# 高三家长会班主任发言稿文科班范文三篇

来源：网络 作者：紫陌红颜 更新时间：2024-06-14

*班主任是指班主任。他是一名教师，全面负责班级学生的思想、学习、健康和生活。他不仅是一个班级的组织者、领导者和教育家，也是全班教师教学和教育的协调者。 以下是为大家整理的关于高三家长会班主任发言稿文科班的文章3篇 ,欢迎品鉴！高三家长会班主任...*

班主任是指班主任。他是一名教师，全面负责班级学生的思想、学习、健康和生活。他不仅是一个班级的组织者、领导者和教育家，也是全班教师教学和教育的协调者。 以下是为大家整理的关于高三家长会班主任发言稿文科班的文章3篇 ,欢迎品鉴！

**高三家长会班主任发言稿文科班篇1**

　　尊敬的各位家长：

　　您们好!

　　首先请允许我代表高三(12)班全体师生对您们的到来表示衷心的感谢!谢谢您们!记得前年九月，您们把孩子送到学校，满怀期望，深信不疑地交给了我们。时间过得真的很快，两年过去了，您们的小孩此刻正处在爬山的艰苦困难时期----高三学习阶段，高三对我们的每一位同学来说，都处在人生的十字路口，至关重要。在这最关键的时候，我们把各位家长请来，共同关心、了解和分析他们的学习和生活状况，家校共同努力，给他们以适当的帮忙和推动，使学校、学生，家庭三方构成合力。

　　说真的，您们来了，于百忙之中挤出时间，不仅仅给我们带来开天辟地的勇气，更给您们的孩子带来最温馨的关怀。您们是孩子心中学习最深厚、最博大的动力根源!请相信一句话：人间自有公道，付出总有回报。在这有限的200多天里，只要有您们的倾力关注，便会有孩子们强大的持续不断的拼力!请暂时放下手中的生意与农活吧!为了孩子一生的幸福，所以我推荐：你们、孩子们、还有我们老师紧紧地团结在一齐，让您们的孩子我们的学生能够在明年的六月带着期望上路，放飞他们的梦想!为此，再一次感谢您们!

　　这天我们家长会的主要议程有以下七个方面：

　　一、班级状况介绍

　　(一)、教师队伍(具体自己填写)

　　(二)、班级构成

　　高三共有文科学生309人。我们高三(12)班共有学生53人，文科平行班，女多男少。

　　(三)、学习氛围

　　总体特点：学习刻苦，竞争劲头足，成绩进步明显。住宿同学大部分是从早晨5点多起床到晚上10点50就寝，除了休息和吃饭外，基本上是除了学习还是学习。学习都是比较刻苦的。他们中有很多人早晨5点多一些就起床到教室看书，如：丘丽婷、许亮、黄琼珊、赖娴等。住在校外也有十分认真努力的。大家都唯恐落后，竞争的劲头都很足。在这种环境下，很多同学的成绩有了明显的上升，如丘丽婷、许亮、黄琼珊、赖婷、彭胜颖、丘艳梅、赖苑琼、邓翠梅等在学习努力程度和成绩上都有不同程度的进步。

　　二、我校近几年的高考形势的简单介绍(具体自己填写)

　　根据学校带给的近三年的高考上线状况统计表介绍高考状况，我校无论是1A(国重)、二本(2A和2B以上)以上、省线(3A)以上人数比例均居梅州市同类学校的前列。

　　三、学校的管理

　　鉴于高三的关键性以及为学生带给良好的学习和生活环境，学校专门为高三提出了严格的管理规。要求年级分管领导、班主任、还有高三其他老师全天全程陪同学生的学习和生活、保证有学生的地方，必定有我们的老师，让学生不会感到在学习路上的孤单和厌烦。同时，对那些害群之马也进行从快、从重、从严处理，所以期望家长能够理解并支持。

　　四、摸底考试简单分析

　　在8月23、24两日，我们高三年级举行了进入高三级以来的首次大型考试。现向家长汇报如下：

　　(一)、班级考试状况整体分析(成绩单张贴在后面的公告栏里)

　　本次考试总共考六门，语文、数学、英语各150分，政治、历史、地理各100分，总分为750分。我班总平均分398.8分，排在年级五个平行班中第二位。其中我班许亮同学是分520分(全年级文科分597分)，在全年级排第19名;全年级前50名中，我班依次有许亮、丘丽婷、涂冰妮、赖婷、黄琼珊、黄建林等6位同学。

　　(二)、光荣榜(前十名)(具体自己填写)

　　(三)、同学考试状况分析(具体自己填写)

　　1、成绩一向比较稳定在班级前十名的同学：许亮、丘丽婷、黄琼珊、赖婷、涂冰妮、黄建林等6位同学。

　　2、进步较大的同学：江梦玲、彭胜颖、王静、叶子凤、赖苑琼、杨维、邓翠媚、李珂非、黄雅等九位同学;其中彭胜颖、王静、叶子凤、赖苑琼、邓翠媚、李珂非、黄雅分别前进十多名。

　　3、学有余力的同学，但思想不太重视的同学：钟利灵、曾龙君、刘晓、钟清燕、刘海等人。期望家长加强沟通。多了解其内心想法。

　　五、班级目前存在的问题。

　　1、部分学生偏科现象严重，包括一些成绩比较好的同学同样也存在这个现象。

　　2、部分学生的睡眠状况不是很好，这和他们的饮食习惯和作息习惯有关。

　　3、部分学生心理压力大，学习上过于急躁，急于求成，总想一下把很多知识都学完。

　　4、很多学生只停留在苦学上，不能做到实干加巧学。

　　5、不能正确地估价自己，有时把目标定得太高，或有时把目标定的太低。

　　6、不能正确地对待每一次考试成绩，个性是一次，两次考得不理想就感到无所适从，丧失信心，从此一蹶不振。

　　7、上课不动脑筋，不跟老师一齐思考，热衷于获得现成答案，死记硬背。

　　归纳起来主要的问题是：压力比较大、学习效率不高、心理承受力弱、学习不得法，自信心不足。针对以上这些问题，我们老师和家长就应为他们做些什么呢

　　六、班主任工作

　　1、做好任课老师与与学生之间的协调与配合。这也是班主任工作的重要职责之一。及时了解各门学科的教学状况，听听同学们的心声，把学生的信息反馈给任课老师，以到达调整教学的手段和方法。对于偏科的同学，今后还要想办法，鼓励学生尽量多投入时间和精力，同时鼓励学生多同自己所偏的学科教师多沟通，争取这种局面有所好转。

　　2、规范学生的行为。虽然是18、19岁的人了，但毕竟还是小孩子，纪律行为方面自控潜力还比较弱，再说人本身也是有惰性的，有时难免偷懒和放松，需要不时的督促。同时学校又是一个群体生活，需要有统一的行动，才能保证大家都有一个学习和休息的环境。所以这点推荐家长要个性配合。

　　3、在学生学会做人、学会学习上下功夫。做人是无止境的。学习首先要学会做人，学会团结同学、尊敬师长、尊重他人，孝敬父母，培养一个健康良好的心态。

　　4、帮忙学生构成良好的学习习惯。首先合理利用时间，时间对每个人都是平等的，大家都比较努力认真的状况下，谁合理地利用了时间，谁才有可能在竞争中获胜。我时常对学生说，早起是重要的，但效率更重要。中午必须要有一段休息的时间，这样才能保证下午和晚上有充沛的精力。其次要有一个良好的学习环境，一要心静，心无杂念;二要多问，多向老师请教，向同学问。

　　5、用心与家长进行沟通和联系。学生的健康成长不仅仅需要很好的学校教育，还需要良好的社会教育和家庭教育。作为班主任，要主动地与家长取得联系，要多听取家长的意见和推荐，但同时也期望家长如果发现学生有什么问题要及时与我取得联系。

　　七、需要家长配合的几个方面

　　有道是“有径可登锋，全凭众志成城，博雅塔前攻纳米;无绳能系日，务期韦编三绝，未明湖畔咏关睢。”既要求学生发扬韦编三绝、不达目的誓不休的韧劲，也要求大家众志成城，共同打造学生的教育环境。在那里，我结合我们学校、我们班级的状况，跟各位家长谈几点不成熟的推荐：

　　1、重视家庭教育。家庭教育是学校教育的基础。没有良好的家庭教育，学校教育寸步难行。有人认为：把孩子交给了学校，家长就万事大吉了;如果孩子不听话、成绩不好，就是老师没教好。状况不完全如此。您去研究一下那些优秀学生，看看他们之所以能进重点中学、考上大学，与他们的家庭和父母的素质有什么关系。我们都明白：“性格决定命运。”那么，人的性格是在哪里基本成型的是在家庭。家长一般都迷信分数，其实高分往往是以高情商作为前提的，而情商是性格的重要组成部分。我见过许多就智力来说上大学根本没有问题的学生，结果连初中都毕不了业，毛病就出在性格上：有的太懒，有的怕吃苦，有的任性，有的光明白花钱……家长是孩子的第一任老师，也是孩子的终身老师。所以，孩子的命运，他的学习成绩，他会考上什么学校，将来有没有出息，基本掌握在家长手里!我那里毫无推卸学校职责的意思，而是期望家庭和学校的教育能够各司其职，紧密结合。

　　2、做一名有心的家长，经常和老师持续联系

　　做后勤部长，在物质上给予适度保证，保证学生学习所需，有部分学生时常以饼干和方便面为食，导致胃病、感冒等时有发生，有时一次感冒就要耽误一两天学习没有效率。所以家长们在平时注重观察，及早发现一些状况，有病及早治疗，身体虚弱要加强营养。多带给诸如水果、牛奶、饼干、保健品等东西，让孩子有足够的体力和精力投入到紧张的备考中去;做心灵驿站，在精神上给学生的营造适当简单的氛围，要相信孩子，对孩子充满期望，和持续良性沟通，及时消除他们的不安和恐惧，帮忙他们坦然应对挫折。毕竟高考前的模拟考试比较多，偶尔的进退都正常。在应对成绩时，在班里和学校的排行位置也是值得关注的。你可千万别小看了这个位置排行，这也但是高考报志愿的最重要的依据之一，与此相比较而言，你孩子到底考了多少分倒是其次的。当然，家长首先要沉住气，不管孩子考得好坏，都要告诉他(她)：胜不骄、败不馁，成绩面前找差距，困难时刻看到光明……当然啦，家长你自己首先要带头做到这一点。同时，推荐家长在这一年，不要一味地迁就他，给手机用啦、给大笔的零花钱啦，护孩子的短啦，还是不行的。要透过合理的方式，规范他们的言行举止，要让自己小孩意识到：和别人比学习、比努力、比进步，而不是比穿得好，

　　用得好，是不是;做高考信息员，适当留意考试信息。

　　除此之外，对于高三这一年，我推荐家长还要做到：首先是热情支持。父母对孩子学习上的支持是多方面的，比如在家里给孩子创造一个良好的学习环境。看电视时，尽量控制音量，不干扰孩子学习;同时在生活上注意孩子的衣食住行，使孩子时时感受到父母对他们的关怀。其次是认真督促。由于孩子的自控潜力差，父母必要的督促不能忽略。当遇到孩子回家后把书包一扔就去玩，或一边做作业一边听收录机、看小说、看电视时，父母就应劝导孩子，把孩子的注意力引导学习上来。第三是用心配合。有些父母认为自己不懂，由学校去教好了，这种态度是不对的。正确的态度应是主动，经常地与老师联系，了解孩子的学习和在校表现状况，倾听老师的意见，把孩子在家中的学习状况告诉老师，并根据孩子的特点和短处，采取相应的措施，帮忙孩子学习好的功课和规范好自己的行为。

　　3、做一名讲原则的家长，以实际行动支持孩子高考

　　要做到一切服从和服务于孩子高考这个大局。应酬也好、麻将也好、电视也好，要尽量规避，此刻离高考还有200多天，孩子可学习的时间不长了，必须要抽出时间陪陪他(或她)，和他说说话，了解他们内心所想和困惑，因此，平时也要多与孩子、孩子的老师联系，打电话给他，询问一些必要的状况，不宜一揽子全托付给老师，而自己什么都不管。要做到“泰山崩于前而面不改色”。孩子的平时学习状况和考试成绩。

　　4、在关注学习的同时，家长们都很关心自已孩子的身体健康

　　的确，多数学生在紧张的学习的同时，也承担着巨大的心理压力，如升学压力，人际交往、青春期的困惑等等。过多过重的压力对学生的身体状况也带来很大负面影响。班中一部分学生曾出现过失眠、情绪烦躁、看书头疼等一些亚健康状况，这样，长此以往，学生免疫力低下，精神差，容易生病。最终导致学不下去。

　　各位家长，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”曾听人讲过一个来自大海的故事：在礁石的背面，风平浪静，藏在其中的珊瑚虫显得死气沉沉，毫无生机，而且死亡率极高;在礁石的外面，巨浪翻滚，生存于此的珊瑚虫却显得生机勃勃，光彩夺目，并快速地生长繁殖。巨浪的冲击是珊瑚虫生存的必要条件。人在必须的程度上与珊瑚虫是一样的，也需要冲击、磨擦、锻炼，高考是孩子们成长道路上第一次大的考验，经受住了这次考验，他们也将像珊瑚虫一样光彩照人。所以我们盼望高考，也决不会害怕高考，期望和各位家长一道共同教育好他们。最后共同祝愿您的孩子早日成为优秀的人才。

**高三家长会班主任发言稿文科班篇2**

　　各位家长、你们好：

　　感谢大家在百忙中能来参加这次家长会，来这儿商讨我们共同的大事——高考。这是一场没有硝烟的战斗，是一场我们务必共同参与的战斗，参战的是不仅仅仅是你们的孩子——我的学生，还有全体科任老师和在座的每位家长。他们是冲锋陷阵的士兵，我们是指挥作战的军师，而你们就是胜利的基础保证人物——后勤部长。古人云：兵马未动，粮草先行。你们的作用是巨大的。既然是一场战斗，胜利必将属于有准备者。我们就应准备什么呢?这场战斗需要的武器是良好的心理、强健的体魄和扎实的知识。

　　各位家长，时间过得很快，转眼离高考只有三个月了，高三对我们的每一位学生来说处在人生的十字路口，至关重要。我们都明白，他们今年6月份就要参加高考了，他们此刻正处在爬山的艰苦困难时期，在这个关键的时候，我们把各位家长请来，共同关心、了解和分析他们的学习和生活状况，家校共同努力，给他们以适当的帮忙和推动，使学校、学生，家庭三方构成合力，总之一句话，就是“一切为了学生”。这是我们教育的一个根本出发点。我期望也相信，从这个出发点出发，我们的家长会必须能够到达预期的效果，争取在今年的高考中地发挥他们的水平，为他们在201\_年高考考出好成绩做最有效的努力，考上理想的大学。所以，我这天发言的主题是：——齐心协力，共创高三(8)班辉煌。

　　此刻我就我班的教育教学工作向各位家长作一下汇报，也有几点想法和大家交流，不当之处，敬请各位家长批评指正。

　　一、班上基本状况

　　高三(8)班是理科平行班，现有人数65人，男生42人，女身生23人，是一个大家庭。我们的班级是一个充满新鲜血液的班级，我们的班级是一个团结用心向上的班级。

　　各位家长我们的学生学习是很苦、很累的，早上一睁眼就开始学习一向学到晚上，学习十分紧张。尽管放学后时间十分短暂，早晨又多想再睡一睡，但是依然有很多学生早上总是很早就来到教室，比方说男生\_宿舍的同学，像这样的学生我们班还大有人的，作为他们的老师我看在眼里记在心里。

　　如果说废寝忘食的学习是吃苦的话，那么勇于应对挫折，在失败面前决不放弃更是让人敬佩的，我们班男生是平行班里最多的，而且很多都是英语学科比较差的，但是有很多男生已经或者正在一步步地挑战自己的弱势学科。还有很多同学虽然成绩不够理想、学习中会经常遇到困难，但是从来不放弃学习，一向在坚持。总体而言，负重前行，奋起直追，不甘落后，用默默无闻的苦干换来自己的进步，这样的学生是值得敬佩的，他们应对落后不放弃、不灰心、不悲观，顶着巨大的压力永往直前。各位家长这就是你们的孩子，我的学生，看着他们如此的用功，看着他们顽强的拼搏，我为有这样的学生而感到幸运，也为有这样的学生感到自豪，我下定决心要尽的努力，让更多的学生考上大学。

>　　二、班级目前存在的问题。

　　1、作风散漫拖拉，时间观念差。个别同学上课打盹，坐姿不端正，书写潦草，自习课效率低，小毛病多，缺乏刻苦精神等等，这些都是制约我们实现目标的因素。就拿时间观念来说，有不少同学缺乏珍惜时间的意识，每次都是踏着铃声进入教室，不善于抓点滴时间。有一部分同学总是每节课都要出去转一下，而不能有效利用起来。

　　2、缺乏学习的主动性。有些同学不明白为何而学，怎样学，如何学。自习课无所事事，总是需要老师去督促，他们又不喜欢别人去管，自己又管不住自己。他们不愿意老师和家长指导，认为自己长大了，但是好多方面比较幼稚，所以怎样让我们的好心被他们理解，对他们的发展产生用心影响，是值得我和各位家长认真思考的问题。

　　3、意志品质需提高。其实造成成绩不佳是多方面的，智力水平差异不是最主要的，以前的知识基础也不是决定性的，我认为最关键是意志品质的问题。我也向同学们提出这样的观点，学习差只是各种意志品质差距的集中反映。缺乏毅力，定的目标和计划不能坚持到底，三天打鱼两天晒网;另外不能坚持下去这是造成成绩差的最重要的原因，谁都会订计划有的人能坚持三天，有的人一个月，有的人一年，有的人始终如一的奋斗了三年。执行力差，也是造成成绩差的原因，不能按老师的要求不打折扣，的完成，总是少做一点。所以我们老师们在总结那些成绩好的学生的共同特征时会有同样的结论：这些学生听老师的话。那里听话不代表缺少自己的思想，惟命是从。而是他们信任老师，相信这样做是正确的，并能持之以恒，成绩自然会十分优异。

　　4、不注重细节。集中体此刻做题时粗心大意，卷面书写潦草，不认证。导致考试中由于粗心大意丢掉很多的分数。

>　　三、其他方面

　　1、学生偏科现象严重，主要表此刻三门课中，数学、外语和物理。

　　2、部分学生心理压力大，学习上过于急躁，总想一下把很多知识都学完。

　　3、很多学生只停留在苦学上，不能做到实干加巧学。

　　3、不能正确地估价自己，有时把目标定得太高，有时把目标定的太低。

　　4、不能正确地对待每一次考试成绩，个性是一次，两次考得不理想就感到无所适从，丧失信心。

　　归纳起来主要的问题是：压力比较大、学习效率不高、心理承受力弱、学习不得法，自信心不足。针对以上这些问题，我想我们从老师和家长的角度就应为他们做些什么呢?

>　　四、给家长的一些推荐

　　“九不要”

　　1、不要期望过高。要了解子女的实际水平，要做子女高考目标的指导者，而不是盲目与其他孩子做攀比。

　　2、不要盲目否定。要多夸奖孩子，多找优点，给他们以肯定，树立孩子的信心。要学会欣赏学生，要善于发现他们的闪光点。要让他们认识到自己能行，是好样的。试想，当一个学生认识到自己也同样很优秀，当他内心成材成功的欲望被激起时，学生能学不好吗?要理解他们，尊重信任他们，不要对他们施加太多压力，要对他们说你能行。事实上学生的要求，也不在于家长给他们买多少好吃的，多少好穿的，有时候一句鼓励的话语，一个慈爱的眼神就能够使他们很满足，充满动力了。

　　3、不要以成绩论英雄，要正确对待学生的成绩。

　　4、不要过分体贴，照顾要适当。

　　5、不要过分干涉，要给他们以自由的空间。

　　6、不要制造不良情绪，要制造良好的家庭气氛。要情绪稳定，精神愉快。

　　7、不要把自己的意愿强加给孩子。

　　8、不要盲目给孩子买辅导材料。

　　9、不要规定孩子务必考上什么大学。

　　“五要”

　　1、要重视孩子的心理健康：多做用心的暗示，使孩子以一颗平常心去对待高考。

　　2、要注意孩子的饮食，做好后勤保障。

　　3、要经常和老师交流：家长要和老师多交流，多发现问题，配合学校做好工作。

　　4、要整理搜集填报志愿的信息，为下一步填报志愿做好准备。

　　5、要重新认识孩子。

　　尊敬的各位家长还有一百天就要高考了。应对高考我们和学生一样紧张，所以请广大家长和我们一齐尽的努力，把您的孩子培养成优良的人才!

　　最后再一次感谢各位家长的到来，祝各位家长身体健康、工作顺利!

**高三家长会班主任发言稿文科班篇3**

　　尊敬的各位家长：

　　下午好!

　　感谢你们在百忙之中抽空参加这次会议。这天我想说的第一句话就是不论你们有多忙都要把孩子的高考当成今年的头等大事来抓，此刻高三年级全体同学已经进入高考最后冲刺阶段，在这最关键的时刻把家长请来一齐讨论孩子的考前教育、学习、生活等问题。为他们在今年高考中考出好成绩做最有效的努力。

　　此刻我就高三(14)班的教育教学工作向各位家长作一汇报，也有几点想法和大家交流，不当之处，敬请各位家长批评指正。(看投影)

　　关于老师在那里我表个态，我要做的是，自己做到以最高度的职责心、最饱满的热情、最集中的精力投身到班级管理之中，深入了解实际状况，切实采取有效措施，细致解决具体问题。

　　二加强任课教师群体的优势与合力的构成，做到统一认识、统一步调，心往一处想，劲往一处使，齐心协力，和衷共济。只有这样，众人的合力才能构成，群众的力量才能体现，大家的努力才能转化为累累硕果。

　　三是加强各学科的作业及考练检查，全面督促学生投入学习。

　　关于学生也从三个方面来抓：

　　一是树立纪律观念。越是临近高考，学生的思想越容易受到各种影响而出现波动，越容易出现群众观念淡薄和违纪等现象，所以更要加强纪律教育，严格管理，考前适当放松不等于放纵。透过耐心细致的思想政治工作，要求学生严格执行学校和年级组制定的各项管理制度，到达纪律好、学风浓、班风正。

　　二是树立时间观念。对于高三学生来说，时间就是分数。在保证学生有足够的休息时间和必要的体育锻炼时间的状况下，督促学生抓紧每一天每一时，甚至每一分每一秒。同时强调要紧紧抓住并充分利用在校的“有效时间”，注重时间的有效性，力争时时有收获，天天有进步。

　　三是树立竞争观念。近几年来尽管高校招生一再扩招，但是只要高校办学水平还不是百分之百相同，就必须存在着竞争。所以，在复习备考阶段，在对学生正确进行生理、心理指导的同时，应要求学生立足自我、超越自我，明确“竞争出成绩，竞争出人才”、“人生能有几回搏”的道理，明确“学如逆水行舟，不进则退”的道理，要敢于吃大苦、攻难关，要力争上游，奋勇当先。这样才能全面促进整体高考水准的提高。

　　考前冲刺及高考中家长就应做些什么：

　　随着高考日期的临近，大多数孩子会或多或少地出现紧张、烦躁、注意力难以集中、记忆力下降、头痛、失眠等症状。这时候，家长不管暗地里是如何的心急如焚，表面上你都得扮演的简单愉快。做为孩子的父母，在这一阶段就应注意些什么怎样才能为孩子带给良好的生活、学习环境

　　下面仅围绕学生心理素质谈谈我的想法：作为高三学生家长首先要了解高考不是单纯的知识的考试、潜力的考试，是全方位的素质考验。知识、潜力在学校由我们全力负责，考试的成效还取决于第三因素――心理素质。每一位家第都要高度重视决胜高考的第三因素――心理素质。因为：

　　其中情绪与意志在考试时起直接作用。有个考生说，当前面那道题“开窗”之后，自己心中一向不安，无心做后面的题目，明明白这样不行，但也无法控制自己，如果不是考试，这些题目我是就应会解的。这就是情绪失控的。

　　有个考生说，我一看那道题，题目那么长，数据又那么复杂，平时又没见过，我肯定自己解不出，就干脆没有做，如果不是考试，我还是有潜力把那道题看懂的，这就是意志不坚。不少考生高考考不好决非知识问题，也不是简单的潜力问题，主要是心素质没有到位造成的。解决学生心理问题家长起着关键性的作用。

　　(一)“尽量不要给孩子施加压力。

　　高考越近家长越留意，其实这也是一种心理压力。这种无形的压力使考生更担心自己考不好的后果了。家长“尽量不要给孩子施加压力。”去年几位高考状元的父母首先强调的都是这一句话。

　　一位文科状元的父亲说：“快高考了，孩子本身思想压力就不轻，做父母的就应淡化高考气氛，让孩子自己去复习。”一位理科状元的妈妈说：“高考之前家里和平时一样，没有紧张气氛。”她觉得家长关心得太多，会让孩子产生“我要考不好，对不起爹妈”的想法，增加孩子的思想负担，对考试不利。

　　其实，功夫在平时，孩子已经构成了良好的学习、生活习惯，这时候没有必要打乱。就算家长平时没有注意培养孩子的良好习惯，也不要在最后阶段突然过分关心孩子，这样做反而会打乱孩子的学习生活规律，给孩子造成压力。

　　当然学生的状况千差万别，对那些至今仍不知努力学习的学生还是要增加一点压力。提出一些具体的要求，学生的学习是管出来的。在管理过程中地定要注意管理的方法。

　　(二)降低过高的期望，让考生心里有“底”

　　由于家长总爱拿自己当年的亲身经历和此刻的成就教育学生，有的家长经常和考生算账，说自己培养子女如何辛苦，甚至自己节衣缩食为孩子花了多少钱等。使考生构成了巨大的精神压力。

　　考生是为家长“面子”去应试，是为满足家长“光宗耀祖”的虚荣心去应试，这是心理压力之源，家长必须要彻底丢掉“面子”，减轻考生压力。首先，家长要相信孩子有把握、有潜力、有信心对付这场考试，相信学校为考试所作的一系列准备工作。

　　不要去过多地渲染考前的紧张气氛，尽量让孩子持续平静的情绪，稳定的状态。对孩子，家长就应有着正确的定位，不要去和别人攀比，只要孩子能够发挥出正常的水平，就已经成功了，就值得庆贺、高兴。

　　在现阶段，孩子已经有着沉重的心理压力了，千万不要反复叮咛、唠叨，相反就应找一些简单的话题，让孩子看看新闻、散散步，放松一下紧张的神经。降低过高的期望，让考生心里有“底”。“万一”考不好，家长应作出安排，并告诉孩子，让他心里有“底”，这样，孩子心里也就踏实了。“考生就能以最佳状态在高考时发挥出最佳实力，到达预期目标。

　　五要五不要：

　　不要叨唠：整天把高考挂在嘴边，时时对孩子说，要抓紧时间复习，其实孩子的心理也十分紧张，越说孩子越紧张，越说孩子越烦躁。

　　不要许愿：一些家长总想用一些奖赏来调动孩子的用心性，比如，“考得好，我给你买个笔记本电脑”，“考上北大，我带你到国外去玩”，这些并不能起到什么实际的效果。

　　不要威胁：一些家长为了给孩子制造压力，就威胁孩子，“考砸了，我们就不管你了”，诸如此类，会使孩子产生恐惧心理，不利于孩子复习。

　　不要盲目给孩子买辅导材料：家长对学校复习的程序和资料并不了解，认为多复习辅导材料会有效果的，结果是冲淡了老师的复习计划，只能给孩子增加压力。不要盲目报辅导班，辅导班有时能起到一些作用，但盲目报辅导班的话，就会分散孩子的精力，没有把老师叮嘱的资料复习全面。

　　不要请假在家照顾孩子：这样的话会给孩子造成太大的心理压力。

　　要制造良好的家庭气氛：到45月份把45月份看做平常的日子，夫妻之间，与孩子之间的对话要和平常一样和谐。

　　要重视孩子的心理健康：多做用心的暗示，使孩子以一颗平常心去对待高考。

　　5月要情绪稳定：家长情绪稳定透过感染、暗示等心理机制，有助于考生情绪稳定。家长情绪不稳定，情绪紧张，不利于考生良好的心态的建立。

　　要情绪愉快：家长对考生考试充满信心，情绪饱和，都会对考生产生用心的影响，有利于强化考生的信心。

　　要告诉考生只要尽力就行，这有利于减轻考生来自家长方面的压力。考生轻简单松上考场，认认真真做答卷。

　　要搞好孩子的饮食卫生，考生吃平常的饭菜就能够了，不必再去加强营养，搞好孩子的饮食卫生，使考生体力充沛、精力充满参加高考。

　　不要给孩子定每门课考试分数指标。也不要经常问孩子的成绩，否则就会给孩子加压。

　　不要规定孩子考上什么大学。

　　不要把自己的意愿强加给孩子。指导孩子报志愿，但是代替。否则易引起孩子敌对情绪，影响考试成绩，北京考生考后报志愿，但考前，家长不要和孩子谈志愿的事。

　　不要送孩子上考场。送孩子上考场，不利于孩子考试信心的加强，反而增加了考试的压力。

　　各位家长，我能理解你们此刻的情绪，每个家长都是望子成龙，望女成凤。但我们是孩子最亲最爱的人，孩子需要父母的信任、鼓励、支持、理解，而不是考试失利时的横眉冷对，失败时的抱怨冷落。不要怀疑他们是否努力，不要总是喋喋不休的教导我们该如何如何学习，要想出头，惟有埋头这个道理他们早以烂记于心。也不要成天逼着学习，善于休息的人才善于工作。

　　愿我们共同努力，圆了孩子的梦，了却我们的心。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！