**学习十九大，养成好习惯**

辅导员：李优

**活动目的：**

1．在道德观念上，教育学生懂得父母对子女有养育之恩，孝敬父母是中华民族的传统美德。

2．在道德情感上，教育学生人、物、事要有感激之情，懂得感恩，关爱他人。

3．在道德行为上，教育学生在平日生活中做力所能及的事情。为他人分忧解难，理解他人。

**活动准备：**

1、 培养两位能干的学生当主持人，并配四个小助手。

2、 观察自己及别人身上的好习惯。

3、 快板《好习惯》、《我们从小爱劳动》；儿歌《劳动最光荣》；小品《小刚的早晨》及小故事。

**队仪式：**

（一）各小队汇报人数

（二）全体起立，出旗敬礼

（三）唱队歌

（四）中队长讲话

**活动过程：**

（主持人）甲：我不是你的影子，但我和你最亲密。

（主持人）乙：我不是你的手脚，但我最听你的话。

甲：对成功的人来说，我是功臣。

乙：我到底是谁？

全班齐：我就是好习惯。

漕桥小学《学习十九大，养成好习惯》少年队活动现在开始。

甲：好的习惯受益终生，首先，让我们把这首快板《好习惯》送给大家。

（快板同时响起，3名同学同时站起）：

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；

见同学，问声好，团结友爱讲礼貌；

见老师，行个礼，尊师重教讲礼仪；

课堂上，专心听，基础打牢成绩好；

勤思考，善动脑，积极发言才聪明

写作业，用心记，炼就本领比高低；

课堂外，多阅读，博览群书知识广；

好习惯，早养成，自强奋进有活力。

合：好学生，爱学习，天天向上争第一。

乙：今天我们四2和四4班的活动主题是“学习十九大，养成好习惯”，那大家都有哪些好习惯呢？

生1：每天早晚刷牙，饭后漱口，这就是一种好习惯。

乙：讲得真好！

生2：我每天放学回家后第一件事就是写作业，这也是一种好习惯。

甲：讲得真棒！

生4：老师告诉我们要做好课前准备，所以每节课前我都自觉地这样做。

甲：说得对极了！

生1：我做完作业就帮家长做家务。

甲：这是爱劳动的好习惯。

生2：我一有空就看课外书。

乙：这是爱读书的好习惯。

生3：我每天早晨起来都到室外进行体育锻炼。

甲：这是爱运动的好习惯。

生4：我从来不乱花钱，爸爸、妈妈给我的零用钱我都把它攒起来，然后买学习用品。

乙：这是勤俭节约的好习惯。

甲：习惯不是一天、两天养成的。一个好习惯大约需要21天72次行动才能养成。

乙：坚持的时间越长，习惯的力量就越强。

甲：习惯不是一成不变的，坏习惯也可以改变。

乙：只要有恒心，坏习惯就会和你说再见。

请听儿歌《劳动最光荣》。

劳动最光荣

太阳光金亮亮

雄鸡唱三唱花儿醒来了

鸟儿忙梳妆

小喜鹊造新房

小蜜蜂采蜜忙

幸福的生活从哪里来

要靠劳动来创造

青青的叶儿红红的花

小蝴蝶贪玩耍

不爱劳动不学习

我们大家不学它

要学喜鹊造新房

要学蜜蜂采蜜糖

劳动的快乐说不尽

劳动的创造最光荣

甲：每个人都希望自己像鲜花一样美好。

乙：那我们快快种下一个好习惯吧！请听三句半《我们从小爱劳动》。

队鼓一敲咚咚响，

我们四人走上场，

面向大家做汇报，

——快讲！

我们中队决心大，

行动来个军事化，

自己动手学自理，

——真不差。

我在家中学做饭，

洗菜切菜炒鸡蛋，

炒肉不淡也不咸，

——解馋！

自己练习洗衣服，

洗衣机一开呜呜呜，

干净衣服穿身上，

——舒服。

自己铺床又叠被，

收拾房间不怕累，

房间布置要协调，

——我全会。

自己事情自己做，

关心集体不用说，

家长老师都高兴，

——都高兴！

甲：自己的事情自己做，这也是一种好习惯。可有些同学却做不到这一点，你瞧，这里就有一位，请看小品《小刚的早晨》。

小品：（小刚正躺在床上睡觉，时针指着六点半。这时，闹钟响了。）

小刚揉揉眼睛喊：“奶奶，我醒了。”

奶奶：“这孩子，天天让奶奶帮着穿衣服。”、

（奶奶帮小刚穿上衣服，小刚自己系扣子）

奶奶：“瞧你，扣子位置都扣错了。”

小刚边系扣子边喊：“奶奶，我的鞋子哪去了？”

（奶奶又给小刚找到鞋）

奶奶：“鞋和袜子都乱扔到床下，瞧瞧多乱。”

小刚：“奶奶，我系不上鞋带了。”

奶奶：“你呀，天天看都看不会了。”

（奶奶给小刚系好鞋带，又把洗脸水打来）

奶奶：“小刚啊，快把脸洗干净。”

小刚：“奶奶，我会洗脸。”（洗后自己擦干净）

奶奶：“哟，都七点了，快吃饭吧。”

小刚：“奶奶，你喂我吃。”

奶奶：“你呀，都四年级了，连一年级的孩子都不如。”

小刚：“哎呀，奶奶你又说我。”

（奶奶喂小刚吃完饭，小刚背上书包）

小刚：“奶奶，再见。”

奶奶：“哎，快去吧。”

（小刚又跑回来）

小刚：“奶奶，我的红领巾。”

（小刚和奶奶一起找，奶奶在床下找到了红领巾，给小刚系好）

小刚：“奶奶，再见！”

奶奶：“真拿你没办法！”

乙：小刚的行为对吗？

全班齐：不对。

甲：那他该怎么做呢？

生1：要自己的事情自己做。

乙：就让我们从身边的小事做起，做些自己力所能及的事情。

下面，我们一起唱一首儿歌《劳动最光荣》

甲：成功离不开好习惯，同学们能说说有关这方面的故事吗？

故事一：

有一个小伙子在五星级饭店当 服务员，这一天，他从总经理门前走过，被总经理给叫住了：“小伙子，过来”。他一看，总经理叫他，很激动啊！五星级饭店，一个总经理不容易跟一个员工交谈的。“总经理，什么事？”总经理说：“小伙子，你会走路吗？”“会呀，从小就会！”说着，小伙子两个肩膀一高一低，晃来晃去，走了一个来回。总经理说： “走路就是走路，你两个肩膀一高一矮，晃来晃去，是怎么回事？看我给你走一遍。”总经理是一位快60岁的女士，她挺胸抬头，目视前方，稳稳当当走了一个来 回，说：“这叫走路，给你一个星期时间回家练习走路，练好了，来上班，练不好，你就别来了。” 年轻人一听，顿时捶胸顿足："自己长那么大，从没觉得走路是个大问题！" 可是，因为一个不好的习惯，他险些和机遇失之交臂，多么遗憾呀！

故事二：

我在《名人成材故事》一书中查的信息更能说明问题，好习惯能帮助人们赢得宝贵的机遇。大家都知道，我国发生了一件振奋人心的大事，那就是神州七号的成功发射。你们知道吗，苏联发射第一艘载人宇宙飞船的时候，曾经发生过一件既细小又重要的事情。20世纪60年代，苏联发射了第一艘载人宇宙飞船，宇航员叫加加林。当时挑选第一个上太空的人选时，有这么一个插曲，几十个宇航员去参观他们要乘坐的飞船，进舱门的时候，只有加加林一个人把鞋脱下来了。他觉得："这么贵重的一个舱，怎么能穿着鞋进去呢?"就加加林的这一个动作，让主设计师非常感动。 他想：只有把这飞船交给一个如此爱惜它的人，我才放心。在他的推荐下，加加林就成了人类第一个飞上太空的宇航员。所以有人开玩笑说，成功从脱鞋开始。原来得到赏识很简单，养成好习惯就可以了

故事三：

1978年，75位诺贝尔奖获得者在巴黎聚会。有人问其中一位："你在哪所大学、哪所实验室里学到了你认为最重要的东西呢?"出人意料，这位白发苍苍的学者回答说："是在幼儿园。"又问："在幼儿园里学到了什么呢?"学者答："把自己的东西分 一半给小伙伴们；不是自己的东西不要拿；东西要放整齐，饭前要洗手，午饭后要休息；做了错事要表示歉意；学习要多思考，要仔细观察大自然。从根本上说，我学到的全部东西就是这些。"这位学者的回答，代表了与会科学家的普遍看法。可见，好习惯对我们的成功多么重要！

甲：好习惯也让我们得到了很多成功。

乙：孔子曾经说过：“少成若天性，习惯如自然。”古代思想家、教育家墨子曾说过：染于苍则苍，染于黄则黄。故染不可不慎也。这充分说明了习惯的重要。

生：我们学的弟子规里也告诉我们培养良好的行为习惯。背弟子规有关内容。

甲：看来好习惯的确很重要。

甲：同学们，让我们从今天起，好好学规范守规范，让好习惯伴我们一路成长，全体起立，宣读我们的承诺：

我们承诺：

只要有人将喝过的饮料瓶乱扔,我们就要阻止.

只要有人在干净的道路上随地吐痰, 我们就要阻止.

只要有人破坏校园的一草一木, 一砖一瓦，我们就要阻止.

只要校园里有不讲文明, 不讲规范的行为. 我们都要阻止！

当我们进入校园时, 保持衣着整洁与干净。

当我们承诺于他人时,尽自己最大的努力把它做好.

当我们见到他人有困难时, 尽可能去帮助他。

班主任讲话：同学们，听到你们的承诺，老师真的很高兴，通过本次班会，我们都应该认识到：习惯时刻改变着我们的生活。良好的习惯能帮助我们走向成功。让我们改掉坏习惯，让好习惯伴随我们成长。

主持人甲、乙：《学习十九大，养成好习惯》少先队活动到此结束。