

不平凡的一年 不平凡的一年工作心得体会 (精选10篇)

为有力保证事情或工作开展的水平质量，预先制定方案是必不可少的，方案是有很强可操作性的书面计划。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。以下是小编精心整理的方案策划范文，仅供参考，欢迎大家阅读。

我爱我班班会设计方案篇一

2、讨论个人与班级的关系。

春天来了，微微轻风，绵绵细雨，大地上万物复苏，到处都可以见到生机勃勃的景象。

在一次一次的称赞声中，有一朵花有些骄傲了，她想：“在这棵桃数上，就数我最香了。我不跟那些花在一起，就一定会更突出。”在左右的那些花劝到：“你可不要单独行动呀！那是危险的事啊！”可是那朵骄傲的小花却说：“我的危险与你们不相干！”她又想：我如果离开这，人们一看到我，一定会给我更大的赞美，而且我还能得到自由。不一会儿，风来了，这多花借着风的力量，使劲挣脱了出去。

谁知，太阳马上晒干了这多花，她使劲的喊“救命”，可是她再也不能回到树上去了，后来她终于凋谢了。

老师小结：古代有一位学者问他的学生：“一滴水怎样才能不干涸？”学生们面面相觑回答不出来。最后学者的答案是：“把它放进大海中去。”刘越同学的周记告诉我们：花离开了滋润它成长的大树就会凋谢，人，离开了班级就失去了智慧和力量的源泉，就不能成长、进步。所以个人不能离开集体。如果一个班级好比是一座百花园，那么每一个同学就是

其中一朵花。

学生讨论总结班级不足主要有三点：

- 1) 有的同学学习态度不端正，有不完成作业的习惯。
- 2) 下课有打闹现象。
- 3) 有的同学上课听讲不够专心，抠手指、玩橡皮、弄尺子。

老师小结：这些问题的存在，都与同学没有认识到学习的重要性和认识不够有关。班级建设需要同学们共同的努力班级的活动，如出板报、运动会、班会的召开，都需要同学们同心同德通力合作。三．共祝愿美好班级、快乐人生。

最后让我们用优美的歌声共同祝愿我们的世界四季常青、我们的祖国繁荣昌盛、我们的班级蒸蒸日上，我们的生活幸福无比！

我爱我班班会设计方案篇二

通过主题班会活动，使学生继承优良传统美德，增强爱国情感，从小养成良好的行为习惯，初步树立社会责任感。让学生受到情趣的熏陶和思想品德的教育，懂得礼仪对于每个学生成长的重要性。

活动过程：

一、活动导入

中国自古以来就是礼仪之邦，文明礼貌是中华民族的优良传统，作为新一代的中学生，我们更不能忘记传统，应该力争做一个讲文明、懂礼貌的好学生，让文明之花常开心中，把文明之美到处传播！

二、活动内容：

(一)、社会文明礼仪

- 1、在学校要讲文明，那么在没人监督的时候，我们应该怎么做呢？
- 2、我们要懂得尊老爱幼的道理，那么在公共场合我们该怎样做呢？

（学生自由发言：）

- 3、教师归纳社会文明礼仪重点。

(二)、家庭文明礼仪：

- 1、中国是一个有着几千年文明历史的古国，文化源远流长。作为礼仪之邦，中国历史上有很多故事至今仍深深的教育着我们。同学们觉得在生活中我们应该怎么对待我们的父母和兄弟姐妹？（学生讨论：）
- 2、如果家里来了客人我们应该怎么做呢？（学生自由发言：）
- 3、在家里怎样对待自己的父母和兄弟姐妹？（学生自由发言：）

(三)、校园文明礼仪

- 1、中国是一个有着几千年文明历史的古国，文化源远流长。“礼学”是中国文化的重要组成部分。在中国，自古以来，讲究做人要懂得礼貌谦让，因此中国被称为“文章华国，诗礼传家”，被称为“文明礼仪之邦”。

(1)、规范的校园礼仪是怎样的呢？（学生自由发言：）

(2)、这是我们常用的校园礼仪，对于我们中学生，《中学生日常行为规范》也提出了明确的要求。

(四)、文明用语不离口

2、人与人之间相处时难免有磕磕碰碰，犯错之后的一声“对不起”就能使对方的怒气烟消云散，不然会产生意想不到的后果。

三、活动总结。

同学们，今天我们学习了很多礼仪方面的知识，作为一名新时代的中学生，我们要做到遇到师长、来宾，主动敬礼问好；上下楼梯，人多拥挤，注意谦让，靠右行走，保障畅通；讲究卫生，不乱扔果皮，见到纸屑随时捡；爱护公共财物，不乱写乱划，严格遵守学校规章制度，相互监督，共同促进，争做一个讲文明、懂礼仪的好学生。

我爱我班班会设计方案篇三

1、让学生明白：“让人们因我的存在而而感到幸福”，绝非一句格言，也不是高不可攀的人生境界，而是每一个普通人都能做到的平凡行动。。

2、使学生明白幸福是在他人的赞美、尊重、认同、关爱、欣赏等行为中产生的。

3、培养学生良好的行为习惯，让“爱与责任”促进他们高尚人格的形成。

引导学生层层深入地理解怎样做才能“让人们因我的存在而而感到幸福”。

如何让学生深刻理解这句话的含义并成为自己学习的动力。

教学方法：讲授法、讨论法、多媒体教学法等

课时：1课时

一、播放歌曲《爱的奉献》（上课前）

二、授课：

投影：让人们因我的存在而感到幸福！——马特洛索夫(苏联)

(一)做一个好孩子，让家长幸福

老师：同学们，迈入陈惠南纪念中学，我们已经是中学生了！在成长过程中，中学是一个非常特殊而具转折意义的时期，人们把这一时期又称为青少年时期，这是人生的黄金时期，许多人都是在这个阶段明白了“爱与责任”以及“幸福”的深刻含义。

投影：我们的同龄人马腾飞两岁失去双亲，5岁就开始照顾眼睛失明的奶奶。在奶奶生日时，帮奶奶过生日……马腾飞用爱与责任伴随自己成长，是我们广大青少年的楷模(老师边展示投影边引导学生讲出事迹)。

老师：对以上事迹做简介：小小的马腾飞用自己幼小的双肩承担一切，让奶奶觉得幸福。

(看视频：《开学第一课》中马腾飞的奶奶讲话的那一段)

后汉时期有个叫黄香的孩子，他的父母很疼爱他。在他9岁的时候，慈爱的母亲突然染病去世了。黄香一时接受不了这个事实，日夜思念母亲，变得非常憔悴。因为母亲不在了，黄香小小年纪就做起家务。他还恭敬地照顾父亲，天天给父亲洗衣做饭，千方百计让父亲吃好穿暖。夏天天气炎热，为了让父亲睡个安稳觉，每次父亲睡觉前，他都要用扇子帮父亲

把席子扇凉；冬天气候寒冷，他总是先钻进被子，用自己的体温温暖父亲的被窝，才叫父亲上床歇息。黄香的故事被编入了《三字经》，供后人学习。

投影：我国古代“黄香温席”的故事。

老师：黄香长大以后，人们说，能孝敬父母的人，也一定懂得爱百姓，爱自己的国家。事情正是这样，黄香后来做了地方官，果然不负众望，为当地老百姓做了不少好事，他孝敬父母的故事，也千古流传。

投影：在全国以实施“跨世纪教育工程”而著称的上海建平中学，一个13岁少年的题为《妈妈，我就是你的眼睛》的发言，使全国女市长考察团的26位成员潸然泪下。这位同学9岁时，母亲双目失明，他幼小的肩膀过早地承受了家庭的较多责任和义务，为了买一盘母亲喜欢的沪剧磁带，他利用休息日在上海的街头整整跑了6个小时！

提问：看了以上事例，同学们有什么感想？

学生谈感受。

过渡：讲得很好。中国有句古语：“百善孝为先”。意思是说，孝敬父母是各种美德中占第一位的。一个人如果都不知道孝敬父母，就很难想象他会热爱祖国和人民。古人说：“老吾老，以及人之老；幼吾幼，以及人之幼”。我们不仅要孝敬自己的父母，还应该尊敬别的老人，爱护年幼的孩子，在全社会造成尊老爱幼的淳厚民风，这是我们新时代学生的责任。

(二)做一个好学生，让老师幸福；

做一个好伙伴，让同学幸福；

做一个好少年，让社会幸福；

提问：怎样才是一个好学生？

怎样才是一个好伙伴？

怎样才是一个好少年？

学生讨论——发言。

老师小结：周恩来12岁立志“为中华崛起而读书”，这是多么远大的理想和抱负啊！最后他实现了理想。残疾少年周炜顽强勤奋，不仅生活能自理，还是一名品学兼优的学生。我们身边有很多很多同学，他们性格开朗，乐于助人，把欢乐带给周围的人。他们让老师觉得幸福。

投影：

投影：品德高尚，立志勤学，自立自强，乐于助人，健康快乐。

老师：我们要发展多种兴趣爱好，使自己学有所长，将来做一个对社会有用的人……养成良好的学习、行为习惯，做一个让老师幸福的好学生，做一个让同学幸福的好伙伴，做一个让社会幸福的好少年。

(三) 做一名好公民，让祖国幸福。

老师：现在请同学们自己谈谈，要做一个什么样的公民。

学生发言，谈谈自己的观点。

1、视频：杨利伟着陆后走出分离舱说的第一句话：我为我的祖国感到骄傲！

杨利伟从小就是一个懂事、顾大体的人。无论做什么，小利伟非做明白不可，决不中途放弃。小利伟还是个节俭的孩子，别说是买玩具，就是爸爸给他一毛钱，让他买两根冰棍，他也只买一根，剩下的五分钱，舍不得花，攥出汗来，给母亲，让母亲给弟弟也买一根。

教师：“爱国守法”中的“爱”，是一种“情感”，这种“爱”的情感来源于“亲情”的“孝”。“孝”乃德之本，在亲情“爱”的基础上，才逐步形成：爱人、爱地、爱天，爱己、爱群，爱家、爱国、爱天下。从个体道德品质形成来看，讲“爱”必先讲“孝”。

2、投影：诚信小故事。

北宋词人晏殊，素以诚实著称。在他十四岁时，有人把他作为神童举荐给皇帝。皇帝召见了，并要他与一千多名进士同时参加考试。结果晏殊发现考试是自己十天前刚练习过的，就如实向真宗报告，并请求改换其他题目。宋真宗非常赞赏晏殊的诚实品质，便赐给他“同进士出身”。

晏殊当职时，正值天下太平。于是，京城的大小官员便经常到郊外游玩或在城内的酒楼茶馆举行各种宴会。晏殊家贫，无钱出去吃喝玩乐，只好在家里和兄弟们读写文章。有一天，真宗提升晏殊为辅佐太子读书的东宫官。大臣们惊讶异常，不明白真宗为何做出这样的决定。

真宗说：“近来群臣经常游玩饮宴，只有晏殊闭门读书，如此自重谨慎，正是东宫官合适的人选。”晏殊谢恩后说：“我其实也是个喜欢游玩饮宴的人，只是家贫而已。若我有钱，也早就参与宴游了。”这两件事，使晏殊在群臣面前树立起了信誉，而宋真宗也更加信任他了。

教师：“明礼诚信”中涉及到中华美德的三个“德目”，“礼”、“诚”、“信”。突出诚信，是公民道德规范体系的特色。诚

信建设，要从开发中华民族传统美德资源当中，去寻求智慧。诚信，是儒家道德体系的基础，诚者，天之道；思诚，人之道。诚，是真实无妄，是道德的根本，是人间之常道。信，是重诺守信，人无信不立、业无信不兴、国无信不宁。

3、投影：朗读以下格言名句。

团结就有力量和智慧，没有诚意实行平等或平等不充分，就不可能有持久而真诚的团结。

——英·欧文

不管努力的目标是什么，不管他干什么，他单枪匹马总是没有力量的。合群永远是一切善良思想的人的最高需要。

——德·歌德展。

万夫一力，天下无敌。——刘基

三个臭皮匠，顶个诸葛亮。——中国谚语

一个篱笆三个桩，一个好汉三个帮。——中国谚语

天时不如地利，地利不如人和。——《孟子》

教师：“团结友善”体现了中华美德的“宽”与“恕”。这是“多元”社会与国际环境所需要。

4、投影：周总理的小故事。

1962年夏，周总理到辽宁省视察工作，刚一住下，他就从口袋里掏出一张纸，交给负责接待的同志，说：“上面写的东西都不能做。”原来，这张单子开着20多种禁吃的菜名，鸡鸭鱼肉之类都包括在内。正是这一桩桩、一件件小事，铸就了他们伟大的人格魅力，使之成为中华民族传统美德和我党我军光荣传统的化身！

教师：“勤俭自强”，体现了“勤”、“俭”、“廉”与“耻”四种美德。因为“勤以养廉”，“俭以养德”，“知耻近乎勇”。“耻”是个人的“脸”，是人的尊严，也是国家和民族的尊严。无耻，何谈自尊、自强。

5、投影：全国文明出租车驾驶员——王涛。

教师：“敬业奉献”，体现了“忠”与“义”。“忠”的本质是“责任”，尽职尽责，忠于职守。“责任”，是“敬业”灵魂。“义”是追求、是气节、是利他，奉献是“重义轻利”，“见义勇为”，“杀身成仁，舍生取义”。

教师小结：做一个好公民，爱国守法、明礼诚信、团结友善、勤俭自强、敬业奉献，让自己成为一个对社会有用的人，让祖国幸福的人。

投影：忠——尽己报国的责任 孝——生生不息的爱心

诚——求真务实的品质 信——立身兴业的基点

礼——人际文明的规范 义——人间正道的向导

廉——清白正气的根基 耻——人之为人的底线

让人们因我的存在而感到幸福！”做一个好孩子，让家长幸福；做一个好学生，让老师幸福；做一个好伙伴，让同学幸福；做一个好少年，让社会幸福；做一个好教师，让学生幸福；做一个好校长，让师生幸福；做一名好公民，让祖国幸福！

这样，当我在的时候，人们的感受就象如逢春雨，当我远去的时候，人们的思念就会如风悄悄地传递。我的存在是他们幸福的源泉，伴随他们的是安全、愉悦和无穷的动力。

这节课的设计理念是源于苏联卫国战争时期一位英雄马特洛

索夫的名言“让人们因我的存在而感到幸福”。初一的学生对“幸福”的理解可能比较肤浅，对“爱与责任”也不能很好地理解，或者只限于口号式的程度。设计这节课是希望学生在升入初中后，能从细微处要求自己，使自己成为一个让别人幸福的人，于国家有用的人。

同学们对小故事非常感兴趣，在讨论过程中，也能对自己做得不好的地方进行反省。当老师说到“幸福不仅仅是一种美好的物质的生活，更是一种愉悦的精神体验。而且，这种愉悦的精神体验有时是仅仅来自一声普通的问候或一个细小的行为”的时候，同学们都觉到很惊讶，深深感受到应从小处做起，培养自己优秀的品质。

让人们因我的存在而感到幸福，是啊！倘若每位教师都能用心灵赢得心灵，以人格塑造人格。让教育充满更多的人情、人道和人性。那么我们的学生能不可爱吗？他们能不为了使自己的同学，使整个集体也因为有了自己而想到温暖、感到自豪、感到幸福，而作出自己不懈的努力和奋斗。

我由此深深地感悟到：教育是心灵的艺术；她不仅仅是有意义的，她还是一一美的。

让我们再次用心来呼唤：让人们因我的存在而感到幸福。

我爱我班班会设计方案篇四

四月二十二日，我们班例行开主题班会，此次主题是“我爱我的班”。

班长也总结到另外一个问题，就是关于班级集体荣誉维护，在上一学期的“优秀班级”评选中，我们班未能被评选上，这要引起我们的重视，这说明我们班还有许多不足之处，包括学习、生活还有校内活动等方面做得不够好，所以我们都增强集体荣誉感，我们每个人都是班级体的一分子，都有

为班级做贡献的责任。接下来还分别有体育委员关于班级的一些日常活动作了一系列的策划，以及对前几个月的活动总结。

团支书也关于班级的风气情况和党政学习做了几分钟的发言。

在自由发言的环节中，大家均踊跃发言，分别对我们班的学习、生活方面的管理及对学生间融洽相处都提出了很好的建议。

学生升入大一下学期已经半年多了，对学校、班级、老师及同学都已经熟悉了。最初的那份热情、那份好奇、那份新鲜感开始慢慢消退。刚进入大一的种种向往、种种希望和种种决心也开始降温，缺点逐渐显露出来：如同学之间出现摩擦，上课有些松散，教室宿舍的卫生也不愿做等等。针对这些现象，有必要通过班会来调动学生的积极性，参与班级管理，争做班级主人。

还有2个月就考试了，是呀，我们为了我们的理想，带着家人对我们的期望，汇聚到同一所学校，融合在同一个班级，在同一片蓝天下同呼吸共命运。彼此从不相识到相识，从相识到相知，这是一种缘分呀！当我们刚进入大一的时候，我们都是满怀希望，带着憧憬迈进新班级的。那时，我们的心情是多么的激动呀！我们是多么希望能在一个优秀的班级中放飞自己的梦想呀！又是多么希望能在一个充满爱的集体中生活！也许从那时起，你就已经把这个集体当做你的一个家了。因为我们都爱自己的家，因为在这个家里有温暖和关爱，有我们的兄弟姐妹，我们是亲密无间的伙伴，我们是相亲相爱的一家人。

今天的班会开得很成功，我相信在今后的生活中，我们的同学会更融洽，集体会更和谐。

虽说是大一了，但毕竟还是小孩子，生活中的磕磕碰碰的事

就免不了。因此，这次班会起到教育同学们相互相处多一些包容，多一些理解，多一些谦让，就可以了。

在通过以上的发言后，我想在同学们的心目中什么才是真正的集体他们已有所了解，要创建一个和谐的集体离不开我们，因为只有我们才是主人，他们才是主体。自己发言讨论产生远比强制性规定效果要好得多。

本次班会的目的是要通过这次班会，使同学们认识到，个人的发展离不开集体，只有融入到集体中，友谊的种子才会萌发；理想的航船才能乘风破浪，扬帆起航。在集体中我们不仅要发挥自己的力量，还要发挥集体的力量，努力的去思考，认真的去总结。这样，我们就会体会到“集体的凝聚力”是多么的重要。

我爱我班班会设计方案篇五

大家好！今天我演讲的题目是《我爱我班》。

也许，您会感到疑惑，班级怎么会是你的家呢？因为，我把班级当家爱！也许，您又疑惑了，你的班级有那么好吗？是的！不信，就请您接着听。

我爱我班，还因为我们班有许多可爱的老师。语文老师，上课幽默风趣，不一样的教学方式，让我们在快乐中学习；数学老师，认真批改我们的作业，耐心地为我们解答问题，在我们懂了之后，平日里总是板着的脸上也能露出欣慰的笑容；班主任，辛勤教书的同时，常与我们交流谈心，他是育人教书好老师。此外，还有苦口婆心的物理老师，兢兢业业的生物老师，知识渊博的历史老师，带领我们游览音乐世界的朱老师，等等，他们都会因我们的快乐而快乐，因我们的烦恼而烦恼。您说，和这样的老师朝夕相处，我能不自豪吗！

我爱我班，因为我们班级还是个积极上进的班级。这次期中

考试，我们班没能保住第x名，全班同学心里都不是滋味。但是，面对失利我们没有气馁。在老师的帮助下，我们认真分析，找出差距，静心思考，寻求对策。现在，我们已经全身心地投入到学习中。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”我们一定会用我们的努力，让xx年寒冬的腊梅花开得更艳，香得更远。

说了这么多好，也许您又会问了，你们班没有缺点吗？不瞒你说，我们班也有一些不雅的事，如抄作业，校外打架等。但这只是极少数人，这些问题也是成长中的问题，我们班的主流是好的，班风是好的。并且，我们一致坚信，在老师的教育和帮助下，在同学们的共同努力下，我们一定能克服缺点，一步步走向优秀。

我爱我班班会设计方案篇六

相亲相爱一家人之我爱我班

新的一年伴随着快乐祥和的氛围快步来到了我们的身边，我们也在快乐温馨的日子里，不断成长，不断成熟。随着时间的飞逝，我们也在长沙民政职业学院电子系这个大家庭里生活了半年了，这里就像我们的家一样，大家相互关心帮助，彼此相亲相爱。

通过这次主题班会的开展，激发学生爱家——集体，培养学生的集体荣誉感，形成班级凝聚力，从而团结同学，认真学习，勇于创新，勇于开拓，共创辉煌，努力争创优秀班集体。

时间：二零xx年三月八日下午2点10

地点：电子系教学楼6栋

全体电子系学生

各班积极举行这次班会活动，班会负责人必须事先准备好一些关于“相亲相爱一家人之我爱我班”的相关报道或新闻，让每一位同学充分的体会到一家人之间的相亲相爱。同时每班学生都需要参加，积极发表自己对做到一个班级相亲相爱一家人的看法，另外要谈论一下我们应该怎样做到想起相爱，以此来推动班会的热潮，讨论完毕后借热潮各班来开展各类与班会主题相关的活动。最后各班不得迟到或早退，遵守班会过程中的纪律，组织部要严格检查，予以登记。

1、13：20召开部门会议，总结上次班会工作及此次班会活动的安排。

2、分组：安排好检查班会的部门成员。

3、检查：在2：10准时开展各项检查并做好相应的记录，直到班会结束。

4、总结：统计各个楼层的记录及各班班会材料，给予相应的班级考核分。

与其说这是一次班会到不如说这是一次爱的甘露，一次家人的聚会。通过各班对“相亲相爱一家人之我爱我班主题班会”的开展，每班都有人发表自己对该主题的看法，千百条不同的观点却有着同一个起点：那就是我们大家是一个集体，是一家人，我们都应该相互关心，相互帮助，彼此信赖。我深信这一次的班会让我们明白自己的责任，让我们深刻体会到关爱的力量的无限，更让我们深刻体会家的温馨和家人的温暖。并且通过这次主题班会的开展，激发学生爱家——集体，培养学生的集体荣誉感，形成班级凝聚力，从而团结同学，认真学习，勇于创新，勇于开拓，共创辉煌，努力争创优秀班集体！

策划书：电子系团总支学生会

二零xx年xx月xx日

我爱我班班会设计方案篇七

21世纪是人类最大限度地运用其得天独厚的智慧，发挥人类独具的自由创造能力，提升自身生命的质量和价值的时代。本世纪最伟大的发现，不是宇宙空间探索或别的，而是人类对自我的发现。

高中时期正是确立自我意识最为关键的阶段，对刚进入高一年的新生特别重要，粤教版高中语文必修1的学习模块“认识自我”就应运而生。根据学生学习了这个单元的课文和高一新生的特点，本人设计此主题班会。

二、活动意义

- 1、高一新生正确认识自我，确立正确的人生观和价值观，规划自己的人生之路，做好高中阶段学习的思想准备。只有正确认识自我，才能更好地应对人生道路上的各种机遇和挑战。
- 2、认识自我，也是认识他人、认识社会的基础。越了解自己，才能理解、关怀他人，从而获得友谊和真爱。

三、活动准备

- 1、要求全体同学回忆自己成长的过程，想想自己做过那些事情。
- 2、请教原班主任经验。
- 3、查阅相关的资料
- 4、做好活动的其他准备工作，包括多媒体的制作、同学们的

通知、材料的收集等。

四、主题班会过程

（一）心理测试导入，揭示活动课题

测试导语：

不同的人有不同的个性，有的人活泼开朗、心胸开阔，有的人沉默寡言、郁郁寡欢。你了解自己的个性吗？请做下面的测试。

测试开始

a 房子周围用木栅栏围起

b 房子周围被砖包围

c 房子周围有铁栅栏包围

d 房子周围种许多花草树木

测试结果

选a□你爱憎分明。对于你喜欢的人，你会热情相待，融洽相处；对于你不喜欢的人，你则冷若冰霜，爱理不理。因此，对你不了解的人，常会对你产生误解。不过，你会心甘情愿为自己的意中人献身，希望两人共谱一段轰轰烈烈的恋曲。

选b□你常常孤高自诩。因为不服输的个性，常常会将主动权掌握在自己手里。这种类型的你，很重视自己的私生活。

选c□你活泼开朗，与任何人都能轻松交往，拥有很多同性与异性朋友，属于社交家类型。你虽然心胸开阔，能接纳各种

类型的人，但如果一味地当老好人，恐怕会招来不必要的误会。

选d□你对异性不是很尊重，甚至态度生硬，常有不专情的行为。另外，你的个性比较消极，沉默寡言，交际面较窄，但非常重视自己的家人和朋友，是个保守型的人。

心理评析：

做完了这个测试，你对自己的个性也有了大概的了解。如果你的个性比较消极，那就试着开朗起来，主动、积极地去面对生活；如果你是个孤高自诩的人，那就试着放下架子，去接受、理解你认为很卑微的东西。只有让自己的个性更趋近于完美，你的生活以及周围的事物才会变得更美好、更精彩。

（二）模拟“与镜子的对话”的方式，每三位同学分为一组，其中一位同学扮演找优点的镜子，另一位扮演找缺点的镜子，一齐找出第三位同学的优点和缺点，不断轮流循环。以此让每位同学都发现自身更多的优点，树立信心，把握自己，改正不好的缺点，取得进步。

（三）班主任总结发言

五、预设效果

1、调动同学们认识自我的兴趣，增强认识自我的能力，提升认识自我的水平。