

2023年高三调整心态励志的班会 高三班会策划书(模板9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。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

高三调整心态励志的班会篇一

我们的梦想，是一个简单的信念，是一份对自己未来与生命的责任。也许，是二十岁的豪情壮志；也许，是青春期的迷茫与冲动；也许只是一份平淡的渴望，渴望掌声，渴望成功。无数的“可能”，无数的“希望”，因为我们的青春岁月充满奇迹，我们心中大大小小的梦，在生活的每一个角落里芬芳弥漫。

激励学生考虑人生，励志青春，放飞梦想！

1. 秦珊演讲《梦想》
2. 姜宁歌曲《隐形的翅膀》
3. 燕倩玉演讲《坚持就是胜利》
4. 周倩歌曲《非你不爱》
5. 边晓婷演讲《坚持就是胜利》
6. 卢兰歌曲《叫姐姐》
7. 薛孝娟演讲《梦想》

8. 姜宁舞蹈《扇舞星韵》
9. 赵艺演讲《梦想》
10. 路玥，郑倩歌曲《爱的华尔兹》
11. 李倩楠演讲《梦想》
12. 韩晨等人拉丁舞《恰恰》

无论岁月在我们脸上增添了多少痕迹，无论世事在我们胸口划过多少到伤痕，只要我们还有呼吸的权利，就拥有重塑梦想的激情！只要我们还有生存的氧气，就拥有缔造激情的勇气！

落红不是无情物，化作春泥更护花。选择坚持，选择珍惜，选择成就生命的激情，勇敢的成就心中最初的梦想！

高三调整心态励志的班会篇二

大家下午好！很荣幸来参加你们班的期中总结班会。

开学以来只有两个月，你们中的很多人给我留下了非常深刻的印象。学习态度极其踏实认真刻苦的人很多，如xxx等等。数学思维非常敏捷而深刻的人不少，如xxx等等，也有偶尔灵光一现的同学，如xx等。今天，你们请我来就期中数学做个总结，其实这个总结我在课上说过，数学期中考试大家表现还不错，但这个场合，这个机会，我想说点别的，我想给大家鼓鼓劲，加加油，和大家探讨一些问题，给你们提一点建议。

面前路不是很多。你试想一下，第一条路你能马上出国留学吗？事实上决定出国学习的同学已经都走了，学托福的学托福，学雅思的学雅思，基本上已经准备的差不多了，都快走

了。因此这条路被pass掉了。第二条路你能拼爹吗？如果你有一个好爹妈，能找个熟人拖点关系上个大学，但也不可能是好大学，或者也只能在自主招生中加点分，但这也帮不了多少。当然很多人没有这样的好爹妈，当然即使没有你也犯不着回去责怪他们。因此这条路也基本上被pass掉了。第三条路你是富二代吗？即如果我家很有钱，有企业将来也不愁没出路，也不用上什么大学吗。其实没有或者极少，你们中绝大多数都是父母用工资含辛茹苦抚养成人的，因此你们也做不了富二代。这第三条路也被pass掉了。你无路可逃了，其实你还是比较看重自己的成绩得，还是比较希望依靠自己的奋斗来赢得自己的地位和尊重，也就是说你注定不会裸奔的。

我的第二个建议是：学习中抓落实很重要。有一个数学式子很有哲理： $0.9365=0$ 。意思是说假如每天你学懂学校要求的90%，一年下来你其实明白的非常少。试想一下，你们中很多人其实听课听懂了90%了吗，作业得分到达90分了吗，总结反思知识和方法掌握了90%了吗，我想我要现场调查的话，你们中很多人会选择沉默。那你会说，老师按您说我们都完蛋了？不会的！关键是你们的态度，如果你要向你的目标迈进，你要变化，你要发展，你做出正确的行动。比如，从提高听课效率，提高作业质量，积极答疑总结等方面紧跟并达到或超过教师的教学要求，如果一次达不到，多来几次复习，在前面那个式子前一个系数 m 也是可以趋向于1的，相信你，你要马上行动起来，抓好落实，一步一个脚印的，只要你得行动越坚决，你重复的遍数越多，你肯定能行的！

我的第三个建议是：学习中意志坚定尤为关键。有一个保龄球效应很有说服力。

表现可以得到满分，那么最后高考你一定是黑马，你会创造奇迹的！因此，我有了奋斗目标，有了行动计划，这个计划有短期的，长期的，当然是很好执行的科学的计划，只有你

坚持不懈地走下去，你肯定有成功的一天的。

李开复说：做你最好的自己！你可以说，高三了，做最好的你自己，拼了！你可以说，为理想拼了，为家庭拼了，为社会拼了，其实都是为了你自己！

我就说这么多，希望你们有收获！好的，谢谢大家的聆听！

高三调整心态励志的班会篇三

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。

高三调整心态励志的班会篇四

通过这一堂课，让学生能真切感受到亲情的温暖，并在过程中受到感动，理解亲情的内涵，进而在感动中能自觉校正自己的某些不良行为，养成良好品德，为自觉成才打下基础。

生：有！

生”：看电视看到特别感人的地方。

生!：一次下大雨，妈妈给我送伞。

生#：奶奶临死的时候，把她藏着的#\$块钱给了我，要我好好学习。

生”：这个在电视上看过好多次了。

生!：我在一本杂志上看到他们那里的学校还把为母亲洗一次脚当寒假的作业呢。

生”：我感到爱是要有实际行动的，哪怕是给母亲洗一次脚，也是爱的具体体现。如果光在嘴上说我们应该爱自己的亲人，而不付诸行动，就毫无意义了。

生!：我特别感动。为什么呢？现在像我们吧，好像平时家里人关心我们的很多，在生活上给予我们的关心可以说是无微不至，而我们似乎考虑他们则很少，就认为他们给我们的是应该的，而我们就应该得到他们的爱。生#：说得对。我们也要好好反思一下我们自己了，家人为我们付出了很多，我们也应该给他们以回报。

生”：是的。我也是，就是现在大人老是觉着我们还是孩子，什么也不懂，所以他们觉得我们这也不对，那也不对，时间长了就没有什么好讲的了。

生!：家长也是，一问就是成绩怎么样了？学习能不能跟得上呀？打算考个什么样的学校和专业呀？我们本来学习压力就够大的了，他们不了解我们的心思，所以很难真正谈得来。

高三调整心态励志的班会篇五

高三开学初的主题班会上，作为班主任的你，应该说些什么来鼓舞同学们？下面小编与你分享两篇关于高三开学初主题班会的精彩发言稿，欢迎阅读参考。

高考，是我们人生的大事。

它是黎明的前奏，是天籁的声音，是征的战鼓，是拼搏的号角。

在此，我们必须郑重承诺：在高考备考中，我们每一个人都得全力以赴，奋力拼搏！

首先，我们得充满自信。

各位同学，自信是我们走向成功之路的保证。

著名航海家哥伦布在他的每天的航海日记的最后总要写上这样一句话：我们继续前进！这种看似重复的平淡之语，却包含了巨大的毅力和无穷的信心。

就是凭着这样一份信心，哥伦布向着茫然无知的前方在惊涛骇浪中前进，在艰难险阻中前进，终于发现了新大陆，演绎了世界历史上一段惊人的壮举。

大家高中阶段的航程也到了最艰难最关键的时刻了。

常言道：“行百里者，半九十。”

最后一段路往往是最为艰难难行的。

同学们，无论前进的道路多么崎岖难行，都不要放弃，坚持到底才能胜利。

只要我们勇敢地走下去，我们坚信，我们这个经过长途跋涉的团队一定会发现“新大陆”。

因此。

我们要信心百倍地继续前行。

我们正值青春年少，有勇气，有信心，有干劲，现在的差距不是明天的结果，而今日的汗水必将催开明朝的鲜花。

我们要直面高考，逆流而上；我们要坚持拼搏，勇跃龙门！因为我们知道：青春会因努力而精彩，人生会因拼搏而辉煌！

其次，我们得牢记梦想。

对自己负责，圆自己十几年的大学梦，让自豪与骄傲填满自己的胸膛；对家人负责，回报对你给予厚望的父母亲朋；让笑容在他们的脸上绽放；对老师负责，老师们别无他求，只是想将你沉甸甸的幸福分享；对学校负责，将碧桂园学校的校徽擦得更亮；对社会负责，为中国人在任何时候都能挺直脊梁。

考上理想的大学是每一个高三学子心中的目标。

我们心中有崇高的目标：考清华、考北大，我们向往着一天我们迈进理想的学府。

但停留在想象中的美好绝不可承载起远大的梦想，只有脚踏实地地行动才可让梦想变为现实。

马克思十年如一日在图书馆里钻研，竟把椅子下的水泥磨掉一层，最终著成了《资本论》。

大数学家陈景润为研究歌德巴赫猜想，每天早3点起床，把走路、吃饭的时间当成思考的时间，最终摘取了皇冠上的明珠。

面对远大理想，我们需要勤奋。

“人生在勤，不索何获。”

没有耕耘，哪来收获？没有拼搏，哪有圆梦？

第三，我们得珍惜时间。

我想和大家算一笔帐：让你奋斗两百天，换回幸福百年，你看合算吗？所有的人都会说：合算，那你还等什么，行动起来，让我们竭尽自己的最大努力为实现自己的梦想而拼搏，高考之后将是缀满枝头的累累硕果，相反如果你错过了人生最重要的机遇期，当辉煌的落日沉沦，当你眼中金色的光亮即将消失时，那才是你最刻骨铭心的痛！刚才大家已经用心唱出了：把握生命里的每一分钟，全力以赴我们心中的梦，不经历风雨怎么见彩虹，没有人能随随便便成功。

怎样才能成功？答案是——爱拼才会赢！

200天是短暂的，但我们相信200天足以承托起我们的成功。

回想起我们求学的旅程，12年寒窗，酸甜苦辣尽在其中。

古人云：十年磨一剑。

12年的艰苦只剩下最后的200天了，难道我们还有什么坎坷能阻挡我们在最后时刻的奋斗吗？奥运万米冠军邢慧娜在最后的400米中超过了两人，最终获得了冠军，最后的冲击成就了她的理想，使她站在最高领奖台上。

我们深受激励，也无路可退，只有拼搏。

把握最后冲刺的每一分钟，全力以赴我们心中的梦。

我希望，200天后，所有成功喜悦都交织在我们心中，一切真心的话和开心的泪都在我们心中流动。

一、高考是你自己的事情，不要把它推给你的父母、你的老师！

二、你今天投入越大，回报也就越大。

三、要明白你在做什么？你是谁？你是高考考生！你在为自己的命运及发展做准备，国家给了你一个利用高考初步规划自己人生的机会，你要抓住它并善加利用！

四、高考使你们提前长大成人！在这之前，几乎所有的事情父母都可以帮你解决，但高考只有你自己去拼搏，命运就掌握在你自己的手里！

五、在这人生的重要关头，你们要争做一个勇于承担责任的人！

希望我班全体同学在高三最后的九个月时间里，少安毋躁，拿出干劲，全力拼搏！

『高三，真好』

直面高三，直面高考，已经不再是遥远的事情，不论意识到还是没意识到，不论在学习状态还是没在学习状态，高考都在悄悄地逼近你。

所有真正体悟过高三的人都有一个共同的感觉：高三真好。

一位拚过高三而终于跨入理想大学的学子在他一篇《梦回高三》的文章中深情地写到：“惟有大苦，方能大乐，高三乃是大苦与大乐的最佳结合，高三促成了一次真正意义上的长大，无论是身体，还是思想，都有了一个飞越，失去了高三，生命就失去了一份成熟，而把握住了高三，就把握住了整个人生”。

他在文章中用一副对联诗情画意地勾勒出了他高三的大苦大乐：“何物动人，六月杏花八月桂；有谁催我，三更灯火五更鸡”。

这是一种经过激流险滩后的豪迈，是一种过来人的彻悟。

因此，一个成功的高三，一个“一百次摔倒一百零一次爬起来”的高三，着实让人回味，让人向往，让人热血沸腾。

高三，并不只是背书，做题，成打的试卷，成摞的演草纸，弄清高三内涵的全部，把轨道切入高三，是每个即将结束高二生活的同学刻不容缓的问题。

进入高三，适应高三，从心理到行动，完成角色上的转换，是今天要谈的主题。

一、高三，首先是一种精神，一种状态。

什么是高三精神，曾经在某个高三的教室内，挂着一张标语，上写：“特别能吃苦，特别能忍耐，特别有信心，特别有志气，特别有作为”。

这是学校历届高三精神的真实写照。

不可想像，一个没有理想，没有志气的人，会有所作为；一个没有强大动力作支撑的人，能谈得上吃苦，而且还是特别；一个没有坚韧意志品质的人，能在“人生极处是精神”的拚杀中达到成功的彼岸，体会到苦中之乐的人生真味。

因此，以咬定青山之志，鼓足信念的风帆，以饱满的精神，以激昂的斗志，以强烈的投入拚杀的渴望，以刻不容缓，只争朝夕的锐气，跑步进入高三，是学校对同学们的殷切期望。

二、高三是信念下的执着与顽强。

进入高三，免不了许多的考试，免不了许多的挫折与失败。

当成绩不如别人而想到前景叵测，当苦拚过一段后考试成绩依旧，当看到父母脸上的担忧与关注，许多人都会感到焦虑，

浮躁，对自己的信心与能力产生怀疑，甚至选择放弃，自己扳倒自己。

一名学生苦心撰写一篇小说，请作家点评，作家正患眼疾，学生便将作品读给作家，读到最后一个字，学生停了下来，作家问：“结束了？”听语气似乎意犹未尽，渴望下文。

这一追问，煽起学生无比激情，立刻灵感喷发，马上接续道：“没有啊，下面更精彩”。

他以自己都难以置信的构思叙述下去。

到一个段落，作家又似难以割舍地问：“结束了吗”小说一定摄魂勾魄，叫人欲罢不能。

学生更兴奋，更富于创作激情。

他不可遏制地一而再，再而三地接续。

最后，电话铃响起，打断了学生的思绪。

电话找作家，急事。

作家匆匆出门。

“那么没读完的小说呢”作家莞尔：“其实你的小说早该收笔，在我第一次问你是否结束的时候就该结束。”

何必画蛇添足，狗尾续貂，该停则止，看来你还没把握情节脉络，尤其是缺少决断。

决断是当作家的根本。

否则拖泥带水，如何打动读者”学生追悔莫及，自认不是当作家的料。

很久以后，这年轻人遇到另一位作家，羞愧地谈及往事，谁知作家惊呼：“你的反应如此迅捷，思维如此敏锐，编造故事的能力如此强盛，这些正是成为作家的天赋呀”。

可惜，这位年轻人的热情在第一位作家前碰到挫折后，习惯地选择了放弃，与成功无缘。

再给大家说一个相反的事例。

帖木儿皇帝在敌人紧紧追赶时，不得不躲进了一间坍塌的破屋。

就在他为处境与前途陷入困惑和深思时，他看见一只蚂蚁吃力地背负着一粒玉米向前爬行。

蚂蚁重复了69次，每一次都是在一个突出的地方连着玉米一起摔下来，它总是翻不过这个坎。

到了第70次它终于成功了。

这只蚂蚁的所作所为极大地鼓舞了这位处于彷徨中的英雄，使他开始对未来胜利充满希望。

面对挫折，选择放弃还是坚定不移地继续前行，取决于你对成功的向往，取决于你的执着与顽强的意志品质。

这需要从生活中的点滴做起，有勇气剔除习惯中一切的不和谐音符。

泰国正大集团老板年事已高决定退休，准备在自己的三个儿子中选一个作接班人。

他想来想去，觉得二儿子最合适，从学识，为人，才干。

于是有一天他把二儿子找来，准备和他好好谈谈。

一开始他表示了对二儿子的欣赏和信任。

但老人说他惟一的忧虑是二儿子抽烟的习惯。

因为根据他的经验，一般抽烟的人到45岁，健康就会开始走下坡路，而此时正是一个男人年富力强，事业走上坡路的时候。

如果这时有问题，自然难当重任。

另外还有一个顾虑，说时他目光严肃地盯着儿子：“我认为一个人如果连抽烟这种不良习惯都不能克服，那他怎么能胜任我所托付的重任呢？”烟瘾很大的儿子一直在聚精会神地听着，手里正点着一支烟，当他听完老父亲最后一句话后，内心强烈地受到震动，他仿佛觉得从这一刻开始，自己必须有所决心，并立即付诸行动。

于是他一语不发，把手中的烟在烟灰缸里一掐，从那一刻开始，他再没有吸过一支烟。

平庸与伟大往往只是在一念之间，而这一念往往要有非凡的意志努力。

有人说：你不能决定生命的长度，但可以控制它的宽度；你不能左右天气，但你可以改变心情；你不能改变容貌，但你可以展现笑容；你不能控制他人，但你可以掌控自己；你不能预知明天，但你可以利用今天；你不能样样顺利，但你可以事事尽力；你不能回避挫折，但你可以东山再起，从头再来。

三、高三意味着科学与高效。

高考需要每位同学有理性的头脑，有科学高效的学习谋略。

只有科学的，才能是高效的；只有是理性的，才能是准确的。

我们的手头有许多成功者的经验，但模仿一个成功者的全部，未必会成为另一个成功者。

借鉴别人的经验，规划好自己的高三，体现自己的个性特征，体现科学与高效，才是好的学习策略。

中国科学院首届“十大女杰”之一的胡志红认为她的成功得益于一本书：书中讲一位前苏联生物学家几十年如一日非常严谨地生活，把每天要做的事和做过的事都很完整地记下来。

充实而宁静的每一天铸就了生物学家，当然还有胡志红的成功。

这实际上就是常说的计划。

很多的同学都体验过计划带来的高效。

我国生产台球桌最大的公司老总，号称台球大王的甘连舫谈他的经营之道时说过一句话：“人不怕自己腿瘸，就怕腿瘸不会用拐”。

98年，腊月二十七放寒假，复习班有一个宿室的八位同学相约：在假期的七，八天里，不改变在校的学习计划，包括早5:30起床，跑步，早读，直到熄灯。

他们基本上做到了。

六个月后，八个同学在当年的高考中全部过线（当然那时省专线的比例远没有现在大）。

后来，他们中间的一位说：“春节早上5:50，在淡淡的晨曦里，在四周村庄连绵不绝的炮竹声中，跑在家乡的小路上，突然有一种感觉，感觉一瞬间战胜了自己，成功就在前方的伸手可及处，心中原有的忧虑与自卑一扫而空，代之的是阳光灿

烂，四周是那样的迷人和美好”。

体悟人生，战胜自我，各人可能有不同的机缘。

严格地执行自己的计划，可能是这位学生的初衷，但期间的人生感悟，则是意料之外的惊喜。

这样的春节，必将深藏于他一生的记忆之中，成为一种宝贵的人生体验与财富。

规划高三，也许很容易，关键在于不论风清日淡，还是电闪雷鸣；不论是坎坎坷坷，还是一马平川，都能坚韧不拔，始终如一地执行它。

坚持就是科学，坚持就是高效。

四、高三要打有准备之仗。

从实际意义而言，高三已经开始，利用好这几十天，做好充分的精神和物质准备，即把心态调整好，把知识的基础打得更扎实，是当务之急。

过去的高二，成绩自然有好有差，但请大家注意，这一年中，机会等在每个人的门前，自暴自弃，认为己不如人，还为时太早，把成绩拿上去，战胜高考，其实只是需要一点点勇气。

有一位法国记者，叫马维尔，去采访林肯，问：“据我所知，上两届总统都想过废除黑奴制，《解放黑奴宣言》早在那时就已草就，可是他们都没有签署它。

请问，他们是不是想把这一伟业留给您，让您成就英名。

“林肯说：“可能有这个意识吧，不过如果他们知道拿起笔需要的仅仅是一点点的勇气，我想他们一定非常懊丧”。

马维尔还未再问下去，林肯的马车就出发了，他一直没有弄明白这句话的含义。

林肯去世50周年后，马维尔才在林肯致朋友的一封信中找到答案，林肯在信中谈了幼年时的一段经历，“我父亲在西雅图有一处农场，上面有许多石头，正因为如此，我父亲才以较低的价格买下，有一天，母亲建议把上面的石头搬走，父亲说：‘如果可以搬，主人就不会卖给我们了，它们是座小小的山头，都与大山连着’。

有一年，父亲去城里买马，母亲带我们在农场劳动，母亲说：‘让我们把这些碍事的东西搬走好吗’于是我们开始挖那一块块石头，不长时间就把它们给弄走了，因为它们并不是父亲想像的山头，而是一块块孤零零的石块，只要往下挖一英尺，就可以把它们晃动。

“林肯在信的末尾说：“有些事情一些人之所以不去做，只是因为他们认为不可能，其实，有许多的不可能，只存在于人的想像之中”。

读到这封信的时候，马维尔已是76岁的老人，就在这一年，他决心学习汉语。

据说3年后的1917年，他在广州采访，是以流利的汉语和孙中山对话的。

所谓心理上的准备，就是在这几十天里，建立自信，相信自己能行，在这个大的前提下，规划高三。

正如林肯说的：“只需一点点的勇气”。

与高三相比，高一，高二是基础阶段。

老百姓把升大学形象地喻为跃龙门，高一砌一个台阶，高二

在高一的台阶上再砌一个台阶，高三，从高二的台阶上助跑，起跳，跃过去，即成功者。

这里有两个问题，一是如果高一台阶很低，高二也很低，那么高三的起跳就会跃不过去，因为这超出了他能力的极限，即失败者。

因此，不要小看高二离高考还远的这一天，少砌一块砖，就少一些高度，增加一份跳过去的困难；二是起跳，达到理想的高度，要有助跑，要有回旋的场地，高二的台阶要够高更够宽。

因此，在未来的几十天里，要把高二的台阶砌高，砌宽，带着信念，带着“笨鸟先飞”的充实步入高三。

高三是紧张的，也是让人向往的；高三是艰苦的，也是收获的。

无怨无悔的拚过一次，也许是人生最难得的财富。

“人能走多远，这话不是要问两脚，而是要问志向；人能攀多高，这事不是要问双手，而是要问意志。

于是，我想用青春的热血，给自己树起一个高远的目标，不仅是为了争取一种光荣，更是为了追求一种境界。

目标实现了，便是光荣，目标实现不了，人生也会因这一路风雨跋涉而变得丰富而充实。

在我看来，这就是不虚此生”。

谨以汪国真的这段话送给新高三的小伙伴们。

让我们在若干年后，再次回忆起高三，能都说：“高三真好”。

宣誓仪式。

全体学生起立，举起左手，在班长的带领下宣誓：在新的学期里，我要严格执行我的计划，努力奋斗，学会学习，学会生活，学会做人。

我一定要取得好的成绩！我相信：新学期，我能行！

『既然选择了远方，便只顾风雨兼程』

弹指一挥间，三年了。

今天，在这里，在同样的操场上，号角再次吹起时，三年前曾经的远方就在眼前了。

好样的，我们的勇士们。

从三年前第一次站在这里的那天起，你们就是最棒的！

军训时第一次并肩作战，你们就为云天化中学中的校徽开始增添光彩。

高一高二两年里，你们留下了一抹抹绿色。

无论是竞赛，是联考、是运动会，你们秣马厉兵，你们无畏冲锋，取得了一次又一次的辉煌。

高三这一年里，在这绿意嫣然的枝头上，你们还继续创造着美丽。

风越大，浪花开得越美.....

看，那是木棉花怒放枝头——西樵山下，传校旗，恰似狂舞龙；发誓言，破云霄，直上九重天；竞赛场上，举重若轻，戏碧波，畅游湖海边；蓝天下，青山前，把青春誓言写，断教毕生永不悔！

看，那是野菊花在石缝里谱写坚强——暂时的落后，并不为耻，驰而不息，即使慢，一步步地靠近，自信定能达到所向的目标。

载着奔赴战场的最后一段路上，你们将经历人生最大的坎坷。

懒惰、灰心、疲倦……这些纸老虎都可能悄然袭来，但是，既然选择了远方，便应风雨兼程。

如果没有战胜怯懦的勇敢，就不会听到胜利的宣言；如果没有斩断徘徊的毅力，就不会延伸前进的航线。

在破茧而出的前一刻，蝴蝶将经历毕生最大的痛苦和孤寂，只有那些能忍受到最后不放弃的，才能最终领略朝阳和甘露的美好。

勇士们，在这最后的冲刺里，在你们的父母在为你们感天动地的日夜祈祷中，在高三级全体老师和全校领导全力以赴的支持下，请你们用崭新的力量，用创造奇迹的热情，用坚不可摧的斗志，克服一切来自外界和内心深处的阻力，让这战争的烈火见证你们破茧而出的新生，铸就你们年轻的辉煌！当高考的火苗点燃最后一根引线时，我们相信，云天化中学中的每个人，都将骄傲的对所有人说，在20xx年夏天的这场战役中，创造了云天化中学中最灿烂的辉煌！！

1.开学初主题班会教案

2.高三开学主题班会

3.开学初收心班会

4.开学主题班会

5.开学初班会课教案

6.高三开学班会

7.开学教育主题班会

8.大学开学主题班会

高三调整心态励志的班会篇六

高三是学生学习生活中一个关键的阶段，这个阶段，学生可能以不同的状态去度过，可能是疲惫的身心、焦躁的情绪，也可能是充沛的精力、愉快的心情；可能是无序的安排和不理想的成绩，也可能是合理的方法和满意的成果；可能是人生中充满挫折的一段痛苦经历，也可能是前进途中满载收获的一种美好体验。

在学校全力推行素质教育理念的环境下，我们更多的关注到非智力因素对学生的影响。我们给予学生的高三生活，应当有一个和谐的集体，能够给学生温暖和归属感；有一些精彩的活动，能够感动学生的心灵，引发学生的思考；有一些恰到好处的指导，能够在学生需要的时候给他们及时的关心。

班会是班主任开展教育活动的一个重要阵地，因此，精心设计组织好高三年级每一次班会，是达到这一教育目的的关键的一个方面。

主题系列主要目的参考题目规划高三系列

让学生对自己高三这一年如何度过有所规划，有计划、有准备的安排好高三生活。

通过教师引导或同学交流对学生进行学习方法指导，提高学习效率。

引导学生对未来人生进行规划，激发学习的热情和动力。

对高三学生进行心理指导，让他们在高三保持健康的身心，奋斗过程中感受高三的快乐。

引导学生共同构建良好的班级氛围、和谐的集体环境，这样也能更好发挥学生的潜力。

班级与我竞争与合作团结进取感恩与责任教育系列

教育高三学生懂得感恩与理解，懂得付出与回报，增强社会责任感，激发学习动力。

教育学生成功需要不懈的努力与奋斗，坚强的意志是成功的必要条件。

自信是成功的基石意志·性格·命运细节决定成败

1、在上述各系列班会内容中，各班主任在高三学年中至少应选择每系列中的一个内容开展班会，进行相应教育。

2、每一次班会前，请班主任认真备课。班会的内容应当提前让学生知道，让学生有一个接受教育和参与活动的心理准备。同时，班主任要充分发挥团支部、班委会的作用，充分调动学生的积极性，让学生参与整体策划和实施，坚持“以学生为本”，让学生真正成为活动的设计者、组织者和参与者，在参与中感悟，在过程中体验，在潜移默化中促进学生身心发展。

高三调整心态励志的班会篇七

伸：一片漆黑里，我们摸索着那扇通往天堂的大门。

丽：曾经我们都以为它离得太远，一次的跌倒，两次的绊足，

三次的相撞，信心便轻易的.在无助中绝望，在绝望中崩溃，在崩溃中懈怠。然而，终于有一天，我们还是看到了天堂的模样。回望起点，那却不过是一米的距离。一米的距离向往着长远的的拼搏。

一起：我宣布高三五班《美在拼搏里》主题班会现在开始

伸：视频中的同学们对未来充满希望，梦想的不同更让未来的天空色彩斑斓，一张张图片的拼接化成了步向高三路上的点点足迹。未来在每位同学的心中种下了含蓄待放梦想种子，高三的拼搏因梦想而美丽。

丽：点点欢笑中告诫我们，不荒废时光，不啃老抓住今天向往明天逆流而上，在拼搏中前进成功的就是自己。

伸：那未来你会是什么样子呢？是虚度光阴的碌碌无为还是拼搏奋斗的年少有为？请大家分成小组拿出画笔画一画十年后的自己。

(帅)伸：一个去远方那个支教的教师梦让人钦佩，希望你真的可以为基层的孩子们带去希望，能够为孩子们拼搏。

(怡)丽：可以看得出孙美怡同学是一位爱心人士，你一定会为公益事业做出贡献的。

(震)伸：为了步入社会的职业梦想，希望你为了这个梦在高三继续拼搏。

(婷)丽：希望那个xx同学将来成为园丁中的一员，为祖国培育出更加美丽的花果。

(爱)伸：以为有环保意识的导游，即观赏的名山大川也为祖国环境做贡献。加油拼搏吧！

丽：希望同学们通过拼搏努力实现自己的梦想，今天我们面临着人生的伟大挑战：这是一场xx与灵魂的挑战，这是一场汗水与拼搏的挑战，除了迎难而上我们别无选择！

伸：学历不代表能力，但学历是你拼搏努力的成果，获取一份优秀的学历是一段长远过程更是一段拼搏的过程。

丽：总有一种过程，充满坎坷，却成了日后最感动的缘由。

伸：总有一种感情，笑骂皆趣，却有一天会懊悔当初没有珍惜。

丽：总有一次考验，你花费一年的时间去准备，在这一年全力以赴为了一个认定的目标，这个过程不仅仅给你带来了一个读大学的机会，同样地，塑造了你这一生中为了目标而拼搏的能力。

伸：这个过程叫做高三，在拼搏的高三生活中有着源于父母的亲情让你明白在高考这场战役中，你不是孤身一人。当你疲惫时，是否还记得父母充满希望的坚定的眼神。

丽：我们这里有来自家长的一封信

丽：拼搏的路上，有家中的温暖等离不开老师的谆谆教导，他们就是辛勤的园丁，请我们的班主任张老师为我们高三的拼搏路上致词。

伸：感谢家长和老师对我们的鼓励，相信同学们在信念在心里，拼搏在路上。

一起：请全体起立，请举起右拳(两个人读题目)

伸：美丽就在拼搏里，我们在路上让我们!高唱班歌

伸：天道酬勤是我们的信念，拼搏奋起是我们的精神。“为山九仞，功亏一篑。”在这最后的一年里，我们将用青春与岁月的激情，编织我们葱茏岁月的梦想。

齐：我宣布高三五班主题班会到此结束。

高三调整心态励志的班会篇八

大家下午好！很荣幸来参加你们班的期中总结班会。

开学以来只有两个月，你们中的很多人给我留下了非常深刻的印象。学习态度极其踏实认真刻苦的人很多，如xx等等。数学思维非常敏捷而深刻的人不少，如xx等等，也有偶尔灵光一现的同学，如xxx等。今天，你们请我来就期中数学做个总结，其实这个总结我在课上说过，数学期中考试大家表现还不错，但这个场合，这个机会，我想说点别的，我想给大家鼓鼓劲，加加油，和大家探讨一些问题，给你们提一点建议。

我的第一个建议是：你应该承认高三是你人生的转折点。可能还有些同学孩子得过且过，或犹豫不决，表现在行动上听课走神，作业落实不好。其实在你们面前路不是很多。你试想一下，第一条路你能马上出国留学吗？事实上决定出国学习的同学都已经都走了，学托福的学托福，学雅思的学雅思，基本上已经准备的差不多了，都快走了。因此这条路被pass掉了。第二条路你能拼爹吗？如果你有一个好爹妈，能找个熟人拖点关系上个大学，但也不可能是好大学，或者也只能在自主招生中加点分，但这也帮不了多少。当然很多人没有这样的好爹妈，当然即使没有你也犯不着回去责怪他们。因此这条路也基本上被pass掉了。第三条路你是富二代吗？即如果我家很有钱，有企业将来也不愁没出路，也不用上什么大学吗。其实没有或者极少，你们中绝大多数都是父母用工资含辛茹苦抚养成人的，因此你们也做不了富二代。这第三

条路也被pass掉了。你无路可逃了，其实你还是比较看重自己的成绩得，还是比较希望依靠自己的奋斗来赢得自己的地位和尊重，也就是说你注定不会裸奔的。

我的第二个建议是：学习中抓落实很重要。有一个数学式子很有哲理： $0.9365=0$ 。意思是说假如每天你学懂学校要求的90%，一年下来你其实明白的非常少。试想一下，你们中很多人其实听课听懂了90%了吗，作业得分到达90分了吗，总结反思知识和方法掌握了90%了吗，我想我要现场调查的话，你们中很多人会选择沉默。那你会说，老师按您说我们都完蛋了？不会的！关键是你们的态度，如果你要向你的目标迈进，你要变化，你要发展，你做出正确的行动。比如，从提高听课效率，提高作业质量，积极答疑总结等方面紧跟并达到或超过教师的教学要求，如果一次达不到，多来几次复习，在前面那个式子前一个系数 m 也是可以趋向于1的，相信你，你要马上行动起来，抓好落实，一步一个脚印的，只要你得行动越坚决，你重复的遍数越多，你肯定能行的！

我的第三个建议是：学习中意志坚定尤为关键。有一个保龄球效应很有说服力。

$10+10+10+10+10+10+10+10+10+10=300$ 。就是说如果你意志很坚定，每天你的表现可以得到满分，那么最后高考你一定是黑马，你会创造奇迹的！因此，我有了奋斗目标，有了行动计划，这个计划有短期的，长期的，当然是很好执行的科学的计划，只有你坚持不懈地走下去，你肯定有成功的一天的。

李开复说：做你最好的自己！你可以说，高三了，做最好的你自己，拼了！你可以说，为理想拼了，为家庭拼了，为社会拼了，其实都是为了你自己！

我就说这么多，希望你们有收获！好的，谢谢大家的聆听！

高三调整心态励志的班会篇九

新学期、新气象

二、活动主题：

道德规范教育、遵纪守法教育、遵守学校制度教育

三、活动目的

- 1、新学期新的要求，统一思想，统一认识。
- 2、强化常规管理
- 3、重申遵守纪律的重要性。

四、活动步骤

1、活动准备

- (1) 部分同学准备发言材料，总结初中学习生活的得与失
- (2) 新学期计划

2、活动实施

- (1) 班长主持会议（开场白）

回望着身后我们共同留下的那串印记，不由得让我们的脑海中泛起一阵微波，在那倾注了我们太多欢乐，太多泪水的日子里，我们渡过了完美的初中时光。在新的学期里，我呼唤所有的班委及团员能尽自我的努力来维持班级的气氛，我坚信同学们会把最新的气象展现出来，在新的学期里，我坚信我们高一年（5）班会做的更好，让我们共同努力，共同改变，共同完善我们的这个团体吧，力争让我班的明天，有一个更

大的飞跃！

(2) 同学代表发言，总结初中学习生活的得与失，并谈谈新学期的打算

(3) 班主任总结，提出要求和期望：

同学们，你们此刻又在同一齐跑线上，龟兔赛跑的故事大家早已明白，有些同学虽然速度不快，可是要他能坚持不懈，就必须能获得最终的胜利。有些同学速度较快，但如果他不珍惜时间，跑跑停停，仍会落后。期望大家抓住新的机遇，迎接新的挑战，振奋精神，全力以赴，跑出自我的水平。