

# 2023年元旦班会活动主持稿 庆元旦班会教案(汇总10篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 元旦班会活动主持稿篇一

给孩子们一片翱翔的天地、自由的舞台，让孩子体验成功，感受快乐，并让学生了解新年的意义、新年的习俗，许下新年的愿望。通过活动锻炼学生的能力，融洽师生关系。

五彩缤纷，童心飞扬——(4)班才艺大比拼元旦主题班会

师：你们的欢歌笑语带来了盎然的春意，你们的快乐成长留下了无数的欣喜。此时此刻，我们欢聚一堂共同迎接着新一轮喜乐年华。我宣布：才艺大比拼，热热闹闹过元旦——(4)班辞旧迎新主题班会正式开始。

甲：出旗，敬礼。唱《儿童团团歌》

乙：新的一年，每一天都充满了新鲜。新的一年，希望的焰火在向我们眨眼。

甲：伸出双臂一起拥抱这世界，美好的明天就在眼前。

乙：有好多小朋友用五彩的画笔描绘了一幅幅美丽的图画，请他们上来讲讲他们的画。

(黄子豪、杨海琼、卫怡雯、陈懿帆、周嘉兴、金晶、张诗韵、赵悦婷、翁嘉蔚、陈皓楠、谢惠洋、夏晓慧、申凯豪、倪若

云)

甲：他们的画真漂亮！我们用手中的剪刀来剪剪窗花来装扮我们的教室。

乙：除了这些小朋友能画出一幅幅美丽的图画来，还有很多小伙伴有其他的才艺想展示给大家看。

甲：首先请看乐器连奏。

(郭雨洁：电子琴独奏、吉鸿菲：小提琴独奏、王婧怡：古筝演奏、李嘉颖：小提琴独奏、陈昂飞：电子琴独奏)

乙：你们看，这里又飞来了二只会跳舞的小蝴蝶。(吴王天呈、金婉青：舞蹈表演)

甲：何逸凡和朱嘉诚想把自己的空手道和武术表演当作新年礼物送给大家。

乙：蒋宇辰可是个唱歌的小行家，一起来听一听吧。

甲：虞舒甜和顾钰可是我们班级的朗读小能手，她们有有趣的故事想讲一讲。

乙：我们班的小伙伴真是多才多艺。现在我们来轻松一下，做个两人三足的游戏。(游戏：两人三足)

甲：新的一年就要到了，我们心里肯定有很多话想对爸爸妈妈老师同学说一说。现在我们就来说说新年心语。

(说说祝福语，写下祝福语，互赠礼物)

乙：我愿爷爷奶奶健康平安，我愿爸爸妈妈生活甜蜜。

甲：我愿亲爱的老师工作顺利，我愿小朋友们天天欢喜。

甲：五彩缤纷，童心飞扬——(4)班才艺大比拼元旦主题班会到此结束。

乙：退旗，敬礼。

## 元旦班会活动主持稿篇二

女：看着冲天的篝火，我们的心情也变得无比灿烂，来吧，朋友，伸出你的双手，让我们一起走进晚会的欢乐海洋吧！

男：让我们沐浴着温馨的夜色，踏着欢快的节奏，在火光辉映中尽情舞动，让我们用美妙的舞姿谱写崭新的友谊篇章。

女：代表着未来希望的篝火已经点燃，让我们在这熊熊的篝火中尽情燃烧我们的热情，让欢乐与歌声伴着火苗一起跳动！

男：篝火在闪跃，热情在延续，牧歌的原野已吹响激越的号角；

女：光荣在绽放，梦想在飞翔，诗经的国度正掀起无尽的狂澜。

男：今晚星光灿烂，今夜激情燃烧，今天友情浩荡！再一次祝贺我们的篝火联欢晚会圆满成功！

合：祝所有的朋友身体健康、工作进步，万事如意！

## 元旦班会活动主持稿篇三

男：有一段歌，赞我们少年是祖国的春天

女：有一场梦，说的是少年强则国强。

男：有一个伟人，把我们比作是初升的太阳。

女：新世纪的太阳正照耀着我们前进，

男：新世纪的鲜花正伴随着我们同行。

女：托起闪亮的金星，未来靠我们去创造。

男：走遍辽阔的大地，让童心乘着歌声的翅膀飞翔。

女：我们将以一颗感恩的心灵，回报父母的养育之恩，老师的辛勤教诲。

男：我们将用一种负责任的态度和行动来证明，“我们能做得更好”！

合：大王总校庆六一文艺演出到此结束，谢谢大家

## 元旦班会活动主持稿篇四

——一班元旦班会(一次准备——诗歌专题)

主持：

过程：

甲：亲爱的老师

乙：亲爱的同学们

合：大家好

甲：光阴似箭

乙：日月如梭

合：转眼间，就到了xx的最后一个月了

甲：在这辞旧迎新的时刻

乙：我们感到无比快乐！

甲：大地，又迎来一个新春，

乙：小树，又增加一个轮，

甲：地球，又绕太阳转了一圈，

乙：我们啊，又长大了一岁。

合：看，新，向我们敞开了大门。

请听小组同学诗朗诵《飞进新的大门》

接下来请欣赏小组的节目——

甲：日历又翻开了新的一；

乙：小树又增加一个轮；

甲：冬天又翱翔着矫健的雄鹰……

乙：春天又向我们走来；

合：新的一又来到了。

甲：新是什么？

乙：新是什么？

合：让我们一起去问问

请听诗朗诵《新是什么》

合：新就是无限的期待与欢乐

下面请大家交流搜集到的元旦的由来及世界各地迎新风俗习惯的资料。

大家掌声欢迎小组同学上来——

元旦节是美丽的，也是快乐的

请听诗朗诵《美丽快乐的元旦》

甲：大家喜欢玩游戏不，我们今天的游戏节目是击鼓传球。鼓声停，球到谁手上，谁就上来表演一个节目。

甲：在过去的一里，我们一起播种春天的希望，拥抱盛夏的热情，

乙：我们一起收获秋天的硕果，感受严冬的凛冽。

甲：我们是快乐的天使

乙：我们是幸福的一代

甲：爸爸、妈妈用爱哺育我们成长

乙：老师用爱教育我们成长

甲：我们的成长离不开父母的养育

乙：我们的进步离不开老师的教诲

合：是他们为我们健康快乐的成长付出了心血，让我们同说一声感谢。

请听诗朗诵小组带给大家的节目——《感谢》

小组————

甲：新是播种的时刻

乙：新是希望的开始

合：让我们许下新的愿望，定下新的目标

下面请同学们谈谈自己的新畅想。

合：同学们说的多好啊，祝愿大家学习进步，早日成为祖国的栋梁！

请欣赏小组——《新祝愿》。

小组————

甲：，新的一即将来到

乙：美好的春天，就要来到眼前

合：请陈老师讲话

甲：祝老师新快乐，工作顺利

乙：祝同学们学习进步，天天快乐

合：“我与岁月成长”主题班会到此结束。

## 元旦班会活动主持稿篇五

1、让学生感受新年的欢乐气氛。

2、通过活动使学生了解新年的各种习俗，用积极向上的态度迎接新年的到来。

3、使学生在活动中得到锻炼，增进同学之间的友谊。

4、通过主题活动师生共同联欢，以及孩子们的载歌载舞，表达自己生活在校园、感受老师慈母般教导的愉悦心情和对未来美好学习生活的憧憬。

二、活动地点：初三（8）班教室。

三、活动准备

1、布置教室，体现节日气氛。

2、主持人做好准备。

3、准备好活动器材和奖品。

四、活动过程：

1、各小队集队、报告人数。

2、主持人甲：“庆元旦迎新年”主题班会现在开始。

甲：我们的心儿像怒放的花朵，荡起一片欢乐的海洋。元旦，是我们大家的节日，五十六个民族的人们都在为它欢庆。

乙：让我们以最大的激情，唱起来吧；甩动双臂，舞起来吧。

全班齐唱《新年好》

3、班主任致新年贺词。

亲爱的同学们，新年就要来临了，你们又要长大一岁了。老师祝你们新年快乐，身体健康，学习进步。

4、新年习俗知识小竞赛。



(1) 你知道过年的来历吗?

(2) 中国人过新年有哪些习俗?

(3) 你还知道哪些国家是怎样过新年的?

## 5、游戏：冲破封锁线

(在教室中间拉很多绳子，然后选一些人让他们不能碰绳子穿过去，然后这些人的眼睛蒙住眼睛，在把绳子去掉，然后就看这些人的精彩表演吧。)

## 6、报纸时装表演!

(每组派三名代表，两个制作，一个当模特。看看哪一组的设计精美。)

7、乙：尽管，我们只是一棵幼苗，但我们骄傲地生活在爸爸妈妈的怀抱中

甲：尽管我们只是一颗小星星，但我们幸福地闪亮在老师的身边

乙：在这美好的节日中，让我们满怀感激之情地说一声：

合：谢谢爸爸妈妈，谢谢老师，祝福你们一生健康，新年快乐。

甲：请听歌曲《祝你平安》掌声欢迎。

## 8、游戏：猜猜看

(事先准备一些纸片，上面写好各种职业，或者体育运动。然后让每个人分别抽一个，不要让别人知道。然后分别表演，不能说话，让别人猜猜看是什么职业。人与人之间不能说话，

只能靠动作表达意思。)

## 9、游戏：踩气球。

(一组出2—3个人，每只脚上都绑有气球，让他们一起出来互相踩，看到一定时间后哪个组的队员脚上剩的气球多。

## 10、请欣赏小快板，由丰小川等同学表演。

## 11、词语接龙

12、展望未来的一切，我们更加珍惜美好的岁月。在这阳光灿烂无比欢乐的日子里，我们非常快乐。请欣赏张琪琪为我们带来的武术表演。

## 13。贴鼻子游戏，

游戏规则用布蒙上眼睛，原地转两圈，摸鼻子，摸到着奖励一颗泡泡糖，否则表演节目，大家说好吗？(游戏开始)

甲：尊敬的各位老师，亲爱的同学们！

合：我们今天非常开心，能在这辞旧迎新的日子里和老师同学欢聚一堂，在不知不觉中，我们将难忘的xx送走，迎面走来的是崭新的xx年！回首这一年我们留下的串串足迹，每人都深感振奋。

## 14。纸条送祝福。

最后，让我们在《新年好》的乐曲中互赠新年礼物，把美好的祝愿送给同学，各自以匿名方式写在纸条上交主持人，然后叫大家轮流抽取，并大声地念出祝福内容。

## 15。班主任总结。

今天我们在一起迎接新年的到来。展望未来，憧憬未来，我们是多么的高兴和兴奋。老师祝大家年年有进步，天天有快乐。

16、初三（8）班庆元旦主题队会到此结束！

## 元旦班会活动主持稿篇六

在新年到来之际也是学期快结束的时候，同学们一起度过一个愉快的新年，借此增进同学们之间的感情，营造一个更加和谐的气氛。

2019年12月22星期天 18:30到20:30

教学楼教室（地点待定）

组织同学们有序进场，工作人员 为各位同学发放糖果 零食等。 主持人 宣布活动开始。

1. 班级41人6人为工作人员，35人参与进行“找缘分”抓阄

活动，每人抽个小纸条进行分组，每5人一组，一共7组，自由选一个为组长。

2. 游戏抢凳子：主持人让每组派2人参加，一共14人。获胜

者由工作人员发奖励。

3. 游戏谁是卧底：7个游戏者，一个卧底，若干不明所以围观

者。

4. 由主持人问是否有自愿表演的同学(备注：学习委员唱歌)

5. 你画我猜

6. 主持人请新老班长向同学们说新年寄语，后宣布活动结束。

7. 所有同学们一起新年合影留念

黄越：负责买东西，在之前购买好所有物品

文艺委员：负责班级小节目

唐超：主持人

张力：现场摄影

杜婷：负责提前申请教室，班会总体事物

(所有班委提前2小时到场布置现场，做好同学们事先宣传工作，注意现场安全和谐。)

管理学院2019级工程造价1班班委 2019年12月18日

## 元旦班会活动主持稿篇七

元旦是一年的首日，预兆一元复始，万象更新。元旦历史源远流长，不同地区有不同的庆祝活动。了解元旦的历史文化，感受不同风俗人情，有利于学生沉淀和提高自身文化素养，更能在新年的第一天，去旧迎新，展望未来。

班会目的：

1. 了解元旦含义，通过看视频体会东西方元旦不同的庆祝活动，感受不同的风俗人情。

2. 提高文化素养，通过脑筋急转弯、猜谜语、知识抢答、观看文艺汇演等活动耳濡目染，增强文化底蕴。

3. 去旧迎新，诉说自己的成长故事，感受遗憾，展望新的一年。

班会流程：

一、元旦含义 1. 了解元旦的来历。元旦是合成词，“元旦”，最早来自西方，指一年的首日（1月1日）。旦，则指早晨，是象形字，圆圆的太阳从地平线冉冉升起，预兆一元复始，万象更新，新年的第一天开始了。

2. 了解中国的元旦。我国人民欢度元旦，已有 4000 多年的历史。据说，元旦起源于传说中的三皇五帝，帝王轮流，岁月更迭，不同朝代元旦日期亦不尽相同。元旦非春节。

二、元旦的趣闻 观看视频，体会不同地区过元旦时的趣事，体会不同的风俗人情，感受过元旦的趣味。

三、文艺汇演 1. 欣赏子瑄给我们带来的舞蹈《千手观音》

2. 请欣赏小鱼给我们带来的歌曲《少年》 3. 请欣赏配乐诗朗诵：走向远方 4. 相声：吹牛大王 四、有奖竞猜 1. 脑筋急转弯 2. 猜谜语 3. 知识大冲关 4. 加油抢答 五、成长的故事 1.

成长故事：难忘的 2020。关键词：开心、暖心、成功 2. 一起来吐槽大会。关键词：学习、作业、课堂、自己 3. 教师模仿达人秀。选取一名自己的科任老师，专门模范上课时候的小细节、小神态、微表情、模范老师们的口头禅！六、心愿与目标 1. 同学们，在你们眼中，什么是遗憾呢？ 2. 写出你的遗憾。在 a4 纸上写下 10 件你最遗憾的一些人和一些事。请用“一年期限已到，我本可以，但是”的句式来写出你心中的无限遗憾。

3. 教师模仿达人秀。选取一名自己的科任老师，专门模范上课时候的小细节、小神态、微表情、模范老师们的口头禅！六、心愿与目标 1. 同学们，在你们眼中，什么是遗憾呢？ 2. 写出你的遗憾。在 a4 纸上写下 10 件你最遗憾的一些人和一些事。请用“一年期限已到，我本可以，但是”的句式来写出你心中的无限遗憾。

3. 教师模仿达人秀。选取一名自己的科任老师，专门模范上课时候的小细节、小神态、微表情、模范老师们的口头禅！六、心愿与目标 1. 同学们，在你们眼中，什么是遗憾呢？ 2. 写出你的遗憾。在 a4 纸上写下 10 件你最遗憾的一些人和一些事。请用“一年期限已到，我本可以，但是”的句式来写出你心中的无限遗憾。

3. 教师模仿达人秀。选取一名自己的科任老师，专门模范上课时候的小细节、小神态、微表情、模范老师们的口头禅！六、心愿与目标 1. 同学们，在你们眼中，什么是遗憾呢？ 2. 写出你的遗憾。在 a4 纸上写下 10 件你最遗憾的一些人和一些事。请用“一年期限已到，我本可以，但是”的句式来写出你心中的无限遗憾。

3. 教师模仿达人秀。选取一名自己的科任老师，专门模范上课时候的小细节、小神态、微表情、模范老师们的口头禅！六、心愿与目标 1. 同学们，在你们眼中，什么是遗憾呢？ 2. 写出你的遗憾。在 a4 纸上写下 10 件你最遗憾的一些人和一些事。请用“一年期限已到，我本可以，但是”的句式来写出你心中的无限遗憾。

3. 新年祝福

主题班会简案

简案模版

元旦主题班会主持词

《秋天》简案

《快乐是什么》简案

## 元旦班会活动主持稿篇八

给孩子们一片翱翔的天地、自由的舞台，让孩子体验成功，感受快乐，并让学生了解新年的意义、新年的习俗。通过活动锻炼学生的能力，融洽师生关系。

阳光小队，（小队呼号：阳光伙伴，伙伴阳光!）

智慧小队，（小队呼号：拥有智慧，拥有成功!）

活力小队 ，（小队呼号：充满活力，天天快乐!）

星星小队，（小队呼号：星星小组，群星璀璨!）元旦主题班会教案彩虹小队，（小队呼号：让生活变得五彩缤纷，让学习变得有声有色!）先锋小队 ，（小队呼号：先锋、先锋，永远先锋!）

我宣布：五彩缤纷，童心飞扬——二(284)班辞旧迎新主题班会正式开始。有请今天班会的主持人：曹宝仪、黄俊涛。掌声欢迎!

（一）开场篇

合：同学们，一年一度的元旦就要到来，在这辞旧迎新的时刻，我们感到无比快乐！

曹宝仪：大地，又迎来一个新春；

黄俊涛：小树，又增加了一个年轮；

曹宝仪：地球，又绕太阳转了一圈；

黄俊涛：我们啊，又长大了一岁。

合：请欣赏阳光小队的诗歌朗诵《飞进新年的大门》。

## (二) 知识篇

五十六个民族的人们都在为它欢庆。

黄俊涛：那元旦有着怎样的由来呢？智慧小队的同学搜集了资料，请听小博士曹鹏来传播小知识：《元旦的由来》。

曹宝仪：有一个关于年的故事，体现了人类的智慧。请听阅读小明星王玮钊同学娓娓道来《年的传说》。

## (三) 才艺篇

黄俊涛：我们的小朋友们迈着喜悦的步子走进了新年，掌声欢迎许佳茜同学表演拉丁舞《恰恰》。

曹宝仪：新的一年，每一天都充满了新鲜。新的一年，希望的焰火在向我们眨眼。

黄俊涛：同学们用美妙的歌声表达内心的喜悦，请欣赏蓝天小队表演的儿歌串烧。

曹宝仪：在这热闹的节日里，蝴蝶在飞舞，小昆虫们在演奏，

就连可爱的小花帽也来凑热闹了。让我们一起欣赏先锋小队胡含谕的舞蹈《小花帽》。

#### (四) 游戏篇

曹宝仪：我们班的小伙伴真是多才多艺。现在我们来轻松一下，玩个抢凳子的游戏。（游戏：抢凳子）

黄俊涛：游戏规则：一组人与比人数少1的一组凳子，在音乐声中，大家齐围着这组凳子走或跑，当音乐声突然停止时，每人奋力抢坐到凳子上，未能抢到的被淘汰，抢到凳子的人再组成新的一组，并减少一个凳子，再次游戏，直到最后。

#### (五) 感恩篇

曹宝仪：我们是快乐的天使，

黄俊涛：我们是幸福的一代，

曹宝仪：爸爸、妈妈用爱哺育我们成长，

黄俊涛：老师用爱教育我们成长，

曹宝仪：我们的成长离不开父母的养育，

黄俊涛：我们的进步离不开老师的教诲。

合：是他们为我们健康快乐的成长付出了心血，让我们共同说一声感谢。曹宝仪：请欣赏星星小队表演的三句半——《感恩》。

黄俊涛：每逢新年来临，我们总是互相赠送贺卡，表达美好的祝愿。请欣赏彩虹小队的同学们自制的贺卡。



(六) 结束篇：

曹宝仪：同学们的贺卡是多么的精美！

黄俊涛：同学们的祝福是多么的美好！

曹宝仪：我祝愿爷爷奶奶健康平安，祝愿爸爸妈妈生活甜蜜。

黄俊涛：我祝愿亲爱的老师工作顺利，祝愿小朋友们天天欢喜。

合：祝愿每一位小朋友在新的一年里学习进步，快乐成长。  
让我们合唱《新年好》。

合：请李老师讲话。

师：亲爱的同学们，老师对你们今天出色的表现感到非常地自豪和欣慰。这节课，各个小组的同学采用自主、合作、探究性的学习方法，学到了新的知识，展示了自己的才艺，感受到了成功与快乐。新的一年，李老师送给你们五千万：千万要平安！千万要健康！千万要快乐！千万要记得学习！千万不要忘了责任！

我宣布：五彩缤纷，童心飞扬——二(284)班元旦主题班会到此结束。

## 元旦班会活动主持稿篇九

在欢庆元旦到来之际，同学之间互送新年贺词，互赠新年礼物，以歌舞、游戏等活泼轻松的形式来感谢老师，感谢父母，并感受新年的快乐，用积极向上的态度迎接新年的到来。

活动准备：

1、布置教室

2、歌、舞、朗诵、小品等节目

3、每人准备新年礼物

班会时间：20\_\_—12—27周一下午第三节课

班会过程：

1、主持人开场白

贻剑：在20\_\_年姗姗远去的背影里。

林莉：在20\_\_年将至的脚步声中。

贻剑：我们奏响了辞旧迎新的乐章。

合：“展望未来、喜迎新年”主题班会现在开始！

林莉：在这辞旧迎新之际，我们祝在座的各位

合：身体健康，学习进步，元旦快乐，万事如意！

贻剑：回首20\_\_年，我们骄傲。

林莉：回首20\_\_年，我们自豪。

贻剑：回首过去，我们热情洋溢

林莉：展望未来，我们斗志昂扬

贻剑：让我们在新的一年里张开腾飞的翅膀

林莉：向着更高的目标飞翔。

贻剑：在即将过去的一个学期里。

林莉：我们从当初刚进高中时的互不相识

贻剑：到现在的一个团结又和谐的班级

林莉：我们高一（6）班展示了怎样的风采呢？

## 2、回顾20\_\_年

贻剑：现在请欣赏由捷茜和王煜为大家带来的《记忆》，记忆我们走过的风风雨雨，我们班级在即将过去一年里的风采。

ppt展示班级入学以来各阶段的相片。

## 3、少年壮志当凌云

林莉：回首过去，我们成长了许多，成长给我们的是拥有。

贻剑：拥有了成熟，也拥有了为理想而热情拼搏的毅志和勇气。

贻剑：未来，我们将在成长中变得更加坚强。

林莉：新年给了我们人生的禅想，我们将为自己的人生制定规划。

贻剑：未来的我们将会是什么样的呢？

林莉：现在我们一起来听听浩然他们规划的未来是怎样的吧？

（初定：吴浩然、李宝灯、陈恺亮、林闻、李蓉榕、郑露晓、曹思腾、俞逆思、卢嘉屯、吴欢婷、陈雪怡）

## 4、全班学唱《超越梦想》

贻剑：少年壮志当凌云，听了他们的规划展示，我们学到很多，我们每一个人都有梦想。

林莉：我们也都应该为未来制定规划，朝着梦想更近一步，甚至超越梦想。

贻剑：现在我们再次请出我们的“麦霸二人组合”捷茜和王煜带领我们一起学习这首《超越梦想》。

## 5、互动小游戏—脑筋急转弯/猜字谜

林莉：不在乎欢笑伴着泪水，超越梦想我们一起飞，我们一起共同努力。

贻剑：《超越梦想》点燃大家的激情。迎新年嘛，现在我们一起来点小游戏（此环节是否开展依时间情况而定）。

## 6、新年寄语

林莉：在除旧迎新之际，我们为自己美好的一年许下心愿。

贻剑：现在每个同学在漂亮的彩纸上写下自己的新年心愿，然后把它折叠成纸鹤。

林莉：我们把它串成串，悬挂在教室。

## 7、主持人结束语

贻剑：飞扬的歌声，吟唱难忘的岁月，凝聚心头不变的情节。

林莉：熟悉的旋律，演绎时代的激越，回荡情怀不改的真切告别今天，我们将站在新的起点。

贻剑：展望明天，我们将用奋斗塑造更加壮美的七彩画卷。

合：今天的“展望未来，喜迎新年”主题班会到此结束，再次祝大家新年快乐，学习进步，万事如意，心想事成！

## 元旦班会活动主持稿篇十

首先很感谢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“争创一流班级，争创一流学生”，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“争创一流班级，争创一流学生”一定能实现。

是的，“争创一流班级，争创一流学生”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，“争创一流班级，争创一流学生”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。

命运在自己主宰，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！