

2023年如何养成良好宿舍环境 学习习惯 养成教育班会教案(精选8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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

如何养成良好宿舍环境篇一

- 1、通过学习，使学生进一步养成好的学习习惯，充分意识到好习惯对成长的重要作用，提高自觉性。
- 2、让学生能辨识好的学习习惯和不良学习习惯，发现并改正不良习惯，提高自我控制能力。

叙述、谈话、讨论、问答等形式。

教师讲话：同学们，你们在座的每一位上学的时间都在六年以上（因为你们是七年级的学生），通过这些年的学习，你们掌握了很多知识，丰富、提高了自己，使自己能更好地适应社会生活。学习，对于你们是非常熟悉的一件事了，但学习习惯却不是人人都能做到的。一个好的、科学的学习习惯和方法，能使我们学得轻松自在，又有效率，还有利于我们身心健康发展。今天，我们班会的主题就是养成良好的学习习惯。我们通过四个方面来进行学习。

1、课前，我们应该怎样做？让学生讨论、发言。

- （1）课前要预习，首先要熟读课文，学会带着问题学习；
- （2）课前准备好学习用品，静待老师上课。

下面我们看看这些同学做得好不好？（指名同学叙述事例，让学生辨别正误。）

（1）上课前，老师正要走进教室，只看见教室内几名同学追逐打闹，其他同学加油助威。

（2）上课铃响了，某同学还在校园里慢悠悠地走，而且经常迟到。

（3）上课前，小红把学习用品准备好，在认真地预习课文；她的同桌桌面上干干净净，还在玩弄电子手表。

同学们想一想，以上同学的表现，你们有没有？你认为自己在课前学习习惯方面做得怎么样？知道自己努力的方向了吗？有则改之，无则加勉。

2、课堂上，我们应该怎样做？让学生讨论、发言。

（1）上课认真听讲，不乱说乱动，勇于提问，积极回答，积极思考；回答问题要起立，声音响亮；要发言，先举手。

（2）上课坐姿要端正，读写姿势要正确，努力做到“三个一”。让学生说出哪“三个一”（眼睛离书一尺远，手握笔的地方离笔尖一寸远，身体离桌一拳远。）？当场示范写字，看姿势要点是否掌握。

（3）作业要字体端正、规范，书写格式正确，纸面清洁，不边做边玩。

下面我们再看看这些同学做得好不好？（指名同学叙述事例，让学生辨别正误。）

（1）课堂上，老师在上面讲课，下面的同学有的小声说话，有的在做小动作，有的在东张西望，有的在偷偷吃东西，有

的趴在桌子上睡大觉。

(2) 课堂上，老师在提问问题□a同学积极举手，回答问题声音响亮□b同学低下头，老师叫到时，慢腾腾地站起来，回答问题声音特别小。

(3) 课堂上□a同学认真写字，纸面清洁□b同学边写边玩，用脏乎乎的橡皮擦字，纸面像个大花猫。

3、课后，我们又该怎样做？让学生讨论、发言。

(1) 先复习课堂上所学的知识，然后再做作业。

(2) 按时、独立、认真地完成作业。

下面我们再看看这些同学做得好不好？（指名叙述事例，让学生辨别正误，问同学们有没有这种情？）

(1) 张同学边走路边看书，非常认真；李同学在餐厅边吃饭边看书；王同学在行使的公共汽车上看书；刘同学在黑暗的屋子里看书；孙同学在耀眼的阳光下看书；赵同学躺在床上看书；丁同学边看电视边做作业。

(2) 小明认真、独立完成作业后，再出去玩；小华让哥哥帮他做作业做完；休息日两天，小刚玩得开心极了。明天就要上学了，今晚急急忙忙把作业做完；老师布置的课后作业，小玲从来都不完成。

4、考试的时候，我们该怎样做？让学生讨论发言。

仔细审题，认真答卷；自己做自己的，不看书，不交头接耳，不东张西望。

5、小结：通过一节课的学习，学生进一步明确了课前、课中、

课后以及考试时该怎么做，能辨别良好的学习习惯和不良学习习惯，并敢于剖析自己的不足，指明了努力的方向，将起到防微杜渐的作用。

如何养成良好宿舍环境篇二

1. 通过这次活动，培养学生上课专心听，不讲话，不搞小动作；积极举手回答问题；作业认真仔细做，书写工整，按时上交不拖拉，有错主动来订正等良好的行为习惯。

2. 通过表扬有良好习惯的同学，在班内掀起人人争学习习惯花的热潮，进而形成一个良好的班风和学风。

1、培养两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、准备一些优秀作业。

5、准备大小红花若干。

甲：我是主持人xxx□

乙：我是主持人xxx□

合：今天的《从小养成好习惯》主题班会由我们俩为大家主持。

甲：我们背上书包都成了小学生，上学了，就要专心学习，养成好的学习习惯，让我们一起唱起《上学歌》开始我们今天的《从小养成好习惯》主题班会。（同学们起立一起边唱边表演）

甲：你有一个好习惯，就可以得到一朵红花。

乙：这么多的红花，到底应该送给谁呢？

甲：当然是送给习惯好的小朋友，对不对（“对！”）只是……

乙：只是什么呀？

甲：只是到底哪些小朋友是有好的习惯呢？

乙：这还不简单。请同学们（四人小组讨论）说说

班里哪些同学有哪方面的好习惯，能举个例子，等会讲给大家听。

甲：one□two□three□four□好，同学们谈得都很热烈。下面我们就开始，要介绍的小朋友请举手发言。他说的对我们就边拍手边说：“对对对，我同意，他有这个好习惯。”如果不对就不要拍手。

（大家介绍，主持人乙给有坏习惯的同学贴上红花）

乙：刚才大家介绍得很好，原来在我们的同学中有那么多好习惯。

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，此后用手轻碰他，提醒不要做小动作了。

甲：请同学们说说谁做的好，谁做的不好。

乙：请看第二个小品《作业》

下课时，作业本发下来，学生a胡乱翻一翻就扔到那了□b则仔

细的翻看自己的作业，发现有错误，就即时改正。看看a的说：“你怎么不改一改呀？”a说：“我玩去了。”

乙：请同学们说说谁做的好，谁做的不好。

甲：同学们刚才的小品有意思吗？还想看吗？

请接着欣赏小品《放假了》

周末，两人一起回家，学生c说：“我们去打游戏机怎么样”
同桌d则说：“我要做作业。”学生c说：“家庭作业吗随便。”
同桌d说：“不管什么作业都要认真做。”

看完小品后讨论谁做得好，谁做得不好。给表现好的同学贴上红花。

主持人甲：那在我们自己的身上有没有不好的学习习惯呢，有哪些呢？请同学们勇敢的说一说自己身上的不良习惯，并说说你以后准备怎么做，也欢迎大家帮助他出出主意。

（学生介绍自己的不好的学习习惯，并说以后的打算。其他同学帮忙建议。）

甲：相信这些同学在自己的努力和大家的帮助下一定会改正坏习惯，养成好习惯的。

甲乙：希望我们全班同学都能养成好的学习习惯，让我们一起努力吧。

同学们说：“努力”

甲乙：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。全体起立，宣读我们的承诺：

我们承诺

只要有人将喝过的饮料瓶乱扔，我们就要阻止。

只要有人在干净的道路随地吐痰，我们就要阻止。

只要有人破坏校园的一草一木，一砖一瓦，我们就要阻止。

只要校园里有不讲文明，不讲规范的行为我们都要阻止！

乙：同学们说的很好，让我们的班主任王老师也来说一说吧：

老师：同学们，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。让我们齐心协力，从改变细小的不良习惯做起，从一点一滴的言行举止做起，从遵守日常行为规范做起，播种好习惯，收获好性格，享受好人生，成就大未来。孩子们，祝你们成功！

甲：在三十家子中心小学的怀抱里，我们快乐学习。

乙：在三十家子中心小学的怀抱里，我们奔向未来。

丙：愿好习惯时刻改变我们的生活，

丁：愿好习惯伴随我们走向成功，

合：愿好习惯伴随我们快乐成长，

合：愿好习惯让我们绽放生命的'精彩！

甲乙：为了我们的校园更美丽。

丙丁：班级更进步。

合：让我们种下一个好习惯吧！

XX年XX班《从小养成好习惯》主题班队会到此结束，谢谢大家！

如何养成良好宿舍环境篇三

选取学生日常生活中的真实故事，让学生自己教育自己，促进学生养成良好的生活习惯和学习习惯，使学生认识养成教育的重要性和必要性，从小养成良好的道德意识和各种文明习惯。

主持人：和着欢乐的节拍，踏入宝贵的小学时代。做个文明的小学生，那是我们共同的心愿。做到这一些，需要克服很多困难，做到这一些，养成教育是关键。同学们，下午好！“好习惯早养成”主题班会现在开始。

同学们文明礼貌的良好习惯是我们小学生必须做到的。因此养成教育不仅是学校德育工作的重头戏，也是与我们每个小学生身心发展至关重要的一件大事。讲文明，讲礼貌，是我们中华民族的传统美德。经过这一个多月的学习，同学在文明习惯上都有了不同的进步，今天我们继续组织这个活动。希望同学有更多的体会与收获。

课堂是我们最基本的学习途径，在课堂上能否认真听讲，不仅关系到我们学习的成效，而且还反映我们思想行为的修养，反映着我们是否尊重他人的劳动。因此，养成良好的学习习惯，要求我们怎么做呢？（组织学生讨论，指名发言；明确：上课保持良好的坐姿，不趴在桌上睡觉，不讲话；课间不在走廊推挤打闹；上课应专心听讲、积极思考、踊跃发言；课后应及时复习，作业独立完成；养成讲究卫生的好习惯……）

主持人：下面进行的是“文明习惯，贵在养成”知识竞赛。这里有几道抢答题，请同学们踊跃抢答，我们为答题正确者奖励一面小红旗。题目：

请说出三句文明礼貌用语。养成教育主题班会教案

2. 请举出三种良好的学习习惯。
3. 课堂发言要注意什么？
4. 保持校园洁净要怎样做？
5. 如何对待孤寡、残疾人、弱小者？
6. 父母不在家，有客人来访该怎么办？
7. 上学的路上捡到10元钱，路上又没有其他人，你会怎么做？

你拍三，我拍三，进了教室要坐正；你拍四，我拍四，正确握笔写好字；

你拍五，我拍五，有益书籍天天读；你拍六，我拍六，上下楼道请靠右；

你拍七，我拍七，放学路队要整齐；你拍八，我拍八，诚实守信人人夸；

做一个文明合格的小学生，创造一个文明先进的班集体，建设一个文明进步的新学校。文明习惯，贵在养成。“好习惯早养成”主题班会到此结束。

如何养成良好宿舍环境篇四

【教学目的】为了让更多学生有机会了解，那些学习较好的学生的一些学习养成习惯，让学生介绍其学习的一些新方法，让学习不得法的学生从中学到可以适用于自己的学习方式。这样可以更好的让学生更好的学习，从而提高学生的学习成绩。

【授课形式】以介绍及交流的方式进行

【教学思想】体现教师的主导、学生的主体作用，从交流中学习

【教学步骤】

导入：今天我们借班会课做一次关于养成习惯心理主题班会

大家都知道习惯是行为的自动化，不需要特别的意志努力，不需要别人的监控，在什么情况下就按什么规则去行动。习惯一旦养成，就会成为支配人生的一种力量。良好的习惯，当然也包括学习习惯。就连智力超群的科大少年班的学生，在谈到自己成绩优异的原因时，都强调自己有良好的学习习惯。长期有规律地安排学习的人，便可以养成良好的学习习惯。

(由学生进行发言，列举学习方法)

王诺：养成良好的学习习惯第一个方面的好处是，可以通过生物钟、通过条件反射自动提醒你自觉地去应该做的事。比如每天早晨及时起床，自觉地为上学做好一切准备；上课铃声一响自觉跑回教室——课的准备；放学回家，每到广播英语或电视英语节目时间，就自觉地及时打开收音或电视机。。

王文坚：可以发挥下意识的作用。下意识的特点是直接受习惯的支配。一个具有良好学习习惯的人，他的下意识会随时随地支配他按照平时习惯了的套路做那些与学习相关的事，使之在不知不觉中，事情做得轻轻松松，有条有理。好的习惯一旦养成，便可终身受益。

翁勇：可以调动潜意识为学习服务。潜意识的特点是直接受人的情感和需要支配，受情景因素的影响。为什么会这样？这实际是潜意识在支配他，是他的潜意识中有一种强烈的玩儿

的渴望。一个养成了良好学习习惯的人，他对学习有一种亲合心理，他从心底里把学习当成了第一需要，当成了乐趣，不学习便难受。那些愿意玩儿的人拖他去整天打麻将、玩游戏机或保龄球，他会感到没意思、无聊、难受。即使出于身体锻炼的需要或者不得已而逢场作戏，他的心思也仍然始终在学习上，甚至连睡眠做梦的内容也都与学习相关。这也是潜意识在发挥作用。

王佳妮：良好的习惯，当然也包括学习习惯。就连智力超群的科大少年班的学生，在谈到自己成绩优异的原因时，都强调自己有良好的学习习惯。其中，13岁进入科技大学的少年大学生周峰，认为自己成功的秘诀就是从小养成了良好的学习习惯。周峰认识汉字，记忆英语单词，都是每天10个，即使走亲访友时也从不间断。就这样，一年下来，便记住了3 000多个汉字和3 000多个英语单词。这是他量化的学习习惯。周峰该学习的时候就一心一意学习，该玩儿的时候就轻轻松松地玩儿，自觉性极强，从不需要别人提醒，更不需要别人强制。他听英语广播学英语，一到点儿便准时打开收音机。

第二个步骤：当学生讲完后，可由其它学生进行提问，也可以进行自由辩论。

在自由辩论时，大家可以举手发言，也可以由教师提问。

(学生讨论，列举)

(一般由学习提出疑问，进入互动交流阶段)

第三个步骤：最后由学生或老师归纳。

(可由一个学生归纳)

(再由老师做出总结)

拓展思维：

1、如何使学习在养成习惯心理的主导下，形成良好的学习氛围，促进班风班貌的整体发展？(板书)

提示：根据自己目前的学习情况，可随机回答。

如何养成良好宿舍环境篇五

：通过各个事例和同学们周边的事情，讲述行为习惯养成的重要性。

：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。

：希望学生们通过这么一次思想教育及时改变过来，为养成更好的习惯努力。

请看以下事例：

【事例1】曾看到这样一则报道，说的是新加坡，新加坡是一个通用英语的国家，这个国家的公共场所的各种标语大多是用英语书写。但其中的一些文明礼貌的标语，如“不准随地吐痰”、“禁止吸烟”、“不准进入草坪”等却用中文书写。为什么呢？人家回答：“因为有这些不文明行为的大多数是中国大陆的游客。”为此，到新加坡考察的一位中学校长语重心长地说：“不文明行为也是国耻。”

不知大家是否记得，中央电视台曾经报道，国庆节后的天安门广场，随处可见口香糖残迹，40万平方米的天安门广场上竟有60万块口香糖残渣，有的地方不到一平方米的地面上，竟有9块口香糖污迹，密密麻麻的斑痕与天安门广场的神圣和庄严形成了强烈反差。

现在你们看看你们自己的行为习惯呢？

在我们身边，在一部分同学身上，还存在着一些不文明的行为。例如，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；还有部分同学相互之间讲脏话、粗话，随意攀爬树枝，甚至还有个别同学故意损坏学校的公共财物。我们很多同学把文化知识的学习放在首位，而常常忽略了社会公德的培养，文明习惯的养成，而这恰恰从本质上展现出一个人的思想品质。

(1) 由最后一排两位学生监督同学们放置垃圾。如有不当行为公告于前面的小黑板。

(2) 垃圾袋满了由负责收拾垃圾的同学及时清理，最少早晚各一次。

(3) 垃圾桶盖子早晚要擦洗一次。

(4) 日间卫生小整顿午休预备铃响后，每个同学把自己座位周边的地方清理好。确保地面的整洁。

(5) 晚自习结束后，每个同学也做好自己周边的卫生。并摆放好桌椅。只有卫生的加强才能让我们有良好的环境，这也是良好行为习惯养成的一部分。

请同学们讲讲怎样养成良好的学习习惯，给大学提一些建议呢？

同学们纷纷发言，而后老师总结：首先，确立目标，循序渐进。一个好习惯的养成不会是轻而易举的，要想完成他，就得确立长远的目标，一步一个脚印的行动起来。俗话说，有

志者，立长志，无志者，常立志。所以，要养成好的学习习惯，不能心急，但一定要说到做到。例如，想背完1000个单词，可以分成多天来完成。今天背10个，明天背10个，日复一日，这样不仅不会给自己造成太大的压力，并且当你完成目标时，会品尝到一种前所未有的成功的喜悦。其次，学会时刻自我约束。如果良好的习惯养成之后放松要求，忘乎所以，那么没过多久丢掉的坏习惯又会重新回归。认识到听课做笔记的重要性后，就得一天不落的记下去；认识到沉迷于网络的危害性了，就不能再找借口深陷其中；认识到自习课讲话会影响他人，那就踏踏实实的兀自学习。久而久之，坏习惯会离你越来越远，自然，成功会离你愈发的接近。

总结：观念改变习惯，习惯积淀素养。生活处处是细节，细节点点积素养，素养默默铸文明。以三字经“人之初，性本善。性相近，习相远。”为结尾，说明人本来性情很相近，但由于行为习惯的偏差个性等都变化相差大了。

如何养成良好宿舍环境篇六

通过本次主题班会，使学生进一步了解良好的学习习惯对自己今后的成长的重要作用，为使自己走向成功奠定基础，因此要从现在做起，从我做起。

一、导入

班主任谈话：新的学期开始了，同学们通过这些年的学习掌握了很多丰富的知识，使自己能更好的适应社会生活。好的学习习惯和常规却不是人人都能做到的一件事。一个好的科学的学习习惯和生活习惯，使我们学得轻松安闲，又利于身心健康发展。今天我们班会的主题就是讨论怎样养成良好的学习习惯和生活习惯。

二、主持人：讨论问题

1、课前，我们该怎样做？

让学生讨论、发言。

课前预习，首先要熟读课文，学会带着问题学习。

课前预习备好学习用品，静待老师上课，下面我们看看这些同学做得好不好（指名同学叙述事例，让学生辨别正误。）

同学们想一想，以上同学的表现，你们有没有？在认为自己在课前学习习惯做得怎样？知道自己的努力方向了吗？有则改之无则加勉。

2、课堂上我们该怎样做？

学生讨论发言。

上课认真听讲，不乱说乱动，勇于提问，积极回答，积极思考：回答问题要起立，声音洪亮：要发言，先举手。

上课坐姿要端正，读写姿势要正确，努力做到“三个一”。
让学生说出那“三个一”

做也要字体端正，规范，书写格式正确，纸面清洁，写作业时不三心二意。下面我们看看这些同学做得好不好？（指名同学叙述事例，让学生辨别正误）

3、课后，我们该怎样做？

学生讨论、发言

4、考试时，我们该怎么做？

让学生讨论发言。仔细审题，认真答卷；自己做自己的，不看书，不交头接耳，不东张西望。

5、课间活动我们应该怎么做？

靠右侧下楼梯。

站队快、静、齐。

课间做安全游戏，包括跳绳、打口袋、踢毽子。

不在台阶上蹦跳。

不上较高的体育器械玩耍。

三、班主任小结

通过这一节课的学习，我们进一步明确了课堂和课间活动时该怎么做，并敢于剖析自己的不足，指明了努力的方向，将起到防微杜渐的作用。

如何养成良好宿舍环境篇七

一、养成教育的意义：我国伟大的教育家叶圣陶先生则说：“教育是什么？往简单方面说，只是一句话，就是要养成良好习惯。”习惯是一个人存放在神经系统的资本，一个人养成好的习惯，一辈子都用不完它的利息；养成一种坏习惯，一辈子都偿还不清它的债务。

二、提出疑问，学生解答。

我们老说要养成各种行为习惯，那么这“各种行为习惯”具体指哪些？呢谁愿意来说一说？（分组讨论小黑板展示）

三、出示：学生行为习惯养成教育内容

1、举止文明的习惯

- 2、诚实守信的习惯
- 3、尊重他人的习惯
- 4、守时惜时的习惯
- 5、懂得感恩的习惯
- 6、勤俭节约的习惯
- 7、遵守秩序的习惯
- 8、勤于动手的习惯
- 9、锻炼身体的习惯
- 10、讲究卫生的习惯

四、列举平时生活、学习上同学们存在的各种不良行为习惯。
(学生分组讨论)

五、说说你的建议及纠正措施?自由选一两个方面说说。

老师出示:

1、举止文明的习惯

(1)热爱祖国，升国旗奏国歌时自觉肃立。

(2)见到老师、客人主动问好

(3)自觉使用“请”、“您好”“谢谢”、“对不起”、“再见”等礼貌用语。

(4)在接受别人的帮助时，要微笑着向别人致谢。

(5) 向别人请教，态度要诚恳。

(6) 不打架，不骂人，公共场所不喧哗。

(7) 不给同学起绰号，不歧视身体有残疾的同学。当同学答错问题时，不起哄、不嘲笑。

(8) 集合做到“快、静、齐”，观看比赛文明喝采。

2、诚实守信的习惯

(1) 诚实守信，说了就要努力去做。

(2) 答应的事确实难完成的，应向对方说明原由，用诚挚的态度向对方表示歉意。

(3) 借了别人的东西要按期归还，说话要算话。

3、尊重他人的习惯

(1) 耐心听他人说话，不随便打断他人说话。

(2) 用心听对方说话，不要一边听一边考虑自己的事。

(3) 听到别人的批评时，不要激动，平静地听他把话说完。

(4) 不打扰别人的学习、休息、工作和生活，一旦妨碍了他人要及时道歉。

(5) 未经允许，别人的东西不乱动。

(6) 学会保护自己的隐私，自己的家庭情况不能随便告诉别人。

4、守时惜时的习惯

- (1)晚上按时睡觉，早上按时起床。
- (2)放学后按时回家，不在马路上溜达玩耍。
- (3)回家后，马上完成老师布置的作业，当天事当天毕。
- (4)做事有计划，不盲目、不拖沓。

5、懂得感恩的习惯

- (1)听从父母、老师的教诲，不顶撞父母、老师。
- (2)体会父母、长辈的艰辛，主动给老人洗脚、捶背、夹菜等。
- (3)主动替父母干一些力所能及的家务活。
- (4)孝敬父母，以优异的成绩报答父母的养育之恩。
- (5)要尊重环卫工人、交通警察的劳动。

6、勤俭节约的习惯

- (1)爱惜学习用品，不在课本上乱写乱划，不随便撕扯作业本。
- (2)不随便向家长要钱，不乱花钱买零食、玩具等。
- (3)珍惜粮食，不挑食，不浪费饭菜。
- (4)节约用电、用水，做到人走灯灭，水龙头用后随时关紧开关。
- (5)对自己、他人、集体的财物要爱护，轻开关门窗，轻拿轻放物品。不在桌子上凳子上乱写乱划乱贴。

7、遵守秩序的习惯

(1) 上下楼梯，轻声慢步，靠右边行。

(2) 上下学排路队，红灯停，绿灯行，不乱穿马路，不在马路上追跑打闹。过路口，注意避让车辆。

(3) 购物、上车时自觉排队，不加塞，集会时按指定位置就座。在公共场合遵守纪律，不大声喧哗。

(4) 爱护学校、公园花草树木和公共设施，不乱踩绿地，不随手折花枝，不乱涂乱划。

8、勤于动手的习惯

(1) 自己的事情自己做，自己整理书包、收拾房间叠被褥，自己洗衣物。

(2) 利人利己，用过的东西放回原处。

9、锻炼身体的习惯

(1) 积极参加集体活动和课内外文娱、体育、科技活动，上好“两操两课”。

(2) 学习运动常识，做好自我保护。

(3) 在运动中要听从指导教师的安排，在活动中不做带有危险性的动作，不参加危险性较大的活动。

10、讲究卫生的习惯

(1) 勤洗澡洗头，勤剪指甲，勤换衣服，睡前刷牙、洗脸，指甲内无污垢，身体无异味。

(2) 饭前便后洗手。

(3) 定期整理和清洗书包。

(4) 爱护环境，不随地吐痰，不乱扔杂物。见到废纸等垃圾物要主动捡起放到果皮箱里。

(5) 不在墙壁上乱写、乱画、乱贴、乱挂。

(6) 不吃变质食物，不喝生水。

六、总号召：行为形成习惯，习惯决定品质，品质决定命运。它可概括为公式：“好习惯+好品质=好命运”。让我们为它坚持不懈地去追求吧！

如何养成良好宿舍环境篇八

《好习惯贵养成》主题班会教案

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，使学生认识养成教育的重要性和必要性，从小养成良好的道德意识和各种文明习惯。

活动形式：座谈、讨论、表演、拍手歌

活动准备：布置学生做好准备，拍摄有关录像节目，编排小品，行为习惯拍手歌

活动过程：

甲：和着欢快的节拍，

乙：踏入宝贵的小学时代，

甲：做个文明的将小学生，

乙：那是我们共同的心愿。

甲：文明人要有良好的行为，

乙：文明人要有良好的习惯。

甲：做到这一些，需要克服很多困难。

乙：做到这一些，养成教育是关键。

合：老师，同学们，下午好！“好习惯，贵养成”一年级主题班会现在开始。（鼓掌）

乙：下面请窦老师讲话。

窦：良好的习惯是我们生活学习的保证，养成教育不仅是学校德育工作的重头戏，也是我们每个学生身心发展中一件至关重要的大事。经过这几个星期的学习，同学们在行为习惯上有了不同的进步。今天我们继续组织这个活动，希望同学们有更多的体会与收获。（鼓掌）

第一篇章在校做个好学生

甲：讲文明，讲礼貌，是我们中华民族的传统美德。要塑造一个人的美好形象，首先要做到说话文明。下面请看小品《课间十分钟》。

乙：表演者：厉嘉兴、常泉新，演某高年级学生；表演者：王戴强、黄晓轩，演某一年级学生；地点：教室外走廊。

人物□a□b□某高年级学生c□d□某一年级学生

c□d□□正在走廊上做游戏。）

a□b□□(追捕过来，猛地把c撞倒在地上。)

c□□(扑在地上，大哭起来。)

d□□(连忙扶起c□发现鼻子流血了。) 哎呀！流血了。你……你们……

a□(我们怎么了？小屁孩！谁让你们在路上挡着的？)

c□(没挡着，我在边上。呜……)

d□□(生气地) 走，我们告诉老师去！

b□(敢？我看你是欠揍！(握拳，举起要打。)

c□d□(不告，不告。(举手抱着头。)

a□b□□(耀武扬威地退下。)

c□d□□(惊恐地哭泣着。)

乙：看了刚才的小品，同学们有何感想呢？下面请同学们讨论一下，我们再请几个同学谈谈自己的看法。

(学生展开热烈的讨论)

甲：指名2~3名学生发言，并做简评。刚才几位同学的发言都很好。语言是交际的工具，文明用语是通向心灵的金钥匙。在交际中能否使用文明用语，反映着一个人的修养，而且影响到整个社会风气。而这两位同学既不文明，又欺负小同学，蛮不讲理，这种行为是可耻的。

乙：如果你撞了别人，你准备怎么做？

（学生讨论）

乙：指名2~3名学生发言。

乙：刚才同学们说的建议都很好。讲脏话、粗话的世界是“黑白”的，讲文明用语的世界是“彩色”的。净化环境，我们应坚决不讲粗话、脏话，提倡文明用语！

甲：除了“对不起”之外，我们还要学会哪些文明用语呢？

（指名2~3名学生回答）

（您好、请、谢谢、欢迎、再见、没关系、请原谅、对不起、请稍等……）

甲：表演者：邵潘演某高年级学生表演者：杜晟娜娄鸿宇演某低年级学生地点：操场上

人物□a□某高年级学生b□某低年级学生

a□在操场上走着。

b□边玩球边走路，球突然砸在a身上。

对不起，我不是故意的。

a□没关系。（拍身上的灰尘）

b□大哥哥，你没受伤吧？（帮忙拍身上的尘土）

a□还好，谢谢你。

甲：同学们，他们的行为美不美啊？（集体回答：美！）是啊，一声“对不起”作用了不起，一声没关系，团结我和你！

人际交往中，学会道歉，是我们从小学做人的很重要的一项道德修养。

乙：每天早晨，我们披着灿烂的朝阳，走进美丽的校园，开始了一天愉快的学习生活。在我们身边有哪些好习惯呢？又有哪些不好的好习惯呢？请看下面的画面。

甲：指名5~7名学生回答。

乙：刚才同学们观察得很仔细。我和同学们的看法基本一致。把大家所说的归纳在一起就是：请看大屏幕。好习惯：（红色）坏习惯（绿色）

甲：要做一个文明的好学生，还要在很多方面严格要求自己，我们把这些行为规范编成一首拍手歌，请大家一起来唱一唱。

（大屏幕出示拍手歌内容）

第二篇章在家做个好孩子

乙：良好习惯的养成与家庭是分不开的。接下来我们随着小记者走进几位同学的家，看看他们在家的表现。

场景一：张皓壮同学的家。放学后回家，敲门，和父母打招呼，请客人坐下，认真完成家庭作业，作业做完后，把书本收拾整齐。

场景二：王子琪同学的家。吃饭时，文明进餐，吃完后帮父母收拾碗筷，给父母递上热茶，出门前和父母打招呼。

甲：这两位同学在家里表现怎样？（齐答：“好！”）下面我们请张兴宇、陈涛两位同学上场，给我们介绍经验。大家欢迎！

乙：我们班还有很多同学有良好的行为习惯。是啊！我们的

成长浸透着父母的`心血和汗水，当父母看到我们的点滴进步时，心里是多么欣慰和自豪啊！

第三篇章在社会做个好公民

甲：良好的习惯造就了文明的海三人。

乙：文明的海三人走出校门，是一道亮丽的风景。

甲：请欣赏我们海三人的风采。

场景三：学生放学时的情景，排着整齐的队伍和老师说再见，按秩序走天桥过马路，排队候车，车上让座，赢来人们的赞叹。

场景四：街头遇见老师问好，主动帮助有困难的人。

乙：看了这些，你们有什么感受？

甲：指3~5名学生回答。

第四篇章升华情感

甲：下面请大家找出自己身上的好习惯。这里有一棵成长树，它就像我们三（4）班这个大集体。我们就像树上的一片树叶。请把你的好习惯写在树叶上，然后贴上去。（配乐）

乙：现在成长树已经是枝繁叶茂了，可以看出同学们身上的好习惯真不少！

甲：同学们，让我再接再厉，让自己身上的好习惯越来越多，让这棵成长树变得更加茂盛，做个受人欢迎的文明海三人。在班会结束之前，请班主任窦老师给我们讲话，大家欢迎。（鼓掌）

生：（齐）能！

甲：一年级班主题班会

合：到此结束，谢谢大家！