

2023年大学纪律班会的心得体会(通用6篇)

在工作中，我们会遇到各种挑战和困难，而工作心得的总结可以帮助我们更好地应对这些问题。以下是小编为大家搜集的一些读书心得范文，这些范文具有深入思考和独到见解，希望能够给大家带来一些灵感。

大学纪律班会的心得体会篇一

李镇西有这样的一段话：班主任在，班级纪律卫生工作不好，是一个不合格的班主任；班主任在，班级纪律卫生工作好，顶多算是一个合格的班主任；班主任不在，班级纪律卫生工作也好，才是一个出色的班主任。一个班级的纪律卫生工作好，则学生的学习成绩自然而然地上去，相反，缺乏良好的学习氛围，在不良风气的逐日影响下，则精神萎靡不振，成绩每况愈下。良好的纪律、卫生环境是造就优异成绩的一个基础，有了良好的成绩也是形成了和谐关系的基础！纪律、和谐、成绩三者之间是联为一体的。

一个知识不全的人可以用道德去弥补，而一个道德不全的人却难以用知识去弥补。没有良好的文明、学习习惯就不能形成良好的学习氛围，要想组建一个具有凝聚力的班集体我认为必须从建设好班的纪律风气开始，这正如军队以粮草先行一样，班的粮草就是良好的纪律性，只有奠定了这个基础，才能形成良好的班风，有利于班级的其它方面的建设。

首先，让每一位学生确立一个正确的纪律意识。入学后，学生对新学校的管理都不是很清楚，所以作为班任有责任让他们明白学校对学生的要求，什么是该做的，什么是不该做的，为什么要这样做，为什么不能这样做。具体可以这样去操作：在开学前的准备周内与学生共同学习一些学校、班级中常见、重要的纪律制度。同时，通过近年新生中出现的纪律事例进

进一步强化这种意识，例如我曾在新一届新生中说过有这么一个事例：前几年有一个新生因对纪律方面的意识淡薄，无视校纪，无视班规，入学不久由于不守纪律，经常犯事，最后发展到殴打老师而被退学。学生听完后引起撼动，起到很好的强化效果，而且在以后的学习中不时地讲讲他们周围所发生的真人真事，不断地刺激这种意识，提醒他们，使他们逐渐形成了良好的、正确的纪律意识。

再有，就是提出作为班主任对全体同学及班级在纪律风气的期望和目标。因为做任何事，必须有明确的奋斗目标才能使人产生巨大的推动力，不断地修正行为的方向，使人以力量去克服困难。所以，为了使全体同学和我一样有这种动力，在一开始就提出了本班的明确的纪律目标：做同级同类班中纪律性最好的班（模范班）。同时我又解释为什么定这个目标：学习，不仅仅学课本上知识，更重要的是先学会做人，学会处事，如何使自己能在和谐、有朝气的班级环境中更好地学习，那么就必须以纪律为先！正因为有了共同的目标，使班级更快更好地产生了群体凝聚作用，加快了纪律风气的建设速度，使班级较迅速地形成了大家同遵守、同督促的局面。

第三，勤下班，善观察，及时发现，及时处理，防患于未然。这个就需要班主任有一双善于观察的眼睛，一对懂得倾听的耳朵，一个善于分析问题的头脑，于细微处洞察班级的变化，在问题未出现前，注意预防。作为新班级的班主任，要尽快地较全面掌握班上每个人的特点和班内存在的情况，形成好的风气，必须要经常下到班上去，下到学生中间去，与学生多接触，多沟通，多交谈。这样既可以掌握班上有关情况的第一手资料，让学生感觉到班任时刻注意到他们，纪律性更强；又可以及时去关心学生在生活、身体、学习等问题，即使只是三言两语，也可以让学生感觉到那份温暖，逐渐对班任产生信任感，那么对班任开展纪律管理工作有不可估量的作用。

另外，做班主任就要“拘小节”，对于观察到，发现到班上违纪事情，就要及时作出处理，不能放之任之。例如，不穿校服，穿拖鞋上课，上课迟到，清洁不负责，仪表不合规定等等看起来是“小问题”的问题，如果以小而不理，或姑息，不及时提出批评教育，那么学生会认为班主任软弱无能，或者认为这些事不算大，偶而犯犯也没什么大不了。这样长期下去，这个班的违纪就会积小成多，积累成“疾”，班上就会“正气”不足，纪律性逐渐涣散，最后可能演变成为一个无视校纪班规的“乱班”，到时才下苦功去管，效果就差很远了。因此，在新班级组建后，不管大的，小的，只要是违反纪律，就要及时处理，可以个别谈，公开谈，该严肃的就要严肃，这样既可以树立班主任的威信，又能达到教育的效果，更起到防微杜渐，防患于未然的作用。

班级卫生一直是班主任工作中一项既繁琐，又重要的一件事。搞好班级卫生，不但有利于学生的身体健康，而且也是班级良好形象的直观体现，时光匆匆，一个学期又即将而过，在学校的正确领导下，我班学生在清洁卫生养成方面取得了较好的成绩，学生养成了良好的卫生习惯。

大学纪律班会的心得体会篇二

大学班会是大学生生活中的重要活动之一。班会不仅是同学们交流互动的平台，也是班级管理的重要方式。守纪律是大学班会的基本要求，也是培养学生良好品质的关键。在大学班会中守纪律的过程中，我有了一些心得体会。

第二段：认识守纪律的重要性

班会守纪律是大学生培养自律的一种重要方式。在大学班会中，按时到场，不迟到不早退是最基本的要求。只有守时守纪律的人才能在班会中发挥自己的作用，才能与同学们共同参与讨论、交流经验和展示自己的才华。同时，班会守纪律也是锻炼学生自身意志力和纪律性的过程，对学生成长至关

重要。

第三段：班会守纪律的困难与对策

守纪律并不是一件容易的事情，尤其是在大学环境中。大学生活多姿多彩，社团活动、课程安排等各种因素会影响到同学们对班会的重视程度。而且，大学班会往往不像高中那样强制执行纪律，而是依靠同学们自觉遵守。因此，如何克服这些困难成为了保证班会纪律的重要问题。

首先，提高同学们对班会的重视程度是关键。班级要加强对班会制度的宣传和教育，让同学们认识到班会的重要性，意识到守纪律的必要性。

其次，班级要积极营造良好的班会氛围。班级要提前做好班会准备工作，确保班会的内容丰富有趣，能够吸引同学们的参与。同时，鼓励同学们积极发言、展示自己的才华，提高班会的互动性和参与度。

第四段：班会守纪律的重要成果

守纪律的班级能够更好地发挥班会的作用，促进同学们之间的交流和合作。通过班会，同学们能够互相了解彼此的想法和困扰，共同解决问题。同时，班会也能够促进同学们之间的友谊和感情的建立，形成紧密的团队关系。

此外，守纪律的班级能够在班级管理方面做得更好。通过班会，班长和辅导员能够及时了解同学们的需求和困难，提供专业指导和帮助。班会的纪律执行也能够有效地管理和调节班级的秩序和氛围。

第五段：我的心得与反思

在大学班会中，我深深体会到了守纪律的重要性。作为一名

学生，守时参加班会是最基本的要求。通过班会，我结交了许多优秀的同学，了解了很多有益的经验 and 知识。同时，在班会中，我也学会了倾听和表达自己的观点。当然，在守纪律的过程中，我也遇到了许多困难和诱惑。但是通过班会守纪律的经历，我懂得了自律和纪律的重要性。守纪律不仅是对自己的要求，也是对整个班级和社会的负责。因此，我将继续努力守纪律，做到时刻准时参加班会，并积极参与其中，为班级发展做出自己的贡献。

大学纪律班会的心得体会篇三

今天我们班召开了一场关于大学生心理健康的主题班会。本次班会由心理情景剧、“专家”讲心理dv播放等很多有趣而有意义的环节组成，其中给我映像最深的是dv播放环节。

dv播放环节主要是通过dv播放的方式来对我们大学生在日常生活中的一些不健康心理的展现于揭露，再结合同学们的积极发言从而达到及时纠正、预知与了解相关知识的目的。这样一来不仅将心理健康这一严肃的主题活跃化为大家提供了一个正视自己心态的机会，更加重要的是在3段dv的创作与录制的过程中、通过这些有趣而有意义的合作拉近了同学心与心之间的距离，加强了整个班集体的凝聚力与向心力。

这一环节中主要体现了沉迷网游、自恋等心理问题，同学们的精彩表现以及动画制作的诙谐幽默都将此次班会推向了高潮。博得了观众和评委的一致好评。通过全班上下的一致努力我们的精品班会取得了圆满的成功。我相信通过本次班会不仅会在一定程度上帮助同学们树立良好的心理坐标而且也会促进我们整个班集体更加和谐有序的发展。

心理健康是指这样一种状态，即人对内部环境具有安定感，对外部环境能以社会上的任何形式去适应，也就是说，遇到任何障碍和困难，心理都不会失调，能以适当的行为予以克

服，这种安定、适应的状态就是心理健康的状态。衡量心理是否绝对健康是非常困难的。健康是相对的，没有绝对的分界线。一般判断心理是否正常，具有一下三项原则：其一，心理与环境的统一性。正常的心理活动，在内容和形式上与客观环境具有一致性。其二，心理与行为的统一性。这是指个体的心理与其行为是一个完整、统一和协调一致的过程。其三、人格的稳定性。人格是个体在长期生活经历过程中形成的独特个性心理特征的具体体现。而心理障碍是指心理疾病或轻微的心理失调。它出现在当代大学生身上大多数是因心身疲乏、紧张不安、心理矛盾冲突、遇到突如其来的问题或面临难以协调的矛盾等出现，时间短、程度较轻微，随情境的改变而消失或减缓；个别则时间长、程度较重，最后不得不休学甚至退学。心理障碍的表现形式多种多样，主要表现在心理活动和行为方面。表现在心理活动方面如感觉过敏或减退、体感异常、错觉、幻觉、遗忘、疑病妄想、语词新作、意识模糊、紊乱的心理特点和难以相处等等。行为方面和焦虑、冷漠、固执、攻击、心情沉重。心灰意冷，甚至痛不欲生等。

依据大学生的心理特点，有针对性地讲授心理健康知识，开展辅导或咨询活动，帮助大学生树立心理健康意识，优化心理素质，增强心理调适能力和社会生活的适应能力，预防和缓解心理问题。帮助他们处理好环境适应、自我管理、学习成才、人际交往、交友恋爱、求职择业、人格发展和情绪调节等方面的困惑，提高健康水平，促进德智体美等全面发展。加强大学生心理健康教育工作是新形势下全面实施素质教育的重要举措，是高等学校德育工作的重要组成部分，这就要求学校对大学生进行心理测试，分析和研究大学生的'心理状况，开展心理咨询活动，教育和引导大学生不断地加强心理品质修养和锻炼，为成才打下良好的基础。

心理活动，在内容和形式上与客观环境具有一致性。其二，心理与行为的统一性。这是指个体的心理与其行为是一个完整、统一和协调一致的过程。其三、人格的稳定性。人格是

个体在长期生活经历过程中形成的独特个性心理特征的具体体现。而心理障碍是指心理疾病或轻微的心理失调。它出现在当代大学生身上大多数是因心身疲乏、紧张不安、心理矛盾冲突、遇到突如其来的问题或面临难以协调的矛盾等出现，时间短、程度较轻微，随情境的改变而消失或减缓；个别则时间长、程度较重，最后不得不休学甚至退学。心理障碍的表现形式多种多样，主要表现在心理活动和行为方面。表现在心理活动方面如感觉过敏或减退、体感异常、错觉、幻觉、遗忘、疑病妄想、语词新作、意识模糊、紊乱的心理特点和难以相处等等。行为方面和焦虑、冷漠、固执、攻击、心情沉重。心灰意冷，甚至痛不欲生等。

依据大学生的心理特点，有针对性地讲授心理健康知识，开展辅导或咨询活动，帮助大学生树立心理健康意识，优化心理素质，增强心理调适能力和社会生活的适应能力，预防和缓解心理问题。帮助他们处理好环境适应、自我管理、学习成才、人际交往、交友恋爱、求职择业、人格发展和情绪调节等方面的困惑，提高健康水平，促进德智体美等全面发展。加强大学生心理健康教育工作是新形势下全面实施素质教育的重要举措，是高等学校德育工作的重要组成部分，这就要求学校对大学生进行心理测试，分析和研究大学生的心理状况，开展心理咨询活动，教育和引导大学生不断地加强心理品质修养和锻炼，为成才打下良好的基础。那么，如何消除他们的心理差距，使其顺利成才呢？其具体的途径和方法如下：

第一，培养良好的人格品质。良好的人格品质首先应该正确认识自我，培养悦纳自我的态度，扬长避短，不断完善自己。其次应该提高对挫折的承受能力，对挫折有正确的认识，在挫折面前不惊慌失措，采取理智的应付方法，化消极因素为积极因素。挫折承受能力的高低与个人的思想境界、对挫折的主观判断、挫折体验等有关。提高挫折承受能力应努力提高自身的思想境界，树立科学的人生观，积极参加各类实践活动，丰富人生经验。

第二，养成科学的生活方式。生活方式对心理健康的影响已为科学研究所证明。健康的生活方式指生活有规律、劳逸结合、科学用脑、坚持体育锻炼、少饮酒、不吸烟、讲究卫生等。大学生的学习负担较重，心理压力较大为了长期保持学习的效率，必须科学地安排好每天的学习、锻炼、休息，使生活有规律。学会科学用脑就是要勤用脑、合理用脑、适时用脑，避免用脑过度引起神经衰弱，使思维、记忆力减退。

第三，加强自我心理调节。自我调节心理健康的核心内容包括调整认识结构、情绪状态，锻炼意志品质，改善适应能力等。大学生处于青年期阶段，青年期的突出特点是人的性生理在经历了从萌发到成熟的过渡之后，逐渐进入活跃状态。从心理发展的意义上说，这个阶段是人生的多事之秋。这是因为，经验的缺乏和知识的幼稚决定了这个时期人的心理发展的某些方面落后于生理机能的成长速度。因而，在其发展过程中难免会发生许多尴尬、困惑、烦恼和苦闷。另一方面，我国正处在建立社会主义市场经济和实现社会主义现代化战略目标的关键时期。社会情况正在发生复杂和深刻的变化，社会竞争日趋激烈，生活节奏日益加快，科学技术急剧发展。这种情况也会在早晚要进入社会的青年学生中引发这样或那样的心理矛盾和心理冲突，例如父母下岗、家庭生活发生变故、学习成绩不佳、交友失败、失恋等。这些心理问题如果总是挥之不去，日积月累，就有可能成为心理障碍而影响学习和生活。让学生正视现实，学会自我调节，保持同现实的良好接触。进行自我调节，充分发挥主观能动性去改造环境，努力实现自己的理想目标。所以大学生在学生过程中应学会自我心理调适，做到心理健康：

- 1、保持浓厚的学习兴趣和求知欲望。学习是大学生的主要任务，有了学习兴趣就能够自觉地跃入浩瀚的知识海洋里遨游，拼命地吸取新知识，发展多方面的能力，以提高自身素质，更好地适应社会发展的需要。

- 2、保持乐观的情绪和良好的心境，大学生应保持积极乐观的

情绪、愉快开朗的心境，对未来充满信心和希望，当遇到悲伤和忧愁的事情要学会自我调节，适度地表达和控制情绪，做到胜不骄、败不馁、喜不狂、忧不绝。

3、保持和谐的人际关系乐于交往心理健康的学生乐于与他人交往,在交往中能用理解、宽容、友谊、信任和尊重的态度与人和睦相处。通过人际交往，使他们能够认识大学生的社会责任，培养遵守纪律和社会道德规范的习惯。增强心理适应能力，能与他人同心协力、合作共事，与集体保持协调的关系，保证大学生心理的健康发展。

4、保持良好的环境适应能力。对大学生心理产生影响和作用的环境包括生存环境、成长环境、学习环境、校园环境等。

第四，积极参加业余活动，发展社会交往。丰富多彩的业余活动不仅丰富了大学生的生活，而且为大学生的健康发展提供了课堂以外的活动机会。大学生应培养多种兴趣，发展业余爱好，通过参加各种课余活动，发挥潜能，振奋精神，缓解紧张，维护身心健康。通过社会交往才能实现思想交流和信息资料共享。发展社会交往可以不断地丰富和激活人们的内心世界，有利于心理保健。

第五，求助心理老师或心理咨询机构，获得心理咨询知识。心理老师具备了较雄厚的理论功底和生活实践经验，对学生所面临的心理问题具有良好的解答方式和处理技巧。大学生在必要时求助于有丰富经验的心理咨询医生或长期从事心理咨询的专业人员和心理老师。心理咨询是指通过人际关系，运用心理学方法和技巧，帮助来访者自强自立的过程。从心理咨询具有治疗功能的角度来说，心理咨询属于心理治疗，作为一种治疗方法和治疗手段，心理治疗的对象主要是正常人和有轻度心理障碍的人。通过咨询者与求询者的交谈、指导，针对求询音的各种心理适应和提出的问题，帮助求询者正确地认识到自身心理问题的根本原因；引导求询者更为有效地而对现实，为求询者提供建立新型人际关系的机会；增

加求询者的心理自由度，帮助求询者改变过去的心理异常，最终恢复健康的心理。心理咨询兼有心理预防和心理治疗功能，通过心理咨询，为咨询对象创设一个良好的社会心理环境和条件，提高其精神生活质量和心理效能水平，以实现降低和减少心理障碍，防止精神疾病，保障心理健康的目的。

学习是一项艰苦的脑力劳动，在学习过程中会遇到许多困难和挫折，所以大学生要取得优秀的学习成绩，掌握更多的科学文化知识，没有意志，没有不屈不挠的向上精神是不可能的。健康的心理，以积极进取、服务于社会的人生观作为自己人格的核心，并以此为中心把自己的需要、愿望、目标和行为统一起来，树立远大理想，“以天下为己任”，从而产生强大的学习内驱力，推动大学生努力完成学业，自觉攀登科学高峰。心理健康是大学生掌握文化科学知识的重要保证，有了良好的心态，不仅能取得好的学习效果，而且有益于终身的发展。如果离开良好心理的培养，就培养不出具有先进文化知识的合格大学生。综上所述，心理健康教育不仅是提高大学生整体素质的要求，而且也是大学生全面发展，成为“四有”人才的重要保证和基础。

总之，大学生要做到心理健康，争取身心健康是关系到成才与否的头等大事。只有健康的心理素质 and 健康的生理素质相结合，加之其他积极因素的相互作用，大学生成才就有了可靠的内在条件，一颗颗人才的新星就有可能升起。“少年强，则国强；少年弱，则国弱，少年胜于欧洲，则国胜于欧洲；少年雄与地球，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，我们大学生要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青春。心理健康教育主题班会心得体会我们学习生涯中取得持续成功的关键。人是感情动物，心态高低，健康与否，对我们非常重要。心态的外在体现最终形成一种精神风貌，心态的内在体现则表现为它将直接影响我们的斗志和对学习投入的程度。心志大于技巧，习惯大于知识。我们在成长过程中不要怕竞争，更不要排挤你的竞争对手，有的人眼光很窄，只能看到眼前

的机会，把自己的同学都看作是竞争的对手，怕他们超过自己，在他们学习遇到困难时，不但不会帮助他们，有时还会对他们的失败幸灾乐祸。这种人，往往自己控制不好自己，遇到困难就会知难而退，这种消极的心态使他选择了破罐子破摔的做法，消磨了斗志，很难走出失败的低谷，仅仅因为机遇没有垂青自己，就无法取得学习上的成就。我们如此需要良好的心态来丰富我们的生活，那么，怎样才能时时保持呢？心情好了看着什么都顺眼，做起什么事都顺心，如果每天都能保持一份好心情，那么我们每天都是快乐和充实的，有一种最简单有效的方法：虚怀若谷者得天时，处世廉洁者得地利，转危为安者得人和。

甚至一蹶不振。同学们没有经历过磨难，衣食无忧，听多了赞美与表扬，已成为易碎的玻璃制品。但是，在漫漫人生路上，有些路必须一个人去跋涉，有些事必须一个人去面对，再苦再难，不管前方是泥泞、还是荆棘，只能一无返顾，无人代替你成长。所以，精神的承受力必须磨练，使其变得厚实而坚强，能面对失败、挫折，从而笑对人生。

一、班会要求：

- 1、主题为：人生因挫折而精彩
- 3、班级全体成员及班主任参加
- 4、做好记录，并将相关相片及时上交

二、活动流程方案：

- 1、由主持人向同学们介绍目前大学生心理健康状况。
- 2、主持人引入“挫折”，玩个小游戏。该游戏有一定的难度，使同学感受小小的挫折。

3、主持人总结并点评当今大学生中出现的心理误区。

4、做几个心理小游戏。

心情释放：

1、热身活动

先分成若干组，以小组的形式进行热身，约1分钟

歌词曲目大反串：用一首歌的曲调去唱另一首歌的歌词，唱得好的胜出，3-4分钟

2、瞎子背瘸子

当场选十名同学，五男五女，男生背女生，男生当“瞎子”，用纱巾蒙住眼睛，女生扮“瘸子”，为“瞎子”指引路，绕过路障，达到终点，最早到达者为赢，分别秒表计时。其中路障设置可摆放椅子，须绕行；汽球，须踩破；鲜花，须拾起，递给女生。人际沟通与协调：寸步难行各组员在每二人之间在两腿膝盖处用纸条打结。组长一声令下，组员便要齐步从起点行到终点，若途中纸圈滑落，回到起点重新开始。

备注：目的：考验协调与沟通的能力

材料：纸条数条，用来绑住双腿

如果行得太快把纸条撕破，必须同断处再打结，重新比赛。因此，纸圈会愈来愈小，难度则相应提高。

合作竞技：同心协力

大学纪律班会的心得体会篇四

第一段：引言（150字）

大学是一个自由开放的环境，每天都面临着各种各样的选择和诱惑。在这样的背景下，大学班会成为守纪律的重要场合。在班会中，我们学会自觉遵守纪律，培养自我约束力和责任感。今天，我将分享一些我在大学班会中守纪律时得到的心得体会。

第二段：班会的重要性（250字）

班会是大学生生活中一个重要的组成部分，它不仅是传递信息的渠道，更是增强班级凝聚力的关键。在班会中，我们接触到班级的新闻、工作安排和学业动态，能够及时了解到重要信息。此外，班会也是一个展现自我和发表观点的舞台，通过参与班会，我们能够锻炼自己的表达能力和组织能力，培养批判思维和团队合作精神。因此，守纪律参与班会是每个大学生的责任和义务。

第三段：遵守班会纪律的重要意义（350字）

遵守班会纪律是对自己的一种自我约束和对他人的尊重。在班会中，准时到场是最基本的纪律要求。守纪律的行为表明我们对班级和自己的学业承担了责任，也能够树立良好的榜样。此外，守纪律还能够增强大家的集体荣誉感和团队合作意识，营造积极向上的班级氛围。当班级中的每个人都遵守纪律时，班级的凝聚力和向心力将会大大增强，共同实现班级目标也会更加容易。

第四段：如何守纪律（350字）

要守纪律，首先要树立正确的价值观。我们要明白守纪律是为了自己和他人的利益，是对于集体和个人发展的有益行为。其次，我们要提高自我对班会的重视和尊重。班会是班级文化的一部分，我们要关注班级事务，积极参与班会的讨论和

决策，对于班级建设给予支持和帮助。还有，大学生生活除了班会之外，还有很多其他的诱惑和课余活动，我们要合理安排时间，不要让自己忙于其他事情而忽视了班会的重要性。

第五段：结论（200字）

班会是大学中培养守纪律和责任感的重要途径之一。在班会中，我们能够接触到班级的方方面面，理解集体的需要，展示自己的才华和观点。同时，守纪律参与班会也能够增强班级的凝聚力，培养团队合作精神。因此，我们要树立正确的价值观，提高对班会的重视和尊重，合理安排时间，做到守纪律参与班会，共同推动班级的发展和进步。只有当每个成员都能够守纪律时，班级才能更好地发展，为每个人带来更多的机遇和成长。

大学纪律班会的心得体会篇五

大学班会是大学生组织生活和集体活动的重要组成部分，也是学生自我管理、自我教育的重要形式。参加班会可以增强班级凝聚力，提高学生的集体荣誉感，培养学生的责任感和自我约束力。班会既是学生了解学校政策和规定的重要渠道，也是倾听学生意见和建议、解决问题的重要平台。因此，我深信大学班会在大学生的成长与发展中有着不可替代的作用。

二、参加班会的体会和收获

每次参加班会，我深有感触。班会的议程包括表彰先进个人、组织活动、讨论问题等，富有内容且有条不紊。在表彰先进个人环节，看到一批学习优秀、团结友善的同学被表扬，我深感自己有了更高的学习标杆。此外，在组织活动方面，班会成员经常组织一些志愿活动和社会实践，通过参与这些活动，我既锻炼了自己的组织能力和协作能力，又增长了见识和社会经验。而且，在班会中我也有机会向班主任和辅导员反映自己的困惑和问题，他们都会给予我耐心的解答和指导。

通过参加班会，我深感受益匪浅，个人能力和素质得到了全面发展。

三、班会中与同学的交流与合作

班会是集体协作和磨合的过程，我在班会中学到了与同学合作的重要性和方法。每次开班会之前，我们都会通过班级微信群讨论会议议程，分享自己的想法和建议。这种轻松而自由的交流氛围让大家更容易接受不同意见，形成共识。在大学班会中，我深深感受到了团结互助的力量。每当有同学遇到困难，大家总会齐心协力帮助解决问题。与同学们的交流不仅打破了我个人的孤立感，也让我收获了更多的友谊和支持。

四、班会中给予自己更多责任和约束

在班会中，我不仅作为班级成员参与讨论和决策，还担任着一些具体的职责。例如，我负责记录会议纪要和活动策划等。通过这些职责，我感受到了更多的责任和约束。有时候会有一些琐碎的工作需要完成，但正是这些工作使我更加细致和有条不紊。责任和约束让我更加懂得珍惜时间和机会，在班级中发挥自己的作用。

五、提出改进班会的建议

尽管大学班会有着重要的作用，但也有一些不足。首先，参与班会的同学并不是所有人都积极主动，有时候会出现参与度不高的情况。其次，班会的议程有时候较为单一，缺乏创新和趣味性。因此，我建议可以通过丰富班会议程、增加互动环节等方式，来激发同学们的参与热情和创造力，使班会更加生动活泼。同时，可以加强与班主任和辅导员的沟通，利用班会的平台更好地解决学生的问题和困惑，提高班会的实效性。

综上所述，大学班会是学生组织生活中不可或缺的一部分。通过参加班会，我深有体会到班会的重要性和作用。班会不仅为同学们提供了交流和合作的机会，也培养了我们的责任感和自我约束力。虽然有一些不足，但我们可以通过改进班会的方式来提高班会的质量和效果。相信在不断的探索和实践过程中，大学班会一定能更好地服务于同学们的成长与发展。

大学纪律班会的心得体会篇六

我社团在学生中开展了20__年"父亲节"感恩教育活动，让学生从感受最深的身边人、身边事开始，学会感激父母，感激父母给予的生命、感激父母的养育之恩。再由近及远，由浅入深，深入引导学会感激他人，感激社会，感激一切为自己的健康成长付出心血和汗水、提供服务和帮助的人，让学生对感恩真正做到知行统一。

一、做好宣传动员工作，让学生明感恩知感恩。

为了统一认识，做好宣传发动工作，我们社团首先在5月7日早上向全体学生宣读"感恩父亲的倡议书"，向全体学生发出了"20__，感谢父亲"的号召。同时，各社团积极利用早读课的时间召开了动员会，组织好学生阅读倡议书，讲解活动意义，使广大学生知道什么叫感恩，明白知恩、感恩、报恩是人生美德，是中华美德的重要内容，滴水之恩，当涌泉相报，是古今仁人志士的至理名言。

青少年，要从自己做起，从小事做起，在家庭、在学校、在社会做到有恩必报。负恩知愧，把自己培养成为建立和谐家庭、和谐社会的好少年。

二、开展感恩实践活动，让学生做到知行统一。

进行感恩专题"给父亲洗一次脚""给父亲洗一次衣服"活动我们在感恩教育活动月中积极鼓励学生多阅读有关感恩的

书籍，并让他们将读后的感悟，同自己的幸福生活相结合，学生们能从实际出发，感谢父亲的养育之恩。

1、各班召开感恩父爱的主题班会。

2、行动带惊喜。

在父亲节当天，尝试感谢父亲的几种方式。

（如：向父亲道一声温馨的祝福；为父亲捶一捶背；为父亲洗一洗脚；给父亲一份自制的节日小礼物；给父亲写一封感谢的信，说说心理话；和父亲照一张合影，在合影上写下你的祝福……）

这次活动，学生不但懂得了感激自己的父母，还懂得去感激我们的国家、感激这个社会、感激自己的学校。也更应该要感激教给自己知识，提高自己修养的老师。甚至还要感激苦难逆境，是它们教会了自己坚强。

感谢曾帮助过自己的人，他们用暖暖的心灯让自己发现生命是如此丰厚而富有。学生对感恩有了更高层次的认识，感恩的思想觉悟也有了更进一步的提高。