

主题班会的策划书 15 篇

主题班会的策划书 1

针对小学生中存在的学习马马虎虎、拖拖拉拉。不珍惜时间的现象，教师可组织“明日歌”的主题研会。

【目的】

教育学生珍惜时光，认识拖拉的危害，养成良好的学习习惯与生活习惯。

【步骤】

(1) 挑选 5 名爱表演的同学演小品“明天做”。

(场地的'一半为王伟的家，一半为教室。王伟坐在中间，向左转动是家里的书桌，向右转动则是教室的课桌。)

情节：一个学生手举用大牌制作的日历展示星期一、二……；一学生扮演老师，不断布置作业；两位同学扮演王伟的同学，轮流找王伟出去玩。日历以星期一（安全教育教案）开展展出。

教师（在教室里）：同学们，今天的课外作业是第一课的练习题（王伟从教室的书桌里取出一本练习册，转到左边，把练习册放在桌上。）

同学 A：王伟，打篮球去，就少你这个主力了，快点走吧。

王伟：我作业还没做呢？（想了一会）好吧，作业明天再做。（跟同学A下场。然后再回到舞台中间。）（日历翻到星期二。）

教师：同学们，今天的作业是第二课的练习题。（王伟从课桌里取出一本练习册，一转身放在左边的桌子上。）

同学B：王伟，美国职业篮球赛，快。

王伟：是吗？走。可我的作业还没做呢，哎，明天再说吧。

（日历不断翻到星期六，教师不断地留作业，王伟家里的作业本越摞越高……。）（结束。）

（2）组织全班同学讨论小品的意义，使学生认识办任何事都要只争朝夕，不要养成%拉的作风，当大的事当天完成，绝不放到f N天。

（3）请学生对照自己，写出自己拖拉的表现及如何克服。

集体朗诵《明日歌》：“‘明日复明日，明日何其多。合生持明日，终生成酸风’”

【提示】

（1）小品表演应适当夸张，以表现一种拖拖拉拉的作风及带来的恶果。

（2）《明日歌》可提前写在小黑板上。

主题班会的策划书 2

1、活动主题：

与美同行

2、活动目的：

1. 生活中并不缺少美，缺少的只是发现美的眼睛，学会发现身边的美。

2. 感受和体会生活中的美，让同学们学会在生活中发现美，创造美，传递美，鼓励学生发现身边的美，努力展现美，用实际行动让我们的世界变得更加美好与和谐，激发学生对美好生活的热爱和对快乐的追寻。

3. 培养同学们善于发现美、乐于赞赏美、喜于付出美的好品质，明白美无处不在，无时不在，爱心常在，伸出双手，一点一滴，都让我们的班级更美、让我们的校园更美、让我们的家园更美！。

3、活动对象：

全体同学

4、活动时间：

6月18日

5、活动地点：

教室

6、活动前期安排：

1. 召开班委会会议，商讨班会流程安排。

2. 班会策划，人员的布置。

3. 布置主题班会的场地。

4. 安排班会主持人

7、活动形式

以自由分组讨论、观看视频等形式进行。

8、活动要求：

1. 班会纪律。

2. 强调注意开展班会期间的`卫生，纪律安全，文明用语的问题。

3. 班级气氛要活跃。

9、活动主要流程

1. 生活中美无处不在，感受美。（景美、人美、事美）

2. 小组探究，发现身边的美；夸夸你的同学、老师等

3. 创造美、传递美

我们应该怎样做，才能让我们的家庭、学校、社会更加美呢？

10、教师总结

同学们，予人玫瑰，手留余香。如果你是一滴水，你就可以滋润了一片土地；如果你是一线阳光，你就能够照亮了一片黑暗。伙伴们，让我们积极行动起来，Hold住爱心，Hold住善言，Hold住善行。用自己的真心关爱他人，用自己的诚心温暖社会，用自己的奉献美化环境，诚心诚意的、踏踏实实地做好身边的每一件小事，为创造美好的未来共同努力

11、预期效果

让大家明白行善对于常人来说，首先应该做到善在心中。美景，美德，在校园中“美”无处不在。罗丹说“生活不是缺少美，而是缺少发现美的眼睛”。对于中学生而言，正处在价值观的形成期，需要适当辅导建立正确的审美观。

主题班会的策划书 3

一、活动背景

中国是一个历史悠久的文明古国，素有“礼仪之邦”的美誉，文明礼仪作为中国传统文化的一个重要组成部分，对中国社会历史发展起了广泛深远的影响，并推动了世界文明的发展。开展文明礼仪活动，对于修养良好个人素质，协调和谐人际关系，塑造文明的社会风气，进行社会主义精神文明建设，具有深远意义。联想到有一天，当我走进教室，

发现班中两名同学正在挥动拳头，大打出手，嘴里还骂着脏话??我喊住他们，正准备询问原因，这时班中有很多同学把我围了起来，纷纷向我诉说班里最近发生的许多不文明的事情。借此机会，我马上召开了一个以“讲文明礼仪”为主题的班会，同学们更是踊跃地发表各自的意见，诉说自己知道的班里、学校、家庭、社会中发生的文明与不文明的现象及造成的影响。

就在主题班会快要结束的时候，班里的丁梦迪同学提了一个建议：何不根据这个内容开展综合实践活动，让同学们懂得讲文明礼仪的重要性，并深刻认识到不讲文明礼仪的危害。

丁梦迪同学的这一想法马上得到了大家的一致赞同。于是，我们班的综合实践活动课题----文明礼仪伴我行，也就应运而生了。

二、活动目标

1、促使学生了解文明礼仪的基本知识，养成经常使用文明礼仪的习惯。

2、丰富学生暑期生活，自觉参加交际实践，提高学生人际交往能力，更好地融入社会生活中。

3、培养学生热爱生活，力求从现实生活中通过调查、观察、交流、询问等方式，了解不讲文明礼仪的危害，提高思想认识，明白讲文明懂礼仪是中华民族的传统美德，是社会的需要，明天的呼唤。形成积极健康的人生态度。

4、关注社会，争取“在校做个好学生，在家做个好孩子，在社会做个好少年”，能够在未来的社会竞争中多一些礼仪知识，多一份成功的希望。提升居民的精神文明素质，促进良好社会风气的形成。

三、活动过程

（一）实地调查

1、调查内容：

学生自愿结合成6个小组，从学校、家庭、社会三个方面进行调查。学校礼仪组主要利用课余时间在学校内采用观察、调查、交流、询问等方式进行分析、记录。内容包括师生之间、同学之间、上课下课、学校集会等时间内发生的文明与不文明的现象及有关事例。

家庭礼仪组成员，首先从自己的家庭入手调查了解家庭成员间存在的文明与不文明的现象及有关事例。然后通过走亲访友了解亲人的家庭、调查同学了解同学的家庭都是怎样做的。包括孝敬父母、接待客人、接听电话、帮助他人、亲友之间等各方面的具体内容。

社会礼仪组通过调查了解日常社会生活中走路行车、饭店用餐、旅游参观、公共场所、邻里之间存在的文明与不文明的现象及事例。并亲身实践调查了解国营大商场、个体商贩、地摊小贩三个不同层次的社会构成的场所中，发生的文明与不文明的现象及事例，并做出比较分析，小组成员都深深感到收获很大。

①道路交通状况：过马路走人行横道，不抢道，不违章骑车等状况

②环境卫生状况：爱护公物，讲究卫生、穿着得体等状况

③人际交往状况：家庭成员谦让，邻里和睦，热情大方，礼貌待人，敬老尊师爱幼等状况

调查方式

走访、观察、问卷、摄影

2、比较探因

“通过实地调查，同学们都深深地感受到在自己的身边有着许许多多行为良好、讲究礼貌的好同学；以身作则、身正为范的好老师；孝敬老人、邻里团结的好家长；热情服务、礼貌待人的好服务员等，他们都是非常讲究文明礼仪的，有许多的做法令大家钦佩。

但同时，也发现了就在我们的周围还存在了一些不讲文明、不讲礼仪的事。学校礼仪组的丁梦迪说，他们发现在学校内还有许多同学不讲文明，经常口说脏话，到处乱跑、乱嚷，影响到别人，还有的同学给别的同学起外号，不爱护学校的公共卫生、公共财务，到处乱吐、乱画等？家庭礼仪组的孙鹏说，他们发现有许多家庭邻里不和睦，亲友不和睦，有许多家长的一言一行与对子女的教育不相一致？社会礼仪组的同学发言最热烈，他们说，通过调查了解国营大商场、个体商贩、地摊小贩三个不同层次的社会构成的场所中的服务人员对顾客的服务态度，认识到知识水平的差异也是造成人们讲究文明礼仪程度不同的原因之一，讲

究文明礼仪的地方人们都愿意去，不讲究文明礼仪的地方，即使东西再便宜人们也都不愿意去??

总结以上几点，同学们把眼中的不文明行为记为十大陋习

1、乱抛垃圾倒污水

2、口吐脏话满天飞

3、破坏公物令人忧

4、随地吐痰懒洗手

5、公共场所吐烟雾

6、群食共餐不卫生

7、成风伤和气

8、狗太多险情重重

9、大声喧闹扰清净

10、随地便溺传疾病

看来，讲究文明礼仪真的很重要呀！

（二）走进社会

为了更有效地开展好文明礼仪宣传活动，同学们经过反复商量，决定到学校附近、学生较集中的3个小区进行“文明礼仪进社区”活动。

根据“走进社区”的步骤与措施，同学们又自愿地分成3组，每组设一名组长和一名安全员。各组承担起不同的任务，为完成各自任务，组内又进行了具体分工。

1、宣传组：从学校图书馆和网络查阅相关资料，编写文明礼仪的宣传资料，设计宣传招贴画和标语。

宣传活动分两个阶段：

第一阶段是资料收集阶段，从报刊、网络、图书等多渠道地收集有关文明礼仪的各方面知识、故事，充实的资料为“文明礼仪进社区”的宣传实践活动奠定基础。

第二阶段是资料编写阶段。有写作能力比较强的学生担任组长，确定时间、地点，集体讨论对搜索组提供的资料进行选编，由学生联系各小区，在该小区出一期宣传文明礼仪的黑板报或宣传窗。为完成这项任务，参加资料编写的同学，对刊出内容反复讨论确定，对配图认真设计，几易其稿，设计出一份份高质量的黑板报。

宣传实践活动得到了各小区物业管理的大力支持，同学们在出黑板报的过程中，不少业主聚集在黑板报前热心指导并认真阅览，同学们的行为获得了业主的一致好评，取得了很好的社会效应。

2、行动组：用自己文明的行动来清理社区不文明的现象，唤醒居民的文明意识。

①组清除贴在墙壁、车牌、电线杆、楼道口等建筑物的各类“牛皮癣”。同学们自带工具，在清除

“牛皮癣”的过程中，热情高涨，为了彻底清除“牛皮癣”，有些同学用钥匙、指甲刮，有些同学用零用钱买来矿泉水来湿润“牛皮癣”，他们的行动得到了附近居民的响应，他们不仅提供用水、还有不少人也加入其中，一起来清除“牛皮癣”，还社区一个靓丽的容貌。

②组捡拾街道上的生活垃圾、及时清理到垃圾桶、垃圾箱内。在清理垃圾的过程中，他们发现一堆焚烧的垃圾，并及时予以扑灭。对丢垃圾的居民进行垃圾分类的宣传，减少垃圾的产生。

③组同学沿街查看户外广告、招牌、宣传标语等应用字，是否规范工整，无错别字，字体无残缺。在实践中，同学们发现在生活环境中有很多不规范用字的现象，如：

“修理摩托车”的“摩”写成了“么”；

“批发零售”的“零”写成“另”；”还有“餐”、“酒”的乱简写；一家服装商店前的告示牌上醒目的写着“打折”两字，原来是买某款衣服可以“打折”；一家家具店写成“傢俱”店；在水管安装的广告上将“安”字写成“按”字等等。

当同学们上前进行说明时，店主大都表示感谢与接受，虽然也有个别店主认为反正大家看得懂，没必要改换，但是在同学们的劝说下，他们表示会考虑的。

④组同学走进敬老院，扫地，擦玻璃，聊天，唱歌，跳舞，给孤寡老人送欢乐，传文明礼仪之风。

3、劝导组：由口头表达能力强、文明习惯良好的同学组成，事先经过预排，对可能发生的各种情况进行模拟，使学生掌握一定的劝导技巧，在实践中做到有效地劝导。

劝导组成员分4分队赴4个村进行文明礼仪劝导。共发放宣传资料300份，劝阻乱穿马路10多人次、乱停车辆7次、乱吐乱丢22人次，乱张贴涂写5次，采摘花草3次，占道经营3户，活动赢得居民的交口称赞。

（三）提出建议。

既然发现了问题，就应该想办法解决，孩子们又碰头了，大家在一起商量着该怎么办，孩子们建议：做好讲文明礼仪的宣传工作，让大家都自觉讲究文明礼仪，认识文明礼仪的重要性，使我们的社会更加文明。在学校中设立不讲文明礼仪行为曝光台，随时对不讲文明礼仪的行为进行曝光。开展家庭学校共建活动，以给学生家长一封信的形式，共同监督学生在校和在家期间的讲究文明礼仪行为。

四、成果展示

1、撰写课题研究报告

随着“文明礼仪伴我行”综合性活动的开展，学生对周围文明礼仪的现状与整治的迫切性产生了浓厚的兴趣，对开展“文明礼仪伴我行”

究，相继完成了论文，课题

研究报告的出台，不仅提高了学生的文明水平，也培养了学生发现问题、解决问题的能力。

2、交流参加本次综合实践活动的收获，孩子们的发言真是精彩极了。他们从各种角度讲了自己在活动中的收获，有许多收获是我们在活动前想都没想到的：兰启明说，他学到了许多书本上没有的知识，知道了许多礼仪知识，养成了爱动脑筋，爱提问题的习惯；王蕾说，她学会了收集资料，处理信息的方法，如看书读报，上网，访问等；崔晶说，她懂得了怎样与同学们分工合作，尝到了合作的乐趣；于晚清从此养成了认真观察事物，发现问题自己想办法解决的习惯，做作业也比以前认真多了；辛一岚说，他懂得了怎样与别人进行交流，怎样把一件事，一个想法表达得清楚，具体；夏宇威不仅在活动中体验到被夸奖的乐趣，更明白了以后要时时早，事事早的道理；张和平学会了与同学团结友爱，还知道遇到挫折不能气馁；宋罗梦不但自己养成了讲文明讲礼貌的好习惯，看到一些不文明的现象还会上前阻拦??

3、评选“文明礼仪小使者”

根据同学们在“文明礼仪进社区”综合性活动的表现，评选出“文明礼仪小使者”，最后根据评分细则、综合自评、互评、师评、社评的结果，评出 35 名“文明礼仪小使者”，奖励那些一贯严以律己，行为

并张榜表彰。

五、活动后记。

这次综合实践活动课程的实施，参加的人数虽然不多，但大家的兴致可高了，为了拍摄活动过程，收集资料，林壮同学放弃了去北京的机会，把省下的钱用来买照相机；通过活动同学们制定出《文明礼仪手册》、《礼貌用语集锦》、《礼仪故事汇编》，并在全校范围内进行了宣传，收到良好的效果。我们还与日常学习相结合，开展读文明礼仪一本书，讲文明礼仪一个故事活动。在校园里开设文明礼仪专栏，红领巾广播，在星期一、三中午播讲文明礼貌的少先队员事迹，“黑

板报”刊登讲文明礼仪故事和事迹，要求每人轮做讲文明礼仪的示范生，还推选“文明礼仪”的同学当升旗手等。通过这一系列活动的开展，同学们深刻的认识到不讲文明礼仪的危害，懂得了讲文明礼仪的重要性，明白今后努力的方向。讲文明讲礼仪是全社会每一个公民的责任，只有人人做到讲文明讲礼仪，才会使社会更加文明。

最后我们向全社会发出呼吁：文明礼仪你我他，行动起来靠大家！

六、活动反思

[反思一]

英格拉姆认为：“与其说综合教学是分科教学的背离，毋宁说综合教学是分科教学的延伸和拓宽。”把综合活动与课程结合，有利于发展

有利于延伸学生的学习兴趣，使学生的各种才能得以发挥和发展。

[反思二]

学生通过这次调查，同学们不但了解了文明礼仪的重要性，同时使自己的知识和智慧得到了充分的展示。在调查中，绝大多数学生的合作、探究、实践能力得到了充分锻炼，但也发现有少数学生的主动参与性有所欠缺，怎样培养这些学生的兴趣，让他们自觉地参与各项活动，还有待进一步的探讨。

[反思三]

新课程强调教学过程是师生交往互动、共同发展的过程，教师不再只是知识的传授者，而是学生发展的促进者和引导者。这就对教师提出了更高的要求，综合实践活动也给教师的学识、才能带来了挑战，在教育学生学会请教的同时，教师自己得先学会请教，学会充实自己，学会把自己放在学生平等的位置，这样才能真正当好促进者和引导者。

4

一、活动目的

1、培养学生珍惜时间的好习惯

2、认识到珍惜时间的重要性，能好好抓住机会，认真学习，为以后学习做好准备。

二、活动形式：1、诗朗诵 2、讲故事 3、情景短剧 4、谈感受

三、活动地点：高一文科班教室

四、活动准备：

1、布置教室，在黑板上写出主题

2、提前一周收集关于《珍惜时间》的故事

4、排练短剧

五、主持人：张俊辉（甲）朱昱昱（乙）

六、教学过程

甲：时间可以说是一切事物的主宰。正是时间的存在使地球上的每一个角落有了白天黑夜。让人们不断地经历春夏秋冬、花开花谢，太阳的东升西落-----时间规定了地球旋转一周是 24 小时，时间设计了春，夏，秋，冬的到来与结束。

乙：虽然时间控制了万物是生命周期，但在这有限的时间里，万事万物有各自的生活方式，其中的共同点就是努力将自己的'特点——展现，让自己在短暂的生命旅程中放出更加灿烂的光芒，这也就是生命的

意义。我们也是如此，人的平均寿命在七十左右，怎样才能把握这有限的生命，去做更多有意的事情呢？答案只有一个，就是珍惜时间。

合：主题班会《珍惜时间》现在开始

甲：杨柳枯了，有再青的时候。

乙：桃花谢了，有再开的时候。

甲：燕子飞了，有再来的时候。

乙：然而有一样东西却是一去不复返。

甲：它能给勤奋者留下智慧和力量，给懒惰者留下空虚和懊悔。它能像海绵里的水，只要愿意挤，总是有的。

乙：它是组成生命的材料。

甲：它是衡量重量的标准。

合：它就是——齐（时间）（钟表滴答声）

甲：同学们，现在请闭上你们的眼睛，仔细听一下，你们听见了吗？这是时间的声音。

甲：接下来，请宋振华为我们朗诵诗歌《时间》。

节目一：朗诵诗歌《时间》

乙：不经意间，时间正一分一秒地从我们身边流逝。

甲：时间是不等人的。

乙：想挤出时间不容易，但失去时间却很容易。

乙：无论迎着多少无奈，无论听着多少感慨，它从不因势而变，因人而异。

甲：凡是在事业上取得成功的人，没有一个不是珍惜时间的典范。

乙：现在请有收集关于《珍惜时间》故事的同学为我们讲述一下他们所收集的故事。

节目二：讲故事

故事 1 讲述《爱迪生的故事》

甲：过渡：故事都是关于珍惜时间的典范。那我们有没有在日常生活中浪费时间的故事呢？

故事 2 讲述《浪费时间的故事》

乙：恩，这个例子的确非常典型。我相信这是存在于各位同学身边的现象吧。希望同学们听了这个故事以后开始学会提醒自己：珍惜时间。

甲：一个人的青春能有几年？莫等闲，白了少年头，空悲切。

乙：在这大好的时光中，我们应该珍惜每分每秒，努力学习，而不是把宝贵的时间浪费在一些不必要的事上，下面请欣赏小品《遗憾》

节目三：小品《遗憾》

乙：看完这个故事后，想必同学们都会有一些感想，现在我们就来听听同学们的感想。

节目四：谈感受

甲：同学们，时间赋予我们每个人是非常公平的。

乙：不会多给你一分，也不会少给你一秒。

甲：珍惜不珍惜它。

乙：抓紧不抓紧它。

合：就看我们自己。

甲：记住：今天应做的事没有做，明天再早也是耽误了。

乙：对！

甲：浪费时间是一桩大罪过。

乙：对！你说的没错！

甲：这哪是我说的，这是裴斯泰洛齐和卢梭说的。

乙：他们说的真好，你还知道什么？

甲：我只知道一点，还是问问同学们知道什么吧。请问哪位同学知道关于珍惜时间的名人名言，请发表下，让同学们扩展知识面

节目五：名人名言

乙：名人名言伴随着一代又一代青少年成长，我希望刚才同学们说的名人名言也能够成为同学们今后人生路上的指路明灯，指引我们不但前进。接下来我们欣赏歌曲《隐形的翅膀》

节目六：歌曲《隐形的翅膀》

甲：伴随着优美的歌声，我们这次主题班会也接近了尾声，我想同学们在这次班会中应该学到了不少。

乙：下面请班主任对这次班会进行点评。

老师点评

结束语：

甲：同学们，请你们仔细想一想，难道对于我们这些处于风华正茂的青少年时期而言，读书就只是混时间而已吗？难道上网、进游戏厅才是我们擅长的事情吗？难道我们就只想现在的自己会快乐，没有对未来的渴望吗？

乙：同学们，请赶快珍惜时间吧！暂时放弃上网、进游戏厅所做的无聊事情，多看看书籍，努力学习，考虑一下未来。

合：同学们，请珍惜时间吧！

甲：这次班会课到此结束，谢谢！

附节目表：

一：朗诵诗歌《时间》

二：讲故事

故事 1 讲述《爱迪生的故事》

故事 2 讲述《浪费时间的故事》

三：小品《遗憾》

四：谈感受

五：名人名言

六：歌曲《隐形的翅膀》

主题班会的策划书 5

一、班会背景及意义

1. 普及心理健康相关知识，大学生的心理正趋向成熟，是人生观，世界观，价值观形成的重要时期，大学生的情绪不甚稳定极易产生心理矛盾，心理冲突，因此大学生需要心理健康教育以提高学生的心理健康水平，优化学生心理素质，促进其人格成熟，而人际关系又是组成心理健康的重要指标。

2. 通过班会增近班级同学间的友谊。相互了解，增加同学间的感情，使 13 班成为一个团结有爱的集体。

二、班会目的

心理的健康很重要，一个人生理健康和心理健康都是很重要的，就是怕我们在不断的生活中失去了方向，这样才是导致事情悲剧发生的根本，所以我们一定要调整好自己的心理，使自己能够做到更好！

1、提高班级凝聚力，增强班内团结。

2、消除学习生活中困惑，走出心理误区。

3、帮助同学建立良好的人际关系，增进班里同学彼此之间的了解。

4、感受身边的乐趣，以一颗积极乐观的心善待身边的每一个人，善待生命的每一天

三、班会主题：让心灵晒个太阳

四、活动形式：主题班会

五、班会时间：待定

六、班会地点：室内（教室待定）

七、主办方：工管 13 班班委

参与：中美工管 13 班全体同学

八、班会主持人：孙旭迪、杨成星。

九、班会具体流程：

1. 主持人上台，全体同学鼓掌表示班会开始。

2. 主持人发言，介绍心理健康的概念及标准，并请同学讨论生活学习中心理不健康的表现及注意事项。

发言资料：心理学家认为，人的心理健康包括以下七个方面：智力正常、情绪健康、意志健全、行为协调、人际关系适应、反应适度、心理特点符合年龄。了解什么是心理健康，对于增强与维护人们的整体健康水平有重要意义。人们掌握了人的健康标准，以此为依据对照自己，进行心理健康的自我诊断。发现自己的心理状况某个或某几个方面与心理健康标准有一定距离，就有针对性地加强心理锻炼，以期达到心理健康水平。如果发现自己的心理状态严重地偏离心理健康标准，就要及时地求医，以便早期诊断与早期治疗。

具体标准：

心理学家将心理健康的标准描述为以下几点：

①有适度的安全感，有自尊心，对自我的成就有价值感。

②适度地自我批评，不过分夸耀自己也不过分苛责自己。

③在日常生活中，具有适度的主动性，不为环境所左右。

④理智，现实，客观，与现实有良好的接触，能容忍生活中挫折的打击，无过度的幻想。

⑤适度地接受个人的需要，并具有满足此种需要的能力。

⑥有自知之明，了解自己的动机和目的，能对自己的能力作客观的估计。

⑦能保持人格的完整与和谐，个人的价值观能适应社会的标准，对自己的工作能集中注意力。

⑧有切合实际的生活目标。

⑨具有从经验中学习的能力，能适应环境的需要改变自己。

⑩有良好的人际关系，有爱人的能力和被爱的能力。在不违背社会标准的前提下，能保持自己的个性，既不过分阿谀，也不过分寻求社会赞许，有个人独立的意见，有判断是非的标准。

——节选自百度百科

讨论大学新生入学可能出现的心理问题：

近年来，大学生心理适应问题日益突出，尤其反映在刚步入大学校门的新生身上。由于生活环境、人际环境、学习内容和方式以及角色地位的变化，一些大学新生无法在短时期内调整自己的心态，在心理适应方面出现了一些问题。

1. 什么是心理适应

关于适应的概念，可以从广义的和狭义的两个方面来解释。广义的适应是指当外部环境发生变化时，主体通过自我调节系统做出有效反应，使自己的潜能得以充分发挥，使内外环境重新恢复平衡的心理过程，

包含生理适应、心理适应和对社会生活环境的适应。心理适应则是指人在遭受挫折后借助心理防御机制来使自己减轻压力、恢复平衡的自我调节过程，这也是一种狭义的适应概念。心理适应是主体对环境变化所做出的一种反应，是一个重建平衡的动态变化过程，其内部机制是同化与顺应的平衡，其根本目的是达到或恢

复主客体之间的平衡状态。对于大学生来说，从高中步入大学，是人生的一个重大转折，无论是学习环境、生活环境、人际环境还是心理环境都发生了很大的变化。

2.1 生活适应问题

刚进入大学的新生，大多数都是第一次远离熟悉的家人、家乡来到了一个陌生的环境。尤其是到了大学的集体宿舍与大学的群居生活会表现出相当的不适应。由于原有生活秩序被打破，需养成新的生活习惯，在改变自己新的生活习惯的过程中常常也会表现出心理的不适应。

2.2 学业适应问题

大学里，由于课程设置、教学方法等都与中学有很大差别，因此大学新生常常在学习上也会出现各种不适应，如不知如何提高学习效率、感觉上课没有较大收获、上课注意力不能集中、没有好的学习方法、认为所学专业不符合自己的兴趣、担心考试失败、抱怨老师教学水平不高等等。③另外，大学的自主学习气氛与高中教育氛围也有很大的'差异，

由此产

生茫然若失、目标感缺失等种种问题。

2.3 心理适应问题

心理上的不适应是大学新生在刚进入大学后遇到的最大的困惑。大学新生常出现的心理适应问题，首先感觉到与同学之间巨大的心理落差。对于刚入学的大学生来说，能造成巨大的心理落差的往往是那些在高中时就很优秀，希望自己在大学里也一样是出类拔萃的学生，能得到老师和同学的欣赏。然而现实却是，在人才济济的大学里，并非人人都有机会有能力出类拔萃。因此，伴随着完美追求而来的是对失败的恐惧和焦虑。失败恐惧和焦虑症使那些学生不能以一颗平常心去对待生活、适应变化。

其次是人际交往问题，大学新生从中学熟悉的人际关系中进入大学陌生的环境，其人际关系又是一个新的开始，能否建立良好的人际关系，对新生的心理有很大影响。大学生渴望理解、渴望与同龄人交往、渴望建立真诚的友谊，然而大学生又同时有着自我封闭的倾向，特别表现为人际交往中的矛盾和冲突，这使许多大学生忍受着内心的煎熬。此外，大学生在经济上依赖父母，部分学生还会由于家庭经济困难，物质生活的不满足从而产生的自卑感。另外，大学新生还常常会出现如恋爱问题、过分担心和在意别人对自己的看法、对自己的前途表示担忧、自信心不足、做事提不起精神来等等心理问题。

3. 大学新生心理适应问题的应对措施

大学生处于青年时期，社会经验与社会阅历较缺乏，心理成熟程度还不高，面临大学这个人才集中、竞争频繁的环境，更容易出现心理适应不良甚至心理疾病。因此，只有从家庭、学校、社会进行多层次、全方位、多角度的教育，才能取得良好的效果。

6

活动主题：平安是福

活动时间：6月16日

活动地点：多媒体教室

参加人员：__机电(4)班全体同学

活动背景：

近年来，学校校园安全问题已成为教育中的热点问题之一，并且已干扰到了学校正常的办学秩序，成为制约学校和谐发展的主要因素。必须积极采取有效措施，努力维护学校校的长治久安，为学校发展营造一个和谐、稳定、安全的环境。

随着中等职业教育迈入大众化阶段，在校生大幅增长，社会化不断提升，给学校校园安全工作带来空前的挑战，学生自杀、公寓失火、宿舍盗窃、食物中毒、校园暴力等学校校园安全事故频发，造成很多负面影响，成为影响中职校园乃至整个社会和谐稳定的不利因素。近年来，

各界的'关注。

活动目的：

针对当前普遍存在的中职生学生安全意识薄弱、法律意识淡薄、轻信他人、财物保护观念差的现象，更要加强中职学生安全意识教育，提高学生自我防范意识和能力。安全涉及到每个人的学习及日常生活，包括：人身安全、财产安全、防火安全、生活安全、交通安全等等。

通过开展以“平安是福”为主题的安全知识教育班会，增强班内学生的安全意识，能懂会用一些基本常用到的校内外的安全知识，达到积极预防危险的发生并提高学生基本自我保护的能力。活动流程：

一、班长宣读文件《关于开展学生宿舍安全演练的通知》

二、班主任举例

1. 火灾事件

2. 学生家长被骗事件

3. 学生在寒假期间丧命事件

4. 毕业生工作中事故等

5. 交通事故

三、签名：每位同学在倡议书上签字，珍惜生命，共创明天！

目的和任务：

1. 懂得恪守诚信的重要性，树立真正的成功观。
2. 自觉养成恪守诚信的为人准则，向成功迈进。
3. 锻炼学生组织活动的筹划能力、展示学生的表演才艺。
4. 懂得诚实守信必须从我做起，从现在做起，并且落实在日常生活实践中。

班会过程：

夏：每个人的心中都有一份期盼，期盼自己获得成功，让我们一起来谈谈自己心中的成功吧。

（学生们畅所欲言：拿破仑说：成功在于从士兵到将军的过程。

比尔盖茨说：成功是让全世界的人用我的视窗系统。

孙中山说：成功是能否让天下为公。）

夏：我们有我们心中的成功，伟人有伟人心中的成功，凡人有凡人眼中的成功。

付：伟人获得一世的功名，创下伟大的事业，只因为他们心中装着自己的同时也装着天下人。

凡人活得有滋有味，是因为他们并没有所谓的远大理想，他们只有真实的过好每一天。成功者们给我们留下了一串脚印。每个脚印都代表一种成功的因素。比如认识自我，不断追求，勇于竞争。创新意识，积极心态今天我们要探讨的是另一个很重要的因素：诚信。

夏：诚信是生活之花，它淡雅、朴素，又不失芬芳，盛开在我们心中。诚信是生存之水，它纯净高尚，无处不在，流淌在我们的身边。请同学来说说什么是什么是诚信？

学生发言：

1. 时候打碎花瓶的故事。

2. 的故事。

3. 拾金不昧的故事。

4. 老板赔钱换诚信奔走千里自毁过期饮料的故事。

5. 诚信就是实守信。中华历史屈指五千年，诚实守信的人不胜枚举。乐羊子妻因为诚信二字而不顾丈夫劝阻杀了仅有的两只羊。巾帼不让须眉，成为千古绝谈。苏武为了“诚信”二字，北海放牧二十个春秋“矢志不渝”终赢得“云边雁落有天月，陇上羊归塞草茵”的赞誉。

付：家欣赏小品《诚信摆渡人》（剧本见附件）

.....

付：的坐船人首先抛弃了“诚信”这一行囊，随即失去了更多。同学们，如果你是他，遇上风浪，你将丢弃哪个行囊？会不会先扔掉不值钱的. 诚信呢？

学生：不丢弃“诚信”。

夏：失去诚信，你所拥有的一切不过是水中月、镜中花，如过眼云烟，终会随风而逝。

付：我们更进一步去了解诚信，体味诚信。请欣赏歌曲《看我七十二变》，在变的同时可千万不要把诚信变掉！

夏：“人无信不立”，不诚信的人不可能做好人，也难以处世。生活中一件不诚信的小事，似乎不值得认真，但小事虽小，却可以从中见大。诚是做人的核心，信使做人的根本。

付：诚信是一种美德，是一种可贵的善良，不诚信是一种恶德。小与大，并没有不可逾越的鸿沟。“勿以恶小而为之，勿以善小而不为。”意思是说，不要因为有的坏事很小、不起眼就去做，也不要因为善事、好事不起眼就不去做。做好事还是做坏事，反映了一个人的道德品质。

夏：认真观察生活中的，相信同学们一定会得出处结论、在文明社会中，诚信不仅是个人的品格和德行，更是一份社会责任，它也应该成为社会生活中的重要规则。

付：通过这次班会，同学们应该懂得诚信对于人生的重要性，要从小养成诚信的良好道德品质，就要从自己身边的小事做起。从学习中的

认真听讲，认真完成作业不抄袭作业等方面做起；从生活中诚实、实事求是、重信用、守承诺做起。将来长大以后做一个诚实守信的人。

夏：诚实守信是做人的一种品质，是一个人走向成功的第一步。要想做到诚信，就要从生活中每件小事做起。希望同学们能牢牢地记住这一点，在今后的学习生活中，处处做到诚信，为将来的人生道路打下坚实的基础，才会离成功越来越近的。

付：今天的主题班会到此结束！

主题班会的策划书 8

近日，由于受“倒春寒”影响，怀化市凉山之颠的黄岩气温持续下降，今天早上气温已下降到零度以下，山坡上开始出现大面积冰冻景象。虽然条件很艰苦，但是黄岩学校的孩子们充分发扬艰苦奋斗精神，不顾严寒，冒着雨雪冰冻赶来学校，并且早上很少有迟到现象，老师、家长们都给孩子们竖起了大拇指，点了一个大大的赞。

安全教育是学校教育的永恒主题，趁此时机，安全教育主题班会正在黄岩学校各班级中如火如荼的'开展着，所有班主任老师分别在各自班级教室就学校日常安全管理对学生进行教育。主要从“校园安全、交通安全、活动安全、自我安全、家庭安全”五方面进行深入的讲解，再次强调校园安全对学校教育教学工作的重要影响。

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/388000044064006134>