

告别不良行为心得体会 行为习惯班会的方案(优秀5篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

告别不良行为心得体会篇一

一、活动目的：

经过这次活动，培养学生课前做好准备，上课专心听讲，不讲话，不搞小动作；进取举手回答问题；书写工整，爱护学习用品等良好学习习惯，进而构成一个良好的班风和学风。

二、活动准备：

- 1、培养两位能干的学生当主持人主持本次班会活动。
- 2、准备答题小奖品。
- 3、培养讲故事的学生。
- 4、准备学习习惯测查表。

三、活动过程：

1、班主任讲话

主持人：和着欢乐的节拍，踏入宝贵的小学时代。做个礼貌

的小学生，那是我们共同的心愿。做到这一些，需要克服很多困难，做到这一些，养成教育是关键。同学们，午时好！“好习惯早养成”主题班会此刻开始。下头请教师讲话：

师：同学们礼貌礼貌的良好习惯是我们小学生必须做到的。是我们每个小学生身心发展至关重要的一件大事。讲礼貌，讲礼貌，是我们中华民族的传统美德。经过一个月的学习，同学们在礼貌习惯上都有了不一样的提高，今日我们继续组织这个活动。期望同学有更多的体会与收获。

（组织学生讨论，指名发言；明确：上课坚持良好的坐姿，不趴在桌上睡觉，不讲话；课间不在走廊推挤打闹；上课应专心听讲、进取思考、踊跃发言；课后应及时复习，作业独立完成；养成讲究卫生的好习惯……）

2、知识竞赛

主持人：二年级2班主题班会“好习惯，早养成”此刻开始。首先，我们要进行的是“礼貌习惯，贵在养成”知识竞赛。那里有几道抢答题，请同学们踊跃抢答，我们为答题正确者准备了一些小奖品。题目：

- 1) 请说出三句礼貌礼貌用语。
- 2) 请举出三种良好的学习习惯。
- 3) 课堂发言要注意什么？
- 4) 父母不在家，有客人来访该怎样办？
- 5) 上学的路上捡到10元钱，路上又没有其他人，你会怎样做？

3、讲故事——《学弈》

- 1) 听完了故事，同学们有什么感受？

2) 师小结：同是跟一个教师学习下棋，效果却不一样，是由于前者养成了良好的学习习惯，而后一个人没有养成良好的学习习惯。学习要专心致志，聚精会神。即使拥有高智商和好教师，可是如果学习三心二意，也是一无所获。

4、讨论、交流

主持人：良好的学习习惯是大家掌握知识，构成各种技能和本事，提高自身素质的重要前提，尤其是我们小学生正处在教育的启蒙阶段，思想单纯，自我控制本事较差，所以，养成良好的学习习惯至关重要。

(1、爱读书的习惯；2、上课认真听讲；3、爱动脑、勤思考、进取回答问题；4、书写认真，计算仔细；5、查阅工具书和资料；6、自查自改；7、及时复习……)

5、学习习惯测查

1) 请同学们认真读表上所列的学习习惯，并选择你认为是好的学习习惯填在相应横线上。

2) 课堂交流（共13条）。

3) 测查自我养成了几条好的学习习惯。

4) 自我打算，如何改掉不良学习习惯，构成好的学习习惯。

6、总结

主持人：同学们，经过这节课大家的讨论、交流，教师归纳了九条应重点养成的良好学习习惯，请看小黑板。

1、学会倾听的习惯。

2、善于思考的习惯。

- 3、敢于提问的习惯。
- 4、合作学习的习惯。
- 5、书写认真、计算仔细的习惯。
- 6、自查自改的习惯。
- 7、读书的习惯。
- 8、查阅工具书和资料的习惯。
- 9、及时复习的习惯。

主持人：同学们，这九条也是教育专家们确定的小学生应着重养成的良好学习习惯。作为一名小学生，不仅仅要掌握课本上所讲的有关知识，更重要的是养成一种良好的学习习惯，学会怎样学习。当然，一种好的学习习惯，必须从一点一滴的小事做起，并经过坚持不懈。

主持人：本次《好习惯早养成》主题班会到此结束。

告别不良行为心得体会篇二

活动目标：

- 1、让学生进一步了解什么是良好的行为习惯，意识到好习惯对人的一生有哪些重要的影响。
- 2、让学生进一步反思自己平时的不良陋习，认识其危害，学会从身边小事做起培养好习惯，为成功的人生奠定基础。

三、班会准备：教师准备一些关于习惯的图片、资料来说明习惯对命运的影响。

学生搜集身边的日常行为习惯，排练情景剧《发生在身边的事》。

四、班会活动过程：

(一)、导入

师：美国心理学家威廉·詹姆士说过一句话。让我们齐读(生齐读)(片1)：

播下一个行动，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。你们看，习惯可以决定人的命运。可见，习惯有多么的重要。这节课，就让我们来认识习惯，让好习惯伴我们成长。(片2)

(二)、明确什么是习惯

师：让我们来看这样一幅图片(片3)

在印度和泰国随处可见这样一副荒谬的场景：一根小小的柱子，一截细细的链子，拴得住一头几千斤重的大象。那些驯象人，在大象还是小象的时候，就用一条铁链将它绑在水泥柱或钢柱上，无论小象怎么挣扎都无法挣脱。小象渐渐地习惯了不挣扎，直到长成了大象，可以轻而易举地挣脱链子时，也不挣扎。

师：看到这样的画面，你想到了什么？是什么力量束缚住了几吨重的大象？

生交流：是大象从小养成的习惯。

生交流

师：大家对习惯的认识非常准确。让我们看屏幕(片4)习惯是我们在长时期里逐渐养成的、一时不容易改变的行为、倾向

或社会风尚。

(三) 了解习惯的重要作用

1、好习惯使人终身受益(片5)

师：有人说，习惯是一个人存放在头脑中的无形资本。一个人一旦养成了好习惯，一辈子都用不完它的利息。请看短片《诚实的考核》。

师：看了这则故事，谁能说说自己的感受？“哈里”凭什么赢得了老绅士的信任？

生：诚实、正直、不乱动别人的东西等。

师：说的很好。这则故事告诉我们：从小养成的好习惯会让我们终身受益。

师：好，请看下面的短片(片6)：诺贝尔科学奖得主的感言。

师：谁来说说你刚才都听到了哪些好习惯？这则故事让你得到怎样的启示？

生交流并分析习惯，教师适时点评：

师：你们看，老科学家的成功源于从小养成的一点点的好习惯。所以说，细节决定成败。我们同学养成好习惯应该从身边小事做起，在细节上多下功夫。

古今中外，无数名人之所以取得重大的成就，无不得益于他们从小养成的好习惯。咱同学还知道哪些这样的名人故事呢？来，讲给我们听一听。

生交流。

师：我想问问咱同学，你认为哪一种习惯对于我们的成长是最重要的呢？说出你的理由。（提示：可以参照《中学生日常行为规范》）

生：按时睡觉，认真听讲，诚实守信，待人有礼貌等等

师：说的很好。那么到底，有哪些好习惯能让我们走向成功呢？下面，让我们一起欣赏短片《成功人生必备的好习惯》（片7）

师：真是不看不知道，生活当中需要我们拥有的好习惯还真不少。相信很多同学会在心里说，我也想获得成功，但是应该怎样做呢？我想，培养好习惯的过程中，最大的敌人可能就是我們身上已经存在的不良习惯。发现并改正他们是我们迈出的第一步。

2、坏习惯让人终身受害

生交流。

生交流。（可参考行为规范）

师总结：很好。请看屏幕，我们总结一下，普遍存在于我们身边的不良习惯。（片9）（找一生读）

（四）、学会养成好习惯的方法

师：人生仿佛就是一场好习惯与坏习惯的拉锯战，要想创造成功的人生，就得让我们生活中的好习惯的比例与日俱增，坏习惯一天天变少。那么，如何养成好习惯呢？你有高招吗？（谁来说说自己好习惯养成的经历？）

生交流（自己养成好习惯的方法，可以事先准备一故事，经验都可以）

师：同学们的方法都很好。

让我们来听一个克服陋习的故事(案例——托尔斯泰)(片12)

生：讲《托尔斯泰战胜自我的故事》

生：能

这个游戏告诉我们：习惯的力量虽然巨大，但习惯也是可以通过人的意志力改变的。改变习惯最初的时候会感觉别扭，20次以后就会适应，而90次以后新的习惯才会固定。所以新的习惯的养成全在于坚持。

师：最后，我们把大家交流的这些方法总结一下，请看屏幕(片13)

第一是要有计划性。

第二是从小事做起，注意细节。

第三是开好头不开坏头。

第四是持之以恒，贵在坚持。

第五是创造好环境。

第六是不找借口。

师：同学们，光说不做是没有用的，关键要拿出行动，要有恒心。老师希望咱们同学能树立远大的志向，培养正确的是非荣辱观，用高尚的追求为我们的人生导航。请欣赏歌曲《八荣八耻歌》(片14)

(五)、小结

同学们，管得住自己，你是习惯的主人；管不住自己，你是习惯的奴隶！做主人，还是做奴隶？全在于自己的选择！让我们都能从身边小事做起，发扬愚公移山精神，克服阻碍自己发展的陋习，搭上养成教育的翅膀，身披一份努力，心系一份执着，让好习惯点燃我们的心灵之灯，伴随我们健康成长。

告别不良行为心得体会篇三

活动地点：

教室

活动目的：

选取学生日常生活中的真实故事，编排成节目，让学生自己教育自己，促进学生养成良好的行为习惯，使学生认识养成教育的重要性和必要性，从小养成良好的道德意识和各种文明习惯。

活动形式：

讨论、拍手歌、三句半。

活动准备：

布置学生做好准备，编排三句半，行为习惯拍手歌

主持人：

甲：张雨睿 乙：付宇

策划指导：

班主任

活动过程：

一、活动开始

甲：亲爱的同学们，伟大的思想家、教育家孔子曾经说过“少成若天性，习惯如自然”。可见良好的习惯对一个人的成长是多么重要。

乙：是啊，好的习惯能让我们受益终身。

甲：习惯就像雏鹰的一双翅膀。

乙：能让我们在高高的蓝天上翱翔。

甲：习惯就是我们成长过程中最亲密的伙伴。

乙：能让小苗在阳光下茁壮成长。

二、活动内容

合：老师，同学们，下午好！“好习惯，贵养成”二年级46班主题班会现在开始。（鼓掌）

第一板块明辨是非

甲：良好的习惯是一个美好内心世界的自然流露，是一个人成熟的标志。

乙：但是良好习惯的养成并不是一件轻而易举的事。我们周围就有那么一些同学，没有养成良好的学习生活习惯。

甲：那么，请大家说说看，在我们身上有哪些不良习惯？

同学们自由发言：

甲：这些同学的习惯是不良的，他们的行为是可耻的

乙：坏习惯会影响一个人的素质，甚至是一生的发展

甲：还会给集体带来危害

乙：下面大家请看《坏习惯危害大》

小黑板出示儿歌。（齐读）

坏习惯，危害大，直接影响你我他，学习倒退直向下，思想落后表现差，表现差。

坏习惯，危害大，健康心理毛病发，一天到晚情绪差，人格修养倒地爬，倒地爬。

坏习惯，危害大，班风班貌全搞垮，不顾集体好和差，竞赛红旗全跑了，全跑了。

坏习惯，克服它，要靠全班一体化，帮你帮我也帮他，师生家长笑哈哈，笑哈哈。

乙：如果碰到下列情况，你该怎么办？（小黑板出示）

甲：1、你做作业时碰到难题，百思不得其解，同学把做好的作业让你抄，你会怎么办？

乙：2、中午，你在教室中吃完桔子，剩下桔子皮，可旁边没有垃圾箱也没有老师，这时你会怎么办？请实话实说。

乙：4、同学打架，很多同学喊加油，你怎么办？

甲：刚才几位同学的发言说的都很正确，充分表明了我們明辨是非的能力。

第二版块：树立榜样

甲：其实，在我们每个人身上都有良好的习惯，只是你可能没有发现

乙：那现在就来找找我们身上的好习惯吧。

（自由谈）

甲：同学们真棒！这里有一棵成长树，它就像我们二年级(46)班这个大集体。我们就像树上的一片树叶。请把你的好习惯写在树叶上，然后贴上去。！

乙：现在成长树已经是枝繁叶茂了，可以看出同学们身上的好习惯真不少

甲：同学们，让我们再接再厉，让自己身上的好习惯越来越多。

合：让这棵成长树变得更加茂盛，做个人人羡慕的文明之星。

第三版块：奋发向上

甲：对照我们身边的榜样，我们身上还存在一定的不足。

乙：请大家自己跟自己说说自身还存在哪些不足呢。

学生思考、发言

甲：同学们反思自己都非常认真。

乙：每天早晨，我们披着灿烂的朝阳，走进美丽的校园，开始了一天愉快的

学习生活。

甲：我们就应该让这一天过的有意义，更充实，这就首先让自己养成良好的习惯。是不是？

乙：结合我们自身的不足，今后该怎么做呢？

自由发言。

乙：在班会结束之前，请班主任蓝老师给我们讲话，大家欢迎。（鼓掌）

生：（齐）能！

三、活动结束

甲：和着欢快的节拍，

乙：踏入宝贵的小学时代，

甲：做个文明的和平学生，

合：那是我们共同的心愿。

甲：文明人要有良好的行为，

乙：文明人要有良好的习惯。

甲：做到这一些，需要克服很多困难。

乙：做到这一些，养成教育是关键。

甲：二年级46班《好习惯贵养成》主题班会

合：到此结束，谢谢大家！

告别不良行为心得体会篇四

一. 活动目的:

为培养学生良好的生活学习习惯，让同学能够以更加饱满的热情投入到下半学期的学习中去，年级政教处组织开展了“习惯养成月”活动。我们班积极响应年级号召，精心组织本次班会。

二. 班会目的:

- 1、通过班会，让学生认识到好习惯带来的益处，提高学生养成好习惯的自觉性。
- 2、通过学习，让学生树立培养良好生活习惯的意识，明确良好的行为习惯对塑造个人性格，营造良好班风，以及创造自我人生的重要性。

三. 班会准备:

1. 选定主持人。
2. 拍摄校园中的不文明行为。
3. 编写关于课堂不良习惯的`小品。
4. 学习习惯小测试。
5. 制作ppt

四. 班会主要流程:

1. 开场——主持人发言。

2. 观看拍摄的不文明视频。
3. 主角说说看。
3. 主持人引入，欣赏情景剧。
4. 组内讨论，并记录存在的问题，代表发言。
5. 现场互动。
6. 宣誓。
7. 班主任发表习惯养成总结

五. 班会过程

(一) 导入：

男：尊敬的老师们，

女：亲爱的同学们，

合：大家好！

男：一位哲人曾经说过：播下一种行为，收获一种习惯；播下一种习惯，收

获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。

男：好习惯就像雏鹰的一对翅膀。

女：能让我们在蓝天上自由翱翔。

男：好习惯就像海上的一艘航船。

女：能让我们驶向成功的彼岸。

男：好习惯就是我们成长过程中最亲密的伙伴。

女：能让我们在阳光下茁壮成长。

合：202班“习惯伴我行”主题班会现在开始

(二) 观看视频

男：首先，让我们把目光投向我们的校园，让我们看看在我们的校园中存在着哪些不良的行为。

……(观看视频：早上值日的过程中一些男同学拿着劳动工具追逐打闹；去商店购物的同学随手乱扔垃圾，并与告诫他的同学发生冲突，导致矛盾升级；乱扔香蕉皮带来的争吵。)

(三) 主角说说看

女：接下来，我们有请几位主演闪亮登场，让我们听听他们的感悟，谈谈自己对自己行为的看法。

(主演发言。)

(四) 欣赏情景剧

男：良好习惯的养成并不是一件轻而易举的事。那么在课堂上呢？请欣赏情景剧“我们的课堂”。

……(观看情景剧：上课铃响了，同学们嬉笑打闹着走进教室，全班一片混乱，老师很无奈的站在讲台上看着大家。上课老师在板书的过程中，同学们有的在窃窃私语，有的在玩手机，有的在下棋，有的在吃东西，有的在传纸条，有的在梳妆打扮，有的在看课外书，有的在随意走动，有的在睡觉，仅有个别同学在学习。最后老师忍无可忍把书一摔，摔门而出，

班主任到班把大家训斥一顿。)

(五) 让学生讨论，说说班级存在的坏习惯

女：看了刚才的小品，同学们有何感想呢？下面请同学们小组讨论，并记录下这些不良习惯。

……(全班积极讨论，从小品中折射出自身存在的坏习惯以及今后应该怎样改正，养成良好的习惯。)

(六) 现场互动(代表发言，采访老师)

男：刚才我们通过讨论，大家都对这些不文明现象有自己的意见和看法，那么让我们来听听大家的意见吧！

(主持人采访同学：你认为自身存在哪些坏习惯呢？你今后会怎样改正呢？)

女：那么现场的老师对我们有哪些殷切的希望呢？

……(采访老师：老师请您谈一谈对我们身边存在的不良习惯的看法，对同学们提出一些建议)

男：现在我请****同学把记录自己不文明习惯的纸张都收上来，

现在你们差不多把所有的不文明行为或现象都“放在我这里”了，等下我要把“放在我这里”的不文明行为们“装在垃圾袋里扔掉”，希望这些不文明的行为、现象会随着纸片的“消失”而永远的“消失”。

(学生鼓掌，庆祝这极具象征意义的举措！)

(七) 全班宣誓

男：鸟儿因翅膀而自由翱翔，鲜花因芬芳而美丽，校园因文明而将更加进步；合：让我们的素质及文明展现在一言一行中。

男：有请班长带领我们202班全体同学在这里郑重宣誓：

请大家举起右手跟我宣誓：

习惯养成从我做起，从点滴小事做起，从现在做起，坚决与不文明的言行告别。

课堂上遵守纪律，课间不追逐打闹，不迟到，不早退，不旷课，不打架，说文明话，做文明人，自尊自爱，自律自强，遵守校规校纪，争做文明孟高人！

(八)班主任总结

告别不良行为心得体会篇五

一、班会目的：

- 1、经过学习，使学生进一步养成好的学习习惯，充分意识到好习惯对成长的重要作用，提高自觉性。
- 2、让学生能辨识好的学习习惯和不良学习习惯，发现并改正不良习惯，提高自我控制本事。

二、班会形式：叙述、谈话、讨论、问答等形式。

三、班会过程：

教师讲话：同学们，我们已经上学很长时间了，经过这些天的学习，你们掌握了很多知识，丰富、提高了自我，使自我越来越像个小学生了。学习，对于你们是十分熟悉的一件事了，但学习习惯却不是人人都能做到的。一个好的、科学的

学习习惯和方法，能使我们学得简便自在，又有效率，还有利于我们身心健康发展。今日，我们班会的主题就是养成良好的学习习惯。我们经过四个方面来进行学习。

1、课前，我们应当怎样做让学生讨论、发言。

(1)课前要预习，首先要熟读课文，学会带着问题学习；

(2)课前准备好学习用品，静待教师上课。

下面我们看看这些同学做得好不好(指名同学叙述事例，让学生辨别正误。)

(1)上课前，教师正要走进教室，只看见教室内几名同学追逐打闹，其他同学加油助威。

(2)上课铃响了，某同学还在学校里慢悠悠地走，并且经常迟到。

(3)上课前，小红把学习用品准备好，在认真地预习课文；她的同桌桌面上干干净净，还在玩弄电子手表。

同学们想一想，以上同学的表现，你们有没有你认为自我在课前学习习惯方面做得怎样样明白自我努力的方向了吗有则改之，无则加勉。

2、课堂上，我们应当怎样做让学生讨论、发言。

(1)上课认真听讲，不乱说乱动，勇于提问，进取回答，进取思考；回答问题要起立，声音响亮；要发言，先举手。

(2)上课坐姿要端正，读写姿势要正确，努力做到“三个一”。让学生说出哪“三个一”(眼睛离书一尺远，手握笔的地方离笔尖一寸远，身体离桌一拳远。)当场示范写字，看姿势要点是否掌握。

(3)作业要字体端正、规范，书写格式正确，纸面清洁，不边做边玩。

下头我们再看看这些同学做得好不好(指名叙述事例，让学生辨别正误。)

(1)课堂上，教师在上头讲课，下头的同学有的小声说话，有的在做小动作，有的在东张西望，有的在偷偷吃东西，有的趴在桌子上睡大觉。

(2)课堂上，教师在提问问题□a同学进取举手，回答问题声音响亮;b同学低下头，教师叫到时，慢腾腾地站起来，回答问题声音异常小。

(3)课堂上□a同学认真写字，纸面清洁;b同学边写边玩，用脏乎乎的橡皮擦字，纸面像个大花猫。

3、课后，我们又该怎样做让学生讨论、发言。

(1)先复习课堂上所学的知识，然后再做作业。

(2)按时、独立、认真地完成作业。

下头我们再看看这些同学做得好不好(指名叙述事例，让学生辨别正误，问同学们有没有这种情)

(1)张同学边走路边看书，十分认真;李同学在餐厅边吃饭边看书;王同学在行使的公共汽车上看书;刘同学在黑暗的屋子里看书;孙同学在耀眼的阳光下看书;赵同学躺在床上看书;丁同学边看电视边做作业。

(2)小明认真、独立完成作业后，再出去玩;小华让哥哥帮他把作业做完;休息日两天，小刚玩得开心极了。明天就要上学了，今晚急急忙忙把作业做完;教师布置的课后作业，小玲从

来都不完成。

4、考试的时候，我们该怎样做让学生讨论发言。

仔细审题，认真答卷；自我做自我的，不看书，不交头接耳，不东张西望。

5、小结：经过一节课的学习，学生进一步明确了课前、课中、课后以及考试时该怎样做，能辨别良好的学习习惯和不良学习习惯，并敢于剖析自我的不足，指明了努力的方向，将起到防微杜渐的作用。

6、准备一儿歌：（课下读熟、背过，让儿歌中的资料指导自我的学习行为，从而养成良好的学习习惯。）

小学生，爱学习，养成习惯终受益；

早晨起，不懒睡，背着书包上学去；

课堂上，专心听，基础打牢成绩好；

勤于思，善动脑，进取发言才聪明；

写作业，用心记，练就本领比高低；

课堂外，多读书，课外知识更丰富；

好习惯，我第一，健康向上有活力。