

双违整治工作方案

确定目标是置顶工作方案的重要环节。在公司计划开展某项工作的时候，我们需要为领导提供多种工作方案。方案能够帮助到我们很多，所以方案到底该怎么写才好呢？以下是小编为大家收集的方案范文，欢迎大家分享阅读。

双违整治工作方案篇一

国航系积极响应院团委活动号召，“一帮一”活动在国航系各团支部已经稳步推进。

国航系以思想进步，学习友谊，能力较强的学生干部为核心，帮助那些生活上，学习上能力稍差的同学，各支部学生干部一人帮一人，而学生会干部要求一人帮三人。充分发挥学生干部的带头作用，建立互帮互助的当代大学生的良好品格，同时，通过“一帮一”活动，让被帮助对象切身实地地在生活学习思想上得到更积极的思路和宝贵收获，也让学生干部通过“一帮一”活动得到更好的锻炼，让自己的思想更进步。双方受益，共同进步。

经过我的调查，通过一对一的互助和带动，使很大一部分人更加融入集体，最显著的效果就是思想水平得到提高，很多同学以前没有集体意识，旷课旷早操晚自习，通过一帮一活动，明显提高了上课出勤率，并能融入到课堂气氛中。在学习上被帮助的同学都表示受益匪浅，以前不爱上课看书，在同学的带动和鼓励下对学习和自己的专业知识逐渐有了兴趣，有的人甚至产生了浓厚的兴趣，更乐于学习，享受学习。对生活迷茫或者不知道怎么安排时间的同学，经过同学的帮助，对生活充满信心，有的人有了自己的兴趣爱好，还加入了社团组织，他们自己表示比刚入学时的生活状态强了太多。

“一帮一”活动带来很多切实意义，帮助的人受益匪浅，被

帮助的人得到关心和鼓励，这都是大学生生活中的一份宝贵财富。

很多参与活动的同学还积极给我发来自己在一帮一活动中的心得体会，下面是国航系学生会学习部干事，15级国航二班团支书刘奇慧同学的心得体会。

刚刚接触这个活动时，我不知道自己要怎么去开展，为了更好地把这个活动搞好，我主动去和其他班级的团支书交流经验。后来我总结出一定先要和帮助人商量好，只有他本人愿意，才好开展下一步的工作，还有要积极向上，有上进心，愿意接受别人的帮助，愿意配合工作，愿意改变自己的不足。

我第一时间就想到我们班的杨丹丹，作为她的室友通过和她的接触我觉得她这个月变化很大，上课也比较积极向上。相对于刚开学来说，思想和行动上都有较大变化，我觉得她更需要帮助，帮助她也更有意义。想到这里的时候，我就马上找到了她，我跟她说了这个活动的意义，她也很乐意接受我的帮助，直接答应我的请求，我的“一帮一”活动的第一步工作就这样开展了，很顺利，也为后续的工作奠定基础。

在开始活动之前，我想了很多，我不知道应该这么去做，我一方面怕自己做得不好，她不接受，另一方面，我觉得自己本身就不是很好，觉得如果自己处理方式不当的话，会影响她的自尊心。我想了很久，想来想去，我觉得自己对自己要求高，而对他人则不能一下子很高，这样会打击她的积极性。

我首先是从上课开始，因为我觉得这是作为一个学生最基本的。每当我到教室上课时，第一件事情就是看她来上课没，如果她没有来的话，我就会及时给她打电话，叫她来及时上课。她一般还是会接受的，她还是会来上课。每次她来了，我就觉得自己又成功了一点点，我觉得自己的付出没有白费，自己提供的帮助对她有用，心里不禁乐意一阵。

我觉得她的本性是很好的，只是缺少了一点积极性和热情。于是我跟她说了她自己在这方面的不足，希望她能改变一下，她就是一个很优秀的人。我叫她多参加一些活动，让自己变得阳光起来。她答应了。在我们每周四组织的主题团班会上我都有意地让她上台讲话，她本来不愿意，觉得自己没有什么可讲的，经过我的一番鼓励之后，她终于答应好好的准备一下。虽然上台的她依然觉得有些紧张和害羞，但我已经明显地看到了她的改变，虽然她只是进步一小步，但我相信在今后她一定会越变越好，成为一个十分优秀的人。我觉得我离成功又近了一步。班会后，我又发短信鼓励她，希望她以后能参加更多的活动，让自己更加阳光起来。

“一帮一”活动使我帮助别人的同时也进一步思考自己，令我获益良多。同时我觉得对自己要求比以前更高了，我也觉得自己在不断的进步。在以后的一帮一活动中，我会继续努力，更加努力，因为帮助别人的同时也会让我收获不一样的感动和惊喜。

双违整治工作方案篇二

xx市位于xx省西北部□xx河中下游，地处云贵高原与四川盆地的过渡地带，全市行政区域面积1852平方公里，辖11镇3乡3个街道，90个行政村，34个社区，总人口31.4万人，二调耕地面积34.67万亩。农业面源污染主要来源为农业投入品、农村生活污水、生活垃圾以及农作物秸秆和规模养殖场粪污。由于农业生产活动的广泛性和普遍性，农业面源污染涉及范围广、随机性大、隐蔽性强，加之不易监测、难以量化、控制难度大，已逐渐成为制约农村经济社会可持续发展和美丽乡村建设的主要瓶颈。

为切实改善农村人居环境，全力打造“天蓝、地绿、水清、气静”的农村生态环境，我市坚持以“治污治水·洁净家园”五年攻坚行动和“四在农家·美丽乡村”六项行动为抓手，结合农村人居环境改造“10+n”和“七改一增两治理”行

动计划，整合各部门专项资金，采用bt□bot□ppp等模式，拓宽环境治理投资渠道，全面启动农村生活垃圾、污水处理和农药、化肥零增长行动以及农作物秸秆、畜禽规模养殖场粪污综合利用工作，取得了一定的成效。

（一）大力开展生活垃圾治理设施建设，垃圾收运系统进一步完善

近年来，我市着力健全垃圾收集处置系统建设，通过招商引资引进广西鸿生源环保科技有限公司，投资1.2亿元，启动日处理200吨生活垃圾无害化处理项目。为减少原有垃圾填埋场对周围环境的影响，投入500万元对原垃圾填埋场进行封场处理。投资3500万元，完成xx市城乡生活垃圾收运系统工程建设，建成垃圾压缩中转站14座（其中城区2座、乡镇12座），配置转运车10台、勾臂式垃圾车48台、可卸式垃圾箱600个。积极探索乡镇生活垃圾源头处理模式，投资66.88万元，采购“分散式生活垃圾处理站”设备2台，在石堡乡、葫市镇开展生活垃圾就地处理试点工作，采购垃圾箱125个、垃圾钩臂车9辆，并分配至各乡镇、村，进一步提升了农村生活垃圾收运能力。目前，我市生活垃圾收运设施覆盖全市17个乡镇（街道）和79个行政村，乡（镇）覆盖率100%，城乡生活垃圾无害化处理率90%以上。

（二）大力开展生活污水治理设施建设，污水处理能力进一步提升

按照省委关于“坚守发展和生态保护两条底线，努力把xx河打造成为全省生态文明制度建设的改革先河”的要求，我市从20xx年起，采取bt□bot以及ppp等模式，大力实施城乡污水处理设施建设

2. 全面推进农村污水处理设施建设，农村环境得到明显改善。结合“四在农家·美丽乡村”六项行动和“治污治水·洁净家园”五年攻坚行动，整合农村环境综合整治、农村清洁工

程、清洁小流域治理和xx河流域环保专项资金以及财政“一事一议”资金，采取人工湿地工艺、一体化生活污水净化系统和一体化净化器+人工湿地等工艺，在农村居民聚居点、高速公路沿线□xx河沿线和景区沿线，大力开展农村生活污水治理设施建设工作。已建成农村生活污水治理设施45套，在建农村污水治理设施8套。编制完成□xx市整体推进农村生活垃圾污水治理项目实施方案□20xx—20xx年），计划实施污水、垃圾治理项目221个，总投资43386.78万元。其中，污水治理项目128个，总投资42136.78万元，农村生活垃圾治理项目93个，总投资1250万元。力争用3年时间，利用人居环境改造资金着力改善全市100个行政村人居环境，重点打造精品型村庄18个、提升型村庄30个、普及型村庄52个，进步一完善农村污水治理设施，实现农村污水垃圾治理设施全覆盖。

（三）着力控制化肥、农药施用，确保总量实现“零增长”

通过开展科普宣传、强化日常监管、推广标准化生产等方式，不断提高规模化生产经营主体和农户绿色生产意识□20xx年，建成国家级出口食品农产品质量安全示范区，生态原产地产品保护示范区通过评定，列入国家有机产品认证示范创建区，全市农业标准化生产水平大幅提升。

1. 推广绿色疫病防控技术，实现农药使用“负增长”。在水稻生产上推广使用太阳能杀虫灯、稻鱼共生、稻鸭共育模式和生物农药，在金钗石斛生产上推广应用农业、物理、生态调控配套生物农药，在蔬菜生产上推广太阳能杀虫灯配套生物农药，在果园管理上推广养鸡放鸭、糖醋液诱杀、人工捡拾处理等措施。同时，依托专业合作社等经营主体，实施农作物病虫害专业化统防统治，推广使用高效、低毒、低残留新品种农药，提高生物农药使用比例，达到农药减量控害和减少农药对环境的污染□20xx年，全市农药使用量16.17吨（折百量，按纯度100%计算），化肥施用量控制在250公斤（折纯）/公顷以内，同比下降6.9%，实现负增长。

2. 大力推广科学用肥，实现化肥使用“零增长”。根据□xx省农村环境质量试点监测工作方案□□xx省农村环境质量试点监测技术方案》和《农村环境质量综合评价技术规定（试行）》的要求，在全市范围内选取了涵盖种植型、工业型、生态型3种村庄类型的5个具有代表性的村庄15个点位开展土壤环境质量监测与评价，每年按照20万亩的总体目标，大力推广测土配方施肥和施用有机肥，指导农民科学购肥、用肥□20xx年全市化肥施用强度130.5公斤/公顷，全市化肥施用强度实现稳中有降。

（四）严管严控，着力提高畜禽规模养殖粪污和农作物秸秆综合利用率

1. 规模养殖场畜禽污染处理实现全覆盖。严格按照法律法规规定，完成畜禽养殖禁养区、限养区划定，通过市乡两级分级负责巡查、经营主体建立完善台账等方式，对规模化养殖场（小区）粪污处理进行常态化监管。目前，我市共有规模养殖场12家，年产生粪便26755吨左右，全部采用雨污分离、干湿分离和垫料平养等方法，通过将养殖粪污集中收集用于生产有机肥、堆肥、沼气池处理等方式，年综合利用25430吨以上，综合利用率达95.05%。

2. 农作物秸秆综合利用水平不断提升。近年来，我市结合生态市创建和森林防火工作要求，不断加大宣传和查处力度，严禁野外焚烧秸秆。通过免费发放腐熟剂等方式，推广秸秆腐熟还田还土技术，在避免造成环境污染的同时，又改良与培肥了土壤。目前，我市还在积极与有关企业接触，洽谈生物质发电项目，进一步拓宽秸秆综合利用途径□20xx-20xx年，全市秸秆综合利用率均达到96%以上。

（五）以脱贫攻坚为统揽，农村综合环境得到大幅改善

1. 着力改善群众居住条件□20xx年至20xx年，全市共实施农村危房改造25439户□20xx年，我市按照脱贫攻坚有关要求，

投资3.5亿元，集中开展了农村危旧房屋整治，共整治各类危旧房8215户，其中，建档立卡贫困对象2431户，新修建597户，全面消除农村群众住房难问题。

2. 着力开展小康房建设。按照《遵义市“四在农家·美丽乡村”一小康房行动计划20xx年度实施方案》要求，投资800万元，完成复兴镇凯旋村、两河口镇盘龙村、葫市镇小关子村200户小康房建设任务。

计划投资13.76亿元，在葫市镇天堂村、官渡镇玉皇村等16个乡镇实施农村人居环境改造点150个（其中，精品型18个、提升型40个、普及型92个），已完成投资10.97亿元。

（一）群众环保意识薄弱。群众对环境保护和资源合理利用的认识不到位，环保意识薄弱，未充分认识到环境污染的危害性和资源保护与可持续发展的重要性。

（二）监管、保障体系不健全。与城市系统、严密的环境保护监督管理相比，农村地区的监督管理相对滞后。加之农村面源污染点多面广、牵涉部门多，多数地方几乎是监管死角。

（三）资金投入不足。农村面源污染治理和环境综合整治涉及农村生产、生活的方方面面，加之我市群众居住分散，农业生产以户为主，建立完善处理系统和后续维护投入很高，地方财政难以承担。

四、对策与建议

（一）切实提高群众素质。在农村地区大力开展环保知识宣传，引导群众转变思想观念和生产生活方式，切实提高其生态环保意识，为建设美丽乡村夯实思想基础。

统筹整合项目和资金，按照“渠道不变、整合使用、各计其功”的原则，避免分散投入、重复实施等现象，实现项目效

果的最大化。

（三）建立完善农村环保监管网络。落实生产经营主体责任，结合“河长制”组织体系，建立专职机构、兼职人员、志愿者相互补充，形成横到边、纵到底的全覆盖监管体系，实现从被动应付到主动监管的转变。

为切实提高农业面源污染和农村环境综合整治水平，建议上级在以下几个方面给予基层更大的支持：一是加大对农村生活垃圾、污水和规模养殖场粪污综合利用等基础设施建设投入，夯实美丽乡村建设基础。二是规划建设区域性的农膜和化肥、农药、饲料等农业生产投入品包装物回收系统，提高农村生产垃圾处理利用率。三是建立农药、兽药、动物疫苗等有毒有害物质专业回收处置机构，避免对农村环境和群众身体健康造成危害。

双违整治工作方案篇三

（一）强化组织领导。按照县级负责、乡镇主抓、村为主体的工作原则，成立以县委政府主要领导为组长，县委、县政府各分管领导为副组长、县直相关部门主要负责人为成员的农村人居环境整治工作领导小组。并按程序下发了《xx自治县农村人居环境整治实施方案》（务委办通〔20xx〕xx号）、《xx自治县20xx年农村卫生厕所建设改造实施方案》（x农领办发〔20xx〕xx号）、《xx自治县农村人居环境整治村庄清洁行动工作方案》（x农领办发〔20xx〕xx号）、《xx自治县20xx年秸秆禁烧和综合利用工作实施方案》（x农发〔20xx〕39号）、《xx自治县农业农村面源污染治理专项行动工作方案》（x农发〔20xx〕45号）等文件。

（二）大力实施村庄清洁行动助推人居环境整治。根据《xx市农村人居环境整治村庄清洁行动方案》（x市农领办发〔20xx〕xx号）和《关于深入推进村庄清洁行动助推农村人居

环境整治工作的通知（x农人居通〔20xx〕xx号）文件精神，结合实际，认真组织实施村庄清洁行动助推人居环境整治。一是充分利用重大节日和重大民俗活动期间，严格遵照行动内容，紧扣行动主题，紧盯行动目标，开展以村庄“五清一改”为主要内容的集中整治活动，助推人居环境整治工作。二是加大宣传，积极动员，营造人人参与行动的活跃氛围。通过召开群众会、党员大会、村民代表大会、悬挂标语、发放宣传资料等多形式，加大宣传引导力度，动员鼓励党员干部、大学生、志愿者、社会团体等多方力量参与村庄清洁行动中。三是持续开展卫生评比。在脱贫攻坚决战决胜阶段，我县开展了卫生评比行动，取得以点带面、辐射带动作用的良好效果，人居环境整治行动中持续开展卫生评比，进一步提高人民群众的积极性、参与率，在群众间形成一种相互激励作用，激发群众的内生动力。

（三）大力实施农村卫生厕所改造专项行动。按照“全方位覆盖、彻底性革命”的基本思路，通过政策引导、部门联动、标准规范、分类指导、调度考核等方式，我县大力实施“厕所革命”专项行动。截止目前，我县农村户用卫生厕所建设改造25511户，超额完成三年目标任务，当前已全部投入使用。20xx年全县计划新建改造村级公共卫生所厕40座，目前已投入使用25座，完成比例为62.5%。

（四）大力实施农业农村面源污染治理专项行动。为加快推进农业农村面源污染治理，我县主要从大力实施种植业结构调整、畜禽养殖粪污专项治理、化肥农药零增长行动、农膜回收利用、作物秸秆综合利用、发展节水农业等几个方面重点内容，大力发展现代山地高效农业、生态畜牧业和低碳循环农业；全面推进农业农村面源污染防治，如期打赢农业农村面源污染治理攻坚战。

（五）进一步完善村规民约，构建长效机制。部分村（居）进一步完善村规民约，按照“村里事、村民定、村民管”的做法，发挥人居环境整治中农民参与的主体作用。有条件的

地方已设立保洁员岗位，专人进行垃圾的清理、公路养护、农村公共厕所的管护等；逐步形成民建、民管、民享的长效机制。

（一）思想认识不到位。农村人居环境整治行动开展以来，我县各地积极响应，强化思想教育，引导群众积极参与行动当中。但是不少群众思想意识没有转变过来，主人翁意识较差，维护村庄公共环境卫生主体责任意识不强，存在“各扫门前雪”的情况，公共卫生没有得到有效治理；“清洁指挥长”责任制未有效开展，未充分利用村级党组织的战斗堡垒作用、党员干部的模范带头作用。

（二）垃圾转运设施不足。日常生活中，影响农村人居环境中的“罪魁祸首”就是各种生产生活垃圾。农村对生产生活垃圾处理又是相对薄弱的环节，部分村（居）没有布局合理的环卫设施（垃圾桶、垃圾池、垃圾集中存放点），没有固定的转运模式，更多还是依靠于焚烧、填埋等模式；没有固定的环卫保洁队伍，没有固定的垃圾处理措施，垃圾转运遇到很大的阻碍。

（三）资金投入力度不足。人居环境整治，由于一些基本的设施设备不完善、人员配备不完整，在行动中会投入大量的资金。由于前期脱贫攻坚花费了大量的财力，在人居环境整治行动中资金分配上存在一定的难度。各地方的设施设备和人员配置上面存在着不平衡。

（四）长效机制建立还需进一步加强。随着人居环境整治的推进，越来越多的人们的环境保护意识逐渐加强，乡村环境卫生日趋变好。但是，人居环境的卫生是一项长久的民生事件，需要建立长效的公共环境卫生保洁制度，通过完善村规民约，明确村民维护村庄环境的责任和义务；需进一步的加强“清洁指挥长”的能动作用，建立完善的长效机制，让村庄能够常年的保持干净、整洁、有序，有效提升乡村村容村貌，让农民群众主动爱护和维护环境卫生，拥有良好卫生意识和

文明生活习惯。

（一）进一步夯实主体责任。坚持县级主抓，乡镇落实责任机制，乡镇主要负责同志为要切实做好农村人居环境整治的总指挥，形成“清洁指挥长”责任制，发挥村级党组织战斗堡垒作用、党员干部模范带头作用，发动群众、组织群众，多方力量参与，激发群众的内生动力，形成农民群众自己事自己干的行动自觉，全力推进我县人居环境整治行动。

（二）进一步加大宣传力度。农村的“脏、乱、差”现象和农民的环境意识淡薄、居住环境不讲究、生活卫生不注意等陋习根深蒂固。农村人居环境不仅仅是对农村环境卫生的整治，更是对农村落后陋习改变。坚持把宣传工作作为农村人居环境整治的先导工程来抓，充分利用村民代表、党员会议、悬挂标语、发放小册子、知识讲座、宣传栏等有效载体，对农村人居环境整治工作进行广泛深入的宣传。营造人人参与的氛围，让广大人民群众成为农村人居环境整治工作的参与者、践行者、受益者。

（三）进一步强化资金保障。县级财政增设农村人居环境整治专

项资金，相关职能部门积极争取农村环境综合整治项目助推人居环境整治。引导社会力量参与，拓宽资金的来源渠道。将资金用活用好、算好帐，将每一笔资金用在刀刃上，做好人居环境整治有力的后盾保障，扎实持续改善农村人居环境。

（四）进一步加强部门沟通和协作。部门之间沟通直接影响到工作效率，要增加沟通与协作，构成一个有效的沟通机制，共同把工作做好。各部门需要进一步的协调配合，紧紧围绕行动目标，团结一致，迎难而上，努力改变影响农村人居环境的不良习惯。

双违整治工作方案篇四

为了切实改善农村环境面貌，不断提高农村生产和生活环境质量，近一年来，我村认真开展环境综合整治工作，努力实现“河道净化、道路硬化、村庄绿化、卫生洁化”四化目标，现将环境整治工作总结如下。

袁大庄村位于沛县敬安镇镇区西部，南靠老徐丰路，东临沛敬路。下辖袁大庄、东南庄、金庄三个自然村，9个村民小组，全村共有农户523户，社会总人口1980人，承包土地人口1740人，耕地面积2761亩。

(一) 村民住房、生产用房整理

- 1、按照我村旧村改造及中心村建设规划要求，暂停村内新房建设，待旧村改造完毕安排全体村民统一入住袁大庄中心村。
- 2、全面清理违章建筑，拆除危险、废弃房屋或构筑物 and 妨碍道路通畅的房屋。拆除面积200多平方米。

(二) 村庄道路建设

投资50万元，对进村道路和村内主干道及连组到户道路进行硬化，修铺主干道250米，铺设下水道400米，安装路灯10盏。

(三) 村庄绿化工程建设

投资5万元针对村域范围内主要道路、河道、庭院等进行绿化，绿化面积近1000m²。

(四) 村庄环境卫生建设

- 1、完善卫生保洁制度，成立了5人专职环境卫生清洁员队伍，使垃圾等废弃物得到及时清运，并实现无害化处理。

2、投资15万元建成公共水冲厕所1座，并安排专人经常性地进行厕所内灭虫灭蝇等工作。

3、投资35万元购置垃圾车一辆，垃圾桶25个。

4、开展了村庄环境卫生的大整治活动，集中清理卫生死角和杂草、杂物，做到房前屋后杂物堆放整齐有序；墙壁干净整洁，无乱涂乱画现象。

5、积极推广太阳能、液化气等清洁能源的利用，开展畜禽养殖业污染治理实行干湿分离污水集中收集处理；自来水入户率已达到100%。

(一)领导重视，上下联动，确保环境整治工作顺利推进

专门成立了由村支部书记刘洪敏任组长、村“两委”其他成员为组员的环境整治领导小组；并积极与上级职能部门联系，要求经常性地开展协调与指导工作，形成了实施这项惠民工程的合力，有力地推进了村庄整治建设。

(二)坚持因地制宜，分类指导，确保整治合民意出成效

由于历史原因，我村的村庄原状存在村民建房随意性多、村庄落散等问题，给我村环境整治带来诸多困难。因此，我们从现有村庄的特点出发，以方便群众、提高人民群众生活水平和质量为目标，合理布局村内的生活、生产、生态等功能，建设功能齐全、生活舒适、百姓安居乐业的袁大庄中心村。

(三)强化宣传，营造环境

依托广播、宣传栏、村级简报、标语、倡议书、会议等媒体大力宣传，在全村上下形成一种时不我待、真抓实干的工作和舆论氛围。引导广大农民群众成为村庄建设的主体，激发广大农民群众的积极性和创造性，不断赢得群众支持。

1、严格按照镇总体规划和袁大庄旧村改造和中心村建设规划的要求进行村庄的建设，各农户的住房建造必须服从村、镇的规划建设要求。

2、强化土地集约利用，通过退建还耕、宅基地置换、土地整理等达到占补平衡，并力求新增土地。

3、在硬件上改善农民的生产、生活条件的同时，探索巩固整治成果的措施。要完善村庄卫生管理的长效机制，落实岗位责任制，定期抓督查，随时抓检查。保持村庄环境整洁卫生，更要重视加强对村民的教育，提高村民的卫生素质和文明意识，使村民能自觉遵守，真心爱护自己的家园。

双违整治工作方案篇五

一、在过去的一段时间里，我因为个人主观上的惰性，和一些对学习方面的厌倦，而屡屡不去上课或早退，并抱着侥幸的心理以为老师不会发现。这是一种十分幼稚而可笑的不成熟行为，这是在虚度自己的大学生活，浪费自己的时间和生命，辜负了老师和家长的期望。老师在发现我这样的行为之后，没有放弃对我的期望，对我进来交流沟通教育，谆谆教导让我认识到了自己的错误，我一定会在以后的学习生活中予以改正。

二、在经过老师的教导之后，和同学的帮助之下，我真正地认识到了自己旷课不去上课的错误，并在实际行动中将自己的行为切实地加以改正，已经能真正地做到不迟到不早退不旷课，这条大学生日常行为的基本准则。

虽然有时候心里还是会有懒惰的心思作祟，想着不去上一节课应该也没多大关系吧，但最终我都能以自己的决心战胜懒得，从而带着自豪愉快的心情去上课，我为自己感到骄傲。

三、最近的课程我一节也没有落下，我为自己感到高兴。同

时我也感受到，一天一个星期不旷课很容易，但要做到一学期一年并且永远守时守纪不旷课，这需要自己有坚定的决心和顽强的毅力，并让自己在学习生活中对学习有浓厚的兴趣，这才能从根本上解决旷课的问题。要做到上好每节课，必须保证自己有充沛的精力，这首先要从有规律的生活作息做起，每天都能早睡早起，不熬夜不睡懒觉，这样才能保证上课的质量。

四、最近我一直保持着良好的作息时间，从而保证了完整的上课出勤。每天寝室熄灯后就能入睡，早上7点便起床，和同学去食堂吃过早饭，带着愉快的心情去教室上课。经常都是第一个到教室，有时候比老师还早。老师看到我们都是一惊，然后便露出会心的微笑。这是对我守时守纪的肯定，更加坚定了我的决心。

正是在这样的良师益友的教育和帮助下，我才能走出大学生活的迷茫期，回归到积极向上的学习生活中。

五、冬天到了，很多同学因为天气转凉的缘故都喜欢躲在被窝里睡觉而直接不去上课。看到这样的场景总是会联想到以前自己也都是这样。一时的懒惰总能拖延的很久且愈演愈烈然后变成惯性，现在想来的确很浪费光阴。

近日在空闲时间去图书馆走了走，发现里面的书对自己的专业课很有帮助，才意识到学校图书馆的作用，就连其他专业或者业余的书看来也增广了自己很多见识。我想在大学里还有很多需要自己学习的方面。

六、到期末了，发现自己在这学期的表现相比以前有所改善。以前觉得落下几堂课对最后考试关系不大，自坚持去上课并且不迟到后，深刻感受到所学知识都是在于积累，不再觉得到了期末对课程很生疏甚至一无所知，且对考试也少了些慌张。

所有的事都在于坚持和积累。习惯是慢慢养成的，好的坏的都是，且差的习惯容易形成却难以克服，因此在老师的教导下我将会逐渐摒弃掉旷课的恶习向良好积极的学习生活方式努力。