

最新班会设计方案(汇总10篇)

为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。以下是小编为大家收集的方案范文，欢迎大家分享阅读。

班会设计方案篇一

（要解决什么问题几年级）

中高年级喜欢是垃圾食品，对健康造成很多潜在的威胁。

（怎样的预期效果）

- 1、认识垃圾食品的危害。
- 2、抵制垃圾食品的诱惑，远离它们。（难点）

（辅助备品准备那些素材）

- 1、日常中的垃圾食品有哪些
- 2、他们有哪些危害
- 3、为什么大家都喜欢吃

观看视频资料。视频内容：校门口的小吃摊，同学们吃棉花糖、烤鹌鹑蛋、烤肠的镜头等等。

看完后你想说什么

（预设：吃垃圾食品有害健康等。）

师：我们下周的班会主题是“拒绝垃圾食品”请同学们根据老师提供的前置自学问题搜集大量的关于垃圾食品的资料。为我们下期的主题班会做准备。

前置自学：

你知道什么是“垃圾食品”吗

谈谈身边的垃圾食品，它们会对我们造成哪些危害

怎样做才能避免垃圾食品给我们带来的危害

（说明：同学们在自己搜集资料的过程中，有一个自己对垃圾食品的初步认识。小组交流时，又有了新的认识和感受。班内展示交流时又是一层认识和感受。此环节下来，第一个教学目标很容易达成。）

交流互学：

请同学们将自己课下搜集到的资料和自己的感受在组内进行分享。

各小组完善、整理交流成果，并确定展示方案。

点拨助学：

请抽取的展示小组上台展示你们关于“拒绝垃圾食品”的交流成果，其他小组补充。

学生展示完后，教师配乐出示精美的垃圾食品图片，让学生谈感受。

师：有什么好的方法拒绝垃圾食品对我们的诱惑吗

小组交流。

展示成果。

（小组交流）

展示交流成果：

预设：可以利用同学互相提醒，互相鼓励的方法。

可以携带随身小提醒。

注意事项：要充分让学生谈自己的感受，教师要少说，避免“教导”带来的副作用。

作业超市：

a制作一期拒绝垃圾食品的手抄报，在“班级小脸谱”上进行宣传，提醒其他同学远离垃圾食品。

b写一封倡议书，倡议身边的人拒绝垃圾食品。

c致电台、电视台领导的一封信，希望为了人类的健康禁播垃圾食品的广告。

争做“健康名仕”

评价标准：一周内零接触垃圾食品者，获大树一棵。

a一周内提醒并制止至少三人食用垃圾食品获得大树一棵。

b集齐五棵大树者，被评为“健康名仕”。

c注：通过班级其它活动获得的大树不参与此次活动。但此次活动中获得的大树可参与抵消“负激励”等其它班级活动。

d时间截止暑假前。

e现场抽取三名评委，负责本次健康名仕的评选和颁奖活动的策划。

内省反思：

请大家闭上眼睛，在心底静静地思考老师的问题，把答案默默地留在心里。

a本次主题班会在“前置自学”环节我认真去搜集并整理资料了吗

c本次班会对我以后的生活、学习有哪些帮助呢

d我还有什么问题和疑惑，想用什么办法解决

班会设计方案篇二

1、通过本次主题队会，让同学们了解人类现在的生存环境。与此同时，还要鼓动大家保护我们人类自己的地球，从身边的小事做起，初步掌握一些现代环保知识和环保技能。

2、培养小学生从小热爱大自然，激发关心环境问题的兴趣。

儿歌、朗诵、介绍资料、回答问题、谈感受等。

一、导入

今年6月5日是第xx个世界环境日，“六·五”环境日的主题是“绿色消费你行动了吗？”，这个日子是为保护地球而确定的。地球是我们的家，也是我们唯一可以生存的星球。多少年来，地球虽然经受了各种磨难，可从来没遇到过今天这样的危机。

二、交流搜集资料

三、诗歌朗诵——《地球妈妈的哭诉》

我是地球，年轻时我身上到处都是绿洲，动物们对我非常友好，他们从来不在我身上进行破坏。我一直青春美丽、容光焕发。而自从有了人类以后，他们就源源不断地消耗我储藏多年的矿产资源、森林资源、水资源、生物资源和我的保护伞——大气层……，使我从来没过过一天的舒心的日子，使我天天处于痛苦之中！

人类口口声声地说我是他们的地球妈妈，可是人类在享用我的资源的同时，也把污染带给了我，随着人口的增加，生产力的发展，人类活动范围的扩大，人类改造我外表的能力越来越大，对环境的影响也日益显著。目前，污染已严重威胁着人类自身的生存。

人们大量的开采矿产资源，没人想到，如果资源枯竭了怎么办？人类严重地污染了我的血液——水，要知道人是离不开水的，缺水会给人带来严重后果，可人们却毫不珍惜，竟把未经处理的工业废水、生活废水及医院污水排入我的各个血液汇集地——湖泊、河流，而水的严重污染，也导致了一些人的死亡。人类还对我的好朋友动物进行大肆捕杀，使许多种类的动物濒临灭绝，人类还大肆砍伐森林，使我由广阔的绿洲变成无边无际的沙漠，这不但使我日益衰老、痛苦，也使生态环境日益恶化。

听了这首儿歌，有什么感想？

同学们，面对地球妈妈的哭诉，面对日益恶化的生态环境，请行动起来吧！做环保的小卫士，共同保护我们生存的家園。

四、交流怎样保护环境？

节约用水、少用一次性塑料袋，绿色购物节能源。

少用一次性木筷，爱护花草树木、节约用电、保护动物

五、活动总结：

我们要保护环境,争做环保小卫士。植树造林，保护地球。只有好好保护地球，我们才能有良好的生存环境。让我们一同为保护地球母亲而努力吧！

班会设计方案篇三

痛过这次班会活动，使学生了解各种法律及安全常识，知道运用法律武器保护自身的权利和利益，同时教育学生懂得什么是犯罪，什么是违法，养成自觉遵守和维护法律，增强青少年同违法犯罪行为进行斗争的意识，培养他们运用法律的能力。

- 1、搜集法制案例
- 2、准备法制小品3个备用
- 3、准备竞赛用的资料
- 4、主持人串词

主持人甲：青少年是祖国的花朵，是新世纪的社会主义现代化建设的未来，提高青少年的法制安全意识，尤其是对即将踏入社会的我们而言是十分重要的。

主持人乙：为了加强我班的法制意识，故以法制知识作为本次班会的主要内容，《法制安全在我心》主题班会现在正式开始。

主持人甲：首先，让我们来听一则案例。（由同学读）

略（同学讨论、发言）

主持人乙：下面请同学们听一则案例《中专生遭抢劫》。（由同学讲读）

王某，15岁，某中学高二学生，一天放学后，和几个同学一起骑车回家。为显示自己车技高人一筹，于是他在机动车道上飞速骑行，遇红灯也不停，因而受到交通警察的处罚。他对此很不满，就带着他的同学去与交通警察“评理”。当他们来到交通岗时，交通警察因忙于疏导交通就告诉王某，有不同意见去找交通队的领导解决，王某却认为，“是你处罚我的，就得找你。”于是他们几个人继续与交通警察纠缠，并多次推搡交通警察。当警察说服教育他们时，他们有无中生有大声喊叫：“警察打人啦！！”引来众多路人围观。由于王某的行为致使交通警察无法执行指挥交通的任务，交通堵塞达数小时，后来王某等人被带到公安局，公安局请来了他们的家长，当着家长的面对王某等几个学生进行了训诫，并处以150元罚款。

主持人甲：听了这则案例，你是否还会有一种疑惑，那些不良少年为什么经常在这家娱乐城附近实施抢劫呢？好了不多说了，请听下一则案例《他们都不愿回家》（由同学为全班讲读）

略

主持人乙：他们为什么不愿意回家呢？难道没有家么？现在我们听听办理此案检查官是怎么说的（由同学为全班讲读）

略

主持人乙：听了又讨论了这么多的法制案例，同学们应该有

所收获了吧!现在就让我们来轻松一下吧,请看小品《钱财外露》。(人物:小钱——张青饰,大林——廖叶平饰,小二——金涛饰,大哥——张亮饰,艾艾——陈静饰,旁白——吴莹)

看完小品同学有什么启发呢?

主持人甲:现在,我们也了解了一些法律安全常识,不如让我来考考大家吧。(出几道竞赛题,由全班同学举手回答,答对发奖品)

竞赛资料略

主持人合:最后,让我们用一首诗来结束今天的班会。(由同学朗诵)

义务教育九年制,有法可依不能搪;

待到年满七岁时,读书求知上学堂。

四有新人一代代,祖国江山成年长。

适龄儿童上学校,法定权利有保障;

社会学校和家长,同样义务莫彷徨。

合理布局设学校,资源整合实力强;

学习环境营造好,人才辈出兴家乡。

学校校舍和场地,国有资产莫乱占;

未经审定教科书,不准教学进课堂。

适龄儿童应入学,不可做工或经商;

雇用童工与法抗，惩处严厉自遭殃。

尊师重教理应当，学校秩序要保障；

惹事生非校园闯，酿成苦果自己尝。

以文育人品高尚，书报影戏宽带网；

扫黄打非不松懈，抵制诱惑别上当。

三、班主任发言

四、主持人宣布班会结束。

班会设计方案篇四

1、学生提前一周自查身边的安全隐患有哪些，并排演小品等节目。

2、选好主持人，并加以培训。

表演、讨论、实践等。

(一)(主持人上场)在优美音乐的伴奏下，男主持人：朗诵《请安全地走》(感情充沛，引入主题)；女主持人：《请安全地走》道出了我们共同的心声，说出了我们共同的心愿。

(二)请同学们就如何增强我们的安全意识和自我保护意识发表自己的见解。(学生讨论，并提出自己的独到见解。)

(三)介绍我们班在今后要做的工作，提醒同学在日常生活中应做的几项内容。

1、宿舍安全问题

检查书柜等宿舍设施，注意安全用电、防火、防骗、防盗，落实宿舍零汇报制度，禁止夜不归宿。

2、饮食安全问题

3、活动安全问题

4、文明交往教育，防止意外伤害、修身明德、洁身自好。

文明交往包括；(1)和文明人交往(2)和文明人的文明交往

要求全班同学提高修养，修身明德，倡导同学间的文明交往。杜绝打架等威胁生命安全的行为。

5、考勤——安全的保障

6、严格管理保障人身安全，财务安全。各个宿舍要清除危险物品，高处一柜物品摆放整齐，以免砸伤。保管好自己衣物，宿舍关好窗，防治盗窃。

7、各个宿舍要严格落实学生零汇报制度和请消假制度，各个社长按时通报学生晚间归宿情况。并把晚上熄灯前把未归宿人数告诉班长，“杜绝夜不归”宿现象。宿舍长要做好考勤工作。

8、加强安全意识：注意自己的“人身安全、财物安全”。

9、班委、党员和入党积极分子要以身作则。

10、由人离校时必须向辅导员写书面报告。

内容包括：离校时间、去向、返校时间、联系方式，并且确保按时返校。

(四)“排除隐患，珍爱生命”，请班长宣读呼吁书。

(五)总结：俗话说“隐患险于明火，防患胜于救灾”。通过这次的班会，同学们对隐患的排查都有高度的认识，通过本次班会，让每一位同学都意识到安全对我们来说是多么的重要，生命对我们来说，是多么的珍贵。本次各班安全教育主题班会，对加强大学生的纪律观念和安全意识，提高安全防范能力，保证学生正常的学习生活秩序，更好的促进我院学生的健康成长和成才有重要意义。愿我们的生活每天都充满阳光和鲜花；愿平安永远着伴随我们大家！

班会设计方案篇五

1. 让学生知道时时刻刻都要注意安全。
2. 人人树立起安全意识，养成相应的行为习惯，远离危险，珍爱生命，健康安全地成长。
3. 通过活动使学生懂得安全的重要性，学习有关安全知识，把“安全”牢记心中，做安全知识的小宣传员。

1. 搜集与自己关系较密切的各方面安全知识。
 2. 让同学朗诵《小学生安全常识歌》。
- ### 三、活动过程

1. 情境导入

女：生命是宝贵的，因为对于每个人来说，生命只有一次。生命是顽强的，也是脆弱的，因此我们必须关爱生命。关爱生命就是要尊重生命，对生命负责任。

主持人男：是啊！我们每个人都有资格享受愉快的生命，但生命的遭遇往往是意想不到的。

2、看课件：

植物，人，安全标识，交通安全知识。

3. 远离危险，远离事故篇。

师：学生交流搜集到的一些因不重视交通安全而造成伤害事故的例子。

交通安全知识竞猜。

男：驾驶自行车、三轮车的年龄是多少？必须年满计周岁—12周岁

女：《道路交通安全法》对保护行人通行有哪些具体规定？——机动车行经人行横道应减速行驶；在没有交通信号的道路上，机动车要主动避让行人。

师：交通信号有哪些种类？常有的有哪两种？——指挥等信号、车道等信号、人行横道灯信号、交通指挥信号、手势信号，常用的有指挥信号、手势信号。

3、交通安全歌：

4、师：考考你：

在屏幕出现问题：

活动总结：通过今天的“关爱生命，快乐成长”主题班会，大家已认识到关爱生命，快乐成长的重要性。希望能通过这次活动进一步增强我们的安全意识和自我保护意识。让安全系着你、我、他；愿我们的生活每天都充满阳光和鲜花；愿平安快乐永远伴随着我们大家！

聆听：《祝你平安》歌曲

班会设计方案篇六

校园安全应从你我做起。校园意外事故频繁发生，所以校园安全应引起我们全班同学的高度重视和警惕。

让同学珍惜自己的生命财产安全，并保护自己的生命财产安全，是我们开展校园安全教育的一个目的，但绝不是终极目标。我们策划的本次安全教育班会是要感染每一个人使之成为一个拥有自信，充满想像，富有爱心的人，同时具备防范意识的人。因此，我们在品德教学中还有一个目标是塑造学生的防范意识，懂得珍惜生命财产安全。

自动化xx班

**4.18

6栋705教室

第一、我们同学都要有高度的安全意识，充分认识到安全工作的重要性和紧迫性。若发现有安全隐患，要及时向学校汇报，防患于未然。

第二、要注意寝室安全。同学之间要互相帮助和互相支持，在寝室里快乐，开心的生活，留意陌生人进出寝室。能够做到出寝室落锁，关电关水，防止寝室贵重物品丢失，钱财、手机等物品随身携带。（其中列举身边的电脑、手机、钱财被盗等事例，学校部署的公寓管理的条例并着重介绍大学生出现生命财产丢失的原因，和预防措施）

第三、在各项运动中要注意运动安全。上体育课和课外活动前要充分做好准备活动，运动时不要剧烈碰撞，以免撞伤或摔伤。

第四、要注意食品卫生安全。建议大家中午最好都在学校食

堂就餐。

第五、要注意教室的安全。学生上课离开本班教室一定要关好门窗，不能给小偷有可乘之机；上下楼梯注意有序慢行，去食堂宿舍也要注意不能奔跑。还有要节约用电，教室无人时要及时关灯。

七、班会总结：学习和生活在“象牙之塔”中的我们也难免会面对各种危险。今天就身边可能遇到的几种常见的安全现象作一简要介绍，目的在于帮助大家进一步提高安全防范认识，掌握安全防范知识，加强自我安全保护，积极参与学校安全管理，共同维护和营造学校安全稳定的发展环境，才能体现“安全教育，防范于未然”。

班会设计方案篇七

依据初二学生的自我意识的提高，作为未成年人，他们在自我认识、自我评价、自我监督、自我改正方面有较大的不足，因此在面对中考的成绩后出现部分学生不能够正视自己的问题，与父母、老师的关系紧张，不能及时调整自己的状态，针对这一情况，通过课前的准备，利用主题班会，使同学们能充分认识自身存在的问题，合理处理好与老师、家长的关系，在此基础上能进一步超越自我，从而以更好的状态迎接期末考试。

教学准备：

- 1、了解和分析中考的情况，将存在问题进行归类。
- 2、筛选一些诗歌等内容和一些事例。
- 3、了解学生的心理状况和对未来的倾向，对症下药。

教学时间：

12周周一下午第8节

教学过程：

一、引入[中考分析]

成绩情况、目前表现现状

二、存在问题

1、不能正确认识自我

古希腊人把“能认识自己”看作是人类的最高智慧。“认识自我”这句镌刻在古希腊德菲尔城阿波罗神庙里唯一的碑铭，犹如一把千年不熄的火炬，表达了人类与生俱来的内在要求和至高无上的思考命题。如今，随着社会的不断发展，人们对于自我认识的程度，对其自身发展而言，尤显重要。北宋文学家苏轼写到“不识庐山真面目，只缘身在此山中”，你们十四、五岁了，总以为自己已经长大，能够主宰自己的一切了。但是你们却很少分析自己到底是一种什么样的状况，不了解自己，就没有一个准确的目标，就难以提高。

2、对父母的教导产生抗拒心理

3、不愿意接受老师的教育

自从你们上学起，就离不开老师这个词。小学时，你们将老师当作是引路人，循着老师的足迹前进。上了中学，你们成熟了，不再事事以老师为中心，自己成了自己的主人。老师的教导在你们的耳朵里渐渐成为一种唠叨，偶尔的批评与斥责也让你们产生不满的情绪，其中就包含着对立。

4、不够自信

爱迪生曾经说过：“自信是成功的第一秘诀。”缺乏自信，就

像鸟儿失去了翅膀，鱼儿离开了水源，树木缺少了阳光，拥有自信而成功，缺乏自信而失败。例如：1951年，英国一个叫弗兰克林的人，从自己拍好的dna的x射线衍射照片上发现了dna的螺旋结构。随后，她还就这个问题做了一次演讲。但由于对自己缺乏信心，她怀疑自己的假说未必正确，因此很快就放弃了这个假说。1953年，美国科学家沃森和英国科学家克里里克，也从照片上发现了dna的分子结构，提出了著名的dna双螺旋结构学说。有人把此学说的提出看作是生物学时代到来的标志。沃森和克里里克也因此获得了1962年的诺贝尔奖。

5、不重视基础的学习

许多同学好高务远，课本上的、简单的、基础的内容和习题不屑去看和做，但考试恰恰就是在细节上和基础上的竞争，一些同学常常说：“我做了那么多的习题，看了那么多的课外书，怎么就是考不好？”其实就是不重视基础的训练和塌实的作风。

三、各抒己见，解决问题

同学发表看法和对问题的理解??

四、教师总结

大家谈的很好，最后老师给大家几个建议：

1、 正视老师、家长的批评和教育，主动进行沟通和交流，不把问题留在心理。

3、要不断地鼓励自己，保持自信，最后，送一首诗《为自己喝彩》

也许，

你想成为太阳，
可你却只是一颗星辰；
也许，
你想成为大树，
可你却只是一颗小草；
也许，
你想成为伟人，
可你却只有平凡。
但是，
星辰也有动人的光芒，
小草也有强健的力量，
平凡也能演绎生命的乐章。
为自己喝彩，
喝彩出学习的万丈激情，
喝彩出前进的不竭动力，
喝彩出人生的绚丽篇章。

班会设计方案篇八

主要内容：《高三应如何渡过?》包括《高三是什么?》，

《高三意味着什么?》及高三常规要求。后续《高三三个阶段的划分和重点》，即一二三轮；《高三苦，但苦到尽头方知甜》，高三是人生的转折，是紧张的，充实的，是富有挑战性的，也是一个人坚强的毅力和顽强生命力的形成的重要阶段，也是一生中最美好的回忆阶段，因为她是成功与挫折，喜悦与悲伤的混合体；《一年后相见，几家欢喜几家忧》，督促学生勤奋学习。通过这几个班会，让学生心理上有所准备，以便投入到高考的备考中去。

教室文化是指教室全体成员创造的独特文化要素和学习方式，她可以从思想、观念上来规范学生的行为模式，她可以从氛围上来陶冶学生的情感，让学生真正的认识到什么是：真、善、美。

制订的具体方法：

(1)美化教室，营建教室文化。我们的教室文化是“严谨规范，专心实干”“自强不息，厚德载物”。

(2)组织活动来烘托教室文化

“第二起跑线”，“开心辞典”，“幸运52”，这样教室就会形成一种独特的文化底蕴，呈现出强大的活力，全体师生都会自觉的向着教室目标奋斗。切忌用一些条条框框去束缚学生。也就是说不能强制学生一定那样做，而是让学生感觉应该那样做。

要以情动人，以理服人，以境促人。告诉学生，只要你们用心、主动地去做好每一件事就行了。

制订目标很重要，任何一个群体如果没有目标，就不能成为一个统一的整体(学校、企业等等)，所以每一个学生也要有自己的奋斗目标。

我的做法：让学生制订目标，贴在教室里面。目标包括：理想中的大学，对自己说的一句话，各科要达到的成绩目标。

主要的内容有：《学习要科学用脑》，即要形成有规律的生活，吃好、睡好、休息好、锻炼好，然后学好。事实上一些状元，他们都具有优良的生活、学习习惯。《学习方式大家谈》，给学生找一些状元的学习方式，让同学们相互交流，集思广益。尤其是考试后，受到挫折的学生经历了这样的系列班会后，心理得到了调整，走出了失败阴影的他们将会带着一份坚强，一份执着又信心百倍地上路了。

进行一次眺望大学的理想教育。理想是人生的航标，学生如果没有理想，就好比舰船在大海里航行而没有方向在现行高考体制下，通过提高学习能力实现全面涨分，通过提高高考成绩升入理想大学，成为当今我国众多学子在高中阶段奋斗的方向。

实践证明，在学生刚刚迈进高三门槛之时，进行恰当的理想教育是非常必要的教室领导可以利用计算机制作课件，用投影仪播放国内外名牌大学的美丽风光，激发学生对美好未来的向往可以在网络上搜集名牌大学相关介绍文章，印发给学生，让学生从自己的实际和爱好出发挑选出喜欢的学校和心仪的专业一旦学生内心有了梦想，就为青春的航船树立了航标，就能转化为坚持不懈的行动，为实现梦想而主动奋斗，为高三一年的学习打下基础在现实的理想教育中，国家211工程院校发生的大事，985工程的详细解读大学综合排行榜的变化等资料都非常受学生关注，均可成为理想教育的最好素材教室领导还应精心制作迎战高考目标激励卡，要求学生响亮地写上自己心目中的大学并张贴于课桌显眼处，时刻激励自己不断前行。

主要内容：《从倒数第一到哈佛》《哈佛的魅力》《北大走来贫穷的“林氏三兄弟”》，让他们明白：成功的桂冠是用荆棘编织而成的。我常让我的学生：蒲成川、邹良强、李岩、

郑雷亚，以及山大的二十多个学生来我们班与学生交流，几乎每一次全班的同学都发出惊叹声，随之便是一系列的发问，从榜样身上他们看到了自身的希望。从某种意义上来说这是一种高层次的教育，如果学生进入这种境界，我想大家自然会知道答案。

主要内容：电影《长征》、《冲出亚马逊》，还有比尔·盖茨的创业，张瑞敏与海尔，松下幸之助成功之道等。

把握住时事：“神舟七号”发射成功，奥运会中女排夺冠，中国自然科学百万元奖授与仪式，中央电视台二套的“面对面”、“超越大舞台”、“东方时空“等等，只要我们老师多留心、多搜索，这些都会激发学生的斗志，加强学生的品德修养，使他们胸怀报国之志，为学生的一生产源源不断的动力。

班会设计方案篇九

1、认知：通过本次主题班会，使学生了解挫折在人生路上的不可避免性；提高挫折的承受力，掌握对待挫折的正确方法。

2、情感：使学生树立信心，让挫折成为自己向上攀登的垫脚石。在遭遇挫折时，能善待挫折，努力战胜挫折，做生活的强者。

3、行为：通过讨论发言，使学生能够正确对待挫折，提高抗挫能力，掌握正确对待挫折的办法。

一、认识挫折

1、导入：在生活中，我们常常祝愿他人万事如意，心想事成，一帆风顺等等，但是恐怕并没有人真的相信能够象他人祝愿的那样，那些祝福只是人们良好的愿望而已。在现实中，每一个人的生活道路都不可能是一条笔直、宽阔、平坦的大

道，总是布满坎坷与荆棘。坎坷在每个人的生活中都存在着，只不过或大或小罢了，它们就是我们平时所遭受的挫折。

2、 个案分析

1918年，13岁的高士其以优异的成绩考入了清华留美预备学校，学校授课全部要用英语，可高士其入学时只懂一点英语。入学时，除了英语他的各门功课都特别突出，学校特准他一入学就跳了一级，怎么办？他不懂英语，是无法听课的，时间一长，各门功课都有要落下来。少年高士其遇到了人生中的第一次较大的考验，可以说这是遭受的第一次挫折。但高士其没有退缩，没有等待，没有犹豫，他是个迎着困难上的人。他把英语单词记在一个小本子上，每天清晨一起床就背。有些单词发音不准，他就用家乡福建话注音，就这样他硬是把一个个单词背下来了，经过半年的努力，他竟然获得了英语优等奖章，而且接着又开始自学起法语和德语来。

3、 组织学生讨论：

(1) 少年高士其遇到了什么问题？他是怎样对待的？

(2) 你在生活中有没有遇到相似的经历，你是如何对待的呢？

二、了解挫折

1、 谈谈同学心目中的能算得上“挫折”的事例

每个人都有他自己的人生理想，有一个奋斗的目标。有志者总会不断地努力，向着自己的人生目标迈进，但在奋斗的过程中，总难免遇到这样或那样的挫折，挡住你前进的脚步。在这种情况下，人们就会产生不安、失意等情绪体验，并伴随着相应的外部行为反应，这就是挫折。

2、 分析挫折可能产生的原因。（学生讨论）

师总结：有自然环境和时空限制，人的生老病死、天灾人祸造成生离死别，同学之间的矛盾、家长和老师的理解，人的容貌、身材、体质、能力、知识水平等的限制，这些因素都有可能导致挫折。

三、感受挫折

1、请同学具体谈谈自己所经历的一些挫折及受挫后的反应

师：同学们在现实生活中也会遇到来自各方面的挫折，请同学们谈谈自己遇到的挫折故事，并谈谈受挫后的反应如何？

生：（积极发言）

2、请同学谈谈伟人或名人是如何对待挫折的。

3、谈谈古今中外因为受挫而一蹶不振的事例。

四、善待挫折

1、善待挫折

过渡：由上面的讨论，同学可能会发现，同样的挫折，不同的人，不同的心态下往往会有不同的结果。谁能说一说，遇到了挫折后我们应如何对待呢？ 生：（讨论）

师：对挫折要有正确的认识和心理准备，要培养坚强的意志，还要多与人交流。

2、师生共同探讨善待挫折的方法。

师：我们在遇到挫折后，会用哪些方法对待呢？

生：写日记、听音乐、打球、购物等等。

师：渲泄法、音乐疗法、转移注意法。

挫折是人生的一笔财富，从某种程度来说，它是我们事业成功的基石。经历挫折，可以磨炼我们的意志，可以促使我们去学习更多的知识，迎接更大的挑战。

五、欣赏歌曲，并寻求榜样的力量，战胜挫折。（《真心英雄》）

1、 欣赏歌曲，并感悟其歌词的涵义

师：我们同学都喜欢遇挫折有承受力的人。那么我们也不必怕挫折，刚才歌中唱得好“不经风雨怎能见彩虹”讲出了：人必须经历挫折，才能培养出坚忍不拔的抗挫折能力，要勇于正视挫折，磨炼自己，才能取得成功。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。

2、 请同学列举一些虽遭挫折但顽强抗争，最后取得成功的典型事例，以激发其战胜挫折的斗志。

3、 即兴演讲表心愿

六、结束语

班会设计方案篇十

结合各种节能活动开展综合实践活动。通过活动，让学生认识在自己的身边有许多浪费资源的现象，了解这种行为的危害。知道“节约从我做起”，养成勤俭节约的好习惯。

1、 学生分组在课前准备资料；

2、 推荐主持人、各节目演出人员、道具制作等。

1、 主持人宣布活动开始。

主持人（齐）：同学们、老师们下午好！

主持人（男）：我是***。

主持人（女）：我是***。

主持人（齐）：301班《勤俭节约、保护环境》主题班会现在开始。

主持人（男）：同学们，现在我们的生活富裕了。我们可以穿上漂亮的衣服，背上书包高高兴兴到学校学习。

同学却不懂得珍惜现在的幸福生活。下面请看小品《小明的晚餐》。

主持人（男）：同学们，看完《小明的晚餐》之后你们有什么想法？

主持人（女）：同学们我们一起来背一下好吗？《悯农》预备起：锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。

主持人（男）：我想我们很多同学都是能明白其中道理的。我们应该珍惜农民伯伯辛辛苦苦用汗水换来的粮食，勤俭节约的好习惯和好传统我们应该继承和发扬。

主持人（男）：***，你知道《小学生日常行为规范》第8条吗？

主持人（女）：《小学生日常行为规范》第8条是：爱惜粮食和学习、生活用品。节约水电，不比吃穿，不乱花钱。

主持人（女）：我们班级曾经发生过一些不文明的现象，每天午餐，许多同学没吃几口就把整盘饭菜倒掉。

主持人（女）：有的同学“眼睛大肚子小”，以为自己可以

吃很多，一开始盛的饭很多，结果剩下的只能倒掉了。

主持人（男）：更有很多同学吃饭没心思，光想着快点吃好，可以玩了，或者边吃边说话，见到其他同学走了，自己也不吃了，都倒掉。我们应该改正这些坏习惯。

主持人（女）：这正是我们的祖祖辈辈以勤俭节约的精神，艰苦朴素的作风度过了战争时期、生活困难时期，坚持着这一传统美德，在新时期创造了祖国的巨大成绩。

主持人（齐）：可以说：没有昨天的节约，就没有今天的富裕；没有今天对勤俭节约的继承和发扬，也将不会有祖国明天的更加繁荣和富强。

主持人（男）：除了要节约粮食，我们还要节约什么呢？

一个化装成铅笔的队员，伤心地说：我是枝铅笔，我已经100多岁了，我生在森林，长在工厂，我心甘情愿为小学生服务。谁知道主人不爱惜，我还剩下一大截，丢了也不知道。同学捡起交给老师，老师问起没人要。我好伤心啊！（哭~~~~）

主持人（男）：听了我们学习上的好朋友铅笔的伤心事，你有什么想法吗？

主持人（女）：（点名请生说说想法。）

生1：我认为同粮食一样，各种学习用品和生活用品我们也应该节约使用。现在的学习用品，样式众多，琳琅满目。有的同学面对两块很好看的橡皮，面对三支特别的铅笔，因为难以取舍，所以统统买了下来，也不考虑自己是不是真的用得着。也有的同学几乎每个新学期开学都要家长给买个新书包。我认为着也是资源浪费。

生3：我觉得：我们要节约每一滴水，坚持做到随手关好水龙

头、生活用水循环使用。虽然水——天上、地下、江湖海里都有。对于节约用水，同学们总觉得不如节约别的东西那么重要。有的同学开水龙头、洗脚、洗毛笔，有的同学一喝开水，而是嘴对着水龙头喝自来水，水声哗哗，一点也不心疼。水，真的不值钱吗？节约用水真的不重要吗？其实，全世界的水百分之九十三是咸水，不能喝。淡水只占有百分之七，而能喝的水只有百分之零点八。全世界五十亿人口，就靠饮用这只占百分之零点八的淡水，看，水多可贵呀！

生4：我们还要节约每一度电，坚持做到随手关灯、合理使用多媒体。我们每天的生活都离不开电。有了电，机器可以转动，能织布，能灌溉；有了电，电灯会亮，收音机会响，电视机屏幕能出现图像；有了电，就能通电话、发电报……电的用处多么大呀，所以我们首先要养成随手关灯的好习惯，不论是学校的还是家里的电灯，不用就要随手关掉。电脑不用也要关掉。另一方面还要注意用电安全。

生5：我们要节约每一张纸，坚持做到作业纸双面使用、多用手帕少用纸巾、把旧教科书送给有需要的小伙伴等；也可以把用过一面的纸，尽量翻过来再用，每用5000张就是保护一棵3米高的大树呀。

主持人（男）：同学们说得很有道理，现在很多人的行为既浪费资源又污染环境，正因为这些行为，地球妈妈生病了。请欣赏小品《地球就诊记》。

主持人（齐）：地球妈妈病了，我们的心好痛，地球是我们的家园，保护地球是我们全人类的共同责任，我们作为祖国未来的主人，我们应该行动起来，从我做起，从现在做起，从节约资源保护环境做起。

主持人（齐）：301班《勤俭节约、保护环境》主题班会到此结束，请每一位同学以此为契机，深刻反思自己的行为，写一篇周记，并以实际行动让我们班会传达的精神延续下去。

我们带地球妈妈谢谢大家！