# 最新主题班会设计方案(20篇)

来源：网络 作者：紫陌红颜 更新时间：2024-09-05

*为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。方案对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇方案。以下是小编精心整理的方案策划范文，仅供参考，欢迎大家阅读。主题班会设计方案篇一初三是学...*

为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。方案对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇方案。以下是小编精心整理的方案策划范文，仅供参考，欢迎大家阅读。

**主题班会设计方案篇一**

初三是学生成长的重要阶段，确立理想、立志成才，对以后的人生走向有重要的作用。我设计了这次主题班会，培养学生确立目标，做有理想的人。

二、班会目的：

1、通过讲故事、演讲等活动，启发学生认识到树立理想的重要性,激发学生树立理想的热情;

2、帮助学生寻找自己的理想，早日确立学习目标，努力学习，积极向上;

3、通过活动，让学生清醒地对自己有定位，确立目标，成为有理想，有追求的青少年，扬起理想风帆，抵达成功彼岸。

三、班会准备：

1、选择组织能力较强的男、女同学各一名担任主持人，并在课余时间进行排练;

2、选择讲故事能力较强的同学讲故事，并准备好故事内容：数学家陈景润的故事，课后排练;

3、演讲选手的挑选和排练;

4、小品演员的挑选和排练;

5、组织学生收集有关理想的名言警句;

6、“我的理想”卡片收集准备，组织学生准备卡片，写上自己的奋斗目标，准备在活动中分享、交流;

7、音乐、多媒体的准备。

四、班会流程：

(一)班会流程

1、主持人开场引入主题

2、同学讲故事，谈理想(结合故事内容，用多媒体展示主人公相关生活照片);

同学演讲，谈理想(背景音乐：纯音乐)

3、小品剧《我的未来不是梦》的表演

4、名言警句畅谈环节

5、“我的理想”交流分享环节

6、主持人总结，宣布班会结束(背景音乐：明天会更好)

(二)活动纪实：

主持人开场

男、女：“扬理想风帆，抵成功彼岸”，我们今天的主题班会现在开始!

男：理想，是人生的目标，是人生的希望!

女：理想，是灯塔，是航标，照亮着我们的人生前程，指引着我们的人生方向!

男：是啊，没有了理想，就没有了前进的动力。世界上，不少的名人从小就树立远大的理想，并为之而奋斗。下面，我们请a同学为我们讲述关于数学家陈景润的故事。

a同学讲故事：数学家陈景润的故事(主持人用多媒体展示陈景润相关图片)

女：感谢a同学的精彩讲述。听完了以上的故事，你是否感觉到，一个有理想的人，就有了人生方向，努力向着理想的方向奔跑，便会走向成功的彼岸!

男：是啊，树立理想多么重要!特别是我们作为年轻的一代，更要树立远大的理想，并为之好好奋斗。

女：听完了精彩的故事，下面让b同学为我们做演讲“做有理想的新一代”!(b同学上台，背景音乐响起)

b同学演讲：

男：感谢b同学的激情澎湃的演讲，听了她的演讲，我深深地感受到理想的力量，实现远大理想，要从现在做起，从小事做起。

女：是啊，从故事和演讲中，我们体会到了树立理想的重要性，认识到树立理想的重大意义。生活中的我们，要使人生过得有意义，就要做个有理想的人。同时，为了实现理想，我们还得好好学习，冲破一切困难。不知道同学们是不是有同感呢?

男：看来同学们听完之后都深有感触啊。下面，我们再来看看小品表演《我的未来不是梦》，看看发生在我们身边的故事……

女：看完了这个小品，同学们的感受是什么呢?

(同学讨论、发言)

男：是啊，我们都可以感受到，有明确理想的人，会有合理的学业、人生目标，敢于面对挑战，并战胜困难而走向成功;缺乏理想的人，没有人生目标，则比较消极、被动，人生显得没有意义。

女：说得真好!而且，我们知道，要成功，就要有理想;有理想，就要有行动。理想的实现来自不懈的努力。

男：是啊，像我，虽然有理想，但学习不够努力，以后我一定要加倍努力，为了实现理想而奋斗。不然，人生怎么能成功呢?

女：说得对!对了，大家都是初中生了，关于理想的名言警句也学过了不少，下面就请同学踊跃畅谈，把你知道的有关警句说出来!

c同学：“华罗庚说过：‘没有抱负的人，他的生活缺乏伟大的动力，自然不能盼望他能有杰出的成就’。”

d同学：“孔子说：‘三军可多帅也，匹夫不可夺志也。’”

e同学：“范晔说：‘有志者事竟成。’”

……

男：听了同学们所讲的名人名言，真是深受鼓舞啊!是的，立志多么重要，为了实现理想而奋斗多么重要!我们现在都是高中生了，高中时期是树立理想、明确人生目标的重要时期。下面，就让我们来一起分享、交流我们的理想，我们的计划!请同学们畅所欲言!

分享、交流环节：

f同学：“我的理想是当一名医生。虽然我的化学成绩不怎么好，但接下去的日子，我要加倍学习，为实现我的理想而努力。我要向着我的目标努力……”

g同学：“我现在也有了自己的理想，就是将来当一名政治家。以前我没有好好学习，以后我要好好学习，把成绩提上来，还要多学习各方面的知识，为实现我的理想而奋斗……”

h同学：“我将来要做一名律师。所以我要充实自己的知识，还要多去参加一些实践活动。我已经订好了自己近期的学习计划，我要按着计划，好好学习，一步步实现我的目标……”

……

女：大家都谈得非常好。没错，我们都要早日确定我们的理想，让它作为我们生活的导向，我们要为了实现理想而奋斗!

男：理想是前进的动力，当大家有了伟大的理想，我们的学习便充满动力，我们的人生便充满活力。相信通过大家的努力，远大的理想都会实现的!

男、女：让我们扬起理想风帆，抵达成功彼岸!我们努力奋斗，共祝大家“明天会更好”!好，我们的班会到此结束!(音乐：明天会更好)

五、活动反思：

这次班会旨在引发学生明确学习目标，树立远大理想，并为实现理想而奋斗，预见班会的效果会不错，具体表现为以下几个方面：

通过此次活动，学生明确了树立远大理想的重要性，确定了自己的人生目标，增加了学习的动力和热情;

学生通过活动参与，明确学习目的，有利于班风、学风建设;

此次活动由老师指导，具体操作均由学生自己组织，体现了学生的主体性，也调动了学生的积极性,

**主题班会设计方案篇二**

一、活动目的

通过化装表演、人生演说活动，帮助学生树立远大理想，引导学生为实现自己美好理想而从现在做起。

二、活动准备

1、了解班上学生的理想是长大了干什么。

2、辅导参加表演的学生化好妆，准备好道具、人生演说词。

3、活动需要的照相机及其他用品。

三、活动过程

1、教师导语，引入主题活动。

理想是个诱人的字眼。理想是灯塔，指引人生前进的方向，照亮人生行进的路程。一个人没有理想，就像鸟儿没有翅膀，就像打枪时没准星。不过，一个人的理想要和祖国和人民的命运联系在一起才是崇初的。亲爱的青年朋友们，你们也一定有自己美好的理想吧?那么你们的理想是什么?(待学生回答后)不知你想过没有，20年后的你是什么样子?我们今天的班队活动的主题就是《二十年后的我》。

20年在历史的长河中只是短暂的一瞬，但在人生的旅途中却足不长不短的岁月。20年后他们是个啥样子?

现在我们想象表演20年后大家见面的情景。(老师作了变老的简单化妆)

2、表演、演说活动。

摄影记者(脖子上挂相机，手拿摄影刊物)

我从小喜欢摄影艺术，希望自己成为共和国一流的摄影记者。经过我20年的不懈努力，理想变成了现实。我手中的这本杂志中有好几幅照片就是我的作品。我还在世界性的新闻摄影比赛中多次获奖。老师，感谢您在我读中学时对我的鼓励。

老师插话：让我们大家为他取得的成绩面鼓掌。

(《运动员进行曲》乐曲声起)世界冠军(运动员打，胸前有闪亮的四块金牌)：

老师、同学们，在中学时，我的身体素质比较好。那时曾暗暗发过誓，一定要当一名出色的运动员，为国争光。20年过去了，我在第30届、31届奥运会上夺得了四块金牌，为祖国争得了荣誉。每当五星红旗伴着国歌声在尽可能国他乡体育场上空升起时，我常常情不自禁地流下热泪——想起小时候想当优秀运动员的美好愿望实现了。

老师插话：真不简单，祝贺你!

水稻专家(捧着张画了一捆稻子的彩图)：上中学时，地理老师告诉我们，我国人口逐年增多，人均耕地却越来越少，人们的吃饭问题面临着挑战。是啊，民以食为天。于是，从那时候我就立志要为祖国13亿人的“吃”贡献一点力量。经过10年多的研究、试验，现已培育出亩产1500公斤“世纪号”良种水稻。看，这就是这种水稻的样品。

老师插话：你的贡献不小，我为有这样的学生感到骄傲与自豪。

文学家(留着胡子，戴副眼镜，手持厚书):

中学时我酷爱文学，是校文学社的编辑。现在我成了文学家了，写过不少人们喜欢的小说、散文、诗歌，还有剧本。这些作品有的已被译成外文出版发行。老师，这是我的《\_文集》，送给您作纪念吧!也以此感谢您曾经对我的教育。

大公司总裁(西装革履，手持大哥大)：

大家还记得20年前用一条毛虫吓哭好多女同学的调皮王吗?我现在再没时间捣蛋了。我大学毕业后经过十多年的艰苦创业，创办了一家计算机公司。由于讲信誉、重质量，业务往来越来越多。现总公司在三峡库区，分公司遍及全国各大城市，国外也有许多业务联系，经济效益十分看好。今天我是专程来为母校新建图书馆捐款的。(打开大哥大、告诉秘书把100万元支票赶快送来)。

清洁工(身着工装，带着扫除工具)：

尊敬的老师，亲爱的同学，大家好!20年过去了，我可没有像前面几位同学那样干出了不起的业绩。我的工作太平凡了，只是清洁工。但是我热爱这个职业，因为我用苦和累换来了大家的清洁卫生和舒适。我同样感到骄傲自豪。

20年前，我的理想是当一名军人。于是我初中毕业后参军，一年后考入军事学院，练就一身过硬的本领，在保卫祖国的岗位上屡立战功。去年，授予我中将军衔。今天，我向母校报喜来了。

接着养鱼大户、白衣战士、表演艺术家、教师、宇航员逐一上台表演、演说。

3、引导学生立足现实，为实现自己的理想而努力奋斗。

看到这么多同学都有远大理想，我太初兴了。是啊，有了美好的理想，就有奋斗的目标。此时此刻，我请大家思考一个问题：为了实现自己美好的理想，你现在应该怎么做?

(待学生回答后小结)：同学们说得对。只有脚踏实地，从现在做起，思想上严格要求，刻苦学习科学文化知识，锻炼出强壮的身体，全面发展自己。我相信，经过20年的不懈努力，我们的愿望一定会实现!

年青的朋友们，珍惜这金子般的年华吧!为了人生美好理想去开拓，去奋斗吧!

好了，让我们走出教室，请我们这位未来的摄影记者为20年后的专家、学者、文学家、清洁工、将军……摄个影。希望大家用这一张照片作为自己走好以后20年的人生旅程的见证。

**主题班会设计方案篇三**

一、班会目的：

通过多种形式，在热烈的气氛中，同学们开怀畅谈自己的理想，憧憬未来，同时下定决心要为自己理想的实现而努力奋斗;并且把自己的理想与祖国的前途和命运结合起来，为中华民族的伟大复兴而努力!

二、班会形式：

小品、演讲、讨论、游戏、演唱等;

三、班会过程：

播放歌曲《水手》，班会主题开始，班长钱程、宣传委员许雅红同学主持;

主持人(男)：伴随着这首激动人心的《水手》拉开了我们\"理想与前途\"主题班会的序幕。

主持人(女)：理想是个诱人的字眼。

主持人(男)：理想是灯塔，指引人生前进的方向，照亮人生前进的路程。

主持人(女)：一个没有理想的人，就像雪儿没有翅膀，就像打桩的没有设备。

主持人(男)：没有理想，就没有坚定的方向，没有坚定的方向，就没有生活;

主持人(女)：罗勃朗宁曾说过：人类的伟大不在于他们在做什么，而在于他们想做什么。

主持人(男)：福尔摩斯也说：世界上最重要的事，不在于我们在何处，而在于我们朝什么方向走。

主持人(女)：上面所讲的\"想做什么\"、\"朝什么方向走\"指的就是我们头上的一颗指路明星--理想。那么，什么是理想，你的理想是什么?(同学们讨论。)

主持人(男)：下面请同学们说说自己的理想，好吗?(同学们畅所欲言，有的说长大后要成为科学家，有的说要成为美容师，有的要成为教师……)

主持人(女)：当一个人达到自己的理想的时候，我们可以说他是一个成功的人，那么你对成功是怎么样看的呢?

同学1：我觉得要像邓小平先生那样做时代的伟人才是成功的人;

同学2：我认为努力去实现自己的理想的人就是成功的人;

同学3：我觉得凡是能在自己平凡的工作岗位上做出贡献的人都可以算是成功的人;

同学4：我觉得一个能在逆境中站起来，勇于向困难宣战的人便是一个成功的人;……

主持人(男)：同学们说得很好，下面我们请\_x同学们谈谈\"成功的人\";

\_x同学发言(略)

主持人(女)：对，只要我们从小便树立远大的理想，并为之不断地努力，我们的理想就一定能实现!

主持人(男)：下面我们来看看，二十年后的我们是怎么样的吧;

小品：《二十年后的我》(表演者：\_x等同学)：二十年后的一群中学生实现了自己的梦想，二十年后回来探望自己的老师，并诉说自己二十年前的理想和成长的经历;

主持人(女)：啊，真叫人热血沸腾，羡慕不已;

主持人(男)：但是世事变幻不定，二十年后的事更是难以揣测;

主持人(女)：哎，你是想说\"把握今天\"吧;

主持人(男)：是啊，今天的收获才是最重要的，明天的收获有赖于今天的播种和辛勤的耕耘;

主持人(女)：那，怎么样才能在今天为实现自己的理想而努力奋斗呢?

主持人(男)：我想我们的同学们心中早就有答案了，请同学们说说好吗?

同学1;珍惜每一分每一秒的时间，不让自己有后悔的一刻;

同学2：树立远大的理想，并为之不断地努力;

同学3：要有吃苦耐劳的精神，不为困难所吓倒;……

主持人(女)：是啊，我们必须从今天做起，为自己理想的实现而努力;

主持人(男)：不仅仅这样，我们还要把自己的理想和前途与祖国的命运和前途结合起来，现在，我国正在进行西部大开发，这可以说是全国人民一个共同的理想，我们更应该从我做起，为中华民族的伟大复兴而贡献自己的青春与才华;

主持人(女)：据我所知，我班吴关明、周晨龙同学就是这样的人才呢!

主持人(男)：不错，请欣赏他们的小品：《垃圾大王》

[小品]垃圾大王小品大致内容：讲一位平凡的中学生在读书时代便给同学们瞧不起，但由于他不怕别人的取笑，不怕困难，大学毕业以后，他大胆地从事处理垃圾的工作，后来发展到搞垃圾回收，成立了\"创世纪公司\"，成了一位出色的企业家。小品通过幽默有趣的表演说明了一个只要有远大的理想，并执着追求，有创新意识，就一定能实现自己的理想。

主持人(女)：真是有趣极了，你们知道小品说明了一个怎样的道理吗?

〔同学们答：略。〕

主持人(男)：主题班会进行到这里，让我们来玩个游戏轻松一下。

主持人(女)：对，我们在上课前听到《水手》这首歌，看谁把其中重复多遍的歌词记了下来，

一同学：他说风雨中，这点痛算什么，擦干泪不要问为什么。

主持人(男)：对，下面请同学们说一说\"风雨\"和\"痛\"是指什么?

甲同学：我认为\"风雨\"是指崎岖的人生道路，\"痛\"是指挫折和失败。

乙同学：我觉得\"痛\"还可以指逆境、困难。

主持人(女)：是的，歌词告诉我们，无论学习，生活中我们都会碰到的挫折、失败或困难，但我们必须勇往直前，不畏艰难险阻，才能实现自己的理想。

主持人(女)：收获的季节是欢乐的，但他必须付出汗水为前提，我想每个人的奋斗过程都会有一个激励自己前进的座右铭。

主持人(男)：是啊，18岁的刘欧已是北京大学化学与分子工程系的一名学生，15岁的他已成为首批进入国家重点实验室的中学生，他一直以\"机遇对于每个人都是均等的，而成功者往往善于抓住机遇。\"自勉，这是他获得成功的重要因素之一。那么，在座的同学们，你们的座右铭是什么呢?

主持人(女)：请同学们踊跃回答。

同学们自由回答。

主持人(男)：同学们的发言是认真的，是对理想追求的一种执着，我相信，同学们有了时时激励自己的座右铭，理想是一定可以实现的。

主持人(女)：接下来我们来玩一个有趣的游戏。

主持人(男)：好啊，什么游戏?

主持人(女)：我们轮着来每人说出一句对理想实现充满信心的简短的话，如：我一定行!等，说不好的同学要出来为大家唱一唱我们本次班会的主题歌《水手》，好不好?

主持人(男)：我举双手赞成。(同学们轮流说)

主持人(女)：我很开心!同学们对理想的实现都充满了信心。下面让我们来欣赏诗歌朗诵\"请举起杯中的美酒\"(由\_x和\_同学表演，诗词略)

主持人(男)：诗歌是美好的，悦耳动听的。时间是有限的。

主持人(女)：天下没有不散之筵席。

主持人(男)：班会无限好，只是近铃声。

主持人(女)：我想，大家通过这次班会，定会树立远大理想，创世纪辉煌，为自己的人生书写一首不朽的诗篇。

主持人(男)：现在有请我们的班主任作总结，掌声欢迎。

四、班主任总结：

首先很感谢\_x、\_和为这次主题班会的准备付出了辛勤的劳动同学们!本次班会同学们都表现得很积极、主动，能大胆地畅谈自己的理想，树立自己的信心，看你们自信的表情，听你们充满豪情的语言，我相信，你们的理想一定能实现。是的，理想是还没有实现的东西，是对未来的美好憧憬和希望，这要求我们好好把握今天，努力学习，打下坚实的知识基础，才能拥有美好的明天。理想有近期。高远之分，还可以分为职业理想、道德理想、人生理想，我希望同学们不但要有近期理想、职业理想，而且要有崇高远大的理想，将自己的理想与祖国的繁荣、社会的进步结合起来，唯有这样，我们的事业才是辉煌的，不朽的。

但是，理想的实现前提是把握人生。把握人生，不是一天两天，也不是一年两年，它需要一个人用一生的时间，需要几十年如一日的耐力、恒心与毅力。更多的时候，把握人生的关键是要培养自己的习惯，坚持自己的原则。而\"顽强的毅力可以征服世界上任何一座高峰\"，恒心与毅力，在征服的过程中必不可少。

命运靠自己主宰，人生由自己把握。

臧克家说过：\"青年是宝藏，青年是黄金;宝藏要挖掘，黄金要熔炼。\"而人生的淘金者和冶金人便是你自己，把握人生，让自己的年轻发挥极致!

在《走进新时代》歌声中，主持人宣布班会课结束。

**主题班会设计方案篇四**

一、导入语

走进高中生活近七个多月了，大家适应了高一的生活了吗?当初我们的梦想就是考上高中，有没有人忘记了呢?如今我们正在高中的路上，我们又该给未来一个怎样的梦呢?对未来有着怎样的理想呢?

理想像什么?有人说，理想无影无形，无色无味，什么也不像。

我说，理想像满天繁星，驱散夜空的黑暗;理想像猎猎劲风，鼓起生命的风帆;理想像灰姑娘的水晶鞋，展现生命的光华;理想像展翅高翔的海燕，呼唤着生命风暴的更加猛烈。

对于今天的我们来说，理想更像高悬天际的启明星，指引我们攻坚克难,占领人生的制高点。

二、请欣赏唱歌曲《我的未来不是梦》(张雨生)

三、畅谈理想

(一)、关于理想的名言：

1.三军可夺帅，匹夫不可夺志。 —— 孔子

2.志当存高远。 —— 诸葛亮

3.老骥伏枥，志在千里，烈士暮年，壮心不已。 —— 曹操

4.理想是指路明灯。没有理想，就没有坚定的方向;没有方向，就没有生活。

——托尔斯泰

5.有志者事竟成。——范晔

(二)、理想的作用及理想调查

(1)作用：1.理想是人生奋斗的目标

2.理想是人生前进的动力

3.理想是人生精神的支柱

(2)理想调查：

请同学们在纸上写出你的理想是什么?想考上一所怎样的大学?

(三)、我们如何才能实现我们的理想呢?

1.成功没有捷径,唯有依赖奋斗。

2. 当辛劳成为一种习惯，当勤奋成为一种充实，无聊的嬉戏就将变成一种空虚。

3.鲁迅说过：“节省时间，也就是使一个人的有限生命更加有效，即等于延长了生命。”

劳动量-无效劳动量

效率=

时间

(1)、增大单位时间内劳动量的方法

(a)减少犹豫的时间，明确任务。

治疗犹豫的措施：在自己支配的时间里，拿出百分之二、三的时间，想清楚这段时间的任务共几项，哪个为主，哪个为次，然后排上队，任务明确了，马上动手。(b)持之以恒，形成习惯。

一个人，经常在固定的时间内做同类的事，做的多了，便形成习惯。习惯了的事情，常常不由自主的去做，想停止都难。

(c)制定周详的学习计划。

学习计划要落实到每学期、每月、每周、每天。

(d)多利用空余时间。

比如早读之前的时间，中午午休前的时间，晚修前的时间，如果我们坚持，利用我们的收益是非常可观的。

(2)、怎样减少无效劳动?

(a)人家在自习、看书，他在那说笑话、说大话、说课外的话等.(闲话)(b)把课余的时间消磨在游戏里、老师在讲数学他在发呆、上自习在聊天、抄别人作业、教材还没弄通就去抠难、怪、偏题等。(闲事)

(c)正听着课，思路不知不觉地到了其他无用的事上;学习上遇到不顺心的事情或考试成绩不理想，就忧虑、担心同学们怎么议论自己、父母怎样批评自己，结果越想，烦恼越深，越不能平心静气的分析失误的原因，形成：考试失误——情绪低落——无心纠正——成绩更低(闲思)

四、理想与前途测试(心理测验：你有美好的前途吗?)指导语：下列题目中，每题均有三个备选答案，根据你的实际情况，选择一个适合你的答案。

1、对于团体的工作，你抱着：( )

a、热心参加的态度;

b、漠不关心的态度;

c、十分厌烦。

2、你对工作的态度是：( )

a、宁肯做待遇低些但价值高的工作;

b、认为工作只不过是为了解决生活;

c、一心一意只做报酬高的工作，不理会工作有没有意义;

3、当自己逐渐长大时，你同时会：( )

a、学习更多的知识或者技能;

b、内心感到恐惧与不安;

c、毫无感觉，不予理会。

4、对于交朋友，你会感觉到：( )

a、十分重要，因此在平时你就喜欢与人交往，注意礼貌,争取友谊;

b、以为友谊很平常,不必重视;

c、友谊无价值,不如孤独自处。

5、对于报纸刊物的看法：( )

a、认为有注意的必要,因此常选择性阅读,以了解世界大事,学习新的知识;

b、当作是茶余饭后的消遣,可有可无;

c、不予注意,认为与其看报章,不如去看戏。

6、对于服装,你的态度是：( )

a、要求端正、整齐，不必奢华;

b、只要能保暖适体，不必讲究;

c、\"先敬罗衣后敬人\"，对服装十分讲究。

7、当你孤独寂寞时，你会：( )

a、去找朋友，或去找些事情来做;

b、独自去散散步，或者去看看戏;

c、闭门胡思乱想来打发时间。

8、当自己有缺点的时候,你就：( )

a、承认自己的缺点,极力设法改正;

b、如果没有人发觉,就不予理会,也不自我检讨;

c、即或有人指点,也极力否认。

9、对于生活开支，你：( )

a、精打细算,量入为出,养成储蓄的习惯;

b、认为只要不欠债就行;

c、今朝有酒今朝醉,不必有什么计划。

10、当遇到困难时,你就：( )

a、找出产生困难的原因，并且把遇到挫折当作是一次经验和教训;

b、内心不安，设法找人来帮忙;

c、独自悲哀，感到消极，对前途无望。

11、当别人批评你时，你就：( )

a、冷静地考虑别人的意见，如果是对的，就予以接受;不当的也不随便发怒，只找机会辩白一下;

b、不理会别人的批评，不作任何反应;

c、对别人的批评，一概表示不满，并且与人争吵。

12、对男女关系的看法，你认为：( )

a、男女地位是平等的，彼此是合作的关系,任何一方均不应抱利用对方的心理。和异性朋友来往，不可存有有邪念;

b、男女之间应保持相当距离;

c、男女关系很平常，可以很随便。

13、当别人遇到困难时，你就：( )

a、首先判断对方遇到的是什么困难，如果有援助的必要，就立即去帮助对方;

b、不问理由，尽力去助人;

c、认为这是别人的事，采取袖手旁观的态度。

14、对事物的\"新\"或\"旧\"的看法：( )

a、认为事物不必分新旧，好不好要看价值如何;

b、一视同仁; c、只接受新的事物，旧的一概不要。

15、你对生活的安排是采取：( )

a、拟定一年的计划，在一年之中又按月拟定具体的工作和学习目标;

b、请他人为自己安排，或者依照他人的生活计划;

c、认为过一天算一天，不必做什么安排。

评分标准：

每题a记5分，b记2分，c记0分。各题得分相加，统计总分。

答案解析：

60分以上，优等。你对生活和事业抱有崇高理想，能面对现实，遇见困难挫折能设法克服，能与人合作，创造事业。

40-59分，中等。你对生活和事业有一定想法，基本上能正视现实，对大部分困难和挫折能想方设法克服，但有时也会产生悲观消极的念头。

39分以下，说明你对各种问题的认识尚不清楚，或抱有错误观念，对克服困难缺乏信心。你必须加紧练习，锻炼自己，多多交友，才能创造美好的前途。

五、超越梦想

理想是还没有实现的东西，是对未来的美好憧憬和

希望，这要求我们好好把握今天，努力学习，打下坚实的知识基础，才能拥有美好的明天，理想的实现前提是把握人生。而且从确立目标的这个时刻起，就锲而不舍地朝着自己的人生目标去努力奋斗，那样的话，你们就会感到自己的信念和干劲在倍增。同学们请在课后写一封给10年后自己的信。

全体同学一起用心聆听《超越梦想》。

六、教师寄语：

我们每个同学的理想不能只在梦中实现。理想，我们都有，可是如果经不起身边的诱惑，理想会慢慢的从我们心中走远。挫折和困难，在我们成长过程中都有很多，这些都是实现理想的绊脚石，但是，只要我们坚定我们的目标，一步一步往上爬，一定会实现我们心中的理想，走向成功的未来的。这就是我们此次《理想前途教育》主题班会课主要的目的。

同学们，请相信自己，有梦就有希望!加油!

师生齐读誓词：

我们愿用必胜的信念投入!

我们愿用全部的精力倾注!

我们愿用坚定的毅力战胜!

我们能行!我们一定行!

我们能行!我们一定行!

我们坚信理想会因奋斗而美丽!

**主题班会设计方案篇五**

一、活动目的：

1、通过本次活动，让学生了解自信在自己的学习、生活中的重要作用，引导学生的心理向健康方向发展，正确看待生活中的正确与失败。

2、学生了解到本学期学习的重要性，帮助学生树立新的目标。

3、在树立了新目标的基础上，鼓励学生要有信心，懂得珍惜每一分每一秒，不断调整自己。

4、总结学习方法，为目标而奋力拼搏!

二、活动准备：

1、观看开学第一课

2 、学生准备才艺表演.

三、活动过程：

合:尊敬的老师，亲爱的同学们大家好!“带着梦想做的自己”主题班会正式开始

a:有梦想就是目标，有人说：“目标是一个人有所成就的灵魂。”

b:有人说：“目标是人生中指引方向的明灯.”

a: 每个人都拥有自己的梦想。拥有梦想便有一种动力，一种促使我们不断前进的动力。

b:新的学期，新的目标。让我们带着梦想做的自己

a:让我们展翅起飞，立下志向从此鹏程万里。

b:让我们扬帆起航，定下目标向前乘风破浪。

合：那么，就让我们携手共进，互相帮助，一起为美好的未来奋斗吧!

a:第一个环节：了解自我

b:第二个环节：名人之声

“以铜为镜，可以正衣冠，以人为镜，可以明得失。”为了我们更进一步认识目标的重要性，在新的学期里发光发热，让我们听听那些古今名人的声音。(结合ppt介绍)

a:第三个环节：感同身受

我们先看看一位名人的故事

接下来，让我们欣赏一首音乐。

b:第四个环节：你说我说

a:万千世界，每个人个性不同，他们的人生目标也不尽相同。况且交流能促进一个集体的成长。所以，在这个关键环节里，每位同学都是主角，都要上讲台简单地在这个班级介绍一下自己，并谈一谈自己的目标，这样既能加深同学之间的互相了解，又能明确目标，把握前进方向。

。。。。。。。

b:听了同学们活跃的发言，我觉得我们班每个人都有心存远志，都洋溢着如火般的激情啊。

a:是啊，每位同学都拥有自己明确的目标，凭借同学们的实力，一定都能成为祖国的栋梁之才。

四、班主任总结：我们每个人都是班级的主人，我们的一言一行都与班级荣辱共存，因而老师相信，你们每个人都会在初一九班这个多姿多彩的舞台上施展自己的才华，展现自己的风采，摒弃自己的缺点，扬长避短，与人为善。老师更相信：班集体会因你而自豪，生活会因你而多彩，生命会因你而灿烂。

今后的日子里，也许会有风雨，但不要害怕!因为，你们有一颗纯真美丽的心;有海燕一般搏击风浪的勇敢;有爱自己的父母、朋友，还有深深关爱着你们的我——你们的班主任!

在新的起跑线上，我的祝福，我的关爱将和你们一同出发，燥热的夏季已经过去，在期待与欣喜中，怡人的秋日翩然而至。亲爱的同学们，属于你们自己的生活已经开始，希望你们从这里扬帆远航，让明日的省泰中附中因为有你而自豪!

最后老师送给你们一首诗以共勉：

做的你

如果你不能成为山顶上的青松，

那就当棵山谷里的小树吧。

如果你不能成为一棵大树，

那就当丛小灌木。

如果你不能成为一丛小灌木，

那就当一片小草地。

如果你不能成为一条大道，

那就当一条小路。

如果不能成为太阳，

那就当颗星星。

决定成败的不是你尺寸的大小，

而在于做一个的你。

五、班会结束

a通过今天的主题班会想必大家对今后奋斗的方向应该是更为明确了

b:新的学期，我们在新的班级里奋斗;

a:新的同学，我们在新的生活中成长。

b:班会结束的同时，也是我们新的征程的开始;

a:班会开启的奋斗，将是我们挥毫写下的史诗;

b:目标已定，前方一片光明，寒窗苦时熬艰辛，终游九州踏歌行;

a:志向存心，坚持就是胜利，人生路上亮锋镝，会当化龙震天地。

合：同学们，“带着梦想做的自己”的主题班会圆满结束，期待大家下一次的热情参与，谢谢大家!

**主题班会设计方案篇六**

一、班会目的和意义：

通过多种形式，在热烈的气氛中，同学们开怀畅谈自己的理想，憧憬未来，同时下定决心要为自己理想的实现而努力奋斗。

二、班会形式：

朗诵、发言、游戏、演唱等。

三、班会过程：

环节一：唱响理想(1-2位同学演唱《最初的梦想》导入情景，同时以多媒体mv场景配合。)(5分钟)

理想是灯塔，指引人生前进的方向，照亮人生前进的路程。一个没有理想的人，就像雪儿没有翅膀，就像打桩的没有设备。没有理想，就没有坚定的方向，没有坚定的方向，就没有生活;罗勃朗宁曾说过：人类的伟大不在于他们在做什么，而在于他们想做什么。今天，我们的班会就以“理想与前途”为主题，让我们一起来放飞理想，点亮人生。首先第一个环节是唱响理想，请欣赏由顾鑫枚、赵雅婷、黄禅瑜、黄佩瑜四位同学为我们带来的小合唱《最初的梦想》。

环节二：诗歌朗诵(4个同学)

每个人都有自己的理想，下面请欣赏四位同为我们带来的朗诵《我的理想》。(8分钟)

《我的理想》

环节三：说说你的理想

刚才说了，每个人都有自己的理想，那么同学们你的理想又是什么呢?下面我们来玩个游戏，这个游戏就叫“说出自己的理想”。

游戏规则：在音乐声中传递空瓶子，音乐声停时，手中有瓶子的同学，要说出自己的理想，其他同学可以给该同学一些实现理想的建议。

环节四：“名人励志”小故事竞猜(5分钟)

在现实生活中，为了实现自己理想而努力奋斗的例子很多，现在我们一起来根据他们的故事，猜猜他是谁。

1、有位少年在青年时代就树立了立志报国，献身革命志向。他在中学读书时，同学称他“身无分文，心忧天下”。1914年他在长沙第一师范读书时，全部的费用只有几块大洋，而他三分之一就花在定报纸上。他与同学三不谈：不谈金钱，不谈身边琐事，在校期间不谈恋爱。他认为：改造世界对学问知识的需要太迫切了，一定要珍惜宝贵的青春，把时间和精力花在有价值的事情上。请问这位少年是谁?

a 孙中山b毛泽东c周恩来 d鲁迅

2、20世纪初沈阳一所小学，校长问同学们：“你们为什么读书?”课堂上顿时寂静无声。停了片刻，一个同学站起来回答：“读书为了寻求生路。”另一个同学说：“为了光宗耀祖。”这时，一个学生站起来，昂首挺胸地说：“为了中华之崛起，腾飞于世界而读书!”当时这位少年年仅12岁。请问这位少年是谁?

a毛泽东b周恩来 c巴金d刘翔

3、哥赫巴德猜想一直被看作数学王冠上德明珠。200多年来，有不少科学家试图制服它，并因此耗费了巨大的精力，却始终没有成功。有位中国少年暗暗立志要摘取这颗明珠，他把它当作自己的事业和理想。他拼命积累知识、奋力演算难题，草稿纸算了一麻袋又一麻袋。最后终于用自己的智慧和理想的合力，移动了数学墙群山，摘取了数学王冠上的这一璀璨的明珠，发明了以他姓氏为名的定理。请问这位少年是谁?

a牛顿 b巴金 c陈景润 d刘翔

4、在《观澜湖二00六胡润百富榜》上成为中国第一位女首富，也是世界上最富有的女白手起家者，财富二百七十亿元人民币。通过废纸回收再生产问鼎首富。十年前，有一位女士想做全美废纸回收出口大王，这一愿望很快实现了。十年后，她又有了新的梦想，那就是在中国实现年产包装纸一百万吨，成为中国牛卡纸大王。她最终也成功了。请问她是谁?a罗福欢 b李嘉诚c张茵 d陈景润

环节五：游戏(励志句子接龙读)：(5分钟)

轮着来每人说出一句对理想实现充满信心的简短的话。

例如：

不鸣则已，一鸣惊人 我选择，我尽力

失败并不可怕，可怕的是不敢正视 临渊羡鱼不如退而结网

每天都能向目标靠近一点 在创造中寻求快乐，在探求中体味征服 尽力，尽心 善待每个人，充实每一天，考上理想大学 用心做好想做的事天高任鸟飞，海阔凭鱼跃

学好，学好，再学好 态度，效率决定一切

与其悲叹自己的命运，不如相信自己的能力 我的梦想很大，行动很实，那就是----前进 调整心态，努力学习，争取进步 做不让自己后悔终身的事

世上无难事，只怕有心人 知识改变命运

不断向前 超越自我，实现梦想

努力学习，争取进步 只要努力，就会拥有一片自己的天空 只要努力，一切皆有可能 追求结果，完善过程

阳光总在风雨后，相信会有彩虹 最可怕的就是没有坚定的信念

好的开始是成功的一半 争取进步，以状态面对学习

考上理想的大学 一万年太久，只争朝夕

拥有良好心态，快乐每一天

环节七：班会结束(5分钟)

理想是还没有实现的东西，是对未来的美好憧憬和希望，这要求我们好好把握今天，努力学习，打下坚实的知识基础，才能拥有美好的明天。让我们在《明天会更好》的歌声中结束我们这次的班会吧。希望大家的明天都会更好!

**主题班会设计方案篇七**

一、活动名称：“为理想奋斗”主题班会

一、活动目标：

通过开展形式多样的主题班会，社会实践，调查研究。从而在热烈的气氛中，同学们开怀畅谈自己的理想，憧憬未来，同时下定决心要为自己理想的实现而努力奋斗，明白将祖国己任，将社会为己任的美好理想。通过各种方式了解名人的伟大理想，并且把自己的理想与祖国的前途和命运结合起来，为中华民族的伟大复兴而努力!

二、参加对象：

班主任老师，班级全部学生。

三、活动方式：

小品、演讲、讨论、游戏、演唱、调查等。

三、活动过程过程：

播放歌曲《水手》，班会主题开始，班长、宣传委员主持。

主持人(男)：伴随着这首激动人心的《水手》拉开了我们“理想与前途”主题班会的序幕。

主持人(女)：理想是个诱人的字眼。

主持人(男)：理想是灯塔，指引人生前进的方向，照亮人生前进的路程。 主持人(女)：一个没有理想的人，就像雪儿没有翅膀，就像打桩的没有设备。 主持人(男)：没有理想，就没有坚定的方向，没有坚定的方向，就没有生活。 主持人(女)：罗勃朗宁曾说过：人类的伟大不在于他们在做什么，而在于他们想做什么。

主持人(男)：福尔摩斯也说：世界上最重要的事，不在于我们在何处，而在于我们朝什么方向走。

主持人(女)：上面所讲的“想做什么”、“朝什么方向走”指的就是我们头上的一颗指路明星——理想。那么，什么是理想，你的理想是什么?(同学们讨论。)

主持人(男)：下面请同学们说说自己的理想，好吗?(同学们畅所欲言，有的说长大后要成为科学家，有的说要成为美容师，有的要成为教师……)

主持人(女)：当一个人达到自己的理想的时候，我们可以说他是一个成功的人，那么你对成功是怎么样看的呢?

同学1：我觉得要像邓小平先生那样做时代的伟人才是成功的人;

同学2：我认为努力去实现自己的理想的人就是成功的人;

同学3：我觉得凡是能在自己平凡的工作岗位上做出贡献的人都可以算是成功的人; 同学4：我觉得一个能在逆境中站起来，勇于向困难宣战的人便是一个成功的人;……

主持人(男)：同学们说得很好，下面我们请×××同学们谈谈“成功的人”。

×××同学发言(略)

主持人(女)：对，只要我们从小便树立远大的理想，并为之不断地努力，我们的理想就一定能实现!

主持人(男)：下面我们来看看，二十年后的我们是怎么样的吧。

小品：《二十年后的我》(表演者：×××、×××、×××、×××等同学)：二十年后的一群中学生实现了自己的梦想，二十年后回来探望自己的老师，并诉说自己二十年前的理想和成长的经历。

主持人(女)：啊，真叫人热血沸腾，羡慕不已。

主持人(男)：但是世事变幻不定，二十年后的事更是难以揣测。

主持人(女)：哎，你是想说“把握今天”吧。

主持人(男)：是啊，今天的收获才是最重要的，明天的收获有赖于今天的播种和辛勤的耕耘。

主持人(女)：那，怎么样才能在今天为实现自己的理想而努力奋斗呢?

主持人(男)：我想我们的同学们心中早就有答案了，请同学们说说好吗?

同学1：珍惜每一分每一秒的时间，不让自己有后悔的一刻;

同学2：树立远大的理想，并为之不断地努力;

同学3：要有吃苦耐劳的精神，不为困难所吓倒;……

主持人(女)：是啊，我们必须从今天做起，为自己理想的实现而努力;

主持人(男)：不仅仅这样，我们还要把自己的理想和前途与祖国的命运和前途结合起来，现在，我国正在进行西部大开发，这可以说是全国人民一个共同的理想，我们更应该从我做起，为中华民族的伟大复兴而贡献自己的青春与才华。

主持人(女)：据我所知，我班×××、×××同学就是这样的人才呢!

主持人(男)：不错，请欣赏他们的小品：《垃圾大王》

小品：垃圾大王小品大致内容：讲一位平凡的中学生在读书时代便给同学们瞧不起，但由于他不怕别人的取笑，不怕困难，大学毕业以后，他大胆地从事处理垃圾的工作，后来发展到搞垃圾回收，成立了“创世纪公司”，成了一位出色的企业家。

小品通过幽默有趣的表演说明了一个只要有远大的理想，并执着追求，有创新意识，就一定能实现自己的理想。

主持人(女)：真是有趣极了，你们知道小品说明了一个怎样的道理吗?

(同学们答：略。)

主持人(男)：主题班会进行到这里，让我们来玩个游戏轻松一下。

主持人(女)：对，我们在上课前听到《水手》这首歌，看谁把其中重复多遍的歌词记了下来，

一同学：他说风雨中，这点痛算什么，擦干泪不要问为什么。

主持人(男)：对，下面请同学们说一说“风雨”和“痛”是指什么?

甲同学：我认为“风雨”是指崎岖的人生道路，“痛”是指挫折和失败。

乙同学：我觉得“痛”还可以指逆境、困难。

主持人(女)：是的，歌词告诉我们，无论学习，生活中我们都会碰到的挫折、失败或困难，但我们必须勇往直前，不畏艰难险阻，才能实现自己的理想。

主持人(女)：收获的季节是欢乐的，但他必须付出汗水为前提，我想每个人的奋斗过程都会有一个激励自己前进的座右铭。

主持人(男)：是啊，18岁的刘欧已是北京大学化学与分子工程系的一名学生，15岁的他已成为首批进入国家重点实验室的中学生，他一直以“机遇对于每个人都是均等的，而成功者往往善于抓住机遇”。

自勉，这是他获得成功的重要因素之一。那么，在座的同学们，你们的座右铭是什么呢?

主持人(女)：请同学们踊跃回答。

同学们自由回答。

主持人(男)：同学们的发言是认真的，是对理想追求的一种执着，我相信，同学们有了时时激励自己的座右铭，理想是一定可以实现的。

主持人(女)：接下来我们来玩一个有趣的游戏。

主持人(男)：好啊，什么游戏?

主持人(女)：我们轮着来每人说出一句对理想实现充满信心的简短的话，如：我一定行!等，说不好的同学要出来为大家唱一唱我们本次班会的主题歌——《水手》，好不好?

主持人(男)：我举双手赞成。(同学们轮流说)

主持人(女)：我很开心!同学们对理想的实现都充满了信心。下面让我们来欣赏诗歌朗诵“请举起杯中的美酒”(由×××和×××同学表演，诗词略)。

主持人(男)：诗歌是美好的，悦耳动听的。时间是有限的。

主持人(女)：天下没有不散之筵席。

主持人(男)：班会无限好，只是近铃声。

主持人(女)：我想，大家通过这次班会，定会树立远大理想，创世纪辉煌，为自己的人生书写一首不朽的诗篇。

主持人(男)：现在有请我们的班主任作总结，掌声欢迎。

四、班主任总结：

首先很感谢×××、×××等同学为这次主题班会的准备付出了辛勤的劳动同学们!本次班会同学们都表现得很积极、主动，能大胆地畅谈自己的理想，树立自己的信心，看你们自信的表情，听你们充满豪情的语言，我相信，你们的理想一定能实现。

**主题班会设计方案篇八**

一、活动内容：

调整心态，为自己喝彩

二、活动目的：

珍惜初三的时光，好好学习，在中考中取得优异的成绩也是爱国爱校爱集体的一种具体表现。初三的学习激烈紧张，学生要有很好的心理素质才能更好地适应初三的生活，才能在中考中取得理想的成绩。此次活动，就是希望鼓励学生发奋图强迎接初三，拥有积极健康的心态，适应初三紧张忙碌的学习，渡过人生第一个艰难时刻。

通过这次主题班会，希望宣传心理健康教育知识，鼓励学生以良好的面貌迎接这三年奋战的收获，摆脱自卑、胆怯，懒散，浪费时间等不良心态，从而更好地投入到学习、做一个积极向上，心理健康的中学生。

三、过程与方法：

在大家自由发言阐述心里话的气氛下开始今天的知识教育。培养学生，敢于表达自己的想法。

四、课前准备：

1、确立主题，根据该班的实际情况，确立要准备的方向和主题思想。

2、集自己崇拜的名人名言，名人事例，目的是想让学生用名人的事例来激励鼓舞自己。

3、收集学生自身存在的诸多不良心态情况，进行分析，并找出端正的方法。

五：活动过程：

(一)、播放音乐。

播放上学期举行的体操比赛图片、歌咏比赛照片和校园集体舞比赛视频，背景音乐为《我的未来不是梦》。

(二)、打开心窗，说说心里话。

同学们，看完我们放假前班集体的精彩一幕，大家有什么感想么?我们经过一番努力，无论是在体操比赛、歌咏比赛还是校园集体舞比赛我们最后取得了可喜的成绩。是不是觉得有努力后的胜利感。

那学习上呢?同学们来龙家店镇中学学习知识，追求梦想已经是第三年。初三了，大家现在面临的是中考。你们人生的第一个转折点，是一个艰难的时刻。新的学期又开始了，我也觉得你们一定有深刻的感受吧。我们来交流一下吧。

你们觉得初三上来有什么不同的地方?生活上，学习上，人际关系上，老师的言语上，家人的目光上，大家畅谈自己的一些看法。

(同学交流一下心里话)

好，刚才一些学生讲述了他们的亲身体会，相信这也是代表了许多学生的心声。听了大家的讲述我也理解，求学路上的苦与酸。但是，有些同学会天天都担忧着，想啊想，难道这样子就可以摆脱或解决问题么?这只是一种不良的心理，会影响我们初三学习。那我归纳一下，我们学生当中存在的有：

1.压力或焦虑心理。

学校课业任务繁重，竞争激烈，父母的期望值过高，使得学生精神压力越来越大。例：有一位女生，升入初中后由于老师的教学方法发生了变化，竞争对手也发生了变化，使她感到十分不适应，导致学习成绩下降。她痛苦地说：“20xx年来我第一次感到自己的无能，每当看到父母期望的目光，就非常难过，不知如何做才能达到父母的要求，如今，苦闷、烦恼、忧愁、气愤充满头脑，看见书就又恨又怕，真想把它扔出去。”还有一位男生，自己平常学习不错，偶而还可以给他人以指导，但一接近考试就紧张，总怕自己考不好，拼命准备、夜不能眠。而考试前又会感到头痛、甚至还会发烧，最后不是被迫中断考试，就是坚持下来成绩也不好。循环往复，到了一听考试就紧张就恐惧的地步。

2.厌学心理。

这是目前学习活动中比较突出的问题，不仅是学习不好的同学不愿学习，就连成绩很好的同学也有这种倾向。

例：有位成绩好的同学谈到：每当看到听到别人考试作弊时，自己心理就不平衡。当自己成绩不理想时又会埋怨老师不公平，觉得认真学习真没意思，不想再学了，还有位学生告诉我们，学生中有种说法“有出息的靠关系，没出息的靠分数。”学习好的同学在学生中威信不一定高，而成绩平平人缘好的同学却常常受到青睐，在推举各种代表时常会当选，所以就觉得学习没劲，不想努力去读书了。还有一些因其他心理原因而厌学的状况，如因反应较慢常被人讥笑而不愿上课的;因记忆，理解等能力缺失使成绩难以提高而对自己失去信心的等等。有的甚至发展到恨书、恨老师、旷课逃学的程度。有位同学就曾在日记中写到：“晚上10点多了，望着桌上摆满了的教科书、英语词典、作业簿.我真想把它们一下子烧成飞灰。”表现了强烈的焦躁、愤懑、无奈。这些都是非常值得我们深思的问题。

3、人际冲突心理。

包括与老师、家长、同学的冲突，生活在一起不和谐、不协调的人际关系中(不健康人际关系。)

主要表现：

(1)曲解老师、心理不平衡

(2)不主动理解人，却渴望理解万岁

(3)不能悦纳父母，家庭关系紧张

(4)花季雨季中的情仇意恨

也许有同学心理会想，心里怎么想，心态怎么样，对于学习都没有大影响，关键要看的是你的行动，努力了，心态好坏不影响结果。那大家有没有想过，为什么拔河的时候，我们需要拉拉队，我们需要加油，如果周围是嘘声一片，那你拔河还会有劲头十足么?

(三)讲故事，明道理

我先给大家讲述一个故事，看看这个故事，告诉你一个什么道理?(幻3)推销员的故事，在推销员中，广泛流传着一个这样的故事：两个欧洲人到非洲去推销皮鞋，由于炎热的非洲人向来都是打赤脚。第一个推销员看到非洲人都打赤脚，立刻失望起来：“这些人都打赤脚，怎么会要我的鞋呢。”于是放弃努力，失败沮丧而回;另一个推销员看到非洲人都打赤脚，惊喜万分：“这些人都没有皮鞋穿，这皮鞋市场大得很呢。”于是想方设法，引导洲人购买皮鞋，最后发大财而回。这就是一念之差导致的天壤之别。同样是非洲市场，同样面对打赤脚的非洲人，由于一念之差，一个人灰心失望，不战而败;而另一个人满怀信心，大获全胜。人与人之间只有很小的差异，但这种很小的差异却往往造成了巨大的差异!很小的差异就是所具备的心态是积极的还是消极的，巨大的差异就是成功与失败。成功人士的首要标志就是他的心态，如果一个人的心态是积极的，乐观的面对人生，乐观的接受挑战和应付困难，那他就成功了一半。

这也正是说明，良好的心态，不单单对我们现在面临的中考有一定的作用，它还会影响你面对生活的乐观态度，你以后事业的成功，你理想的实现。

(四)、自我调节

那心态重要，它影响我们每天的情绪，心情，它又会影响我们的行动，我们成功与否，那么我们应该从哪些方面来调整好心态呢?

我们的心态我们主宰。做自己心灵的控告者，莫让消极的心态占领心灵的高地。我们是初三的学生，我们要学会生存，学会适应。环境无法改变，学会自我调节。我们可以改变的是自己的心境。大家说一下，你这些不良的思想，用哪些办法解决?有没有哪个学生愿意自告奋勇来讲讲当你心情不愉悦，压力过大的时候，你是采用什么方法自我调节的?那老师归纳一下自我调节的方法就有以下几种：

1.坚定理想，用名人名言，名人事例鼓励自己

20xx年第9期卷首语(霍金的故事)

在一次学术报告会结束之际，面对这位已在轮椅上生活了30余年的科学巨匠，一位年轻的女记者问道：“霍金先生，卢伽雷病已将你永远固定在轮椅上，你不认为命运让你失去太多了吗?”

霍金微笑，用还能活动的手指艰难地敲击键盘，一段文字出现在屏幕上：

我的手指还能活动，

我的大脑还能思维;

我有终生追求的理想，有我爱和爱我的亲人和朋友;

对了，我还有一颗感恩的心。

霍金对生活，对生命都心存感激

在日常生活中，那些持有消极心态的人常常抱怨：父母抱怨孩子们不听话，孩子们抱怨父母不理解他们，他们对生活总是抱怨而不是一种感激。

拿破仑·希尔认为，如果你常流泪，你就看不见星光，对人生、对大自然的一切美好的东西，我们要心存感激，则人生就会显得美好许多。

2.自我调整，写心理日记宣泄。

3.自我积极的暗示。

每个人都会有失意的时候。赠大家一对联。

对联：不思八九，常想一二。(横批：如意)

常言道：人生不如意常八九。倘若心为物役，患得患失，就只会被悲观、绝望窒息心智，人生的路途注定是如负重登山、举步维艰了。常想一、二，就是用心感恩，庆幸、珍惜人生中那如意的十之一二，最终以那份豁达与坚韧去化解并超越苦难。

4.找老师说心理话，或找知心朋友说心事

5.听音乐，

6.运动如足球、篮球、瑜伽等。如果，我们自己都不为自己的理想抱负喝彩，加油，那还要指望更多的别人么?如果，我们连自己的学业在最后的冲刺阶段都想放弃或不珍惜，那还能谈得上什么爱国爱校爱集体么?

(五)、赠言。将心比心。

最后，老师又几段心理话跟大家分享，中考是见证你三年努力成果的机会，不要把它看成可怕的门槛，你都努力这么多，应该让中考来证明你的价值，实现你的理想。珍惜这种机遇，并不是每一个人都能拥有。

为自己喝彩，为自己加油，你要相信你自己是能行的。初三了，学习不是靠兴趣的，而是靠我们的理智。自己要求自己学好每一门。

我们老师曾经说过一句对我很受用的话，他说他目前没有遇到过几个成绩好的学生本身就是天才，而往往那些成绩好的，最关键的是他们会想，早想。也就是比一般人更早意识到读书的重要性，比一般人早行动，多努力。我希望大家都成为会想，早想的人，趁现在离中考还有100多天，加把劲冲刺，实现自己的理想。

(六)、结语：

让读书成为习惯，让自信相伴每天;让付出见证成长，让劳动收获喜悦;让我们常想一二，让你为自己喝彩。

让我们自己为自己喝彩!

让我们大声对自己说：

“我是最棒的!”

(七)合唱：《隐形的翅膀》

**主题班会设计方案篇九**

主题班会：我们携手走向明天

一、组织目的：

1.在形成新集体时，同学之间难以融合,唯我独尊的现象严重，且同学之间还存在互不服气，相互排斥的不友好现象。针对此现象，按照校政教处的要求，组织以“我和我的集体”为中心的主题班会——《我们携手走向明天》，旨在增强集体凝聚力，唤起学生对集体的热爱、对同学的友爱之情。

2.力争通过此次班会，调动尽可能多的同学参与到建设一个积极向上、团结协作的集体中来。并在班会中发现同学们的特长，增进彼此的了解，促进友谊的发展。

二、准备步骤：

1.召开班委会，讲明以上目的。调动班委的积极性，出谋划策，着手准备。

2.主要负责人

班长、宣委构思班会内容，注意从本班现实中搜集素材。

3.找班内有号召力的同学谈心，激发其参与活动的热情，并引导其在某些方面作表态。

4.审查班长、宣委的组织稿件。

5.审查有关人员的发言稿, 引导其从积极、正面的角度调动同学们爱集体、尊重他人的热情。

6.安排擅长绘画、书法的同学布置教室。

三、班会的具体步骤、安排：

1.班长致开幕词，提出第一个议题：“个人与集体有什么关系?当个人利益与集体利益发生冲突时你如何解决?”

2.提出第二个议题：“那么集体能不能改变个人，个人能不能改变集体呢?”——设计让持不同观点的人形成正、反方进行辩论。---- 做为此议题的总结发言。

3.设计几个小情景，引发全体同学参与讨论：

(1)同桌在考试时传给你纸条，并问你题。让学生各抒己见。

(2)一位同学上课写其他科作业被你发现，他对你说上次你犯错误他没告诉老师，并塞给你一块糖，李益尧的话做出结论：“宁可让他告诉老师我的错误，也要告诉老师他的错误，因为只有这样，我们才能同时改正错误，共同进步。”

4.又一个议题：“怎样和同学搞好关系，和睦相处”?

某同学：“首先，同学之间应互相谦让，不要小肚鸡肠，如果同学有不足，你要自己先做好，然后再友善地提出。”

5.“那么我们应怎样看待别人的优缺点呢?”张达送给大家几句话， 有则改之，无则加勉’，‘择其善者而从之，其不善者而改之’，‘忠言逆耳利于行’，一定要虚心对待别人给自己指出的缺点。”----- 班长不断提出议题，讨论进入高潮。

6.班主任谈感想：“我们应统一思想，要牢记集体利益高于个人利益，为了使我们共同进步，在对待别人缺点时，要勇敢指出他人缺点，当别人的优点受表扬时，应为他感到高兴，而且我们要团结，人人从自己做起，不应排斥别人，而应接纳别人，采纳别人的长处

四、班会效果：

由于讨论有的放矢地针对班级中的现象，使得学生在不知不觉中接受了教育，无形中形成了集体的核心，效果不错。

五、总结：

此次班会达到了预期目的，班里的气氛自始至终活而不乱，人人都满怀热情，人人都快乐、严肃地加入进来，集体有了凝聚力，人与人之间不再冷漠。

**主题班会设计方案篇十**

一、本次班会的目的

现在的学生，就其心灵的一翼——“情”来看，患有“情感冷漠症”。对父母之恩，熟视无睹者有之，麻木不仁者有之，贪得无厌者有之，以怨报德者亦有之，唯独知恩图报者鲜有之。那么对父母无情无义之人，对师长、集体就更不会有情有义了。因此，通过本次班会,努力唤回学生回报爱心的良知，并引导学生通过抒发真情实感来重新构筑健全的人格，懂得爱的无私、伟大、纯洁，激发学生爱的情感。

二、感恩的丰富内涵

凡事感恩，学会感恩。感恩是一种文明，感恩是一种素质，感恩是一种品质。人有了感恩之心，人与人、人与自然、人与社会也会变得更加和谐，更加亲切。我们自身也会因为这种感恩心理的存在而变得愉快和健康起来，生命将得到滋润。

感受父爱——感恩教育主题班会教案父爱是山，无论有多大的困难，

他总是你依靠的屏障。

父爱是路，无论你走到哪里，

他都伴你延伸，为你指点迷津，护你一路走好。

感受母爱——

无论你身处何地，

有一个人，她永远占据在你心中最柔软的地方，

你应用自己的一生去爱她，这个人叫：“母亲”，

这种爱叫母爱。

游子吟(全班同学集体背诵)

慈母手中线，游子身上衣.

临行密密缝，意恐迟迟归.

谁言寸草心，报得三春晖.

请同学们如实回答：

有心的同学可以把答案写在一张纸寄给你父母评分。答对6题以下的请你以后多与父母沟通。

1.你父母亲的生日是\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

2.你父母亲的体重是\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

3.你父母亲的身高是\_\_\_\_\_\_\_\_。

4.你父母亲穿\_\_\_\_\_\_\_码鞋。

5.你父母亲喜欢颜色是\_\_\_\_\_\_\_\_。

6.你父母亲喜欢食物是\_\_\_\_\_\_\_\_。

7.你父母亲喜欢的日常消遣活动\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

8.你父母亲喜欢做的运动是\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

9.你妈妈经常用来教育你的口头禅是\_\_\_\_\_\_\_。

(学生自由讨论，主持人评价)

你知道吗?

1.家庭父母年收入约为 元

2.每年家中生活费约为元,占年收入的3.每年自己支出 元,占父母一年收入

4.从幼儿园到大学毕业一般情况下,估算自己消费约

(学生自由讨论，主持人评价)

请把父母为你做的事和你为父母做的事列举出来，作为砝码放在天平的两端，看看你的天平是否倾斜得太厉害?如果是，请你加重砝码。(主持人评价)

思考：

请大家结合自己的经历，想想你今后打算怎么做，让自己和父母更融洽、更和谐地相处。在你手中的纸上写下你打算怎样和父母沟通。

学生分组展示答案

学会和父母沟通小贴士

走近父母的方法：

1.多向父母表达你爱他们。

主动承担家务;

纪念日、节日送点小礼物;

遇特别情况写一封信表达感激;

适时为父母倒杯茶、削个水果。

2.和父母有分歧时学会换位思考，站在父母的角度上去想一想。

3.应让父母感觉你相信他们，多交流并经常给予赞美。

多向父母说说自己的情况，自己的愿望;

多倾听父母的心声;

遇上烦恼，告诉父母，寻求父母的帮助。

4.回家和外出主动给父母打招呼。

5.时时紧记，父母只会爱孩子，决不会害孩子。

总结：只要能理解、孝敬、尊重父母，你就和父母走近了。

**主题班会设计方案篇十一**

高三像一辆亢奋的战车向我们隆隆驶来，高三像一条荆棘大道向我们绵绵展开。你是否抬起了坚定的步履?敞开你的喉咙，一路高歌迈过去，迎接你的将是阳光明媚的敞阔坦途……

高三像一位和蔼的长髯智者向我们款款走来。你是否扬起了自信的双臂?运用你的睿智，排除万难闯过去，迎接你的将是春意盎然的人间天堂……

今天我们济济一堂，在此召开高三(2)班主题班会：奋斗高三，青春无悔。

有人说，没有经历过高三的生命是不完美的生命，没有参加过高考的人生是有缺憾的人生，至少少了一次特殊的生命旅程。高三意味着搏击，意味着铺垫，也意味着重生。下面我们欣赏一篇文章《我们都不是神的孩子》。

由五位同学朗读文章的内容。

1、学生分组讨论学习感受。

2、小组代表在全班作交流。

由王铭耀和李盼两同学朗诵诗歌《扬起奋斗的风帆，插上成功的翅膀》。

**主题班会设计方案篇十二**

【活动目标】

1、知道清明节的来历。

2、通过教育，大家深深感到，今天的幸福生活来之不易，是无数革命先烈用生命和鲜血换来的，先烈们的精神永远值得我们学习。

【课前准备】

诗歌、先烈事迹、跟清明有关的图片音乐、孟良崮及烈士陵园的介绍。

【活动过程】

(一)导入

4月5日，是我国传统的节日：清明节。你知道清明节扫墓的来历吗?说到清明节扫墓，我们也一定回想起那些用生命和鲜血换来我们今天幸福生活的革命先烈们。

(二)、了解清明节

1、引入欣赏《清明上河图》

2、知识竞赛：清明节简介，清明节由来，清明节习俗，清明节食品，清明节纪念方式及国外清明节。

让学生知道清明节的日期;清明节的别名;随着网络发展，清明节有了不同的纪念方式;我们家乡清明节的食品和习俗。

3、清明节的习俗

清明节是传统的纪念祖先的节日，其主要形式是祭祖扫墓。这一习俗相沿已久，据史书记载，秦汉时，墓祭已成为不可或缺的礼俗活动。古人有描写清明扫墓的诗，唐代杜牧的名句：“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂。”这些诗句都十分真切地反映了当时清明扫墓时的情景和氛围。

为什么要在清明扫墓呢?这大概是因为冬去春来，草木萌生。人们想到了先人的坟茔，在祭扫时，给坟墓铲除杂草，添加新土，供上祭品，燃香奠酒，烧些纸钱，或在树枝上挂些纸条，举行简单的祭祀仪式，以表示对死者的怀念。

(三)祭扫烈士墓

自古以来，清明扫墓不光是纪念自己的祖先，对历为人民立过功，做过好事的人物，人民都会纪念他。清明节祭扫烈士墓和革命先烈纪念碑，已成为进行革命传统教育的好形式。

一般活动程序是：全体肃立在纪念碑前演讲;全体向烈士宣誓;向革命英雄纪念碑敬献花圈;奏乐默哀三鞠躬;瞻仰烈士墓;参观事迹展，缅怀革命烈士的丰功伟绩。

注意的礼仪事项：烈士陵园庄严肃穆神圣，是革命英雄长眠的地方。革命烈士为了我们的今天所付出的巨大牺牲，我们到烈士陵园举行祭扫活动，首先穿着整洁，要佩戴着鲜艳的红领巾;活动中态度要庄严肃穆，不能在烈士陵园中嘻嘻哈哈，打打闹闹;要怀着崇敬的心情参加活动，认真观看了解烈士事迹;注意卫生不能在陵园内乱吃零食，乱丢垃圾;不能在陵园内乱跑，行走要按顺序，不破坏青草绿地。

(四)讲一讲你知道哪些先烈的事迹

让学生主动发言，讲一讲自己知道的先烈的事迹及自己的感想，收获。

**主题班会设计方案篇十三**

一、班会目的：

1. 让学生回忆自己曾经学习生活过三年的松岙初中;

2. 让学生回忆自己在母校的点点滴滴,并感谢母校曾给予他们的帮助与关怀;

3. 让学生在离开学校之际感恩母校,感恩教师，并给予学校美好的祝愿。

二、活动地点 ：初三2班教室

三 活动过程

(一)、开场白

主持人：时间飞逝，流水无情，三年的初中生活已经成为回忆，其中溢满了欢声笑语、真挚友谊，可也不乏伤感之事。但是不论曾经是喜或是悲，我们将永远铭记我们这个可爱校园的点点滴滴。同学们，或许这是我们最后一次在这个班级，最后一次和我们的老师在同一个教室，所以，现在请所有同学起立，向后转，并齐声问候老师：老师好。在这洪亮而有力的问候声中，我宣布初三2班《母校的回忆》主题班会现在开始。

(二)、了解母校

主持人：松岙初中，亲切的字眼，也即将成为我们以后人生中回忆的一部分，我相信大家对这个小小的校园有着深深的眷恋，因为我们在这里明白了学习的压力，在这里，我们感受了学习的快乐，在这里，我们体会了老师对我们深深的期望，最重要的是，我们在这里经历了我们人生中的第一次转折。可爱的校园给了我们无限的快乐，可是你对这个可爱的校园了解多少呢?或许每个同学对学校的了解有多有少吧，但无论多与少，都不要紧，因为接下来，钱飞来同学就要为我们介绍一下我们的学校。

(钱飞来上台介绍：学校地处奉化市松岙镇，创办于1958年9月。学校共占地20余亩，总面积120xx平方米，建筑面积4500平方米，绿化面积1800平方米，现有6个班级)

(三)、感谢母校

主持人：谢谢钱飞来同学的介绍，如果下次有人问起我们的学校，大家就可以如实介绍了。请大家再仔细看一遍这些数字。小小的校园却有着宽大的胸怀，我们曾在这里学习，曾在这里玩，曾在这里笑，曾在这里哭，是我们可爱的校园包容了我们所有的一切，下面就有请卓鹏杰等同学为我们带来一首献给母校的诗，大家欢迎。

卓鹏杰朗诵诗歌《曾经》

主持人：如果曾经的你们吝啬你们的掌声，那么今天请尽情的释放，请大家用最热烈的掌声感谢我们的母校，感谢我们的老师，感谢卓鹏杰等同学为我们带来的诗歌朗诵。时光的脚步向来匆匆，我们的脚步也从未停驻，但是，今天，我希望我们能放慢我们的脚步，再淡淡的回味我们曾经在这里留下的苦与乐，请大家欣赏曾经的初中生活，同时聆听由我和其他同学带来的歌曲《让世界充满爱》，献给我们亲爱的母校，也献给给予我们无限爱与关怀的老师。

卓宁儿等人合唱《让世界充满爱》

(四)、感谢老师

主持人：对于母校我们充满着无限的爱，那是因为在这里有一群我们最想感谢的人，那就是我们亲爱的老师，曾经因为你们，我们的学习进步了;曾经因为你们，我们的抱怨少了;曾经因为你们，我们的脸上有了成功的喜悦;曾经因为你们，我们明白了努力的重要，所以亲爱的老师让我们用最真最诚的心感谢你们曾经给予我们的一切，谢谢，也请你们接受三2班每位同学的一点心意，接下来是礼物赠送环节，首先有请以下几位老师上台：童，王，孔，李，许，郑，陈，惠，廖，卓老师上场，接下来有请我们的学生代表上台赠送礼物，同时，请其他同学怀着一颗感恩的新感谢我们的老师，感谢他们赋予我们的知识，感谢他们赋予我们的人生道理。

(四)、祝福母校

主持人：礼物虽小，但却承载着我们大大的心意。亲爱的校园，我们即将离开你的怀抱，去追求更加广阔的天地。虽然你的怀抱很温暖，但是我们总要学着自己成长，自己面对，请相信我们的明天会更灿烂，也祝福我们的校园有更灿烂的明天，现在，就请每位同学在这张纸条上写下一句祝福母校的话，并将他们亲手折成一颗星星，我们会将它们串联成一颗心，送给我们最爱的松岙初中。(同时播放歌曲《明天会更好》)

**主题班会设计方案篇十四**

时间：10月29日上午第四节

地点：教室

一、目的要求：

1、使学生进一步明确什么是公益劳动，怎样正确对待公益劳动，从而进一步培养学生为人民服务、热爱公益事业、团结协作、乐于助人的思想品质。

2、使学生进一步明确一切的劳动成果都是来之不易的，从而培养学生养成珍惜劳动成果的行为习惯，并体现在日常生活中。

二、会前准备：

歌曲《劳动最光荣》。

小品、名人故事、诗歌朗诵、拼字游戏、倡议书。

三、班会过程：

(一)引言：达。芬奇曾经说过：劳动一日可得一天的安眠，劳动一世可得幸福的长眠。的确，只有亲自参加劳动的人，才能尊重劳动人民，才会懂得珍惜别人的劳动成果，才会懂得幸福的生活要靠劳动来创造。劳动是我们中华民族的传统美德。我们二十一世纪的中学生就更应该热爱公益劳动，珍惜劳动成果。那么，我们应该怎样热爱公益劳动，珍惜劳动成果呢?“五一”是国际劳动节，那让我们为这个全世界劳动人民的。节日唱出劳动的赞歌吧。

(二)全班齐声合唱歌曲《劳动最光荣》。

主持人点拨：歌声唱出了热情，歌声唱出了力量。那么，我们之中又有多少人知道什么是公益劳动呢?

(三)小品表演。

1、请杨黎明、王紫薇、葛梦倩、刘文博同学表演：小品《一件小事》。

2、主持人点拨：确实，在我们之中还有些同学对公益劳动的认识还是不够的。

像小品中的小良同学因为怕苦、怕累、怕脏，怕给人笑话、看着处在危险中的盲人也不敢或者说不愿意去做。这一点又说明了什么呢?请学生讨论、发言。

(四)学生讲话助人为乐的故事。

1、请王兰兰同学讲《助人为乐的故事》。

2、主持人点拨，是学生明确：

以上的故事告诉我们：就连我们的伟大领袖也从小就养成了热爱公益劳动，乐于助人的好习惯，我们作为二十一世纪的新时代的学生，是不是更应该热爱公益劳动，珍惜劳动成果呢?我们应该怎么做呢?我们班也有些同学平时也很热爱公益劳动，珍惜劳动成果。

3、表扬部分同学

(五)献给劳动者一首诗。

请高腊玲同学配乐诗朗诵我国诗人艾青的诗歌《给乌兰诺娃》。

(六)小品表演

1、请徐逸凡、吴思怡、豆军、计豪、甘蜜同学

表演小品《粒粒皆辛苦》。

2、主持人点拨：一粒饭，掉了真的不算什么吗?劳动成果真的是随手可得吗?学生讨论、发言。(指出部分同学不尊重父母、老师、同学——————等等的劳动成果的坏习惯，要求同学们改正)

(七)拼字游戏

分组参与拼“劳动光荣，懒惰可耻”游戏，看谁拼得快。

(八)主持人小结。

1、劳动光荣，懒惰可耻。热爱劳动是我们中华民族的传统美德，劳动是每一位有劳动能力的公民的光荣职责。

2、一切劳动都是艰苦的，只有尝到劳动的艰辛，才能懂得珍惜劳动成果。

(九)班长宣读“热爱公益劳动，珍惜劳动成果”的倡议书。倡议同学们：从现在做起，从身边做起，从小事做起，把热爱公益劳动、珍惜劳动成果的行为习惯体现在日常的生活中吧!

(十)“热爱公益劳动，珍惜劳动成果”的签名活动。让同学们将热爱公益劳动，珍惜劳动成果的立志体现在实际的行动中。

**主题班会设计方案篇十五**

一、活动目的：

通过本次主题班会，对全班同学进行爱国主义教育，弘扬中华美德，激发全体同学的爱国热情，使他们深刻体会祖国的伟大，为祖国骄傲。懂得要做一个堂堂正正的中国人，就得从小做起，从现在做起，从身边的事做起。

二、活动形式：

歌曲《歌唱祖国》，诗歌朗诵《我和我的祖国》，京剧《智斗》，沪剧《芦苇疗养院》，知识汇报等多种形式组合

三、活动准备：

主题班会幻灯片制作。

四、活动过程

出旗仪式。略

男：我们伟大的祖国，是世界上历史最悠久的文明古国之一。她幅员辽阔，山河壮丽，巍然屹立在世界的东方。

女：壮丽的长江，豪放的黄河，雄奇的长城，挺拔的泰山，构成了中华民族的坚强脊梁。(多媒体出示相关图片)

男：九百六十万平方公里的广袤大陆是我们的摇篮。千百条纵横交错的大江河流是我们的乳汁。

合：我们在温暖的摇篮里喝着香甜的乳汁，一天一天茁壮成长。无论走多远，我们都不能忘记我们是中国人;无论到何时，我们都不能忘本，我们是炎黄子孙。啊!我自豪，我是中国人!。

《祖国，您好》主题班会现在开始。

第一篇章：祖国的古代文明成就(媒体出示)

男：古老的东方有一条龙，他的名字叫长江，古老的东方有一条河，他的名字叫黄河。

女：听着这优美动听的歌词，不禁让人浮想联翩。

男：光辉灿烂的中华文化如浮光掠影在眼前呈现。

女：黄钟大吕，暮鼓晨钟，又一齐在耳际交响。

女：首先，让我们一起用歌声抒发我们热爱祖国的情感，请听大合唱《歌唱祖国》。多媒体配乐

男：我们伟大的祖国历史悠久，是世界四大文明古国之一，也是迄今四大文明古国中生生不息地存在至今的国家。

女：我们的祖先创造令人叹止的古老文明，为世界文明的发展留下了灿烂的文化与先进的科技，这是令多少中华儿女为之自豪的成就。

下面，我们请同学向大家介绍我国的文明成就。

生1：我国的“四大发明”：指南针、造纸术、火药、印刷书，为世界文明的发展作出了巨大的贡献。纸的广泛利用，促进了文化事业的繁荣。隋唐时期，发明的雕版印刷。1041年至1048年，杭州工匠毕升又发明了活字印刷。唐，更有制造火药的记载。到宋代，发明了人工磁化方法，产生了较高级的指南仪器。

生2：我国古代的青铜冶炼技术在当时是世界上最先进的，夏代就有青铜容器和兵器。商中期，青铜器品种已很丰富，并出现了铭文和精细的花纹。商晚期至西周早期，是青铜器发展的鼎盛时期。中国古代铜器，是我们的祖先对人类物质文明的巨大贡献。世界上没有一个地方的铜器可以与中国古代铜器相比拟。

生3：我国东汉科学家张衡为于公元132年制成世界上第一架测定地震及方位的仪器(地动仪)，比欧洲早1700多年。当时我国很多地方发生地震，张衡为了能了解地震情况，经过六年多努力，终于制成了侯风地动仪。在天文学方面，他发明创造了“浑天仪”(公元117年)，是世界上第一台用水力推动的大型观察星象的天文仪器，

生4：中国的汉字是世界上保留下来，最古老的文字。世界上曾经存在过的其他古老文字，例如古埃及的圣书字、苏美尔象形符号等，但但已失传，只有汉字从古代一直沿用至今。从甲骨文到现代汉字，不仅对中华民族的发展具有巨大的凝聚力，而且记录了中华民族灿烂的5千年文明史。

生5：中国文学历史之悠久，种类之繁多，形式之丰盈，都可以与世界上任何一个文学大国的文学相媲美。《诗经》是中国第一部诗歌总集，在其后漫长的社会里，文学得到进一步发展，而且不同朝代有不同的主要的文学形式。简要地说，就是先秦散文、汉赋、唐诗、宋词、元曲、明清小说。

**主题班会设计方案篇十六**

《隐形的翅膀》主题班会设计

一、背景分析：

进入九年级后，经过一段时间和学生的交流，发现很多学生无论是在学习上还是心理上都存有很多的困惑。有些学生在学习上很被动，有些学生在心理上给自己过多的压力，所以出现了不适应状态。为了可以帮助学生更好的调整自己，希望通过这次班会课可以帮助学生更好的调整自己。

二、设计理念：

作为一个九年级毕业生，在面临升中考试时会出现各种消极的情绪，认为自己不如重点学校的学生，有悲观、自我放弃的心理。部分学生欠缺良好的心理素质，学习上遇到挫折就显得不知所措；学习环境受干扰就显得烦躁不安或意志消沉。针对这一情况，初步设想通过一堂主题班会课，采用通过多种形式，在热烈的气氛中，让同学们开怀畅谈自己的理想，憧憬未来，同时下定决心要为自己理想的实现而努力奋斗；鼓起全班学生的自信心，鼓励学生，使他们学会从情绪的低谷中走出来，充分认识差距和困难，提高正确对待困难和挫折的能力，增强班级的集体意识和荣誉感。

三、教学目标：

1.通过各种形式来表现学生们的美好理想，使大家懂得树立理想的重要性。

2.联系实际，让学生看到自身的不足，明白为实现理想应不怕苦去努力奋斗拼搏的道理。

3.明确奋斗目标，激发学生强烈的学习动机，提高学习积极性，变“要我学”为“我要学”，坚持不懈，学会对自己负责，逐步成人、成才。

四、教学重点：帮助学生树立目标，明确努力的方向。

五、教学难点：通过活动认识社会现实的严峻，从而引起学生思想上的共鸣，认识上变“要我学”为“我要学”，行动上自加压力，坚持不懈，不断激发自己强烈的学习动机。

六、准备工作：

1.制作powerpoint教学课件

2.学生准备朗诵，演讲

3.学生收集理想格言

4.学生排练歌曲

5.制作理想的翅膀

七、活动过程：

序言：我知道，我一直有双隐形的翅膀！

这双翅膀，带我飞翔，给我希望！

这双翅膀，让我看见，开花的梦想！

不去想别人，我们自己就拥有美丽的太阳！

抓住我们自己的阳光，它一定比任何人的都绮丽灿烂！

我们年轻，我们有太多光彩夺目的芬芳！

我们相信，身后那双隐形的翅膀定能让我们自由翱翔！

追逐梦想，随风飞扬，我们都有一双隐形的翅膀

亮剑中考，把握明天，我们都有一双隐形的翅膀

九年7班主题班会“隐形的翅膀”正式开始！

[板块一]信念

据说：世界上只有两种动物能到达金字塔的塔顶，它们一种是雄鹰，另一种就是蜗牛。鹰有一对飞翔的翅膀，蜗牛背着一个厚重的壳。这两种动物从出生就注定一个在天空、一个在地上，是完全不同的动物，但是它们都能到达金字塔顶。鹰能到达金字塔顶，是因为它有一双善于飞翔的翅膀，人们赞美展翅高飞的雄鹰，它带给人的是力量。而蜗牛，人们却常常把它淡忘，因为它是那么的弱小，又是那么的脆弱，你的两个指头就能让它断送生命，你的一只脚可能把它送进坟墓。然而，它却能够与雄鹰达到同样的目标，它靠的是什么呢？

活动一：请大家欣赏朗诵《蜗牛》。

通过欣赏《蜗牛》。请大家说一说，蜗牛为什么能够和雄鹰一样到达那高不可攀的金字塔顶。（学生交流）

总结：大家说得都很好，虽然我们的基础还比较弱，但是，只要我们心中有梦，我们能够像蜗牛一样一步一步往上爬，我们也能在最高点乘着梦想往前飞，相信，总有一天我们会拥有属于我们的天。我们的未来不是梦。

活动二：：请欣赏朗诵《我的未来不是梦》。

梦，总有醒的时候，我觉得我们所拥有的应该是基于我们实际的理想。

理想是个诱人的字眼。

[板块二]理想

主持人：还有几个月大家就要中考了，你们有没有想过要考什么样的学校？长大后要从事什么职业？你们心中的理想是什么？你们想成为哪一方面的人才呢？美国着名的教育学家卡耐基曾经说过：“人树立了理想，人生就成功了一半。”人民的好总理周恩来总理从小就树立了“为中化之崛起而读书”的远大志向。我国着名的成功学家陈安之曾经说过人成才要分五个步骤：

1、人要在18岁以前确立人生目标，如果一个人在18岁都还没有确立目标的话，那这个人就没有作为了。

2、为了实现自己的目标打下坚实基础。

3、自己要学会总结，人每总结一次，人自身就会上升一个台阶。

4、再看看自己所定的目标是否过高，从而修正自己的目标、理想。

5、要坚持不懈的为自己所定的目标努力学习。

理想是灯塔，指引人生前进的方向，照亮人生前进的路程。一个没有理想的人，就像鸟儿没有翅膀，就像划船没有双桨：没有理想，就没有坚定的方向，没有坚定的方向，就没有生活目标，理想能够使我们前进的步伐更坚定。

活动一：请听诗朗诵：《理想》

总结：人类的伟大不在于他们在做什么，而在于他们想做什么。世界上最重要的事，不在于我们在何处，而在于我们朝什么方向走。上面所讲的\"想做什么\"、\"朝什么方向走\"指的就是我们头上的一颗指路明星——理想。

活动二：欣赏歌曲《飞得更高》同学们谈谈感受：

活动三：那么，亲爱的同学们，你们长大后想做什么职业？又想朝着哪个方向走呢？现阶段我们的目标就是8月31日我们在哪里报名，请各位同学谈谈各自的想法。

总结：听了大家的发言，我很感动，不过要实现我们的理想就要把握好今天。今天的努力才是最重要的，明天的收获有赖于今天的播种和辛勤的耕耘；但无论是学习，还是生活中我们都会碰到的挫折、失败或困难，这时我们必须勇往直前，不畏艰难险阻，才能实现自己的理想。不经历风雨怎么见彩虹呢，但我们中有一些同学，他们的基础比较差，总想着高中离他们很远，没有自信，整天抱着混毕业的想法不去努力学习，这里我想对你们说扬起自信的风帆吧，你一定会成功的。

相信自己吧，只要有付出，一定会有收获。让我们张开翅膀，让理想展翅飞翔。

活动四：女生小合唱《隐形的翅膀》。

理想是笔，写出人生之光，理想是光，照亮黑暗的街，理想是街，走出自己的路，理想是路，带你走向成功。

活动五：表演小品：《招聘现场》

表演模式：各单位在人才市场设点（可有机关、国企、私企、外企等）。

（1）主考官站在企业的角度，设想需要什么样的人才，提出问题进行考察。应聘者站在设法到理想单位就职的角度，表现自己的才华。还可表现出应聘者在自己距用人单位要求相去甚远或由于自己的某些不适合的举止而失去就职的机会。

（2）用人单位介绍录用应聘者的原因，最好包括仪表、学历、经验、才干，体现复合型人才的特点，说明对用人单位而言是合适的人才，而对录用者来说，是能够扬长，且能够胜任的岗位。

（3）学生按上述要求自编自导自演小品《招聘现场》。

主持人：知己知彼，百战不殆。明确社会对职业的需要，面对机遇，迎接挑战，你准备好了吗？

要想成功，没有目标就会迷失了方向，可是有了目标，不做努力，成功则成为空想。那么怎样做才可以实现自己的愿望，成为国家需要的人才呢？

在白纸上写下：我的中考目标是什么？为了实现目标将付出怎样的努力？

把它贴到我们的“翅膀”上，看看有哪些人通过自己的努力实现了自己的目标和理想。

请几位同学来谈谈他写得内容。现阶段同学们的目标都是考上理想的高中，那么在今后的日子里，我们该如何做？

让学生们畅所欲言，明确奋斗目标，定下努力方向。

通过讨论，学生们得出以下几方面的共识：

⑴、严于律己，对自己的行为负责，不能严于律己，即使是天才也会白白浪费。

⑵、学会学习，可请科代表介绍各学科的学习方法，以达到提高学习效率的目的。

⑶、学会发问。今天的学生要学会提出问题，远比学会获取答案重要。只有善于观察，善于观思考问题的人，才能不断质疑，主动学习、大胆创新，学有成就。

⑷、做好眼前的事，这是成功者的共有的优点。千里之行，始于足下。他们不管走到哪里，从不得过且过，总是尽心尽力地做好眼前的事，充分展示自己的才能。

⑸、尝试成功的体验，坚定自己的信心。在学习的过程中，挫折和成功是我们学习生活中可能遇到的两种结果，要坚持努力，积极思考，减少失败，争取成功。任何事，只要你努力去做，动脑筋去做，没有做不成的。在学习中，低起点，小目标，促成功，汇聚一个个小小的成功，以取得大的成功。在争取成功的过程中体验成功的愉悦。

⑹、树立终生学习的思想。法国总统希拉克说：“终生教育是知识经济的成功之本。”面临知识经济，我们必须做好终生受教育的准备。这样，学习就成为不可或缺的需要。只有不断学习，才能赖以生存，不断发展。

[板块三]奋斗：

活动一：请欣赏歌曲《水手》。

我们刚刚听到《水手》这首歌，看谁把其中重复多遍的歌词记了下来，

一同学：他说风雨中，这点痛算什么，擦干泪不要问为什么。

主持人：对，下面请同学们说一说\"风雨\"和\"痛\"是指什么？

甲同学：我认为\"风雨\"是指崎岖的人生道路，\"痛\"是指挫折和失败。

乙同学：我觉得\"痛\"还可以指逆境、困难。

主持人：是的，歌词告诉我们，无论学习，生活中我们都会碰到的挫折、失败或困难，但我们必须勇往直前，不畏艰难险阻，才能实现自己的理想。收获的季节是欢乐的，但他必须付出汗水为前提，我想每个人的奋斗过程都会有一个激励自己前进的座右铭。

活动二：请几位同学说出自己的座右铭。

主持人：存放我们的理想，记下我们的目标，我相信通过我们的努力，我们的明天会更好。

活动三：我们坚信阳光总在风雨后，请听全班合唱《阳光总在风雨后》。

主持人：要实现我们的目标和理想，不仅要靠我们的努力，还希望得到父母和全体老师的支持和帮助。得到了您们的支持与帮助，我们一定能迈向成功。下面我们衷心的邀请任课老师代表路老师为我们指引成功的方向。

主持人：我们的班会已接近尾声，但我相信，这次班会，将会激励我们全体同学为实现理想而奋斗。

主持人：在这个奋斗过程中，我们必须把握好每一天。

回首昨天，应该是问心无愧的；面对今天，应该是倍加珍惜的；展望明天，应该是信心百倍的（合）

主持人：今天我们播下的是希望的种子，洒下的是勤劳的汗水，明天收获的将会是累累的硕果！让我们携起手来，从现在做起，为了今年的中考而奋斗，为自己的人生书写一首不朽的诗篇。

活动四：理想属于我们的只有一次，理想就是我们最大的财富，让我们面对理想大声宣誓吧；

我们愿用必胜的信念投入初三！

我们愿用全部的精力倾注初三！

我们愿用坚定的毅力战胜初三！

我们能行！我们一定行！

我们能行！我们一定行！

我们坚信理想会因奋斗而美丽！

我们坚信成功属于x班。

八、课后延伸：

让学生把自己的目标和理想告诉自己的父母，请家长帮助并监督自己，从而能实现自己的目标。

**主题班会设计方案篇十七**

一、主题：

青春在道德中闪光 追忆 珍惜 憧憬

二、活动原因和设计思想

1.通过主题班会，使学生正确认识青春期的心理、生理特点，帮助学生顺利度过青春期，使他们懂得珍爱青春，明白父母的养育之恩、舔犊之情，懂得感恩、回报，主动承担起对父母、对老师、对社会应尽的责任，为整个中学阶段乃至人生打下良好的基础。

2.通过介绍同学身边的榜样及其他们的事迹让同学们互相学习，积极向上。

三、筹划步骤：

1.通知班委会成员做好策划工作，搜集相关材料，准备节目稿件。

2.确定主持人：奕俊 东妮

3.发动同学，确定班歌，排练节目。

4.召开班委会，明确班会分工。

分工安排：

宣传组(布置)

后勤组(卫生)

控场组(纪律)

四、班会过程：老师开场白：同学们，大家好!我是....

青春期的学生，渴望人们早日认可自己的成熟，他们对外部世界充满好奇，似乎对一切新事物都有着永不知足的追求，但对父母及老师来说，他们却是令人大伤脑筋的一代：盲目追求流行，不服管教，总用逆反来表现自己的成熟，而实际上并未真正了解成熟的内涵。今天我就带大家走进八(2)班同学中间，一起感受我们闪光的青春。

有请我们的主持人：

女主持人：青春是一首无言的诗，我们陶醉于诗情画意中。

男主持人：青春是一段快乐的舞，我们沉醉在美妙的舞步中。

女：青春是一串风铃，时刻呼唤着我们的心灵。

男：青春是一首歌，永远催人奋进。

女：我们有太多的赞美要赋予青春。它带着五彩缤纷的幻想和对未来的憧憬，正悄悄地从娇艳的花丛中，从嫩绿的小草中，翩然来了——15岁，已走进年少的我们。

合：“追忆珍惜憧憬”，竞中初二2班青春在道德中闪光主题班会现在开始。第一部分：追忆

男：一声响亮的啼哭，唤起了那久已封存的记忆，十四年前的某一天，妈妈在经受了一番艰辛之后，迎来了一个美丽天使的诞生。

女：一声声的啼哭，好似一串串跳跃的音符，汇集成一支最动人的旋律。妈妈说那是她听到的最美的音乐。

男：从此，一个稚嫩的生命在朝阳的沐浴下，雨露的滋润里，一天天成长，竟在不知不觉中步入了一个多梦的时节。

女：15岁的少年将青春的面纱轻轻撩起。同学们，你是否已感觉到它那芳香的气息正迎面扑来，是否已触摸到它跳动的脉搏强劲有力?

男：请欣赏歌曲舞蹈表演有请来自初二2班的朋友

节目1校园的早晨

第一部分：珍惜

女：当我们就要告别无忧无虑的童年去拥抱青春的时候;当我们说要去品味人生，感悟生命的时候。

男：爸爸妈妈那浓得化不开的爱里，不仅有祝福、嘱托与期盼，更多了几分担心、焦虑与牵挂。让我们一起去感受爱珍惜爱吧!

老师主持人：是啊，我们从牙牙学语到慢慢长大，家是我们温暖的港湾，母亲永远给我们挡风雨，父亲一直牵着我们的手，父母的爱是寒冬里的一把火，是黑暗里的一束光明。作为家庭中的一员，我们享受着父母、家人的无私关爱。

采访几位同学谈谈父母对自己的关爱。

父母的爱真是崇高的、无私的和伟大的!父母爱我们并不想过要什么回报，但是只有父母付出的爱，没有我们回报的爱，这爱是不公平的，那我们又该怎么做呢?

老师主持人总结：我们关爱父母可以从点点滴滴做起的，并不是轰轰烈烈才是孝敬父母，就象刚才那位同学做的都是生活的小事情，但给了父母很大的安慰。我们可以做到听父母的话，接受劝告、对父母有礼貌、体贴父母、珍惜父母的劳动成果，不向父母要超越家庭经济条件的东西，不为难父母、像孝敬父母那样孝敬祖父、祖母、外祖父、外祖母等等。亲近父母，让青春充满亲情。

节目2配乐朗诵《别说你很累》

表演者：

节目内涵：青春就整个人生而言似乎太短智;但经历青春时，也会有许多苦不堪言的累，这时只有对自己说：“不累，不累，前面的路才会柳暗花明又一村”。《别说你很累》是一篇学生作文，正是中学生言中学生之感，由朗诵较好的x同学朗诵，配以轻音乐，让全班同学感悟到：“因为你是中学生，中学生正在走向成熟。告别幼稚迈向成熟，正如告别春天的孕育迈向夏天的奔放和秋天的收获一样。

第二部分：憧憬

女主持：告别无知的童年，踩着斑斑驳驳的快乐、悲伤、希望、失望，带着无限期盼，我们踏上了青春的征途。

男主持：青春，是人行的黄金时代，但它并不是对七彩诱惑的刻意追求。年轻的我们总羡慕具有无限心智的人，而心智的成长，源于我们对生活的正确感悟，源于历史、现实在我们心中的积淀与内化。

老师主持：每个人的青春感受不尽相同。有的收益盈怀，欢欣鼓舞;

男：有的只有伤感，慨叹命运;

女：有的手握一把虚荣，心灵荒如沙漠。

男：青春的差别在于是否肯对心灵有所承诺，在于是否付出了旺盛的精力和晶莹的汗水。老师主持：那么，年轻的你到底应该怎样把握青春?你是否能为自己的青春谱上最动人的旋律呢?

老师主持人年随机采访同学，谈自己对于十五年后的设想，并让他们谈谈选择这种职业的原因。

年轻的我们都有青春的梦想，我们的梦想能否实现，光靠想是不够的，更需要脚踏实地地努力，请班级中一位学习努力不怕困难的同学谈谈学习上取得来之不易荣誉的体会。

老师主持人总结：从与同学们的交流中我感受到你们正用梦想为青春涂上浓墨重彩的一笔，用努力让青春无悔。关爱自己，让青春写满奋斗。

女主持：接下来我们做一个小游戏“心灵点播”请同学们把对老师、同学的心理话用纸和笔写下来，或者写下自己的愿望。

男主持：字不多，情却深，同学的每一句话都是来自真心的，真诚的祝福也好，见解与批评也好，我们都应该坦诚接受，再接再厉，改掉不足之处，与大家和睦共处。

节目3：

收纸条然后结束班会

在的歌声中，主持人致结束语：

面对浩翰的大海，面对无际的苍穹，

面对未来世界，面对无量辉煌，

朋友，让我们一起放声高呼：青春万岁

**主题班会设计方案篇十八**

一、活动名称：“为理想奋斗”主题班会

一、活动目标：

通过开展形式多样的主题班会，社会实践，调查研究。从而在热烈的气氛中，同学们开怀畅谈自己的理想，憧憬未来，同时下定决心要为自己理想的实现而努力奋斗，明白将祖国己任，将社会为己任的美好理想。通过各种方式了解名人的伟大理想，并且把自己的理想与祖国的前途和命运结合起来，为中华民族的伟大复兴而努力!

二、参加对象：

班主任老师，班级全部学生。

三、活动方式：

小品、演讲、讨论、游戏、演唱、调查等。

三、活动过程过程：

播放歌曲《水手》，班会主题开始，班长、宣传委员主持。

主持人(男)：伴随着这首激动人心的《水手》拉开了我们“理想与前途”主题班会的序幕。

主持人(女)：理想是个诱人的字眼。

主持人(男)：理想是灯塔，指引人生前进的方向，照亮人生前进的路程。 主持人(女)：一个没有理想的人，就像雪儿没有翅膀，就像打桩的没有设备。 主持人(男)：没有理想，就没有坚定的方向，没有坚定的方向，就没有生活。 主持人(女)：罗勃朗宁曾说过：人类的伟大不在于他们在做什么，而在于他们想做什么。

主持人(男)：福尔摩斯也说：世界上最重要的事，不在于我们在何处，而在于我们朝什么方向走。

主持人(女)：上面所讲的“想做什么”、“朝什么方向走”指的就是我们头上的一颗指路明星——理想。那么，什么是理想，你的理想是什么?(同学们讨论。)

主持人(男)：下面请同学们说说自己的理想，好吗?(同学们畅所欲言，有的说长大后要成为科学家，有的说要成为美容师，有的要成为教师……)

主持人(女)：当一个人达到自己的理想的时候，我们可以说他是一个成功的人，那么你对成功是怎么样看的呢?

同学1：我觉得要像邓小平先生那样做时代的伟人才是成功的人;

同学2：我认为努力去实现自己的理想的人就是成功的人;

同学3：我觉得凡是能在自己平凡的工作岗位上做出贡献的人都可以算是成功的人; 同学4：我觉得一个能在逆境中站起来，勇于向困难宣战的人便是一个成功的人;……

主持人(男)：同学们说得很好，下面我们请×××同学们谈谈“成功的人”。

×××同学发言(略)

主持人(女)：对，只要我们从小便树立远大的理想，并为之不断地努力，我们的理想就一定能实现!

主持人(男)：下面我们来看看，二十年后的我们是怎么样的吧。

小品：《二十年后的我》(表演者：×××、×××、×××、×××等同学)：二十年后的一群中学生实现了自己的梦想，二十年后回来探望自己的老师，并诉说自己二十年前的理想和成长的经历。

主持人(女)：啊，真叫人热血沸腾，羡慕不已。

主持人(男)：但是世事变幻不定，二十年后的事更是难以揣测。

主持人(女)：哎，你是想说“把握今天”吧。

主持人(男)：是啊，今天的收获才是最重要的，明天的收获有赖于今天的播种和辛勤的耕耘。

主持人(女)：那，怎么样才能在今天为实现自己的理想而努力奋斗呢?

主持人(男)：我想我们的同学们心中早就有答案了，请同学们说说好吗?

同学1：珍惜每一分每一秒的时间，不让自己有后悔的一刻;

同学2：树立远大的理想，并为之不断地努力;

同学3：要有吃苦耐劳的精神，不为困难所吓倒;……

主持人(女)：是啊，我们必须从今天做起，为自己理想的实现而努力;

主持人(男)：不仅仅这样，我们还要把自己的理想和前途与祖国的命运和前途结合起来，现在，我国正在进行西部大开发，这可以说是全国人民一个共同的理想，我们更应该从我做起，为中华民族的伟大复兴而贡献自己的青春与才华。

主持人(女)：据我所知，我班×××、×××同学就是这样的人才呢!

主持人(男)：不错，请欣赏他们的小品：《垃圾大王》

小品：垃圾大王小品大致内容：讲一位平凡的中学生在读书时代便给同学们瞧不起，但由于他不怕别人的取笑，不怕困难，大学毕业以后，他大胆地从事处理垃圾的工作，后来发展到搞垃圾回收，成立了“创世纪公司”，成了一位出色的企业家。

小品通过幽默有趣的表演说明了一个只要有远大的理想，并执着追求，有创新意识，就一定能实现自己的理想。

主持人(女)：真是有趣极了，你们知道小品说明了一个怎样的道理吗?

(同学们答：略。)

主持人(男)：主题班会进行到这里，让我们来玩个游戏轻松一下。

主持人(女)：对，我们在上课前听到《水手》这首歌，看谁把其中重复多遍的歌词记了下来，

一同学：他说风雨中，这点痛算什么，擦干泪不要问为什么。

主持人(男)：对，下面请同学们说一说“风雨”和“痛”是指什么?

甲同学：我认为“风雨”是指崎岖的人生道路，“痛”是指挫折和失败。

乙同学：我觉得“痛”还可以指逆境、困难。

主持人(女)：是的，歌词告诉我们，无论学习，生活中我们都会碰到的挫折、失败或困难，但我们必须勇往直前，不畏艰难险阻，才能实现自己的理想。

主持人(女)：收获的季节是欢乐的，但他必须付出汗水为前提，我想每个人的奋斗过程都会有一个激励自己前进的座右铭。

主持人(男)：是啊，18岁的刘欧已是北京大学化学与分子工程系的一名学生，15岁的他已成为首批进入国家重点实验室的中学生，他一直以“机遇对于每个人都是均等的，而成功者往往善于抓住机遇”。

自勉，这是他获得成功的重要因素之一。那么，在座的同学们，你们的座右铭是什么呢?

主持人(女)：请同学们踊跃回答。

同学们自由回答。

主持人(男)：同学们的发言是认真的，是对理想追求的一种执着，我相信，同学们有了时时激励自己的座右铭，理想是一定可以实现的。

主持人(女)：接下来我们来玩一个有趣的游戏。

主持人(男)：好啊，什么游戏?

主持人(女)：我们轮着来每人说出一句对理想实现充满信心的简短的话，如：我一定行!等，说不好的同学要出来为大家唱一唱我们本次班会的主题歌——《水手》，好不好?

主持人(男)：我举双手赞成。(同学们轮流说)

主持人(女)：我很开心!同学们对理想的实现都充满了信心。下面让我们来欣赏诗歌朗诵“请举起杯中的美酒”(由×××和×××同学表演，诗词略)。

主持人(男)：诗歌是美好的，悦耳动听的。时间是有限的。

主持人(女)：天下没有不散之筵席。

主持人(男)：班会无限好，只是近铃声。

主持人(女)：我想，大家通过这次班会，定会树立远大理想，创世纪辉煌，为自己的人生书写一首不朽的诗篇。

主持人(男)：现在有请我们的班主任作总结，掌声欢迎。

四、班主任总结：

首先很感谢×××、×××等同学为这次主题班会的准备付出了辛勤的劳动同学们!本次班会同学们都表现得很积极、主动，能大胆地畅谈自己的理想，树立自己的信心，看你们自信的表情，听你们充满豪情的语言，我相信，你们的理想一定能实现。

是的，理想是还没有实现的东西，是对未来的美好憧憬和希望，这要求我们好好把握今天，努力学习，打下坚实的知识基础，才能拥有美好的明天。理想有近期，高远之分，还可以分为职业理想、道德理想、人生理想，我希望同学们不但要有近期理想、职业理想，而且要有崇高远大的理想，将自己的理想与祖国的繁荣、社会的进步结合起来，唯有这样，我们的事业才是辉煌的，不朽的。

但是，理想的实现前提是把握人生。把握人生，不是一天两天，也不是一年两年，它需要一个人用一生的时间，需要几十年如一日的耐力、恒心与毅力。更多的时候，把握人生的关键是要培养自己的习惯，坚持自己的原则。而“顽强的毅力可以征服世界上任何一座高峰”，恒心与毅力，在征服的过程中必不可少。

命运由自己主宰，人生由自己把握。

臧克家说过：“青年是宝藏，青年是黄金;宝藏要挖掘，黄金要熔炼。”而人生最好的淘金者和冶金人便是你自己，把握人生，让自己的年轻发挥极致!

在《走进新时代》歌声中，主持人宣布班会课结束。

**主题班会设计方案篇十九**

活动目标：

1、认识校园欺凌的危害性，自觉抵制校园欺凌现象;

2、能够正确处理生活中的各种冲突;

3、掌握与校园欺凌做斗争的方法

活动过程：

一、观看《关注校园欺凌现象》视频，引入新课。

二、思考：

1、什么是校园欺凌?你遭遇过校园欺凌吗?学生结合观看的视频以及生活实际回答。

校园欺凌是发生在校园中的一些学生奉信暴力决定一切，以多欺少，以大欺小，以强凌弱等现象，校园欺凌是个全球性的问题。

2、讨论：校园欺凌有什么危害?

学生回答并归纳：校园欺凌首先给受害者的身体带来伤害;其次是更为严重的心理上的伤害，使受害者产生不安全感，产生恐惧和焦虑。

3、想一想：面对校园暴力我们有哪些对策?

校园暴力常见情形：

1、是索要钱物，不给就拳脚相加;

2、是以大欺小，以众欺寡;

3、是为了一点小事，大打出手;

4、是同学之间因“义气”之争;

5、是不堪长期受辱，以暴制暴。

(这一环节，教师首先归纳有关校园暴力常见的情形，然后，让学生讨论后为事件里的主人翁出主意，教主人公几招预防暴力的办法。对于学生而言，以下几个方面可参考：)

①不能“怕”字当头。在遇到勒索、敲诈和殴打时不害怕，要敢于抗争。因为这些拦截的不良少年大多和受害者同龄，他们所实行的第一次拦截往往都是一种试探。如果此时在心理上就被对方所压倒，任其欺压，那么这样的第一次妥协其实就纵容、鼓励了拦截者，就会带来了更不良的后果。因而，有效防范校园暴力的第一要诀就是“不怕”。但是要注意避免激发对方暴力升级，导致眼前吃亏。

②要及时报告。我们也要认识到勒索、敲诈经常是同暴力紧密联系的，我们提倡在“不怕”的前提下与之抗争，但不意味着逞一时之勇，反而造成不必要的伤害。因此，在遇到勒索、敲诈后要及时向学校、家长报告。第一次遇到拦截后的表现是十分重要的。无论对方的目的是否得逞，如果一味害怕而忍气吞声，或是不想宣扬，相反的会在无形中助长了对方的气焰，使得对方以为你软弱可欺，往往会导致新的勒索、敲诈和殴打事件的发生。

③要搞好人际关系，强化自我保护意识。这也是防范校园暴力的一条途径。一个有广泛、良好人际关系的学生，就不容易成为勒索、敲诈和殴打的对象。

④要慎重择友。要对学生的交友进行教育，鼓励多交品德好的朋友，多交“益友”，不交“损友”，对已经受到暴力侵害的\'朋友要多安慰，但不宜鼓动或煽动其找人来报复，以免引起更大的争端。

三、课堂小结

校园本应是我们学习知识、接受教育的地方，但频频出现的校园暴力却打了校园应有的宁静。校园暴力是人际冲突的一个极端，对我们来说是双重伤害，同时也体现出人际交往的问题。我们青少年共同生活在一起，就应当互相帮助、互相谅解、互相包容，仇恨的种子长不出和平的芽，暴力不能真正的解决问题。这节课后，同学们要进一步向家长、老师请教如果校园暴力侵害我的时候，我还能怎样做?完善自我保护的手段，提高自我保护的能力。希望同学们尽量不看有暴力画面的影视剧，不读有暴力情节的书刊，不玩有暴力色彩的游戏，不做有暴力倾向的人，让我们熄灭暴力的火焰，做个健康阳光的学生。

**主题班会设计方案篇二十**

花开不败在高三

20xx年3月25日第八节

高三(2)班课室

“一诊”考试作为高考前第一次重要的“大练兵”，被老师学生看得很重。所以，一诊的成绩往往会导致学生情绪的极大波动。有的学生会因为好成绩而精神大振，而也有不少的学生会精神萎靡，甚至会滋生自疑的念头。在这个时候，激励取得好成绩的学生再接再厉，鼓励成绩不好的学生们坚信自己的梦想，为梦想而努力极为必要。因此，我们设计了主题为“花开不败在高三”的班会。

(1)为了自己的人生，加速!

(2)永不言弃，勇往直前!

(3)花开不败在高三!

1、增强学生的学习动力，激励着每一个有梦的学生，让他们有自己的勇气去追求梦想。

2、调整心态，积极面对高三仅剩的70天的学习生活。以花开不败为主题，让学生时刻鼓励自己，达到激励奋发向上的良好效果。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找