

# 2023年自律上网课倡议书(精选5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 自律上网课倡议书篇一

亲爱的同学们：

在新冠疫情的影响下，全体学生只能以

网

课形式与老师见面在线上学习课程。但是一旦离开了教室的环境，就面临着各种诱惑，学习也就变得不那么可控了。为提高

网

课质量，校内所有教室全部开放，自4月4日起，学生可进入教室内上

网

课。为让大家提高

网

课效率，改掉

网

课陋习，特此向全体学生提出以下倡议：

1、不懈怠，积极参与，通过在教室上

网

课约束自己，早睡早起，改掉

网

课陋习。

2、在教室内上

网

课必须佩戴口罩，间隔就坐，教室内上

网

课人数不超过班级上课总人数的30%。

3、不在教室内用餐、相互交流、打电话等，扰乱课堂秩序。  
上课期间佩戴耳机，不打扰其他同学学习。

4、课上认真听讲，积极与老师互动，营造良好学习氛围。

希

望大家

可以通过在教室内上

网

课约束自己。星光不问赶路人，时光不负追梦人，你未来的样子，藏在现在的.努力里。让我们积极参与，到教室上

网

课，养成好习惯，成为更好的自己。

XXX

20xx年xx月xx日

## 自律上网课倡议书篇二

亲爱的同学们：

疫情当前，疫情就是命令，防控就是责任，我们要积极响应学校的防控号召，全力支持并配合疫情防控工作，切实保障本人及他人身体健康和生命安全，在家上好网课。同时，为进一步增强自身的诚信意识，树立大学生的良好形象。在此，我院向全体体育学子发出以下倡议：

停课不停学，停下的是我们赶着上课时匆忙的脚步，停不下的是我们对知识的渴求。学校为我们克服困难创造学习条件，我们应心怀感恩，并充分利用这来之不易的教学资源和学习平台充实自己。线上教学期间，不同课程教学可能会通过不同的平台开展，需要同学们积极配合，提前做好准备，浏览电子教材，完成课前预习工作，确保跟上教学进度，注意手机或电脑的电量与网络流畅，保证学习过程真实有效。

线上线下有别，课堂纪律无异。我们应端正态度、自主学习、认真思考，最重要的是做到诚信学习，坚决杜绝替课、刷课等现象，做到“在家如在校”，科学制定学习计划，严格遵守课表安排，以良好的状态面对网络学习生活。同时，培养自主学习、自觉学习的能力，学会思考、善于思考，变“要

我学”为“我要学”！

随着疫情的升级，老师们突然多了一个身份——网红直播，在这个身份背后，其实隐藏了很多的辛酸和疲惫。繁杂的设备、万恶的网速、远程的担忧，老师在给我们上课的过程中，付出了很多的心血和代价。身为公卫学子，我们应当自觉遵守相关课堂纪律，勤思善问，尊重老师的辛勤劳动，营造一个良好的学习环境。

我们应当立足于当前的教学状况，恰当安排各项学习任务，制定短期、中期、长期的学习计划，脚踏实地、持之以恒地实施，一步步的由小目标走向大目标。提高计划观念和计划能力，使自己成为能够有条理地安排学习和生活的人，为实现自身目标搭桥铺路，也为当前不定的延期状况做好准备。

在“停课不停学”网课学习高峰期，更要注意网络安全防范。我们要严格遵守法律法规和学校规章制度，加强网络安全防范意识，不随意点击来历不明的弹窗、链接等，不散播自己或同学的账号、个人信息等，防止信息泄露。同时，注意自身言行，在线上学习交流时积极发言、文明表达，共同营造良好的网络环境，传播社会正能量。

学校和教师对课程内容拥有知识产权。学生有义务尊重课程知识产权。未经授课教师书面同意，学生或任何第三方机构不得对授课活动进行录音、录像；不得将课程资料私自传播或上传至公众平台，也不得对课程资料进行个人学习目的之外的传播。

时光荏苒，岁月如梭，时间总是会不经意间流逝，大家一定要珍惜时间，学会学习。我国著名数学家华罗庚先生曾讲过：时间是由分秒积成的，善于利用零星时间的人，才会做出更大的成绩。特别是在这特殊时期，同学们对时间的分配具有更大的自主性，同学们一定要行动起来，充分利用时间，多看书学习，扩展学识。

## 自律上网课倡议书篇三

各位同学：

一场突如其来的疫情，打乱了我们的学习、生活、生产，整个社会秩序都进入了与病毒斗争的非常时期。但是，我希望我们要坚定前行，再厉害的疫情也不能阻挡我们前进的步伐！

这段网课时间，老师们也都没闲着，上线是你们的主播，下线便是冲在抗疫一线的志愿者。我们的很多爸爸妈妈也一样投身到了抗疫的前线，为保卫生命努力与疫情战斗！特别是当医生护士的爸爸妈妈，可能都没有时间督促你们的生活和学习了。

同学们，做为学生，我们有许多人的保护。为避免你们感染的风险，学校停课了，把课堂搬到了网上，大家也宅家减少了外出。说实话，我很担心自制力差的同学会从此开始沉沦，网课时间成为他的分水岭，从此在学习上掉队。上一届有个别学生沉迷在了王者、吃鸡，沉迷在了小说、电视剧，到后来他们都后悔了，但是时间一过就不再复返。现在我们有了前车之鉴，希望大家不要再掉进他们曾经掉进去的坑。

同学们，从这场疫情，你有过好好的思考为什么要学习吗？

首先，学习可以使我们拥有基本的科学知识和科学精神。在这场疫情面前，必然有各种小道消息，拥有科学素养的人才能处乱不惊，从容应对。而知识匮乏的人，总是人云亦云，成为谣言的传播者，甚至是恐慌的制造者。

第二，学习自制力可以让我们遵守规则、敬畏规则。我们网课期间，没的老师面对面的督促，可能也没有家长的陪伴，很多同学是独自面对手机和网络的诱惑。这时“慎独”、意志力、对规则的敬畏之心就显得尤其重要。在这次疫情中，没有规则意识的人，核酸检测时不排队，外出不佩戴口罩，

不保持一米间隔等等一些很“自我”的行为，可能就是灾难的起源。例如某医院的一例疫情，便是病毒感染者没戴口罩，在向路人问路时传播病毒的。

同学们，疫情面前虽然我们宅家，却是很好培养学习品质，提升学科素养和培养规则意识的很好的时机。希望大家能够摒弃各种诱惑，把网课认真上好。这就是你们在抗疫行动中最大的贡献。

## 自律上网课倡议书篇四

亲爱的同学们：

疫情当前，疫情就是命令，防控就是责任，我们要积极响应防控号召，全力支持并配合疫情防控工作，切实保障本人及他人身体健康和生命安全，在家上好网课。疫情虽阻断了我们线下课堂教学活动，但却不能阻止我们对知识的追求和渴望。让我们共克时艰，静下心、沉住气，不懈怠、不彷徨，在学校的统一部署下，凝心聚力，服从指挥，努力认真上好每一堂课，共同建设良好的网络教学秩序，一起守护来之不易的防控成果，在此，团委向全体35中学生发出以下倡议：

目前疫情形势复杂，所有学生要自觉遵守法律法规，主动配合疫情防控工作，落实个人健康防护措施，戴口罩、勤洗手、保持社交距离。按要求按时完成核酸检测，如实上报健康情况和异常情况。

随着疫情的升级，老师们突然多了一个身份——网红直播，在这个身份背后，其实隐藏了很多的辛酸和疲惫。老师在给我们上课的过程中，付出了很多的心血。身为35中学生，我们应当自觉遵守相关课堂纪律，端正态度、独立学习、认真思考、勤思善问，尊重老师的辛勤劳动，营造一个良好的学习环境。

做到“在家如在校”，应当立足于当前的教学状况，恰当安排各项学习任务，科学制定学习计划，以良好的状态面对网络学习生活。同时，培养自主学习、自觉学习的能力，学会思考、善于思考，变“要我学”为“我要学”。使自己成为能够有条理地安排学习和生活的人，为实现自身目标搭桥铺路，也为当前不定的延期状况做好准备。

在网课期间，要注意网络安全防范。我们要加强网络安全防范意识，不随意点击来历不明的弹窗、链接等，不散播自己或同学的账号、个人信息等，防止信息泄露。同时，注意自身言行，在线上学习交流时积极发言、文明表达，共同营造良好的网络环境，传播社会正能量，拒绝手机等电子产品的诱惑，合理使用电子产品。

在这特殊时期，同学们对时间的分配具有更大的自主性，要行动起来，充分利用好碎片化时间，选择好书，坚持阅读，持之以恒，让读书成为生活的一部分。保证每天得体育锻炼，强健体魄，提高防疫能力，认真上好课间操和体育课。同时注意饮食安全，保证健康的身体，才能保证更好的学习。

开启了居家学习模式，倡导同学们在完成学习计划的同时，参与力所能及的家务劳动，坚持每天参加家务劳动，提高劳动技能，作为家庭成员的一份子就理应为家庭家务做贡献，积极主动洗碗、洗衣、扫地、拖地、做饭、炒菜、整理房间等。在劳动中体会乐趣、发展自我、收获快乐，在劳动中寻找自身的价值。

在这个特殊时期，大家一定会面临着来自于学习氛围、时间管理和网络环境等多方面的挑战。但越是艰难时刻，我们越要积极奋进。为了保证我们的安全，无数英雄仍奋战在抗疫一线；为了我们能顺利开课，多少幕后工作者放弃假期、加班调试；为了使网络课堂效果呈现得更好，全体老师们挑灯夜战、重新备课。这种时候，我们更应加倍努力，充分利用网上资源积极学习、全面发展。同学们，共克时艰，有你有

我！

## 自律上网课倡议书篇五

各位同学：

一场突如其来的疫情，打乱了我们的学习、生活、生产，整个社会秩序都进入了与病毒斗争的非常时期。但是，我希望我们要坚定前行，再厉害的疫情也不能阻挡我们前进的步伐！

这段网课时间，老师们也都没闲着，上线是你们的主播，下线便是冲在抗疫一线的志愿者。我们的很多爸爸妈妈也一样投身到了抗疫的前线，为保卫生命努力与疫情战斗！特别是当医生护士的爸爸妈妈，可能都没有时间督促你们的生活和学习了。

同学们，做为学生，我们有许多人的保护。为避免你们感染的'风险，学校停课了，把课堂搬到了网上，大家也宅家减少了外出。说实话，我很担心自制力差的同学会从此开始沉沦，网课时间成为他的分水岭，从此在学习上掉队。上一届有个别学生沉迷在了王者、吃鸡，沉迷在了小说、电视剧，到后来他们都后悔了，但是时间一过就不再复返。现在我们有了前车之鉴，希望大家不要再掉进他们曾经掉进去的坑。

同学们，从这场疫情，你有过好好的思考为什么要学习吗？

首先，学习可以使我们拥有基本的科学知识和科学精神。在这场疫情面前，必然有各种小道消息，拥有科学素养的人才能处乱不惊，从容应对。而知识匮乏的人，总是人云亦云，成为谣言的传播者，甚至是恐慌的制造者。

第二，学习自制力可以让我们遵守规则、敬畏规则。我们网课期间，没的老师面对面的督促，可能也没有家长的陪伴，很多同学是独自面对手机和网络的诱惑。这时“慎独”、意



志力、对规则的敬畏之心就显得尤其重要。在这次疫情中，没有规则意识的人，核酸检测时不排队，外出不佩戴口罩，不保持一米间隔等等一些很“自我”的行为，可能就是灾难的起源。例如某医院的一例疫情，便是病毒感染者没戴口罩，在向路人问路时传播病毒的。

同学们，疫情面前虽然我们宅家，却是很好培养学习品质，提升学科素养和培养规则意识的很好的时机。希望大家能够摒弃各种诱惑，把网课认真上好。这就是你们在抗疫行动中最大的贡献。

XXXX

20xx年xx月xx日