**18汽车二班《日行一善》主题班会教案**

﻿

**活动目标**：

要求学生“莫以善小而不为，莫小恶小而为之”，让学生从身边的小事做起，从自己做起，树立起“心中有他人，心中有集体”的道德观念，逐步培养他们“乐于助人、关爱他人”的良好行为习惯。

**活动过程**：

**一、什么是日行一善？**

释义: 每天做一件好事。表示多做善事好事，积善成德。出处：古代有位葛繁日行一善，后来官至太守职务，有人请教他如何“日行一善”，他说：“比如这里有条板凳，倒了碍人走路，就弯腰把它扶正放好，即是一善。”

**二、怎样做到日行一善？**

大家大概觉得日行一善很困难，其实也简单也困难。就像捡起地面上的一片纸屑，只是弯下腰那么简单，然而如果你懒得去做，便是困难至极。

慈善就在身边，就在眼前，就在一转念间，就在举手投足中,慈善不应该是富人良心发现时的施舍和恩赐，而应该是每个人从内心深处发出的对他人的同情与关爱。 我们没有钱，没有势，并不说明就没有帮助别人的能力，俗话说：千里送鹅毛，礼轻情谊重。慈善事业的最终目的不在于给予了多少，而在于有没有一颗同情和善良的心。现在开始我们尽己所能“日行一善”。

　　1.捡起脚下别人扔的纸片，扔到垃圾箱里去。

　　2.向与你擦身而过的人微笑。

　　3.扶老太太过马路（当然，你要确定她想过去，而且别穿一身劫匪似的黑风衣）。

　　4.在公交车上让座（让给心仪的漂亮MM不算）。

　　5.看到不远处有人要过马路，把车在斑马线前停下来（别管后面车辆的喇叭声，没素质的是他们）。

　　6.看到讨钱的乞丐，给他吃的。看到讨饭的老人，给他钱。

　　7.坚持一天不说一口粗话。

　　8.把单位会议室里坏的坐椅顺手修一修吧（当然，也要综合考虑自己的技术，别多修出好几个零件来）。

　　9.请一个你不熟的同事吃顿饭，不要理由。

　　10.天色晚了，看到路边摊的老阿婆还有一些香蕉没卖完，把剩下的全部买下来，让她早点回家。

　　11.遇到问路的人，如果你不知道，帮他问。

　　12.遇到迷路的，直接带到，太远的话就送上车，实在不知道地方的送到派出所或交警。

　　13.放走误飞进你家中的小动物（放走的要是活的，少根毛都不行）。

　　14.把邻居的孩子们叫到一起来，给他们讲故事。

　　15.把你的诀窍，与同事分享。

　　16.给一个孤身在家的亲戚打电话，跟他（她）聊天。

　　17.如果你有合适的交通工具，允许任何人搭顺风车（没后座的自行车就算啦）。

　　18.打听一些别人的愿望，偶尔地，给身边的人一些惊喜（就是把你追女朋友的心思分摊一些给别人）。

　　19.寄钱给需要帮助的人，不用多，也不要透露出自己的任何信息。

　　20.上网时看到好帖，回帖，而且回得声情并茂，回得让大家怀疑你是“托”或作者的“马甲”。

　　21.在跟别人合作项目时，多做一些工作，不要跟人讲。

　　22.在同事们进办公室前，去做那个开门拿报纸的人。

　　23.赞美一个在母亲怀中的孩子，说他（她）很可爱。

　　24.帮老大伯扛自行车上天桥（如果人家坚持说要锻炼身体你就别逞强了）。

　　25.下赢街头的[象棋残局](https://www.baidu.com/s?wd=%E8%B1%A1%E6%A3%8B%E6%AE%8B%E5%B1%80&tn=44039180_cpr&fenlei=mv6quAkxTZn0IZRqIHckPjm4nH00T1YYnhc1PjNWnWfvujDsPAf10ZwV5Hcvrjm3rH6sPfKWUMw85HfYnjn4nH6sgvPsT6K1TL0qnfK1TL0z5HD0IgF_5y9YIZ0lQzqlpA-bmyt8mh7GuZR8mvqVQL7dugPYpyq8Q1DsPjTLn1m4PHRLnH6kn1fsnHb" \t "_blank)，不拿赢得的赌注。

　　26.了解施救常识，哪怕你一辈子都没机会用上。

　　27.清扫宿舍楼梯，不只是自己这一层。

　　28.手写一封信给久未联系的朋友，问他最近的生活。

　　29.撕掉一张别人已不可能兑现的欠条。

　　30.大风天，扶起倒在地上的自行车，即使你的车并没有被压在下面。

　　31.结伴郊游归来，清点相机里拍到的所有人（路人和宠物就算啦），给他们一一寄照片。

　　32.随口回答了某人的问题后，第二天专门给他（她）E—MAIL一份详细资料过去，告诉他（她）昨天你的回答太草率了。

　　33.在火车上，把MP3的一只耳机分给正在无聊的同座（当然首先要确定你MP3里面的歌无不良内容）。

　　34.听到同事在开会上的发言有明显错误，马上发条短信告诉他（她）。

　　35.只是用旧的东西要扔掉，单独用个袋子包起来再扔，不要跟其他生活垃圾混在一起。

　　36.好像有一件别人嘱托要做的事忘记了，一个个打电话给有可能托付你的人，直到想起来为止。

　　37.看到在街头哭泣的孩子，过去安抚他，不管多莫名其妙的事情，耐心地听他讲完经过。

　　38.捡到小额的钱，找不到失主，如果嫌交到警察叔叔手里边麻烦的话，就找个募捐箱，捐出去。

　　39.不经意间看到别人的秘密，停止，也永远不说出来。

　　40.在大家起哄取笑一个人的时候，不笑，或者善意地拍拍那人的肩膀。

　　41.多做一些家务，对家人要比对外人更好。

　　42.在餐馆里喝了酒，把自己的声音放低。

 43.离开餐馆前，帮小妹收拾一下餐桌上的残局。

　　44.排队办事时，知道自己的事比较复杂，让后面有急事的人先上。

　　45.看到精彩的电影、图片、音乐、文章，拷贝下来，然后跟别人分享。

　　46.看到有人在街头做公益事业，如果正好有空，主动加入他们。

　　47.举报一处环境污染。

　　48.帮不认识的人提行李，他（她）要问你名字就说叫雷锋。

　　49.发现在你家屋檐下避雨的人，借把伞给他（她）。

50.遇到大热天中午或大冷天晚上摆地摊的，别还价，家境哪怕好一点的不会在这时候摆摊。

51.遇到学生出来打工，勤工俭学的，看他（她）卖什么你就适当买点吧。

　　52.排队买票，给身后的十名乘客一起买，完了再找他们收钱（这个风险性比较大，最好先跟他们讲好）。

　　53.给摆摊的小贩送碗热水。

　　54.每天顺手把邻居订的牛奶带上楼给他（检查一下没有滴洒漏再送）。

　　55.[公共厕所](https://www.baidu.com/s?wd=%E5%85%AC%E5%85%B1%E5%8E%95%E6%89%80&tn=44039180_cpr&fenlei=mv6quAkxTZn0IZRqIHckPjm4nH00T1YYnhc1PjNWnWfvujDsPAf10ZwV5Hcvrjm3rH6sPfKWUMw85HfYnjn4nH6sgvPsT6K1TL0qnfK1TL0z5HD0IgF_5y9YIZ0lQzqlpA-bmyt8mh7GuZR8mvqVQL7dugPYpyq8Q1DsPjTLn1m4PHRLnH6kn1fsnHb" \t "_blank)没纸了，正好自己有带，完事后留一张放在干净的地方。

　　56.给无盖的窨井插个醒目标志。

　　57.在身边的人都闯红灯而过的时候，独自守候着绿灯。

　　58.晚上经过单位时，买些夜宵带给加班的同事。

　　59.买洋快餐时，把用剩的优惠券送给身边需要的人（一定要确定对方正好有需要，不然那人突然从包来拿出一沓来你会尴尬死）。

　　60.当其他三个人还在研究晚上玩什么时，你已经跑出去买了两副扑克回来。

　　61.如果你英语好，主动跟在路上碰到的老外搭讪，问他（她）需要什么帮助。

　　62.看到公告栏歪了，把它扶正。

　　63.身体还行的话，去参与[无偿献血](https://www.baidu.com/s?wd=%E6%97%A0%E5%81%BF%E7%8C%AE%E8%A1%80&tn=44039180_cpr&fenlei=mv6quAkxTZn0IZRqIHckPjm4nH00T1YYnhc1PjNWnWfvujDsPAf10ZwV5Hcvrjm3rH6sPfKWUMw85HfYnjn4nH6sgvPsT6K1TL0qnfK1TL0z5HD0IgF_5y9YIZ0lQzqlpA-bmyt8mh7GuZR8mvqVQL7dugPYpyq8Q1DsPjTLn1m4PHRLnH6kn1fsnHb" \t "_blank)。身体更行的话，还有一些其他东西可以献。

　　64.主动了解贫困学生的信息，偷偷地帮助一两个。

　　65.泳池里看到初学者，教他怎么游得更好（自己要是三脚猫就不要误导人家啦）。

　　66.记着朋友的生日，到那天发短信或贺卡祝福（逼人家请客的事就免啦，不然自毁功德啊）。

　　67.网上下棋时，帮一个负分的“菜鸟”转正。

　　68.过一天没有电的生活，帮社会“节能”。

　　69.用PS把朋友网上相册里的照片做得更美，再传给他（她）。

　　70.需要熬夜的时候开一下QQ，给每一个在线的[QQ好友](https://www.baidu.com/s?wd=QQ%E5%A5%BD%E5%8F%8B&tn=44039180_cpr&fenlei=mv6quAkxTZn0IZRqIHckPjm4nH00T1YYnhc1PjNWnWfvujDsPAf10ZwV5Hcvrjm3rH6sPfKWUMw85HfYnjn4nH6sgvPsT6K1TL0qnfK1TL0z5HD0IgF_5y9YIZ0lQzqlpA-bmyt8mh7GuZR8mvqVQL7dugPYpyq8Q1DsPjTLn1m4PHRLnH6kn1fsnHb" \t "_blank)发个信息——“很晚了，早点睡身体好”，然后马上下线。

　　71.走路遇到蚂蚁搬家时，尽量避开不踩到。

　　72.任何时候经过学校和医院时，不按喇叭。

　　73.召集人，把小巷中间的绊脚石一起搬掉。74.被同事的仙人掌刺到后，提醒每一个打算拿起来把玩的人小心。

　　75.不知道谁的车没锁，或是车钥匙落车上了，通知保安帮他（她）看好。

　　76.雨天，在一个摩托车安全帽旁放上纸条——“您的摩托车帽刚掉地上进水了，不要马上戴上去”。

　　77.即便知道公园的后门怎么走，还是带孩子从正门买票进去。

　　78.给同一个圈子里的好友整理出一本通讯录。

　　79.把你挑好的衣服让给另一位也想买的顾客，尽管该款式只有这最后一件了。

　　80.鼓起勇气提醒把衣服扣子扣错或是拉链没拉的路人（注意方式）。

　　81.在街头卖艺者表演结束时带头鼓掌。

　　82.买一束芬芳的鲜花，放在有路人经过的家门口，被人拿走就拿走吧。

　　83.遇到无家可归的人，跟他说话，看能不能帮点什么。

　　84.陪公园里的老人下棋。

　　85.看到公布在媒体上的私人救助号码，如果不能帮上什么大忙的话也可以给这个号码充充话费。

　　86.听闻媒体报道的灾情险情，如果方便的话去现场看一看有什么能够帮得上忙的。

　　87.用朋友而不是家长的口气，阻止爬树，或正准备拿弹弓打路灯的孩子。

　　88.参加[临终关怀](https://www.baidu.com/s?wd=%E4%B8%B4%E7%BB%88%E5%85%B3%E6%80%80&tn=44039180_cpr&fenlei=mv6quAkxTZn0IZRqIHckPjm4nH00T1YYnhc1PjNWnWfvujDsPAf10ZwV5Hcvrjm3rH6sPfKWUMw85HfYnjn4nH6sgvPsT6K1TL0qnfK1TL0z5HD0IgF_5y9YIZ0lQzqlpA-bmyt8mh7GuZR8mvqVQL7dugPYpyq8Q1DsPjTLn1m4PHRLnH6kn1fsnHb" \t "_blank)之类的自愿者活动。

　　89.仔细考虑别人的请求，实在不行也要和颜悦色地拒绝。

　　90.结伴旅行中，如果需要有人看包，该牺牲就牺牲一下吧。

　　91.随身带一些常备药和创可贴等，不只是为自己。

　　92.准备一个本子，记下自己对人许下的每一个承诺，不时检查一下完成的情况。没完成的，跟人家道个歉。

　　93.把自己擅长的技能（如修电脑、写春联什么的）跟社区报告，以后大家有事可以来找（注意，是报告不是广告，收费的可不成）。

　　94.遇到别人打错电话，用你尽量和蔼的语气跟对方说没关系。

　　95.在邻居孩子要上学前买本字典送他，上中学前买本词典送他，这会是一件让人记得很久的好礼物。

　　96.看到路上有西瓜皮或香蕉皮，一定要想办法清理掉，再不济也要踢到没人走到的路边。

　　97.喂食流浪的小动物，偶尔做些放生的事。

　　98.既然接受任务，就做些挑战极限的事，比如在一个晚上写完这100种善事。

　　99.在报刊亭上看到这篇文章，觉得好的，就把这期报纸买下来。

　　100.约更多的人，跟你一起“日行一善”。