

# 九年级物理教学反思人教版(通用7篇)

无论是在个人生活中还是在组织管理中，方案都是一种重要的工具和方法，可以帮助我们更好地应对各种挑战和问题，实现个人和组织的发展目标。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 班级活动策划方案篇一

秋天，是个美丽的季节，在这个美丽的'季节里，同学们想去亲近大自然。经过前段时间的学习，大家想放松心情，劳逸结合。新班级的产生，大家还不是很了解。通过此次活动能促进同学交流，增进班级凝聚力。

1、增进同学感情，以便更好的学习与生活。

2、在活动中找到农家乐趣。

1、时间：11月3号下午。

2、地点□xx农庄。

1、12：00在交院么口集合，包车前往目的地。

2、12：30大家开始吃饭体会农家味道。

3、2：00收拾完后开始我们的娱乐活动（羽毛球，乒乓球，唱歌爬山等）。

4、5：30乘坐大巴车返回学校。

农家乐费用每人30元， $30 \times 30 = 900$ 。

另外零食饮料200元。

- 1、经过班委的实地考察。活动地点安全，来回都有车接送。
- 2、出发前班长和组织委员还特意强调了安全事项。

## 班级活动策划方案篇二

- 1、穿越障碍物。
  - 2、猜谜语（脑筋急转弯）。
  - 3、套物品。
  - 4、看你了解我多少（主要是男生参加）。
- 1、为了增加班级的活力，促进班级团结和谐的氛围。
  - 2、为了加强班级同学的感情交流，增进友谊和相互了解。
  - 3、沐浴阳光，放松心情，天天开心。
- 1、生活委员在活动之前买好所需用品。
  - 2、有意愿当主持人的在班长处报名。
  - 3、组织委员，宣传委员负责策划，布置场地。
  - 4、治保委员负责活动秩序，同学们的安全。
- 1、确定人员到齐，主持人宣布活动正式开始。
  - 2、将班级所有同学自由+随机分成三组（男女搭配）。
  - 3、穿越障碍物

(1) 每组人员选出两名代表参赛（其中一名蒙上眼睛）。

(2) 在规定的时间内，根据另一名同学的语言提示穿越障碍物去拿去战利品，所获礼品为该组所有。

4、猜谜语（脑筋急转弯）。

三组同学每轮由一名同学提问，其他两组同学抢答如此积分，回答正确者加五分，如此轮换，最后按得分的多少排名，再给予不同的奖励。

5、套物品。

将所有奖品（吃的）按照一定的距离在地上摆放好，分组人员套物品，套得的物品归该组所有。

6、看你了解我多少。

所有女生围成一个圈（所有男生轮流参加活动），任意一个男生（蒙着眼睛）和主持人在中心，根据主持人的语言提示（描述任意一个女生），来猜出这个女生是谁，回答正确的给予奖励，回答错误的接受惩罚（表演一个节目或者唱一首歌）。

这次是在校园内的活动，不过安全始终还是第一的。其次就是班委要在活动之前充分做好准备，以确保活动顺利进行。还有就是同学们要尽量放开，全心全意的投入到活动中，创造一个和谐快乐的气氛。

这次活动非常成功，每位同学都积极参与，放松自己，放松心情，营造了一个快乐的环境。直到活动最后都还是舍不得离开，满脸笑容，相互之间有说有笑，一片欢乐。

## 班级活动策划方案篇三

生活本来就是一首韵律动人的诗，迭宕起伏，时而激昂奋进，时而低沉萎靡。我们虽然不是身居繁华闹市，但一样有着紧张的生活节奏，繁重的学习任务使我们像一根绷紧了弦，半点不敢放松，我们这些刚踏进大学学校不久的大一学生开始变得烦躁不安。为此我们xx班组织了这次心理健康促进活动，具体资料如下：

### 一、活动主题：

放飞心灵，享受生活——用爱推开层层锁心的门

### 二、活动时间：

xx(初定)

### 三、活动地点：

真人cs场地(初定)

### 四、参加人员：

147班全体同学等

### 五、活动计划：

为了配合学院心理健康促进部的相关工作，开展心理健康促进月的一系列活动，我们147班将举行“放飞心灵，享受生活——用爱推开层层锁心的门”为主题的交流会。具体活动计划如下：

- 1、组织全班同学一齐去烧烤，让同学们在枯燥的学习生活之余放松心境。

2、在烧烤期间玩一个小游戏——“猜猜我是谁”让同学们从他人的反馈中认识自我，并体会被别人理解的感受。（操作：每人发一张白纸，写下3-5句描述自我的话，如：‘我是xxxxx’不写名字，写完后将纸折叠，放在中央，然后每人抽取一张，打开纸上的资料，让大家猜是谁写的，猜中的人要说理由，我引导大家发表自我猜中别人或被别人猜中的感受。）

3、让同学们自愿讲述自我的成长故事，引导大家用虔诚的心去倾听别人的故事。

4、让全班同学围成一个圈，自由交谈，促进同学们之间的友谊。

5、全班高歌一曲《朋友》结束此次活动。

6、同学们志愿将场地中的垃圾捡走，为保护环境，建立绿色家园做出自我的努力。

六、总结：

经过此次活动，促进同学们的心理健康，建立相互信任与彼此接纳的关系，用同学之情，同学之爱推开各自那层层锁心的门，增加班级凝聚力，放飞心灵，享受生活。真正到达这次活动的目的——“用爱推开层层锁心的门”。

活动总负责人□xxx

负责人□xxx

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 班级活动策划方案篇四

为全面贯彻教育方针，全面实施素质教育，激发广大学生努力学习，争先创优的热情，强化学校各种制度的量化管理，使班主任开展工作具体化、目标化，进一步推动学校精神文明建设，特制定本制度。

1、各班级一起参加评比，采取量化的记分制，最后按年级以总分排等级。

2、文明班级评比项目

- (1) 日常检查评比总分
- (2) 期末检测统考科目平均总分
- (3) 黑板报、花圃评比总分
- (4) 流动红旗加分
- (5) 文艺、体育竞赛加分
- (6) 学生巩固率得分
- (7) 综合评议得分
- (8) 其他加、减分

3、文明班级和文明宿舍流动（固定）红旗加分：

- (1) 得固定红旗一面（连续四次得流动红旗）加10分
- (2) 得流动红旗连续三次加6分
- (3) 得流动红旗连续两次加4分
- (4) 得流动红旗1次加1分

#### 4、文艺、体育竞赛得名次，按名次先后加分（含专项评比）：

(1) 个人名次：校级分别给该班一等奖3分二等奖2分三等奖1分；区级一、二、三等奖分别给该班加5、3、2分，市级分别加8、6、4分。

(2) 集体名次，学校举办大型文艺、体育比赛，校运会团体总分获一、二、三等奖分别给该班加10、8、6分，其他比赛集体获一、二、三等奖分别给该班加8、6、4分。

（校运会以团体总分加分，单项不再加分，精神文明奖按三等奖加分）

#### 5、在校生巩固率分值，该项分值满分100分（以开学注册人数核定后为准）；

期末无辍学生班级得分100分；减少1人95分；减少2人得85分；减少3人得70分；减少4人得50分；减少5人得30分；辍学生超过5人，该项得分为零分。（初三年级以毕业考人数为准）

#### 6、综合评议分值，该项分值满分为50分

期末由政教处联合各行政主管领导对各班进行一学期的综合评议。

#### 7、鼓励同学们踊跃向广播室投稿，凡经审核被采用的，给予每稿加一定的分，计入该班评比总分，好人好事可适当加分。

8、该班学生受学校书面处分的，每人次扣5分。

## 班级活动策划方案篇五

利用小品、游戏、竞赛等学生喜闻乐见的形式使学生感悟成长：悦纳自己，尊重他人，相互帮助、相互关怀，遇到矛盾的时候学会换位思考，冷静、理性地考虑问题、解决问题，同时培养独立精神，培养一定的动手能力，努力成为一个自信自立、自尊自强、彬彬有礼、沉着冷静的人。

主题班会

班主任张霄

班长江卉靖

各环节负责人(负责环节的过渡及环节小结)：“悦纳自己”——徐兰

“气球天上飘”——马思嘉

“解手链”——华景玮

“买宠物”——江卉靖

“包馄饨”——蒋明臻

本班教室

1、召开相关晨会及班干部会议，讨论确定本次班会主题，动员全班围绕主题献计献策；

2、在班委会上经过讨论筛选出可行性较强的各个环节，指导各方案负责人分头准备；



4、准备主题班会请柬，邀请兄弟班级派出代表观摩；

5、场地安排：黑板上书写班会主题；桌椅顺着墙壁排成大圆形，空出中间场地；

## 班级活动策划方案篇六

为了使新成立的班集体有更一步的了解，为了增进同学间的感情，为了使今后班集体更加的和谐。在中秋佳节之际，举行一次班级座谈会。

牵手新同学，欢聚中秋节

时间□xx-9-17□星期一）晚上6：30（暂定）

地点□xxx

主办：室内环艺（一）班

活动对象：室内环艺（一）班全体同学

主持人：谭佩佩

1、主持人开场白。（2分钟）

2、各班委自我介绍，并讲出本学期的工作计划。（约30分钟）

3、提问环节。对班委有疑问的同学尽可能的提出来，解决问题。为以后班级的和谐打下良好的基础。

4、游戏环节。

a.抢凳子两轮约20分钟

b.摆出英语单词造型约30分钟

c.传递成语约20分钟

d.牵牵结约30分钟

e.方寸空间约20分钟

f.踩气球两轮约30分钟

（注：班委讨论挑选游戏，有其他游戏方案建议的班委，经过讨论后进行添加或修改。）

游戏内容：

### 1、抢凳子

请7位同学上台，并在舞台上摆6把凳子，摆成一个圈，播放音乐时同学围着凳子走，当音乐停时同学便去抢坐凳子，没有抢到凳子的退出游戏，直到最后剩一个人时游戏结束。

（酌情送小礼品）

惩罚：最先退出游戏的同学含两根棒棒糖，念出一段很雷人的话。（提前准备展板）

### 2、摆出英语单词造型

请20位同学上台，分为4个组，每组定一个英语单词用自己的造型摆出来，进行拍照留念，其中一名同学进行解说，每位参与的组员都可以获一个小礼品。（重在参与）

### 3、传递成语

请6为同学上台，第一位同学看成语，其他同学站成一排并带

上耳机，第一位同学用肢体将成语的意思传递给第二位同学，依次传递，最后一名同学说出成语。

#### 4、牵牵结

请10位同学上台，分为两组，每组牵成圆，然后成员随意走动，但是手不能松开，不能换最初两两相邻的人，打成一个结，只要两两相邻的不放手、不换人，这个节就解得开。

（此游戏能增进同学之间的友谊）

#### 5、方寸空间

请10位同学上台，分为两组（一组五人），一组成员站在一张报纸上，坚持最久的组获胜。

#### 6、踩气球

请10同学上台，第一位同学脚踝系上4个气球互相踩，被踩完了气球的同学，必须离开舞台，最后三位同学获胜赠送小礼品。

1、杂物：气球：约10（根据游戏环节定）

2、奖品：笔记本20个： $1 \times 20 = 20$ 笔20支： $20 \times 1 = 20$

3、食品：棒棒糖60个： $60 \times 0.5 = 30$ 月饼53个： $53 \times 3 = 159$

共计：240元

1、通知全体成员参与和同学自己准备垃圾袋

2、购买座谈会中所需要的物品

3、预定教室

#### 4、提前布置教室

## 班级活动策划方案篇七

距离毕业还有不到一个月的时间，旨在为班级同学服务到最后一刻，为大家带来最难忘最快乐的一个月时光，班委会群策群力，发挥最后的一丝光与热。初步提出的毕业季系列活动策划，小女笔拙，还有些不成熟，敬请各位同学提出宝贵意见，共同创造我们的回忆。

活动一：电子07-1班毕业典礼

时间□xx年6月15日地点：獐子岛教学楼，星海公园，足球场，大黑石海边【待定】

流程：

1. 毕业季启动仪式开启(启动人：大叔、笨笨、胖子)
2. 班导师致辞(姜老师)
3. 非雷勿扰【策划中】
4. 默契大考验
5. 班级演唱会-----对歌和演唱(负责人：小不点、马大姐)
6. 甜蜜点“心”(浪漫中夹杂着伤感)
7. 浩荡毕业叫(暂时保密)
8. 水滴人欢(暂时保密)
9. 电一，我们，在一起(演唱毕业快乐歌)

10. 游戏开展(游戏内容暂时保密)

11. 篝火狂欢【策划中】

12. 毕业留言

13. 一直走，别回头(暂时保密)

14. 典礼结束

主持人：阿萍 负责人：全体班干部 总负责人：卢导

## 班级活动策划方案篇八

大学生的心理健康是关系到大学生成才与否的头等大事。只有健康的心理素质，加之其他积极因素的相互作用，大学生成才才有了可靠的内在条件，一颗颗人才的新星才有可能升起。“少年强，则国强；少年弱，则国弱，少年胜于欧洲，则国胜于欧洲；少年雄于地球，则国雄于地球。”梁启超先生这一名言震荡着一代代年轻大学生的心灵，汉一班委希望通过此次活动来提高同学们注意心理健康的意识，真诚地提醒同学都来关注心理健康，以良好的心理素质迎接未来的挑战，为国家的富强奉献自己的力量。

让“心理”去“旅行”

以课件的形式呈现

西教3-412

本次班会由主持人将话题一一引出的形式展开。中间贯穿一些心理小测试。这次的心理班会和班级文化展示结合在一起。充分显示出旅游班的特色。班会流程：

## 第一部分让心理去旅行

- 1、陈老师寄语
- 2、什么是心理健康
- 3、心理健康包括哪些
- 4、心理测试的定义
- 5、比较有名的几个心理测试
- 6、心理测试：
  - 1、与人交往时你是那类人
  - 2、测测你的心胸宽广度
  - 3、脱鞋方式见人心

## 第二部分：我的大学我的梦

- 1、叶同学演讲“我的大学我的梦”
  - 2、班主任倪老师
  - 3、写心愿卡，大学三年所定的目标或者心愿写在卡片上，贴在许愿树上。{手语《感恩的心》}
- 1、讨论活动的流程，确定初步的框架

2、确定各框架的内容、主持人、安排各流程的负责人并分配任务。

3、采访老师和部门部长。

4、班会ppt由陈晓丽负责

背景音乐：《遇见》《感恩的心》《友谊地久天长》

5、申请多媒体教师，由韩洁负责。

6、布置会场

优点：

1、制作节目表，向各个参加的老师同学发邀请函。制作了班会意见反馈表。

2、安排大家一起许下心中的期许。把对自己的心愿黏贴到希望树上。

3、同学的配合度很高，积极参加班级活动。特别是林天健同学，还是抱恙来为大家表演。做为班里的唯一男生。这种精神值得嘉奖。

4、在班会结束之际，安排大家跳华尔兹。作为新时代的大学生，展示着我们的青春飞扬，“我的舞台我做主”。

5、班会主题：主题的拟定充分显示了这个班会结合了“心理”和“旅游”这两大块。

缺点：

1、因为多媒体有班级在上课，而且老师拖堂了。所以布置教室有些匆忙。导致电脑音响来不及检查。中途请电脑老师来

帮忙。

2、设置的心理游戏不够引起大部分同学共鸣。只有少数人表现活跃。

3□ppt的字幕过多。让座在后面的同学看起来有点吃力。

4、气氛过于沉闷。互动不够。

## 班级活动策划方案篇九

### 班级户外秋游烧烤活动

秋高气爽，正是同学们踏足出游的好时节，班委会举办此次烧烤活动，为丰富同学们的. 课余时间，加强班级同学之间的联系，增进同学之间的感情，促使我们09越2这个班级能成为一个更具有凝聚力的团结的大家庭。

xx年xx月xx日。

xx水库。

外院xx□

xx全班同学与老师。

骑自行车，这种自助游方式更适合我们年轻人，相信大家会喜欢的。

1、提前买好烧烤用具，提前一天到市场去预订烧烤食物，并在出发当天清晨去买回来。具体工作分到具体同学那。（所需食物和用品清单列在后面）。

2、出发的时间定在早上8点半。请同学们早上8点20在南门前面



(门内) 集合。

3、指定几名负责人，按组组织带领同学们安全有序的前往目的地，到达目的地的时间大约为早上9点半。

4、到达目的地之后，用二十分钟左右布置班级烧烤活动范围，顺便休息一下。同学们帮忙把烧烤的东西处理好，菜洗干净。

5、对钓鱼感兴趣的同学还可以去钓鱼，钓到的鱼还可以用来烤。(一定要注意安全!)

5、此为游戏环节。

6、包饺子，大家积极动手，互相学习。

7、烧烤活动开始，全班同学分为几个小组，每组烤出老师指定的某一食物，最终由老师评出最佳厨师奖。

8、视当时的气氛而定，打气排球，斗地主。

9、大约16点，返校。

1、门票：90元。

2、食物：元牛肉猪肉合计10斤，韭菜4斤，生菜10斤，红萝卜2个，葱，白菜，香菇，指天椒，香菜，饺子皮，火腿肠，鸡翅，豆腐干，火腿肠，玉米。水1桶，橙汁2瓶，雪碧1瓶，营养快线2瓶。水果和红薯。

3、工具xx元。

4、木炭，竹签，叉子，餐纸，杯子，烧烤刷，一次性手套，一次性碗，一次性碟、筷子、烧烤网。

5、配料：烧烤蜜，盐，油，辣椒粉，油，孜然粉，蚝油，鸡

精，酱油。

骑自行车去的过程中大家要注意安全，切实落实好负责人。没有自行车的同学请去借车，实在借不到的请提前上报班委，尽量保证班级每人都能有车搭或者骑自行车。

预祝：本次xx户外烧烤活动取得圆满成功！

## 班级活动策划方案篇十

“团结互助，增进友谊，争创优秀班级”

十一月天，硕果飘香，正是秋游的好时节。通过本次秋游活动，在领略优美的景色的同时，促进本班同学间的交流，陶冶我们的情操。秋游，既可以为全体成员营造一种轻松自由和谐融洽的气氛，又可以加强同学们的集体意识，开拓同学们的视野，增长知识，感受生活，同时也丰富同学们的. 课余生活，让同学们在秋高气爽的季节里放飞心情。

18级电商三班全体同学(自愿参加)

20xx年11月17日星期四(暂定)

世界之窗(暂定)

优势：长沙世界之窗位于长沙市东北郊区浏阳河畔，占地40万平方米，长沙世界之窗由湖南电广传媒股份有限公司、深圳华侨城控股股份有限公司和香港中旅集团共同投资兴建的大型文化主题公园。坐落于长沙市金鹰影视文化城，占地40万平方米，累计投资3亿元人民币。1997年10月1日试营业，经过20xx年发展壮大，现年接待游客量达80万人次。长沙世界之窗经过十一年的努力，已发展演变成为一个融世界各国建筑奇观、五洲风情歌舞表演、大型器械游乐、先锋时尚活动、影视拍摄基地于一体的综合性大型主题公园。

(待定)

乘车方式：班级集体包车。(待定)

1、门票：60每人(待定)

2、包车费用：(待商议)

3、如包车，则费用预定为每人20元，多退少补。

组织策划：

1、活动总负责人：班主任曾小娟

11月17日早上8：00在校门口乘车，下午5：00在景区大门集中回学校

9：30~11：00，利用景区的设施集体活动11：00~11：30休息

16：30~17：00到景区大门口集合准备归校九、活动注意事项：

1、为保证早上出发前的安全与纪律，班长做好出发前的组织工作。每个班干进行负责每组，每组大概5至6人。

2、爱护花草树木，严禁破坏公共财物。

3、以班级为单位活动，不独自行动，不玩危险游戏，一切活动均听带队老师的指挥。

4、建议学生讲究节约，带适量的物品，不宜多。动员不带贵重物品。如果带了，请教育好注意保管。

5、不参加的学生一定要好请假条，同时班长电话联系确定。

6、建议同学穿舒适休闲的衣服和运动鞋。

预祝本次10级电商三班秋游活动圆满成功!