

大学班会设计方案(优秀6篇)

方案是指为解决问题或实现目标而制定的一系列步骤和措施。我们应该重视方案的制定和执行，不断提升方案制定的能力和水平，以更好地应对未来的挑战和机遇。以下是小编给大家介绍的方案范文的相关内容，希望对大家有所帮助。

大学班会设计方案篇一

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，要求学生对“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 I 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一席之地。

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。所以我希望大家能够学做一个会“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。

大学班会设计方案篇二

一. 活动目标

我班是平行班，有许多学生缺乏自信，认为自己在各方面都不行，所以我们设计了这次“我能行”的主题班会，来增强学生的自信心，从而增强其自我效能感。

二、活动准备

1、全班同学预先学会《相信自己》和《永不退缩》，男生学会唱《男儿当自强》，女生学会《每一步》，1-4小组分别学会《奔跑》《真心英雄》《海阔天空》《我的未来不是梦》这几首歌，并准备这几首歌的vcd□

2、主持人四名(两男两女)预先写好台词和串语，写关于自信对联一副。

3、第1小组(女)准备自信演讲稿2-3篇，第2小组(男)准备关于自信的小品，第3小组(女)准备关于自信的故事3-4则，第4小组(男)准备关于自信的诗歌散文2到4首(篇)。

三、活动过程

(一)开始

1. 主持人(四名):(出场前多媒体屏幕上显出:有志者，事竟成，破釜沉舟，百二雄关终属楚。苦心人，天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴!)(女a)没有什么能让我们心慌，(男a)没有什么能把我们阻挡，(女b)我们年青我们轻狂，(男b)即使前

面是万丈深渊，（齐）我们敢拼敢闯！（女a）亲爱的同学们，“我能行”主题班会现在开始。

2、文娱委员起音齐唱《永不退缩》（同时放出该歌曲的音乐）。

（二）自信演讲

1、主持人女a:就算我现在什么都没有，擦掉了眼泪还是抬头要挺胸，面带笑容不气馁往前冲，我越挫越勇我永远不退缩。下面请听第一小组同学自信的演讲。

2、第一小组a生：“我自信，我能行”演讲。

3、第一小组b生：“告诉世界，我能行”演讲。

4、组长:随风奔跑自由是方向，追逐雷和闪电的力量，把浩瀚的海洋装进我的胸膛，即使再小的帆也能远航，随风飞翔有梦作翅膀，敢飞敢做勇敢闯一闯（组长领唱《奔跑》，同时放出该歌曲的音乐）。

（三）自信小品演出

1、主持人男a:人生的损失，莫过于失掉自信心了。有信心的人，可以化渺小为伟大，化平庸为神奇。下面请听第二小组自信小品演出。

2、第二小组a生:生命不会贬值故事小品演出。

3、第二小组b生:战胜自卑故事小品演出。

4、组长: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。（组长领唱《真心英雄》，同时放出该歌曲的音乐）

(四) 自信故事演讲

1、主持人女b:信心比天重要，缺乏信心并不是因为出现了困难，出现困难倒是因为缺乏信心;谁中途动摇信心，谁就是意志薄弱者。下面请听第三小自信故事演讲。

2、第三小组a生:身残志坚的张海迪。

3、第三小组b生:坚强自信的罗斯福

4、第三小组c生:棒球小孩的故事

5、组长:每把汗流了，生命变的厚重，走出沮丧才看见新宇宙，才将命运的所打破，狂风暴雨以后，转过头对心酸一笑而过(组长领唱《海阔天空》，同时放出该歌曲的音乐)

6、主持人女b:努力、为要走好我每步，行尽了许多崎岖路，还前去、才能知境界更高;岁月、在我身边笑着逃，道路段段美好，总是血与汗营造，感激心中主宰，每段道路为我铺;凭自信努力做，要得到的终得到，以后就算追忆也自豪，和平宁静快乐是我的歌谱。请让我们所有的女生一起自信地唱出《每一步》吧(女生齐唱《每一步》，同时放出该歌曲的音乐)。

(五)、自信诗歌美文朗诵

1、主持人男b:自信是一根柱子，能撑起精神的广漠的天空，自信是一片阳光，能驱散迷失者眼前的阴影!凡事总要有信心，老想着“行”。要是做一件事，先就担心着“怕咱不行吧”，那你就没有勇气了。我们不论何时何地一定坚信:天生我材必有用。

2、第四小组生a朗诵:《酬乐天扬州初逢席上见赠》(刘禹锡)

3、第四小组生b朗诵:君不见黄河之水天上来, 奔流到海不复回……《将进酒》(李白)

4、第小组全体朗诵:言志一志难挫, 鹰击长空万里阔。万里阔, 力挽北斗, 气吞日月……《忆秦娥十首》(《诗词三百首》白玉)

5、组长:我知道我的未来不是梦, 我认真的过每一分钟;我的未来不是梦, 我的心跟着希望在动;我的未来不是梦, 我的心跟着希望在动, 只要我们自信, 每天都能大声说“我能行”, 我相信我们的未来一定不是梦, 请我们全组同学一起来唱一唱《我的未来不是梦》吧!

6、主持人男b:傲气面对万重浪, 热血像那红日光, 胆似铁打骨如精钢, 胸襟百千丈眼光万里长, 我发奋图强做好汉, 我是男儿当自强, 我们的男儿们能自强吗?(大家齐答能), 那就用最豪壮的歌声来表达我们心声吧(齐唱《男儿当自强》, 同时放出该歌曲的音乐)

(六) 结束

1、主持人:(男a)相信自己行, 才会我能行;(女)别人说我行, 努力才能行。(男b)你在这点行, 我在那点行;(女b)今天若不行, 明天争取行。(男)能正视不行, 还是我能行。(女)不但自己行, 须帮别人行。(齐)互相支持行, 合作大家行。只相信自己, 你一定能行。让我们一起齐唱《相信自己》吧!(全班齐唱《相信自己》, 同时放出该歌曲的音乐)

2、主持人女a:下面请老师作总结。

3、师:今天活动搞得很好, 准备充分, 表演投入, 有声有色。但是在漫漫人生旅途中, 第一范文不免要经历许多挫折与失败, 许多人在挫折与失败面前开始怀疑自己是否行, 甚至否定自己, 觉得自己是一只渺小的丑小鸭, 无论怎样发奋努力, 也永远不

可能拥有变成白天鹅的那一天!最后自我消沉,看不见前方的阳光大道,那么成功就与他无缘。如果在病魔面前沉沦,张海迪将永远无人知晓,罗斯福也不会叱咤风云。因此,自信是成功的关键。只有拥有自信,才能拥有自我;只有拥有自信,才能走向成功!自信是成功的伴侣,是战胜困难的利剑。

诗仙李白自信浩叹“天生我材必有用,千斤散尽还复来”;伟大领袖毛泽东写下“自信人生二百年,会当击水三千里”。他们拥有了自信,才有拥有了旷绝千古的成就。在生活中遇到困难,我们要自信地在心中大声说:“我能行”,在学习上遇时,我们要自信地在心中大声说:“我能行”,我们每天起床时,要自信地在心中大声地说:“我能行”,每天睡觉时要自信地在心中大声说:“我能行”。总之,我们要自信对着大地说:(学生齐声高喊)“我能行”,我们要自信地对天空说:(学生齐声高喊)“我能行”,我们要自信地对高山说:(学生齐声高喊)“我能行”,我们要自信地对大海说:(学生齐声高喊)“我能行”,让自信伴我们一生,让“我能行”随我们到永远!

4、主持人宣布主题活动结束。

大学班会设计方案篇三

老师们,同学们,大家好,今天我演讲的题目是:立志成才,报效祖国!

俗话说:“无志之人常立志,有志之人立大志”。立志是成功的动力,能让我们为实现人生目标而不懈地奋斗,凭借坚忍不拔的信念屹立在成功的巅峰眺望远方。立志贵在坚持,立志贵在立大志!而立大志,莫过于立志成才,照亮祖国未来的希望。

或许你们会觉得,如此“伟大”的志向过于遥远。但是,想必在座的每一位都该知道——千里之行始于足下的含义吧。没

错!可千万不要小看了这第一步，立下一个志向就是我们漫漫征途的开始，如果起点缺乏远见或是模糊不清，那么，你将来所要走过的路上将会留下遗憾、甚至悔恨。

无论你是立志成为一名学识渊博的科学家、还是一名燃烧蜡烛的教师;成为勤劳为民的公务员，还是一名保家卫国的军人;成为一名驰骋商海的弄潮儿，还是一名公正廉明的法官，成为一名救病济世的医生，还是一名为国争光的运动员…….不论是什么样的选择，.只要你的志向崇高而远大，我会恭喜你已经找准了起点，只须付出足够的努力和不懈的拼搏，相信你人生中所拥有的辉煌灿烂就会是最多的!你的人生就会变得充实与富足，会得到社会的承认和人民的爱戴。

立志成才，必须努力读书，专心致志，持之以恒地读书。作为莘莘学子，来学校的目标就是更好的泛舟书海，读书成才。

读书，就是用心灵去感悟：星的灿烂，月的朦胧，花的嫣然，泪的晶莹，人类的进步，科技的腾飞，以及生命的沧桑与美丽。

读书，是在如画风景中捡拾朝花，寻找生命感悟的花絮。你可以泛舟西湖，随手采摘到生命启迪的莲子;你可以驾长车踏进苏杭，欣赏人间天堂;你可以登临泰山，了解帝王封禅的缘由，体味“一览众山小”的胸襟;我们为中华的崛起而骄傲，为中华腾飞而勤奋读书。

我会将报效祖国立为自己的志向，并朝这个方向努力。

立志成才，我们无所畏惧，向未来的彼岸，奋勇航行。

报效祖国，我们无所保留，向成功的巅峰，奋力攀登

大学班会设计方案篇四

1、通过活动，让学生了解端午节的来历和风俗习惯，同时锻炼学生通过各种渠道（书籍、报刊、网络、他人经验等）获取信息的能力，培养学生的好奇心和求知欲。

2、学习端午节文化，激发学生的爱国热情和民族自豪感。

班主任：（1）你知道端午节是怎么来的吗？关于端午节有哪些传说？

生：爱国诗人屈原因为担忧国家兴衰，愤而抱石头投汨罗江自尽，而感动天下百姓，百姓为怕鱼儿吃掉屈原尸体。于是用竹叶包成肉粽投入江中，这就是端午吃粽子的由来。

生：为了纪念爱国诗人屈原，居民为了不让跳下汨罗江的屈原尸体被鱼虾吃掉，所以在江里投下许多用竹叶包裹的米食（粽子），并且竞相划船（赛龙船）希望找到屈原的尸体。

（2）在我们这儿过端午节有哪些有趣的风俗习惯呢？

3、游戏开始 （一）吃粽子比赛

班主任：我们先来猜个谜语：三角四楞长，珍珠肚里藏，要吃珍珠肉，解带扒衣裳。（谜底：粽子）

班主任：下面我们就来个吃粽子比赛，怎么样？（班主任讲规则）参赛者以四人为一组，蒙好双眼，待主持人宣布“开始”后，各参赛选手在原地转五圈，然后找到自己的粽子，以最快的速度解开包装吃完粽子，当完全咽下后举手示意，由小组长检查无误后示意主持人宣布比赛结束。为完成游戏时间最短的获胜选手鼓掌。

还是同桌两人合作，各自把自己准备好的五彩线拿出来，待

班主任喊“开始”，自己动手开始撮，限时3分钟。完了之后，把自己的成果戴到手上，举手示意成功。

这次活动，通过师生讨论交流、游戏活动、展示作品，使学生在活动中充分展示自己的劳动成果与价值，了解了端午节的来历及风俗习惯，培养了学生的合作意识与动手能力。

看了你们自己策划的主题班会，不仅是同学们，包括老师自己都对端午节加深了了解。我就以屈原《离骚》中的“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”这段话来结束今天的主题班会，也希望同学们用这段话来勉励自己，希望你们在继承传统的同时，不断勉励自己，不断进步！

感恩教育主题班会教案

湟源一中

初三八班

我们的节日—端午节主题班会

湟源一中

初三八班

大学班会设计方案篇五

- 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来说：“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！

大学班会设计方案篇六

今天我们济济一堂，在此召开高三(2)班主题班会：奋斗高三，青春无悔。

有人说，没有经历过高三的生命是不完美的生命，没有参加过高考的人生是有缺憾的人生，至少少了一次特殊的生命旅程。高三意味着搏击，意味着铺垫，也意味着重生。下面我们欣赏一篇文章《我们都不是神的孩子》。

二、学习文章《我们都不是神的孩子》

由五位同学朗读文章的内容。

三、讨论交流

1、学生分组讨论学习感受。(结合文章的具体内容和自身的实际情况来谈。)

2、小组代表在全班作交流。

四、诗歌朗诵

由王铭耀和李盼两同学朗诵诗歌《扬起奋斗的风帆，插上成功的翅膀》。