

最新初三励志班会方案 班会初三学习方法探究(通用5篇)

为了确定工作或事情顺利开展，常常需要预先制定方案，方案是为某一行动所制定的具体行动实施办法细则、步骤和安排等。方案的格式和要求是什么样的呢？以下是小编精心整理的方案策划范文，仅供参考，欢迎大家阅读。

初三励志班会方案篇一

九（2）胡满春

教学目的：

- 1、主持人引入。
- 2、由班主任分析月考成绩。
- 3、由不同层次的同学，通过多角度来谈谈考试中的得与失。
- 4、各学科带头人介绍各科的学习方法。
- 5、退步的学生表决心“我努力，我能行！”。

一、导言：同学们，进入初三的第一次月考已经结束，成绩已揭晓，有的同学取得很大进步，有的同学停止不前，有的同学略有退步，有的同学退步很大。一样的试卷，一样的教师，一样的上学，一样的教室，为什么所取的成绩却参差不齐呢？导致成绩下降的原因很多——基础知识底子薄、学习习惯不好、学习态度不端正、学习方法不得当等。失败并不可怕，只要我们善于分析和总结，最终就会取得成功。今天，我们班会的主题就是要研究探讨解决这个问题，我们先请这次考的好的同学介绍他们的学习方法，以达到提高学习效率之目的。

二、活动过程：请同学介绍各自的学习方法和学习小窍门。

陈思琦：（语文课代表）课本是一课之本，哪一门课的学习都应首先抓住课本，学习语文课本最有效的方法莫过于认真预习、认真听讲、认真记笔记、认真复习这四个“认真”。另外，课外阅读和写作也很重要，课外书籍无论是中外名著、文学小说还是诗歌散文，多去阅读既可以帮助自己更好的理解课内所有知识，又可以提高阅读水平和写作能力。此外，还要做一些语言分析基础知识的训练，只有多记多练，才能达到熟练的境界。写作方面，可以每天记日记，多练笔，这样时间久了就会培养出兴趣和灵感。总而言之，只要多读多背，端正态度，肯努力肯吃苦，学习语文不是难事，而是乐事。

罗建略：（数学课代表）学习数学要背定义定理和多做题目。背定义定理不提倡死记硬背，记住它们要建立在对其有深刻认识的基础上，要了解它表达的数学规律，它的应用范围。背完后，要做一定的题目辅助记忆。做同一题型的题目不应多，而应题型广泛。题目要循序渐进，从基础题到开放性试题都要有所了解。在平常的学习中，要时常总结题型、解题方法和易错点，这些总结会成为复习的第一手材料，对应试有很大帮助。

张小然：（英语课代表）英语没有懂和不懂之分，只有学过和没学过之别，只有会和不会之说，目前我们在英语课上的目标就是，所有学过和讲过的单词、句子和语法要会；语法知识只要了解就可以了，不需要深入研究，更不能钻牛角尖；英语是一门可感知的学科，它是活动的，是有生命的，是无法固定的；学习英语，要进行大量的实践，就是多听、多说、多读、多写、多练。最后总结一下，学好英语，自信是关键，方法是基础，坚持是保证。

袁瑾霖：（科学课代表）科学学习起来并非难事。科学是一门非常实用的科学，要学好它首要培养兴趣。如果你没有兴趣，可以从生活的一点一滴开始，培养兴趣。兴趣是要学好

科学的基础，但要学好它关键还是要做到以下几点：1、做好课前的预习工作，2、上课是认真听讲，认真做好笔记，3、认真做好复习工作，注意总结，另外，还要多做习题。不在于习题量，而在于题型。适当做些难题，应试时就会有一种居高临下的感觉，对试题应付自如。那么我们的科学成绩一定会大大进步。

方妙纯：历史的内容具有固定性，所以死记硬背是必须的，但也不能光去死记硬背，否则历史就学“死”了，所以在背书时可选用归纳式记忆法和分为感知、理解、巩固和应用的记忆法。第一种记忆法的好处是可以把大难点分成若干个小难点再逐个击破，第二种记忆法的好处是在没学之前感知，学习之时理解，在理解的基础上巩固，最后做到应用，有些同学书上内容背得滚瓜烂熟，可题目换一种问法就不知所措了，这正是因为他并未真正地理解和应用。历史的学习方法很多，首先应该培养好奇，好奇是兴趣的先导，只有带着好奇的去学习，才能达到事半功倍的效果。其次应日常积累知识，多看点课外书，多读些杂志，对学习历史都是有好处的，当然，上课时也应该认真听讲，特别是老师反复强调的问题，那就更应该注意。95%的人记忆力一般，学过的东西过几天便会忘记，所以在课下应时常复习自己的笔记，脑子中回放一下上课所学的内容，几天一小循环，几周一大循环，不可抱有“临阵磨枪，不快也光”的态度来应付历史，不然，考后只能欲哭无泪。

主持人：五位课代表的发言，使我们受益匪浅。让我们吸取他们先进的学习方法，改进自己的方法。下面我们来请成绩有所退步的学生来谈谈感受和决心吧。

凌向 昱：对于我来说，初

伍展鹏：我没做到课代表所说的“课课清”、“节节清”、“日日清”、“周周清”、“月月清”，而我却每次都临时抱佛脚，所以导致考试成绩不理想。还有大部分的课

代表要求课前预习，课后复习。可我呢？大多做不到。由此看来，成绩差并不是头脑不灵活所造成，而是应做的事没有做好。说明我有能力，而且我最好的一次考试进过290名，不是406名，说明我有能力，只要我努力，我能行。

三、班主任总结。

初三励志班会方案篇二

主题班会是班主任对学生集体进行思想政治教育的一种重要途径。下面是有初三主题班会设计方案，欢迎参阅。

主要思路：养成教育仍然是初三德育的主体工作，虽然复习备考迫在眉睫，但从教育学、心理学的角度讲，重视初三学生的养成教育对学生的可持续发展，接受可持续性教育意义重大，决不能忽视。

实施策略：分为三个版块进行，即养成教育版块、学习方法版块、决胜千里版块，三个版块相互补充，互为影响。初三第一学期实施“养成教育版块、学习方法版块”；初三第二学期实施“决胜千里版块”。切实落实我校“既教给学生知识，又教会学生做人”的办学思想。

具体操作：

(一)养成教育版块

学生到了初三，大多数人认为学生的主要任务是学习，其他一切都可不屑一顾了，实践证明，这是错误的想法，因为“养成教育不到位的学生很难在学业上取得骄人成绩”。

所谓“养成教育”就是培养学生良好行为习惯的教育。它往往从行为训练入手，综合多种教育方法，全面提高学生

的“知、情、意、行”，最终形成良好行为的习惯。

养成教育既包括正确行为的指导也包括良好习惯的训练，既包括行为习惯培养也包括语言习惯、思维习惯的培养。养成教育的内容是十分广泛的，如培养文明礼貌习惯、学习习惯、劳动习惯、卫生习惯、语言习惯、思维习惯等。

主题一：人格是最高学位

目的：通过此次活动，对学生进行道德习惯培养的教育，让学生意识到学习固然重要，但还有比学习更重要的东西，那就是道德品质。结合学生实际，主题班会可以从以下几个方面入手：孝敬父母教育、劳动习惯培养、节俭习惯培养、文明礼貌习惯培养等。

说明：此次活动，如果一次主题班会完成有困难，那完全可以系列形式分两次完成，第一次主要就孝敬父母教育和劳动习惯培养展开；第二次主要就节俭教育培养和文明礼貌习惯培养展开。主题仍然定为“人格是最高学位”。

主题二：优秀从这里开始

目的：通过此次活动，对学生进行学习习惯培养的教育。虽然是初三学生，但是学习习惯的培养并非到了初三就已经结束，从现实情况看，60%的初三学生学习习惯并不乐观，具体表现是：厌学情绪严重(真正学习成绩优秀的学生也有此现象，很少有学生发自内心说自己愿意学习)；粗心大意根深蒂固(书写、解题格式、审题、计算错误等)；懒散磨蹭；不专心等。

说明：此次活动的核心是围绕“学习习惯”展开，不能和学习方法混为一谈，那效果就会受到影响，由于涉及面较广，那完全可以系列形式分多次完成。

(二)学习方法版块

在教育实践中，我们经常发现，有些学生刻苦勤奋，上课也认真听讲，但是学习成绩却在原地徘徊不前，这种现象到初三就更为普遍。初三学生，客观地讲，由于受到各方面的压力，加之来自自身的压力，学习自觉性比初一、初二学生都高，这当然是一种好的现象，问题在于我们如何利用这种有利条件，促进学生在学业上更快、更好的发展。所以在学习方法的引导上就显得尤为重要了。

主题一：一分钟的价值

目的：主要针对学生学习效率问题展开。现实中，有些学生错误的认为，只要自己功夫下到位，学习成绩就一定能提高。这种思想导致了他们盲目的下苦功夫，而忽略了学习效率问题，具体表现是，学习期间，一会儿上厕所，一会儿吃东西，一会儿又想看电视，或者是思想抛锚，人在曹营心在汉，这些都是导致学习成绩很难提高的主要原因，况且很有普遍性。通过此次活动，让学生意识到一分钟可以干好多事情，意识到学习效率的重要性。

主题二：最好的方法就是做细

目的：主要解决学生粗心的毛病。每次月考结束，都会听到学生这样的说法“哎，一个字写错了”“一个符号错了”“算式正确，答案错了”“审题不严”，有的甚至还说“怎么，背面还有题，我怎么没看见”，诸如此类，不胜枚举。问题在什么地方，归根结底，在于平时不注意细节。如作业的书写，解题的格式，作业完成的条理性、没有固定的作业本等等，这些现象在那些学习较吃力的学生身上表现的尤为突出。这不仅仅是细节问题，从更深的层面上看，它应和一个人的学习习惯、思想认识、学习态度有着直接的关系。因此，“最好的学习方法就是做细”，足见细节问题教育的重要性。

主题三：自主学习，受用终生

目的：引导学生由被动学习转变到主动学习，即由“要我学”到“我要学”。要下大功夫解决两个问题，第一是关于“学习”，学习就是从阅读、听讲、研究、实践中获得知识或技能。就学生而言，目前的学习主要指听讲，辅之以完成家庭作业、学校作业、课堂作业等，这点，大多数家长、老师也都这么认为。但不能忽略的是，学习的另外表现形式或者说高层次的应该是阅读(如广泛涉猎各个领域，天文、地理、军事、文学、经济等)、研究(如跑图书馆、查阅资料、上网、讨论等形式)、实践(如亲自操作、做实验、欣赏音乐舞蹈、经典影视剧、亲近大自然、手工制作、广告设计、版面设计等等)。这些都应是学习，而这种学习更容易激发学生的学习兴趣、增强学生学习的持久性、培养学生学习的自觉性。第二是关于思想认识，“思想认识明确与否，是能否做好每一件事情的关键所在”，这点，大家已经形成共识。

(三) 决胜千里版块

其实，就是为中考做准备，扫清学生思想障碍，走进学生心灵深处，让学生以一种昂扬的激情、饱满的斗志走向考场，决胜千里。

主题一：人生是一场考试

目的：初三学生平时的考试的确多，学生考怕了，考痛苦了，许多学生一提起考试，就心生怨气，甚至诅咒考试，如果以这种心态参加考试，成绩自己会受到影响。所以，首要的任务就是要解决学生的思想问题，要告诉学生考试这种检测形式，外国有，中国也有，古代有，现代也有，况且，就目前现实社会而言，考试渗透于社会的各个层面，所以要正确对待考试，要以积极的心态去对待，不能消极对待，贻误战机。

主题二：做自己情绪的主人

目的：初三学生的压力大，来自各个方面，学生就在这样一

种氛围中艰难的爬行，很累、很辛苦，随之而来的各种情绪也左右着学生的生活与学习，有的厌学、有的痛苦、有的无奈、有的浮躁、有的放任自流，有的对抗家长、对抗老师等等，所以要通过此次活动的召开，教育引导学生在做自己情绪的主人，开开心心、快快乐乐投入到繁忙而琐碎的学习生活中去。

[教学目标]:

- 1、使学生认识到逆境是人生的必然，应坦然面对；
- 2、引导学生正确认识挫折的价值，调整应付挫折的心态。

[教学重点]:

学会面对挫折。

[教学难点]:

学会用积极的、向上的态度对待挫折。

[课时安排]

1课时

[教学内容及步骤]:

一、引出课题。

同学们，你们走路时曾跌到过吗?跌倒的滋味是什么样的?

对，我们应在哪里跌倒，就在哪里爬起来。

二、新授课:

1、引出故事。

出示两则故事：

“保尔的故事”

《钢铁是怎样炼成的》这篇小说中这样一段描述：保尔一次对朋友说：“人应该支配习惯，而不是习惯支配人。”当时就有人嘲笑他爱说漂亮话，举例说保尔明知抽烟不好，但还是戒不掉。保尔听了当即把口中的烟卷拿了下來说：“从今天起，我决不再抽烟。”保尔说到做到，从此，戒掉了几乎在孩童时代就养成的抽烟习惯。

“马加爵的故事”

2、讨论做法。

“如何面对挫折”（参考）

(1) 了解自我，接纳自我。

(2) 正视现实，适应环境。

(3) 接受他人，善与人处。

(4) 想一想。经历挫折，换个角度讲，是对人的意志、决心和勇气的锻炼，是对人综合实力的检验。失败乃成功之母，楚汉之争，刘邦屡败屡战，百折不挠，终于在垓下一战，十面埋伏，将项羽打败。人是经过千锤百炼才成熟起来的，重要的是吸取教训，不犯或少犯重复性的错误。

(5) 比一比。与同乡、同学、好友相比，虽说比上不足，但可能比下有余。及时调整心态，不因小败而失信心，不因小挫而失锐气。要找出自己的优势和特长，想想是否都得到充分的发挥了；找找别人的长处，以取长补短。人生的转折点往往

始于失败，失败会使人猛醒、冷静、理智和振作，使生命之帆重新扬起。

(6)放一放。如果不是急事大事，索性放下不去管它，过几天再说，或许会有更清醒的认识、更合理的打算。重要的是把握好眼前的时光，莫让它白白流逝。必要时可放弃原来的打算，重新安排其他事情。有得必有失，想在方方面面都有建树很难，经过慎重选择后，得到的会心安理得，失去的会心甘情愿，没有紧张和焦虑，没有沮丧和失望。

3、讲故事。

你们还知道那些文人或名人受挫折的故事，讲一讲。

4、联系实际。

伟人在困难面前，都能以坚强的意志面对，勇往直前，直到取得成功。那么，同学们在遇到困难是又是怎样做的呢？请大家讲一讲自己的故事。

5、总结归纳。

正确认识，勇敢面对，付诸行动。

6、解决现实问题。

在学习与生活中，我们都可能遇到困难，请大家把你最近遇到挫折写在纸卡上，可以不写姓名。

7、小组讨论。

以小组为单位，用自己喜欢的方式，帮助大家解决问题。

8、资源共享。

请同学们把课前搜集的有关克服困难的名人名言汇报一下，让大家共同欣赏。

什么叫作失败？失败是到达较佳境地的第一步。

——菲里浦斯

对于不屈不挠的人来说，没有失败这回事。

——俾斯麦

一次失败，只是证明我们成功的决心还够坚强。

——博维

失败也是我需要的，它和成功对我一样有价值。

——爱迪生

音乐《真心英雄》

三、总结。

歌词中“不经历风雨，怎能见彩虹？”让我们勇敢地面对挫折，从失败中走出来，重新树立自信心。虽然跌倒了会痛，但它能教会使我们走得更快更稳，相信大家一定会越走越好！

一、活动内容：

调整心态，树立信心。

二：活动过程：

(一)播放音乐。

《我的未来不是梦》。

(二) 说说心里话

同学们来石安中学学习知识，已是第三个年头了，大家现在面临的是中考。你们人生的第一个转折点，是一个艰难的时刻。这学期已过去一半，我也觉得你们一定有深刻的感受吧。我们来交流一下吧。

你们觉得初三上来有什么不同的地方？生活上，学习上，人际关系上，老师的言语上，家人的目光上，大家畅谈自己的一些看法。

(同学交流一下心里话)

1. 压力或焦虑心理。

学校课业任务繁重，竞争激烈，父母的期望值过高，使得学生精神压力越来越大，升入初中后由于老师的教学方法发生了变化，竞争对手也发生了变化，导致学习成绩下降，回家害怕面对父母的眼光，不知道怎样才能达到父母的要求。

2. 厌学心理。

这是目前学习活动中比较突出的问题，不仅是学习不好的同学不愿学习，就连成绩很好的同学也有这种倾向。

例：有位成绩好的同学谈到：每当看到听到别人考试作弊时，自己心理就不平衡。当自己成绩不理想时又会埋怨老师不公平，觉得认真学习真没意思，不想再学了，还有位学生告诉我们，学生中有种说法“有出息的靠关系，没出息的靠分数。”学习好的同学在学生中威信不一定高，而成绩平平人缘好的同学却常常受到同学的青睐，在推举各种先进时就当选，所以就觉得学习没劲，不想努力去读书了。还有一些因其他

心理原因而厌学的状况，如因反应较慢常被人讥笑而不愿上课的；因记忆，理解等能力缺失使成绩难以提高而对自己失去信心的等等。有的甚至发展到恨书、恨老师、旷课逃学的程度。

3、人际冲突心理。

包括与老师、家长、同学的冲突，生活在一起不和谐、不协调的人际关系中(不健康人际关系。)

主要表现：

(1) 曲解老师、心理不平衡

(2) 不主动理解人，却渴望理解万岁

(3) 父母之间关系不和谐，家庭关系紧张

(4) 男女生之间的关系处理不好

(三) 明道理

我告诉大家一个真实的事情，我带07级，有两名同学(李紫阳、廖波)学习基础水平相当，头脑灵活，就是习惯不太好，初三上期考试成绩，都是320分左右，下期开学时我耐心给他们做思想工作，讲道理，过了一段时间，观察他们没变化，再找他们谈话，当时我生气打了李紫阳3个耳光，告诉他每一巴掌为什么打他，廖波只打了一下，对于这件事的理解，两人反差很大，李认为老师是在关心他，从此发奋学习，最终考上芦溪中学，高中报名那天，他和他妈给我买饮料，扇扇子，非常感激我，是我的几个巴掌打醒了他，他才考上重高[20xx]高考考上大学。其他而廖开始记恨我，不理我，开始不学习化学，其他科科成绩也有下降，最终考上塔山中学，后来参军，想考军校文化功底不好，打电话告诉我，他后悔当初不

理解老师的良苦用心。这就是一念之差导致的天壤之别。同样是老师的教育，由于一念之差，一个人灰心失望，而另一个人立刻醒悟，努力学习。人与人之间只有很小的差异，但这种很小的差异却往往造成了巨大的差异！很小的差异就是所具备的心态是积极的还是消极的，巨大的差异就是成功与失败。成功人士的首要标志就是他的心态，如果一个人的心态是积极的，乐观的面对人生，乐观的接受挑战 and 应付困难，那他就成功了一半。

这也正是说明，良好的心态，不单单对我们现在面临的中考有一定的作用，它还会影响你面对生活的乐观态度，你以后事业的成功，你理想的实现。

(四)、自我调节

1. 坚定理想，用名人名言，名人事例鼓励自己

霍金对生活，对生命都心存感激，拥有一颗感恩的心。

在日常生活中，那些持有消极心态的人常常抱怨：父母抱怨孩子们不听话，孩子们抱怨父母不理解他们，他们对生活总是抱怨而不是一种感激。

拿破仑·希尔认为，如果你常流泪，你就看不见星光，对人生、对大自然的一切美好的东西，我们要心存感激，则人生就会显得美好许多。

2. 自我调整，写日记

3. 自我积极的暗示。

常言道：人生不如意常八九。学会常想一、二，就是用心感恩，庆幸、珍惜人生中那如意的十之一二，最终以那份豁达与坚韧去化解并超越苦难。

4. 找老师说心理话，或找知心朋友说心事

5. 听音乐，

(五)、赠言

最后，老师又几段心理话跟大家分享，中考是见证你三年努力成果的机会，不要把它看成可怕的门槛，你都努力这么多，应该让中考来证明你的价值，实现你的理想。珍惜这种机遇，并不是每一个人都能拥有。

调整心态，为自己加油，你要相信你自已，我行，我一定行。初三了，学习不是靠兴趣的，而是靠我们的理智。自己要求自己学好每一门(体育也不例外)。

我们老师曾经说过一句对我很受用的话，他说他目前没有遇到过几个成绩好的学生本身就是天才，而往往那些成绩好的，也就是比一般人更早意识到读书的重要性，比一般人早行动，多努力。我希望大家都能成为会想，早想的人，趁现在离中考还有近200天，加把劲冲刺，实现自己的理想。

(六)、结语：

让我们大声对自己说：

“我是最棒的！” 我行，我一定行。

(七)合唱：《真心英雄》

初三励志班会方案篇三

导语：雷锋那种全心全意为人民服务，把有限的生命投入到无限的为人民服务中去的精神，那种干一行爱一行，立足岗

位艰苦奋斗的敬业精神，那种对同志、对群众像春天般温暖，舍己为人、助人为乐的精神，都是在构建和谐社会中必须大力发扬和倡导的。下面小编给大家提供了初三《学雷锋 迎中考》主题班会教案，大家可以参考阅读，更多详情请关注应届毕业生考试网。

评分标准：满分为十分，演讲内容和演讲风貌各五分。

规则：限时一分钟

- 1、布置学生完成演讲稿一篇
- 2、安排顺序用的'签
- 3、邀请沈丽丽老师与班主任一起作为评委

班会时间：3月17下午第二节课

班会地点□a502

教室布置：黑板上大字书写“学雷锋、迎中考”主题，教室和书桌清理整洁。

首先，参赛选手抽取顺序签

其次，班主任致开场辞：同学们，伴随着三月的春风，我们又到了隆重缅怀和学习先进模范雷锋的季节，雷锋身上有许多值得我们学习的精神，作为一名即将迎来中考的初三学生，我们尤其要学习他身上的“钉子”精神，培养自身的“钻”劲和“韧”劲，以良好的精神面貌迎接中考，现在请大家来谈谈自己的感受。

演讲开始，参赛学生按照顺序依次上台演讲。

班主任和沈丽丽老师在台下评分。

最后，由沈丽丽老师进行点评和提希望。

三月份是我们国家号召向雷锋学习的月份，这并不是指大家只能在三月学雷锋，雷锋精神是宝贵的精神财富，任何时候都值得我们学习，希望大家能认真学习雷锋精神，成长为一个像雷锋同志一样对社会有用的人！

我们要学习雷锋精神，学习他那种乐于助人，勤俭节约的精神，学习他那种对工作刻苦钻研的螺丝钉精神。雷锋精神是中华民族传统美德的一种积淀，是一种随着时代进步而不断发展的与时俱进的精神。在最后备考冲刺阶段大家要更加发扬雷锋的不怕苦不怕累勇往直前的精神，初三备考，我们一起加油！

初三励志班会方案篇四

如何背着“壳”前行

活动目标：

- 1、正确认识自己所背负的压力，初步形成主动磨练自己的意识。
- 2、树立自强进取的信念和信心，培养勇于承受压力的能力和乐观积极的生活态度。

活动重难点：

让学生初步形成主动磨练自己的意识，培养勇于承受压力的能力。

主题阐释：

现代社会迅速发展，升学压力、家长期望、自我期望等各方面压力纷纷压到学生的心头，如何引导学生正确对待压力，并培养自强不息的意志力成为现代学校德育的一个重要的内容。

课前准备：歌曲《蜗牛与黄鹂鸟》和《蜗牛》。制作课件。并提前将班会主题告知学生，要求学生“如何对待压力”先做一定思考。

班会过程：

一、导入通过埃及的一个古老的传说引入：

有一个故事说，能够到达金字塔顶端的只有两种动物，一是雄鹰，靠自己的天赋和翅膀飞上去。另外一种动物就是蜗牛。

蜗牛到达金字塔顶，主观上是凭它永不停息的执着精神，客观上应归功于它厚重的壳。正是这看上去又笨又拙、有些负重的壳，让小小蜗牛得以到达金字塔顶。在登顶过程中，蜗牛的壳和鹰的翅膀，起的是同样的作用。

可是生活中，大多数人只羡慕鹰的翅膀，很少在意蜗牛的壳。就像我们羡慕别人能有某种天赋或特长而获得某些成就，却整天埋怨我们身上要背负太沉重的“壳”一样。

二、提出问题：

那么我们身上背负的“壳”到底是什么呢？学生讨论回答。教师稍作归纳。这“壳”能够搁下吗？（明确：人要生存就必然担负着许多责任和压力。）

三、讨论：

我们要如何背着“壳”前行呢？

看动画《蜗牛与黄鹂鸟》听歌曲，并要求同学们根据动画中的一些启示去归纳出自己的答案。

在学生发言后，用幻灯片展现三个小故事，并要求学生在故事中得出启示：

故事一：

德国法兰克福的钳工汉斯·季默，从小便迷上了音乐，他的心中有一个始终不变的奋斗目标——当音乐大师，尽管买不起昂贵的钢琴，但他能用钢板制作的模拟黑白键盘，练贝多芬的《命运交响曲》时，竟把十指磨出了老茧。

后来，他用作曲挣来的稿费买了架“老爷”钢琴，有了钢琴的他如虎添翼，并最终成为好莱坞电影音乐的主创人员。他作曲时走火入魔，时常忘了与恋人的约会，惹得许多女孩“骂”他是“音乐白痴”、“神经病”。

他不论走路或乘地铁，总忘不了在本子上记下即兴的乐句，当作创作新曲的素材。有时他从梦中醒来，打着手电筒写曲子。汉斯·季默在第67届奥斯卡颁奖大会上，以闻名于世的《狮子王》荣获最佳音乐奖。这天，是他的37岁生日。

启示一：要能背着“壳”前行，首先要有明确的目标。

故事二：

美国伟大的励志成功大师拿破仑·希尔曾讲过这样一个故事：赛尔玛陪丈夫驻扎在一个沙漠中的陆军基地里，丈夫经常外出演习，她一个人留在陆军的小铁皮房子里，奇热无比，又没有人和她聊天，周围都是不懂英语的墨西哥人和印第安人。

“两个人，从牢中的铁窗望去，一个看到泥土，一个却看到了星星。”从此，赛尔玛决定在沙漠中找到自己的星星，她

观看沙漠的日落，寻找到几万年前留下的海螺壳。

她和当地人交朋友，互送礼物，她研究沙漠中的植物、动物，又学习有关土拨鼠的知识，她把原来认为最恶劣的环境，变成了一生中最有意义的冒险，并出版了一本书《快乐的城堡》，她从自己的牢房中望去，终于望到了自己的星星。

启示二：要能背着“壳”前行，其次要有积极的人生态度。

故事三：

一天某个农夫的一头驴子，不小心掉进一口枯井里，农夫绞尽脑汁想办法救出驴子，但几个小时过去了，驴子还在井里痛苦地哀嚎着。无奈之下，农夫决定把枯井填上。

当泥沙落到驴子的背上时，驴子停止了哀叫，把背上的泥土抖掉，站到了上面。就这样它居然一步一步的走出了枯井。

在生命的旅程中，有时候我们难免会陷入“枯井”里，会被各式各样的“泥沙”倾倒在我们身上，而想要从这些“枯井”脱困的秘诀就是：将“泥沙”抖落掉，然后站到上面去！那原本是埋葬驴子的泥沙，被他抖落到脚下，变成了走出困境的阶梯。

启示三：要能背着“壳”前行，还要有主动在艰苦的环境中锻炼自己的意识。

四、接下来，让我们念念励志名言

五、学生联系实际进行小结：

学生谈感想：

甲同学：人的青春是有限的，虽然我平凡，但我会燃烧我的青春，我要用学习的光芒点燃青春的火把。因此，我比较端

正学习态度，掌握学习方法，有效地利用每一分每一秒。因为我坚信，有志者事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚；苦心人天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。

乙同学：我觉得学习有目标是很重要的，那才不会像无头苍蝇一样撞来撞去。我这个人就是这样，对自己的事情很有目标，玩的时候尽情的玩，学的时候我就能专心的学。每当我取得成绩的时候，每当我能够站在台上领奖的时候我就心里很高兴，因为我觉得我没有给父母丢脸。但是爸爸对我说：笑在最后才是笑的最好。我知道我的成绩还不值得一提，我将用最大的力量最大的信心去取得最好的成绩，同学们看我的吧！

丙同学：虽然我个性活泼，看起来对什么都无所谓。但是我其实对学习是很认真的。我的理科较好主要是因为我上课很认真，并且喜欢自己去主动思考，所以课外没有用太多的时间去复习。当然我想如果课外我再努力一点的话我的成绩将会更好。

丁同学：我之所以取得现在与以往相比较好的成绩，是因为我上课的时候专心听讲，按照老师的思路去认真的听课。下课的时候我对有些疑难问题进行研究，不明白的就去问老师。每天都把上过的新课复习一遍，这样对自己的学习很有好处。如果不信可以去试试啊！

戊同学：拥有思维迟钝的我，曾在沙场中战死，也曾在众目睽睽中得胜。一般来说我对事情的处理犹豫不决没有太多的主见，但是唯有对学习，我始终有着执着的追求，我相信，只有学习，只有现在用知识武装自己将来我才能有自己的席之地。

己同学：有人常常埋怨时间太紧，没有时间复习。鲁迅曾经说过：“时间就像海绵里的水，只要愿挤总还是有的。”时间一分一秒的过去，离期终考只剩下十几天的时间了。同学

们，花有重开日，人无再少年。让我们用剩下的时间，勤奋读书，勤思好问，让我们把握手中的时间，争取在期末考试中取得好的成绩，给父母一份满意的答卷！

庚同学：在第二次的月考中，我的成绩下降很多。这归咎于我的学习方法不正确，重文轻理，对理科不重视。另一方面我不够勤奋，没有真正掌握知识，对学过的内容没有复习。在剩下的时间里我决定要迎头赶上，抓紧时间，改正学习方法。希望同学们跟我一样吸取教训，时刻警惕，不能放松！

辛同学：在期中中我的成绩比上一次有了较大的进步。主要是因为第一次失败的月考中总结了经验教训，从此便开始了努力学习，遇到不懂的问题便请教老师和同学，上课也很专心。由此我知道了，只要我们努力只要我们真的想学好就真的可以做到。我衷心的希望我与大家一起进步，希望同学们能够牢记老师的教导，争取最好的成绩。

[讲述]以上八名同学谈得都很好，其中某某同学提到时间就像海绵里的水，需要我们去挤。所以希望大家都能够学做一个会“挤”时间的人。古人有“凿壁借光”“映雪读书”的事例，那些刻苦攻读的人都取得了至高的学问和成功。老一辈革命家在血雨腥风的年代也能挤出时间学习。我们有这么好的条件和环境，有什么理由不抓紧时间来学习呢？只有吃得苦，才能有成功。

六、班主任讲话：

同学们，雄鹰到达金字塔顶尖，靠自己的天赋和翅膀飞上去。而蜗牛肯定只能是爬上去。从底下爬到上面可能要一个月、两个月，甚至一年两年。在金字塔顶端，人们确实找到了蜗牛的痕迹。我相信绝对不会一帆风顺地爬上去，一定会掉下来再爬、掉下来再爬。但是，同学们所要知道的是，蜗牛只要爬到金字塔顶端，它眼中所看到的世界，它收获的成就，跟雄鹰是一模一样的。只要你上去了，就足以给自己留下令

生命感动的日子。如果我们的生命不为自己留下一些让自己热泪盈眶的日子，你的生命就是白过的。

人生是一个背着“壳”前行的过程。不管壳有多重，希望同学们能够像蜗牛那样，化压力为动力，凭借自己的执著和自强，爬上自己心中的金字塔。

七、宣誓(班级励志誓词)

选择大海，就去乘风破浪，

选择蓝天，就去展翅翱翔，

选择高三，就去勇敢进取。

面对挑战，我们毫不畏惧，面对困难，我们勇往直前，面对挫折，我们绝不低头，面对失败，我们从头再来。

敢于拼搏，用不懈争取进步；自强不息，用汗水浇灌理想；超越自我，用奋斗放飞希望；永不言弃，用信念实现梦想。

努力！坚持！拼搏！成功！

站在高三的门口，面对高三的岁月，我们用青春的名义宣誓：

不负父母的期盼，不负老师的厚望，不做懦弱的退缩，不做无益的彷徨，奋斗二百天，让飞翔的梦在六月张开翅膀；奋斗二百天，让雄心与智慧在六月闪光。我们将带着顽强的微笑，去赢得志在必得的辉煌。有志者，事竟成，百二秦关终属楚；苦心人，天不负，三千越甲可吞吴。

20xx□我们注定成功。

20xx□我们注定辉煌。

同学们，加油

八、结束

播放周杰伦的《蜗牛》，带引全班同学合唱。

歌词：该不该搁下重重的壳/寻找到底哪里有蓝天/随着轻轻的风轻轻的飘/历经的伤都不感觉疼/我要一步一步往上爬/等待阳光静静看着它的脸/小小的天有大大的梦想/重重的壳裹着轻轻的仰望/我要一步一步往上爬/在最高点乘着叶片往前飞/任风吹干/流过的泪和汗/总有一天我有属于我的天。

初三励志班会方案篇五

本着学雷锋活动立足校园，走向社会，不断丰富和发展新时期学雷锋活动的内涵和形式，针对进入初三以来，我班有一部分学生不不但没有毕业班的紧张气氛，反而送散了许多的情形，为了不断加强班级的建设，让班级更有凝聚力，让班里每一位同学能够在在学习上生活上互帮互助，互相进步，抓紧这仅有的三个月的时间，形成比较好的学习气氛，3月x日周一班会课上，我们12模具1班在班长李智的组织主持下开展了学习雷锋的主题班会，使班级同学坚信，雷锋精神会在新一代中发扬光大，放射出更加灿烂的光芒为弘扬雷锋精神，展现我班同学的精神风貌。

主题班会提议：学习雷锋从身边的小事做起，争取向粗鲁告别，向陋习告别，向坏事告别；力争把文明带进校园，把微笑带给同学，把孝敬带给家长，把谦让带给他人；坚持岗位学雷锋，发扬雷锋同志的“钉子”精神，在学习上要“钻”，在时间上要“挤”。

班级代表说：借学习雷锋精神也有利于加强自身班级的建设、加强整个班级的凝聚力以及加强团结合作互帮互助的精神。

总之，在这次班会上，我们记住了雷锋，懂得了取得成功最重要的不是我们的能力大小，而是一个人的道德品质。任何时候，雷锋身上助人为乐、爱岗敬业、积极进取、的品质都是我们不断学习的要素。雷锋精神是不受时空限定的，无论现代科技怎样发达，无论人们的生存方式怎样改变，雷锋对世界和他人真诚的爱心永远是人间渴求的那种温暖，像阳光一样成为人类永恒的需要。

虽然学雷锋主题班会结束了，但我们学雷锋——比学习、讲奉献的行动才刚刚开始。让我们每个人都能以自己的实际行动，不断建设更加团结互助的班集体，让雷锋精神得以延续，让我们的生活充满爱的奉献。