爱同学爱自己班会 生涯规划之认识自己班会(通用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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

爱同学爱自己班会篇一

活动目的

通过游戏让学生意识到由于缺乏生涯规划，可能会失去很多重要的，原本有机会得到的东西，从而引出“生涯规划”的重要性。

活动过程：找两位同学作为拍卖官，进行拍卖活动，并在黑板上登记哪位同学以多高的价格竞拍成功某物。

分享：

1、用全部金钱拍卖一样东西的同学，遇到更好的东西是否会后悔呢？

有一些同学，什么东西都没有得到，是什么原因呢？

小结：

在这个拍卖过程中，一部分同学获得了自己想要的东西，但有大部分同学，没有获得自己想要的东西，为什么呢？刚同学也有说，因为不知道后面有更想要的，已经把钱都用出去

了，所以到后面出现了更好的东西的时候，已经没有资本去获得了，是不是。其实这整个过程，像不像我们一整个人生，我们不知道未来该是怎样的，所以盲目地去追寻一个个目标，而等到你发现了自己真正想做的事情，你已经没有那么多精力，也没有那个机会去做了，这是种遗憾，不是么？所以，为了避免这种遗憾，我们就需要对自己的人生进行规划，即生涯规划。而生涯规划呢，是建立在认识自我的基础上的，所以我们这一节课的主题就是：认识自我。

介绍说明书□1min□□

引导语：我们在购买一个新产品的时候，我们一般都会先看一下说明书，所以一份完整的说明书对我们认识一个产品是很重要的。所以我们需要一份自己的专属说明书来让自己更好地认识自己，同时更好地自我发展。这份说明书就是我们的id卡。

（发放设计好的说明书。介绍说明书的组成部分。）

填写说明书□3min□□填好收上来）

3、“猜猜我是谁”

活动流程□□5min□对同学进行分组，在收上来的每组的说明书中随意挑选几份，由老师进行描述，并让其他同学猜猜他是谁？猜对的同学所在组加一分。最后统计每组分数，并对得分高的一组爱的鼓掌，表扬他们善于观察。然后让组长把说明书发回去。

自己对自己的描述与他人对自己的认识是否相同？

我们可以通过自我评价的方式、他人评价的方式、心理测验的方式来不断地认识自己。当自己与他人的评价不同时，可以结合多方面的评价，对自己做一个反思，完善自己。

心理测试--度假的岛屿（13min）

1、介绍测试并介绍各个岛屿（3min）

2、对选择不同的岛屿分别代表什么，进行介绍（5min）

3、分享：你对自己的描述与所得测验是否相同（（5min）

不管我们对自己的描述与所得测验是否相同我们对自己的认识新增了不少，通过这节课希望大家对自己能有一个更全面的了解，这份说明书你可以一直使用并不断地修改，希望你们可以充分发挥它的作用。

爱同学爱自己班会篇二

让学生体会教师、学校的爱与责任，感悟师爱的无私伟大；学会理解、尊重，学会感恩，尊师爱校；感悟幸福，健康成长。

情景剧《“猫”和“老鼠”》、小品《校服，想说爱你不容易》等

1、开始部分：

有同学说，幸福是遇到困难时朋友安慰鼓励的话；有的说，幸福是靠上妈妈甜蜜的肩膀；有的说，幸福是数学考及格了……幸福是一个谜，你让一千个人来回答，就会有一千种答案。可很少会说高中生活是充满幸福的。

毕淑敏这样说：“享受幸福是需要学习的，当幸福即将来临的时刻需要提醒。”高中生活里，我们不缺的是幸福，缺少的是一颗感悟幸福的心。

今天，老师想开一个主题班会，通过提醒幸福，来从新审视尊师爱校，我们的主题是《尊师爱校，一起搭建幸福桥》。

下边有请我们班会课的主持人上台。

2、主持人上台

男：尊敬的各位领导、老师

女：亲爱的各位同学

合：下午好！

男：xx中学高二xx班主题班会

合：现在开始。

女：一个人，无论地位有多高，

男：一个人，无论成就有多大，

女：他都不会忘记老师在自己成长的道路上所倾注的心血，

男：他都不会忘记自己在校园这片热土上的点点滴滴，

女：他热爱这片土地，他爱得深沉。

男：他知道是谁把自己引领到幸福生活上的

女：是啊，怀揣一颗理解、感恩心很重要，你说是吗？

男：可我认为对我们莘莘学子来说，先要懂得珍惜，有了珍惜，才会理解老师和学校的良苦用心，才会真正的心存感恩。下边请杨皓蒙同学为我们带来新闻播报。

3、新闻播报：2009年11月18日，位于云阳县最高点的云峰村下了入冬第一场雪。海拔1800米的小山村下雪是件非常平常的事情，但这场雪却让我们记住了一个特殊的小女孩。这个小女孩穿着红色凉鞋、提着一个用旧油漆桶改制的小火炉，在雨雪中一蹦一跳地向学校走去，人们亲切地将这个爱学习的山里女孩称为“火炉女孩”。

她叫刘兴敏，只有7岁，读一年级。她每天回家之后写作业，再帮妈妈做饭喂猪。凉鞋是因为家里穷，还没来得及给买冬天穿的鞋。她身上最贵的一件东西，就是爸爸花二十多块钱从废品站给她买的小皮鞋。在他们村，有十几名孩子带了自制的小火炉来，其中大部分是留在村里的老人们给他们做的，因为他们的父母多已远离家乡在外打工。

学生谈感受。

4、学生谈后主持人问：我们比起刘兴敏来说我们的确幸福，可我们都懂珍惜吗？列举中学生中不好现象。

（当前的中学生还有哪些不良习惯需要改进？聚焦学生中不良现象）

问：老师、学校就放任我们的这些行为吗？

5、欣赏情景剧《“猫”和“老鼠”》

讨论：谈观后感——被老师关心是一种幸福。

6、欣赏小品《校服，想说爱你不容易》

辩论：正方学校应该要求学生穿校服；

反方学校不应该要求学生穿校服

主持人小结

理解，架起沟通的桥梁。

7、主持人小结，班主任继续引导。

8、我行我塑，做一个尊师爱校的好学生。（结合班规制作宣言）

考试文明，不（作弊）；

就餐文明，不（插队、浪费）；

交友文明，不（拉帮结派、惹事打架），不（早恋）；

语言文明，不（说脏话、坏话、谎话）。

尊敬老师，不顶撞老师；

团结同学，不刻意伤害同学；

自尊自爱，不做与中学生身份不相符的事；

自觉维护班级荣誉，不做有损班级荣誉的事；

热爱学校，自觉维护阳中荣誉，不做有损阳中荣誉的事。

倡议：从小事做起，从现在做起。

9、老师小结（结合鹰的蜕变引导学生尊师爱校）

爱同学爱自己班会篇三

不同的人解读试卷的习惯并不一样。我比较喜欢看那些做对的题目是怎么对的，因为这样给人的感觉真的很好。

模拟考试的疯狂期，大量不知道真伪的内部猜题满天飞，几

乎每天你都会收到一两张这样的卷子，不是专题测验就是综合测试。这个时候，你更要掌握主动权，要学会不被试卷压迫。

首先看是综合测试还是单个知识点的测验，如果是综合测验，就先收下，留到周末自我检测一下;如果是单个知识点的测验，就在复习完第一遍之后做一套。在做题之前还要检查一下题目的难度，如果实在很变态，那就不要自我折磨，要做适合自己难度的题目。不要总是觉得难题才能体现水平，因为高考中大部分题目都是中等的，最难的题目做不出來影响也不大的。高考时数学科的最后一道题目我就没做出来，做出来耗费的精力实在太多，于是去检查前面的题目了，最后还是能够得到 143分。

卷子也并不是做过就放过的，一定要收下来认真解读一番。解读试卷花的时间并不亚于做卷子的花费。不同的人解读试卷的习惯并不一样。我比较喜欢看那些做对的题目是怎么对的，因为这样给人的感觉真的很好。当然了，错误的地方一定要认真看了，不要试图去记答案，除非你实在不明白为什么错了，要找到所以正确所以错误的原因，这样才能真的避免再一次出错。一道题做对了，也要认真看一下，认真揣摩一下，题目要考察的是什么，出题者是怎么设置混淆点，你是怎么样看出来，又是怎样抓住要点的。这样一套总结下来，你会发现，好多题目都是一个类型的。

题目虽然千变万化，可都是课本上的知识点。抓住要点之后就有针对性地去看看书本，看看参考书。把一个一个的专题弄明白，把一个一个的知识点搞懂。

只掌握基本的还是不够的，这样应付考试还是很吃力，要向更难的地方进发。

文科的东西要想考高分，在我看来，一个是深度，一个是广度。不过限于当代中国的基本国情，要想自己发挥，往深度

挖掘基本上是不可能的了，专家已经把问题的现象本质都分析得差不多了，没有接纳别人思考的余地，而且高中生很难有比较好的理论修养，我们不必也不能苛求深度。但是另外一个，广度的'要求，却是可以达到的。大量的阅读可以弥补思维深度不够的缺陷。一些热点问题，会有比较权威的理论定性和解释。这种解释往往还是很有说服力的，从东汉的太学以来，风声雨声读书声，声声入耳，关心时事就是一个好习惯，希望大家能有这个习惯。

另外分享一个小小的技巧。很多人做完卷子之后的检查就是把题目重新做一遍。而我更喜欢自己把卷子批改一遍，假设自己就是那个改卷子的老师，一点点批改下来，确定可以给分的，不太确定的，确定不正确的。三类判下来，基本就检查了一遍，也估计出来大概能得多少分，不会考完还是两眼一摸黑，到处找人对答案。

还有很多人认为心态很重要，有人为了一个好的心态，连考试用的笔和橡皮都要挑选好久。我并不觉得这是沉着冷静，我从来就是随随便便拿起东西就去考试的。还有很多人，考前成群结伴去祷告，在我看来，大把功夫花在这些无关紧要的事情上，恰恰是心态不好的表现。心态不是凭空出现的，只有知彼知己，才能树立正确的心态，单纯靠临时抱佛脚，怎能树立信心呢?不要单纯为了心态而调整心态，不管心情多么不好，做一套卷子下来，全部都正确，我想也不会有什么不高兴的了。当你真正沉浸在学习中的时候，没有什么值得烦恼了。只有很纯粹的喜悦和努力。

也不要希望能够摆脱一切的烦恼，然后静下心来认真学习，你要是不自己积极学习，几乎没有什么时候不会被打扰。我曾开玩笑说，我就不相信这个世界上有活着的完美主义者。大家到了大学才发现高中生活还是十分幸福的，有个目标，有个方向，吃饱了睡醒了，一路狂奔，跑到终点就是幸福。

在这个时候，也不要有什么大的改变。不管是生活习惯还是

学习习惯，都不适合做大的改变。新的方法总是要花上时间来适应的，而且不一定就是最好的。考试模式这种东西，没有最好的，只有最合适的。模拟考试期将来，正是同学们锻炼自己考试能力的时候，不要错过每一场考试，从现在开始，寻找出自己的“考试模式”，我想，到高考时，便没有什么可慌张的了。

爱同学爱自己班会篇四

为了实施学校开展的集体主义教育活动，进一步提高学生的思想道德修养，旨在通过本次活动，让学生认识到集体的重要性。只有团结一致，才可能建设成一个出色、优秀的`班级体。并且由此逐步做到热爱祖国、热爱人民。通过这次活动，让学生进一步认识自我、热爱自我、尊重自我，进一步懂得怎样在班级、学校这个大家庭里做到互敬互爱、自尊自爱，共同提高。

活动准备：

1、制定活动计划;

2、确定主持人;

3、确定小品表演人员;

4、确定散文的朗诵人选;

5、确定个人才华展示人选;

6、制作诚信问卷;

7、准备《明天会更好》歌带;

8、邀请老师参加。

活动实录：

1、(在背景音乐声中，主持人宣布本次主题班会开始。)

你说你眼中的天空是灰白的，你说你眼中的人群是麻木的，你说你眼中的一切的一切都是那么冷漠、苍凉。朋友，这是真的吗?不，这不是真的。你所有看到的只是一些表面现象，如果你打开自己的心扉，用你的心去观察，你会发现世上的一切都是美好的。

生活的道路总是不那么平坦，有人幸福有人不幸，我们要学会艰苦中寻找快乐。下面请看小品《军训》。

2、你有诚信吗?眼下，诚信是一个很时髦的词。买卖东西要讲诚信、做人处世要讲诚信、商业谈判要讲诚信。在这么多诚信面前，作为学生的你，也讲诚信了吗?我们给每一位同学出了一份诚信问卷，请各位同学实话实说吧。

(回收问卷，并当场统计问卷)

3、在他们统计问卷的时候，请欣赏孙同学的朗诵《我是自然界最伟大的奇迹》。

的确，我是自然界最伟大的奇迹。天生我才必有用。我有别人所没有的闪光点。自卑与自信往往就在一瞬间产生，而面对意识的困难与坎坷，不要灰心，自信地去面对，你会发现这些事情原来就只有那么简单。只要我们都充满自信，团结一致，一定能使我们这个集体成为最出色的班级!

4、下面就到了我们今天的重点单元：“展现自我”天地!

冯同学的独唱《一千零一个愿望》;孙同学的魔术表演。

5、给人一份快乐，你将会获得双倍的快乐;

给人一写笑脸，你将会得到双份的惊喜;

在欢歌笑语中，

在激情洋溢中，

让我们找回快乐，

让我们找回自我

——度过这美好的花季雨季。

下面，让我们同唱《明天会更好》，共创美好未来!

(班会在《明天会更好》歌声中结束。)

爱同学爱自己班会篇五

1、通过主题班会活动使学生学会认识自我的方式方法。

2、通过主题班会活动使学生正视自身的优点、缺点。

1、班主任通过讲述一个故事来引出学生的兴趣：

有一位画家把自己的画放在画廊上，请人们点评，第一天请人们把败笔之处圈出来，结果一天下来，几乎画的每一个角落都被圈出来了。画家觉得非常沮丧，就去找他的老师，老师对他说：不要沮丧，明天依然拿这幅画，让人们将精彩的部分都圈出来。结果一天下来，又是画的每个角落都被圈出来了。

3、每个小组派出一名代表进行发言，然后由班主任进行总结。

几个同学都回答的不错，正如他们所说的，我们每个人身上都会有很多的缺点，所以不能太过骄傲，自大。但同时，对

于一些人来说，这些缺点也可以被视为优点，所以我们也没有必要妄自菲薄，太过自卑。正确的看待自身的问题，有一个良好的心态，是十分必要的。

4、要求学生每人准备一张白纸，用5分钟的时间在纸上分别写下自己的优点和缺点。写好后，折叠好，交予每个组的组长手里。

5、进行“猜猜他是谁”的活动。 班主任先带领第一组进行活动示范：

a.让组长将收起来的纸条打乱顺序。

b.由一组员从中任意抽取一张，打开并在组内进行朗读，确保声音洪亮，每个组员都能够听到。

c.读完后，让小组成员进行猜，猜出这个人是谁。

d.如果猜出来了，就对这个人进行鼓掌奖励，表明他对自己的认知较为清楚。

e.如果猜不出来，这个同学就要接受惩罚，可以为大家说一个笑话，讲一个故事或者唱一首歌。

f.然后小组内的所有成员要对这个没有被猜出来的人进行评价，在一张白纸上写出他的优点和缺点，折叠好，并在小组内活动结束后交予班主任。

一个人结束后，同样的方法，由下一名组员进行抽取，然后猜人，评价。

然后让其他各组也开始进行活动。

6、班主任将收起来的纸条打乱顺序，由班级同学自告奋勇举

手选取一人，进行抽取，朗读。然后由全班人员进行猜选。

7、活动结束，班主任发话说：同学们，你们玩了这个游戏，是不是对自己有了新的认识，看到了自己更多的优点了呢?把自己又发现的优点在小组内分享一下吧!限时5分钟的时间。

8、请自愿者举手或邀请一些同学分享此次活动的感想与收获。

9、相信每位同学通过此次活动都有所收获，不论你曾经是否自卑，不管你是否也曾过高的太高自己，希望你们以后都会有所改善。抛开自卑，怀抱自信，适度自负。激发我们的斗志，树立必胜的信心，坚定战胜困难的信念，用积极乐观的态度，勇往直前。

本次班会到此结束。

10、提倡学生在以后课后，课间进行这种活动，并将归纳总结出来的优缺点，贴在自己的床头或书桌上，时时提醒自己，有则改之无则加勉。