

最新冲刺班会主持稿 冲刺期末班会教案(实用8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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

冲刺班会主持稿篇一

使学生从本周开始，正式面对期末复习的到来。

(二)出示小黑板，小组讨论。

- 1、请学生按小黑板上的要求，给大家说说你是怎样想的？
- 2、你了解关于成功的考试应有什么的心理吗？
- 3、结合本班实际，评出最佳小组，奖励红花。

(1)每天说一句:爱自己，爱学习。

(2)文明用餐。

举手要主动有礼貌。

- 1、本周园地八成绩受表扬名单。
- 2、多喝水。

冲刺班会主持稿篇二

在一个学期的学习中，我们有许多同学用他们的努力、勤奋

和汗水，赢得了进步，赢得了班集体的荣誉。下面我们，利用这次大会对这部分同学进行表彰，首先请上我们期中考试成绩优秀的同学。

这些同学取得进步，获得荣誉。虽然都与他们的勤奋是分不开。但有效的学习方法起到了更为关键的作用。下面就请成绩优秀的学生代表 为我们介绍他的学习经验。

同学们，考试的号角已经吹响，胜利的旋律已在空间回荡。英雄弯弓，箭在弦上，长风破浪正此时，直挂云帆济沧海，我们要马上行动起来。现在我们803班、804班、805班、806班、807班的同学已经对成绩暂居他们的前列的班级，跃跃欲试了。下面就请这几个班的同学代表，向他们的努力目标801班同学宣读期末考试挑战书，并进行考前宣誓。

801班的同学听到，这几个班的同学已经在向你们挑战，你们是否感受到了压力？下面就请801班的同学代表宣读应战书，并向他们的前进目标802班同学挑战。以及带领全班同学进行考前宣誓。

下面请我们802班的同学代表宣读应战书，并带领全班同学宣誓。

最后由年级组长尹老师作总结讲话

同学们，临近考试，请你放下包袱，用平和积极的心态，坦然的迎接考试，迎接梦想的飞翔。请带上最锐利的头脑，握紧最有力的拳头，拿出你们的智慧，拿出你们的勇气，挑战期末考试，去谱写属于你们自己的辉煌吧！你们一定会为自己、为父母、为学校所有关注你们的老师和亲人交上一份满意的答卷。

最后，预祝全体学生此次期末考试圆满成功。

冲刺班会主持稿篇三

大家好!

三年前，我们怀着对未来的美好憧憬，载着家人的殷殷期盼，坚定地迈进了——的校园；今天我们在这里，郑重地面对中考赫然醒目的战书；今天我们在这里，吹响一百天决战冲锋的号角。我们坚信，正是在这里，新的辉煌将张开腾飞的翅膀。

蓦然回首，十年寒窗苦读，三千六百多个日日夜夜，铸就了我们必胜的信念与坚不可摧的意志。书海的沉浮已不再让我们动容，风雨的磨砺只会让我们愈挫愈勇，我们的目光从来没有像今天这般坚定执着，我们的思想从来没有像现在这般成熟饱满，我们的心灵从来没有如此激荡燃烧。

少年自有少年狂，藐昆仑，笑吕梁，磨剑十年，今将试锋芒。

如果说之前的十年是漫长的马拉松，我们已进入那最后的冲刺，如果说从前的付出是勤恳的耕耘，我们已面临夏秋之交的更迭，我们早已拉满弓，上好箭，我们唯一差的，就是这最后一百天的努力，最后一百天的挥汗如雨。鲜红的终点在前方真真切切，成功从来没有如此贴近我们年轻的生命，在未来的一百天里，受太阳之光华，乘春风之快意，御天地之灵气，是强者必可脱颖而出，是胜者必可力压群雄。

一百天的时日，我们举目望苍穹，不是为了摘星取月，而是为了有一个永不屈服的姿态。

一百天，给自己一个目标，让生命为它燃烧。

一百天，我们将用青春证明，没有比人更高的山，没有比脚更长的路。同学们，冲锋的号角在耳边响彻，波澜壮阔的画卷已经尽情铺展。永不言败的信念，可以让脚步更加坚定；踏实勤奋的学习，可以让进步更加显著；平实严谨的作风，可以

让道路在脚下更加延伸；激情火热的勇气，可以让未名湖、博雅塔的风景在我们眼前更加鲜明夺目。

乱云飞渡，战士信念未移；驰骋疆场，方显英雄本色。足够的博大，让我们扬鞭策马，登高临远，足够的坚强，让我们穷且益坚，不坠青云之志。让我们不负学校重托，不负恩师厚望，不负青春梦想，顽强拼搏，乐战不怠，全力以赴，铸我辉煌。

同学们，让我们奋斗一百天，智慧与梦想就能在六月尽情绽放，奋斗一百天，未来与希望就能在六月美丽夺目，奋斗一百天，汗水与泪水就能在六月结晶闪光。奋斗一百天，便是我们的胜利，永恒的辉煌。

冲刺班会主持稿篇四

今天我在这里演讲的题目是：宪法日增强遵纪守法意识。

“法律”可以说是黑色的，因为它在犯罪人面前，意味着判决、处罚；“法律”亦可以说是红色的，因为它在无辜者面前，代表着正义，公平。当某人被证据确凿地证明有罪或无罪的时候，法律就得到了体现，正义就得到了伸张。“法”是体现统治阶段的意志，国家制定和颁布的公民必须遵守的行为规则，“律”是具体的规则，条文。“法”、“律”结合起来，组成了这个社会中神圣的词语。古罗马的西塞罗曾在《论法律》中说道：“法律是根据最古老的、一切事物的始源自然表述的对正义与非正义的区分，人类法律受自然指导，惩罚邪恶者，保障和维护高尚者。”法律在这个社会中是一种权威，大家需要参照它来生活；法律是一扇屏障，是那些弱小的人温暖的家，他们的利益在这里得到了保障，他们权利在这里得到了自由；法律更是一条粗大的铁链，它紧紧地绑住犯罪分子，让他们无法在这个社会中胡作非为。

福所必需的。”遵纪守法是每个公民应尽的社会责任和道德

义务。一个国家即使经济实力再强，假如没有健全的法制，没有遵纪守法的国民，仍不能算是一个真正文明、强大的国家，照这个标准来看，大家离真正的“强盛”还有相当一段距离。虽然，我们国家目前已经构建起了比较完备的法律框架，普法教育也搞了多年，但实事求是地讲，“遵纪守法”四个字还远没有成为所有公民的自觉行动。应该说，大家这个五千年的文明古国，虽然距离一个真正意义上的法制国家尚需时日，但却并不缺少建立和谐社会所必不可少的道德传承。民众对法纪是忠诚的，他们甚至希望像苏格拉底那样用生命去追随自我心中神圣的法律。古希腊雅典的“当权者”以对神不敬等罪名逮捕了苏格拉底并判他极刑。临刑前，他的弟子们决定帮他越狱，而且一切都准备妥当。但苏格拉底却说：“我的信仰中有一条就是法律的权威，既然法律判处我极刑，作为一个好公民，我必须去遵守。”苏格拉底最终带着对法纪的忠诚含笑离开了人世，但他的思想却流芳百世。

在大多数国人来看，苏格拉底确实有点迂腐，既然法纪本身不公正，那为什么还要服从呢？有人认为，由于大家的道德准则与正义原则并不完全一致，也就必然存在意见分歧与矛盾。因而，为了建立良好社会秩序，人人都应当遵纪守法。在人们当家作主的现代中国，法律是人们代表大会代表人们制定出来的，反映了人们的基本意志，大家更应当自觉遵守和维护。什么时候，大家们国家不仅经济实力足够强大了，而且“以遵纪守法为荣、以违法乱纪为耻”的荣辱观也真正成为一种被全社会广泛认同、自觉追求的公共时尚时，中华民族的实力才能软硬兼备，傲立于世界民族之林。

遵纪守法是现代社会公民的基本素质和义务，是保持社会和谐安宁的重要条件。在社会主义民主政治的条件下，从国家的根本大法到基层的规章制度，都是民主政治的产物，都是为维护人们的共同利益而制定的。“以遵纪守法为荣、以违法乱纪为耻”，就是遵从人们意愿、维护人们利益的高尚之举，必将受到人们的肯定和赞同。这应该是每一个积极向上的人所追求的荣誉所在。

总之，只有遵纪守法才能获得自由。法纪不仅反映人们的意愿，也是人类对社会生活的深刻总结，反映社会发展的客观规律。遵纪守法是遵从规律的表现，是聪明睿智的表现。马克思曾经讲过，“法典是人们自由的圣经”。逆法而动，越规而行，不是什么勇敢的举动，恰恰是无知和愚昧的表现。这种无视实践经验、无视客观规律的行为，绝不会带来什么好的后果，终究难逃客观规律的制裁。例如有人对交通法规毫不在意，任意穿行。当灾难降临时，既贻害自我，也贻害他人，留给大家的绝不是对英雄行为的扼腕痛惜，而是对冥顽落后的鄙视和警示。

谢谢大家！

冲刺班会主持稿篇五

a□下午好！

b□又到了一周一次的主题班会，大家有没有期待呢？光阴似箭，日月如梭，转眼，期末考试就要来临了。

a□这可是我们在进入初中以来的第一次考试，我们当然要认真面对。

a□那么就让我们来进入今天的主题班会：期末考试吧！（点击下一张）

b□请大家读幻灯片上的话。

a□有没有同学愿意回答一下上面的问题？

（如果没有抽人）

b□同学们都回答的很不错。下面我们给大家总结了几个复习计划，大家可以参考一下。（出示下一张）

a□有没有同学愿意来读一下这些方法?(请人来读)

(b负责出示幻灯片□a负责请人□b听到读完了就点下一张，直到方法点完为止)

a□谢谢同学们的回答。上周，我们也去采访了我们三位主课的老师，让我们来听听她们给我们总结的方法吧!(出示下一张)

b□这是刘老师给我们的总结方法，请大家一起读读吧!

a□(出示下一张)这些方法很有用。下面我们来看看段老师是怎么说的吧□(ab一起读，最后一条括号里的不读)

b□接下来就是数学了。我们掌声有请汤老师给我们总结方法!(出示下一张)

a□谢谢汤老师的方法，相信大家都听进去了。已经是期末了，我们的同学都是好学生，已经进入了复习阶段。

b□每个人都有他自己的复习方法，那么我们就来听听同学们是怎么复习的吧!(出示下一张)

a□好吧，下面我们来玩个游戏。游戏规则请看幻灯片。(出示下一张)

b□请大家一起读游戏规则。

a□好，下面游戏开始!

(木兰诗和水调歌头因为没学过，背出一句就算过。如果输了就出示幻灯片上的诗名，等那个人背不出来或者背出来后再出示整首诗)

b□精彩刺激的游戏后，就是今天班会的总结了。有请汤老师!(出示下一张)

a□快乐的时光总是短暂。好吧，今天的班会到此结束。

b;同时也希望大家认真复习，在期末考一个好的成绩!我们下周

ab□再见!

冲刺班会主持稿篇六

主题：缘分，珍惜，回忆，人生。

为什么要开这个班会：

缘分与珍惜

最近我都在想，以前我真的舍去了很多很多，同时也失去了很多。同学、老师，一起生活的、一起学习的、一起打过球的让自己最懊悔的是，我却记不起一个名字，或者是一张笑脸。那时候不知道珍惜，不懂得去珍惜，现在回忆起来其实现在的我们很好，互相之间都不缺乏默契。在刚知道分班的结果的时候，我就很兴奋地跟自己说，大二我们一定能相处得很好，可以搞很多的活动、做很多的事情，让我们每个人都会留下永不磨灭的记忆。但是，到今天，我却发觉，我们都在默默地度过了大二的大部分时光。隔膜、隔膜，我们之间还存在着很多隔膜，其实我们并不缺乏交流，但是很缺乏了解。时光磨灭了自己所有的幻想。

我们都来自五湖四海，今天我们都生活、学习在这一个小小的地方，等那一天我们真的分道扬镳了，这是怎么样的一种感觉如果在接下来的日子里，我们还在重复着过去，我们还是走在原路，都没有去或者没想过真正地珍惜我们剩下的、

在一起的日子，然后在以后的那一天突然发觉，原来曾经我们又在无意中失去了时间的追赶，让我们无法停下来喘息，十几年的学业在这里也即将化为句号了。同学们，我们应该一起！我们要一起，一起去面对、一起去感受。人在患难的时候会会见真情，那当我们一起去面对一些事情的时候，我们就更能了解我们也包括自己。我们要一起去笑、一起哭、一起感受快乐的、感受感动的时刻。生活为我们创造了更多的机会让我们去感受。假如我们没有在一起去经历，那么如何去感受呢我觉得我们是是可以做的. 更好的，让我们在人生中的那一天回想起来，哦！原来我们曾经有那么美好的一段时光，大家都是那么地珍惜、那么地想念，真想回到那时候再给每一个同学一个深深的拥抱。让我们的记忆更加特别。

冲刺班会主持稿篇七

不同的视角，不同的心境，不同的选择在你的生活中会有不同的感受。当事实不能满足你的要求而产生的压抑感会深深地镶在内心深处，郁积着某种程度的伤害与阴影会使情绪低落。这个时候需要冷静下来思考，我们究竟为谁而活？活着就该做自己的主人。

了解与熟悉一个人很难，很多时候连自己都无法理解，何况要充分地去了解别人，别奢望能有十全十美的人和事，放松心情面对任何你需要处理的事情，不要去害怕结果会如何。人最惧怕面对自己、赤裸裸地面对自己，许多孤单的感觉都是源于自尊心的缺乏。

在你给朋友打电话的前一秒钟不妨想一想对方在你心目中的地位，以及你在对方心目中尽可能所处的位置。一个电话没什么了不起，却能认知自己的所为是否正确，而导致的尴尬或开心直接影响着情绪，不至于让心理失衡。

当情绪低落，希望找一位善解人意而平时无话不谈的朋友，而对方正忙碌于工作，没等你开口对方告诉你他（她）正忙

得要死一会再给你打过来，你要很识相地挂断，明知道这是托词，也许对方永远也不可能主动打过来。当你心情愉快，需要和朋友一起分享时，而遭到同样的推搪，千万别郁闷，这个时候，不妨冷静下来想想，你是他（她）什么人？如果他（她）的老婆（丈夫）或孩子给他（她）打电话，就是忙得喘不了气，有可能会一口回绝吗？对他（她）来说，亲人胜过朋友，朋友只是解闷发泄、分享快乐的对象，毫无利用价值，也没有任何利益关联，他（她）没有必要在繁忙时处处为你的心情着想。

“要穷，穷得像茶，苦中一缕清香。”“要傲，傲得像兰，高挂一脸秋霜。”，懂得尊重自己，然后更好地去尊重别人，千万不要给自己心理上增加任何负担，只有这样才能走出尴尬，给自己阳光般的好心情。既维护了自尊心带来的失衡，摆脱困惑，更能看清人性的自私，以理解和宽容博得别人的尊重。

以韩剧中的一句话：“如果不想受到伤害就不要去爱。”来做为此文的开始，最合适不过了。往往不撞南墙不回头者居多，不经历风雨怎么能见彩虹做为借口而永往直前，直到尝尽酸甜苦辣后，感慨精典句的精典所在。

当你的梦中情人对你说：“忘了我吧。”你会意外地大笑、泪流满面？还是伤心欲绝地大喊大叫，或者咬牙切齿地痛恨对方的无情无义？或许你会无奈地选择离开，任何的一种情况都有可能出现，面对这样的结局，你想过放弃，放过自己成全对方吗？难——难就难在不舍，不甘心于付出的真情。爱是不需要回报的，但没有回报的爱是痛苦的。

如果是我，我会给对方一个微笑，然后说“谢谢。”谢谢对方的坦诚，爱，不是一个人的事，既然不爱了，就要及时、明白地告诉对方，这绝对不是阿q的精神胜利法，也许很难做到坦然，但必须要这样做。爱过了，注重的是过程，而不是结果，不管结果怎样，那种美好的感觉在走过的一路风景中，

是无法让人忘怀的。梦其实就是自欺欺人，活在梦里不如走出梦境，挥一挥手不带走梦里的一丝柔情。唯有让时间来冲淡爱的痕迹，让牵手的感觉在记忆中升华。

爱上一个人比忘记一个人要容易的多。爱的悲哀在于对的时间里遇到错的人，或在错的时间里遇到了对的人。两个人的世界可以是朋友，可以是仇人，也可以形同陌路，从此相望于江湖。近在咫尺却感受不到心跳，忘记是医治伤痛的一剂良药，病去如抽丝，唯有时间才能让病根彻底去除。

女人是一所学校，男人最终还是要毕业，走出校门的那一刻，女人你是否想过怎样才能挽留住曾经给你自豪的脚步，美丽让男人停下脚步，智慧让男人留下陪伴你一路同行。爱情就是一场游戏，只是游戏结束迟早的问题。有些人玩一辈子游戏不曾停止过而有些人注定一生中要停停走走，结束开始，开始又结束。反复中遍体鳞伤，焦头烂额。一首歌词中唱道：男人是东西，女人可以随意地抛弃，爱情就是一场游戏。乱七八糟的词，回过头来想想，幽默中不无哲理。

爱情不是人生的全部，家却能给你一生的幸福。每个热爱生活的人都向往拥有一个家，家的温馨让所有疲惫不堪者找到心灵的归宿。永远只是一回首的距离，明天会是什么样，再说吧，我无所谓。对待生活中的任何事，包括爱情、亲情、友情都需要一颗平常心，缘来时珍惜，缘尽时感恩生活给予我们的不灭记忆。活着，就是在完成一个回忆，回忆曾经的美丽，在回忆中深悟人生的意义。快乐是一个人心中最灿烂的太阳，希望温暖的阳光每天都能在头顶上盘旋，爱自己的同时，爱身边你所爱的和你所恨的，当你回首往事的时候，依然会感受着发自内心的微笑。

冲刺班会主持稿篇八

下午好！

现代医学告诉我们，一个人的健康既包括身体健康，又包括心理健康，单纯地追求身体健康而忽视心理健康，不仅会导致精神疾病的发生，而且会诱发多种躯体疾病。

现代社会由于运转节奏的加快和竞争局面的不断加剧，人们的心理负担也越来越重。特别是对处于人生特殊阶段的青少年来说，你们面临着生理的、认识的、情感的、社会的多方面的现实问题，面临着升学的巨大压力，因而必然承担剧烈的心理冲突。

对于青少年来说，有一定的情绪波动是正常的，但是如果表现过于强烈，就容易造成心理失衡，影响正常的学习和生活。大量事实证明，心理健康不仅有利于青少年的身体健康和良好学习成绩的取得，而且还能使青少年正确地面临困难和挫折，对各种社会环境有较强的适应能力。许多心理学测验也证实，当一个人情绪好的时候，往往会精神振奋、干劲倍增，思维敏捷，效率提高；反之，则会无精打采，思路堵塞，效率下降。

一、有远大的志向。心理健康的青年人，有高尚的志向理想，有远大的奋斗目标。他们把“天下兴亡、匹夫有责”作为个人生命的整体认识和根本态度，因而不计较个人得失，名利大小，不会因为遇到一件小事，就悲观失望或高兴得发狂。他们能让自己的情绪按照正常的轨道前进、发展。

二、对自己有一个正确的认识，并自尊自爱。心理健康的人具有自知之明，有自我反省的能力。他们能通过自己与先进人物及周围人物的对比来认识自己、解剖自己；他们不但能了解自己的优点、缺点、兴趣、爱好，还能正确评价自己的能力与性格，并据此安排自己的生活，学习和工作，因而他们具有较高的成功率。他们既不好高骛远，狂妄自大、目空一切，也不自菲薄、自轻自贱、忧郁颓废，人际交往中他们既自尊自爱，又尊重他人。

三、能正视现实，勇于解决问题。心理健康的人能和客观现实保持良好的接触，能对周围的事物有清醒的客观的认识；能正视困难与挫折，勇于面对现实，找出问题的病结和解决的办法，而不企图逃避，推卸责任；他们既有高于现实的理想，又不沉迷于虚无缥缈的幻想，思想和行动总能跟上时代的步伐，并为社会所接纳；他们凭理智办事，能听从一切合理的建议与意见。

四、乐于交往，能保持和谐的人际关系。心理健康的青年，总是喜欢与人交往，以寻找知音，建立友情，保持合谐的人际关系。交往中，他以尊敬的、信任的、谦让的、诚恳的态度待人，团结友爱、助人为乐，而不是自私自利、猜疑、孤敖。他能和多数人建立良好的关系，参与他人同心协力，合作共事。

五、情绪稳定，性格开朗。人的情绪与人的需要能否得到满足相联系，但人的需要总有得不到满足的时候。这就要求人们善于排除心理障碍，能够控制、稳定自己的情绪。要养成热爱生活、积极向上的生活态度，要树立远大的理想和信念，只有这样才能性格开朗，目光远大，心境愉快，才能胜不骄，败不馁。

个人主义思想严重的人则心胸狭窄，自私自利，患得患失，情绪起伏波动，喜怒无常。希望同学们能按上述四个标准对照检验自己，要求自己，以愉悦的心境，饱满的情绪，去面对困难提高忍耐、受挫力，坚定信念，百折不回，提高自己的心理素质，以昂扬的斗志面对生活的挑战。

六、要正确对待成功与失败。例如，刚刚结束的期中考试，有的同学喜悦，有的同学懊悔，有的同学通过这次考试树立了信心，有的同学却丧失了勇气。诚然，分数对正在苦学的高中生来讲的确很重要，但你现在是否想过更为重要的是如何正确对待成功与失败，建立起良好的心理情绪。一次考试的成功与失败，只能反映你以前的学习情况，但不能代表和

决定你的将来。每个人几乎都会经历失败的痛苦，都会感到过己不如人的沮丧，但我们谁也不愿把悔恨旧梦重温，谁也不能让时光倒流，如果你一味沉溺于过去失败的痛苦之中，那么错过的不仅是昨天的时光，还会是今天的机会。

当然，取得一点成绩，也不要沾沾自喜，满足现状，只有继续努力，才会取得更大成功，总之，只有正确对待过去，既不要被眼前的成功所困扰，也不要被暂时的失败所屈服，要重整旗鼓，轻装上阵，积极的投入到紧张的学习中去，这才是良好的心理情绪所必需的。