

2023年告别陋习班会 告别陋习掌握命运 班会教案(优质10篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

告别陋习班会篇一

地点：804班教室

主持：杨泽森刘国为

议程：

一、活动背景：

开学以来班级主流是好的，知道本学期的主要任务，同学们大多能认真学习，遵守纪律。但是也有一些不和谐现象出现：上课讲闲话的；抄袭作业的；在教室吃垃圾食品，乱扔垃圾的；还有少数同学将手机带到学校来。针对上述问题决定召开本次班会课，班主任提前两天安排、指导，让主持者精心准备。

二、议程：

（一）主持人发言：简述前段时间出现的不良现象，提出如下问题请同学们讨论：

1、手机对我们是利大还是弊大？带手机到学校有什么危害？我们该怎样对待手机？

2、在学校我们应该遵守哪些规则？

3、新学期我们该怎样学习？

（二）各小组讨论发言：

主要观点：1、带手机到学校百害无一利。2、不在教室吃垃圾食品，不乱扔垃圾，否则对身体不利。3、遵守学校和班级规定，努力完成本期的学习任务，从现在开始，力争地生会考取得满意的成绩。

（三）主持人小结。

（四）班主任讲话。

告别陋习班会篇二

内容：《告别陋习争做文明中学生》

学校：兴义市下五屯办新屯学校

班级：八（1）班

指导教师：刘吉飞

时间：12月17日

【活动背景】

我们中华民族素有“礼仪之邦”的美称，她五千年悠久的历史，不但创造了灿烂的文化，而且也形成了古老民族的传统美德。在校园这个既庄严又活泼、既紧张又文明的环境中，作为学生，不仅要学好文化知识，还要自觉加强道德修养，做一个文明的青少年。

【活动目标】

随着现实生活的发展，陋习之风也在盛行，学校里的陋习更为猖狂。通过

本次主题班会让学生认识到自己的不良习惯，意识到文明礼仪就在我们每个人的身边。引导学生养成良好的文明行为习惯，为学校的和谐建设做出贡献。

【活动形式】

小品表演、讲故事、组内讨论、模特展示、抢答、快板

【活动准备】

多媒体课件、收集图片、视频、标语

【活动流程】

(一) 指导老师讲话 (二) 了解陋习

(八) 快板——校园美

(九) 指导教师总结，主持人宣布活动结束

【活动过程】

指导老师讲话：

同学们，中国是我们中华民族引以为傲的词语，她几千年的文明史影响着我国一代又一代华夏儿女，“文明礼仪”已经

成为我们必不可少的一笔精神财富，可是，我们中学生的某些行为却与文明礼仪的传承不尽和谐。

今天，让我们通过主题班会的形式来了解我们的不良行为习惯，告别陋习，争做文明中学生！

下面，让我们用热烈的掌声有请本次主题班会活动的两位主持人。女：敬爱的老师们！男：亲爱的同学们！合：大家早上好！

男：今天，我们欢聚一堂，在这里开展主题班会合：感谢各位老师 and 同学的到来男：下面我们宣布：

男：在接下来的活动中看哪个队表现得最好，得分最少的队，就要给我们表演节目。希望大家在活动中积极参与，发挥你们最好的水平。

第一部分了解陋习

活动一：了解陋习

女：大家请看屏幕《陋习简介》男：姓名：陋习

3

女：年龄：不详男：性别：中性女：住址：人体内

男：种类：抽烟、喝酒、讲脏话、不礼貌、乱丢垃圾??数不胜数。

活动二：小品《香蕉皮的**》

女：大家说，他们的做法对吗？下面请同学们谈谈自己的看法。（请同学们自由发言）

男：的确如此，这种到处乱扔乱丢的现象在我们校园时有发生，与校园美丽的风景形成了极大的反差，有的同学破坏环境的同时，还对别人造成了伤害，真是害人不浅啊！

女：保护环境，从我做起，希望每个同学都能自觉养成良好的卫生习惯，为校园环保做点力所能及的事。

活动三：讲故事《应聘》

男：除了刚才乱丢垃圾的现象，生活中还有什么样的陋习呢？下面请听小故事——《应聘》。

女：请问，如果是你们去应聘，你们会怎么做呢？（学生自由发言）男：大家说得太对了，如果是你们应聘一定能成功。

4

女，是呀，我们不管在哪里，就应该养成一个遵规守纪的良好文明习惯。男：习惯成自然，好的习惯是遵规守纪的结果，好的习惯能够规范我们的行为。坏的习惯却能误导我们的行为，甚至可能让我们误入歧途，走上不归路。

第二部分查找陋习

活动四：图片展示“陋习集中营”

男：唉！本人什么都好，就是自私，什么东西都不愿和同学分享。小学的时候，我没有一个朋友，老师和同学告诉我，可我把那当成耳旁风。为此，我还有一个绰号——“光杆司令”。

女：是呀，自私也是一种陋习。在生活中，我们的陋习还有很多很多，下面请看“陋习集中营”

男：大家看了上面的图片有什么感想呢？给大家几分钟时间讨论一下，一起来找找自己的或别人的陋习。

女：在这个阶段，大家各自找出了自己存在的陋习，每个人都不是十全十美的，都会有一些陋习，可我们应该尽量将陋习转化为优点，力争做一个十全十美的人。

男：如今我已成为一名中学生，懂事了，我下决心一定要将“光杆司令”这顶帽子摘掉，把自私的坏毛病改掉，把不善交朋友转化为乐于助人，让自己尽可能成为一个完美的人。你们愿意帮助我改掉我的坏毛病吗？愿意和我交朋友吗？请大家监督我，帮助我改变。谢谢大家！

告别陋习班会篇三

为了进一步提升学生文明素养，使校园文明蔚然成风，全面营造文明和谐的校园环境。3月9日，信息传媒学院各班级召开了以“讲文明、除陋习、争做文明大学生”为主题的班会。本次班会由我院各辅导员主持召开□xx□16级全体同学参加。

各班主题班会在辅导员的组织下观看校园纪录片，从点滴小事上捕捉教育契机对学生进行思想道德教育。各班级通过“校园文明”、“课堂文明”、“餐厅文明”、“宿舍文明”等主题教育逐步培养、教育学生养成良好的行为习惯，提高学生文明水平。接着，辅导员又通过一些生动有趣的生活实例向同学们阐述并总结了关于良好文明行为习惯的养成及其重要性。班会最后，学生们畅所欲言，说出了自己身边存在的不文明行为，认识到了自己生活中行为的不足，并保证今后会更加注重自己的行为素质和高尚品格的养成。

文明习惯养成教育是一项长期、艰巨、复杂的工程。此次主题班会使同学们树立了从我做起，从身边的小事做起的意识，提高了社会责任感。引导学生树立了正确的社会主义荣辱观，培养学生理解、宽容、谦让、诚实的待人态度和热情、大方、

礼貌、友善的言行举止，为营造良好校园秩序和文明环境，全面推进校园精神文明建设奠定坚实的基础。

告别陋习班会篇四

通过本次主题班会，让学生认识自己的行为习惯中存在哪些陋习。让学生意识到讲文明的重要性，并在生活与学习中努力提高自己的文明修养，从小养成良好的行为习惯，做个讲文明的小学生。

二、活动的设计指导思想

1、从自身做起，从我做起，从小事做起，自觉遵纪守法，遵守道德规范，做文明人，行文明事，说文明话，爱护校园的一草一木，呵护美丽的校园。

2、提倡同学们向粗鲁的言行告别，向陋习告别，做到地面无痰迹，墙壁无脚印，出口无脏话，养成良好的文明习惯，促进校园文化建设。

3、提倡同学们把文明的礼仪带进学校，把微笑带给同学，把孝心带给长辈，把谦虚带给社会。

三、活动形式

小品、三字歌、图片展示、资料展示等。

四、活动准备

1、提前布置主题班会内容，选出主持人，并准备好讲话稿，让同学们查阅有关文明修养的相关知识。

2、结合校园中文明与不文明的现象做好发言准备。

3、排练小品、三字歌、收集图片、资料等。

五、活动过程

师：和着优美的旋律，我们相聚在这里——尹庄镇实验小学(出示图片)瞧，我们的校园多美丽!(出示课件)但一些行为使我们美丽的校园显得不那么和谐。(出示课件)我宣布《告别陋习、牵手文明》主题班会，现在开始!有请我们的主持人闪亮登场。

主持人甲：敬爱的老师

主持人乙：亲爱的同学们

合：大家好!

主持人甲：文明是一种品质，

主持人乙：文明是一种修养，

合：做一个文明的好少年，是我们共同的心愿。

主持人甲：同学们，你是否有陋习呢?陋习是什么呢?(生答：陋习就是指日常行为中不好的，丑陋的习惯。如，随地吐痰，乱扔垃圾，乱涂乱画，满口脏话，乱花零钱，浪费粮食等等。)

甲：这些行为，不但不利于我们的健康，更会影响我们的一生。

主持人乙：同学们，让我们一起走进陋习集中营看看吧!(课件出示)

看看他们都存在哪些陋习，想想这些陋习都给我们造成了什么样的影响。

主持人甲：面对这些陋习我们要怎么做?(学生畅所欲言)

主持人甲：其实我们身边还有很多令人感动的镜头。请随我们的小记者走进文明大观园：看看我们身边的文明人及文明事。
(课件出示)

文明人自测：

1、升国旗时，你能肃立吗?

a□能b□有时c□不能

2、你平时说脏话了吗?()

a□不说b□很少说c□常说

3、路上见到老师，你能主动上前问好吗?()

a□能b□有时能c□不能

4、你有过破坏公物、乱扔粉笔的行为吗?()

a□没有b□有过c□经常

5、你能和同学友好相处，并互相帮助吗?()

a□能b□很少c□没有

6、你会乱扔垃圾吗?()

a□没有b□偶尔c□经常

7、看见校园有垃圾，你会主动捡起来并放进垃圾箱内吗?()

a□会b□有时c□不会

8、你能够做到上课认真听讲，不讲话不做小动作吗?()

a□会b□有时c□不会

9、你能按时独立完成作业，不抄袭别人作业吗?()

a□能b□有时c□不能

10、吃饭时，你有浪费的现象吗?()

a□没有b□偶尔c□经常

说明：选择a得3分选择b得2分

选择c得1分

主持人乙：请同学们快速算好分数。

主持人甲：你的总分是多少呢?你的分数代表什么?请看大屏幕。

课件

1、分数为30——24分，你是个讲文明，懂礼貌的人。言谈举止文明，与老师、父母、同学相处融洽，人际关系好，是最受欢迎的人!

2、分数为23——16分，一般情况下，你是个文明人，但有时可能没有认真对待一些事情，特别是一些小事，人际关系一般，是个比较受欢迎的人!

3、分数为15——10分，许多情况下，你是个不文明的人，人

际关系一定很差，是个不受欢迎的人，要特别注意喽！

文明之星。

掌声有请文明之星上台领奖。（颁奖音乐，出示课件）

师：看到这些文明之星，相信大家一定会暗暗下定决心，要向他们学习，人人争做榜样。

主持人乙：看，《转变》来了，请欣赏彭飞等带来小品

学生表演小品《转变》

主持人甲：是啊，只有文明，才能融化人们内心的坚冰。只有文明，才能创造出静、怡、美的环境。下面请欣赏赵新月、田灵鑫、乔烨甜、陈新鸽带来的《文明三字歌》。1着装齐，进学校；红领巾，请戴好。2见师长，有礼貌；遇同学，问声早。3到校后，作业交；清洁区，认真扫。4做早操，身体好；快静齐，要记牢。1铃响后，快坐好；迟到者，喊报告。2上课时，多动脑；专心听，勤思考。3下课时，不打闹；慢慢走，右边靠。4进午餐，要吃饱；不浪费，品德高。

1、2放学时，理书包；教室内，卫生搞。

讲礼貌，做言行文明的少年，

讲友善，做关爱他人的少年，

讲诚信，做表里如一的少年，

讲自立，做自强上进的少年。

主持人乙：下面请班主任王老师作总结。

同学们，从你们的精彩表现中，我看到了你们呼唤文明的决

心，那就让我们从现在做起，注意自己的语言和行动，告别丑恶陋习，塑造良好形象，用实际行动告诉大家：文明就在我们身边。（出示课件歌曲）相信，只要你我共同努力，文明之花一定会将我们的生活装点得灿烂辉煌。

主持人甲：让文明之花常开心中，

主持人乙：让文明之美到处传播！

合：让我们插上文明的翅膀，飞向蓝天，飞向美好的未来。

《告别陋习、牵手文明》主题班会，到此结束。谢谢大家！

告别陋习班会篇五

活动目的：

活动形式：

小品表演、组内讨论、自我总结、集体宣誓

活动过程：

一、班主任寄语：

二、小品表演：

学生表演：乱扔垃圾，打饭插队，践踏草坪等不文明现象，其他学生观看，并引发学生进行如下讨论：

（1）你觉得这些行为怎么样？有什么坏处呢？

（2）如果你有这些不文明行为，你以后会怎么办？

三、小组讨论：同学们以小组为单位讨论每个成员有哪些不

文明行为下面是讨论结果：

以第一组的7号学生为例吧，只见他这样剖析自我：每个人都不是十全十美的人，都会有一些陋习，可我们应该尽量去将陋习转化为优点，做一个十全十美的人我的缺点是自私在我上小学时，老师和同学们都说我自私，不善交朋友，可我把那当成耳旁风如今我已成为一名中学生，还是没有克服这个坏毛病为此，我还有一个绰号呢——“光杆司令”我下决心一定要将它克服，把自私的坏毛病改掉，把不善交朋友转化为乐于助人，让自己尽可能成为一个完美的人以后，我一定尽力帮助我的同学们，但如果我在想一道难题时，先不要问我，因为我在想题对于劳动、为班级争光之类的事时，我都会挺身而出，我已打算参加学校的文艺汇演和画展，因为我要为班级争光虽然我不知道能否争得名次，但我还是期待着，我有信心我一定要扬长避短，让优点放出万丈光芒，缺点从此消失加油！”

四、班会总结：

告别陋习班会篇六

班会过程：

a□我们是祖国的花朵

b□我们是听话的孩子

a□我们天天生活在这儿

b□这儿有我们成长的故事

a□转眼，我们已经在老叶小学生活了x年，丰富的校园生活带给我们欢笑，喜悦，汗水和忧愁，但更多的还是成长。

b□是的，老叶小学的校园生活给了我们足够的成长空间，它的丰富多彩带着我们尽情体验生活，享受生活给予我们的一切。然而在这放飞想象的年纪，我们不能一味的自由放纵。

a□一滴水是渺小的，但无数滴水却能汇成无边的大海。

b□一个人是平凡的，微不足道的，但每个人都高举文明旗帜的话，就能让文明的新风吹遍神州大地。

a□请大家从每一个“小小的我”做起，因为社会就像是一片海洋，而我们每个人都是汇聚成海洋的小小水滴。

b□我相信只要我们把手中的文明火炬坚持不懈地传递下去，所有的人都会从此告别陋习的。相信在我们的世界里，因为有了它，我们才会想得更多，做得更好。

a□下面我宣布老叶小学x年级x班“告别陋习走向文明”主题班会ab□现在开始。

a□首先让我们先把时间交给班长——

由她来主持第一个环节——知识竞赛。（班长介绍答题规则，出示题目）

1老叶小学的校风是什么？

2、老叶小学的校训是什么？

3、公民道德20字纲要什么？

4、小学生守则共多少条？其中第5条、第8条分别是什么？

5、我们学校的班风是什么？

《校园陋习真是多》。

老师同学你们好、欢迎大家来指导、不管说的好不好、别跑

老叶小学好事多、现在不想再多说、只谈身边差现象、我说

清早闹钟打铃叫、不读书来睡懒觉、父母叫他他还闹、可笑

几乎每天都迟到、迟到也不喊报告、咣当推开教室门、吓一跳

打开书包一阵翻、才知作业没写完、偷偷看着班主任、干瞪眼

英语就像听天书、语数课上坐不住、想想开学许的愿、不算数

操场纸屑到处飞、脏话随时溜出嘴、值日干部多反馈、多嘴

有的老师管的多、管的大家直哆嗦、要问这是为什么、不说

语文作业还真不少、英语偏来凑热闹、数学老师也来了、晕倒

周末休息四处跑、玩了手机玩电脑、游戏微信整天聊、不着调

其实陋习还很多、时间关系不多说、希望大家对对号、入座

有了陋习不用怕、及时改正错不大、看好自己监督他、哈哈
(瞧吧)

说得不好见笑啦、你若不笑多尴尬、谢谢大家来检查、再见啦
(拜拜啦)

a□班级是学校的细胞，班级和谐、文明环境的营造是建设诗意校园的基础，

b□在我们这片青春乐土上，文明和谐的班级就是由和谐的老师，可爱的同学组成的，

a□班集体是每个学生展示才能的天地，也是造就人才的课堂。

b□下面让我们在优美的琴声中看看同学们的才华。

快板演奏《文明进校园》

电子琴《献给爱丽丝》

评音乐：

（刘）听完电子琴、葫芦丝的表演给我们轻松、优美、舒缓、奔放、洒脱的感觉，余音绕梁，真有孔圣人听完韶乐三个月不知肉味的美感。我们班有这么多精英人物，真可谓藏龙卧虎啊！这也昭示着同学们的向往美。追求美。决心争做精英，撇除陋习。在欣赏了同学们精彩的才艺展示之后，再让我们感受一下同学的《拍手歌》，同学们可以拍手互动“拍手歌”。

《拍手歌》新编

一月一，我们是团结的班集体；、二月二，同学之间是伙伴；

三月三，关心集体记心间；、四月四，做事不能自顾自；

五月五，勤奋诚实不怕苦；、六月六，同学就象亲骨肉；

七月七，吃喝穿戴莫攀比；、八月八，朋友有难帮一把；

九月九，共同进步手拉手；、十月十，朗诵诗谣要坚持。

陈：“同学之间是伙伴，关心集体记心间”，愿大家都能超越自我，

明：下面请与同学们互动、“五革五塑”。（红纸展示）

革除随地吐痰的陋习，塑造卫生小标兵的形象；

革除乱扔垃圾的陋习，塑造环保小卫士的形象；

革除乱涂乱画的陋习，塑造校园小主人的形象；

革除满口脏话的陋习，塑造文明小天使的形象；

革除乱花零钱的陋习，塑造理财小能手的形象。

陈：、“五革五塑”启人深思，让人奋进。从自身做起，革除陋习，塑造良好形象，向人们展现我们的文明风采。请段宁同学把它贴在展示台中。

明：请班长__宣读“告别陋习，争做文明礼貌中学生”倡议书。

“告别陋习，争做文明礼貌中学生”倡议书

同学们：

中国是个历史悠久的文明古国，素有“礼仪之邦”的美誉，而我们，作为一名少年獐，发扬民族的优良传统，是我们的历史使命。文明礼仪是我们学习、生活的根基，是我们健康成长的臂膀。为使同学们积极学习、宣传、参与到“革除五陋习，塑造五形象”的主题活动中，我向同学们发出如下倡议：

一、语言文明，举止得体，告别粗言脏语，人人使用文明礼貌用语；

二、尊敬师长，孝敬长辈，团结同学，事事能谦让，处处讲诚信；

四、勤劳俭朴，不铺张浪费，不吃零食，节约用水用电；

五、遵守并维护公共秩序，待人接物讲礼仪；

六、注意公共卫生，不随地吐痰，不乱扔垃圾，不践踏草坪；

七、文明上进，严格遵守班级所制订的文明公约；

八、爱护公共设施，不损坏公物，不在课桌上刻字画画；

九、积极参加“向陋习告别，做文明中学生”的主题实践活动，争做文明小使者。

希望每一位同学积极行动起来，从我做起，从现在做起，在这项实践活动中，甩掉陋习，崇尚科学文明，使文明言行成为校园的新风尚，让文明之花开满校园的每个角落，伴随我们一同健康成长。向不文明行为宣战，还校园一片洁净的天空！

辅导员作总结。

同学们，从你们的精彩表现中，我看到了你们呼唤文明的决心，那就让我们从现在做起，注意自己的语言和行动，革除陋习，塑造良好形象，用实际行动告诉大家：文明就在我们身边。相信，只要你我共同努力，文明之花一定会将我们的生活装点得灿烂辉煌。

主持人（合）：一年级一班“告别陋习、走向文明”主题班会到此结束，谢谢各位的参与！

告别陋习班会篇七

通过本次主题班会对有不良习惯和不文明行为的同学进行一次自我教育，并且形成相互监督，共同改进的良好氛围，提高他们遵守《中学生行为规范》《中学生守则》及校风，校纪，班风，班纪的自觉性；理解文明礼仪对一个人、一个集体、一个国家的重要性。活动内容：

1. 理解文明礼仪的重要性。

2. 了解常见的生活陋习以及它们带来的危害。3. 熟悉中学生应当遵守的文明礼仪。活动形式：

小品、讨论、朗诵等。活动流程：

1、主持人宣布班会开始，引入主题。2、讨论与小品。3、幻灯片展示六大最令人深恶痛绝的生活陋习和危害。4、集体朗诵中学生应当遵守的文明礼仪。5、主持人小结，布置作业。6、主持人宣布班会结束。活动过程：

1、主持人导入：

主持人a：华夏大地，礼仪之邦，几千年源远流长的是我们祖辈传承下来的文明礼仪，这是我们的骄傲和财富。时至今日，我们在衡量一个人的气质，德行的时候，仍以那些细节作为考核的重要参数。主持人b：

礼仪是一种修养、一种气质、一种文明、一种亲和力，它是人际交往的通行证。一个人要有所成就，就必须从学礼开始。主持人a：b：《告别陋习走向文明》主题班会开始。

2、主持人a：文明在哪里？我来告诉你。文明就在你身边，就在你的生活里。

然而生活中很多同学却有着这样或那样的生活陋习，举例说明。

主持人b:下面请同学们讨论身边的生活陋习，讨论完后由小组长负责汇报，也可表演小品。

9个小组讨论并由组长汇报。

进行小品表演。

3、主持人a:各个小组总结的非常好，小品也不错。我们的同学在生活中的确

存在不少的生活陋习。这些生活陋习危害很大，小则有损个人形象，大则危害国家形象！

主持人b:下面请同学们一齐来了解六大最令人深恶痛绝的生活陋习和危害。(观看课件)

主持人a:以上是我们生活中六大最令人深恶痛绝的生活陋习，我们要充分认识这些不文明行为的危害性，有则改之，无则加勉！

主持人b□同学们，告别陋习，走向文明，请从现在做起，从自己做起，从小事做起。

4、主持人a□我们作为新世纪的中学生，在学校里最应当遵守哪些文明礼仪呢？

下面请同学们集体大声朗诵《中学生应当遵守的文明礼仪》。
(课件)中学生应当遵守的文明礼仪:

(1)、言语要文明，见面问声好。友善共相处热情礼相待。(2)、衣着应端庄，仪态要规范。

(3)、领物取物，主动排队，相互礼让，井然有序。(4)、他人宿舍，非请莫进；他人财物，未准莫取。(5)、走道楼梯，人来人往，你谦我让，主动留道。(6)、弱小贫困，帮扶资助；残疾病患，文明相待。(7)、桌面墙面，莫乱涂画；垃圾杂物，弃置有道。(8)、进出校门，主动下车，出示校牌，微笑致意。(9)、上课考试，休息时间，尊重他人，保持安静。

(10)、升旗仪式，庄严肃穆，着装整齐，端正严谨。

5、主持人a和b总结：同学们，相信大家通过本节班会课也学到了很多有关

文明礼仪的知识。古人云：“勿以善小而不为，勿以恶小而为之。”文明行为，贵在实践，要真正做到文明守礼并不容易。我们每位同学都要少说漂亮话，多做实事，积极参加各种修身养性的活动，做到举止得体、言行文明、品德高尚、尊敬师长、尊重他人，以自己的实际行为，告别各种不良行为，坚持不懈地提升自身的道德素质，做一个文明的中学生。

6、主持人a□b□八年级（48）班《告别陋习，走向文明》主题班会到此结束，

谢谢各位！

告别陋习班会篇八

告别陋习，掌握命运

二、班会目的

本次主题班会的主要目的是：让学生明确哪些是坏习惯，哪些是好习惯，使他们加深对养成好习惯重要性的认识，懂得小小的习惯会对人的一生产生巨大影响——好的习惯可以使人走向成功，坏的习惯使人失败，习惯决定命运。为了我们

美好的未来，我们必须告别陋习，掌握命运。

三、班会过程

(一)主题导入

在这节班会开始之前，我先给同学们出一个谜语，看看谁能猜出来：

我不是你的影子，但我与你亲密无间。

我不是机器，但我全心全意听命于你。

对成功的人来说，——我是功臣；

对失败的人来说，——我是罪人。

培训我，——我会为你赢得整个人生；

放纵我，——我会毁掉你的终身。

我到底是谁？——我平凡得让你惊奇。

(谜底：习惯。若学生猜不出来，教师可以给出答案。)对。这节班会的主题就与习惯密不可分——告别陋习，把握命运。

(二)生活中的陋习

要告别陋习，首先要明确陋习。那么，在我们的日常生活中，又有哪些不良习惯呢？请每位同学列举3-5种坏习惯，然后进行小组内交流，最后请每组选派一名代表发言(不重复)。

学生进行思考、交流、发言。

接着，教师多媒体展示自己收集的不良习惯。

学习方面：

- 4、不按时完成作业。
- 5、不喜欢预习。
- 6、抄袭他人作业。

生活方面：

- 3、吃饭时说说笑笑。
- 4、喜欢跟别人攀比。

言行方面：

- 4、对他人求全责备。
- 5、经常说脏话。
- 6、缺乏主见。

(三)认识陋习危害

师：从上面我们师生的交流来看，生活中的陋习还真不少。那么，这些不良习惯到底有哪些危害呢？在回答同学们的疑问之前，我先给同学们讲一个笑话。

)乞丐回答说：“我要买一只好一点的碗和一根结实的木棍，这样我以后出去讨饭时方便一些。”

看同学们笑得那么开心，一定是觉得那个乞丐很傻——既然自己已经是百万富翁了，还需要像以前那样去讨饭吗？其实，仔细想一想，这都是习惯惹的祸！因为它是一贯的，在不知不觉中，它已经影响了我们的思维，影响了我们的行动，当然

也就左右了我们的成败。可见，习惯对我们的生活有着多大的影响。

不要觉得说句谎话没关系，不要觉得抄袭作业无所谓，不要觉得丢片废纸是小事……这些看似微不足道的陋习，很可能会给你的一生带来难以估量的负面影响！

(四) 认识身边的好习惯

既然陋习危害巨大，那么我们还是来认识一些身边的好习惯吧。

九个学习好习惯：

九个卫生好习惯：

- 4、手脏了及时洗。
- 5、不随意席地而坐。
- 6、常换衣服常洗澡
- 7、不随地吐痰。
- 8、不乱扔垃圾。
- 9、随手整理好用具和衣物

九个饮食好习惯：

- 4、爱惜粮食。
- 5、少吃零食。
- 6、不挑食、不偏食

- 7、不边走边吃。
- 8、不吃不合格食品。
- 9、少喝饮料多喝白开水

九个安全好习惯：

- 5、不急追猛跑。
- 5、右行礼让。
- 7、有自护意识。
- 8、不做危险动作
- 9、离家离校要向家长或老师打招呼

(五)效果反馈

刚才，我跟同学们一起了解了生活中的好习惯和坏习惯，认识了不良习惯的危害。下面我们做个练习，看看你能不能正确区分好习惯与坏习惯。请同学们看大屏幕，写出好习惯的序号。我们找一位同学到前边来做一做。

- 1、晚上学习时先浏览一下第二天要上的课文内容。
- 2、上课时把老师讲的要点记下来。
- 3、上课时想其他事情。
- 4、下课时离开座位，活动一下身体，眺望一下远处。
- 5、数学课做语文作业。

- 6、晚上做作业时把音乐放得很响。
- 7、以平静的心情学习，不在看书时胡思乱想。
- 8、与同学讨论题目。
- 9、语文课偷偷背外语单词。
- 10、询问老师不懂的地方。
- 11、上学时常常忘带书本、练习册或其他学习用具。
- 12、常将第一天的作业拖到第二天做。
- 13、不愿意仔细看课本，深入思索教材的内容。
- 14、喜欢看课外书。

(教师根据学生回答情况，进行适当点评)

(六) 怎样培养好习惯

说到这里，有的同学可能要问了：这节课讲了这么多，老师还没有告诉我们怎样才能培养好习惯呢。其实，好习惯的培养很简单，只要我们在思想上重视，在做一件事之前，想一想“我这样做好不好”就可以了。

四、结束语

播种一种思想，收获一种行为；

播种一种行为，收获一种习惯；

播种一种习惯，收获一种性格；

播种一种性格，收获一种命运。

说得再多也没用，关键还是去行动！希望同学们从自己的一举一动做起，养成好习惯，创造好人生！

今天的主题班会到此结束。谢谢大家。

告别陋习班会篇九

“我是什么？我能做什么？我将往哪里去？……”这一系列的问号渗透在初中生刚开始进入初中阶段的学习与生活中，影响着他们对学习、生活的认识和感悟，决定着他们在面对困难与挫折时所作出的选择。此班会的目的是让学生更好地认识自我存在、发掘自我潜能、树立自我信心，为未来的发展打下良好的心理基础；让学生充分的认识自己，在认识自我的基础上了解自信心的重要性，挑战自我，超越自我。

【班会准备】

- 1、动员学生踊跃参与，此次班会有助于进一步提高学生的自身修养，充分认识自己的优缺点，扬长补短，发觉自我潜能，磨练自己，挑战自我。班干部在班里积极宣传。
- 2、将教室里的课桌围着教室四周的的墙壁排放，教室中间空出场地。
- 3、选定一男一女两个善于言辞的学生做主持人。
- 4、材料准备：麦克风、多媒体

【活动过程】

- 1、在背景音乐声中，主持人宣布本次主题班会开始。

你相信自己吗？你有自信心吗？你能发觉自己的潜能挑战自我吗？

2、请c同学独唱歌曲《就是我》

3、请几位同学分别谈谈对“认识自我”这个词的认识。主持人分析总结。

4、通过以上环节，同学们初步了解了“认识自我”这个词，那么，你们认识自己吗？知道自己的优缺点吗？如果知道，你们如何扬长补短，去挑战自我。下面我们来听几个小故事。请d□e两位同学为我们朗读。

霍金的故事

原来，随着年龄渐长，小霍金对万事万物如何运行开始感兴趣起来，他经常把东西拆散以追根究底，但在把它们恢复组装回去时，他却束手无策，不过，他的父母并没有因此而责罚他，他的父亲甚至给他担任起数学和物理学“教练”。在十三四岁时，霍金发现自己对物理学方面的研究非常有兴趣，虽然中学物理学太容易太浅显，显得特别枯燥，但他认为这是最基础的科学，有望解决人们从何处来和为何在这里的问题。从此，霍金开始了真正的科学探索。

比尔·盖茨的故事

比尔·盖茨出生于律师和教师之家，这个家庭的大人非常注意小盖茨的智力开发和培养。

盖茨三四岁时，母亲外出总是把盖茨带在身边，当他在学校里向学生讲解西亚图的历史和博物馆的情况时，盖茨总是坐在全班最前面，尽管盖茨是个好动的孩子，但在教室里他表现得比其他学生还要专注、认真。

盖茨从小酷爱读书，尽管他是个儿童，但他喜爱读成人的书。在自己家里，他可以随意翻阅父母的藏书。

他7岁的时候，最喜欢读的书是《世界图书百科全书》，他经常几个小时地连续阅读这本大全，一字一词地从头读到尾。小盖茨的父母还尽可能鼓励和提供他各种机会，让他逐渐长大时，父母鼓励他参加童子军的野营活动，小盖茨从与其他孩子的相处中得到了友情的满足。

自从盖茨进湖滨中学那间小计算机房的那一天起，计算机对他就产生了一种无法抗拒的魅力。15岁时，他就为信息公司编写过异常复杂的工资程序。

1973年春，他被哈佛大学接受为学生，他更一发不可收，经常在计算机房通宵达旦地工作。

有好几次，盖茨告诉父母，他想从哈佛退学与他人一道干计算机事业。但父母极力反对儿子开公司，尤其是毕业以前。父母还请了受人尊敬、白手起家的一个著名企业家——斯托姆来说服盖茨打消开公司的念头。斯托姆不但没有劝阻他，反而倾听了这位十几岁孩子的演说后，鼓励他好好干。

1977年盖茨正式退学。他不是厌倦哈佛，而是希望另有远大前程。进80年代后IBM开始寻求合作伙伴，在于盖茨交谈了5分钟后IBM的人认为这是与他们打交道的最出色的人物之一。此后，盖茨为自己写下了更引人注目及有趣的故事。

5、同学们听后一起交流感受，主持人介入引导，让同学从真正意义上懂得“认识自我，战胜自我”的深刻含义。

6、全班合唱《我相信》，在音乐声中结束此次班会。

文档为doc格式

告别陋习班会篇十

本次主题班会的主要目的是：让学生明确哪些是坏习惯，哪些是好习惯，使他们加深对养成好习惯重要性的认识，懂得小小的习惯会对人的一生产生巨大影响——好的习惯可以使人走向成功，坏的习惯使人失败，习惯决定命运。为了我们美好的未来，我们必须告别陋习，掌握命运。

三、班会过程

（一）主题导入

在这节班会开始之前，我先给同学们出一个谜语，看看谁能猜出来：

我不是你的影子，但我与你亲密无间。

我不是机器，但我全心全意听命于你。

对成功的人来说，——我是功臣；

对失败的人来说，——我是罪人。

培训我，——我会为你赢得整个人生；

放纵我，——我会毁掉你的终身。

我到底是谁？——我平凡得让你惊奇。

（谜底：习惯。若学生猜不出来，教师可以给出答案。）对。这节班会的主题就与习惯密不可分——告别陋习，把握命运。

（二）生活中的陋习

要告别陋习，首先要明确陋习。那么，在我们的日常生活中，

又有哪些不良习惯呢？请每位同学列举3-5种坏习惯，然后进行小组内交流，最后请每小组选派一名代表发言（不重复）。

学生进行思考、交流、发言。

接着，教师多媒体展示自己收集的不良习惯。

学习方面：

4、不按时完成作业。5、不喜欢预习。6、抄袭他人作业。

生活方面：

3、吃饭时说说笑笑。4、喜欢跟别人攀比。

言行方面：

4、对他人求全责备。5、经常说脏话。6、缺乏主见。

（三）认识陋习危害

师：从上面我们师生的交流来看，生活中的陋习还真不少。那么，这些不良习惯到底有哪些危害呢？在回答同学们的疑问之前，我先给同学们讲一个笑话。

一位没有继承人的富豪，死后将自己的一大笔遗产赠送给了远房的一位亲戚，这位亲戚是一个常年靠乞讨为生的乞丐。这名接受遗产的乞丐立即身价一变，成了百万富翁。有好事的记者便来采访这名幸运儿：“你继承了遗产之后，最想做的第一件事是什么？”（班主任）乞丐回答说：“我要买一只好一点的碗和一根结实的木棍，这样我以后出去讨饭时方便一些。”

看同学们笑得那么开心，一定是觉得那个乞丐很傻——既然自己已经是百万富翁了，还需要像以前那样去讨饭吗？其实，

仔细想一想，这都是习惯惹的祸！因为它是一贯的，在不知不觉中，它已经影响了我们的思维，影响了我们的行动，当然也就左右了我们的成败。可见，习惯对我们的生活有着多大的影响。

不要觉得说句谎话没关系，不要觉得抄袭作业无所谓，不要觉得丢片废纸是小事……这些看似微不足道的陋习，很可能会给你的一生带来难以估量的负面影响！

（四）认识身边的好习惯

既然陋习危害巨大，那么我们还是来认识一些身边的好习惯吧。

九个学习好习惯：

九个卫生好习惯：

- 4、手脏了及时洗。
- 5、不随意席地而坐。
- 6、常换衣服常洗澡
- 7、不随地吐痰。
- 8、不乱扔垃圾。
- 9、随手整理好用具和衣物

九个饮食好习惯：

- 4、爱惜粮食。
- 5、少吃零食。
- 6、不挑食、不偏食
- 7、不边走边吃。
- 8、不吃不合格食品。
- 9、少喝饮料多喝白开水

九个安全好习惯：

- 5、不急追猛跑。
- 5、右行礼让。
- 7、有自护意识。
- 8、不做危险动作
- 9、离家离校要向家长或老师打招呼

（五）效果反馈

刚才，我跟同学们一起了解了生活中的好习惯和坏习惯，认识了不良习惯的危害。下面我们做个练习，看看你能不能正确区分好习惯与坏习惯。请同学们看大屏幕，写出好习惯的序号。我们找一位同学到前边来做一做。

- 1、晚上学习时先浏览一下第二天要上的课文内容。
- 2、上课时把老师讲的要点记下来。
- 3、上课时想其他事情。
- 4、下课时离开座位，活动一下身体，眺望一下远处。
- 5、数学课做语文作业。
- 6、晚上做作业时把音乐放得很响。
- 7、以平静的心情学习，不在看书时胡思乱想。
- 8、与同学讨论题目。
- 9、语文课偷偷背外语单词。
- 10、询问老师不懂的地方。
- 11、上学时常常忘带书本、练习册或其他学习用具。
- 12、常将第一天的作业拖到第二天做。
- 13、不愿意仔细看课本，深入思索教材的内容。
- 14、喜欢看课外书。

（教师根据学生回答情况，进行适当点评）

（六）怎样培养好习惯

说到这里，有的同学可能要问了：这节课讲了这么多，老师还没有告诉我们怎样才能培养好习惯呢。其实，好习惯的培养很简单，只要我们在思想上重视，在做一件事之前，想一想“我这样做好不好”就可以了。

四、结束语

播种一种思想，收获一种行为；

播种一种行为，收获一种习惯；

播种一种习惯，收获一种性格；

播种一种性格，收获一种命运。

说得再多也没用，关键还是去行动！希望同学们从自己的一举一动做起，养成好习惯，创造好人生！

今天的主题班会到此结束。谢谢大家。