

最新文明大学生班会方案 做文明大学生 班会活动方案(大全5篇)

“方”即方子、方法。“方案”，即在案前得出的方法，将方法呈于案前，即为“方案”。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？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。

文明大学生班会方案篇一

【活动背景】

我们现在的学生，是北京奥运会的主人，在这收获的奥运年里，他们将如何继续传承文明古国的精神风貌？众所周知，中国的教育存在着一个不容忽视的现实，就是许多学生只重视学习成绩，注重升学，而忽视个人思想道德修养的情况，有的学生在学习、生活中有许多不忍目睹的不文明行为。本着“求真务实”的精神，针对学生思想道德现状中文明礼仪方面的问题，我们七年级x班将召开了一次名为“讲文明·知礼仪·做文明学生”的主题班会。

【活动目的】

通过本次主题班会使同学们认识自己的行为习惯，意识到文明礼仪的重要性，并在生活与学习中不断学习应用和改进，做一个表里一致，内秀外美的文明中学生。

【活动时间】

20xx年09月xx日

【活动地点】

罗定实验中学初一□x□班

【参与人员】

初一□x□班全体学生，初一□x□班班主任，实习老师

【活动形式】

情境模拟游戏、自由发言交流、“文明人”测试

【活动准备】

- 1、提前布置主题班会内容，选出二位主持人（一男一女），主持人准备好讲稿，叫同学们查阅有关文明礼仪的相关知识。
- 2、叫同学们结合校园中文明与不文明的现象做好发言准备，说明班会基本的流程，并把全班分成五个小组，安排好小组长。
- 3、吩咐班干部设想好班会课时课室的布置情况，找好与班会相关的资料。
- 4、准备《升国旗》视频。

【班会流程】

- 1、班主任宣布上课
- 2、主持人宣布班会开始，引入主题
- 3、展示幻灯片
- 4、齐读《罗定实验中学文明礼貌歌》-----根据学校情况，若有则读，没有则忽略。

5、学生列举日常生活中不文明的行为

6、障碍游戏：5个小组，每组二人，依次进行。其中一人用布蒙住眼睛，扮演盲人，另一人扮演哑巴，“哑巴”作为拐杖扶“盲人”在教室内按指定路线行走，两人均不准出声，班上其他同学将不动声色地在他们行进的过程中设置障碍，“哑巴”用身体语言引导“盲人”通过障碍。（建议：按规定参与者可用加德育分等措施予以奖励）

7、哑巴、盲人的扮演者谈感触（着重在通过障碍的过程中的心理和达到目的地时的心情）。

8、“文明人”测试，总结出中学生“十个”文明形象，及我们的做法。

9、班主任小结

10、视频片段《升国旗》

11、主持人宣布班会结束

【具体过程】

1、主持人开场白：

a□老师，同学们，大家下午好！今天我班在这里开展主题班会，希望大家相互配合，积极发言。下面班会正式开始。今天班会的主题是——讲文明·知礼仪·做文明学生。

b□华夏大地，礼仪之邦，几千年源远流长的是我们祖辈世世代代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。

a□但是我们身边还存在许多不文明的行为。有哪些是不文明的行为？

请小组讨论并列举这些不文明的行为，然后小组竞答，并记录积分。

（同学们各抒己见，自由发言——同学们乱扔乱丢乱吐现象十分严重，扔纸片、扔包装袋、扔纸盒、扔饮料瓶，更不文明的是走着，吃着，吐着，扔着，特别是有些女同学大口大口吃着东西，边走边吃边扔边吐，有的同学上课吃瓜子，好吃到了极点，还有的同学随地吐痰，破坏公共财物，还有一些欺负弱者或弱势群体的，甚至乱起绰号，以别人的残疾来取笑，有的人给教师或班主任起绰号等。）

a□看来我们的同学都有意识到生活中我们所存在的不良行为，这些行为若不及时改正将会给我们的生活，学习及以后的就业造成严重的后果。

b□是的，讲文明讲礼仪，不仅是要遵守各项规章制度，言行举止得体，还应该会为别人着想，学会换位思考，为他人提供方便，给遇到困难的人伸出援助之手。接下来让我们一起玩一个游戏，体会一下非正常人的生活。

a□.....□

游戏结束，请参加游戏的同学谈谈感触。

2、“文明人”自测：你是一个文明的人吗？

3、主持人a□同学们，你们都是文明人吗？自测完后，你发觉了什么？

反思：自己存在哪些不良的行为习惯？会给自己和他人带来什么不良的后果？

4、小组讨论、发言，小组长作记录。讨论：成为一名文明学生，我们应该是怎么做？

学生活动：参与讨论，踊跃发言。

b□我们已经听过了许多同学的精彩发言，可是，老师们又是怎么看的呢？下面就请老师们也从老师的角度发表一下你的看法吧！

文明大学生班会方案篇二

背景分析：“感恩”是一种生活态度，是一种品德，如果人与人之间缺乏感恩之心，必然会导致人际关系的冷淡。目前绝大多数学生为独生子女、自我意识较强，他们都是家庭的中心，他们只知有自己，不知爱别人。所以，学会“感恩”，对于现在的孩子来说尤其重要。应该让他们学会对自己所拥有、享受的一切怀有感激之情。只有先懂得感恩，才会懂得关爱和回报，所以说“感恩”是学生必须要有的素质。

班会目的：使学生感悟亲情，理解亲情，体会父母、老师、朋友的爱与付出，产生感激社会、感激学校、感激家庭、立志成才的情感。

班会手段与方法：诗朗诵、歌舞、看录像、讨论等

班会流程：

1、主持人：感恩，对于我们来说是一个熟悉而陌生的字眼，也许我们都不曾理解过感恩的真正含义，然而，在我们的身边却存在着无限恩情需要我们去感受，去回报。

感谢父母，赐予我生命，不求回报地爱着我疼着我。

感谢老师，传授我知识，告诉我做人的道理。

感谢朋友，在我困惑、委屈的时候给我力量。

感谢所有进入我生命中的人，因为是你一点点装饰了我的人生

感谢这个世界上所有值得我们感激的人。

拥有一颗感恩的心，

感恩你生命中的拥有，感恩你身边的人

感恩你所有的所有。

主持人宣布活动开始

2、小组诗朗诵：《感恩父母》

(诗朗诵《感恩父母》内容附后)

学生自由发言，回想父母疼爱自己的感动瞬间。

3、歌伴舞：《感恩的心》

分组讨论这首歌带给自己的思考。

4、观看邹越教授的《让世界充满爱》大型演讲会视频。

5、小组演唱歌曲《朋友》

6、集体讨论有关亲请、师生之情、朋友之情的感悟，并讨论如何回报社会、奉献社会。

7、展现你的感恩。让学生制作表达自己对父母、老师或朋友感恩的小卡片或写书信

(教师检查)

师：很不错，大家做得很好，很漂亮。这就是你们的实际行动，这就是你们表达你们的感恩的方式。大家回家后可以把它送给你们的父母，他们一定很感动的。

8、班主任寄语《学会“感恩”》

感恩，来自于心理的满足，来自于对人对事的宽容和理解，来自于一种回报他人和社会的良好心态。感恩，能够促进相互信任、相互理解、相互尊重，有利于良好人际关系的建立。感恩，使人少些抱怨，少些仇恨，少些对抗，多些宽厚，多些友善，多些快乐，使人有积极的人生观，有健康的心态，能够善待他人的误解与错误。拥有一颗感恩的心，才会对生活对人生充满希望，才会理智地面对人生旅途中的一切挫折和不幸，才能从容地面对一切思想上的的是是非非，才能带来他人对自己的尊重与感激。感恩，善待了自己，也快乐了自己。

其实，感恩，不一定非得是那种惊天地、泣鬼神的大事，感恩是一种生活态度，它是一种善于发现生活中的感动并能享受这一感动的思想境界。我们要懂得感谢身边对你有帮助的人，要好好学习，以实际行动或是简单的“谢谢”表达你的感谢。现在我宣布《心存感恩，奉献社会》主题班会到此结束。谢谢大家！

感恩父母，我们沐浴着爱的阳光长大，我们滋润着人间的真情成长。

多少次带着幸福的感觉进入梦乡，多少回含着感动的泪花畅想未来。

常怀感恩之心的人是最幸福的，常怀感恩之情的生活是最甜美的。

学会感激——感激我的父母，因为他们给了我宝贵的生命。

学会感激——感激我周围的一切，因为他们给了我和谐健康的成长空间。

不要忘记说声“谢谢”，在我们的成长道路上，要感激的人太多太多。

有一个词语最亲切，有一个呼唤最动听，有一个人最要感谢，有一个人最应感恩，她就是——“妈妈”。

她的手粗了，她把温暖的阳光给了我；她皱纹深了，她把美丽的青春给了我；她的腰弯了，她把挺直的脊梁给了我；她的眼花了，她把明亮的双眼给了我。

面对妈妈深沉的感情，聆听妈妈真诚的心愿，我们应该学会感恩，应该学会感激。

但很多时候，我们习惯接受这份关爱，并且觉得是理所当然。

渐渐忘记了感动，忘记了说声谢谢。

她的爱像一份浓茶，需要我们细细品位。

虽然一碗饺子是微不足道的，但她的爱却是感人肺腑的。

让我们过上幸福的生活，让我们没有忧虑地成长，是所有父母的心愿。

如果说母爱是船，载着我们从少年走向成熟；那么父爱就是一片海，给了我们一个幸福的港湾。

如果母亲的真情，点燃了我们心中的希望；那么父亲的厚爱，将是鼓起我们远航的风帆。

拿什么来感谢你，我的父母！

父母的爱说不尽，说不完，所有的爱我们将铭记在心。

我们带着你们的爱踏上征程，一定会战胜一个又一个困难，直到到达胜利的彼岸！

爸爸妈妈，你们放心吧！你的儿女将会以异的成绩汇报你！

感恩主题教育班会活动5

班会目标：

1. 让学生了解感恩，即让学生懂得为什么要感恩。
2. 让学生懂得怎样去感恩。

班会过程：

一、播放歌曲《感恩的心》，导入班会主题。

我们每一个人都获得过别人的帮助和支持，应该时刻感谢这些帮助你的人，感谢上天的眷顾。一个人的成长，要感谢父母的恩惠，感谢国家的恩惠，感谢师长的恩惠，感谢大众的恩惠。

没有父母养育，没有师长教诲，没有国家爱护，没有大众助益，我们何能存于天地之间？所以，感恩不但是美德，感恩还是一个人之所以为人的基本条件！面对现在日益冷漠的青年一代，加强感恩教育尤为重要。

二、讨论：自己怎样认识感恩的？

教师总结：刚才几位同学都说了自己对“感恩”的理解，非常好。老师想，在生活中，我们首先要感恩的是父母，因为

他们生养了我们;其次，我们要感恩的是老师，因为他们教育了我们;另外，我们还要感恩朋友和对手，因为他们促进了我们的成长;甚至我们还要感恩自然，因为自然给了我们阳光雨露，蓝天碧树，四季变换。可以这样说，面对生活，我们就要怀着一颗感恩之心。

三、讨论：

1. 为什么要感恩父母？

2. 为什么要感恩老师?为什么要感恩自然和身边的人？

学生先自己考虑，然后再进行小组交流。

四、继续讨论：

1. 怎样感恩父母?2. 怎样感恩老师？

3. 怎样感恩自然和身边其他的人？

学生针对以上三个问题进行讨论，而后教师总结。

. 教师出示三篇文章：

(1) 宗教是最崇尚感恩的。他们感谢天神，感谢主。当然，我们感谢的，远比他们要多很多。

感谢父母，他们给予你生命，抚养你成人;感谢老师，他们教给你知识，引领你做“大写的人”;感谢朋友，他们让你感受到世界的温暖;感谢对手，他们令你不断进取、努力。

感谢太阳，它让你获得温暖;感谢江河，它让你拥有清水;感谢大地，它让你有生存空间。

感恩，是一种心态，一种品质，一种艺术。

感恩是乐观。感谢困难，感谢挫折，不是乐观么？感谢对手，感谢敌人，不是乐观么？对于我们不甚喜欢的一些人和事物，尽量想到它的正面，想到它对我们的利处，从而去感谢它，不是乐观么？所以，感恩，是一种乐观的心态。

感恩是礼貌。有人帮助了我们，我们随口说声“谢谢”，可能会给对方心里带来一股暖流。有人为我们付出了许多，我们感谢他，他可能会更加多的帮我们。怀着感恩的心，是有礼貌，是知恩图报。所以，感恩，是一种有礼貌的品质。

感恩是画笔。学会感恩，生活将变得无比精彩。感恩描绘着生活，将生活中大块

的写意，挥洒得酣畅淋漓；将生活中清淡的山水，点缀得清秀飘逸；将生活中细

致的工笔，描绘得细腻精美。所以，感恩，是一种多样的艺术

(2) 常说：“三有三为。”

心中有祖国，为祖国做件事。不是为了回报、感谢伟大的祖国么？

心中有集体，为集体做件事，不是为了回报、感谢温暖的集体么？

心中有他人，为他人做件事。不是为了回报、感谢生活中的每个人么

有人说，忘记感恩是人的天性。当我们偶然来到这个世界上，什么都还没来得及做的时候，我们就已经开始享受前人带给我们物质和精神上的一切成果了。这就提醒着我们每一个人，要怀有一颗感恩的心。常怀感恩之心，我们便会更加感激和

怀想那些有恩于我们却不言回报的每一个人。常怀感恩之心，便会以给予别人更多的帮助和鼓励为的快乐，便能对落难或者绝处求生的人们爱心融融地伸出援助之手，而且不求回报。常怀感恩之心，对别人对环境就会少一分挑剔，而多一分欣赏。

感恩，是我们生活中永恒的话题。学会感恩，学会热爱生活。我们将会感受到更多快乐。

(3)学会感恩，应该是对待他人的一种积极态度；学会感恩，本质上就是对他人给予自己的好处，做出回应，做出回报，而不是漠视，而不是淡然处之；学会感恩，是用放大镜去看别人的优点；学会感恩，是温暖的阳光，照到哪里哪里亮；学会感恩，是感情的黏合剂。只有学会感恩，我们的社会才能更加和谐；只有学会感恩，人与人之间的关系，才能向良好的方向发展！

五、感恩小故事

1. 六旬老父_救子：20__年2月，湖北60岁的农民父亲胡介甫将自己的肾脏移植给了患“尿毒症”的儿子，固执的父亲不容拒绝地告诉儿子胡立新：“没什么比你的命更重要？我宁可自己没命，也不能看着你死！”

2. 《挨杖伤老》：汉朝时，大梁有个叫韩伯愈的人，他的母亲对他管教很严格，稍微有点过失，就举杖挥打。无论母亲打多重，他都没有怨言不掉眼泪。

可是，有一天伯愈在挨打时，竟然哭得很伤心。母亲觉得奇怪，问道：“往常打你时，你都能接受，今天为什么哭泣？”伯愈回答道：“往常打我时我觉得疼痛，知道母亲还有力气，身体健康，但是今天感觉不到疼痛，知道母亲身体不如以前，体力微弱。所以伤心禁不住流下了泪水。并不是疼痛不能忍受。”

3. 孝顺儿_救母：20__年9月底，在深圳一家律师事务所工作的田世国得知母亲刘玉环患尿毒症后，偷偷跑到上海中山医院作了血样检查；配型成功后，瞒着母亲，毅然将自己的一个肾脏移植给她。

六、结束语：

做老师的有两个希望，一是希望你们做好人，二是希望你们学习好。有人把人才分为四类：有德有才，有德无才，有才无德，无德无才。我相信我们的同学都是人才，因此希望你们做有德有才的人，不要成为有才无德的人。要成为有德有才的人，就必须养成良好的习惯，做文明的学生。父母养育你们，老师栽培你们，虽然这些是父母与老师应该做的，但大家应该怀揣一颗感恩的心，用心去体会父母、老师对你的好和爱。学会感恩，你才会去帮助应该帮助的人，才能得到别人的帮助。

总之，希望同学们：孝敬父母，尊敬师长，学会感恩。

文明大学生班会方案篇三

一、本次活动的目的：

- 1、使学生学习礼仪知识，了解和掌握社会对我们在礼仪方面的基本要求，身体力行地使用礼仪，明辨是非，非礼莫行。增强学生践行文明礼仪的决心和信心。
- 2、使学生在实践中真正培养起相应的礼仪情感和礼仪信念，养成良好的礼仪习惯，增强大家将文明礼仪的责任意识和参与意识。

二、本次活动意义：

- 1、本次社交礼仪教育活动有利于学生与他人建立良好的人际

关系，营造和谐的心理氛围。

2、有利于对学生进行人文知识教育和思想道德教育，提高思想道德品质和素养。

3、在就业竞争日趋激烈的背景之下，言谈儒雅、服饰得体、仪表端庄的大学生更能受到用人单位的青睐。因此，有必要对学生礼仪加以普及与规范，有助于提高学生的整体就业素质。

三、本次活动具体内容：

(一)普及宣传大学生文明礼仪基本知识：辅导员进行大学生文明礼仪知识讲座

1、大学生文明礼仪的重要性及意义

2、大学生文明礼仪的基本常识

3、大学生校园文明礼仪(重点)

(1) 尊师礼仪(结合工商系林某同学在期末考试中无礼辱骂老师事件)

(2) 课堂礼仪(结合工商系康某同学在课堂上无礼辱骂厮打老师事件)

(3) 仪表礼仪(结合求职择业中，言谈举止、服饰仪表是否得体的正反两方面案例)

4、面试礼仪

(二)理论联系实际，召开校园文明礼仪主题班会(以论语中的经典论句为主题)，同时利用各班宣传栏以校园文明为主题广泛宣传。

1、己所不欲，勿施于人教育学生在校园中发扬这句格言，严于律己，宽以待人，体现对他人的尊重和关爱。

2、言必信，行必果近年来，大学生在贷款、就业等多方面出现的信用问题引发了许多社会问题，有必要在此结合实际案例对学生诚信教育。

3、三人行，必有我师三人行，必有我师焉。择其善者而从之，其不善者而改之。鼓励学生虚心求学，不盲目攀比，随波逐流，以他人所长补己所短。

(三)以活动促文明：举办校园文明之我见书画、征文、摄影作品展，让学生在正反对比中感受文明礼仪的气息，自觉修正自己的不文明行为。

此外，结合五年来的`辅导员工作实际和学生的现实情况，有必要针对以下方面加强对学生的引导教育。现身说法，对学生(特别是大一新生)进行天生我材必有用,条条大路通罗马，而今迈步从头越，树立信心，坚定信念为主题的入学教育活动。

本次活动目的及意义：

1. 在我所带的学生中，新生报到期间就陆续有学生提出退学，究其原因，避而不谈。经过耐心细致的谈心教育，使其逐渐打开心扉，吐露实情：来校后对校园环境感到失望，严重自卑失落，高考失意，感到前途无望，破罐子破摔。最后这名学生还是退了学。而且，在随后的工作中发现，抱有这种怀才不遇，失去信心心理的同学还不在少数，甚至有些同学即使勉强留下来也无心学习。有些同学旷课严重，无所事事，多次说服教育无果，乃至于跟我说，导员，你就别操心了，你就给我处分吧，得不得毕业证我都无所谓，我也不指这个找工作，凡此种种。由此直接影响他们在校期间的各种表现以及学生管理工作的难度。由此，有必要在学生入学伊始进行理想信念教育，给大家吃颗定心丸，既来之，则安之，不

同的起点可以到达同样的终点。

2. 结合本人的实际经历，作为校友，现身说法。（曾经做过这方面讲座）

文明大学生班会方案篇四

主题班会目标：

知识与技能：认识到人生规划的重要性，并学会做简单的规划；

情感态度与价值观：通过这次主题班会，认识到人生中规划的重要性，进而学会如何用行动把梦想变成现实，树立积极进取的人生观。

主题班会过程：

一、导入

主持人：同学们有没有思考过我们为什么活着？活着是为了什么？生命有何意义？人生的价值是什么？相信每一个充满幻想的青年，几乎都会思索这个亘古难题。于是，许许多多的青年带着这种困惑走进了中年，他们中有的人成功了，有的却失败了，更多的只是平庸地活着。在耗费了宝贵的时间之后，他们才发现：人生有无数条单行的轨道，条条都通向未来，而他们的所谓“探索”，往往表现为无从选择地、漫不经心地、甚至刻意地走错了人生的单行道，或许他们会终于明白：人生终究不是用来“探究”的，活着并精彩地演绎生活，才是惟一的人生。

然而，人生要活得多姿多彩，却不能没有梦！

a□心怀梦想，志存高远，人生之梦需要实实在在的“规划”

才能“追寻”。好的人生离不开好的规划，成功人生离不开成功的规划及在正确规划指导下的持续奋斗。

b□人生如大海航行，人生规划就是人生的基本航线，有了航线，我们就不会偏离目标，更不会迷失方向，才能更加顺利和快速地向成功的彼岸。

b□学生按小组讨论两分钟。找几个学生来谈谈感想。

二、进入正题

主持人：上面的漂亮话谁都会说。当前的问题是：你找不到基本航线，怎么办？

肖伯纳有一句名言：“明白事理的人使自己适应世界，不明白事理的人，硬想使世界适应自己。”人生就是在这种不适应中，调整适应，发展适应的长河中前进的。

在人生的每一个漂流中，可能会远离我们的人生坐标。问题在于，我们应该学会在远离目标的时候，去创造条件，接近目标。所谓创造条件，本身就是一种进取，一种求索，一种心向即定目标的挚着，一种坚忍不拔的追求。

人的一生是漫长的，更是变动的。国家政策的调整，外在条件的变化，家境的变迁，突发事件的出现，都会使我们的境遇变得困难起来。在艰难困苦面前，我们要以乐观豁达的心情直面人生；以坚韧不拔的毅力支撑自我；以正确的价值取向占据灵魂。把艰难困苦当成是一种磨炼，一种积淀和一种成熟。

古人云：“哀莫大于心死”，“志莫大于永刻”。在艰难险阻面前，只要我们心中的火不灭，展开的翅不折，就一定能走出生活的沼泽，迎来人生的艳阳天。

记得有一首歌中唱道：“人生有梦才算美，几度风雨多轮回，苍桑摔出铁打汉，滚石酿出震天雷”。让我们珍视机遇，迎接挑战，自觉地在艰苦中磨练，做一个新世纪的铁打汉，震天雷吧！

一本书中这样写到：一个不能靠自己的能力改变命运的人，是不幸的，也是可怜的，因为这些人没有把命运掌握在自己的手中，反而成为命运的奴隶。而人的一生中究竟有多少个春秋，有多少事是值得回忆和纪念的。生命就像一张白纸，等待着我们去描绘，去谱写，而合理的规划才能在这张白纸上描出精彩的蓝图。

“凡事预则立，不预则废”；

人生需要规划，企业需要策划，不懂策划者，不能明白“磨刀不误砍柴功”的道理。策划也，人人都用，一个人的成功、企业的成功，虽然付出了众多的辛苦，但他们毕竟是成功者；但是：有众多的人、企业付出的辛劳远比成功的人、成功的企业付出的辛劳多出几倍，最终还是以失败而告终。成功并非是努力奋斗和付出辛劳多少的结晶，而是另有缘故。这就是对自己的认识是否到位，策划做得是否合理。下面让我们通过录像来看看一些大学教授是怎样看待人生规划的。

三、以下关于规划人生的几句话送给你们参考：

我知道自己在意什么，所以我知道飞向哪里

相信自己，是一种坚持，并不容易

牢记我要的，不强求其他

心灵的成长，才是真正的成长

快乐是不要给与超过自己现状的压力或者具有超强的快乐心

灵

想达到目标，就要具备为之付出的觉悟

努力是一种态度，不是为达到目的而做的交易

良好的习惯使人快乐，但养成的过程艰苦难受

三、以下关于规划人生的几种方法送给你们参考

1、列梦想清单“dreamlist”;

列出你一个月、一年、或一生中所最想要达成的每一个目标。

2、排梦想目标的优先顺序;

3、为目标设立期限;

没有期限的目标只是梦想，如果是长期目标，一定要分成短期行动步骤。

4、找出核心目标;

自我设问：“当我实现了哪一个目标梦想之后，那其他的目标都可跟着实现?”如此，你就能明白自己的核心目标在哪里。

5、明确达成目标的原因和理由;

6、找出达成目标的障碍;

当你克服了达成目标中的障碍，其他一切都将变得简单。

7、制作梦想手册;

潜意识的运作来自于明确的画面。假如你梦想在某年某月买

一辆车，请你把这辆车的颜色、款式等描述得一清二楚，并找来具体的照片，贴到你的《梦想手册》上，来引导自己的思维从这方面思考。

8、经常复习目标；

9、制定方法与步骤，并付诸行动；

为你梦想制定好正确的方法和步骤，并采取大量的行动。计划越详细，你成功的机率越高。有好的方法和步骤，不付诸行动，一切的一切都毫无意义。

四、责任意识

在很多时候，责任意识是和一个人的行为联系在一起。要求增强责任意识的一个潜台词是：你要对你的所作所为负责任。由此推出的责任意识便是：你是要对自己的行为负责任的，所以，慎重行动，量力而行。

不过，很多情况下的责任意识的缺失，恰恰是忘了自己是要负责任的。身后有余忘缩手，眼前无路想回头。到最后，只好是早知今日，何必当初。但真的能回到当初，可以重新来过吗？不能！职业规划的作用：

1、确认人生的方向，提供奋斗的策略

2、突破并塑造清新充实的自我

3、准确评价个人特点和强项

4、评估个人目标和现状的差距

5、准确定位人生方向

6、重新认识自身的价值并使其增值

7、发现新的人生机遇

8、增强人生竞争力

那我们该怎么做？

五、小例子

1、畅销书《登顶》的作者迈克尔·尤西姆在书中讲了这样一个细节：

在攀登珠穆朗玛峰的探险队出发之前，我一一向队员询问他们的兴趣和技巧，在此基础上给每个人分配了不同责任。一位队员将负责食物，另一位负责衣物，一位负责交通方式，其他人分别负责登山装备、财务事项、通讯和保健。这和我从前经历的探险不同。在这次探险中，但每一位队员都是团队中不可缺少的关键人物——尽管不是，但每个人都必须担负自己的个人责任。

在此之前，我们对自己的评价都是基于各自的登山能力。但现在，我们必须掌握一系列的管理技巧：在每个人的责任范围内，都必须运用领导才能。在管理这次探险的每个方面，都产生了巨大的责任感。每件事情都必须高质量地处理和解决，因为这关系到队员的生命，而且我作为领队，也无法事无巨细都能够处理好每个细节。将领导责任分摊，能够使整个团队更好地自我管理。

2、按照惯例，每周一我们都有周一的学校升国旗仪式，今天是学校使用夏季作息时间的第一天，集会显得有些慢和拖沓，整个会场显得不是很安静。其实很多时候，作为学生，我显得有些悲哀，我看到我们的同学，看到我们的同胞面对国旗的时候那种漠然的神情总让人心痛！

文明大学生班会方案篇五

一活动目标：

团结协作，是我们伟大的中华民族最珍贵的精神财富之一。“天时不如地利，地利不如人和”“握紧拳头有力量，心齐能把泰山移”为了营造浓厚的学习氛围，提高同学们的学习爱好，引导同学们养成良好的学习习惯，所以才打算此次班会活动，让同学扩大知识面，进一步增强学习的爱好和自信心，激发学生关注学习生活环境，熟悉学习与生存的关系，培养学生“团结协作”的思想感情。

二班会打算：

1发动学生(班干部为主导力量)从各种渠道收集有关专业的各种资料；

2各队评选出几名队员参加“专业知识知多少”比赛，打算竞赛的题目；

3排练各类节目；

4为确保活动_功，进行试演，并购买班会所需东西；

5写好主题“团结协作，展望未来”，并布置好教室，做好课前打算活动。

三活动安排：

1活动时间：____年__月__日

2活动地点：教学楼__教室

3特邀嘉宾：各级领导各班班主任及老师

四活动过程：

主持人：

a□带着千奇百怪的个性，我们聚合在一起。

b□为了共同的愿望，我们聚合在一起。

a□25双眼睛，默默地求索。

b□25颗跳动的心，鸣奏着一个声音——团结协作。

a□一个篱笆三个桩，一个好汉三个帮。我们徜徉在知识的海洋中。

b□一枝不为秀，独木难成林，我们翱翔在智慧的蓝天里，

ab□团结协作，畅想未来，我们将拥有美好的明天！各位领导，老师，亲爱的同学们，大家下午好！

a□我是主持人冯小双。

b□我是主持人李英。

a□首先，用热烈的掌声欢迎各位领导老师，感谢您们能在百忙之中抽空参加我们10春机电技术2电子班的主题班会。我们相信有领导和老师们的关怀同学们的支持，此次“团结协作，展望未来”主题班会一定会_功。

b□近日读书看到这么一个有趣的故事，从前有个国王，他有二十个儿子。国王老了，得了重病。临死以前，他让弟弟把二十个儿子都叫来，吩咐说：“你们去拿一束箭来。”儿子们把箭拿来了，国王让他们环立在病床前，然后对弟弟说：“你抽出一枝来，折断它。”弟弟照他的吩咐，抽了一

枝箭，没费多大力气，就把箭杆折断了。国王又说：“你再抽出二十枝来，捆在一起，折折看。”他的弟弟用竭力气，怎么也折不断这一捆箭。于是，国王就对那些站在床前的儿子说：“孩子们，看见了吧，一枝箭简单折，一捆箭就折不断了；一个人的力量单薄，团结起来力量就大了。

a□团结协作，是我们伟大的中华民族最珍贵的精神财富之一。一个人的力量的确是单薄的，正象红烛，一支光照亮不了黑天，但是，千万支红烛一齐燃烧，就会发出熊熊的烈焰和耀眼的光芒。人们看到飞驰的火车，奔驰的汽车，凭着它的一个个飞轮，冲向前方。这些飞轮，有的在前，有的在后，一个方向，一个速度，同心协力向前飞奔。我们作为立即毕业立即走向社会的学生来说，我们也应该具有这种素养，这样才干更好的迎合社会。

下面进行本次主题班会的：

第一个环节：击鼓传花

b□任何一个集体，都是由性格不同，本领各异的人组成的，他们都在集体中发挥着不可替代的作用，大家做事都从整体出发，团结协作，不斤斤计较自己的小得失，这样集体才干处于良好运行状态。下面这个小节目也能反映这个现象哦！

a□下面我说一下游戏规则：参与者伴着音乐传一本书，当音乐停下时，书在谁手中，谁就出来游戏，游戏以座位为单位，每个座位两名成员。

第二个环节：合唱班歌(相亲相爱的一家人)

a□个人与团队的关系，就像小溪和大海。个人惟独完全地融入团队，才干充分地发挥个人的作用。团队发展离不开个人，个人的发展更离不开团队，惟独将个人追求与团队追求密切结合，树立与团队风雨同舟的信念，才干实现个人更大的发

展，每个人都离不开集体，只因我们是相亲相爱的一家人！

第三个环节：游戏大比拼(运气球心有灵犀一点通)

b□要学蜜蜂共采花，莫学_牵网。我们10春机电2班在时代的召唤下，在班主任老师的激励下，一直朝这个方面努力，校运会，篮球赛，知识竞赛，等等好些活动中，都体现了我们整体为先配合为重的团队精神。下面我们一起来玩两个小游戏吧！

a□首先我来介绍一下游戏规则：

1齐心合力运气球

比赛规则：

1)两人一队，选三队比赛；

2)两人背靠背，手挽手，夹着气球，预备起，运球至终点，终点放有一个椅子，绕过椅子回到起点，最先回到起点的队伍胜出。

3)在跑动过程中气球不能落地，不能用手触摸气球，不能挤爆气球。

2猜猜猜

1)两个一队，选三队比赛；

2)一个做肢体语言，一个猜对方表达的意思，说话无效；

3)哪个队猜得越多，哪个队得第一。

第四个环节：舞蹈[大家一起来]

b□一朵鲜花开不出美丽的春天，天才是源于集体的团结协作。作为一个班集体，我们每一位同学都会从这次班会中受益匪浅，会把团结协作升华为班级奋斗的精神动力，作为引领我们勇敢前进的旗帜！下面请欣赏舞蹈——大家一起来。

第五个环节：双簧

a□_学家克雷洛夫写过一则脍炙人口的寓言：天鹅马和虾共拉一辆车，天鹅向天上飞，马往路上冲，虾往水里钻，尽管它们都使出全身力气，但车子仍原地不动，三种力量相互抵消为零，成为 $1+1+1=0$ 。这就形象地说明，在团队中仅仅使每个成员的能力发挥出来是不够的，大家必须同向同心同步同利同德地朝着一个目标奋进。接下来的节目中两个小帅哥在不同的角度使力，就让大家一起来见证他们 $1+1$ 的效果吧！

第六个环节：朗诵

第七个环节：大合唱[团结就是力量]

a□五湖四海汇洪波，齐心共奏和谐曲，就必须培养团队精神。常言道：“峻极之山，非一石所成；凌云之榭，非一木所构。”事物从来就是这样：惟独一种声音，就成不了气势雄伟的交响乐；惟独一种味道，就成不了耐人寻味的盛宴；惟独一种物质，就成不了形形色色的大千世界。在又好又快的征途上，我们08电子班用良好的心态努力去营造“上下同心内外和谐”的生活环境，去“争创一流走在全校前列”。下面请听大合唱——团结就是力量。

第八个环节：总结

b□一个人的力量和智慧是有限的，要创新班级整体的成功就必须集中每一位同学的智慧，打好整体战。在广义的信息交流中，我们学会了合作，学会了共事，形成了一个团结协作的集体。正如刚才唱响的这首歌，团结就是力量，团结就是

知识，团结就是智慧，虽然前方的路漫漫，但奋斗的脚步永不停息，我们将手挽着手一起迈向辉煌的明天。

a□我们能有今天的进步，能在今天生活得这么幸福，我觉得离不开领导和老师们一直以来的关怀与厚爱。忆往昔，团结创新结硕果，看今朝，众志成城再拼搏。以后的我们会更加努力，更加听话，我们会继续发扬团结协作的精神，努力奋斗，请学校放心，请老师们放心！

b□时间是匆忙的，相聚是短暂的，今天的离别是为了明天更好的相聚，最后有请科主任__老师做最后总结，也让主题班会落下帷幕，再一次感谢大家，衷心的祝愿各位老师身体健康工作顺利家庭幸福，再会。

五课后记：

通过这次班会，同学们进一步增强了学习的爱好和自信心，并了解到了社会对专业人才的需求。学校各级领导殷切期望同学们用实际行动来见证自己的专业成长之路，开辟自己美好的职业生涯。在心灵的交汇与智慧的碰撞中，学子们达成了一致共识：中职学生热爱专业就是要有一个正确稳定的专业思想，有执着的追求和献身的精神。这种对专业的热爱之情，是求知的前提，它能增强学习的主动性和学习热情，能增强克服艰难战胜艰难的信心。