

高三励志班会(汇总10篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

高三励志班会篇一

男：他是风华正茂的岁月，是意气风发的年代

女：青春，总是让人在仰天一瞥间想到了含苞的花蕾十里飘香。

男：青春，总是让人想到奔驰的瀑布银绸万丈，健翼的雄鹰似利剑般直冲云霄。

女：这就是青春，多彩的、令人激动的

男：这就是青春，斑斓的、令人向往的

合：现在我宣布，开鲁二中八年十二班《青春励志，你我同行》主题班会正式开始。

男：青春是一团火，青春是一朵花，笑容与彩霞飞扬，汗水与成功相伴

男：首先请欣赏合唱《青春舞曲》

主持人离场，大家合唱

女：在青春期，我们会经历许多挫折

男：在青春期，我们会经历许多磨难

女：如果不把持住自己，就会犯下滔天大错

男：是吗那你举个例子吧

女：比如承受不住外界的压力，去迪厅，网吧，甚至以吸毒为嗜好的青少年

男：那我们要怎么样抵御这些诱惑呢

女：下面请欣赏由李博浩等同学带来的《禁毒三句半》

主持人下场，演员上场

男：这下我们了解了拒绝毒品的重要性

女：不管遇到什么事情，都要以开朗的心态去面对

男：对于青春，们有许多感悟

女：下面有请肖思琦同学的演讲《感悟青春》，掌声鼓励

主持人下场，肖思琦上场

男：真是慷慨激昂的演讲啊

女：青春其实就是慷慨激昂的

男：谁能和大家一起分享一下你的青春励志的名言呢

提问环节

被提问人：王世强，丁康宁，司新月，兰雨，苏喜春，鲍广旭，陈羽

女：大家回答的都很好，我们要珍惜青春，做一些对自己有

益的事

男：让青春在奋斗中升华，让生命因励志而辉煌

女：请听一个励志小故事《莱特兄弟的飞翔之梦》

主持人下场，演员上场

男：黎明的曙光带来了新鲜的气息

女：小鸟的啾啾洋溢着欢声笑语

男：在这灿烂的阳光下

女：在学校领导的亲切关怀下

男：我们的芳华只是自然的造化，只是上天的给予，不是我们自己的资本，我们没有资本来炫耀挥霍！

女：原来青春是一首歌，一首用热情和精力唱出的歌

男：青春是个梦，美丽的梦，让我们克服虚荣和浮躁，用坚实造就的美梦

女：下面请欣赏袁嘉惠、于敏哲同学带来的诗朗诵《青春之诗》

主持人下场，演员上场

男：青春，一个生机盎然的字眼，像春日里刚冒头的新芽

女：青春，一种顽强不屈的精神，如寒冬天久经风霜的腊梅

男：青春，给予我们太多的是倔强

女：不去理会那些危听的耸言，只管勇敢的迈开大步——

合：向前，向前！

合：全体起立，共同宣誓

男：从慷慨激昂的誓词中，我们的志向喷薄而出！

女：我坚信，洒下泪水，必有丰硕的成果！

男：努力拼搏，定有金色的收获！

女：下面请班主任老师做此次班会的总结发言，大家欢迎

合：青春，——我热血沸腾

女：青春，——我激情飞扬

男：青春，——我璀璨夺目

女：青春，——我炫彩斑斓

合：我为我青春的岁月而骄傲，也为我青春的年代而自豪，
我用我火热的青春岁月架起理想的翅膀尽情翱翔。

男：开鲁二中八年十二班《青春励志，你我同行》主题班会
到此结束。

高三励志班会篇二

通过对人生之路的讨论。讲解等形式，使每位团员受到一次
人生观教育，使他们能够树立起开拓进取的人生信念，增强
责任感和使命感，提高学习的自觉性。

团队活动日。

本班全体同学。

本班教室。

- (1) 会前布置主题，让团员们有个思想准备。
- (2) 确定男女主持人各一名。
- (3) 确定好演讲、诗朗诵的人员。
- (4) 选择好配乐录音带，备好录音机、录放机、录像带。
- (5) 组织好即兴讨论。
- (6) 布置会场。

(音乐起) 配乐诗朗《路》(几名同学上台表演)。

金色的林子里有两条岔子的路。

很遗憾，我，一个过路人，

没法同时踏上两条征途，

仁立了好久，我向一条路尽力望去，

直到它打弯，视线被灌木丛档阻。

于是我选择了另一条，这条也不差，

也许我还能说出更好的理由，

因为它绿草茸茸，还不曾被人们践踏，

虽然说到这一点，一经我走过，

同样难免把斑斑的足迹留下。

那天早晨，有两条路，相差无几，

都埋在还没踏上脚印的落叶底下。

啊，我把那第一条路保留给另一天！

可是我知道，一条路又接上另一条，

将来能否重回旧地，这就难说。

隔了多少多月，流逝了多少时光，

我将叹一口气，提起这当年的旧事，

林子里有两条路，朝看两个方向，

而我——我走上一条更少人迹的路，

于是带来完全不同的一番景象。

男主持人：听过了一首动人的诗篇，大家的心里是否有一些回味和启迪呢？

女主持人：是啊，人生的道路上经常面临着这样或那样的选择。尤其是我们这个年龄的人正处在人生的岔路口上，如何选择自己的人生之路就显得更为重要。

女主持人：“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，是屈原忧国忧民之路。

男主持人：“世上本没有路，走的人多了也便成了路”，是鲁迅弃医从文，拯救民族灵魂之路。

女主持人：“红军不怕远征难，万水千山只等闲”，是共产党人争取民族解放之路。

男主持人：人生，是像海燕在长空搏击，还是像企鹅在岸边沉沦？

女主持人：请听xxx同学演讲《人生之路要靠奋斗来开拓》。

在人生的道路上，面对无数始料未及的困扰、挫折、失败、苦闷、烦恼、忧虑，有时甚至最坚强的人，也难免产生动摇惶惑的念头。

苏联早期的革命诗人马雅科夫斯基是个意志坚强，对生活充满热情的革命者，他那火焰般的灼热诗句，曾经唤起了多少人对共产主义理想的热烈追求和憧憬，然而在十月革命之后，他却出人意料地用子弹结束了自己的生命。他轻生的举动，纵然有种种复杂的因素，但最终都无法回避自身对人生丧失信心这个根本原因。与之相反，《钢铁是怎样炼成的》的主人公保尔，也曾一度想结束自己的生命，但他回想自己的全部人生历程之后，放弃了这个念头，“死是容易的，而活着却需要勇气”。他不愿做生活的逃兵，于是重新昂首挺胸，迎着铺满荆棘的征途勇敢地前进。

只有对人生倾注满腔热情的人，才能做到生命不息，奋斗不止。

我们说，人活在世上必须靠奋斗去开拓美好的人生之路，这并不是一种无目的的盲目行为。奋斗是为了生活得更美好，而人的奋斗的力量，又总是由生活本身提供的，因此谁对生活理解得越透彻，谁对生活越热爱，他为之奋斗的行动就越自觉、越强烈、越坚定、越持久。17世纪英国的诗人弥尔顿，财产被政府没收，又由于火灾化为灰烬，双目失明带来的痛苦，都没有使他屈服，对美好生活的追求和人生理想的憧憬，激励他发愤努力，终于口授著出不朽诗篇《失乐园》和《夏

乐园》。杰克伦敦的名篇《热爱生命》的主人公，身处冰天雪地的绝境，却以铁的意志战胜自然和野兽。从死亡边缘上夺回自己的生命。

人生的道路不只是鲜花和赞美，它常常是充满艰辛和曲折，风浪蜂拥而来。不幸接踵而至，弱者如企鹅躲避崖下，勇者如海燕正视浪涛，奋翼相迎。

是的，我们这一代人，虽没有生在战火纷飞的年代，也没有赶上知识无用的十年，我们眼前的事业虽不及先辈们的血雨腥风，却也任重道远。幻想人生道路一帆风顺，是庸碌者的幻想，是强者就要有驾驭人生的勇气。“白日何其短，百年苦易满”这是古代失意文人的叹息，以兴邦治国为己任的我们，追求的是一代人的命运，向往的是我们伟大祖国和民族的未来，只有靠每个人的奋斗，才能开拓出美好的人生之路。

女主持人：刚才xxx同学的演讲，一定会给在座的各位留下深深的思索。

男主持人：人生的路曲折多变，顺利时，万事皆喜，也可算是幸福，可人生的道路又不可能一帆风顺。

女主持人：人也只有在冲破逆境之后，才能真正实现自身的价值，找到自己的人生道路。下面请大家一起来看一段录像。

张海迪报告会《轮椅上的攀登》（略。）

男主持人：《轮椅上的攀登》为我们一代人树立了探索、追求美好人生道路的光辉榜样。

女主持人：下面请大家就刚才同学的演讲和录像片谈一谈对人生之路的想法。

同学甲：伟大的先贤们用自己的行动开拓了丰富多彩的人生

之路，也创造出了人类的文明发展之路，这对于我们来讲，是一种激励，激励我们去努力学习，在知识的海洋里拼搏、进取，为开拓自己的人生之路打下良好基础。

同学乙：张海迪的人生之路可谓坎坷，可她虽然不能用自己的脚走路，却用坚强的毅力，对命运的挑战，走出了一条前人未走过的路，这足以说明，人在逆境中才能真正放出光彩。遭到不幸而不沉沦，这才是一个人的伟大之处。

同学丙：人生的路有许多条，每个人都有选择自己人生之路的权力，有的人选择了伟大，也有的人选择平凡，伟大与平凡之间并没有不可逾越的鸿沟，关键在于你怎样走。下面我用演讲来表达我对人生之路的理解。

《路，在脚下延伸》

世上的路有无数，最难走的是人生之路，有的人一生轰轰烈烈，有的人一生默默无闻，固然人生之路要用奋斗去开拓，但并不是所有人的奋斗之路都是通向伟大之路。一个工人一生都从事一项工作，面对一个车床，制造一种产品，一个农民终生都耕作在一块土地上，你能说他们没有奋斗过吗？他们的一生不也值得我们去歌颂，去赞美吗？平凡的生活中也有奋斗者的足迹。关键在于能否在自己选择的人生道路上持之以恒地走下去。

人从一生下来就在努力实现自己的人生价值，寻找自己的恰当位置。即使在最普通的生活中也需要去抗争和勇气。比如我们每个人都会有生老病死的时候，三灾六难，五痨七伤在所难免，可面对这些，退缩的人还是寥寥无几，他们不管出身如何，不管地位高低，都能直面这些不幸，并勇敢地去迎接它。这也是奋斗，也是一种进取的人生态度。

在当代，雷锋、蒋筑英、孔繁森、徐虎、李素丽等先进人物，一生之中没有什么轰轰烈烈的举动，只是作为普通的中国人

来看待自己，在平凡的工作岗位上，把握自己平凡的一生，实现自己平凡的事业，在平凡的人生之路上无畏地走下去。当然还有无数个像他们一样的平凡的人们，在各自的人生道路上磨炼自己的性格施展自己的才能，奉献自己的力量。

有的人抱怨生不逢时，羡慕伟人生活的时代，但是在人类的生活历史进程中，任何时代对于每个人都是公平的，都不能剥夺选择人生之路的权力，不必说瓦特、爱迪生、史蒂芬逊是怎样从文盲、学徒选择科学之路的，也不必说高尔基、杰克伦敦、赵树理是怎样从流浪儿、水手、庄稼汉走上文学殿堂的，就拿我国许许多多被十年动乱耽误了学业的青年来说，他们不都是咬紧牙关，从眼前踩出一条远行的路吗？环境可以影响人，但它也可以磨炼人。人应该做时代的主人，时代的强者。

丰富多彩的人生之路上，我们并不一定都选择流芳百世，平凡之中也有伟大，关键在于你在看准了目标之后能否坚持不懈地走下去。

路，在每个人的脚下延伸，如果我们自己选定了一条适合自己，充满希望的路，那就应该问心无愧地走下去，一直到生命的尽头。要坚信路是人走出来的，人是不可战胜的。

男主持人：刚才几位同学的发言提示我们：人生不只要奋斗，还必须有无私奉献的精神，要有持之以恒的意志。

女主持人：既然选定了人生之路的目标，就要无畏地走下去。

男主持人：讨论就进行到这里，下面请欣赏xxx同学演唱的歌曲《漫步人生路》。

（歌曲演唱略。）

女主持人：今天我们在这里进行了一次有关人生之路的讨论，

愿不久的将来，当我们真正投身到火热的社会生活中去的时候，再回首今天的活动会觉得有所收益。

男主持人：下面请班主任老师做总结。

（班主任总结略。）

（1）事先可内定几名同学在讨论时发言，以免出现冷场。

（2）在活动过程中，可以适当穿插一些小节目。

高三励志班会篇三

二、活动目的：

通过本次主题班会活动，让同学们理解快乐是一种心情、快乐是一种习惯、快乐是人对生活的态度面对即将的收获和挑战，要以一个积极的精神风貌度过高三、迎接高考，争取取得优异的成绩。

三、主要形式

学生自己组织，指定发言和自由发言相结合的形式。

四、准备过程

老师选好主持人学习委员渠长军、文娱委员刘文敬，由他们两人设计、动员，老师指导。

五、班会过程(记录发言的主要意思)

主持人渠长军：我看过一个故事，一人有两儿子，大儿子悲观，小儿子乐观，他爸就不信那劲了。于是有一天在大儿子房间里堆满了好玩的电动玩具，在小儿子房间里堆了一堆恶

臭的马粪。

过了一会他再去看两儿子。结果让他想不到的是，大儿子在玩具堆里哭。你为什么哭啊？这么多电动玩具，又要装电池，又要看说明书怎么玩，好麻烦啊！

再去小儿子屋里，人家在马粪堆上笑呢，这么臭的马粪，你笑什么？爸爸，附近肯定有一个小马驹啊！

主持人刘文敬：看来人对于事物和生活的态度对人的心情多么重要，每个人生活和学习中都会有酸甜苦辣，你是快乐的还是忧伤的要看你对生活的态度。

主持人渠长军：我们已经到了高三，有人说高三是黑色的，有人说高三是恐怖的，可我们认为高三应该是快乐的。

主持人刘文敬：我的父亲是一个快乐的人，我总能看到他脸上挂满笑容，不管是我家困难时，还是富裕时，是我们听话时，还是淘气时，我很奇怪，父亲说快乐的一种美德；受父亲的感染，我也是个快乐的人；我希望大家也都会成为快乐的人。

播放歌曲：《快乐老家》

发言人张平原：小时候我有许多愿望，长的高大英俊些、当个老板、有很多很多钱，长大点我想有一条我就快乐，现在我明白，要从内心里寻找快乐，生活本身是快乐的源泉。

发言人刘国权：作为班长，我希望我能做好班里的事情，带领班委搞好我们班里纪律和学习，能让同学们快乐的生活和学习，也是我的最大的快乐！

发言人王瑞：想到通过高三这一年的努力，我就可以进入学，实现我的理想，再忙再累我也感觉愉快。

主持人刘文敬：他们几位说的多好啊，我们的理想，我们的梦想，经过高三的努力，经过高考就可以去实现了；想想这些，我心里就觉得激动和兴奋。

合唱歌曲：《阳光总在风雨后》

发言人唐婉：我知道在高三的学习中会碰到很多困难，但我相信有老师的教育，有同学们的帮助，我一定能够克服他们，我也准备以乐观的态度对待他们。

发言人唐谢沿：看过一个日本保险员在开始跑业务时，因为跑不到客户而穷困潦倒，但他总是保持着一颗乐观的心，任何时候在邻居面前和客户面前总表现出是一个快乐的人，后来很多客被他的态度感染而喜欢他，信任他，结果他的业务成为全公司最好的一个，快乐帮助他获得了成功。我想我们高三学习的成功和高考的成功也需要快乐。

发言人黄健：我原来听说高三是黑色的、恐怖的，也害怕过高三。今天我也受到了教育，受到了感染，我做好了吃苦的准备，但我已经不再害怕高三，我们要从学习中去寻找快乐，因为高三要比高一和高二会更充实，我要以乐观的态度迎接他，拥抱他，和同学们一起去过快乐高三。

主持人渠长军：通过今天的班会，我们对高三有了新的认识、新的理解，他将是我们人生中最光辉、最灿烂的一页，我们没有理由不快乐。

主持人刘文敬：感谢大家对我们今天主持人的支持，下面请班主任总结。

高三是收获的季节，既然将要收获了，我们应该心情愉快的去迎接它；

高三也是锻炼人的意志力和能力的重要阶段，我们应该勇敢

的面对和接受这种锻炼。

高三应该是紧张而又充实的，你要做好充分的思想准备；高三会有酸甜苦辣，会有成功和失败，你要勇敢的面对；高三使我们完善人生、升华人生，我们应快乐度过。

人对待生活的态度有积极和消极之分，积极的人会多去看事物光明的一面，消极的人更多看事物消极的一面，所以积极的人乐观去面对高三的生活和高考。

高三励志班会篇四

b:各位亲爱的同学,朋友们.

ab:大家下午好.

a□光阴荏苒，岁月从指间静静流逝，面对过往的青春，绚丽的梦在心中沉淀，七彩的故事划过心田，成长留下最清楚的印记。

b:回眸年华的远徉与青春季节的轮回，几多思考，几多感悟，在心间旖旎成一处风景，在岁月的河流中，我慢慢欣赏。

ab□今天，在这里大家希望能与大家一起分享我的思考，我的感悟，更希望能带给大家一些收获！

a□现在，班会正式开始。

b:有一个故事说，能够到达金字塔顶端的只有两种动物，一是雄鹰，靠自己的天赋和翅膀飞上去。另外一种动物就是蜗牛。蜗牛到达金字塔顶，主观上是凭它永不停息的执着精神，客观上应归功于它厚重的壳。正是这看上去又笨又拙、有些负重的壳，让小小蜗牛得以到达金字塔顶。在登顶过程中，

蜗牛的壳和鹰的翅膀，起的是同样的作用。可是生活中，大多数人只羡慕鹰的翅膀，很少在意蜗牛的壳。就像大家羡慕别人能有某种天赋或特长而获得某些成就，却整天埋怨大家身上要背负太沉重的“壳”一样。

a□那么大家身上背负的“壳”到底是什么呢？

b□这“壳”能够搁下吗？

a□大家要如何背着“壳”前行呢？

b□下面，大家来看几个小故事。

a□德国法兰克福的钳工汉斯季默，从小便迷上了音乐，他的心中有一个始终不变的奋斗目标——当音乐大师，尽管买不起昂贵的钢琴，但他能用钢板制作的模拟黑白键盘，练贝多芬的《命运交响曲》时，竟把十指磨出了老茧。后来，他用作曲挣来的稿费买了架“老爷”钢琴，有了钢琴的他如虎添翼，并最终成为好莱坞电影音乐的主创人员。他作曲时走火入魔，时常忘了与恋人的约会，惹得许多女孩“骂”他是“音乐白痴”、“神经病”。他不论走路或乘地铁，总忘不了在本子上记下即兴的乐句，当作创作新曲的素材。有时他从梦中醒来，打着手电筒写曲子。汉斯季默在第67届奥斯卡颁奖大会上，以闻名于世的《狮子王》荣获最佳音乐奖。这天，是他的37岁生日。

b□听了这个故事，同学们有什么启示。

a□是的。要能背着“壳”前行，首先要有明确的目标。

b□一天某个农夫的一头驴子，不小心掉进一口枯井里，农夫绞尽脑汁想办法救出驴子，但几个小时过去了，驴子还在井里痛苦地哀嚎着。无奈之下，农夫决定把枯井填上。当泥沙落到驴子的背上时，驴子停止了哀叫，把背上的泥土抖掉，

站到了上面。就这样它居然一步一步的走出了枯井。在生命的旅程中，有时候大家难免会陷入“枯井”里，会被各式各样的“泥沙”倾倒在大家身上，而想要从这些“枯井”脱困的秘诀就是：将“泥沙”抖落掉，然后站到上面去！那原本是埋葬驴子的泥沙，被他抖落到脚下，变成了走出困境的阶梯。

b□那么，让大家来看看下面的几张图片。

a□当大家感觉苦的时候，请你多想想——

b□也许我穿的不够时尚，但想过像我这样幸福生活的孩子是怎样想的呢？

a□也许我的零花钱不多，可是贫苦地区的孩子们呢？

b□也许别人有富裕的家庭，可是他们有我这样温馨的家吗？

a□也许老师对我严了些，可是没有这样严格的环境我会怎样呢？

b:学习要做到明志。我有明确的目标吗？我为实现目标而努力了吗？

b□你们是否有想过，别人在奋力拼搏，锐意进取，而你在做什么呢？

别人在积极思维，踊跃参与，而又你在做什么呢？

a:用色彩打扮自己，不如用知识充实自己。清晨不起早，误一天的事；年少不勤学，误一生的事。

b□下面，大家来做一个小游戏。

a□游戏规则：男生代表1元钱，女生代表5毛钱。由主持人说出具体价格数目，由男女生自由组合，最快组合完毕的即为获胜者，落单或者组合错误的则视为失败。

b□想玩游戏的到中间来。

a□有奖品的哦！

b□接下来大家来倾听一些歌曲，并且抢答猜出歌名。

a□结束了这一环节，让大家来动动脑，猜猜脑筋急转弯。

b□班会即将接近尾声，有请xxx□xxx□xxx□为大家朗诵一首诗《梦想》。

a□最后，大家来听一首歌结束这次班会。

b□《蜗牛》希望大家能像蜗牛一样，一步一步往上爬。

a□b□谢谢大家！

高三励志班会篇五

a□各位尊敬的嘉宾，老师们。

b□各位亲爱的同学，朋友们。

ab□大家下午好。

a□光阴荏苒，岁月从指间静静流逝，面对过往的青春，绚丽的梦在心中沉淀，七彩的故事划过心田，成长留下最清楚的印记。

b□回眸年华的远徉与青春季节的轮回，几多思考，几多感悟，在心间旖旎成一处风景，在岁月的河流中，我慢慢欣赏。

ab□今天，在这里我们希望能与大家一起分享我的思考，我的感悟，更希望能带给大家一些收获！

a□现在，班会正式开始。

b□有一个故事说，能够到达金字塔顶端的只有两种动物，一是雄鹰，靠自己的天赋和翅膀飞上去。另外一种动物就是蜗牛。蜗牛到达金字塔顶，主观上是凭它永不停息的执着精神，客观上应归功于它厚重的壳。正是这看上去又笨又拙、有些负重的壳，让小小蜗牛得以到达金字塔顶。在登顶过程中，蜗牛的壳和鹰的翅膀，起的是同样的作用。可是生活中，大多数人只羡慕鹰的翅膀，很少在意蜗牛的壳。就像我们羡慕别人能有某种天赋或特长而获得某些成就，却整天埋怨我们身上要背负太沉重的“壳”一样。

a□那么我们身上背负的“壳”到底是什么呢？

b□这“壳”能够搁下吗？

a□我们要如何背着“壳”前行呢？

b□下面，我们来看几个小故事。

a□德国法兰克福的钳工汉斯季默，从小便迷上了音乐，他的心中有一个始终不变的奋斗目标——当音乐大师，尽管买不起昂贵的钢琴，但他能用钢板制作的模拟黑白键盘，练贝多芬的《命运交响曲》时，竟把十指磨出了老茧。后来，他用作曲挣来的稿费买了架“老爷”钢琴，有了钢琴的他如虎添翼，并最终成为好莱坞电影音乐的主创人员。他作曲时走火入魔，时常忘了与恋人的约会，惹得许多女孩“骂”他

是“音乐白痴”、“神经病”。他不论走路或乘地铁，总忘不了在本子上记下即兴的乐句，当作创作新曲的素材。有时他从梦中醒来，打着手电筒写曲子。汉斯季默在第67届奥斯卡颁奖大会上，以闻名于世的《狮子王》荣获音乐奖。这天，是他的37岁生日。

b□听了这个故事，同学们有什么启示。

a□是的。要能背着“壳”前行，首先要有明确的目标。

b□一天某个农夫的一头驴子，不小心掉进一口枯井里，农夫绞尽脑汁想办法救出驴子，但几个小时过去了，驴子还在井里痛苦地哀嚎着。无奈之下，农夫决定把枯井填上。当泥沙落到驴子的背上时，驴子停止了哀叫，把背上的泥土抖掉，站到了上面。就这样它居然一步一步的走出了枯井。在生命的旅程中，有时候我们难免会陷入“枯井”里，会被各式各样的“泥沙”倾倒在我们身上，而想要从这些“枯井”脱困的秘诀就是：将“泥沙”抖落掉，然后站到上面去！那原本是埋葬驴子的泥沙，被他抖落到脚下，变成了走出困境的阶梯。

b□那么，让我们来看看下面的几张图片。

a□当我们感觉苦的时候，请你多想想——

b□也许我穿的不够时尚，但想过像我这样幸福生活的孩子是怎样想的呢？

a□也许我的零花钱不多，可是贫苦地区的孩子们呢？

b□也许别人有富裕的. 家庭，可是他们有我这样温馨的家吗？

a□也许老师对我严了些，可是没有这样严格的环境我会怎样呢？

b□学习要做到明志。我有明确的目标吗？我为实现目标而努力了吗？

b□你们是否有想过，别人在奋力拼搏，锐意进取，而你在做什么呢？

别人在积极思维，踊跃参与，而又你在做什么呢？

a□用色彩打扮自己，不如用知识充实自己。清晨不起早，误一天的事；年少不勤学，误一生的事。

b□下面，我们来做一个小游戏。

a□游戏规则：男生代表1元钱，女生代表5毛钱。由主持人说出具体价格数目，由男女生自由组合，最快组合完毕的即为获胜者，落单或者组合错误的则视为失败。

b□想玩游戏的到中间来。

a□有奖品的哦！

b□接下来我们来倾听一些歌曲，并且抢答猜出歌名。

a□结束了这一环节，让我们来动动脑，猜猜脑筋急转弯。

b□班会即将接近尾声，有请xxx□xxx□xxx□为我们朗诵一首诗《梦想》。

a□最后，我们来听一首歌结束这次班会。

b□《蜗牛》希望大家能像蜗牛一样，一步一步往上爬。

a□b□谢谢大家！

高三励志班会篇六

xx年5月18日晚6:30

天山堂xxx教室。

苏地

12级基础医学院定向五班

郭志成、苏地

步入大学，大家对这个世界开始有了自己独特的见解和看法。面对色彩斑斓的大学生活，琐碎繁杂的社交活动，大学生往往容易迷失自我，找不到方向。我班针对这一现象准备开展一个以我的大学我的梦为主题的班级活动，以此来帮助班级成员更加明确自己大学梦想的方向。

根据本班班委的对班级现状的分析，决定组织开展一次主题班会。通过这次班会希望班级成员能好好找准自己在今后大学生生活的方向，确定自己大学奋斗的目标。从而达到重新审视自我，明确目标，定位人生的目的。大学的路还很漫长，每一个班级成员都应该有自己的大学梦想，为将来计划就是我们成功的前提条件。

（一）宣传工作

班长下达活动通知，组织委员苏地采取积极的宣传方式进行宣传。班级团支部积极配合苏地介绍活动的具体内容，活动主题以及目的等。积极动员班级成员的参与，力求将活动举办得尽善尽美，做到人人参与，人人受益。

（二）、班会开展

1、团支书郭丽娜和组织委员苏地负责教室布置;生活委员负责会场的卫生。

2、苏地致开场白，介绍活动主题、目的以及流程来调动会场气氛。

3、观看视屏-----俞敏洪在北京大学的励志演讲。

4、由各学习小组同学代表上台进行“我的`大学，我的梦”主题演讲。评定小组成员进行评分。

附件：评分表

5、班级成员自由发言，争取让每个同学都发表自己的看法。

6、由班长宣读演讲比赛获胜组名单，并颁发奖品鼓励。

7、各个班委对本学期以来的工作进行总结。

7、班长对活动进行总结。

8、主持人宣布班会结束并致结束语。

1、做好前期宣传工作，动员全班所有成员参加本次活动。

2、分配好工作任务，确保活动的顺利进去。

3、提前布置会场。

4、买好活动所需用品。

5、做好后续工作，确保活动达到预期效果。

高三励志班会篇七

二、活动地点□XXXX教室。

三、策划人□XXX

四、主办班级□XXX五班

五、主持人□XXX□XXX

六、活动背景

步入大学，大家对这个世界开始有了自己独特的见解和看法。面对色彩斑斓的的大学生活，琐碎繁杂的社交活动，大学生往往容易迷失自我，找不到方向。我班针对这一现象准备开展一个以我的大学我的梦为主题的班级活动，以此来帮助班级成员更加明确自己大学梦想的方向。

七、活动目的及意义

根据本班班委的对班级现状的分析，决定组织开展一次主题班会。通过这次班会希望班级成员能好好找准自己在今后大学生生活的方向，确定自己大学奋斗的目标。从而达到重新审视自我，明确目标，定位人生的目的。大学的路还很漫长，每一个班级成员都应该有自己的大学梦想，为将来计划就是我们成功的前提条件。

八、活动具体流程

(一)宣传工作

班长下达活动通知，组织委员苏地采取积极的宣传方式进行宣传。班级团支部积极配合苏地介绍活动的具体内容，活动主题以及目的等。积极动员班级成员的参与，力求将活动举

办得尽善尽美，做到人人参与，人人受益。

(二)、班会开展

- 1、团支书郭丽娜和组织委员苏地负责教室布置;生活委员负责会场的卫生。
- 2、苏地致开场白，介绍活动主题、目的以及流程来调动会场气氛。
- 3、观看视屏-----俞敏洪在北京大学的励志演讲。
- 4、由各学习小组同学代表上台进行“我的大学，我的梦”主题演讲。评定小组成员进行评分。
- 5、班级成员自由发言，争取让每个同学都发表自己的看法。
- 6、由班长宣读演讲比赛获胜组名单，并颁发奖品鼓励。
- 7、各个班委对本学期以来的工作进行总结。
- 7、班长对活动进行总结。
- 8、主持人宣布班会结束并致结束语。

九、注意事项

- 1、做好前期宣传工作，动员全班所有成员参加本次活动。
- 2、分配好工作任务，确保活动的顺利进去。
- 3、提前布置会场。
- 4、买好活动所需用品。

5、做好后续工作，确保活动达到预期效果。

高三励志班会篇八

《蜗牛与黄鹂鸟》和《蜗牛》。制作课件。并提前将班会主题告知学生，要求学生对“如何对待压力”先做一定思考。

班会过程：

通过埃及的一个古老的传说引入。

有一个故事说，能够到达金字塔顶端的只有两种动物，一是雄鹰，靠自己的天赋和翅膀飞上去。另外一种动物就是蜗牛。

蜗牛到达金字塔顶，主观上是凭它永不停息的执着精神，客观上

应归功于它厚重的壳。正是这看上去又笨又拙、有些负重的壳，让小小蜗牛得以到达金字塔顶。在登顶过程中，蜗牛的壳和鹰的翅膀，起的是同样的作用。可是生活中，大多数人只羡慕鹰的翅膀，很少在意蜗牛的壳。就像我们羡慕别人能有某种天赋或特长而获得某些成就，却整天埋怨我们身上要背负太沉重的“壳”一样。

那么我们身上背负的“壳”到底是什么呢？学生讨论回答。教师稍作归纳。这“壳”能够搁下吗？（明确：人要生存就必然担负着许多责任和压力。）

我们要如何背着“壳”前行呢？

看动画《蜗牛与黄鹂鸟》听歌曲，并要求同学们根据动画中的一些启示去归纳出自己的答案。

在学生发言后，用幻灯片展现三个小故事，并要求学生在故

事中得出启示

故事一：

德国法兰克福的钳工汉斯，从小便迷上了音乐，他的心中有一个始终不变的奋斗目标——当音乐大师，尽管买不起昂贵的钢琴，但他能用钢板制作的模拟黑白键盘，练贝多芬的《命运交响曲》时，竟把十指磨出了老茧。

后来，他用作曲挣来的稿费买了架“老爷”钢琴，有了钢琴的他

如虎添翼，并最终成为好莱坞电影音乐的主创人员。他作曲时走火入

魔，时常忘了与恋人的约会，惹得许多女孩“骂”他是“音乐白痴”、“神经病”。

他不论走路或乘地铁，总忘不了在本子上记下即兴的乐句，当作创作新曲的素材。有时他从梦中醒来，打着手电筒写曲子。汉斯在第67届奥斯卡颁奖大会上，以闻名于世的《狮子王》荣获最佳音乐奖。这天，是他的37岁生日。

启示一：要能背着“壳”前行，首先要有明确的目标。

故事二：

美国伟大的励志成功大师拿破仑·希尔曾讲过这样一个故事：赛尔玛陪丈夫驻扎在一个沙漠中的陆军基地里，丈夫经常外出演习，她一个人留在陆军的小铁皮房子里，奇热无比，又没有人和她聊天，周围都是不懂英语的墨西哥人和印第安人。

“两个人，从牢中的铁窗望去，一个看到泥土，一个却看到了星星。”从此，赛尔玛决定在沙漠中找到自己的星星，她

观看沙漠的日落，寻找到几万年前留下的海螺壳。

中望去，终于望到了自己的星星。

启示二：要能背着“壳”前行，其次要有积极的人生态度。

故事三：

一天某个农夫的一头驴子，不小心掉进一口枯井里，农夫绞尽脑汁想办法救出驴子，但几个小时过去了，驴子还在井里痛苦地哀嚎着。无奈之下，农夫决定把枯井填上。当泥沙落到驴子的背上时，驴子停止了哀叫，把背上的泥土抖掉，站到了上面。就这样它居然一步一步的走出了枯井。

在生命的旅程中，有时候我们难免会陷入“枯井”里，会被各式各样的“泥沙”倾倒在我们身上，而想要从这些“枯井”脱困的秘诀就是：将“泥沙”抖落掉，然后站到上面去！那原本是埋葬驴子的泥沙，被他抖落到脚下，变成了走出困境的阶梯。

启示三：要能背着“壳”前行，还要有主动在艰苦的环境中锻炼自己的意识。

举例：宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来天行健，君子以自强不息 / 长风破浪会有时，直挂云帆济沧海 / 三分天才七分学，笨鸟先飞早入林钟不敲不响，人不学不灵世上无难事，只怕有心人书山有路勤为径，学海无涯苦作舟。

学生谈感想：

[讲述]以上几名同学谈得都很好，其中某某同学提到时间就像海绵里的水，需要我们去挤。所以我希望大家能够学做一个会“挤”时间的人。古人有“凿壁借光”“映雪读书”的事例，那些刻苦攻读的人都取得了至高的学问和成功。老

一辈革命家在血雨腥风的年代也能挤出时间学习。我们有这么好的条件和环境，有什么理由不抓紧时间来学习呢？只有吃得苦，才能有成功。

同学们，雄鹰到达金字塔顶尖，靠自己的天赋和翅膀飞上去。而蜗牛肯定只能是爬上去。从底下爬到上面可能要一个月、两个月，甚至一年两年。在金字塔顶端，人们确实找到了蜗牛的痕迹。我相信绝对不会一帆风顺地爬上去，一定会掉下来再爬、掉下来再爬。但是，同学们所要知道的是，蜗牛只要爬到金字塔顶端，它眼中所看到的世界，它收获的成就，跟雄鹰是一模一样的。只要你上去了，就足以给自己留下令生命感动的日子。如果我们的生命不为自己留下一些让自己热泪盈眶的日子，你的生命就是白过的。

人生是一个背着“壳”前行的过程。不管壳有多重，希望同学们能够像蜗牛那样，化压力为动力，凭借自己的执著和自强，爬上自己心中的金字塔。

播放周杰伦的《蜗牛》，带引全班同学合唱。

高三励志班会篇九

活动以时间为序从“走进激情高一”讲起，追忆高一高二愉悦生活，作为铺垫。进入高三年级，以“永不放弃”视频为背景材料，通过层层设问，得出结论：高考取得成功，是个人坚持不懈地努力与众人团结协作地结果(也就是内外因的共同作用的结果)，从而引出班会主题：坚持不懈、团结协作。班会通过几个活动来完成的：一是由学生现场制作高考“110”倒计时牌，反映学生争分夺秒，不懈努力；二是通过播放家长、老师鼓舞学生的图片、视频，班主任老师现场寄语，点出主题，以体现学生不是“孤军奋战”而是有一个团队在作战，感受团结的力量；三是邀请学姐介绍成功经验，并现场答疑解惑，进行互动；四是播放班级视频，全班学生起立同唱班歌《高飞》，最后全班学生齐喊”20__，我们一起

上大学”。

活动特点：

1、充分发挥学生主体作用，学生参与活动全过程，包括课前准备。

2、以时间为线索，以活动为载体，逐渐将班会推向高潮。活动目录：

3、走进一中激情高一

4、回首过去展望未来——开启高二生活

5、坚持不懈、团结协作——20__-20__追逐高三的梦想

(一)似水年华争分夺秒

(二)长辈寄语点亮未来

(三)学姐脚印憧憬明天

(四) 20__，我们一起上大学活动步骤

一、主持人致词，欢迎老师、同学，主题班会开始

二、主持人播放ppt介绍学生高

一、高二生活

三、主持人播放视频《永不放弃》，并提问学生，进行互动，引出主题：坚持不懈，团结协作。

——20__-20__，追逐高三的梦想活动：

(一)似水年华，争分夺秒

(二)长辈寄语，点亮未来

1、主持人播放家长寄语视频。

2、主持人播放教师鼓励学生视频、录音，并现场请出班主任老师寄语。

3、主持人播放视频《理想乐园》，介绍名校，以激励学生。

(三)学姐脚印，引领前行

1、主持人播放学姐的成功足迹《风雨兼程，砥砺前行》。

2、主持人请出学姐马玉婷：

(1)介绍学姐、献花

(2)学姐与学弟、学妹互动、解惑答疑

(3)学姐退场

3、主持人引用在20__新年致辞：只要坚持，梦想总会实现

(四)20__，我们一起上大学

2、主持人起头“20__”，全班同学齐喊：我们一起上大学！

主持人宣布主题班会到此结束，谢谢！

高三励志班会篇十

转眼间，我们的高中已经走过了六分之五了。高三让我们承

受的太多太多，有些压力甚至会让人窒息，又令人难忘。不过，我坚信：当你步入大学，地感受到大学的七彩美丽！你会同自己讲：原来，一切都是值得既，原来，经历高三，也是一种幸福。作为过来人既我，好想同大家讲：挺过去吧，大学在等着大家。

1、 色彩斑斓的大学

回想高三，我们曾经失落过、彷徨过、开心过??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。现在由李永新和我们分享：当年高考，那些事儿。看看当时的我们是如何挺过去的。

2、 高考那些事儿

听了李老师讲解当年的高考事，我相信不少同学都找到共鸣。近排，我会听到边个边个早恋的消息。当时身边一d同学就同我讲：“呜??我地呢种年龄，已经无资格早恋了。”但对于我来讲，我一d都唔觉得遗憾，因为，我人生既每个阶段都做左该做既野。当然，唯一的遗憾系我既大学无拍拖。就好似目前来讲，我既人生目标系稳份好工，之后系稳个好老公。人每个阶段都有自己既使命，就好似而家，你地既使命就系考大学。接下来，由罗玲给大家讲讲：高考期间：身边的诱惑——爱情。

3、 身边的诱惑：情感问题

抵制身边既不良诱惑，坚定自己既人生方向，踏踏实实学习，我相信，大家已经成功了一半。当然，尽管我们努力着，但我们也有跌倒既时候，这个时候就是考验我们的时候的，有请曹晓雯与大家分享□nothing is impossible□

4□nothing is impossible

讲得好□nothing is impossible□昨晚，_____就问我：“啊媚，你点解大学三年都可以挪奖学金？”我当时有d惊讶“我都系裸考既喔。”我觉得方法无咩好方法与坏方法，只要适合自己就系好方法啦。一个适合自己既方法可以令我地事半功倍。接落来由阮同大家分享下学习心得。

5、学习方法

6、高三（2）班的ppt

7、提问环节

最后，我们送给大家一首歌“年轻的战场。”同学们在听的时候，甚重地思考一下，我的目标是什么？最后，用你的笔，写下你神圣的目标。

8、《年轻的战场》

结束语：最好，我们祝愿高三（2）班的每一位同学，高考成功！