1.去找薄弱学科老师，夸老师三个优点，找老师要签名。

2.当着全班，微笑着吃两片柠檬。

3.分享一道当天的数学题目。

4.当面夸奖10位同学的优点。

5.准备一段100字励志语录分享给大家。

6.面向全班同学唱一首歌。

7.正能量表演。

8.面向全班同学背诵一首诗或一段课文。

9.擦黑板一天或一周。

10.课间打扫办公室地面。

11.给老师们每人接一杯水。

12.当天所有课前，去办公室接老师来上课。

13.面壁思过，想出三条改正的方法。

14.手拉手对视一分钟并拥抱(吵架)。

15.给班级打扫卫生一次。

16.练习一页字。

17.写检讨和反思500字，提出改正措施5条。

18.讲笑话或做鬼脸，全班超过2/3笑了过关。

19.做10个俯卧撑或20个蹲起。

20.当天课上主动举手回答问题5次。