

# 2023年友谊班会内容 高中班会方案(优质7篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 友谊班会内容篇一

2、引导学生树立在高三复习时期的良好学习心态；

3、通过交流学习心得与方法，使学生能从中改进自身学习方法。

20xx/x/x

高三（8）班

班长

（一）教师致词：

高三，也如高山，用一年的时间攀登一座精神的高山，回头看时就会发现并非高不可攀，人生总是在翻山越岭，高考只是其中一座横跨在走向人生一个新的认识转折点的山，你们的人生还没走完，又如何知道高考是最高的那座山呢？在高三面前，有人胆怯了，有人迷惘了，有人失败了，甚至是倒在了高三的脚下，再也没有爬起来，要达到高山就要有一个好的开始做准备，调节好心理状态，风景总在高处！

（二）展望风景

播放大学近三年的精选相片视频（题材包括大一军训、徒步前往黄埔军校、校运会、大学中秋晚会、比赛、春秋游、庐山内蒙古实习、上海海南的寒假经历、三下乡等）

教师：大学不光是获得专业学科知识，职业技能的场所，更是人生丰富多彩的经历的一道亮丽风景。高考的脚步刚刚离去，又到了几家欢喜几家愁的时候。还记得三年前的这个时候，我和所有高三学子一样怀着忐忑不安的心情，为自己的小小未来担心着。

学生发表感受

（三）登高望远

（四）互动交流

与学生交流个人的学习方法与经验，希望学生从中受到启发。

（五）结束：希望同学们始终以坚定的斗志，旺盛的精神迎战高三的复习，我一直认为，高三是踏遍青山人未老，风景这边独好！

## 友谊班会内容篇二

20xx年12月任意班会课

高一(n)班教室内

高一(n)班全体同学

40—60分钟

（一）活动准备

会场布置：

分组：全班49人共分五组，前四组每组10人，第五组9人，男女混合，自由搭配。每组选一名组长在必要时维持秩序。

各组准备：每组准备一份沙拉酱。必要的餐具(刀，盘子，筷子等)。

个人准备：每位同学准备一支笔并在当天各带一份事先准备的礼物，由策划人员统一编号后放在圣诞树下。

主要过程：在周五下午第二课(物理)结束后，同学收拾自己的物品，按策划人员指示将桌椅合并，每组6—8张桌子(视实际情况而定)拼在一起，各组成员围绕桌子坐一圈。

## (二) 活动主要流程

内容一：布置教室(花费时间：10分钟《课间》)

内容二：待一切准备妥当，主持人致辞，宣布活动开始(花费时间：1—2分钟)

内容三：第一轮游戏争取制作沙拉的食材(花费时间：10—15分钟)

内容四：各组将游戏得到或后期分到的水果蔬菜制作成沙拉，在制作过程中由抽签的形式请同学到场中做游戏，参与同学可得礼物一份(花费时间：15—20分钟)

内容五：每组同学将制作好的沙拉放到台上展示，展示完毕后给予一定时间食用沙拉(注：必须吃完，原因见备注三游戏一部分)(花费时间：5—10分钟)

内容六：在内容五进行时，由负责人拿盒子到台下给每位同学抽签(抽签盒内有49张纸片，分别标有数字1—49，每个数

字代表已编好号的礼物)(花费时间：略)

内容七：同学凭抽到的数字领取礼物，为了避免场面混乱或损坏礼物等情况，同学坐在座位上，礼物由专人发放(花费时间：5—10分钟)

内容八：在内容七进行时，由负责人到台下发放卡片(每人一张)，同学在拿到卡片后用事先准备的笔将自己的愿望写在卡片上(花费时间：略)

内容九：在内容七结束后，大家将写有自己愿望的卡片挂到圣诞树上(花费时间：2—5分钟)

内容十：圣诞老人(人选另定)背包进入班级，发放糖果(花费时间：3—5分钟)

内容十一：主持人宣布活动结束，同学将桌椅按教室原先摆放情况重新排放。

## 友谊班会内容篇三

高中生活就是那么短暂的三年，如果不能好好计划、不会好好珍惜，我们心中所有的理想和憧憬都会无情地破灭，我们将像空袋子一样，难以立足于将来充满竞争和挑战的社会。读书虽苦，但就像咀嚼橄榄，是先苦后甜。只要认真、踏实，相信我们一定回拥有一个灿烂的明天!同学们，让我们相约，三年的高中生活，扎扎实实打造一个美丽的大学梦想。

一、主题班会名称：我的高中生活

二、班会背景：开学两个月以来，学生初步感受到了高中生活的紧张和快节奏，大部分学生对高中生活表现出不适应，但每一个学生都不愿意在这样一个新的开始就掉队，同学们都很努力，班级已经形成积极向上的气氛，但是也有部分同

学由于自己的性格以及家庭方面的原因，还没有很快的适应这个班集体。另外12月、1月份过生日的同学很多，为了避免平时生日的铺张浪费，让学生过一个特殊、简朴而有意义的生日，特别召开此次主题班会。

### 三、班会目的：

1、通过主题班会，学生能明确高中生活既是快节奏紧张的，更是温馨美好的。同时，也能初步认识自身，彼此了解同学，为高中生活奠定良好的基础。

2、通过主题班会，学生进一步理解高中生活的新起点同时也是人生的新起点，要好好把握；同时，每个人都能感受到班级作为一个班集体的团结和凝聚力，营造出一个积极向上的、良好的学习、生活的氛围。

1、请全班学生参与，每人以我的创意班会为题，写一篇学生自己心中比较向往的主题班会的周记。很多同学有较好的点子，经过筛选，定下本次活动的主题为集体生日。

2、要求学生在休息日时亲手制作(不提倡买)一个小礼物，一方面培养学生动手操作的能力，另一方面为生日会的互赠礼物环节做准备。

3、召开班干部会议，讨论生日会的具体流程，广泛采取同学很多创意想法。

4、成立主题班会主创人员策划会，具体负责各项准备工作。

五、班会过程： 1、布置会场，同学进场，递交自己的礼物。

2、主持人致词，介绍领导嘉宾，班会开始。

3、以小品形式进行串联。

4、游戏：心有灵犀一点通 游戏介绍：每组派两个人，猜班级同学的名字，一个人比划，一个人猜。 游戏意义：通过游戏，让大家更进一步了解同学的特征，增进同学之间的感情。

5、游戏：青春滋味 游戏介绍：每组派一名代表尝试酒醋盐糖等，做面部表情，让另外一组猜。最后主持人访谈表演者，说出在高一5班的与所尝东西相同滋味的故事(酸甜苦辣)

6、游戏：爱拼才会赢 游戏介绍：每组派三人，用两脚捆绑，即三人两腿，看谁能最早拼好一五这个字，爱拼才会赢。

游戏意义：讲究团队合作，体现本班的团结协作精神，让同学在游戏中增强集体荣誉感。

7、送礼物

8、访谈：话说咱们班 内容：请出在12月、1月的小寿星，共同祝愿，祝福我们班。

9、共唱：点蜡烛共同祝愿，共唱心中的同一首歌。

## 友谊班会内容篇四

吕：紧张的期中考试已淡出我们的记忆，但我要提醒同学们不能忘了期中反思。因为通过反思，大家才可以发现平时学习上的不足与缺陷。

陈：考试就像捕鱼，每一次考试你都会发现鱼网上的漏洞，经过一次次的修补，一次次的捕捞，在中考的时候，你的知识与能力编成的鱼网一定已经是牢不可破的。

吕：这次期中考试，我们每一位同学都经受了失败、痛苦和成功的洗礼，得到了磨练、反省和升华自我的机会，这正是我们的收获。

陈：但是，我们也要正确面对考试成绩。“不以物喜，不以己悲”，胜败乃兵家常事，对于一次考试的成功，我们不能盲目乐观，无论是谁，都不可能完美无缺，也许你还有许多弱点和缺点没有暴露，每份试卷都会有不同的结果。应该说，良好的开端是成功的一半，那另一半就是你要善于总结，不停地拼搏。

吕叶：假如你还一直陶醉在暂时的幸福中，失败只是迟早到来的结局。在顺利登上理想的彼岸之前，不轻言成功，这才是我们应取的态度。虽然我们是一棵小草，但汇聚在一起就能放草萋萋，也能成就大树的辉煌期中考试班会主持词期中考试班会主持词。俗话说得好：工欲善其事，必先利其器。为了我们更好地发展自我，我宣布期中总结主题班会现在开始。

首先请我们的班主任唐老师给我们总结半学期来的情况，大家欢迎。

陈：人生道路有风和日丽的日子，也有阴雨连绵的岁月。但别忘了审视自我，有时审视自己是为了更好的赶路。请学习委员吕叶同学的心声《人应学会审视自己》，掌声有请。

我们是一群艰辛的跋涉者，背着干瘪的行囊，踏着坚实的步伐，追寻荒漠中的绿洲。如梦的驼铃，荡出我们干涩的歌喉；似火的烈日，炙烤着油黑的脊梁。可我们无悔，因为我们已习惯低头默默前行，不管风雨，不论荆棘。但如果一味前行只能带来失败和痛苦，何妨果断停下来，退几步，重新审视眼前的局面，再作选择。有时候，往前一步是黄昏，退后一步是人生。

吕叶：往前一步是黄昏，退后一步是人生，说得多好啊！就让我们停下匆匆的脚步，重新审视自己。请听何飞同学心声：即使最后也别放弃。

陈：光靠鼓励不够，还得靠努力。薛松同学自有自己的独特体会，掌声有请。

吕叶：仅仅努力还不够，必须竭尽全力。这次期中考试班级第一名的许正东同学如是说，有请。

陈：授人以鱼，不如授人以渔期中考试班会主持词主持词

苦干加巧干，等于胜利的风帆，无数成功者向我们说出了学习方法的重要性。让我们静下心来聆听成功者的心声。——《名言警句》（学生自己看）

吕叶：他山之石，可以攻玉。此时的我们急需恰当的学习方法，如果没有好的学习方法，就等于是想回家却不知道怎么走。所以，我们要善于向他人学习，以谦卑的姿态去聆听其他同学的心声。

## 友谊班会内容篇五

教学目的：1. 让同学了解诚信。2. 使同学在生活中做到诚信。

实施步骤：

一、由班长朗诵一段话，引入班会课主题。

诚实，即忠诚老实，不隐瞒自己的真实思想，不掩饰自己的真实感情，不说谎，不作假，不为不可告人的目的而欺瞒别人。守信，就是讲信用，讲信誉，信守承诺，忠实于自己承担的义务，答应了别人的事一定要去做。忠诚地履行自己承担的义务是每一个现代公民应有的职业品质。因为《中学生日常行为规范》中特别规定：中学生应该守信，答应别人做的事要按时做到，做不到时表示歉意。我们今天的班会课主题：“诚实守信”。



## 二、主持人：

21世纪是信息社会，信息化浪潮汹涌而至，加速推进信息化进程已成历史必然，而社会的全面信息化又是建立在良好的社会诚信体系之上，没有诚信，信息化无从谈起。

那什么是诚信？

诚，即真诚、诚实；信，即遵守承诺、讲信用。诚信的基本含义是受诺、践约、无欺。通俗表述，就是说老实话、办老实事、做老实人。人生活在社会中，总要和他人及社会发生关系。处理这种关系必须遵守一定的规则，有章必循，有诺必践；否则，个人就失去了立身之本，社会就失去了运行之规。

诚实守信是中华民族的传统美德。几千年来，“一诺千金”的佳话不绝于史，广为流传。

三、由同学\_\_为大家讲述《曾子杀猪》的故事。

在我国古代就有很多诚信的小故事，如“曾参杀猪”示诚信。

曾参，春秋末期鲁国有名的思想家、儒学家，是孔子门生中七十二贤之一。他博学多才，且十分注重修身养性，德行高尚。

有一次，他的妻子要到集市上办事，年幼的儿子吵着要去。曾参的妻子不愿带儿子去，便对他说：“你在家好好玩，等妈妈回来，将家里的猪杀了煮肉给你吃。”儿子听了，非常高兴，不再吵着要去集市了。

在我们的生活中，老师，家长在我们很小的时候就给我们讲了许多诚信的小故事。诚实是一种作风，一种实在，一种可靠。诚挚，严谨的的做人做事自然磊落，落地生根，一言既出，驷马难追。那种准则的含义已超出了本身，而带着光彩

的人类理想和精神，正气蕴在其中。

主持人：

时代的进步推动着观念的更新随着社会主义现代化的发展，社会生活巨大而深刻的变化赋予诚信这一传统美德日益丰富的时代内容，也促使人们对诚信的理解从伦理道德的范畴提升到制度建设的层面，诚信不仅是一种品行，更是一种责任；不仅是一种道义，更是一种准则；不仅是一种声誉，更是一种资源，就个人而言，诚信是高尚的人格力量；就企业而言，诚信是宝贵的无形资产；就社会而言，诚信是正常生产生活的秩序；就国家而言，诚信是良好的国际形象。

接下来请同学们讲讲古今中外“诚实守信”的故事

1、应该从小讲诚信。2、一壶水的故事3、孔子的取舍

4、吴起言必信5、宋庆龄6、卢梭的忏悔

四、互动环节：

分组讨论问题

问题1诚信是一种理想化的美德，现实生活中做不到，讲诚信者往往吃亏，这种说法对不对？请谈谈你的看法。

问题2有人认为，自己是讲诚信的，但别人不讲，我也只好不讲了，这种说法对不对？请谈谈你的看法。

问题3应该在哪些方面做到诚信？

问题4诚信应如何培养？

五、诚信格言大比拼

1. 人而无信，不知其可也。（孔子）
2. 民无信不立。（孔子）
3. 人背信则名不达。（刘向）
4. 如果要别人诚信，首先要自己诚信。（莎士比亚）
5. 诚实是人生的命脉，是一切价值的根基。（德莱塞）
6. 失去了诚信，就等同于敌人毁灭了自己。（莎士比亚）
7. 诚实的人必须对自己守信，他最后的靠山就是真诚。（爱默生）
8. 不宝金玉，而忠信以为宝。（不要把金玉当成宝物，而忠诚与信用才是宝）
9. 华而不实，耻也。（只开花不结果实，令人感到羞耻。）  
石为之开裂。）
11. 君子诚以为贵。（有修养的人把真诚看得非常重要。）
12. 身不正，不足以服；言不诚，不足以动。（行为不正的人，不让人服气，言语不诚实的人，不必与他在一起共事）
13. 受人之托，终人之事。
14. 言必信，行必果

## 六、互动环节：

有关诚信的小游戏。

请同学发表感想。

诚信，对于人类，或者，说得具体一点，对于我们每一个个体，都是极其重要的为人准则。诚信之于生命，正如同珍珠之于贝壳，那么晶莹剔透而凝重；如月亮之于夜幕，那么明亮皎洁；如山雀之于森林，那么生机盎然。这凝重，这皎洁和这盎然的生机，一直被诚信的美德所带领着、引导着、感动着。

不能忘记《皇帝的新装》里的那个小男孩。那天真的话语和发自内心的真言，曾一度令我惊诧而感动。很多时候，我们往往会被外在因素所左右，还不如一个小孩子那般诚实如一。

是啊，诚信的力量塑造了多少优秀的自我，它已不仅仅是一种为人的准则，它更是一种勇气，一种责任，砥砺着精彩的生命。

曾经有个时杀了警察的激进分子，逃亡了23年，成为一家大酒店的老板并拥有两个优秀的儿子后，居然投案自首。当记者问他为什么要这样做的时候，他说了一句令记者震动的话：“曾经，我逃避自己，面对的是生活；今天，我回到自己，面对的是生命。”是啊，一个人可以因为逃避，因为隐瞒，因为虚伪，而有许多种不同的生活，而真真实实的生命只有一个！而只有诚信的力量才能让你的生命永远绽放出最真实、最淳朴、最灿烂的光芒。

看看吧，诚信何其可贵，何其重要。诚信不可抛！唯有诚信，才能让你的生命如一股清泉，沁人心脾，永不枯竭！

## 友谊班会内容篇六

为了能给广大读者提供方便，小编为大家整理了高中早恋主题班会，希望能够帮到大家。

主题：莫让情感航船过早靠岸

针对问题：我班个别学生存在早恋苗头，关系暧昧，不仅影响成绩，还破坏学习风气，甚至存在危险因素。

班会目的：使同学们认清早恋现象的危害和弊端，引导学生把爱慕转化为纯洁的友谊，形成健康的异性交往观念，利用“异性效应”不断完善和提高自己，顺利地渡过青春期。

场景布置：简约风格，主要利用黑板，由同学们自行设计，突出主题，配以图画艺术字。

展示方式：早恋主题班会幻灯片呈现、学生讨论发言、案例分析、情景再现

教师通过幻灯片的形式呈现教育内容，设计案例、情景让同学们进行分析，小组讨论，以循序渐进的方式实现心理辅导的效果，最后让同学们发表自己的看法，教师注意引导。

过程中鼓励学生随时抒发自己的感想、困惑，全体师生共同交流，形成和谐、舒适、畅所欲言的氛围。

准备工作：提前三天发布主题，班委协调布置黑板。

班会开始：

让同学们谈谈什么是伟大的爱情。

明确：1、对爱情的憧憬是正常的；

2、只有成熟的爱情才会长久，真正的爱情是忠贞的，双方互相尊重、彼此独立又能共同承担责任，经历风雨)

明确：爱情需要面包和牛奶，也需要双方具有健全的人格

明确：早恋往往是不理智的选择，难以持久，容易造成过度狂热和痴迷，产

生偏激行为。

1、学生参与，案例展示，学生自主讨论，揭示早恋危害。

案例一：失恋少年自杀生命垂危

案例二：初中生情侣卧轨自杀身亡

案例三：中学生偷尝禁果的结局

同学们讨论交流，发表看法。

注意：由于话题的敏感性教师要注意控制学生的情绪，班会气氛的把握尤其重要，同学们的言论要建立在深入的思考之上，畅所欲言的同时，杜绝轻浮、出风头、不负责任的话语。

明确：1、中学生的心理具有情绪化、好冲动、承受力差的特点。

2、早恋危害中学生身心健康，容易产生极端行为。

3、一旦发生越轨行为，两人都会陷入恐惧和痛苦的境地当中，女生更是遭受身心重创。

2、结合身边事例，同学们谈谈早恋的危害还有哪些？

自由发言。

重点强调早恋对学习产生的不良影响，感情促进学习的想法是幼稚的，早恋势必会造成成绩大幅度下降。早恋还容易引起犯罪。

## 1、测一测：你的自控力如何？

通过心理小测试提高同学们的参与感，活跃气氛。

## 2、情景再现(小忠、小双、班长的故事)

如果你是他们，应该分别作出怎样的处理？

学生发表看法，教师指导，对于同学们采用的好的处理办法及时给予肯定，有失妥当的及时加以引导。

明确：当我们产生对异性的爱慕后，不用害怕，这是正常的，只要转移注意力，不要痴迷于此就可以了；如果已经有早恋的苗头，就应悬崖勒马，及时寻求老师和家长的帮助，减少交往；当面对他人的追求时，要明确态度，委婉拒绝，晓之以理。

从穿着打扮、语言、心态、行为举止等方面对同学们提出建议。

每位同学小组内总结心得体会，组长汇总展示。

教师点评指导，并发表结束语。

## 结束后的反馈

关注同学们在班会后的反应，使此次班会发挥更好的效果，指导实践。

中学生已进入人生的青少年阶段，情感开始盟发，对爱恋有一种朦胧的感觉，但是中学阶段是人生的黄金时代，是学习的大好阶段，如果我们的学生不能正确的认识到两者间的关系，终将酿成苦果。所以作为家长和老师应该正确的引导学生努力学习，做到——“我们不早恋”。

1. 使学生充分认识到早恋的危害性，树立正确的恋爱观。

2. 正确对待家庭、恋爱和学业之间的关系，排除干扰，加倍努力学习。

1. 以班级目前的两组自动分开，班长抽签决定支持观点。各组查阅有关青春期的生理，心理发展特征，以及如何保持个人心理健康的资料。明确为本组观点支撑的证据、格言等。

2. 对学生进行有关青春期心理发展特征及正确对待恋爱问题的讲座。

3. 讨论、总结：早恋主题班会(1) 在中学为什么要禁止谈情说爱？

(2) 早恋一定会尝到苦果吗？为什么？

4. 利用周记，以

主持甲：同学们，我们正处在青春期发育的高峰阶段，由于身心的迅速发展，一些同学出现了早恋的现象，如个别约会、递纸条等。那么中学生是否应该早恋呢，早恋到底是好事还是坏事呢，今天我们将举行一场激烈的辩论。

支持正方观点：早恋利大于弊的是xx同学领衔的一组，支持反方观点的是xx同学带领的二组。

主持乙：下面请正方代表首先发言，然后反方代表发言，然后进入双方互辩、提问反驳的环节，最后是大家讨论时间以及班主任蒲老师小结。

有请正方代表：

□□□□□□

{可提供给学生的一些资料



中学生早恋有如下特点：

(1) 年龄下降，年级超前。据统计，早恋人数约占学生人数的10%左右，其分布态势约为初一占25%，初二占40%，初三占35%。

(2) 一触即发，发展迅速。从双方开始接触到确实恋爱关系，一般不超过两星期，其中时间最短者，只是一起看过一场电影。

早恋的危害有如下几个方面：

(3) 家庭纠纷的祸根。早恋往往不能取得双方家庭的同意，即使成功也难获得家庭和睦。

主持甲：关于早恋的表现及危害□xx同学的小结。可能有的同学却把早恋说成缘分。下面请同学们就缘分问题自由发言。

学生自由发言。

主持乙：有关缘分问题大家已谈了许多，现在请xx同学小结。(资料提供)缘分，大意是人与人之间的关系是命中注定的，泛指人与人或人与事物之间发生联系的可能性。一个人的婚姻的选择是由若干因素组成的，如对象的相貌、体型、身高、健康、道德、个性、爱好、文化程度、职业、家庭的经济状况、居住地点、社会地位等。如双方的追求符合设计的模型，那才能有结合的可能，也可说有缘分，否则不可能。学生早恋，往往考虑不到这些，仅从某一方面或某几方面着眼，所以，到后来不成功的，只能尝到苦果。

主持乙：由于只有五分钟了，下面请班主任蒲老师总结。

## 友谊班会内容篇七

在歌曲《第一时间》中，主持人上台。

甲：同学们，生活中难免会有困难、苦闷，甚至是被人冤枉、伤害的时候，这时我们需要朋友第一时间送出关怀，更需要一颗宽容的心。

乙：雨果说过：“世界上最宽阔的是海洋，比海洋更宽阔的是天空，比天空更宽阔的是胸怀”。

甲：是的，宽容是一种美德，也是我们的快乐之本，多一些宽容我们的生命就会多一份空间，多一份温暖和多一份阳光。

合：初三(6)班主题班会现在开始。

甲：宽容是仁爱的光芒，是对别人的释怀，更是对自己的善待。

乙：宽容是非凡的气度，宽广的胸怀，是对事的包容和接纳。

甲：宽容决不是姑息、放纵，更不是懦弱、无能。

乙：宽容是通悟了社会人生之后，所获得的那份从容和高贵的品质，是对他人的尊重和理解。

甲：我们的生活中宽容是什么呢？也请大家说一说。

1、宽容是一种善意，就是要人善意地对待别人和生活周围所发生的事，它不是“以小人之心度君子之腹”，而是从别人的角度去理解事情所以发生的理由。

2、是友谊，朋友间没有了宽容就没有了友谊，只有有了友谊，才能有更多的朋友。

3、是力量，团结就是力量，集体成员间没有宽容谦让、友好的个性品质，就不可能形成团结优秀的班集体。

4、是亲情，家人之间如果没有宽容之心，就容易钻进求全责备的死胡同。

1、在公共汽车上，别人无意踩了我的脚，我会

2、喜欢的新文具盒被同桌不小心碰到地上摔坏了，我会

3、在饭桌前，奶奶不小心把菜汤溅到我喜爱的裙子上，我会

4、邻居家忙着装修，堆在门口的施工材料影响了人们的出入，我会

5、当我辛辛苦苦地做完一件事却得不到认可和赏识时，我会

6、如果我的同桌是位争强好事的人，我会

7、如果我遇到总喜欢对别人百般挑剔而不顾他人情绪的搭档时，我会

由8位同学上台回答，并阐述自己的理由。

乙：接下来，让我们来听两个经典的故事，它们都是咱们同学精心搜集的代表。

a《仇恨袋》（由一名同学讲述）

感受：我觉得仇恨正如海格力斯所遇到的那个袋子，开始很小，如果我们忽略它，它就无法阻挡我们前进的步伐，但如果你心里老想着它，心中就会充满仇恨，便再也装不下别的东西了，当我们仇恨到失去理智时，我们的前途、快乐也就失去了。我们的生活中确需宽容，宽容是快乐之本。

## b□□钉子的故事》(由一个同学讲述)

感受：如果我们都能换位思考，善意地对待别人和生活周围所发生的事，不是用狭隘的眼光去揣度别人的心思，而是从自己做起，先检讨自己，并宽容地对待他人，就可以使自己拥有一个融洽、和谐的人际关系，我们的人生路也会因为有了大度和宽容越走越宽。

甲：大家听了这些故事感触一定很深吧，那么接下来看大屏幕，我们老师与同学一起制作的动画片断《新龟兔赛跑》：片中乌龟与兔子相约进行一场马拉松赛跑，途中既要翻山越岭、长途跋涉，又要渡河淌水。比赛开始了，兔子并没有独个奔跑，而是俯下身子，背起乌龟一起跑。跑到河边，乌龟背起兔子跳进河里，轻松地过了河。如此这般，它俩都在最短的时间内完成了赛事，取得了成功。

感受：兔子和乌龟在面对对方缺点时，都采取了包容的态度，在合作中竞争，竞争中合作，实现了“双赢”的比赛结果。这告诉我们在学习、工作和生活中，要有“宽容、协作”的精神，才能扬长避短，取得更大的进步与成功！

乙：以上故事都很精彩，给了我们很多的启示，那么接下来看看我们身边的故事吧。(由三组同学自排表演，分别由三个同学谈自己从中所得启示)

小品一：学生ab均为独生子女，在原来就读的小学均被老师誉为品学兼优的学生，二人都以优异的成绩考入同一间初级中学，编在同一个班学习。一天下课□a从座位走出教室，一不小心将b入学时刚买的新文具盒碰翻在地，笔盒里的文具撒了一地□a一边说“对不起，我不是故意的”，一边就弯腰去捡文具。这时b不由分说，跑到a的座位上，将其所有的书和文具全部丢在地上，这时□a一气之下将已经捡(转载自<http://□>请保留此标记。)起的文具丢在地上。接下来两人便扭打在一

起，对同学的劝阻置之不理，直到老师到来，才停止“战斗”。

启示：在生活、学习和工作中，人们难免遇到令人不愉快和烦闷的事情，这时总会找朋友、同学、亲友、老师倾诉。一个人生活中能否有知心朋友倾诉衷肠，这就有赖于他是否善于交往，建立一个良好的人际关系。在这一过程斗，彼此之间互相理解、互相宽容、互相谅解、直至互相尊重的情感得以磨合形成。一个人只有学会尊重他人，才能获得他人的尊重。小品中的学生a□b□如果他们已经形成了这种情感体验，那么也就不会有后来的“战斗”。因此，我们要学会设身处地为他人着想，待人要谦让宽容，在交往中尊重他人，才会受到他人的尊重。

小品二：学生c准备参加学校田径运动会，平常训练很吃苦，想为班集体增添荣誉。比赛的前一天，她叫妈妈买一双运动鞋，她妈妈马上答应了。可是她妈妈那天的工作很忙，一直加班，连午饭和晚饭都没有回家吃，晚上回家时也就没有为她买到运动鞋。她妈妈向她作了解释并请她原谅，保证第二天比赛前买到鞋，可她就是不理，还闹得不可开交！

启示：每个人都有自己的优势与不足，因此，每个人可能需要别人帮助，也可能帮助别人。但是，一个人不能凡事都寄望于别人，应当先立足自身，培养自理能力，依靠自己的力量努力把事情做好。不要用狭隘的眼光去揣度别人的心思，也不要极端偏执的态度看待事情，而是从别人的角度着想，想想别人的局限和困难，进而理解他们的所作所为。即便是子女对父母的正当要求因故未能实现，子女也应该多听听父母的解释。镜头二中的学生c就该首先想想买鞋这件事情是否自己能做，再认识自己对母亲无宽容、理解之心行为的错误。

小品三：学生d从小听话，成绩一尚优秀，家长和老师都说没操什么心。进入初三学习，他也深知竞争很大，没敢松懈。可几次测验下来，他对结果不很满意。此时老师也找他谈心，

帮助他分析成绩不够理想的原因。鼓励他不要气馁，但他却大吼：“我就是不能容忍自己的失败”。

启示：每个人的能力都是有限度的。我们能否正确地估计自己的能力水平并充分认识自己的优势和劣势，事关个人奋斗目标的确立。目标太高或目标不符合自己的能力优势，容易遭受不必要的挫折，而此时又无宽容意识，不能静下来认真思考自己的目标，往往导致更大的挫折。因此，我们学生在进行团结合作、宽容谦让的实践中，始终要与理想、前途；学习目的结合起来，让我们在实现个人奋斗目标过程中学会宽容，懂得凡事并不是一帆风顺的。在小品中学生d□如果他能认真与老师一起探讨自己的问题，找准自己的能力优势，宽容自己的暂时失败，重新确立奋斗目标，那么他一定能取得成功。

甲：在与人交往中难免会发生磕磕碰碰的事情，我们学会大度和宽容可以使自己拥有一个融洽、和谐的人际关系。

乙：是的，生活的路因为有了大度和宽容才会越走越宽，而思想狭隘、自私自利，则会把自己逼进死胡同。

甲：同学们，我想真诚地说一句：刚才宽容度测评不太理想的同学，是因为平时没有意识到学会宽容的重要性。当我们与他人有了矛盾时，要学会宽容一些，忍让一些，大度一些，我们的同学关系就不再紧张，我们就会拥有更多可以信赖的朋友。

乙：多好的提议啊，让我们共同努力吧！

五、班主任总结：

同学们，教育学家苏霍姆林斯基说过：“有时宽容引起的道德震动比(转载自<http://>请保留此标记。)惩罚更强烈。”我们对他人的过失的宽容，决不是姑息放纵，而是对他的理解、

尊重，给予反思的支持和改过的机会。老师很高兴看到大家认真地准备这次班会，让老师更高兴的是从大家的神情中可以看出大家已有了收获，是啊，昨天，我们认识着宽容；今天，我们感受着宽容；明天，我们享受着宽容，正所谓是“退一步，海阔天空，让三分，风平浪静”，“海纳百川，有容乃大”。大家想真正拥有宽容的美德吗？希望通过这次班会让大家开始懂得宽容是一种修养，是一种品质，更是一种美德，让我们学会宽容，拥有和谐的人际关系和真挚的友情，快乐地生活。

六、合唱歌曲《永远是朋友》，在歌声中结束班会。