

2023年初中卫生班规 卫生班会讲卫生班会教案(优秀6篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

初中卫生班规篇一

二、班会主题：搞好班级卫生

三、班会目标：

- 1、通过本次班会，明确搞好卫生的重要性。
- 2、制定出具体的搞好卫生的计划、措施。
- 3、让班级卫生面貌焕然一新。

四、班会主持人：于春映(卫生委员)

五、班会方式：合作讨论，各抒己见。

六、参加人员：全班同学、班主任。

七、班会程序：

(一)复习：

同学们，上节班会的主题是《班级盛开友谊花》。通过班会，全班同学增加了友谊，同学之间互帮互学的友谊之花盛开。

出现了可喜局面。今天，我们在开一节班会，主题是《搞好班级卫生》。

板书主题：怎样搞好班级卫生

(二) 导入：

1、看小品：放录像对比：

(1)、放一个环境整洁的教室：一个班级课桌整齐，窗明几净，墙上《小学生守则》整齐排列，地面洁净无物，一尘不染。同学们个个精神焕发，活泼可爱。

(2) 放一个垃圾场镜头：污秽之物流淌，废纸遍地，尘土飞扬，蚊蝇乱飞。蛆蛹遍地。(画外音，恶臭难闻，令人作呕)

2、评录像：

(1)、说出教室整洁的情况。

(2)、说出垃圾场的肮脏情况。

(3)、两相对比，哪种情境适宜人生。

(4)、谈出感受。

(三) 展开：高潮。

1、主持人宣布班会开始。

2、主持人讲名人讲卫生的事例：作家老舍先生虽有腿病。但每天坚持打扫室内、院子，稿子中有废掉的，宁肯起身走几步丢进纸篓。

3、学生举出名人讲卫生的例子：毛主席很讲卫生，他烟抽得

很厉害，但从没乱丢一个烟蒂，甚至烟灰都不掉到地上。

4、谈出本班室内、卫生区现状；

(1) 成绩方面：地面干净……

(2) 不足之处：维持干净的时间短……

5、指名说出个人的卫生状况(习惯方面)

6、集体交流、总结：

(四)结束：

1、各人根据交流，整理出适合自己实施的具体措施，条款。

2、卫生委员整理写出倡议书，张贴教室。号召同学从我做起，搞好班级卫生。

(五)总结：

同学们，这次班会开得非常成功，同学们发现了优点不足之处，并制定了可行的措施。愿同学们从我做起，从现在做起，搞好我班卫生。

(六)作业：

1、 班级卫生从我做起。

2、 互相监督，揭发违纪。

初中卫生班规篇二

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。

结论：这两则故事让我们震撼，习惯的力量原来如此巨大，在不知不觉当中，我们的命运就被掌握在其中了，所以说“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。”

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。

这个问题，着实把师父吓了一跳，于是他告诫小和尚，以后千万不能这样做了，小和尚答应了师父。可是等师父下次再观察他时，他仍然这样做；而且据师父的多次观察发现，小和尚每次都是这样。师父一次又一次地提醒小和尚，每次小和尚都对师父说：“不要紧的，这只是习惯而已”。师父严肃地对小和尚说，“你的这种习惯到时候没准会出人命啊！”看到师父生气的样子，小和尚安慰道：“没事的，师父，你不要担心，等到真为人剃头时我就不会这样了。”

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；

8、抄袭作业等等。)除上面这些不良习惯外，我们自己身上还存在哪些坏习惯？

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；

6、做了错事不虚心接受批评，强词夺理；7、对不文明行为不及时制止；

8、不热爱劳动等等。)

3、交课前填写的《学习习惯治疗卡》

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。

活动要求：注重人人参与，讲究活动秩序，联系实际。活动地点：一五班教室

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，我以后会改掉这些毛病的。

任向明：我在平时我没有遵守课堂纪律，上课不好好听讲，课后不虚心向他人请教，老师布置的任务总是完不成。我以后会改掉这些不良习惯的。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。

主持人a□一个生活、学习习惯不好的人，在面试中能成功吗？下面请欣赏《面试》

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。

《好习惯伴我成长》主题班会

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。

主持人：养成好的学习习惯，我们可以更轻松地学习。小结：
好习惯：轻松助学习

第二篇章：生活习惯篇

主持人：自己的事情自己做，这也是好的生活习惯。同学们你们在家都做些什么呢？

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。

主持人：你可真是妈妈的好帮手。可有些同学却做不到，下面进入第三篇章：“生活习惯篇”

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。”

奶奶：“这孩子，天天让奶奶帮着穿衣服。”（奶奶帮小刚穿上衣服，小刚自己扣扣子）奶奶：“瞧你，扣子位置都扣错了。”

小刚边扣扣子边喊：“奶奶，我的鞋子哪去了？”奶奶：“鞋和袜子都乱扔到床下，瞧瞧多乱。”

小刚：“奶奶，我系不上鞋带了。”

奶奶：“你呀，天天看都学不会了。”（奶奶给小刚系好鞋带，又把洗脸水打来）奶奶：“小刚啊，快把脸洗干净。”

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。”

小刚：“哎呀，奶奶你又说我。”（奶奶喂小刚吃完饭，小刚背上书包）小刚：“奶奶，再见。”

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？

那他该怎么做呢？（让学生发表一下自己的感受）学生：要自己的事情自己做

小结：好习惯：美好助生活

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

小结：好习惯：立德做人

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。

三、宣读承诺 主持人：同学们，让好习惯伴我们一路前行，健康发展。全体起立，宣读我们的承诺： 我们承诺：

1. 学习方面的好习惯

(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

(10) 街头零食不乱买——培养健康饮食的习惯 3. 品行方面的好习惯

(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己自觉的行动，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

班会时间与地点

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，胸里桌一拳，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。

班主任总结

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。

初中卫生班规篇三

1、通过主题班会，让全班同学更具体、深入地理解一个好的行为习惯决定人的一生，从而要从小养成良好的行为习惯。

2、通过叙述、交流、讨论各个事例和同学们周边的事情，让

学生亲身感受自己行为习惯的偏差，激励自己及时改正不良习惯并增强班级凝聚力，增强班级荣誉感。

3、使学生发现自己存在的不足之处，从而逐渐养成良好的道德意识和各种文明习惯。

一、创设情景，引入主题

猜猜看：我不是你的影子，但我与你亲密无间。我不是机器，但我全心全意听命于你。对成功的人来说，我是功臣；对失败的人来说，我是罪人。培训我，我会为你赢得整个人生；放纵我，我会毁掉你的终身。我到底是谁？我平凡得让你惊奇。（习惯）

二、习惯的重要性（出示课件）

1、一根小小的柱子，一截细细的链子，拴得住一头千斤重的大象？

2、主持人说明习惯的重要性。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，更是如此。“好习惯是一个人终身的财富。”

三、你有哪些好习惯。

班主任：据科学家证实，一件行为连续重复21次即可成为习惯，成为习惯即可成为自然，直至终生。

（一）、从小到大，你有什么“好习惯”得到别人的赞赏过给同学们说说，大家来分享、学习一下……（爱的习惯、持之以恒的习惯、自信的习惯、珍惜时间的习惯、自制的习惯、笑的习惯、发掘自我潜能的习惯、立即行动的习惯）

- 1、说话有礼貌，对师长用尊称；
- 2、说了就要做，对朋友要真诚；
- 3、不给别人添麻烦，对别人的请求给予力所能及的帮助，及时感谢别人的帮助；
- 4、不做破坏别人劳动成果的事；
- 5、做事情想到与别人合作；在人与社会的关系中应养成的四个基本行为习惯：
- 7、多做好事；
- 8、每天注意阅读，收听、收看新闻；
- 9、按规则行动；在人与自然的关系中应养成的三个基本行为习惯：
- 10、自己不做随地吐痰、乱扔垃圾、伤害小动物等对环境有害的事；
- 11、节约、不浪费；
- 12、保护环境卫生；
- 13、做人讲道理，做事有计划；
- 14、不向困难低头；
- 15、不迁就自己的毛病；
- 16、天天锻炼身体，干干净净迎接每一天；
- 17、爱动脑筋，以创造为快乐。

（二）日常生活中的文明行为

- 1、不随处丢垃圾、废弃物
- 2、不随地吐痰、擤鼻涕、吐口香糖
- 3、乘坐公共交通工具时不争抢拥挤、插队加塞、给老、弱、病、残、孕让座
- 4、说话文明，举止文雅、不因一点小事大发脾气、恶语相向，甚至大动干戈；
- 5、不随地大小便，上厕所自觉冲水，不留脏迹
- 7、行人不乱穿马路、不乱闯红灯，不跨越隔离设施，不逆向、并排骑行
- 8、不让宠物随地大小便
- 9、乱涂乱画、乱刻乱贴
- 10、不向楼上乱抛杂物，不乱倒垃圾和污水

四、说说我的坏习惯.

1、各组讨论、展示

例如，横穿马路，说粗话、脏话，聚众打架；在我们的校园内、楼梯上总能见到与我们美丽的校园极不和谐的纸屑，教室里、校园内食品袋、方便面盒随处可见，甚至有的同学认为：反正有值日的同学和清洁工打扫，扔了又何妨；再例如有的同学在教学楼走廊上追逐打闹，走路推推搡搡习以为常；随意攀折树枝，甚至还有个别同学故意损坏学校的公共财物。

2、怎样养成好习惯、小学生必须养成的好习惯。

五、今后怎么做。

要做一个文明的小学生，就必须遵守学校的纪律和规范，必须从身边小事做起。接下来就请同学们积极发言，结合你的感受，说说我们今后该怎么做。

（一）、六指小学学生雅行“十讲”。

（二）、六指小学学生雅行“十提倡”。

六、班主任寄语：

“好习惯，益终身”，行为习惯对一个人的素质起着决定性的作用，对我们小学生来讲，尤为重要。昨日的习惯，已经造就了今日的我们；今日的习惯决定明天的我们。

只有个人能遵规守纪，那我们的班级才有活力，学习才会有一个好的环境。俗话说：一滴水可以反映太阳的光辉。同样的，我们随便的一句话、一个动作乃至一个眼神，可能就在外人面前展现了我们的素质。同学们，从这一刻起，养成良好的行为习惯，让我们班成为一个文明礼貌、助人为乐、和谐共处的班集体；让我们自己力争在学校做一个好学生，在家做一个好孩子，在社会上做一个好公民。

在这里我真心希望大家通过这次主题班会，改正自己的一些不文明行为，或许不能一蹴而就，但只要你有的决心，成功必然属于你的。当然要改变这种校园不文明现象光靠一个人是不够的，它还需要我们全班甚至全校同学的共同努力。一颗树木虽然不能从根本上改善周围的环境气候，但是一片森林定能给我们一片晴朗的天空。

初中卫生班规篇四

设计背景：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。

初二的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”。初二学生具有叛逆、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，初二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。

教育目标：

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。

班会重点：

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。

课前准备：

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。

活动过程：

一、听故事(课件展示)

李安琪读文章，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。

学生交流：习惯是我们在长时期里逐渐养成的、一时不容易改变的行为、倾向或社会风尚

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。

二、好习惯的重要作用

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。

诚信 、 礼貌 、 爱心 、 乐观、 理财、 自信、 坚强、 谦虚、 宽容、 责任心

做事的习惯

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。

做事有计划 、 热爱劳动、 珍惜时间、 自主选择、 自我反省、 自我管理、 抵抗挫折

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們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。

三、坏习惯你有多少？

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。
- 5、早晨上学迟到的理由：“起晚了”；“自行车坏了”；“我找他，他没起”……

6、不穿校服，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。

四、学会养成好习惯的方法

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？（谁来说说自已好习惯养成的经历？）

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。

宋玉铸的演讲《好习惯改变了我》

以前的我，没有学习上的目标，只知道周一到周五就是应该来上学，对待作业，也只是应付，像写单词，句子的这种作业，总是草上飞，只知道埋头抄书，等抄完了，一想，自己抄的什么都不知道，还有对待穿校服这个问题，总是喜欢和老师对着干，总是在绞尽脑汁的想不穿校服的种种借口。

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。老师希望咱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。

五、班主任感悟

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！

初中卫生班规篇五

1、通过本次班会，对学生进行常规教育。培养学生上课认真听讲，不搞小动作。积极举手发言，认真倾听同学发言的好习惯。楼道里慢步轻声和校园内爱护环境的好习惯。

2、通过表扬有良好习惯的同学，在班内掀起人人养成好习惯的热潮，进而形成一个良好的班风和学风。

1、培养一位能干的学生当主持人。

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、准备录像小短片。

5、提前练歌和准备节目。

一、班长讲话：

老师们，同学们，一年级《好习惯伴我成长》主题班会现在开始。

二、活动：

主持人：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：今天我们班队会的主题是“让好习惯伴我成长”，那大家都有哪些好习惯呢？生：每天早晚刷牙，饭后漱口，这就是一种好习惯。

主持人：讲得真好！

生：我每天放学回家后第一件事就是写作业，这也是一种好习惯。

主持人：讲得真棒！

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。主持人：说得对极了！

生：我做完作业就帮家长做家务。

主持人：这是爱劳动的好习惯。

生：我一有空就看课外书。

主持人：这是爱读书的好习惯。

生：我每天早晨起来都到室外进行体育锻炼。

主持人：这是爱运动的好习惯。

生：我从来不乱花钱，爸爸、妈妈给我的零用钱我都把它攒起来，然后买学习用品。主持人：这是勤俭节约的好习惯。

主持人：习惯不是一天、两天养成的。一个好习惯大约需要21天72次行动才能养成。坚持的时间越长，习惯的力量就

越强。习惯不是一成不变的，坏习惯也可以改变。

主持人：下面请看短剧表演《上课了》，请同学们认真看、仔细想，上课时谁的习惯好，谁的不好，为什么？短剧内容：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，老师提问，同学e举手规范，其他人说：“我、我、我”。

主持人：养成上课好习惯，能使我们学习更好。那下课后这些同学这样做对吗？情景表演一“楼道里追跑打闹，大声喧哗。”

二“教室里大声吵闹，随便扔纸”

三、“站队时拥挤，说话”

师：同学们看完后，你觉得他们做得对吗？为什么？

出示儿歌：

下课后，做准备。

不打闹，不乱跑。

楼道里，要安静，

轻声慢步靠右行。

教室里，要干净，

大家爱护才能行。

师：每个人都希望自己像鲜花一样美好。那我们快快种下一个好习惯吧！请听三句半《我们从小爱劳动》。

队鼓一敲咚咚响，我们四人走上场，面向大家做汇报，——

快讲！

我们中队决心大，行动来个军事化，自己动手学自理，——真不差。

我在家中学做饭，洗菜切菜炒鸡蛋，炒肉不淡也不咸，——解馋！

自己练习洗衣服，洗衣机一开呜呜呜，干净衣服穿身上，——舒服。

自己铺床又叠被，收拾房间不怕累，房间布置要协调，——我全会。

自己事情自己做，关心集体不用说，家长老师都高兴，——都高兴！

三、班主任讲话：

同学们，听到你们的承诺，老是真的很高兴，通过本次班会，我们都应该认识到：习惯时刻改变着我们的生活。良好的习惯能帮助我们走向成功。让我们改掉坏习惯，让好习惯伴随我们成长。

四、宣布结束：

齐说：一年级《好习惯，大作为》主题班会到此结束。

初中卫生班规篇六

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。

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。

注重人人参与，讲究活动秩序，联系实际。

一五班教室

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”。

主持人a□首先我给大家讲一个故事，我曾经看过一则报道：一名职专生前去应聘，在应聘的队伍中，大部分都是大专生，本科生，还有硕士生，面对这些高学历的竞争者，这名职专生的成功率几乎为零，然而结果大大出乎人的意料，这名职专生成了唯一的一名应聘者，因为只有他随手捡起了应聘现场里无人问津的一张纸屑，正是这种不经意的一捡，让招聘者看到了他的生活习惯，于是他获得了这份工作。

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。

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。

主持人a□同学们！作为一名学生，养成良好的生活习惯非常重要，

那么在我们的生活当中，应当养成哪些好的生活习惯呢？

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a□这些同学勇于承认自己不良的生活习惯，说明他们有决心克服自己不良的生活习惯，很好。下面请欣赏405寝室的同学们自编自演的小品《话在课堂》。

场景二：话在课堂

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，我以后会改掉这些毛病的。

任向明：我在平时我没有遵守课堂纪律，上课不好好听讲，

课后不虚心地向他人请教，老师布置的任务总是完不成。我以后会改掉这些不良习惯的。

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错误的，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。

主持人a□一个生活、学习习惯不好的人，在面试中能成功吗？下面请欣赏《面试》

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。

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。

1. 树立远大志向和正确的理想信念，把个人的成长同国家的富强和时代的进步联系在一起，为建设祖国、振兴中华做好准备。
2. 遵守公民道德基本规范，养成良好文明行为习惯，做到心中有祖国、心中有集体、心中有他人。