

大学宿舍关系班会方案(优秀10篇)

当面临一个复杂的问题时，我们需要制定一个详细的方案来分析问题的根源，并提出解决方案。写方案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

大学宿舍关系班会方案篇一

幸福，是一个老话题。在不同的时期，不同领域的人们对此都有自己的理解。而学校教育应当“教育人以健全合理的幸福观，并使人得到幸福的感受”，引导学生明白，一个幸福的人，必然善于认识幸福、寻找幸福和放大幸福。真正快乐的人，会在自己觉得有意义的生活方式里，享受它的点点滴滴；会将自身投入到集体中去，享受到更大的幸福。

班会目标：

- 1、认识到生活中有很多细小常态的幸福。
- 2、学会从奋斗过程中寻找幸福。
- 3、懂得个人幸福能在集体幸福中得到放大。

班会形式：情境体验、分享交流

班会过程：

主持人：人人都在渴望幸福，人人都在感受幸福。幸福有时很抽象，有时又很具体；幸福有时很遥远，有时又近在咫尺。奉献是幸福，给予是幸福，获得是幸福，享受是幸福……一句祝福的话语是幸福，一个理解的眼神是幸福，幸福是心灵的感觉，幸福是生命的体验……生活对于每一个人来说都是公平的，只要你用平常的心去看待得与失，学会感悟生活，感悟

幸福，幸福就在我们每个人触手可及的地方。等着和我们拥抱。而我们往往都是忽视它的存在，所以它就只好在我们不断的抱怨声中悄悄的走远。希望通过本节主题班会《感悟幸福》。同学们能够认识幸福，感悟幸福并去不断的创造幸福。今天的班会分为两个篇章：第一篇章为：《认识幸福》，第二篇章为：《把握幸福》。

第一篇章《认识幸福》

主持人b□各位老师，同学大家好。下面我们开始走近幸福，认识幸福！

主持人b□有人说：幸福是无私奉献、助人为乐；有人说：幸福是光明正大、宽宏大量；有人说幸福是善解人意、无微不至；有人说幸福是坚定信念、勇往直前。

主持人a□下面我们就开始对幸福的众说纷纭：（请同学们发言，会前要准备好）

主持人b□如果你感到幸福，请讲一件让你幸福的事或让你感受到幸福的人。给大家一分钟的准备时间。（注：在此期间，播放轻音乐）

主持人b□幸福是一个谜。你让一千个人来回答，就会有一千种答案。

观看视频

主持人b□让我们大声的朗诵诗歌《幸福》，表达我们对幸福的感受。

（朗诵诗歌《幸福》）

第二篇章《把握幸福》

主持人a□幸福，它无处不在，无时不有。只要你想幸福!今天我们确实确实的感受到了它!今天我们被浓浓的幸福的感受包围着。

主持人b□是啊，我们确实很幸福。但幸福并不会凭空降临在自己身上。我想大家对《守株待兔》这篇文章并不陌生。这篇文章中的主人公在一次偶然的机会中，得到一只撞死在木桩上的野兔。十分高兴，从此便不再务农，一心一意地守在木桩旁，等待着再有一只兔子撞死在木桩上，结果，兔子没有再出现，而他的田土由于没有耕种而荒芜了。而幸福也就在他的等待中悄然离去了。我想，如果他不空想，而脚踏实地地工作，那他所得到的将会是一种实在的幸福。

主持人a□享受幸福是需要学习的，当幸福即将来临的时刻需要提醒。幸福是一种心灵的震颤。它像会倾听音乐的耳朵一样，需要不断地训练。

主持人b□请同学们拿起手中的神笔，描绘我们美好的明天。

(要求有场景，人物，并请同学们重点讲解未来的这一天你是何等的幸福，你是怎样为画中人带来如此幸福生活的。)(注：画画时播放轻音乐)

主持人a□下面有哪位同学愿意向各位老师和同学展示一个你未来的幸福。

主持人b□辅导员发言。

主持人a□最后我们以一首《幸福拍手歌》结束我们今天的班会!

大家齐唱歌曲《幸福拍手歌》。

大学宿舍关系班会方案篇二

一份耕耘，一份收获。十年寒窗，我们走进了大学这个一直梦想而又充满梦想的地方，这儿我们可以在知识的海洋遨游，可以和大家一起编织梦想。这里是人生的一篇唯美的乐章，那如何奏响这篇唯美的乐章?刚刚跨入大学门槛的新生，生活环境和学习环境发生了重大变化。这儿远离了父母，远离了家乡，闯入一个独立性较强的集体，你必须学会自主生活;这儿不再有老师围着你转，你必须自立，必须学会自主学习;这儿你面对的已不仅仅是简单的校园生活，你已经投身于一个小型的社会。你会碰到许多以前从未见过、想过的事情，其中会有许多有趣的、令人好奇的事情，当然也会有令人困惑的事情。这些总难免会让刚入校的同学有些迷茫，有些不适应。

为使大一新生排解迷惑、学习经验，顺利实现角色转换，从思想上对大学有一个全新的认识，并且引导他们尽快确立大学目标和职业理想，树立正确的人生观、价值观，对未来生活进一步的深思，并做一个详细的计划，使同学们有计划、有意义地度过大学四年，同时也加深同学之间的关系，而举办本次班会。

二、活动主题：认识大学，规划四年

三、活动对象：_系1班

四、活动时间：__年__月__日晚

五、活动地点□_x教室

六、班会准备：

1、由班长组织班委开会，为班会做准备。

2、班委在班会前3-5天联系大三、大四班长及各科成绩优异的学长，并提前通知他们出席班会，简单整理资料以便班会主持人介绍嘉宾。

3、班长准备相关视频材料。

4、班委于班会前两小时布置教室。

七、班会流程

1. 出席班会的嘉宾、团学干部及该班级全体同学准时到场。

2. 班会主持人发言，讲明班会的主题及目的，宣布主题班会开始，并对出席本次班会的嘉宾做简短的介绍。

3. 由班主任介绍班级自身情况；也可以对开学以来班级各项事务做总结发言；亦可表明班级目标或发展方向等等。

4. 班主任以视频形式展示大学生活的丰富多彩如校园文化活动(辩论赛、冬之韵文艺汇演，九月放歌，女生节，英语技能大赛等)，科技创新活动(科研资助项目，数学建模□dv创作，创业设计大赛)，以及各种社团(武术协会，天文协会，印象创新协会等)所举办的活动，让同学们尽快完成从中学生到大学生的角色转变，明白大学是一个展示自我，锻炼能力的新天地。

5. 班主任切换到反面视频，播放一些如大学生整天以上网，睡觉打发时间，导致学业荒废，无法毕业。更有甚者，毕业时由于无法面对社会、就业的压力而轻生等等。从而提醒同学们美好生活的背后还需要较强的自律能力、坚强的意志及明确的目标。

6. 对于以上两方面的视频，同学们展开讨论，交流彼此的看法和感受，班主任对讨论内容做以总结。

7. 往届的优秀学生以自己的大学生活为例，向同学们做建议性的四年规划，如大一：探索期(适应大学生活，树立规划意识);大二：定向期(确定主攻方向，培养综合素质);大三：提升期(提升职业技能，积累职业经验);大四：冲刺期(充分掌握资讯，实现毕业目标)。

8. 同学们自主发言，谈谈感想，或与优秀学长交流，向他们请教一些自己较困惑的问题。

9. 全体师生合唱《我的未来不是梦》

10. 班会主持人宣布班会结束，并对本次班会做简短的总结。

八、活动要求：

班委事先准备(包括：视频的搜集、教室的预定以及班会的具体工作)，务必将班会按时举行。

班会时间限制在两个到两个半小时之间，其中视频播放时间约占三分之一，交流环节约占三分之二。在交流环节中，要保证同学们有与嘉宾交流的问题，班委要起带头作用，积极发言，注意调动现场气氛。出席班会的嘉宾要积极参与到班会各个环节。

九、活动预期效果：

通过此次主题班会的开展，让同学们充分认识大学生活，体会大学生活的丰富多彩，并提高思想觉悟，激发大家的学习生活热情。

同时能够比较客观地去重新认识、评价自我，逐渐的适应大学生活，珍惜时光，充实自己，也增进同学们的友谊，营造文明、和谐的班级氛围。

更重要的是通过主题班会与学长们的交流，大一新生能够积极思索自己的未来，并对自己的大学四年做出科学、合理的规划，为自己制定一个长期的目标。

十、主题班会后期安排：

通过主题班会与学长们的交流，相信大一新生能够积极思索自己的未来，规划四年的生活，为自己制定一个长期的目标。因此在主题班会结束以后，要求本班所有学生各写一份“大学四年规划书”并在一周内统一由班长交于班主任。

大学宿舍关系班会方案篇三

随着生活水平的不断提高，生活中用电的地方越来越多了。因此，我们有必要掌握一些基本的用电常识。

- 1) 认识了解电源总开关，学会在紧急情况下关断电源。
 - 2) 不用湿手触摸电器，不用湿布擦拭电器。
 - 3) 电器使用完毕后应拔掉电源插头。
 - 4) 使用中如发现电器有冒烟、冒火花、发出焦糊的异味等情况，应立即关掉电源开关，停止使用。
 - 5) 发现有人触电要设法及时关断电源；或者用干燥的木棍等物将触电者与带电的电器分开，不要用手直接救人。
-
- 1) 燃气器具在工作时，人不能长时间离开，以防被风吹灭或被锅中溢出的水浇灭，造成煤气大量泄露而发生火警。
 - 2) 使用燃气器具(如煤气炉、燃气热水器等)，应充分保证室内的通风，保持足够的氧气，防止煤气中毒。

- 1、游泳需要经过体格检查。
- 2、要慎重选择游泳场所。
- 3、下水前要做准备运动。
- 4、饱食或者饥饿时，剧烈运动和繁重劳动以后不要游泳。
- 5、水下情况不明时，不要跳水。
- 6、发现有人溺水，不要贸然下水营救，应大声呼唤成年人前来相助。

1、行走时怎样注意交通安全

- 1)在道路上行走，要走人行道，没有人行道的道路，要靠路边行走。
- 2)集体外出时，要有组织、有秩序地列队行走。
- 3)在没有交通民警指挥的路段，要学会避让机动车辆，不与机动车辆争道抢行。
- 4)穿越马路时，要遵守交通规则，做到“绿灯行，红灯停”。

2、骑自行车要在非机动车道上靠右边行驶，未满十二岁的儿童不准骑自行车上街。

交通安全：全国平均每天发生交通事故1600起，死亡257人，受伤 1147人，直接经济损失731万。真是令人痛心。针对我校位于市繁华地段，存在着交通隐患。提醒学生们要特别注意交通安全，上放学时一定要遵守交通规则，过马路时要提高警惕，注意来往的车辆。及时消除交通隐患。

防火：学校是人群密集的地方，防火是学校安全的重要问题，

学生宿舍是学校放火重点。1)禁止在校园、宿舍内吸烟、点蜡烛。2)是禁止使用电炉、电褥等电器。2)定期检查消防设施发现损坏应立即修复。希望大家能齐抓共管。共同参与到校园安全防范的活动中来。

防盗：保管好个人财务。在上机、下课期间要锁好门窗。住宿人员要遵守宿舍条例，禁止到他人宿舍乱串，坚决杜绝外来陌生人员进入宿舍。在外乘车或外出期间要看管好自己的钱财，对可疑人员要提高警惕，加强防范意识，发现盗窃事件即时报警。

食品卫生安全：住校人员一律在校内就餐，外出购物时一定要检查购买食品是否存有质量问题，对来路不明有卫生问题的食品不要购买，发现有质量问题的食品要及时上报，饮食后如有不适及时就诊。

体育运动安全：在体育运动中一定要做好准备活动，听从体育教师的安排和调度，不可私自活动或打闹。老师讲解动作要领时要认真听讲，在做有一定难度的动作时要学会自我保护，加强保护意识。在做器械运动时要检查好器械是否存有安全隐患问题。

1、 要打火警电话119报警，报警时要向消防部门讲清着火的地点，还要讲清什么物品着火，火势怎么样。

2、 一旦身受火灾的威胁，千万不要惊慌，要冷静，想办法离开火场。

3、 逃生时，尽量采取保护措施，如用湿毛巾捂住口鼻、用湿衣物包裹身体。

大学宿舍关系班会方案篇四

hold住我的大学生活

保险q1041全体人员

待定

待定

大学生是国家宝贵的人才资源，是民族的希望，祖国的未来，肩负着任命的重托，历史的责任，是世界观，人生观，价值观形成的关键时期。怎样处理好理想与现实，权利与义务，个人与集体，竞争与合作，自由与纪律，友谊与爱情，学习与工作的关系，怎样做人，做什么样的人，怎样的生活才有意义，怎样的人生追求才有价值……这一系列的人生课题，都需要同学们去观察，思索，实践，选择。

大学是知识的海洋，这里有浩瀚的图书资料和先进的仪器设备，能使大学生接受广博的知识，培养必要的专业技能。同学们不仅要努力学习，而且要学会学习不仅要掌握知识，而且掌握获得知识的能力；不仅要在学业上不断进步，而且要在综合素质上不断提高。为此，同学们需树立正确的世界观，人生观，价值观，道德观和法制观，促进大学生德智体美全面发展hold住我的大学生活。

主持人宣布活动开始，大家齐唱团歌。

主持人先讲一下这次活动的主题，让同学们对这次活动的背景和目的有一定的了解，以便让同学们能从这次后动中有所收获。

开始表演节目：

1. 桔9-427的话剧《人鱼公主》
2. 男生独唱《十年》

3. 男女合唱《海角七号》

4. 男生吉他独奏

5. 游戏：五毛和一块

规则如下：

人数：10几个人就可以，人多些更好玩的

人员：一定要有男有女，比例不限

裁判：一名，负责发号司令

在游戏中，男生就是一块钱，女生则是五毛钱。

游戏开始前，大家全站在一起，裁判站边上。裁判宣布游戏开始，并喊出一个钱数（比如3块5、6块或8快5这样的），裁判一旦喊出钱数，游戏中的人就要在最短的时间内组成那个数的小团队，打比方说喊出的是3块5，那就需要三男一女或七女或一男五女之类的小团队。请记住动作要快，因为资源是有限的，人员也很少有机会能平均分配，所以动作慢的同志可能会因为少几块或几毛钱而惨败，所以该出手时就出手，看见五毛先下手为强；当然动作快的人员不要一味的拉人，有可能裁判叫的是3块5，但你们团队里已经变成5块了，这时候你就需要踢人了，该狠心时就狠心，一般被无情踹出去的都是可怜的一块。

游戏要领：反应要快，裁判一说出来钱数，就要立刻知道分别由几男几女的团队可以达到要求；动作也要快，抢五毛和踢一块都要又快又狠。

6. 桔9-420集体合唱《相亲相爱一家人》

6. 男生相声表演《我要当官》

7. 女生武术表演

8. 知识抢答

1. 生活委员先负责把活动所需物品买齐

2. 团支书和组织委员负责申请教室

1. 班干部留下来打扫会场的卫生

2. 在活动过后，积极听取班上成员对这次活动的意见

3. 团支书组织班干部开会，对这次团组织活动进行总结，向班干部反馈同学们的意见，找出这次活动存在的不足，给下次活动做好准备！

1. 节目形式多种多样，涉及武术，独唱，话剧，相声，

它等等，给同学们一个展示自己才能的舞台，挖掘同学们的兴趣爱好。

2. 娱乐和教育相结合，有利于同学们积极参加团组织生活，并从中有所收益。

大学宿舍关系班会方案篇五

师：这首好听的歌唱的是什么内容？

生：告诉我们从小讲礼貌。

（二）师：要想成为一名文明的小学生，在日常生活中我们应该怎样做呢？

生：不打架，不骂人，不乱扔垃圾，不随便吐痰，讲话用文明语言，尊敬老师，孝敬父母等。（学生畅所欲言）

师：是的，要想成为文明小学生，必须做到语言美，行为美，心灵美。同时，我们不光在家做文明孩子，在学校做文明学生，还要在社会上做文明小公民，这样才是一名名副其实的文明小学生。

（三）小品表演：

1、小品《乱扔垃圾》

情景：一个小学生随手把垃圾扔在地上，后面追上一个小学生，帮他捡起来，并批评了他。

是：这两位同学谁做得好？谁做得不好？做得好的我们给他一个我是文明小学生的牌子，做得不好的我们帮帮他。

生：前面的同学做得不好，他破坏环境卫生，他的行为不文明。

2、小品《见到老师不打招呼》

情景：老师在前面走，两个学生低头跑过去，假装没看见。

师：这两位同学的做法对吗？为什么？

生：这两个同学的做法不对，老师每天给我们上课，关心我们，我们应该尊敬老师，见到老师主动打招呼，这才是文明的行为。

（四）学生讲故事：《孔融让梨》《程门立雪》等

古人为我们做了榜样，我们二十一世纪的小学生怎能落后呢？下面老师看看，关于文明礼仪方面，你们知道多少。学生陈述，教师点评。

（五）学生读儿歌《我是文明小学生》，边读边拍手。通过

同学们的表演，可以看出大家都已经知道怎样做一个文明的小学生，但真正落实到行动中，还是有一定的难度啊！

（六）评价发奖

规范的遵守要大家参与，我们要想成为文明小学生，就要用规范这面镜子.时时刻刻约束自己，从举手投足的小事做起，我班有很多同学在这方面做得很好，下面我们来夸夸他们，老师这里有奖品，我们发给他们.发奖（略）

大学宿舍关系班会方案篇六

如何背着“壳”前行

活动目标：

- 1、正确认识自己所背负的压力，初步形成主动磨练自己的意识。
- 2、树立自强进取的信念和信心，培养勇于承受压力的能力和乐观积极的生活态度。

活动重难点：

让学生初步形成主动磨练自己的意识，培养勇于承受压力的能力。

主题阐释：

现代社会迅速发展，升学压力、家长期望、自我期望等各方面压力纷纷压到学生的心头，如何引导学生正确对待压力，并培养自强不息的意志力成为现代学校德育的一个重要的内容。

课前准备：歌曲《蜗牛与黄鹌鸟》和《蜗牛》。制作课件。并提前将班会主题告知学生，要求学生对“如何对待压力”先做一定思考。

班会过程：

一、导入通过埃及的一个古老的传说引入：

有一个故事说，能够到达金字塔顶端的只有两种动物，一是雄鹰，靠自己的天赋和翅膀飞上去。另外一种动物就是蜗牛。

蜗牛到达金字塔顶，主观上是凭它永不停息的执着精神，客观上应归功于它厚重的壳。正是这看上去又笨又拙、有些负重的壳，让小小蜗牛得以到达金字塔顶。在登顶过程中，蜗牛的壳和鹰的翅膀，起的是同样的作用。

可是生活中，大多数人只羡慕鹰的翅膀，很少在意蜗牛的壳。就像我们羡慕别人能有某种天赋或特长而获得某些成就，却整天埋怨我们身上要背负太沉重的“壳”一样。

二、提出问题：

那么我们身上背负的“壳”到底是什么呢？学生讨论回答。教师稍作归纳。这“壳”能够搁下吗？（明确：人要生存就必然担负着许多责任和压力。）

三、讨论：

我们要如何背着“壳”前行呢？

看动画《蜗牛与黄鹌鸟》听歌曲，并要求同学们根据动画中的一些启示去归纳出自己的答案。

在学生发言后，用幻灯片展现三个小故事，并要求学生在故事中得出启示：

故事一：

德国法兰克福的钳工汉斯·季默，从小便迷上了音乐，他的心中有一个始终不变的奋斗目标——当音乐大师，尽管买不起昂贵的钢琴，但他能用钢板制作的模拟黑白键盘，练贝多芬的《命运交响曲》时，竟把十指磨出了老茧。

后来，他用作曲挣来的稿费买了架“老爷”钢琴，有了钢琴的他如虎添翼，并最终成为好莱坞电影音乐的主创人员。他作曲时走火入魔，时常忘了与恋人的约会，惹得许多女孩“骂”他是“音乐白痴”、“神经病”。

他不论走路或乘地铁，总忘不了在本子上记下即兴的乐句，当作创作新曲的素材。有时他从梦中醒来，打着手电筒写曲子。汉斯·季默在第67届奥斯卡颁奖大会上，以闻名于世的《狮子王》荣获最佳音乐奖。这天，是他的37岁生日。

启示一：要能背着“壳”前行，首先要有明确的目标。

故事二：

美国伟大的励志成功大师拿破仑·希尔曾讲过这样一个故事：赛尔玛陪丈夫驻扎在一个沙漠中的陆军基地里，丈夫经常外出演习，她一个人留在陆军的小铁皮房子里，奇热无比，又没有人和她聊天，周围都是不懂英语的墨西哥人和印第安人。

“两个人，从牢中的铁窗望去，一个看到泥土，一个却看到了星星。”从此，赛尔玛决定在沙漠中找到自己的星星，她观看沙漠的日落，寻找到几万年前留下的海螺壳。

她和当地人交朋友，互送礼物，她研究沙漠中的植物、动物，又学习有关土拨鼠的知识，她把原来认为最恶劣的环境，变成了一生中最有意义的冒险，并出版了一本书《快乐的城堡》，她从自己的牢房中望去，终于望到了自己的星星。

启示二：要能背着“壳”前行，其次要有积极的人生态度。

故事三：

一天某个农夫的一头驴子，不小心掉进一口枯井里，农夫绞尽脑汁想办法救出驴子，但几个小时过去了，驴子还在井里痛苦地哀嚎着。无奈之下，农夫决定把枯井填上。

当泥沙落到驴子的背上时，驴子停止了哀叫，把背上的泥土抖掉，站到了上面。就这样它居然一步一步的走出了枯井。

在生命的旅程中，有时候我们难免会陷入“枯井”里，会被各式各样的“泥沙”倾倒在我们身上，而想要从这些“枯井”脱困的秘诀就是：将“泥沙”抖落掉，然后站到上面去！那原本是埋葬驴子的泥沙，被他抖落到脚下，变成了走出困境的阶梯。

启示三：要能背着“壳”前行，还要有主动在艰苦的环境中锻炼自己的意识。

四、接下来，让我们念念励志名言

五、学生联系实际进行小结：

学生谈感想：

甲同学：人的青春是有限的，虽然我平凡，但我会燃烧我的青春，我要用学习的光芒点燃青春的火把。因此，我比较端正学习态度，掌握学习方法，有效地利用每一分每一秒。因为我坚信，有志者事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚；苦心人天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。

乙同学：我觉得学习有目标是很重要的，那才不会像无头苍蝇一样撞来撞去。我这个人就是这样，对自己的事情很有目

标，玩的时候尽情的玩，学的时候我就能专心的学。每当我取得成绩的时候，每当我能够站在台上领奖的时候我就心里很高兴，因为我觉得我没有给父母丢脸。但是爸爸对我说：笑在最后才是笑的最好。我知道我的成绩还不值得一提，我将用最大的力量最大的信心去取得最好的成绩，同学们看我的吧！

丙同学：虽然我个性活泼，看起来对什么都无所谓。但是我其实对学习是很认真的。我的理科较好主要是因为我在上课很认真，并且喜欢自己去主动思考，所以课外没有用太多的时间去复习。当然我想如果课外我再努力一点的话我的成绩将会更好。

丁同学：我之所以取得现在与以往相比较好的成绩，是因为我上课的时候专心听讲，按照老师的思路去认真的听课。下课的时候我对有些疑难问题进行研究，不明白的就去问老师。每天都把上过的新课复习一遍，这样对自己的学习很有好处。如果不信可以去试试啊！

戊同学：拥有思维迟钝的我，曾在沙场中战死，也曾在众目睽睽中得胜。一般来说我对事情的处理犹豫不决没有太多的主见，但是唯有对学习，我始终有着执着的追求，我相信，只有学习，只有现在用知识武装自己将来我才能有自己的一席之地。

己同学：有人常常埋怨时间太紧，没有时间复习。鲁迅曾经说过：“时间就像海绵里的水，只要愿挤总还是有的。”时间一分一秒的过去，离期终考只剩下十几天的时间了。同学们，花有重开日，人无再少年。让我们用剩下的时间，勤奋读书，勤思好问，让我们把握手中的时间，争取在期末考试中取得好的成绩，给父母一份满意的答卷！

庚同学：在第二次的月考中，我的成绩下降很多。这归咎于我的学习方法不正确，重文轻理，对理科不重视。另一方面

我不够勤奋，没有真正掌握知识，对学过的内容没有复习。在剩下的时间里我决定要迎头赶上，抓紧时间，改正学习方法。希望同学们跟我一样吸取教训，时刻警惕，不能放松！

辛同学：在期中中我的成绩比上一次有了较大的进步。主要是因为第一次失败的月考中总结了经验教训，从此便开始了努力学习，遇到不懂的问题便请教老师和同学，上课也很专心。由此我知道了，只要我们努力只要我们真的想学好就真的可以做到。我衷心的希望我与大家一起进步，希望同学们能够牢记老师的教导，争取最好的成绩。

[讲述]以上八名同学谈得都很好，其中某某同学提到时间就像海绵里的水，需要我们去挤。所以我希望大家能够学做一个会“挤”时间的人。古人有“凿壁借光”“映雪读书”的事例，那些刻苦攻读的人都取得了至高的学问和成功。老一辈革命家在血雨腥风的年代也能挤出时间学习。我们有这么好的条件和环境，有什么理由不抓紧时间来学习呢？只有吃得苦，才能有成功。

六、班主任讲话：

同学们，雄鹰到达金字塔顶尖，靠自己的天赋和翅膀飞上去。而蜗牛肯定只能是爬上去。从底下爬到上面可能要一个月、两个月，甚至一年两年。在金字塔顶端，人们确实找到了蜗牛的痕迹。我相信绝对不会一帆风顺地爬上去，一定会掉下来再爬、掉下来再爬。但是，同学们所要知道的是，蜗牛只要爬到金字塔顶端，它眼中所看到的世界，它收获的成就，跟雄鹰是一模一样的。只要你上去了，就足以给自己留下令生命感动的日子。如果我们的生命不为自己留下一些让自己热泪盈眶的日子，你的生命就是白过的。

人生是一个背着“壳”前行的过程。不管壳有多重，希望同学们能够像蜗牛那样，化压力为动力，凭借自己的执著和自强，爬上自己心中的金字塔。

七、宣誓(班级励志誓词)

选择大海，就去乘风破浪，

选择蓝天，就去展翅翱翔，

选择高三，就去勇敢进取。

面对挑战，我们毫不畏惧，面对困难，我们勇往直前，面对挫折，我们绝不低头，面对失败，我们从头再来。

敢于拼搏，用不懈争取进步；自强不息，用汗水浇灌理想；超越自我，用奋斗放飞希望；永不言弃，用信念实现梦想。

努力！坚持！拼搏！成功！

站在高三的门口，面对高三的岁月，我们用青春的名义宣誓：

不负父母的期盼，不负老师的厚望，不做懦弱的退缩，不做无益的彷徨，奋斗二百天，让飞翔的梦在六月张开翅膀；奋斗二百天，让雄心与智慧在六月闪光。我们将带着顽强的微笑，去赢得志在必得的辉煌。有志者，事竟成，百二秦关终属楚；苦心人，天不负，三千越甲可吞吴。

20xx□我们注定成功。

20xx□我们注定辉煌。

同学们，加油

八、结束

播放周杰伦的《蜗牛》，带引全班同学合唱。

歌词：该不该搁下重重的壳/寻找到底哪里有蓝天/随着轻轻

的风轻轻的飘/历经的伤都不感觉疼/我要一步一步往上爬/等待阳光静静看着它的脸/小小的天有大的梦想/重重的壳裹着轻轻的仰望/我要一步一步往上爬/在最高点乘着叶片往前飞/任风吹干/流过的泪和汗/总有一天我有属于我的天。

大学宿舍关系班会方案篇七

大学生活是人一生中由学校转向社会的过渡生活，对于人的成熟锻炼起到举足轻重的作用。城南学生经历了两年高强度、高节奏的预备大学生活，但真正迈入大学的门槛后，很容易歇脚。为了帮助同学们更加了解大学生活的多样性，更加明确大学生生活的意义和目的，进一步为自己的将来生活方式做好充分的考虑和选择，同时为了调整自己的心态，在大学中积攒力量面对新阶段的挑战，起早规划自己的大学生涯，从而抓住命运的主动权。因此外语系将举办一次主题为“我的青春我做主，我的大学我规划”的班会活动。

我的青春我做主，我的大学我规划

xx级英语632班

20xx年9月4日或5日

文科综合楼c栋

1、活动样本准备：班长主持召开班委会议，征集大家意见，确定班会主题、班会风格、节目安排、人员配置，班委做好宣传工作，让同学能够真正融入参与到班会活动中。

2、材料

1) 教室：提前购置所需的装饰材料，提前申请教室设备启动卡，选定背景音乐。

2) 书面材料：确定文本格式、字数、上交时间

3、人员安排：策划组、装饰组、节目组、后勤组

环节一：学术能力拓展

1□20xx年9月4日或5日晚19:00全班同学将在文科综合楼c栋303集合，由纪检委员清点人数，及时登记同学的出勤情况。

2、主持人上台简单介绍本次班会背景及流程。

3、请外语系书记、辅导员致辞。

4、小品（大学学术建设、考证种类）

5、请优秀学姐学长或班导浅谈自己的大学四年规划，接着随机抽取同学来谈谈自己的大学规划。

环节二：实践能力拓展

1、游戏（连接环节一和环节二）。

2、主持人简单介绍学校部门、社团情况。

3、同学们自由发表意愿（以小故事的形式进行）。

4、有奖问答环节，答对者可获得一份精美礼品。

环节三：个人素质规划

1、主持人以新闻联播的方式对个人特长发展、性格可塑性、交际延续性来进行实例播报。

2、歌曲串烧比赛带动班级活动氛围。

- 3、班会活动以全班大合唱为结束符号。
- 4、班长进行班会总结。
- 5、同学们有序离开教室，后勤组打扫教室卫生。

通过这次班会活动，宣传大学生涯规划的重要性。全方位地加强对她们大学生涯提前规划的教育。所以“我的青春我做主，我的大学我规划”的班会活动就是要提倡大学生把握自己的机会，为自己创造更好的成才之路，并由珍爱自己发展到关爱他人，关爱社会。作为一名大学生，我们应该要有自强自信，让心里都有一个大学目标与计划。

- 1、工作安排部署到位，保证活动的顺利进行及环节之间的自然衔接。
- 2、遵守班会纪律。
- 3、做好班会记录、拍照、收集班会总结工作。
- 4、活动结束后，清理教室里的垃圾，关窗关灯关门。

彩纸 20元

胶水 3元

气球 9元

总计：32元

外语系学生会

20xx年8月30日

大学宿舍关系班会方案篇八

亲爱的同学们，火是人类的朋友，它带给我们光明，推动着人类社会走向文明。但火，能烧掉茂密的森林，广阔的草原，高大的楼房，甚至夺取人们宝贵的生命和健康。失去控制的火还会成为一种具有很大破坏力的灾害。那应该怎样防火，救火呢？今天的班会，我们大家就一起来讨论一下吧。

六、九中队“消防连着你，我，他”主题队会现在开始。

为了锻炼新一届班委的工作能力下面的班会内容由主持，大家欢迎。

(二)、防火：

主持人：全国的火灾数目，近28年，全年就共发生火灾13.3万起，死亡1385人，受伤684人，直接财产损失15亿元。

主持人：所造成的经济损失，如果用于希望工程，可使上百万失学儿童回到课堂。

主持人：大家听完这些数据以后，有什么感受呢？

同学们举手发言，讨论。（或点名回答）

主持人：大家听，刚才的数据多么的触目惊心。是的。火，既是我们人类的朋友，但有时也会成为我们的敌人。但只要我们时常做个有心人，把用火安全记在心间，就能防患于未然，火就不会那么可怕了。

主持人：那作为小学生，我们应该怎样防火呢？（可讨论）

主持人：下面我来读一下《小学生消防安全》的部分内容：

- 1、不要随身携带火柴、打火机等火种等入校。
- 2、认识安全标志，不到有危险标志的地方玩，如高压电等。
- 3、不玩火，不在有易燃物的地方放焰火。
- 4、不破坏消防器材。
- 5、提醒家人不要乱丢烟头。
- 6、学生不要吸烟，躲藏起来吸烟更危险。
- 7、点燃的蜡烛、蚊香应放在专用的架台上，不能靠近窗帘、蚊帐等可燃物品。
- 8、到床底、阁楼处找东西时，不要用油灯、蜡烛、打火机等明火照明。
- 9、离家或睡觉前要检查电器具是否断电，燃气阀门是否关闭，
 - 1、使用电灯时，灯泡不要接触或靠近可燃物。
 - 11、发现燃气泄漏时，要关紧阀门，打开门窗，不可触动电器开关和使用明火。
 - 12、使用电热毯的连续时间一般不超过4个小时；使用完毕之后要注意切断电源。

(三)、自救：

主持人：27年11月14日上海商学院_宿舍楼发生火灾，4名_被大火围困，被_逼跑到东面的阳台上，4_情急之下，先后从6楼跳下身亡。其中，最后一个_在阳台上犹豫了很久，但最后

也跳了下来。

主持人:听了刚才的事例,你怎样看这件事呢?(可讨论)

主持人:对,我们应该学习火灾的自救与逃生:

主持人:发生火灾时,我们应沉着冷静,采用科学的自救措施逃生。

- 1.井然有序撤离火场,不要大声喊叫,以防吸入烟雾窒息。
- 2.弄清楼层通道出口,不要盲目乱跑、不要盲目开门。
- 3.冲出楼房时,要用湿毛巾捂住口鼻,低势跑行。
- 4.楼梯火小,就冲出去,火大就用绳子、被单等从窗口、凉台上滑下。
- 5.身上着火,要脱掉衣服,或在地上打滚压灭火

主持人:一旦发生火灾时,你知道怎样报警吗?

下面我来说一下火场报警:最后欢迎同学们上台模仿打报警电话。

(1)牢记火警电话119。没有电话或没有消防队的地方,如农村和边远地区,可以打锣、敲钟、吹哨、喊话,向四周报警。

(2)报警时要讲清着火单位、所在区(县)、街道、胡同、门牌或乡村地区。

(3)说明什么东西着火.火势怎样。

(4)讲清报警人姓名、电话号码和住址。

(5)报警后要安排人到路口等候消防车,指引消防车去火场的道路。

(6)遇有火灾,不要围观。这既有碍于消防人员工作,也不利于同学们的安全。

主持人:请同学模仿打报警电话:

再次提醒打报警电话叙述内容:(可随便编一下起火地点,或利群)

(1)先拨火警电话119。

(2)报警时要讲清着火单位、所在区(县)、街道、胡同、门牌或乡村地区。

(3)说明什么东西着火,火势怎样。

(4)讲清报警人姓名、电话号码和住址。

(四)、知识竞赛:(抢答)

主持人:(1)发生火灾时,是盲目开窗开门,还是用湿毛巾、捂住嘴?(用湿毛巾、捂住嘴)

主持人:(2)扑救时,是先救人还是救物?(先救人)

主持人:(3)起火时,是先断电还是先救火?(先断电)

主持人:(4)你能说出几种逃生方法吗?。(关门求生、从窗户逃生、安全出口逃生)

主持人:(5)你们知道吗?我们有哪些自救方法吗?(1、疏散逃生2、就地打滚3、捂住口鼻,贴近地面)

(五)、主持人(张)小结:

今天这次班会，我们学会了许多消防知识，但光我们知道还不行。我们还要把学到的这些知识传给身边每个人，传到千家万户，让更多的人加入我们的行列中来，让安全记心间，让灾难站一边，让幸福永在身边!

(六)、韩老师讲话:

大学宿舍关系班会方案篇九

活动目的:

通过学生自我教育活动，学习、继承中华民族优秀传统文化，体会父母、师长、亲人、同学、朋友之间的无私的亲情、友情，懂得滴水之恩，涌泉相报的真正内涵。培养自己的责任感，努力以自己的实际行动，创造一个美好、和谐的社会。

活动准备:

1、制定活动计划

2、复习唱《感恩的心》 抄诗《游子吟》

3、收集学生成长经历中的一些感恩事件 时间[]20xx年3月27日

地点：数学楼319

活动过程:

主持人：人生道路，曲折坎坷，不知有多少艰难险阻，甚至遭遇挫折和失败。在危困时刻，有人向你伸出温暖的双手，解除生活的困顿；有人为你指点迷津，让你明确前进的方向；

甚至有人用肩膀、身躯把你擎起来，让你攀上人生的高峰??你最终战胜了苦难，扬帆远航，驶向光明幸福的彼岸。那么，你能不心存感激吗？你能不思回报吗？下面我宣布xx数学二班让我们都有一颗感恩的心主题班会现在开始！

主持人：无论你身在何地，有两个人，他们始终占据在你心中最柔软的地方，他们愿用自己的一生去爱你；有一种爱，他让你肆意索取，享用，却不要你任何的回报??同学们，在我们平淡的日常生活中，我们的爸爸妈妈为我们做了许许多多生活琐事，这其中蕴涵着十分深厚的爱，请同学们上台，讲述一下你们与父母之间的感恩事件。

（学生讲述父母对自己的无限深情。）

主持人：常怀感恩之心的人是最幸福的，欢喜快乐都会随之而来，生活永远都充满温暖的爱，下面全体起立，合唱《感恩的心》，用心去感谢所有的一切。

（全班同学起立，边做手语，边合唱《感恩的心》，朗诵《游子吟》）

主持人：同学们，正所谓“感恩不待时”，拿出我们的实际行动，向爱我们的人和我们所爱的人感恩吧！请同学们谈谈自己的具体做法。

- （1）为工作劳累了一天的父母倒一杯茶，揉揉肩，讲讲笑话。
- （2）每天好好学习，回家聊聊学习情况，谈谈收获，讲讲感受，给父母一个好心情。
- （3）多体谅、理解父母，不与父母争吵，多为父母着想。
- （4）学会拥抱父母，说声“谢谢”。

(5) 为父母分担一些家务和烦恼。

(6) 学会节约，不浪费父母的劳动成果。

(7) 每天反思，学会对父母说“对不起”。

(8) 学会尊重、关爱身边的人。多做有心人，及时送上温暖。

(9) 多做慈善事业，尽自己最大的力量为社会、国家、人民作贡献。

(10) 列一张感恩表，记下要感恩的人，要做的感恩事，值得努力的方向

(学生发言)

班长：心存感激，生活中会少些怨气和烦恼。心存感激，心灵上才会获得宁静和安祥。感激地生活，才会敬畏地球上所有的生命，珍爱大自然的一切惠赐。心存感激地生活，才会时时感受生活中的“拥有”而不是“缺少”。感激不只是一种心情，而是一种素质。不仅要心存感激，还要学会感恩。

同学们，让我们人人行动起来，说感谢之话，怀感动之情，做感恩之事。感谢父母的养育之恩，感谢老师的教诲之恩，感激同学的帮助之恩，感激社会的关爱之恩，感恩一切善待帮助自己的人。感恩你生命中所有的所有。心存感恩，知足惜福。让我们从此挥鞭起程，相信我们的明天会更好！让我们在《明天会更好》的歌 声中结束。

大学宿舍关系班会方案篇十

XXXXXX

：南2c502

：让同学们树立假期的安全意识，平平安安、开开心心地享受暑假。

(1) 同学们自由发言，畅谈暑假的计划，同时也可以增加大家对暑假的期待感，为下面的注意事项提供一个具体的环境。让班会进入一个活跃的气氛。

(2) 由生活委员给同学们讲述假期在开心之余不能忘记的安全注意事项。如交通的安全，与朋友出外的安全，还有针对新年时期的防抢防盗事件，给同学们做好意识教育。

(3) 挑出一些平常被忽略的安全问题进行提问，让同学们牢记在心。

(4) 总结这次班会的意义，祝同学们能过上一个平安开心的暑假。

08会计(3)班

大学暑假安全主题班会方案2