

2023年班队会活动方案表 学习雷锋好榜样班队会活动方案(模板5篇)

方案在解决问题、实现目标、提高组织协调性和执行力以及提高决策的科学性和可行性等方面都发挥着重要的作用。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。

班队会活动方案表篇一

活动目的：

1. 通过雷锋的生平简介及真实的故事，使学生知道雷锋的一生是全心全意为人民服务，从而激发学生自觉地向雷锋叔叔学习。
2. 利用介绍、表演、评议等形式，使学生知道雷锋精神在班集体中生根。通过活动，希望更多的“小雷锋”出现在我们的日常生活中。

活动过程：

合：尊敬的老师、同学们，下午好！

甲：2、5中队《学习雷锋好榜样》主题队会现在开始！

乙：全体起立，各小队整队，报告人数。（中队长向辅导员报人数）

甲：出旗，敬礼，唱队歌。

乙：请中队长讲话。

甲：今天我们的校园为什么如此美丽？

乙：今天我们的队旗为啥这么鲜艳？

合：因为有一位平凡而伟大的人——雷锋，在三月的春风里来到我们当中。

请听：《雷锋的生平介绍》。

感谢罗钧同学为我们做介绍。

甲：雷锋的一生虽然短暂，但他的光辉形象却永远留在世人的心中

请听《雷锋故事联播》

甲：同学们，看了雷锋叔叔的故事，你觉得他是一个怎样的人呢？首先请同学们分小组讨论一下，然后派代表起来回答。

（评议后找小组代表回答。）

乙：雷锋叔叔在数百篇日记里，记录了他成长的足迹，总结出许多人生的格言，留给我们一笔宝贵的精神财富。

请听《格言朗诵》

合：风里雨里，泥里水里，哪里有艰苦哪里就有他的身影。

乙：（队员讨论，指名回答）

乙：谁说雷锋不见了，“雷锋精神”在我们心中永驻，“雷锋精神”已在我们心中生根。同学们，学习雷锋好榜样，让我们一起唱起来吧！

（全班唱《学习雷锋好榜样》）

甲：当别人困难时，会伸去一双手臂，送去鼓劲儿的春风，借给同学一块

橡皮、一支铅笔，帮助学习困难的同学等等，都是学雷锋的表现。

乙：雷锋精神永放光芒，我们应该学习剧中“班长”助人为乐的精神。

甲：雷锋精神值得我们学习，在我们身边也有许多不怕苦，不怕累，勤奋学习的同学。

不信？请听同学们说说《我们班的小雷锋》

甲：同学们的发言让我们深切地感受到：雷锋其实哪儿也没去，就在我们的身边，他和诚实的孩子在一起，他和勤劳的孩子在一起，他和爱学习的孩子在一起，他和关心别人的孩子在一起。

乙：那下面就让我来考考你吧？

甲：请辅导员讲话

全体起立，呼号

退旗。

合：二（5）中队《学习雷锋好榜样》主题队会到此结束！

班队会活动方案表篇二

现在的学生多为独生子女，从小在呵护关怀中长大，没有经受过多少挫折，缺乏抗挫的心理承受能力。随着年龄的增长，他们会遇到学习、生活、人际关系等方面大大小小的挫折，

尤其是六年级学生，此时他们正面临学习生涯中一个重要的转折时期，每个班级都充满了紧张的学习气氛，大考小考一场场，令许多学生的心理敏感而脆弱，自信心不强，家长们为了孩子能上一所好的中学费尽心思，无形中又增加了孩子的压力。所以本堂课主要是针对五、六年级学生设计的融心理辅导和德育一体的校本课程，旨在激发学生战胜困难挫折的勇气和信心，提高抗挫能力，获得精神的提升、唤醒、激励和鼓舞。

通过听故事、讲故事、做游戏、写成功启示、订成功计划等激发学生克服困难、战胜挫折的心理动机，提高自身对挫折的承受力，获得成功启示，形成“我要成功”的心理暗示。

请学生阅读名人故事，收集古今中外成功者承受挫折走向成功的范例。了解自己的偶像是怎样克服困难走向成功的。

《真心英雄》（歌曲三） 《水手》（歌曲四）

成功之门{图片一}

课前谈话，播放歌曲《真心英雄》（歌曲三）渲染气氛。

一、心灵触动——话剧《这么一个人》（一个学生旁白，请若干学生表演。）

今天老师要向你们介绍这么一个人。

5岁时，他父亲就去世了。

14岁时，他从学校辍学，开始了流浪生活。

16岁时，他谎报年龄参了军，而军旅生活也是处处不顺利。

18岁时，他娶了媳妇，可只过了几个月，媳妇就变卖了他所有的财产逃走了。

他曾通过函授学习法律，可没有学成；

后来，他卖过保险，卖过轮胎，还经营过一条渡船，开过一家加油站，但都失败了。

人到中年。他成了一家餐厅的主厨和洗瓶师，可因政府修公路而拆了那家餐馆，他又失业了。

时光飞逝，眼看一辈子就这样过去了，而他仍一无所有，过着贫困的生活。

65岁那年，邮递员送来了他的第一份社会保险支票，他用这105美元的保险金创办了自己的一份崭新的事业。

88岁高龄时，他的事业终于大获成功。

他，就是肯德基创始人——哈伦德·山德士！

读了肯德基爷爷的故事，你有什么感受？各自谈一谈心灵的感悟。

成功总是姗姗来迟的，成功面前总是横阻着困难、失败，但是正因为肯德基爷爷不断的尝试，最后终于获得了成功。

二、心路历程

1. 请学生讲讲自己的心路历程

2. 揭示主题

尽管我们走过的路不长，但是每个人都会面临大大小小的困难和挫折，今天老师就带你们——战胜挫折走向成功。

三、心灵启迪

1. 游戏：垒棋子

在有限的时间里，我们把这些棋子垒起来，垒上一颗，表示你克服了一个困难，也就是向成功之门迈进了一步，垒得越高，你离成功之门就越近，但是如果倒掉了，意味着你遭遇了挫折，你就得重新来过，所以你要慎重地考虑，小心地动作。

2. 请学生谈感受

一次性垒得高的学生。教师赠言：你是扎扎实实一步一个脚印，走好人生的每一步。

失败后又重新垒起或屡败屡战的学生，教师赠言：我佩服你在失败中站起来的勇气，失败乃成功之母，相信你，如果给你更多的时间，你一定会比第一次垒得更高。

总结：不管结果怎么样，我们总归是向成功之门迈出了脚步，我们总归是敢于向困难挑战的，我们总归不是缩头乌龟。鲜花和掌声送给你，为自己欢呼一次。

四、心灵感悟

1. 播放歌曲《水手》（歌曲四），介绍作者郑智化

郑智化是台湾著名的歌手，出过好几张个人专辑，但是你知道吗？他是一位残疾歌手，2岁时不幸患了小儿麻痹，不能走路，2~6岁一直在医院与病魔抗争，7岁时终于可以拄着拐杖走路，但是他没有向命运屈服，他热爱学习，小学六年成绩一直第一名，无数次美术、书法、作文比赛第一名，家中奖状、奖品一大堆。长大后自己作曲作词，成了一名歌手，出版好几张专辑，他的歌曲像《水手》、《星星点灯》都充满了面对挫折、向命运抗争的坚强，激励人们克服困难，战胜挫折。郑智化曾经说过：人能够笃定，不为别人所动。原因

在于你有远大的理想和承受痛苦的勇气。

2. 学生讲故事

3. 朗诵诗歌《学会等待》

4. 交流与分享

听了这些故事，结合你所了解的成功人士的坎坷经历，请你写一段“成功启示录”。（指名交流）

成功其实说难也难，说简单也简单，最重要的是你有一份坚定的心。——陈舒怡

五、心灵鸡汤

每个人经历的挫折不尽相同，所采取的做法以及体验到的感受也有差异，“抗挫秘方”：

失败乃成功之母。

走自己的路，让别人去说吧。

树立合适的目标，把大目标分解成小目标。

不怕别人瞧不起，就怕自己不争气。

战胜一个挫折，就是向理想靠近一步。

以成功者为榜样，向我的榜样学习。

自我鼓励：我很棒，我一定能行！读读记记你喜欢的“抗挫秘方”。

（请学生大声朗读出来。老师要调动一下气氛，学生在昂扬的

气氛中大声朗读。)

六、心语心愿

已故著名作家欧文·斯通毕生研究伟人，为许多人写过传记，其中包括米开朗基罗、梵高、弗洛伊德和达尔文等，他曾经被问及是否发现了贯穿所有这些杰出人物生命的线索，他说：“我写的这些人，在他们的生命中，总有一个既定的大目标或者梦想，然后他们就为了实现它们而努力。他们都曾遭遇当头一击，一度被彻底打倒，然后在接下来的许多年里，他们走投无路。但是每次被击倒后，他们总会站起来。你不能摧毁这些人。”

巧用激励，让学生成为人生的赢家

1、语言激励

心理学认为，每个人都有渴求被肯定、被赞扬、被称颂的欲望，更何况成长中的学生哪有不喜欢班主任对其关心和鼓励呢？所以班主任要学会赞美学生，要不惜运用赞美之词，赞美学生的每个优点与进步，哪怕是不起眼的优点和进步。在批评学生时，要从关心学生的角度出发，进行善意批评，而要在否定中肯定，寓批评与表之中扬，因而，平常在与学生接触的过程中，我总是亲和地拍拍学生的头，表示颌首或鼓励，在批阅学生作业和试卷时，每发现学生的点滴进步，总会在上面批上“很好”、“你能行”、“你会学好的”等鼓励性语言。这才会促进孩子的心理健康成长。

随着社会的不断进步与发展，我们的社会正处在一个迅猛发展，瞬息万变的时代，科技的日新月异，社会新旧观念的猛烈碰撞，产生许多新的社会现象，社会问题。然而，传统教育与社会发展的严重脱节，往往使好多学生在纷繁复杂的社会现象和社会问题面前感到疑惑不解，无所适从。他们对社会的看法常常受消极面的影响，表现为怀疑，偏激，悲观的

情绪，；久而久之。导致他们中的部分人程度不同地存在学习困难、情绪不稳、孤独胆小、惧怕挫折、缺乏毅力、缺乏心理调适能力，进而身上存在着懒惰、怯懦、自私等缺点。

2、榜样激励

“榜样的力量是无穷的”，它比说服教育更具说服力和号召力，更容易引起学生感情上的共鸣，给学生以鼓励、教育、鞭策，激起学生模仿和追赶的愿望。因此，在进行情感激励的同时，必须是以榜样的激励。在榜样的确立上，首先要重视学生身边的典型树立，班主任要重点对优秀生加以栽培，使之成为班级管理的骨干、学习上的排头兵。同时，加强对班干部、优秀学生进行榜样意识的教育，使之在各项活动中起模范带头作用。

3、能力激励

有些学生学习成绩较差，但其他方面如体育、文艺、劳动等可能很突出。教师要充分挖掘他们身上闪光点，帮助他们正确认识自我，鼓励他们发展个性，发挥特长，要通过各种活动充分发挥他们的潜能，并迁移到学习上，这样常能达到事半功倍的效果。如每学期我组织学生评选“最关心集体的人”、“最遵守纪律的人”、“最尊敬师长的人”、“最乐于助人的人”等，通过评比，一部分中、差生榜上有名，他们感到高兴，找回自信心，激发了上进心。

班队会活动方案表篇三

男：有这样一位英雄，他在火花中怒放，在青春中闪光。

女：他的名字响遍大江南北，他的事迹中外远扬。

男：他给我们坚定的信念和闪光的思想，他给我们心灵的明净和奋斗的力量。

女：他是谁？他就是——雷锋！雷锋——一个普通的共产主义战士，他是一滴水，却能够折射出太阳的光辉！

男：他是一面鼓，却能把每一声都化成春雷！让我们追随雷锋叔叔的足迹，走进他丰富的精神世界。

女：五台街道中心学校“学习雷锋好榜样”讲故事比赛现在开始！

男：接下来我讲一下这次比赛的评分标准。

1、主题鲜明、内容连贯、语言符合年龄特点。（4分），

2、口齿清晰、普通话标准、表达流畅、精神饱满、仪态自然。（4分）

3、选手比赛时间控制在3分钟内独立完成（可以带稿件，比赛结束将稿件上交大队辅导员张老师存档）。（2分）

4、各位同学根据广播，按照学生序号打分，总分10分，班主任最后统计总成绩汇总入表格，课后上交少先队大队部，大队部负责全校得分统计。根据总得分，评选出一、二、三等奖。

男：下面，我们有请一号选手，二号选手进行准备。

女：请同学们为二号选手打分，三号选手请上台准备。

男：请同学们为三号选手打分，四号选手请上台准备。

女：请同学们为四号选手打分，五号选手请上台准备。

男：请同学们为五号选手打分，六号选手请上台准备。

女：请同学们为六号选手打分，七号选手请上台准备。

男：请同学们为七号选手打分，八号选手请上台准备。

女：感谢各位选手为我们带来的精彩故事，请各班统计分数。

结束语：

女：雷锋！你不是将军，却立了无数功勋；你不是文豪，却写下不朽诗文；你如此平凡，如此年青，象一滴小小的春雨，却渗透亿万人的心！男：今天，我们相聚在这里，浸润在三月的思绪中，感动在雷锋的故事里。

女：雷锋的精神让我们奋发向上。让我们以实际行动，弘扬雷锋精神，让雷锋精神在我们身上得到延续，让雷锋精神永远焕发新的光彩。男：我们坚信，雷锋精神这朵中华民族亮丽的道德奇葩，必将结出累累硕果，代代相传！

比赛到此结束，谢谢大家！

班队会活动方案表篇四

1、结合本班的实际情况，设计主题班会，教育学生面对种种困难要坦然地面对困难，要勇于挑战困难，最后战胜困难。

2、通过对成功人士面对挫折事例的交流，初步体会面对挫折时不惧怕的心理。

3、帮助学生健康成长，培养学生独立思考、分析问题、解决问题的能力。

1、教室黑板上书写“善待挫折”的艺术字。

2、网上搜索关于“挫折”的个案。

3、网上搜索古今中外名人从挫折中汲取力量、走向成功的实

例。

六年级

室内

40分钟

（一）导入课题。

1、师：同学们，没人说出你搜集的成功人士面对挫折事例？谈感受

2、思索并交流：你认为哪个故事更好？为什么？[学生交流]

3. 小结引入课题：多么感人的故事！同学们，在生活中，我们不可能光走平坦大道，人生路上，我们也不可能都是一帆风顺。当困难和挫折来临时，那么我们该怎么面对挫折，并最终战胜挫折呢？这节课，我们就来讨论“如何面对挫折”。

（二）探究挫折

（1）小组讨论，全班交流。

（2）教师小结：

要正确认识挫折，人生的道路很长，遇到挫折是免不了的。有些是由于客观原因造成的；有些是由于主观原因造成的。既然挫折已成为现实，我们就要勇敢地挑战挫折。这样不仅可以具有发奋图强的动力，又可以锻炼出顽强的毅力和能吃苦耐劳的良好素质。

三、总结提升。

（1）请你讲一个自己面对挫折，鼓起勇气克服困难的事例；

(2) 网上搜集激发个人奋发图强的名言与警句。全班进行交流。

四、结束活动：

全班同学随着播放的歌曲《阳光总在风雨后》合唱这首歌

班队会活动方案表篇五

主持人：

(1) 在我们的学海生涯中，泪水多少次与汗水的结合，我们已经不再知晓。

(2) 因为成绩的不理想，我们也曾想过放弃，但自信的力量，一直激励着我们。

(齐声) 我们要大声的说：“战胜挫折，发掘潜能，我做得得到！”。

(齐声) 桃源一中 班主题班会寻找战胜挫折的力量现在开始！

1. 第四届cctv舞蹈大赛残疾人舞蹈《牵手》（4分钟）

2. 结合现实经历谈自己的感受。你想到了什么？（主持人与同学互动）（4分钟）

3. 《亲爱的小孩》伴奏，切换ppt展示学生在学习生活中遭遇到的误会、挫折、困难，引起学生共鸣。（2分钟）

主持人：（3秒后开始）

同学们，在你的生活中，是否出现过类似的情况。曾经的你，成绩优异，在叔叔阿姨们的羡慕目光下，你是爸爸妈妈的骄

傲，但是进入高中后，你的优势不再明显。数学课上，你开始吃力的看老师一次次的变魔法，你却看不懂！考试中，你心跳加快头脑空白，甚至，在前不久的段考中，有一科——甚至还不止一科——没有及格！你是否感觉越来越快的学习和生活节奏，开始慢慢让你无所适从，开始压扁你本来饱满的信心！

我知道，你永远不会忘记，下雪天妈妈顶着寒风给你送来棉被时蹒跚的背影；我知道，你永远不会忘记爸爸突破校门口的阻拦，给你送饭，在人群中四处搜寻你时，焦急的眼神，我还知道，你永远不会忘记，当你考试失败伤心流泪时，电话线的那一头，传来的依然是父母殷切的鼓励和安慰。但是，我也知道，你却依然无法回报他们以满意的学习成绩；只是，你的脸上，不再有当初的笑容。于是，你在不知不觉中选择放任自己。你感觉正在被同学出卖欺骗，感觉老师是那么的 不理解你！

※（背景音乐《回忆悲伤》）

1. 最近一段时间内，有哪些事情比较打击你的自信心？
2. 或者进入高中以来，你在学习和生活中遇到的最大的失败是什么？
3. 再或者说，到目前为止，你认为能够称得上挫折的事情是什么呢？

主持人：你的述说，有我的聆听……

请把你生命中的挫折，失败，怀疑甚至绝望写在稿纸右边。
(3分钟)

(4、5个同学，4分钟)

（述说之后）请闭上你们的眼睛，把这张写满你们挫折失败的纸捧在手心，放在胸口，感受它的重量。

1. 主持人：现在让我们放下那张写满挫折与不如意的纸，先看一个关于橄榄球队的故事

（播放视频1）播放之后介绍：《面对巨人》讲述一位教练如何帮助队员重拾信心与勇气，并用信仰击败恐惧的故事。故事的开头，这个球队一直处于失败的阴影中，教练一直以一种叫“死亡爬行”的方式来训练队员。

2. 主持人：在这段视频的最后，我们看到，队员们刚刚爬了十码就已经气喘吁吁了。请大家来猜想一下，他们的极限会是多少码呢？（1分钟）

3. 播放视频2（6分钟）

10码，我知道，也许你们也可以做到，但是，布洛克却完成了整个球场，110码，并且背着一个160磅（72公斤）的人**Broc**做到了！

3. ※同学们，讨论1分钟，你觉得是什么让他完成了这不可能的任务？

学生讨论，回答。（3分钟）

4. 主持人**Broc**之所以完成了这不可能完成的任务，最根本的原因是充分的发掘了自身的潜能！

5. 请欣赏诗朗诵《天赋潜能》（主持人）

还有多少奇遇我不曾经历/年轻的梦想浮浮沉沉

青春像阳光下闪耀的钻石/可我怎能忍受岁月徒增

我们把金色的脸庞朝向太阳

我知道/我天赋潜能

四季的雨飞雪飞让我心醉/却不堪憔悴

青春的花开花谢让我疲惫/却不后悔

在那片青色的山坡上/我埋下所有的疼痛

我知道/我天赋潜能

6. 主持人：同学们，我们现在回到现实中。

讨论（1分钟）。询问结果。把辅导老师作为生活智者引出，解答疑惑，并引出后面的小游戏。

（一）做游戏，体验自身的潜能

※同学们，现在请你们再一次拿出那张写满你们失败挫折的稿纸，翻过来，把挫折失败的一面朝下，我们一起来做一个小游戏。

游戏规则：

（1）首先，估计一下你每分钟能拍掌的次数，写在稿纸的左边；

（2）然后，以你最大的速度，尽你最大的努力拍掌，同时心里默默的记下次数。老师喊开始的时候你们迅速击掌，10秒钟后，老师喊停，立刻停止。

（3）最后，在稿纸的右边记下你刚才拍掌的次数，再乘以6，得出你1分钟实际能拍掌的次数。

(4) 对比左右两边的数字，谈谈你的感受。

※没错，怯弱和退缩只能助长挫折与失败的气焰；自信是战胜挫折与失败的有力法宝！

(二) 重做游戏，体验激励的力量

主持人：

再一次尝试拍掌的游戏，所不同的是，这次你请一位伙伴在旁边为你加油鼓劲。

同学，你愿意给予你身旁的人以鼓励吗？你愿意接受你身旁的人的鼓励吗？

(做准备，酝酿，辅导老师与学生一起游戏)

找同学公布数字，谈感受，为什么记录再一次被刷新？你们应该感谢谁？

a□正如前面那个视频中□broc的成功有教练的激励一样，在我们生活中，其实也不缺少这样时刻鼓励我们的教练。我们的父母，老师，身边的朋友，都会给你加油，为你鼓劲！

b□那么就让我们紧紧的握住在这个给我们鼓励，为我们加油的伙伴的手，一起喊出我们的心声吧：你的挫折，有我的激励；你的成功，有我的支持！

※同学们，理想之帆在驶向胜利的彼岸过程中，总会遭遇风雨，我们的确曾有过怀疑。但是正如只有泥泞的道路才容易留下跋涉者的脚印；正如只有经历破茧而出的涅槃才有成蝶后的翩翩起舞，只有在逆境中奋起的人，才能最深刻的体会成功的巨大喜悦。

※朋友们，有人说，在失败面前，选择面对你只需要一秒，选择放弃你将穷尽一生。那么，就让我们好好的保存这张稿纸，在今后的学习和生活中，如果你又遭受失败或者挫折了，请我们首先学会面对，学会倾述，把它写在这张稿纸上。然后再翻到另一面，你一定能寻找到战胜挫折的力量！

（1）挫折与失败是如此的沉重。但我绝不让泪水成为挫折与失败的战俘。

（2）沉静秋色拦不住凛冽的北风，而凛冽的北风也拦不住我们走向春天的脚步。

（齐声）我们要大声的说：“战胜挫折，发掘潜能，我做得得到！”。