

# 2023年理性消费班会心得体会(模板5篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。那么你知道心得体会如何写吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 理性消费班会心得体会篇一

### 1. 情感、态度、价值观目标：

增强保护自身合法权利的积极性和主动性，树立诚信的道德观，提高对自觉履行义务的重要性的认识，自觉做一个文明的消费者。

学会理性消费，选择适当合理的消费行为，培养良好的权利意识和自我保护意识。

### 2. 能力目标：

学会自主地发现问题、分析问题、解决问题，能够运用关于消费者的九个基本权利的知识来指导实际消费。

学会运用智慧保护消费者合法权益，主动学习和掌握有关消费方面的知识，增强自己的判断能力和选择能力。当自己作为消费者的合法权益遭到侵害时，能够运用法律手段维护自己的权利。

### 3. 知识目标

知道消费者依法享有的合法权益，理解保护消费者合法权益的必要性。

掌握一些消费以及消费者权益保护方面的知识，知道消费者权益受到损害后寻求解决的一途径。

消费者依法享有的权利。维护消费者合法权益的途径。

增强保护消费者权益的意识和能力。

材料一：学生列举生活中有哪些消费

材料二：学生相互介绍消费时的感受(尤其是受到欺骗的)

材料三：课本89页材料

材料四：课本89页——91页材料

材料五：学生列举生活中遇到的有奖销售

材料六：课本96页材料

：通过学生列举身边的例子吸引学生，提高学生的求知欲，在冲突中明辨是非，增强维权意识。

第一步：组长带领组员默读全文

第二步：组长带领组员找出预习题目

一框

1、消费者

2、为什么说消费者处于不利地位？

3、消费者在社会生产过程中处于什么地位？保护消费者的权益有什么意义？

#### 4、消费者享有哪些权利?

二框:

1、怎样练就一双慧眼?

2、维护权益的意识和途径

小结反思: 能够自觉增强维护消费者权益的意识, 运用法律武器维护自己的权益, 与不法经营者进行斗争。

### 理性消费班会心得体会篇二

2015年11月26日, 感恩在我心的主题班会活动在水教306举行, 虽然只是一场班级规模的班会活动, 但是, 这着实让我明白了许多。从外国关于感恩这个词的历史来讲, 感恩节的起源是来源于“五月花”号满载清教徒去往美洲开始的, 在美洲他们遇到了难以想象的困难, 是当地的印第安人帮他们度过了严冬, 教他们狩猎, 种植, 等生活技能。丰收之后的清教徒邀请印第安人来庆祝, 规定专门的日子作为感恩节。

看我们华夏的漫长历史, 《诗经》中载: 投我以木桃, 报之以琼瑶。从“木桃”到“琼瑶”, 只是一枚感谢的种子而已——却蕴含了一份重要的感恩之情。或许, 木桃对他而言, 已是上上之品, 你报之以琼瑶, 也未必就是倾其所有——譬如就是一声由衷的“感谢”吧。“涓滴之恩, 当以涌泉相报”。书面记载最早为清代的《增广贤文·朱子家训》, 原为民间俗语, 可见, 感恩的传统在中国的历史上有重要的地位, 以致在平民中, 感恩都作为一种文化来传承。感恩是个涉及古今中外的话题, 在外国有, 在中国有, 在古代有, 在近代有, 在现代, 我们也要传承其优良的作风。感恩是荣耀的, 因为它是个古今中外的美德;感恩是幸福的, 因为感恩, 拉近了我们于先贤的距离, 缩小了我们与世界的距离。

其次，感恩你的朋友。“朋友不曾孤单过，一声朋友你会懂，还有伤，还有痛，还要走，还有我。”这是《朋友》里的一句歌词。分享你的喜与忧，和你同甘共苦，真正的朋友是值得你感恩的。面对变化万千的世界，每天总有大量的事情需要处理，能够在身边为你出一臂之力的，往往是你的那帮哥们，是你的朋友。感恩你的朋友，急人所急。让你的朋友感到你的力量。

感恩社会，感恩自然，感恩国家，感恩你的战友，感恩你的对手，感恩你的下属，感恩你的领导,,,感恩的对象是在是太多!

其实，感恩的对象有很多很多，我们是不能一一例举的，拥有一颗感恩的心，让感恩在我心中。这才是最重要的!

感恩主题班会心得体会(三)

## 理性消费班会心得体会篇三

11月10日，信通15班开展了《梦想：我要大声说》主题班会。首先通过xx恒大夺冠这一事实引入了梦想需要大声说出来这一话题。之后同学们闭起双眼，伴着悠扬的音乐和主持人的演讲一点点回忆自己这些年来大大小小的梦想。每一个人都很投入，并且深深地沉浸在了自己的世界里。之后同学们分成两组，做了一个名为情有千千结的游戏。自此，场内气氛达到了高潮。最后，在班长的带领下我们唱起了最初的梦想这一歌曲。在歌声中，同学们一个个走上讲台，认真的讲出自己心底珍藏的梦想。这样一种富有仪式感的宣誓样的活动，让我们彼此的距离更加贴近，也让我们的追求梦想的步子更加坚定。

之后在同学间做了班会反馈的调查，几乎每一个人都认为没

有梦想，何必远方。不抛弃不放弃，相信自己的潜力，坚持到最后，总会收获意想不到的结果。更重要的是，不要忘记最初的梦想，我们的初衷才是动力奋发不竭的源泉。此外，每个人都有属于自己的梦想。或大或小，都有价值，都是值得我们为之努力和奋斗的。同时，如果梦想还很遥远，目标可以让我们充满动力并且帮助我们制定计划。如果想过得快乐，就应把生活跟目标联系在一起，而不是纠结在某个人或某些事上，学会在每一天里找到快乐，去感知微小的愉悦。而恰恰我们常常是，看不到希望，放弃；付出代价太大，放弃&&放弃是如此容易，可以有很多的理由，可坚持只有一个理由我想要。还有同学更加坚定了要做个好人的想法。

11月，高考后的第五个月。也许我们中的一部分人已经实现了他前四分之一的人生梦想，又也许有些人与最初的渴望失之交臂，抱憾沮丧。但在这样一个日子，我们重新提起梦想，那个曾经鼓舞了我们无数个日日夜夜的温暖字眼。

在过去的日子里，我们都曾或多或少看过励志短片和文章。我们热泪盈眶，我们充满震撼，而这种震撼多半来自于羡慕。羡慕那种拥有梦想和实现梦想力量。我们从五湖四海、天xx北来到北京，来到这里，来到这个四季分明，冬天冷到彻骨的城市。白日繁忙清明，到处都是莘莘学子，夜晚宁静沉睡，祥和静好。但如果这里有什么最为不同，那就是这里承载了无数人的梦想。

我们构建一个平台去大声说出我们的梦想，让那些有梦想的人更加坚定自己追梦的脚步；让那些充满迷惘的人对未来有些初步的思考；让我们因为说出了心底最为珍视的东西而更加了解和贴近彼此；让我们寻找到志同道合的人相互影响，共同奋斗。

我们是年轻人，我们会用好奇的眼神去打量这世界。我们不会满足于模糊的论点，我们想要看到细节并亲自检查，我们不只是想知道如何让事物运作，而且也想知道为何事物能够

运作。此外，我们还想更加全面的认识我们自己，认识这个世界。

年轻的我们总能一次又一次地找到令自己信仰的东西，总能熬过一场又一场的寂寞与孤独，总能在一次又一次的溃败中重整旗鼓，总能在一次又一次的伤痛中依然坚强的走下去。年少轻狂的我们，即便有再多的抱怨，也很难直接地放弃一个梦想，放弃一个人。

我们拥有硬碰硬的无畏，我们可以大声说出内心渴望而不觉得难堪和绝望。我们充满憧憬，我们向往未来。我们不可以背叛一生中仅有一次的黄金岁月。

也许有的梦想真的永远只是一个梦想，也许那些拼搏、挣扎、坚持与执着终究不会有结果。但真正独一份的是每个人穷此一生都无法忘却的、在不同时刻独一无二的心意与心情；真正撬动野蛮的大门，迎来文明曙光的是那么多辈人毕生都坚持不懈的那颗心。因着这颗相信梦想，相信未来的心的存在，我们才可以在这片土地上一代代地成长起来。也许到了今日，真的有很多人把欲望当理想，把世故当成熟，把麻木当深沉，把怯懦当稳健，把油滑当智慧。但我们需要牢记，勇敢永远不是莽撞，执着永远不是偏激，求真永远不是无知，激情永远不是幼稚。

我们要一直相信梦想的存在。

这本身就是一种勇气。

也许历史终究不会记住我们的名字，但至少能像我们周围的每一个人那样做一个普通人丈夫（妻子），父亲（母亲），朋友。

我们一遍又一遍的提及梦想、信仰、善良、正能量这些温暖的词汇，只是希望在这个越来越注重效率不要因为心灰意冷

而随波逐流，不要因为怯懦犹疑而止步不前。更多时候，与其说这个社会需要适应，不如说这个社会更需要一批人的坚守。当琐碎的生活日益磨平我们的棱角；当现实的残忍冰冷了你炙热的心，希望我们每一个人都有力量真的看护好曾经的激情和梦想。

不管将来的我们身处何处，不管将来的我们从事什么职业，多少年后再次想起今时今日大声说出的梦想，也许我们依旧会湿了眼眶。为那些年少的不甘与渴望，为那些多变的命运与反复，为那些或许不值得却无悔的誓言和献祭。

## 理性消费班会心得体会篇四

古人有句话：一屋不扫何以扫天下？这是什么意思，我把它简单的理解为五个字：从小事做起！我们虽然都是成年人，但不要望了我们也是学生，我们是大学生。来到了学校，就应该有学生的样子，可我们有些同学就是眼高手低，大事干不了小事又懒的去做。为响应学校开展“扫一屋与扫天下”活动的号召，加强学生宿舍文化建设，提高同学卫生意识，为同学们营造更好的生活环境，我班于利用班会时间开展“一屋不扫何以扫天下”主题班会活动。

我们希望通过此次活动做到以下几点：

- 1、加强同学们保持个人和公共卫生意识，加强宿舍文明建设。
- 2、提高同学们生活质量，促进同学们身心健康，提高同学们团队协作能力，提高同学们个人综合素质。
- 3、创造良好的学习生活环境，加强个人与班集体的建设，促进个人与集体的发展。

要想成就大事，就应该从一点一滴的小事做起。大的成功都是由微小的成功堆砌起的，如果一个人连小事都做不好，那

么何谈成大事、就大业？古语有云：不积跬步，无以至千里，不积小流，无以成江海。试问，一个连家都不爱的人，可能爱国吗？同样，一个连屋都扫不了的人，可能扫天下吗？如果一条缝没有处理好，古埃及人智慧的结晶金字塔就可能消失；如果一块砖没有砌好，世界奇迹万里长城就可能成为遗憾。因此，对小事情的忽略就是对大成功的毁灭。

勿以恶小而为之，勿以善小而不为。别小看那些小事，每一件小事都可能影响你的人生。因此，好事要从小事做起，积小成大，也可成大事；坏事也要从小事开始防范，否则积少成多，也会坏了大事。所以，不要因为好事小而不做，更不能因为不好的事小而去做。小善积多了就成为利天下的大善，而小恶积多了则“足以乱国家”。

## 理性消费班会心得体会篇五

xx日，学校组织老师在二中学校听了xx教授关于教育教学方面的讲座感到受益颇深，我有感于朱教授谈到的关于主题班会如何更好的开展，结合朱教授的指导谈谈几点想法。

班会课是学校教育的一个重要阵地，是班级每周工作开展情况的一次反馈会，也是一个班级学生交流的时机，更是一个班级师生互动交流感情的机会。其主要功能有：教育、情感感染、凝聚、导向和激励。就以前做过2年的班主任感到班会课中存在着诸多的问题。

许多主题班会尽管形式上热热闹闹，但活动实效却总是平平，其重要的原因就在于班会的选题大、空、旧，针对性不强，眉毛胡子一把抓。主题的确立要“小一点”，“小一点”指主题要小，不是要大家去抓琐碎而无典型意义的事，而是小中见大，以一当十，从大处着眼，小处着手。如关于《中国梦》这个大问题，可以把主题变小，变成《我的梦》，或者做一个月内能实现的梦，或者开一个以节约为主题的班会。这样通过一个一个小梦的实现让学生懂得了大道理。



主题班会的设计要“近一点”、“实一点”贴近学生，富有针对性。一是针对不同年龄学生的生理、心理特点，活动要贴近他们的年龄；二是活动要着眼于解决学生中的实际问题。设计要务本求实，针对实际问题，注重行为指导。惟有实实在在的内容才能对学生的心灵受到触动，才能真正解决学生中存在的问题。比如，一个以“青春期男女同学交往”为内容的主题班会，可以拟如下的子题：什么是青春期？青春期的表现什么样的心理、生理特征？家长们怎么看待进入青春期的我们？同学们准备的过程，就是一个受教育的过程。经过这样的过程，每个同学都会形成自己的观点和看法，即使是错误的，也是自己思考的结果。这样；就不会出现班会上内容太空，学生感觉无味的状态。

有些主题班会特别是班会比赛中，我们可以发现有的老师为了让主题班会更加成功，在彩排方面花费了很多时间，你会发现主题班会过程中无论是学生的表演，还是学生发言也好、或者是在这个过程当中表达自己感觉也好，一点错误都没有，可以说是天衣无缝。本来是一种很严肃的、让人感到很有感触的一个话题，一遍一遍的表演，大家就会对它产生另外一种情感体验，甚至会抵触这样一个过程。班会变成了表演，这样的班会，不管形式上有多少花样，也不可能出现思想上的碰撞、激荡和交锋，只有空洞、苍白、枯燥的说教。

主题班会是学生自我教育的一条途径。但有时，有意无意中，在召开主题班会时我们班主任越俎代庖，一手包办，既充当“导演”又充当“主角”。

而实际上，主题班会的特点之一是主体性，无论什么内容，无论哪种形式的主题班会。班主任都不能搞一言堂，一定要树立民主意识，正确把握指导性与主动性的关系，把学生推上第一线，发动班集体全体成员出谋划策，共同参与。因此班主任要当好“导演”，而不是“演员”。放手让学生自己去组织、自己去准备，让他们在活动中充分施展自己的才华，锻炼自己的才干。

教师走进班会课。就象我们“家校共导”请家长到学校为孩子们讲述自己创业史一样，为孩子的教育形成合力。

“真正的教育是看不到教育痕迹的教育，一切都在不经意中发生、发展，这才是好的教育。”有的老师为了让主题班会更加成功，师生都花费了很多时间，但效果并不是很显著，原因在于缺乏生成、延伸、落实和巩固。

班会结束时班主任要善于总结和提炼，并在总结中善于“借题发挥”，点到实质，举一反三，以教育多数学生。同时还要搞好“追踪教育”，以深化主题和巩固成果。班会结束后，班主任要组织同学们制定出具体的落实方案，并督促同学们落实。在精心策划的班会中，气氛会很热烈，同学互相启发，彼此点燃思想的火花，感动的话语，会激起同学们强烈的感情。班主任应抓住这一时机，发动同学们在班会之后，将他们的体验和感受记录下来，通过回味、反思和总结，使他们的思想和认识得到升华。

总之，班主任在班级管理中应当利用好主题班会这一载体，让主题班会真正成为吸引学生、充满魅力的课型之一，充分发挥班会课对学生的教育功能。