

# 2023年好习惯班会总结 养成好习惯班会教案(模板9篇)

总结是对某一特定时间段内的学习和工作生活等表现情况加以回顾和分析的一种书面材料，它能够使头脑更加清醒，目标更加明确，让我们一起来学习写总结吧。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 好习惯班会总结篇一

1. 指导学生仔细观察课本插图，使学生了解各种朗读、背诵形式，训练正确的朗读、背诵的姿势及方法，培养学生良好的朗读及背诵习惯。
2. 了解课外阅读的内容及形式，激发学生课外阅读的兴趣，逐步养成阅读健康的课外书报的习惯。

### ppt课件

- (1) 图上的小朋友哪个姿势正确、漂亮？怎样坐的？
- (2) 我们为什么要坐端正呢？
- (3) 小结，让学生明白朗读姿势的规范（ppt课件出示）

身正肩平双手拿书

左右两臂自然平放

目光课本保持垂直

眼睛书本距离一尺（33厘米）

(二) 图中的小朋友在朗读课文时个个姿势正确，读得多专心，多投入呀！我们也和他们比试比试，怎么样？请大家学着他们的样子做做。

(1) 请几个学生模仿练习，展示。其他同学给予评判。

(2) 下面我们一起来练习。(全体学生参与姿势训练。教师走下去进行指点、纠正。从班级中选出姿势规范的同学进行表扬，奖励。)

(三) 课堂常规自检：

ppt课件出示：一年级养成教育班会教学设计

上课认真听讲，不乱说乱动，勇于提问，积极回答，积极思考；回答问题要起立，声音响亮；要发言，先举手。

上课坐姿要端正，读写姿势要正确，努力做到三个一。眼睛离书一尺远，手握笔的地方离笔尖一寸远，身体离桌一拳远。

作业要字体端正、规范，书写格式正确，纸面清洁，不边做边玩。

(1) 看题目，相互评议，看是否达到要。

(2) 学生集体朗读一段课文，教师巡视，倾听，指导纠正。

(四) 做个爱护视力的好孩子

学习、看电视时间长了，眼睛会感觉不舒服。我们要爱护自己的眼睛，做到学习好、身体好。让我们一起来做做眼保健操。

ppt课件播放眼保健操音乐，班长带领同学们一起做眼操，纠

正不正确的姿势和位置。

### （五）班会总结：

通过一个多月的学习，我们已经知道了读书写字的姿势，掌握了握笔写字的方法，还知道了保护视力的一些要求。我相信，只要我们天天坚持练习朗读，自觉训练，你的学习成绩一定会提高的，成为一个优秀的孩子。让我们行动起来吧！

## 好习惯班会总结篇二

### 一、[班会目的]

- 1、通过班会，让学生认识到好习惯带来的益处，提高学生养成好习惯的自觉性。
- 2、通过学习，让学生树立培养良好生活习惯的意识，明确良好的行为习惯对塑造个人性格，营造良好班风，以及创造自我人生的重要性。

### 二、[班会准备]

- 1、培养两位能干的学生当主持人，准备串联词。
- 2、小品、收集好习惯故事及坏习惯的故事。
- 3、制作《学习习惯治疗卡》印发给学生课前填写。
- 4、准备背景音乐周杰伦钢琴曲《安静》及歌曲《我的未来不是梦》

### 三、[班会形式] 讲故事、小品等

### 四、[班会过程]

## （一）、导入

一位哲人曾经说过：播下一种行为，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。这句话充分说明了习惯的重要性。对我们初中生来说，养成好习惯尤为重要，它将影响你的一生。相信今天的主题班会《让好习惯伴我成长》会给同学们带来启示。下面有请主持人上台。

主持人：许萌 盛海腾

（男）：好习惯就像雏鹰的一对翅膀。（女）：能让我们在蓝天上自由翱翔。

（男）：好习惯就像海上的一艘航船。（女）：能让我们驶向成功的彼岸。

（男）：好习惯就是我们成长过程中最亲密的伙伴。（女）：能让小苗在阳光下茁壮成长。（合）：《让好习惯伴我成长》主题班会现在开始。

## （二）讲故事引主题

故事一：在印度和泰国，驯象人在大象还是小象的时候，就用一条铁链将它绑在水泥柱或钢柱上，无论小象怎么挣扎都无法挣脱。小象渐渐地习惯了，不挣扎了，直到长成了大象。长大的大象已经可以轻而易举地挣脱链子，但它从不挣扎，竟乖乖地被这根小小的柱子，这截细细的链子拴住。大家不妨思考一下，小象是被链子绑住，而大象却是被什么拴住的呢？（习惯）

故事二：在国外，发生过这么一件事：一位没有继承人的百万富翁死了，死后他将自己的一大笔遗产，赠送给远房的一位亲戚，这位亲戚是一个常年靠乞讨为生的乞丐。这名乞丐，

一夜之间，变成了百万富翁。新闻记者便来采访这名幸运的乞丐。新闻记者问道：“你继承了遗产之后，你想做的第一件事是什么？”大家猜一猜，乞丐会怎么回答？（乞丐的答案是“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。”）

答案很是出人意料，但想想却又在意料之中，这是他多年当乞丐养成的习惯，已经改不过来了。这个乞丐有再多的钱，他也不会花，他的思维只围绕在乞讨这件事上。

我国教育家陈鹤琴曾经说过：“习惯养得好，终身受益，习惯养不好，终身受累。”好习惯会帮助我们收获知识和智慧，成为开启我们智慧之门的金钥匙。

### （三）、从正反两方面举例说明习惯对人的影响

#### 1、好习惯使人终身受益的故事。

如此爱惜它的人，我才放心。在他的推荐下，加加林就成了人类第一个飞上太空的宇航员。所以有人开玩笑说，成功从脱鞋开始。实际上说的是成功从好的习惯开始。

#### （2）好习惯成就大未来。

苏霍姆林斯基有一个习惯，那就是在清晨尽早开始一天的工作，他每天五点半起床，做早操，喝杯牛奶吃块面包，然后就开始工作，当他习惯了六点钟开始工作以后，又努力再提早十五到二十分钟，几十年如一日，从不间断。他三十几本教育方面的书和三百多篇学术论文都是在早上五点到八点写成的。这个故事，说明了好习惯，成就了一位举世闻名的心理学家和教育学家。

结论：纵观历史的发展，许多伟大人物的成就都是与他们的良好习惯分不开的。大文豪托尔斯泰一生热衷于体育运动，

这使他能以充沛的精力完成不朽的巨著。美国著名作家马克·吐温坚持每天清晨默读墙上的好词、佳句，为他能写出脍炙人口的作品打下了坚实的基础。达尔文从不放过任何一个观察大自然的机会，为他的科研工作积累了大量的第一手资料。

由此可见，名人并不是高不可攀，只要我们向他们学习，做好身边的每一件事，养成好习惯，一定会成就我们的大梦想！

过渡：一个好的习惯，可以使人终身受益；一个坏的习惯，却可能遗祸一生。

## 2、坏习惯带来影响。

### （1）《都是坏习惯惹得祸》

日本有一家食品公司要招聘一位卫生检测员，一位衣冠楚楚、气度不凡的年轻人自信地走进了总经理办公室，他优雅的谈吐，扎实的专业知识赢得了总经理的好感，没想到就在年轻人转身离开的时候，他下意识抠了一下鼻孔，这个不起眼的小动作并没有逃过总经理的眼睛，结果可想而知，一个没有良好卫生习惯的人怎么能够做卫生检测员呢？当然，年轻人到死也不会知道是他抠鼻孔的坏习惯毁了他的工作，使到手的饭碗落入了他人之手。

### （2）“小和尚的剃头刀”

古时候，寺庙里有位小和尚，在出家前就有“丢三落四”的毛病。出家后，师父和师兄弟们一直提醒他，可是他从不当回事，依然是“丢三落四”。每天除了诵经念佛、打扫寺院、提水砍柴之外，小和尚也想学一门手艺。于是师父就安排小和尚学习剃头。

师父告诉他：“你每天拿一个冬瓜来练习，练到能在冬瓜上施展各种剃头方法，再安排你去剃真人。”于是，小和尚就

天天在冬瓜上练习剃头，练了一天又一天，好几个月过去了，小和尚剃冬瓜的水平已经越来越高。可是师父却发现一个问题，小和尚练习剃头都是抽空进行的，在剃头过程中，经常有事需要他走开。每当别人叫小和尚走开的时候，他都会把剃头刀扎在冬瓜上面，等办完事回来以后，再抽出剃头刀继续练习。

一日，师父决定让小和尚给他剃头。小和尚毕恭毕敬地把师父的头刮得亮晶晶的。就在小师父剃完头，师父刚要开口鼓励他的时候，小和尚顺手就把剃刀扎在了师父的头上，可怜人脑不比冬瓜，这样一刀下去，后果可想而知，小和尚成了杀人犯。过渡：良好习惯的养成并不是一件轻而易举的事。我们班中就有那么一些同学，没有养成良好的学习生活习惯。

#### （四）、说说我们的坏习惯

#### 2、让学生讨论，说说班级存在的坏习惯

小组总结出存在的坏习惯并进行评论，反思。

同学们讨论，举手回答：（1、乱丢垃圾；

2、迟到；

3、上课不能专心听讲；

4、上课讲话；

5、上课打瞌睡；

6、上课讲做小动作；

7、影响其他同学上课；

小组讨论，每组指定一学生做好记录，然后小组代表发言。

- (1、说话不文明； 2、上课时故意引人发笑；  
3、老师讲课时随意插嘴 ； 4、上课时吃东西 ；  
5、做错题没有及时改正 ；  
8、不热爱劳动等等。)

### 3、交课前填写的《学习习惯治疗卡》

(填写此卡，尽量详细，针对具体的问题来解决)年月日

姓名：

不良学习习惯：

怎样改进：

我邀请 做我的评判人，提醒我要和坏习惯绝交。

一个星期后，我的表现怎样？

评判人给分： 是不是表扬： 评判人签名：

### (五)、怎样克服坏习惯？

既然已找出坏习惯，我们就应该克服它？

专家给我们的建议：

1. 坚持. (养成一个好习惯至少需要21天)。
2. 用好习惯代替坏习惯。
3. 重视别人的批评。

**【设计背景】：**（要解决什么问题？）



所带的初一新生班级多数学生的学习习惯和生活习惯、卫生习惯需要继续培养和引导。要培养高素质人才、高素质的公民，帮助学生改进学习方法、提高学习效率，势必要从良好的行为习惯抓起，为此决定召开《习惯与人生》的主题班会。

**【班会目标】：**（怎样的预期效果？）

通过活动，使学生加深对养成好习惯的认识，让学生懂得，一个人的习惯虽然是个人的事情，但实际上小小的习惯会有巨大的影响，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，为了我们的未来命运，必须养成好习惯。**【课前准备】：**（辅助备品？ 准备哪些素材？）

1、主题班会形式：学生自己组织，主动交流；学生自导自演小品《都是毛病惹的祸》或其他；讲故事《学习习惯比考试成绩更重要》。

2、确定本次班会的主持人和策划者。

3、收集一些关于习惯的图片、资料以及视频文件或相关案例（最好是发生在我们周围的现象）来说明习惯对命运的影响，设计主题班会中的活动项目。准备好平时学生在学习生活过程中存在的一些行为。

4、制作班会课件。整个过程中，学生可以随时征求老师意见，加以修改和完善。

**【班会过程】：**

小结：恶习一旦养成了，就会如影随形，很难摆脱。不管你多么善于伪装，习惯却怎么也藏不住自己的尾巴。

好的习惯会让我们受益一生，因为习惯决定命运。

（展示主题班会标题）

二、主题活动过程：（各环节用何种形式呈现？如何使用素材？

操作过程中老师要注意的问题？尽量细化设计。）

### （1）展示案例

首先发现我们自己的不良习惯并进行改正。（展示不良习惯的照片）

总结：中国有句古训：江山易改，本性难移。这句话的含义有两层：人的本性是很难改变的；人的本性虽然很难改变，但并非改变不了，只是难了一点而已。

（3）如何养成好的习惯 看一看你左手请现场的同学们来做一个小小的游戏（1）两掌相对，十指交叉。注意观察大拇指的位置。看一看你左手大拇指在上，还是你的右手的大拇指在上？（2）现在请大家刻意改变，反过来交叉，即刚才在上的拇指改在下，看看是什么感觉？（3）刻意改过来交叉动作，我们不断重复21次。现在什么感觉？是不是习惯了一点？这个游戏告诉我们：习惯可以改变的，只要不断重复就可以了。

好习惯的形成大致分三个阶段：

第一阶段：1~7天左右。“刻意，不自然”

第二阶段：7~21天左右。“刻意，自然”

第三阶段：21~90天左右。“不经意，自然”

（4）告别陋习，挑战自我拟定挑战计划书 篇三：习惯引领人生主题班会

习惯引领人生

## ——高一五班主题班会程序

### 活动简介：

以学生生活学习行为为中心，通过讲故事、演唱歌曲、生活实例窥探、讨论交流、宣誓、节目欣赏等一系列程序活动对本班学生进行习惯规范教育。

### 活动目的：

选取学生日常生活中的真实故事，编排成节目，让学生自己教育自己，促进学生养成良好的行为习惯、生活习惯和学习习惯，充分意识到好习惯对成长的作用，提高学生的自觉性。同时让学生辩识好的习惯和不良的习惯，发现并改正不良习惯，提高自我控制能力。树立高一五班的良好集体形象和个人影响。

### 活动程序：

#### 一、引入：

主持人a□b□老师们，同学们，大家上午好！

播下一种习惯，收获一种性格；

播下一种性格，收获一种命运；

主持人b□是呀，世界上最可怕的力量是习惯；

世界上最宝贵的财富也是习惯；

一个企业，一个国家，一个民族，是如此；

对于人的一生也是如此。今天我们班会的主题是“习惯引领

人生”。

## 二、讲故事

主持人b□以上故事，无不给人以启迪，让人深思，这些都是我们生活中显而易见的小事，但往往在一些不为人注意的细节中流露了一个人的生活习惯、对待人生的态度。

## 三、生活实例窥探

主持人a□好的生活习惯是人们走向成功的钥匙，而坏的生活习惯是通向失败敞开的门。下面请欣赏407寝室的同学们自编自演的小品《话在寝室》。

### 场景一：话在寝室

主持人b□大家说说刚才那些同学有哪些不好的习惯呢？（学生发言 张洁）

在宿舍乱扔垃圾、大声喧哗；不遵守学校的规章制度往楼下泼水、随意破坏公物等。

焦海梅：晚上及时睡觉；早上按时起床和上操；积极、主动打扫卫生；自觉捡起公共场所丢弃的垃圾（如校园、教室、寝室等）；准时到教室准备老师上课，尊敬老师。

主持人b□是的，这些都是良好的生活习惯，那么我们哪些做到了，哪些没做到呢？查找自己（卢亚丹、刘春阳、宫红梅）

卢亚丹：我认为我做到了按时起床，准时上操；上课从不迟到；主动打扫卫生。我会把这些好习惯一直坚持下去。当然我还有很多没做到的。比如说，我上课没有遵守课堂纪律，乱说话，做一些小动作；没有认真完成老师布置的作业，总是习惯性地抄别人的。以后我会努力改掉这些不好的习惯，

做一个品学兼优的好学生。

宫红梅：我做到了早上按时起床、上操；积极主动打扫卫生，准时上课。但是我没有做到晚上及时睡觉，自觉捡起地上的垃圾，我以后会改掉这些坏习惯。

主持人b□看了刚才这些同学的表现，大家有何感想呢？

评价（胡冰）：在一个小小的课堂上，同学们竟有两种极端的表現。有的同学把老师布置的作业当回事，课下认真复习；而有的同学则把它置若罔闻，课下不管不问。有的同学上课认真听讲；而有的同学上课梳梳头发，照照镜子，东瞅瞅西看看，摸摸这动动那，或者爬在桌子上，更严重的是和别的同学说话。这不能不让人陷入深思。人们常说，知识是通向成功的金钥匙，如果同学们连最基本的任务（作业）都不能有效完成的话，我们又谈何成功呢？因此，我们必须从现在起树立正确的学习态度，养成良好的学习习惯。

李静：如主动学习的习惯、课前预习的习惯、课堂上认真听讲的习惯、独立思考的习惯、及时完成作业的习惯、课后认真复习的习惯。主持人b□这些习惯你们都做到了吗？自查  
（郎利冉、任向明）

郎利冉：我有这些方面没有做到，如：课前没有做好预习，课堂上做小动作，另外课下老师布置的作业，总是脱脱拉拉，不及时完成，课后也没有及时预习，我以后会该掉这些毛病的。

任向明：我在平时我没有遵守课堂纪律，上课不好好听讲，课后不虚向他人请教，老师布置的任务总是完不成。我以后会该掉这些不良习惯的。主持人a□这些同学勇于承认自己不良的学习习惯，说明他们有决心克服自己不良的学习习惯，很好。下面请欣赏同学们自编自演的小品《话在机房》。

### 场景三：话在机房

评价（宗静）：上网玩游戏也并不是一件纯粹的坏事，但是人们要讲究场合。劳累的学习之后，我们可以玩游戏来消遣一下，放松一下我们的大脑。但是课堂上我们要听老师的话，练习五笔打字是我们就业必备的技能之一，我们不能游戏自己的人生。我们不可能不犯错误，但我们不能让犯错误形成习惯，因此在平时的学习和生活中，要注意不断地完善自我，及时改正那些本不应该犯的的错误，不断地给自己充气、加油，把好的做法坚持下来，让它成为自己的习惯。只要有毅力去坚持，就一定能成功。

师，歌颂老师，下面让我们一起唱《师颂》这首歌来表达老师对我们的情意。

### 场景四：面试

评价（张璐梅）一个人一生中大部分时间都在工作，没有工作，我们的人生将会暗淡无光。找一份适合自己的工作，并不是纸上谈兵，每一个工作岗位上的骄骄者，都是有闯过了许多难关，历尽了许多艰辛。天上不会掉馅饼，一个人的收获和他的付出终究是成正比。不劳而获是空想，多劳多得是必然。工作之前面试的成功与失败，是由长期的习惯决定，有了好习惯，也就有了崭新的人生。否则的话人生将会一片暗淡。因此，我们要想在将来拥有一份适合自己的工作，就必须从现在开始，养成好的生活与学习习惯，努力学习文化基础知识与技能，将来在社会上才有立足之地。

主持人a□是啊，就像歌里唱的，昨天所有的荣誉，已变成遥远的回忆。

### 四、合唱《从头再来》（八个同学做手语）

主持人a□我们一定会从头再来，请看我们的行动吧！下面由

我们班朱玉婷同学带领大家宣誓。

三年级 傅玲玲老师

## 一、班会背景

良好的习惯是我们学习和生活的保证，养成好习惯不仅是学校德育工作的重头戏，也是与我们每个学生身心发展至关重要的一件大事。我从一年级就注重对学生良好习惯的培养，并在学生入学仅两个月时就召开了“好习惯，早养成”主题班会，这次的班会正是对学生几年习惯培养的一次总结。

## 二、班会目的

- 1、使学生看到自己经过两年的培养形成的良好习惯。
- 2、引导学生懂得要取得成功必须培养良好的习惯，坚持不懈，坚持锻炼。
- 3、使学生充分意识到好习惯对成长的重要作用，能够自觉养成良好的习惯。

## 三、班会准备

- 1、制作课件。
- 2、准备节目。
- 3、制作激励奖品。

## 四、班会形式

文艺表演、辨析、讨论

## 五、班会过程

## 一、猜谜导入、揭示主题

主持人：我不是你的影子，但我和你最亲密。

主持人：我不是你的手脚，但我最听你的话。

主持人：我到底是谁？

学生：我就是好习惯。

主持人：《好习惯伴我成长》主题班会现在开始。

## 二、主题内容

### 第一篇章：学习习惯篇

主持人：小学生，爱学习，好的学习习惯让我们受益终生，首先，让我们进入本次班队的第一篇章：“学习习惯篇”。

早晨起，不懒睡，背着书包上学去；

见同学，问声好，团结友爱讲礼貌；

见老师，行个礼，尊师重教讲礼仪；

课堂上，专心听，基础打牢成绩好；

勤思考，善动脑，积极发言才聪明

写作业，用心记，练就本领比高低；

好习惯，早养成，自强奋进有活力。

合：好学生，爱学习，天天向上争第一。



生：我每天放学回家后第一件事就是写作业，这是一种好习惯。

生：老师告诉我们要做好课前准备，所以每节课前我都自觉地这样做。生：我一有空就看课外书。

生：我的好习惯是：认真听课，按时完成作业。

生：我的好习惯是：书写规范，爱惜书本。

## 第二篇章：生活习惯篇

生：我在家做完作业就帮妈妈做家务，如：拖拖地，整理鞋架、房间，帮妈妈洗菜??很多，只要我会做的，都会去做。

先请欣赏小品，请注意观察他哪些地方做得不对，该怎么改正？

小品：《小刚的早晨》（小刚正躺在床上睡觉，时针指着六点半。这时闹钟响了。）

小刚揉揉眼睛喊：“奶奶，我醒了。”

小刚：“奶奶，我系不上鞋带了。”

小刚：“奶奶，我会洗脸。”（洗后自己擦干净）

奶奶：“哟，都七点了，快吃饭吧。”

小刚：“奶奶，你喂我吃。”

奶奶：“你呀，都三年级了，连一年级的孩子都不如。”

奶奶：“哎，快去吧。”（小刚又跑回来）

小刚：“奶奶，我的红领巾。”（小刚和奶奶一起找，奶奶在床下找到了红领巾，给小刚系好）

小刚：“奶奶，再见！” 奶奶：“真拿你没办法！”

交流：

小刚的行为对吗？

第三篇章：品行习惯篇

主持人：说完学习习惯，再来谈谈品行习惯。

下面进入活动第三篇章：“品行习惯篇”。

主持人：成功离不开好的品行习惯。

1、看视频《上要楼梯不要挤》

讨论：东东的做法对吗？

应该怎么做？

2、请听故事《讲文明 懂礼貌》

胸抬头，目视前方，稳稳当当走了一个来回，说“这才叫走路，给你一个星期时间回家练习走路，练好了，来上班，练不好，你就别来了。”小伙子一听，顿时懊恼不已“自己长这么大，从没觉走路是个大问题！”可是，因为一个坏习惯险一些和机遇失之交臂，多么遗憾呀！

2、交流感受

3、主持人：我们是快乐的好少年，我们需要好的品行习惯，我们在成长，我们同欢笑，我们同歌唱。

请听小合唱《咱们从小讲礼貌》 晨风吹，阳光照，红领巾胸前飘

小朋友啊欢欢喜喜进学校，见了老师敬个礼，见了同学问声好

老师您好！同学你早！

团结友爱一条，团结友爱一条

好儿童，志气高，讲文明，讲礼貌

小朋友呀咱们一定要记牢

不骂人来不打架，果皮纸屑不乱抛

纪律要遵守，卫生要做到

咱们从小讲文明，咱们从小讲礼貌

第四篇章：培养成果篇

1、动手操作：制作小卡片

主持人：同学们的好习惯可真多啊！

2、请听《日常行为要规范歌》。让我们看一看自己都做到了哪些？晨早起，叠被床 洁牙齿，净脸庞，日常行为要规范 仪表整洁人赞扬。就餐前，手先洗，不挑食，少言语，日常行为要规范 盘中食物要珍惜。上学来，不贪玩，回家去，不拐弯，日常行为要规范 安全二字记心间。出操时，听指挥，动作快，队列齐，日常行为要规范 阳光运动强身体。凡集会，快静齐，升国旗，须肃立，日常行为要规范 集体活动守纪律。课堂上，坐端装，专心听，敏于想，日常行为要规范 勤学好问知识长。上下楼，不拥挤，入厕时，不淘气，日常行为要

规范 课间活动有秩序。课堂外，涉猎广，远网吧，练特长，日常行为要规范 正当爱好需培养。写作业，要主动，身坐直，执笔正，日常行为要规范 干净准确显水平。晚就寝，物品整，闹铃定，心入静，日常行为要规范 十个小时有保证。

(1) 认真写字不潦草——培养正确书写的习惯

(2) 完成作业不马虎——培养认真细致的习惯

(3) 课前预习有准备——培养课前预习的习惯

(4) 课后复习要及时——培养课后复习的习惯

(5) 敢于提问和发言——培养上课发言的习惯 2. 生活方面的好习惯

(6) 早睡早起精神足——培养早睡早起的习惯

(7) 衣着整洁每一天——培养讲究卫生的习惯

(8) 早晚刷牙要细致——培养爱护牙齿的习惯

(9) 珍惜粮食不剩饭——培养勤俭节约的习惯

(11) 多为父母做些事——培养孝敬父母的习惯

(12) 礼貌用语挂嘴边——培养文明礼貌的习惯

(13) 不乱动别人东西——培养自尊自重的习惯

(14) 公共场所不喧哗——培养遵守秩序的习惯

(15) 乐于关心帮助人——培养富有爱心的习惯

四、总结

班主任总结话。

同学们，让我们从今天起，好好学规范守规范，让好习惯伴我们一路成长。

## 养成良好的行为习惯主题班会教案

### 班会背景

良好的行为习惯会对人的一生产生深远的影响，会让一个人终身受益。19世纪著名心理学家李德说过：“播下你的良好行为，你就能拥有良好的习惯；播下你的良好习惯，你就能拥有良好的性格；播下你的良好性格，你就能拥有良好的命运。”我国著名教育家叶圣陶先生也说：“什么是教育，简单一句话，就是要培养良好的习惯。”学校是育人的场所，理应在培养学生行为习惯方面大有作为。为此，学校要求全体学生养成良好习惯，真正做到“出外讲公德，在家讲孝敬，学习讲勤奋，相互讲团结，课堂守纪律，作业讲认真，相处讲诚信，遇事讲礼让”。

### 班会目标

为了使全班同学进一步了解、理解新的《中学生日常行为规范》要求，增强班级凝聚力，使学生能把规范的要求内化为自觉的行动，做一个文明守纪、诚实守信、勤奋向上的学生。

### 班会准备

- 1、收集网络资料
- 2、整理资料并编辑、汇报、展示

### 班会形式

导入：什么是良好的行为规范

互相：老师与学生进行交流

明确：从小养成良好的行为习惯，初步树立社会责任感的重要性

2011年2月23日初三9班

班会过程

女：下面我们进行第一个活动——《是对是错》.一.判断：(10)分

表演者：陈昊然、陈仪宁、王晔等

### 【活动三】《比划猜猜猜》

女：小品可真够有意思，前面的节目都是一个人，这次我们可不一样，这个活动需要双方合作才能完成，刻不容缓，下面请大家玩《比划、猜、猜、猜》请听规则：【由2个人为一组，一个比划一个猜，根据主持人手里的题卡内容，抽到几号题就答几号题。比划者可以用动作或者语言提示，但不能带到所猜词中的任何一字，场下同字请保持安静，违规者倒扣50分。】 1.小偷小摸； 2.轻声缓步； 3.拳打脚踢； 4.礼让三分； 5.追逐喧哗； 6.鼓掌。

### 【活动四】歌曲欣赏

男：时间不饶人，下面我们一起欣赏由杨斌同学给大家带来的一首歌——《热爱地球妈妈》，掌声有请。

### 【活动五】答题竞赛：

一、填空题

- 1、坐，立，行，读书，写字姿势要正确。
- 2、乘公共汽车，主动买票。给老，弱，病，残，孕及怀抱婴儿者让路、让座，不争抢座位。
- 3、上课迟到者应在教室门口喊“报告”，经教师同意后再进教室。
- 4、读书、写字眼离书本一尺，胸离桌一拳，双手捧书。
- 5、出操集队时要做到快、静、齐
- 6、学生要做到穿戴整洁、朴素大方，男生不留长发，女生不穿高跟鞋。
- 7、诚实谦虚，有错就改。
- 8、按时到校，不迟到，不早退，不旷课。

## 二、选择题

1、教师走进教室，班长 a□教师检查纪律后答坐下。

□a□喊“起立”“敬礼”□b□喊“敬礼”“起立”□c□什么也不喊

2、进老师办公室或居室，要 c□

□a□喊“报告”允许后进入□b□轻敲门，允许后进入

□c□喊“报告”或轻敲门，允许后进入。

本次主题班会活动内容丰富，形式多样，贴近实际，寓教于乐，我们全班同学积极参与，表现出了很高的热情，收到了

较好的效果，希望我们全体同学通过这次活动，牢记《中小学生日常性行为规范》的要求，并把“规范”变为自己自觉的行动，处理好道德、纪律、自由的关系，力争在学校做一名好学生，在家做一名好孩子，在社会上做一名好公民。

## 好习惯班会总结篇三

通过家长会和家长交谈，对学生的观察，并且与个别学生交流后，发现学生存在着很多不良的行为习惯和学习习惯。因此适时开一次有关养成好习惯的班会课是当务之急的事。

六年级学生处于青春发育期，身心急剧发展变化，存在着种种发展的可能性，美国心理学家霍林沃斯称初二阶段的学生处在“心理性断乳期”。具有叛逆、盲目、易受外界影响、情绪容易激动、暴躁、成绩两极分化普遍、违纪违规频繁、存在心理障碍等特征，又具有可塑性、主动、追求独立等特点。因此，此阶段既是发展的危险期，同时也不可避免的成为教育的关键期。学生对学习总是处于被动状态，而且大部分同学对未来还是感到茫然，培养良好的学习习惯，有助于他们的发展。

通过活动，使学生加深对养成好习惯的认识，让学生懂得，一个人的习惯虽然是个人的事情，但实际上小小的习惯会有巨大的影响，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，为了我们的未来命运，必须养成好习惯。从现在开始培养良好的学习习惯，树立自己的人生目标。

明白习惯对人的影响以及不良习惯和良好习惯的表现。在实践上知道纠正不良习惯、建立良好习惯的重要意义及方法。能够自己制定相应的计划并实践。

教师准备一些关于习惯的图片、资料来说明习惯对命运的影响。学生因有好习惯而改变的实例——学生演讲。



让我们来听这样一个故事。（选自《影响孩子一生的36个习惯》）在印度和泰国随处可见这样一副荒谬的场景：一根小小的柱子，一截细细的链子，拴得住一头几千斤重的大象。那些驯象人，在大象还是小象的时候，就用一条铁链将它绑在水泥柱或钢柱上，无论小象怎么挣扎都无法挣脱。小象渐渐地习惯了不挣扎，直到长成了大象，可以轻而易举地挣脱链子时，也不挣扎。

师：看到这样的画面，你想到了什么？是什么力量束缚住了几吨重的大象？学生交流：是大象从小养成的习惯。

美国心理学家威廉·詹姆士说过一句话。（课件展示）让我们齐读：播下一个行动，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。你们看，习惯可以决定人的命运。可见，习惯有多么的重要。这节课，就让我们来认识习惯，让好习惯伴我们成长。

## 1、好习惯使人终身受益（课件展示）

看短片《国母宋庆龄——诚信品格一生相伴》宋庆龄的父亲宋耀如，年轻时很贫穷，为了生活他在国外找工作。在一个冬天的下午，宋耀如裹着一件单薄的大衣，徘徊在寒冷的街头，他花光了身上所有的钱，可是还没有找到工作，并且连吃饭的钱都没有了。他正站在马路上发呆，突然一辆马车猛跑过来，宋耀如躲闪不及，被马车撞伤了。

马车的主人非常善良，不但把他带到家里，给他请大夫，而且还派专人护理他。病好以后，还给他找了一份工作。宋耀如工作诚实，任劳任怨，深受老板的喜欢，不久就又给他加了工钱。很快宋耀如就有了钱。

这件事对他的影响很大，他经常教育自己的孩子从小要养成诚实善良的品德，这样对人对己都有好处。宋耀如的二女儿宋庆龄牢牢地记住了父亲的话，从小就诚实、善良、守信。

师：看了这则故事，谁能说说自己的感受？ 生：这则故事告诉我们：从小养成的好习惯会让我们终身受益。

这则故事让你得到怎样的启示？

生交流并分析习惯，教师适时点评：

师：你们看，名人的成功源于从小养成的一点点的好习惯。所以说，细节决定成败。我们同学养成好习惯应该从身边小事做起，在细节上多下功夫。

古今中外，无数名人之所以取得重大的成就，无不得益于他们从小养成的好习惯。咱同学还知道哪些这样的名人故事呢？来，讲给我们听一听。

学生交流。

## 2、36个好习惯

教师课件出示：《影响孩子一生的36个好习惯》

### 做人的习惯

做人的教育，实际上是培养孩子为人的正确态度和品格。如果父母没有对孩子的为人态度和品格进行教育，孩子无疑会养成一些不良习惯，这些习惯将直接影响孩子与人交往。

不会做小事的人，也做不出大事来。知识经济社会中，对劳动力的要求越来越高。做事的习惯就是要培养孩子适应劳动世界变化的综合能力，包括社会行为技能和个人素质。

### 学习的习惯

学习是一个终身的过程，孩子将要不断地经历学习、工作、取得经验、再学习这样一个循环往复的过程。一个人的学习

能力并不完全取决于他的智力水平，很大程度上是受制于这个人怎样使用他的智力。也就是说，只要拥有良好的学习习惯，智力天赋并不高的孩子也能够取得很好的学习成绩，也能够在工作中取得成就。

## 交往的习惯

一个孩子必须学会与他人共同生活，学会与他人共同工作。与人交流包括关心、聆听、合作、分享等。它要求孩子学会用和平的、对话的、协商的、非暴力的方法处理矛盾，解决冲突，这对于人与人之间、群体之间都是适用的。

与他人交往、倾听他人、与他人分享、与他人合作、幽默、感恩他人 影响孩子一生的好习惯，做为父母有责任、有义务为孩子们培养、营造这些氛围。

## 教育就是培养习惯

师：真是不看不知道，生活当中需要我们拥有的好习惯还真不少。相信很多同学会在心里说，我也想获得成功，但是应该怎样做呢？我想，培养好习惯的过程中，最大的敌人可能就是我们身上已经存在的不良习惯。发现并改正他们是我们要迈出的第一步。

让学生说自己的习惯，并在黑板上板书。学生发言后进行简单的分类，分为行为习惯和学习习惯，并总结良好的和不良的。

师：以自身的经历和体验谈谈下面这些不良习惯的危害。

- 1、随地扔垃圾，不将废弃物放入指定位置。
- 2、值日、清洁劳动不认真，应付了事。

- 3、自习课玩耍，说小话，学习不专注。
- 4、不看书不预习不复习，每天只是应付作业，抄袭作业。
- 6、不戴红领巾，跑操不好，不喊口号。

小组讨论，学生发言。进行及时的引导和点评。在发言的过程中强调不良的和良好的习惯的影响，随后引导学生思考怎样纠正不良的习惯、建立良好的习惯。不良的习惯可能是我们成功路上的绊脚石，可能是我们人生之舟驶向成功彼岸的暗礁，可能是我们长途跋涉时鞋里的细沙。

师：也许有的同学会说：“这些都是些鸡毛蒜皮的小事，不值得小题大做啊？”有的学生为此打架斗殴，上网等。

师：近年来，一些公民在旅游活动中表现出来的不文明行为，损害了中国“礼仪之邦”的形象，引起了海内外舆论的关注和批评。“大声喧哗、随地吐痰、乱扔杂物、排队加塞、乱刻乱画、衣冠不整”等这些随处可见的现象，被海外一些媒体归纳为中国游客的“通病”。有的境外旅行社和宾馆甚至因此拒绝接待中国旅游团队。这些行为损坏的不仅是个人的形象，而且是国家的形象。

而在我们身边，因不良陋习引发的青少年犯罪案例更是屡见不鲜。

学生说说不良习惯引发的犯罪，在对比中知道习惯对于一个人成长的重要性，坏习惯让人终生受害。

师：这样看来，同学们都认识到了坏习惯的危害。希望同学们从小事做起，坚决杜绝坏习惯，因为它会让我们受害终身。

1、师：人生仿佛就是一场好习惯与坏习惯的拉锯战，要想创造成功的人生，就得让我们生活中的好习惯的比例与日俱增，

坏习惯一天天变少。那么，如何养成好习惯呢？你有高招吗？  
（谁来说说自己好习惯养成的经历？）

学生交流（自己养成好习惯的方法，经验都可以）

## 2、好习惯让人终身受益——《自信演讲》

每周的班会都从班中选习惯改变，变得自信优秀的学生，树榜样激励学生进步。

## 3、最后，我们把大家交流的这些方法总结一下，请看屏幕

做事要有计划性；从小事做起，注意细节；做事持之以恒；做事不找借口。师：同学们，光说不做是没有用的，关键要拿出行动，要有恒心。老师希望我们同学能树立远大的志向，培养正确的是非荣辱观，用高尚的追求为我们的人生导航。

同学们，管得住自己，你是习惯的主人；管不住自己，你是习惯的奴隶！做主人，还是做奴隶？全在于自己的选择！让我们都能从身边小事做起，发扬愚公移山精神，克服阻碍自己发展的陋习，搭上养成教育的翅膀，身披一份努力，心系一份执着，让好习惯点燃我们的心灵之灯，伴随我们健康成长。

习惯有好坏之分，好习惯让我们终身受益，坏习惯则贻害无穷。通过这次的班会，学生们认识到了习惯对于一个人是至关重要的，班内学生开始有了变化，在做事情时，不是由着自己的性子，而是考虑他人，知道己所不欲勿施于人的道理，班级和谐了，团结了。学习上开始努力了，作业认真了，课前都积极做好准备，自习课时都聚精会神的写作业，没有抬头说话。

好习惯改变了学生，凝聚了班级！

# 好习惯班会总结篇四

全体学生

周三下午班会课

1. 通过本次班会懂得个人的习惯对自己命运有作重要的影响。
2. 认可好习惯的养成主要是靠长期的自律和心理暗示来规范。
3. 通过同学的实例来展示坏习惯是我们进步道路上的巨大障碍，和好习惯对于学习和生活的积极影响。从而让全班同学自觉摒弃坏习惯，发自内心愿意努力养成好习惯。
4. 通过讲解、问答、小品、游戏等班会方式来告知学生好习惯具体有那些？以及我们如何做才能逐渐养成好习惯的具体方法。

1. 班主任组织召开班委扩大会，在会上明确告知与会的同学们本次班级班会的主题和具体要探讨的内容。
2. 班会前的准备小组分工，具体分为主持人组、节目组、后勤保障组、资收集组、程序设计组和现场互动组。各个小组的功能在会上都要有具体的布置。例如主持人组主要负责写串词和现场的主持，节目组则负责编排和“好习惯”的养成有关的节目，后勤保障组则负责现场的布置，道具准备等。
3. 班主任在准备期间加强和各个小组的沟通交流，及时把想要在班级班会中体现的意志与各个准备组衔接，反馈以确保本次班会的成功。

主持人□abcd

（一）、

a□□教室已经由后勤保障组布置完毕）老师们、同学们大家好！

b□我们有缘走进了同一间教室。

c□我们有幸成为了同学。

d□我们将一起走过中学的美妙时光。

大家一起：这里将见证我们火热的青春，让我们用希望点燃我们进取的动力；让我们用激情扬起奋进的风帆；让我们用汗水浇灌成长的乐土；让我们一起对童年的幼稚和不小心养成的陋习告别；让好习惯伴随我们健康成长！

a□播种行为，收获习惯；播种习惯，收获性格；播种性格，收获命运。七年级一班“好习惯伴我成长”主题班会现在开始！

（李浩与陈燕留在主持人的位置其他人暂时退场）

（二□□cd□

d□什么？

c□你知道什么叫做“习惯”吗？

d□这我当然知道，习惯就是你经常不由自主的、情不自禁的行为。

c□你说得很对，可是你知道习惯有好和坏的区别吗？

d□这谁不知道啊，当然了，比如我就只有好习惯没有坏习惯。

c□你还真不知道什么叫谦虚啊，我就知道你有个坏习惯！

d□不可能，你说！

c□那我就当着全班同学说了，我就发现你经常咬手指甲。

d□你可真是好笑，我爱咬自己的手指甲，又没咬你的手指甲，这么多年了也没见我为此生什么病，我说这不算什么坏习惯。

c□你还别得意，真要是当你为此生了大病后悔可就来不及了，你可别小看了坏习惯的威力，不信你看：（这时候多媒体开始放映资料小组收集的关于一些我们认为不起眼的坏习惯给我们的生活造成危害的视频）

1. 开车打手机遭致车毁人亡
2. 看完电视不拔下插头导致的家庭火灾
3. 不讲个人卫生（不爱勤洗手，咬铅笔，咬指甲）导致的各种疾病
4. 长期坐姿扭曲导致的侧肩、驼背等
5. 不爱朗读导致的交流困难、英语单词难记住等

□a和b上来主持□c和d退场）

（三）、

a□看了刚才的短片，可这是把我吓了一跳，没想到我们认为并不起眼的坏习惯竟然有如此大的危害。

b□是啊！大家可不要以为刚才视屏里的离我们很远，下面请看发生在我们自己身上的关于习惯的故事。

a□请欣赏小品《我这是怎么了？》



（节目小组出场表演他们已经排练好的节目）

此处略去具体表演过程，简单交代剧情：

一个没有养成良好学习习惯的学生，在他的一天中由于自己的坏习惯被各科老师批评，被家长误解，被同学嘲笑，最后连自己也开始对自己产生怀疑不能接受自己，非常烦恼。

（四）、

□a和c主持）

c□看了刚才的小品，同学们有什么感想呢？你能说出这位同学烦恼的原因吗？你能为他想想什么办法呢？请同学们给他出出注意吧！

（现场互动小组积极将准备好的问题，疑惑，见解，观点等向主持人和全班同学提出，以此来带动现场气氛，感染同学们积极思考和主动参与进来。

现场同学和主持人的互动环节有较强的不可预见性与生成性，所以此环节对于主持人是较大的考验。

（五□□□b和d主持）

刚才大家的讨论可真是十分热烈，同学们也提出了许多帮助张力走出烦恼的办法，我也深受启发，下面我有一个神秘的礼物要送给大家！

（此时教室的多媒体再次播放一段视频）

此段视频内容是关于b□b同学是本班同学中有着许多好习惯的榜样）同学在学习和生活一天的展示。

d□b同学可以说在我们班的许多方面都能够成为我们榜样。下面请同学们根据刚才的视频，谈谈你在b的身上发现了那些好习惯？谁能说说她怎样有那么多的好习惯呢？（由于这个环节是老师和b单独准备的，所以现场的互动就完全没有预演，生成性问题和对主持人的考验将更加明显）

现场互动结束后此环节有b自己来进行小结。

（六□□a b c d主持

此环节由上面的四位主持人进行“好习惯我知道”接力。

b□□礼仪习惯）

（1）尊重长辈，听父母教导，不顶嘴，讲话态度诚恳。

（2）上学或外出回家见到父母、长辈有礼貌地问候，外出时向父母道别，说明去向。（住校生在校须外出时，要请假，并跟班主任说明去向）。

（3）进校第一次见到老师要主动向老师问好，进出校门、上下楼梯遇见老师让老师先行。

（4）上课回答问题先举手，跟老师说要起立，进办公室前喊“报告”。

（5）同学之间要互帮互助，不强欺负，不叫同学绰号。

（6）参加升降国旗，要严肃、庄重、衣着整洁。

（7）讲话文明，不说脏话。

d□□学习习惯）

- (1) 课前要预习，学会带着问题听课。
- (2) 课前准备好学习用品，静等老师上课。
- (3) 上课专心听讲，不乱说乱动，勇于提问，积极回答，积极思考。
- (4) 按时完成作业，做到独立、耐心、细致。

#### a□□生活习惯)

- (1) 按时起床，不睡懒觉。
- (2) 起床、穿衣、洗漱、整理房间、吃饭行动快速、做事利索。
- (3) 上学不迟到、放学及时回家，不在路上打闹，不进网吧、游戏室、歌舞厅等不健康场所。
- (4) 讲究个人卫生，经常剪指甲，不染发、不留长发，不穿奇形怪状的衣服，穿戴整洁，不穿拖鞋进教室。
- (5) 积极主动打扫教室、寝室、不带瓜子、糖果等进入校园，不乱扔垃圾，不乱涂乱画。
- (6) 在家帮助家长做力所能及的事。
- (7) 住校生按时就寝，按时起床，尊重他人，不在寝室里讲话，更不能大声喧哗。
- (8) 要准时打扫及整理寝室，确保寝室整洁、干净。
- (9) 注意安全，关爱生命，不攀爬围墙。

#### c□□节俭习惯)

- (1) 用水用电要及时关闭开关，节约用水用电。
- (2) 爱护桌椅、门窗，不乱攀折树木花草。
- (3) 爱惜礼物，不追求穿戴，不跟他人攀比。
- (4) 爱惜粮食，不随便丢弃饭菜，节约每粒粮食。
- (5) 不随便丢弃粉笔、扫帚、簸箕等教室、寝室用具。
- (6) 正确支配零用钱，不乱吃零食。
- (7) 不向父母提出过高的物质要求。
- (8) 走读生进出校园要随时配戴出入证。

#### (七)、小结反思（班主任）

张老师（我）：

看了同学们在班会中的热烈表现，老师也是深受启发。  
（此时对刚才在班会中出现的生成性问题作深入简要的分析和讲解，例如对于好习惯是如何养成，需要我们那些心里品质等）

英国教育家洛克说：“一切教育都归结为养成儿童的良好习惯。”

## 好习惯班会总结篇五

作为一名优秀的教育工作者，时常要开展教案准备工作，借助教案可以恰当地选择和运用教学方法，调动学生学习的积极性。那么写教案需要注意哪些问题呢？以下是小编为大家收集的《习惯早养成》主题班会教案，仅供参考，大家一起

来看看吧。

通过本次主题班会，使学生进一步了解良好的学习习惯对自己今后的成长的重要作用，为使自己走向成功奠定基础，因此要从现在做起，从我做起。

## 一、导入

班主任谈话：新的学期开始了，同学们通过这些年的学习掌握了很多丰富的知识，使自己能更好的适应社会生活。好的学习习惯和常规却不是人人都能做到的一件事。一个好的科学的学习习惯和生活习惯，使我们学得轻松安闲，又利于身心健康发展。今天我们班会的主题就是讨论怎样养成良好的学习习惯和生活习惯。

## 二、主持人：讨论问题

### 1、课前，我们该怎样做？

让学生讨论、发言。

课前预习，首先要熟读课文，学会带着问题学习。

课前预习备好学习用品，静待老师上课，下面我们看看这些同学做得好不好（指名同学叙述事例，让学生辨别正误。）

同学们想一想，以上同学的表现，你们有没有？在认为自己在课前学习习惯做得怎样？知道自己的努力方向了吗？有则改之无则加勉。

### 2、课堂上我们该怎样做？

学生讨论发言。

上课认真听讲，不乱说乱动，勇于提问，积极回答，积极思

考：回答问题要起立，声音洪亮：要发言，先举手。

做也要字体端正，规范，书写格式正确，纸面清洁，写作业时不三心二意。下面我们看看这些同学做得好不好？（指名  
学生叙述事例，让学生辨别正误）

3、课后，我们该怎样做？

学生讨论、发言

4、考试时，我们该怎么做？

让学生讨论发言。仔细审题，认真答卷；自己做自己的，不看书，不交头接耳，不东张西望。

5、课间活动我们应该怎么做？

靠右侧下楼梯。

站队快、静、齐。

课间做安全游戏，包括跳绳、打口袋、踢毽子。

不在台阶上蹦跳。

不上较高的体育器械玩耍。

三、班主任小结

通过这一节课的学习，我们进一步明确了课堂和课间活动时该怎么做，并敢于剖析自己的不足，指明了努力的方向，将起到防微杜渐的作用。

## 好习惯班会总结篇六

1、通过这次活动，培养学生上课专心听，不讲话，不搞小动作；积极举手回答问题；作业认真仔细做，书写工整，按时上交不拖拉，有错主动来订正等良好学习习惯。

2、通过表扬有良好学习习惯的同学，在班内掀起人人争学习习惯花的热潮，进而形成一个良好的班风和学风。

1、培养两位能干的学生当主持人，并配备四个小助手。

2、请每位学生仔细观察班中哪些同学有良好的学习习惯。

3、想一想自己还有哪一些不好的学习习惯。

4、准备一些优秀作业。

5、准备花瓣和大小红花若干。

主持人甲：我们背上书包都成了一年级的学生，上学了就要专心学习，养成好的学习习惯，让我们一起唱起《上学歌》开始我们今天的主题班会。

主持人乙：小朋友，你们说我身上的花儿漂亮吗（“漂亮！”）今天呀，我要看哪些小朋友能干，就把花瓣送给他，还要给他戴上一朵大红花。怎样才能得到的花瓣呢还是请老师跟我们说说吧！

老师：同学们，怎样才能得到的花瓣呢？那就要有一个好的学习习惯。要养成良好的学习习惯，首先要做到下面几点（拿出一张白纸，边讲边在白纸上贴花瓣）：上课专心听，不讲话，不搞小动作；积极举手回答问题；作业认真仔细做，书写工整，按时上交不拖拉，有错主动来订正。养成了这些好习惯，就可以开出一朵鲜艳的大红花（向学生展示自己贴

好的大红花）。

主持人乙：这么多的小花瓣，到底应该送给谁呢

主持人甲：当然是送给学习习惯好的小朋友，对不对（“对！”）只是……

主持人乙：只是什么呀

主持人甲：只是到底哪些小朋友是有好的学习习惯的呢

主持人乙：这还不简单。我们看看他们平时的表现就知道了哪些同学有好的学习习惯了。

主持人乙：下面请大家看一下自己手上有几片花瓣，请有花瓣最多的小朋友上台。

主持人甲：你们是怎样养成这么好的学习习惯的呢可以告诉大家吗

我们都是小学生，培养习惯最要紧；

上课应当专心听，积极开动小脑筋；

作业认真仔细做，按时完成交得勤；

有了错误要订正，知识才能学得清；

学习要有好习惯，我们牢牢记在心，记在心。

主持人甲：请全班同学仔细想一想，再讨论在我们班里还有哪些同学有这方面的好习惯，最好能举个例子，大家如果同意的话，就边拍手边说：“对，对，对！我同意，他有这个好习惯。”（对主持人乙），你就拿一片花瓣送给这位同学；如果不同意，大家就不要拍手，让老师来当裁判，你们说好



不好（“好”！）

（四人小组讨论）

主持人甲：好，同学们谈得都很热烈。下面我们就开始，要介绍的小朋友请举手发言。

同学□xx同学上课很认真，老师经常表扬他，而且他总是能积极地开动脑筋，举手发言。

（赞同的小朋友边拍手边说：“对，对，对！我同意，他有这个好习惯□”xx从主持人乙手中接过一片花瓣。）

主持人乙：刚才大家介绍得很好，原来在我们的同学中有那么多好习惯。下面我们来看一则小品。

镜头一：上课时，老师在上课，同学a开始做小动作，同学e则仍认真听，此后用手轻碰他，提醒不要做小动作了。

镜头二：下课时，作业本发下来，学生b胡乱翻一下，有错但没订正。同学c则叫他把作业订正好后，再去玩。

看完小品后讨论谁做得好，谁做得不好。

主持人甲：那在我们自己的身上有没有不好的学习习惯呢，有哪些呢？你以后准备怎么做，也欢迎大家帮助他出出主意。

主持人乙：相信这些同学在自己的努力和大家的帮助下一定会改正坏习惯，养成好习惯的。

主持人甲：希望我们全班同学都能养成好的学习习惯，让我们一起努力吧。

## 好习惯班会总结篇七

1. 通过这次活动，培养学生上课专心听，不讲话，不搞小动作；积极举手回答问题；作业认真仔细做，书写工整，按时上交不拖拉，有错主动来订正等良好学习习惯。

2. 通过表扬有良好学习习惯的同学，在班内掀起人人争学习习惯的热潮，进而形成一个良好的班风和学风。

1、培养两位能干的学生当主持人，并配备四个小助手。

2、请每位学生仔细观察班中哪些同学有良好的学习习惯。

3、想一想自己还有哪一些不好的学习习惯。

4、准备一些优秀作业。

5、准备花瓣和大小红花若干。

主持人甲：我们背上书包都成了一年级的学生，上学了就要专心学习，养成好的学习习惯，让我们一起唱起《上学歌》开始我们今天的主题班会。

主持人乙：小朋友，你们说我身上的花儿漂亮吗（“漂亮！”）今天呀，我要看哪些小朋友能干，就把花瓣送给他，还要给他戴上一朵大红花。怎样才能得到更多的花瓣呢还是请老师跟我们说说吧！

老师：同学们，怎样才能得到更多的花瓣呢？那就要有一个好的学习习惯。一年级养成学习好习惯主题班会教案。要养成良好的学习习惯，首先要做到下面几点（拿出一张白纸，边讲边在白纸上贴花瓣）：上课专心听，不讲话，不搞小动作；积极举手回答问题；作业认真仔细做，书写工整，按时上交不拖拉，有错主动来订正。养成了这些好习惯，就可以

开出一朵鲜艳的大红花（向学生展示自己贴好的大红花）。

主持人乙：这么多的小花瓣，到底应该送给谁呢

主持人甲：当然是送给学习习惯好的小朋友，对不对（“对！”）只是……

主持人乙：只是什么呀？

主持人甲：只是到底哪些小朋友是有好的学习习惯的呢

主持人乙：这还不简单。我们看看他们平时的表现就知道了哪些同学有好的学习习惯了。

订正。得小红花15朵以上的送一片花瓣，

主持人乙：下面请大家看一下自己手上有几片花瓣，请有花瓣最多的小朋。

## 好习惯班会总结篇八

一、班会主题：好习惯伴我成长

二、班会对象：全体学生

三、班会时间：周五下午班会课

四、班会目的：

1. 通过本次班会懂得个人的习惯对自己命运有作重要的影响。
2. 认可好习惯的养成主要是靠长期的自律和心理暗示来规范。
3. 通过同学的实例来展示坏习惯是我们进步道路上的巨大障

碍，和好习惯对于学习和生活的积极影响。从而让全班同学自觉摒弃坏习惯，发自内心愿意努力养成好习惯。

4. 通过讲解、问答、小品、游戏等班会方式来告知学生好习惯具体有那些？以及我们如何做才能逐渐养成好习惯的具体方法。

## 五、班会课前的准备：

1. 班主任组织召开班委扩大会，在会上明确告知与会的同学们本次班级班会的主题和具体要探讨的内容。

2. 班会班会前的准备小组分工，具体分为主持人组、节目组、后勤保障组、资收集组、程序设计组和现场互动组。各个小组的功能在会上都要有具体的布置。例如主持人组主要负责写串词和现场的主持，节目组则负责编排和“好习惯”的养成有关的节目，后勤保障组则负责现场的布置，道具准备等。

3. 班主任在准备期间加强和各个小组的沟通交流，及时把想要在班级班会中体现的意志与各个准备组衔接，反馈以确保本次班会的成功。

## 六、班会流程设计：

主持人：

（一）、梁静贤：（教室已经由后勤保障组布置完毕）老师们、同学们大家好！

王雅茹：我们有缘走进了同一间教室。

陈燕：我们有幸成为了同学。

李浩：我们将一起走过中学的美妙时光。

大家一起：这里将见证我们火热的青春，让我们用希望点燃我们进取的动力；让我们用激情扬起奋进的风帆；让我们用汗水浇灌成长的乐土；让我们一起对童年的幼稚和不小心养成的陋习告别；让好习惯伴随我们健康成长！

梁静贤：播种行为，收获习惯；播种习惯，收获性格；播种性格，收获命运。七年级一班“好习惯伴我成长”主题班会现在开始！

（李浩与陈燕留在主持人的位置其他人暂时退场）

（二）、陈燕：李浩。

李浩：什么？

陈燕：你知道什么叫做“习惯”吗？

李浩：这我当然知道，习惯就是你经常不由自主的、情不自禁的行为。

陈燕：你说得很对，可是你知道习惯有好和坏的区别吗？

李浩：这谁不知道啊，当然了，比如我就只有好习惯没有坏习惯。

陈燕：你还真不知道什么叫谦虚啊，我就知道你有个坏习惯！

李浩：不可能，你说！

陈燕：那我就当着全班同学说了，我就发现你经常咬手指甲。

李豪：你可真是好笑，我爱咬自己的手指甲，又没咬你的手指甲，这么多年了也没见我为此生什么病，我说这不算什么坏习惯。

李浩：你还别得意，真要是当你为此生了大病后悔可就来不及了，你可别小看了坏习惯的威力，不信你看：（这时候教室的多媒体开始放映资料小组收集的，关于一些我们认为不起眼的坏习惯给我们的生活造成危害的视频）

1. 开车打手机遭致车毁人亡
2. 看完电视不拔下插头导致的家庭火灾
3. 不讲个人卫生（不爱勤洗手，咬铅笔，咬指甲）导致的各种疾病
4. 长期坐姿扭曲导致的侧肩、驼背等
5. 不爱朗读导致的交流困难、英语单词难记住等

（梁静贤和王雅茹上来主持，李浩和陈燕退场）

（三）、梁静贤：看了刚才的短片，可这是把我吓了一跳，没想到我们认为并不起眼的坏习惯竟然有如此大的危害。

王雅茹：是啊！大家可不要以为刚才视屏里的离我们很远，下面请看发生在我们自己身上的关于习惯的故事。

梁静贤：请欣赏小品《我这是怎么了？》

（节目小组出场表演他们已经排练好的节目）

此处略去具体表演过程，简单交代剧情：

一个没有养成良好学习习惯的学生张力，在他的一天中由于自己的坏习惯被各科老师批评，被家长误解，被同学嘲笑，最后连自己也开始对自己产生怀疑不能接受自己，非常烦恼。

（四）、（陈燕和梁静贤主持）

陈燕：看了刚才的小品，同学们有什么感想呢？你能说出张力同学烦恼的原因吗？你能为他想想什么办法呢？请同学们给他出出注意吧！

（现场互动小组积极将准备好的问题，疑惑，见解，观点等向主持人和全班同学提出，以此来带动现场气氛，感染同学们积极思考和主动参与进来。）

现场同学和主持人的互动环节有较强的不可预见性与生成性，所以此环节对于主持人是较大的考验。

（五）、（王雅茹和李浩主持）

刚才大家的讨论可真是十分热烈，同学们也提出了许多帮助张力走出烦恼的办法，我也深受启发，下面我有一个神秘的礼物要送给大家！

（此时教室的多媒体再次播放一段视频）

此段视频内容是关于王雅茹（王雅茹同学是本班同学中有着许多好习惯的榜样）同学在学习和生活一天的展示。

（由于这个环节是老师和王雅茹单独准备的，所以现场的互动就完全没有预演，生成性问题和对主持人的考验将更加明显）

现场互动结束后此环节有王雅茹自己来进行小结。

（六）、梁静贤、王雅茹、陈燕、李浩主持

此环节由上面的四位主持人进行“好习惯我知道”接力。

王雅茹：（礼仪习惯）

（1）尊重长辈，听父母教导，不顶嘴，讲话态度诚恳。

(2) 上学或外出回家见到父母、长辈有礼貌地问候，外出时向父母道别，说明去向。（住校生在校须外出时，要请假，并跟班主任说明去向）。

(3) 进校第一次见到老师要主动向老师问好，进出校门、上下楼梯遇见老师让老师先行。

(4) 上课回答问题先举手，跟老师说要起立，进办公室前喊“报告”。

(5) 同学之间要互帮互助，不强欺负，不叫同学绰号。

(6) 参加升降国旗，要严肃、庄重、衣着整洁。

(7) 讲话文明，不说脏话。

李豪：（学习习惯）

(1) 课前要预习，学会带着问题听课。

(2) 课前准备好学习用品，静等老师上课。

(3) 上课专心听讲，不乱说乱动，勇于提问，积极回答，积极思考。

(4) 按时完成作业，做到独立、耐心、细致。

梁静贤：（生活习惯）

□1□

按时起床，不睡懒觉。

(2) 起床、穿衣、洗漱、整理房间、吃饭行动快速、做事利索。



(3) 上学不迟到、放学及时回家，不在路上打闹，不进网吧、游戏室、歌舞厅等不健康场所。

(4) 讲究个人卫生，经常剪指甲，不染发、不留长发，不穿奇形怪状的衣服，穿戴整洁，不穿拖鞋进教室。

(5) 积极主动打扫教室、寝室、不带瓜子、糖果等进入校园，不乱扔垃圾，不乱涂乱画。

(6) 在家帮助家长做力所能及的事。

(7) 住校生按时就寝，按时起床，尊重他人，不在寝室里讲话，更不能大声喧哗。

(8) 要准时打扫及整理寝室，确保寝室整洁、干净。

(9) 注意安全，关爱生命，不攀爬围墙。

陈燕：（节俭习惯）

(1) 用水用电要及时关闭开关，节约用水用电。

(2) 爱护桌椅、门窗，不乱攀折树木花草。

(3) 爱惜礼物，不追求穿戴，不跟他人攀比。

(4) 爱惜粮食，不随便丢弃饭菜，节约每粒粮食。

(5) 不随便丢弃粉笔、扫帚、簸箕等教室、寝室用具。

(6) 正确支配零用钱，不乱吃零食。

(7) 不向父母提出过高的物质要求。

(8) 走读生进出校园要随时配戴出入证。

## （七）、小结反思（班主任）

周老师（我）：

看了同学们在班会中的热烈表现，老师也是深受启发。  
（此时对刚才在班会中出现的生成性问题作深入简要的分析和讲解，例如对于好习惯是如何养成，需要我们那些心里品质等）

英国教育家洛克说：“一切教育都归结为养成儿童的良好习惯。”

## 好习惯班会总结篇九

今天，我们班进行一次以“我的班级我的组”为主题的班会。

班会内容大致分为四部分：

小活动暖场

活动完成，请同学分享感受

小组建设

1. 快速围成小组

2. 各小组展示

体验活动：变形虫

1. 宣布活动规则

2. 测试小组变换形状；公布分数

### 3. 为自己与他人喝彩

### 4. 表达与分享

紧密结合成一个大圈，伴着歌曲的节奏起伏

我们每个人对于自己，对于小组，对于班级，对于家庭，对于这个世界来说都是非常重要的。

每个人都能很精彩，每个人都有最美好的未来，大家手挽手一起说：小组荣辱我有责，班级精彩因我在。

在日常的学习中，我们的班级是以小组为单位进行合作学习，并且组与组之间还有彼此的合作与竞争，这样就形成个人、小组、班级三位一体的动力场。

在这样的动力场里，个人、小组、班级相互促进，相互影响，但是这种促进和影响可能是积极的也可能是消极的。

怎样让个人，小组和班级在合作与竞争的积极影响下，动力达到最优化？为了让学生有深刻的体验，在体验中感悟，在感悟中反思，正在反思中内化提升，因此我们召开了这样一次体验式班会。

在开始阶段，以找领袖这个体验活动开始，即可意思让学生很快进入情境，又让学生对于领导和配合有了一个深刻的体验。

在找领袖过程中，老师有意识指派平时不太服从管理的同学当领袖，让他深刻地体验到当领袖者的心态和配合的意义与价值，效果非常好。

在过渡阶段，通过小组建设活动，进一步增强小组凝聚力。

在工作阶段，以“变形虫”为主要体验技术，让学生在呆上

眼罩，不能交流的情况下进行合作与竞争，这是一次深刻的体验。

考验了小组成员之间的信任度和默契度，每个同学在参与和观察中都看到自己、小组和他人的优势和不足。

对于怎样才能让小组合作效果最大化有了深刻的思考。

在结束阶段，使用了“众人划桨开大船”这个凝聚人心的活动，学生们紧紧的团结在一起，齐心协力，顺利完成“开动大船”，情绪高涨，斗志昂扬，每个人的内心和集体都充满了正能量。

第二十二期顶岗实习 北辰实验中学 数信学院 史淑敏

xx月xx日上午，我们07统计一班进行了以“学习谭之平”为主题的班会活动。

我们首先将谭之平的事迹分为“曲折求学”、“孝感天下”和“回报社会”三方面为大家进行介绍。

图文并茂的讲解，使很多第一次认识谭之平的同学，对她的故事有了感性的了解。

在接下来的活动中，同学们围绕着主题进行了积极的思考和热烈的讨论。

几位上台发表感受的同学都进行了长时间的发言，从谭之平的事迹展开联想，带动了大家的思维，并最终回归到我们自身。

讨论过程：在讨论中，唐诗同学受到谭之平事迹的启发，给大家讲述了他家乡一位，与谭之平有着类似经历的人的故事。

只是故事中的主人公，却少了像谭之平一样坚韧的意志，最后还是败给了残酷的现实，患上了精神分裂症。

但即使在她神志不清之时，也并没忘记曾经帮助过她的人。

这个故事虽然有些悲伤，但是却能使我们更加体会到谭之平自强不息的可贵。

在已经备受艰辛的人生又遭受巨大打击之时，家庭的重担落在了一人身上，谭之平仍然能在曲折中走上求学之路，这是值得我们每一个人都学习的精神！在之后的发言中，郑倩同学还强调了谭之平的孝行，谭之平不仅对和自己有血缘关系的亲人尽孝。

即使是对继母，她也像对亲生母亲一样孝顺。

郑倩还例举了她身边的一些不孝顺的行为，引起了同学们对自己行为的反思。

在热烈的讨论中，大家提到了谭之平事迹中的方方面面。

谭之平身上有太多值得我们学习、引起我们反思的精神，大家还一致赞扬了谭之平建立义工组织回报社会的行为。

正值我们这学期也将要开展面向敬老院和孤儿院的志愿者活动，很多同学都表示，将在接下来的志愿者活动中，像谭之平一样为社会做一份贡献！学习重点：班会中总结出，我们要学习谭之平同学自强不息、创业求学的进取的精神，学习他敬老行孝、回报社会的传统美德，学习他刻苦学习、立志成才的顽强毅力。

在他的身上展示了当代大学生高度的社会责任感和良好的精神风貌，是当代大学生优秀的代表。

谭之平同学不应该只是一个当代大学生的时代的标签，他的作用在于激励更多的“谭之平”从困难中走出来，走出自己精彩的人生。

我们要学习谭之平同学，因为我们缺少他的精神，他该成为一个标高，成为当代大学生学习的榜样。

总有一天，我们也要走向社会，人生了旅途也会充满艰辛，让我们从现在开始，学会自强自立，学会坚强，坚定自己的信念，用我们的行动向世界证明：我们能撑起祖国的明天！班会改进：这次班会中，很多同学没有得到发言的机会。

我们会在以后的班会中进行改进，使各环节衔接更加顺利，合理安排时间，让更多同学有机会上台发表自己的感想。