作计划 篇 14

##### 一、班级管理中，用制度说话

###### 1、实行奖罚制度，加强纪律约束。

对迟到、旷课的学生，因其不能保证正常的上课秩序，实行罚款制度，同时对月全勤，学期全勤同学予以奖励。

###### 2、保证供给一个安静舒适的学习环境。

由班长到值周班长到普通学生，及时反馈班级纪律情景，并实行班任跟自习，保证自习课的正常进行。

###### 3、保证供给一个清洁整齐的生活环境。

由值周班长，带领本组值日生，职责到人进行一周值日工作，对不认真负责值日生，出现严重扣分值日生，罚重新值日。

##### 二、学习生活中，坚持昂扬向上的心态

1、密切关注学生思想动向。

人有智力高潮低潮时，情绪也同样，所以要密切关注学生思想，对出现消极悲观的思想学生及时做工作，始终坚持乐观进取的心态，对班级整体出现思想波动现象，要及时讲教心理咨询室教师，做好心理调节器整工作。

## 2、引进竞争机制。

针对每一次月考成绩，总分名次都经过列大榜了解学生的阶段学习情景，同时让学生确立下次的目标，经过实现目标，完成目标情景与未完成情景比较，找差距、找原因、以求得在一次考试中实现突破。

## 三、日常生活中，解决学生实际困难

### 1、到生活有节奏，有规律。

督促学生做好计划，合理安排学习时间，处理好闲暇时间，并且构成高三补习班生活规律，跟上节奏，不要过快，也不要过慢，在一张一弛中调整状态，以的身心投入学习生活。

### 2、落实家访，了解学生生活实际。

高三学生全体都是住宿生，班主任要到他们住的地方，真实了解他们生活实际，学习环境好坏，有无生活困难，适时帮他们解除后顾之忧，全心投入学习生活。

一年的时间说短也长，说长也短，让我们以持久的恒心和毅力去做好每一件小事，相信我们付出汗水定能浇灌出明天成功的花朵。

高三班主任的个人教育工作计划 篇 15

十年寒窗，剩下最关键的时候。面对高考大关，学生是否有良好的心态和扎实的知识顺利通关，与各学科的教与学有密切联系，也与班级管理工作息息相关。为让高三 13 班每个学生都能够考上理想大学，充分调动学生的学习热情，针对本班实际情况，特制定本计划：

#### 一、学期目标：

- 1、争取高考完成学校规定任务。
- 2、争取获得年级先进班荣誉

#### 二、工作措施和重点

1、关注身心健康，培养冲刺精神。备考复习，知识量大，难度和综合性强，学生的心态波动大，高考试题有一定的长度、广度、梯度，学生有怯场心理，复习阶段保持积极稳定、紧张有度的心境极为重要。高三开学后的三个月，是学生智力大开发的时间，这时期的两次摸底考试，让学生认识到高三复习备考的严重性，作为班主任，我准备抓住这一时机，充分利用课余时间，及时做好心理辅导，多利用课后时间同学生谈话交流，正确引导他们看待考试和成绩。要重成绩，但不能过分，让学生感受到只要认真学习，有足够的投入，考试时能正常发挥就行了，不能苛求，对成绩好的同学给予表扬鼓励，对尚未达理想成绩的同学给予打气激励，让各个分数层次的同学都不甘落后，都有拼搏冲刺的精神，都有沉着应考的那般劲。

2、及时调整学生心理状态，营造备考氛围。高考是人生的重大转折之一，学生心态复杂，思想负担重，作为班主任，自然有学生的共同体验。开学初由宣传委员牵头，每周出一期“学生自主发挥特长”的主题板报，同时通过班会时间宣传我班在备考中的优势，让学生感觉前途充满希望。让全体学生对自己充满信心地投入到高考复习中，提升高考复习气氛。

3、及时同科任老师交流，发扬我班科任老师的优良备考资源，对学生进行学法指导，培养学科兴趣。学法的掌握，是提高学习效率的关键。针对上学期数学较差的问题，向学生介绍理科学习一定要掌握概念，理解规律，分析问题时要认真审题，建立情景模型，寻找解决问题的切入口，训练要足量到位，同时充分利用下午读报课的15分钟进行英语薄弱工作。在复习过程中提醒学生要善于总结，自我归纳，及时反馈及时纠错。指导学生各科建立错题档案，正在着手找一个合适的时

### 高三班主任的个人教育工作计划 篇16

#### 一、班级现有情况

高三(10)班是单考单招会计班，共有学生64人。其中男生37人，女生27人。高二时期就已经在学校出名了，班上有二十多位留校察看的学生。班上大部分学生都有知识储备不全，成绩较差的特点；另外有少部分学生，除基础欠佳外，学习态度、学习方法以及心理都有些问题，导致考试成绩不佳。想要他们在高三者一年中取得很大的进步，各方面都要付出很大的努力。

## 二、班务工作重点

1、做好学生思想工作，指导学生从思想、知识、心理、身体、考技等方面做好准备，稳定情绪，以良好的精神状态去迎接挑战，去把握住人生重大选择的机会。进一步对学生状况进行摸底调查，了解学生在家庭、生活、学习、性格、心理、思想、理想等方面的基本情况，掌握优点和缺点、优势和弱项、成绩和困难，在调查的基础上分类，研究制定相应的教育辅导措施。经常给他们鼓劲，让他们有信心。帮助他们制定锻炼身体的计划，放松心情。加强心理辅导工作。开学初对学生心理状况调查，确定需要辅导的对象，分类进行辅导；结合月考小节和周记了解学生心理状况并进行辅导；对有严重心理问题的学生进行重点辅导。

2、认真上好班会课。利用各种形式的班会课对同学们进行思想教育，调动学生学习的积极性，培养学生良好的品格、修养等。有计划地安排一些主题班会，围绕会计班级工作精心设计班会课主题，本学期的班会课主要有以

下主题：树立远大理想；挖掘自我潜能；追求理想和踏实奋斗；思考和效率；助人和竞争；爱心和成功；等等。

3、在高三的全过程中给他们贯穿信心教育。在高三第一轮复习过程中发动所有任课教师一起见缝插针地进行信心教育和积极的心理暗示。

4、信心教育主要从以下几个方面进行：

①情感投入激发学生自信心。

②课堂教学上培养学生的自信心。

③文化熏陶树立学生信心。

④激情宣誓张扬自信。

⑤发挥班主任在信心教育中的核心作用。

⑥成功教育鼓足信心。

⑦赏识教育深化信心。

⑧宽容学生，实现自我教育。

5、做好协调统筹工作，各任课老师团结协作，争取高考总分的“最大化”。取得各科任老师的大力支持，做好培优转差。要确定优生的培养目标和差生的转化目标。经常与任课老师取得联系，协助任课老师抓好我班学生的各科基础。同时也经常与科任老师交流他们的学习动态，作业完成情况等等。了解本班的动态，协助任课老师解决课堂上或课后存在的各种问题。

6、多与家长沟通。要有严格的请假制度，树立安全意识，遇到特殊情况及时与家长联系。本学期拟在电话交流和家长会交流的基础上，有针对性地进加强家访，以激励学生，并帮助学生解决一些实际问题。

### 高三班主任的个人教育工作计划 篇 17

本学期，我担任高三（七）班班主任，高三（七）八九三个班语文课，一切都从零开始，有是一项新鲜的有挑战性的工作，当然也任重而道远，本学期我的班主任工作力求从小事入手，从细小忽微处要成绩。

一、 班级管理中，用制度说话。

1、 实行奖罚制度，加强纪律约束。

对迟到、旷课的学生，因其不能保证正常的上课秩序，实行罚款制度，同时对月全勤，学期全勤同学予以奖励。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。  
。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/367113161020006111>