# 最新开学第一课班会方案总结(优秀14篇)

作者：风景如画 更新时间：2024-04-02

*方案可以帮助我们规划未来的发展方向，明确目标的具体内容和实现路径。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。开学第一课班会方案总结篇一面对高三，*

方案可以帮助我们规划未来的发展方向，明确目标的具体内容和实现路径。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**开学第一课班会方案总结篇一**

面对高三，我们应该怎样呢?我们只有拼搏、努力、向前，同时应注意劳逸结合。

进入高三，第一节课，我想和大家交流以下几个方面的问题。

一、复习计划。

1、复习文言文专题，复习达到的效果是选择题全对，翻译尽量不失分。

2、复习基础知识中的字音、字形、词语、病句专题。

3、复习语言表达及运用(1)(简明、连贯、得体)。

4、复习诗歌鉴赏专题。

5、复习现代文阅读专题。

6、在复习期间，两周一次作文;每月一次考试。

二、思想、心理、身体准备。

1、要有目标，并且要对目标保有坚定的态度。有的同学常立志，不能立长志，在玩到尽兴之时，忽而想到了高三的目标，于是乎，内心恐慌，导致兴尽而归，这样只能是玩没玩好，学也没学好。我们只有树立目标，并坚定不移地为了目标而不懈努力才能实现自己的既定目标。(还记得讲《沁园春?长沙》是我给大家说的毛泽东的立志诗吗?)。

【古希腊的哲学家苏格拉底有一次在授课时对自己的学生们说：“同学们，从今天开始我们要做一件事。”

学生们都暗暗猜想：“老师要求的肯定很难吧?可是苏格拉底说的却是：“请同学们从今天开始每人每天坚持甩手300下。”大家顿时哄堂大笑，觉得老师让他们做这么简单的事情，是拿他们开涮。

到了第二天，苏格拉底问：“有多少人坚持甩手300下了?”90%的学生都举起了手。一个月过去了，苏格拉底再问第二次，还有80%的学生举起了手，表示自己坚持下来了。一年以后，苏格拉底突然再次提起这件当时大家都觉得简单而微不足道的事情，又一次问所有的学生：“一年之前我说的每人每天坚持甩手300下，请做到的人举手。”

所以，坚持是最容易的，也是最难的事情，因为没有几个人能够真正坚持下去。对学习时刻保有百分百的热情，不能一曝十寒。谁能够坚持，谁就能成就大事。

2、心态决定一切。

3、让反思成为习惯。在高三的学习中要不断地反思自己的学习，无论是语文还是其他学科，都要学会反思。只有反思才能不断进步。我们在高三会做题，那么只是为了做题吗?当然不是，而是从题中找到规律，从对题目的反思中不断进步。

4、良好的心态和健康的身体，是成功的保障。你要把高三平时的每一次测验看作是高考，只有这样才能让你认真对待每一次检测，也只有这样才能像平时一样对待高考。健康的身体是一切的前提，高三既是一个考验知识的时期，也是一个考验身体的时期，良好的身体素质不只是为了高考的体育测试，更是为了能够健康工作50年，快乐生活一辈子。

三、学习要求。

1、工具书准备。

现代汉语词典、古汉语常用字字典。

2、文具准备。

红色笔、笔记本(整理、积累、反思一体)。

3、让读书成为习惯。

要求每位同学每天拿出15分钟的时间去阅读，可以使优秀作文，也可以是名家名作。

四、课堂作业。

站在高三门口，我对自己说……。

要求：写出来能够在高三一年中不断激励自己，并在课堂上大声说出来。

五、结束语。

美国夏威夷岛上的学生们每天上课前总要全体虔诚地祈祷，祈祷词是：“一个人的一生中只有三天：昨天，今天和明天。昨天已经过去，永不复返;今天已经和你在一起，但很快也会过去;明天就要到来，但也会消逝。抓紧时间吧，一生只有三天。”同学们，高三的语文学习时间紧，任务重，显然需要我们师生一起努力，加强合作，争分惜妙，共享语文乐园，决胜高考战场，铸就人生辉煌!

**开学第一课班会方案总结篇二**

结合区教育局“开学第一课”，有针对性、实效性做好本年度德育教育、养成教育、常规教育等内容，将学生培养成为有理想、有思想、有主见、有行动的时代少年。

20xx年x月x日。

(一)第一讲升旗仪式及其他。

1、8:30分进行“新学期、新起点”升旗仪式。

2、8:40分进行我校常规德育工作――《收心教育》。

我校大队部以大队会的形式带领全体学生召开主题班会，以队部发出倡议、师生互动、辅导员采访、学生互动、动手操作、歌曲插入等多角度、多方位进行。

1、在歌曲《清晨》的旋律中，调动学生情绪。辅导员导语导入主题。

2、话题设计并向全体学生提问，假期结束了，你收获了什么?校级领导和辅导员等深入班级，采访与倾听。播放歌曲《少年少年祖国的春天》(十三分钟)。

3、新学期你为自己确定目标了吗?学生在教室中明确学期任务，教师激发学生学习兴趣。(七分钟)。

中国梦我们的\'梦”这一理念。(十五分钟)。

(三)第三讲两操。

因天气原因，我校将本块活动重心放在眼保健操上，以听音乐做，班主任纠错，再跟随音乐做，学生间互相纠错，最后巩固练习为主。

(四)第四讲“我平安我能行”安全知识讲座。

由辅导员分别从安全知识、消防安全、逃生自救常识、安全走路四个角度，全方位对全体学生进行讲座。

1、继续以师生互动的形式开展本次主题班会，由辅导员利用广播向全体学生发出问题，如：生活中的礼貌用语你知道吗?见到客人的礼仪你知道吗?(五分钟)。

2、由大队长xx同学播讲《感恩教育》并播放歌曲《感恩的心》(十分钟)。

3、宣传委员xx同学播讲《礼仪教育》，并播放歌曲《小学生一日常规歌》(十分钟)。

4、文体委员播讲《节约教育》(十分钟)。

新学期希望每个同学要做到“五心”：

一是收心。

把暑假的以玩为主的生活方式转变为以学为主的生活方式。

二是决心。

新学期有新开始，尤其对于初二年级的学生。人生最关键的时候，往往只有几步，我们要在新学期伊始就下定决心使自己的人生有一个美好的开端。

三是恒心。

前行的路上总是布满荆棘，学习上要下功夫，持之以恒，战胜一个个困难，去争取新的辉煌。

四是爱心。

不仅要提高学习，同时还提高品德修养。尊敬老师，团结友爱，互助互爱，孝顺父母。

五是用心。

读书需要用心，处处用心皆学问。只有用心做人、做学问，才能有所成。

同学们，让我们在新的学期中共同努力，创造新的辉煌!最后，祝同学们新学期品质好、身体好、学习好，各方面都进步!

**开学第一课班会方案总结篇三**

一.谈话导入:。

1.师:暑假已经结束了,我们重返校园,春节的热闹和快乐已经离我们远去了,我们要尽快地调节自己的情绪,投入到新的学习之中。在暑假里,有什么事情、事物或是什么人给你留下了深刻的印象?(学生谈感受)。

2.师:新的学期到来了,小朋友们又长大了一岁,作为一名二年级的学生,在新的学期里面,你有什么打算呢?(学生谈打算)。

二.培养良好习惯,从一日常规做起。

1.师:要成为一名优秀的小学生,我们究竟该怎么做呢?来,一起看看《小学生一日常规》。

2.教师出示小学生一日常规。

(一)、起床——美好的一天从起床开始。要做到:。

1.按时起床,不睡懒觉。

2.起床后要整理好床铺,刷牙洗脸,佩戴好校徽、小黄帽、红领巾。

3.检查学习用品,整理好书包,与学习无关的东西(玩具、卡片、饮料、零食等)不要带到学校。

(二)、到校:。

1.按时到校,不随便缺课,因病(事)不能到校,要写请假条。

2.上学路上不玩耍,不逗留,不吃零食,自觉遵守交通规则,靠右边行走,过马路,要左顾右看。

3.上学路上,或到校后,见到老师要主动问好。

4.进出校门时不得奔跑。

(三)、两操:。

1.认真做广播操和眼保健操,因病(事)不能做操要事先请假。

2.排队要做到快、齐、静。

3.带队同学要保持行走速度,不能过快或者过慢,队伍后面的同学要跟紧队伍。

4.做操时要听口令,动作要准确、整齐。

(四)、课堂常规:。

1.课前准备:每节课前首先要把书和文具放在桌子的右上角,要求桌椅前后一条线,文具摆放一条线,学生坐成一条线。

2.上课铃响后有秩序地进入教室,安静坐好。小当家要带头领读古诗和课文。

3.上课迟到,要先喊“报告”,经老师许可后,才能进入教室。

4.上课时要坐端正,专心听讲,积极思考,认真回答老师提出的问题。

5.争取回答问题或向老师发问时,要先举手,回答问题时要立正站好。

6.下课铃响后,等老师走后,再安静下课。

(五)、课间:。

1.下课后,要走出教室做有意义的活动。不追逐打闹,不大声喧哗。

2.不随地吐痰,不乱扔废纸。

3.进办公室要先喊“报告”得到允许后才能入内。

(六)、校园文明与安全:。

1.不得在校园墙壁上乱涂乱画,不得用脚蹬或踩墙壁,不乱刻画,不攀折花草树木。

2.在校园内,不随地吐痰,不乱扔废纸。看到有垃圾,要捡起。

3.不得到施工地点玩耍。

4.楼道内不得奔跑。

特别提醒:。

1.课间不打闹,不狂乱追跑,不玩水,浪费水资源;不乱扔垃圾,要保护好自己。

2.对待同学要宽容,不歧视学习有困难的同学,不说伤害同学自尊的话,同学有困难要即使伸手帮助。

3.学会自己处理与同学之间的关系,与同学发生矛盾时,应先在自己身上找不对之处,尽量少指责他人或不求实际的告状,当遇到自己解决不了的问题时应该及时向小当家或老师反映。

三.课堂小结。

师:小朋友们,如果你们都能做到并做好这些,老师相信你们一定能成为最秀的小学生,成为最让老师和爸爸妈妈骄傲的孩子!

**开学第一课班会方案总结篇四**

教学目标：

1.回顾上学期的各科成绩，明确取得成功(或造成失败)的原因。

2.了解本册英语的内容。

3.说说自己在暑假中的.收获。

4、激发学生的学习兴趣。

5.提出要求，让学生养成良好的学习行为习惯。

教学重点、难点：

1.明确自己本学期应有的学习态度，认真扎实地上好每一节课。

2.进行强化训练，使学生养成一个良好的行为习惯。

教学过程：

一、说说自己在暑假中的收获。

大家在暑假里肯定过得非常愉快，非常充实。你能将自己记忆最深刻的一段与大家一起分享吗?可以说说自己游玩的事情，可以说自己学会的本领，也可以说说自己在自学中取得的收获。

二、明确取得好成绩或考试失利的原因。

1.回顾上学期的成绩。

2.由成绩优异的学生谈一谈自己取得优异成绩的原因。

3.以不点名的形式向平时懒于学习的同学提个醒：不能将过多的心思花在学习以外的地方。

三、了解本册英语书的内容，认识本学期的学习任务，明确本学期的打算。

学生看书，师和学生一起说。

四、对学生的常规课堂进行要求：

1.课前准备：

(1)课前预习;(2)准备好上课所需物品。

2.上课的要求：

(1)认真听讲，积极思考;。

(2)大胆发言、质疑。

6.精选2016年教师节主题班会方案。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**开学第一课班会方案总结篇五**

激发同学们追求理想，认清自己的努力方向，找到学习的动力，同时营造积极向上的学习氛围。

班级所有同学。

心理测试、讨论、歌曲。

教室。

1、引入：ppt播放flash《奔跑》，主持人出场介绍本次班会的主题及相关内容。

主持人：大家请看《奔跑》的歌词：“全力奔跑梦在彼岸，随风飞翔有梦做翅膀”，这里都说到了梦，就是梦想，下面进入我们今天的主题班会——梦想在新学期绽放！

2、提问：大家的梦想是什么？理想是什么？

（1）主持人：大家有没有梦想？初一的新征程中你们的梦想是什么呢？下面大家先讨论一下，待会我们叫几个同学上来跟大家分享一下。

（2）同学讨论。

（3）叫同学上台交流分享。

3、介绍个人理想的内涵。

（1）主持人：刚刚大家都相互讨论了个人的`梦想，有说到了对职业的梦想，对生活的梦想等等，那究竟个人理想包括哪些内涵呢？在这里跟大家简单说说。

（2）个人理想的发展包括生活理想、个人道德理想、职业理想和人生理想四个方面。生活理想是指人们对未来物质与精神生活的向往与追求。个人道德理想3是指对自己未来道德面貌的想象。职业理想是指对自己未来工作部门与专业种类的向往与追求。人生理想是基于对人生价值的理解而对自己未来的人生道路与人生贡献的设想和追求。

4、心理测试《你有美好的前途吗？》，答案解析。

（1）主持人：那接下来我们就来测测看大家是否有美好的前途。大家拿出纸和笔，把答案写下来，待会要统计分数的。

（2）学生答题，统计分数。

（3）《你有美好的前途吗？》测试题目。

1、对于团体的工作，你抱着：（）。

a、热心参加的态度；

b、漠不关心的态度；

c、十分厌烦。

2、当别人遇到困难时，你就：（）。

a、首先判断对方遇到的是什么困难，如果有援助的必要，就立即去帮助对方；

b、不问理由，尽力去助人；

c、认为这是别人的事，采取袖手旁观的态度。

3、当自己逐渐长大时，你同时会：（）。

**开学第一课班会方案总结篇六**

为了让学生从舒适的暑假生活顺利地过渡到紧张忙碌的学校生活中来，对学生进行日常行为规范教育，行为习惯养成教育、安全教育，让学生能尽快收心，投入到新学期的学习生活中来。

活动过程：

一、导入谈话：

暑假生活已经结束了，我们重返校园，又长大了一岁，暑假生活的悠闲与舒适已经离我们远去了，我们要尽快的调节自己的情绪，投入到五年级的学习之中。

二、学习规范。

重温《小学生守则》和《小学生日常行为规范》，并在日常学习的过程中让学生知道什么行为是对的，什么是不对的，使学生养成良好的学习和生活习惯。

(一)常规教育。

1.重温《小学生守则》和《小学生日常行为规范》，并在日常学习的过程中让学生知道什么行为是对的，什么是不对的，使学生养成良好的学习和生活习惯。

2.作息时间的安排：早上清洁时间、早读时间、午读时间、放学时间、作业时间，并严格按照科学的作息时间(强调必须遵守)。

3.集体活动：五分钟的岗位劳动、集合整队、放学整队回家、眼保健操、值日生工作。

(1)周一至周五需穿校服，佩戴红领巾，不佩戴者要记录下来，扣分并在班内公布。

(2)不允许带零食进教室。

(3)上早操、课间操队伍做到静、齐、快，出场不拥挤，讲秩序;眼保健操须按时、按要求、高质量完成。

4.课前准备：按课表准备下节课的学习用品、相关书籍齐全。

5.上课听讲：坐姿端正、积极思考、不影响他人学习。

6.下课活动：注意安全、团结友爱互帮互助、上下楼梯不拥挤，课间不得在过道、走廊上追逐打闹、高声喧哗，不玩危险游戏，不疯赶打闹，不爬栏杆，做有意义的课间活动。

7.放学要求：按时回家，不结伴玩耍，注意交通安全，严格站路队回家。

(二)安全教育。

这是我们常挂在嘴边的问题。在这里再强调以下几点。

1.有事必须请假，不迟到、不早退、不旷课，放学按时回家。

2.上下楼梯靠右行，不追逐打闹，不大声喧哗，不搞恶作剧。

3.不爬树、墙、门窗、护栏、防护网等高物。

4.遵守交通规则，不抢道、不争行，不在公路两旁玩耍，不爬他人车辆，严禁乘坐“三无”车辆。

5.不到沟、湾、塘、河里洗澡、溜冰、玩耍，远离溺水安全隐患。

6.注意饮食卫生。不吃过期、变质、“三无”等不卫生食品。上下学途中不买零食。

(三)卫生习惯：

1.教室里将桌椅摆放整齐，抽屉内无杂物。地面无纸屑，教室墙壁、桌面无乱贴乱画痕迹。值日生将黑板擦净，讲台上的物品摆放整齐。

2.每个学生要注意个人卫生，勤洗澡，勤理发，勤剪指甲、勤换衣。不吃零食，不挑食，不随地吐痰，不乱扔果皮纸屑，不乱倒垃圾。

3.宿舍卫生要及时打扫。

4.抓好教室的卫生保洁工作，加大监督力度，促使学生养成良好的卫生习惯。

三、总结提出奋斗目标。

**开学第一课班会方案总结篇七**

1、交换暑假中的趣事，感受充实暑假的快乐。

2、分享奥运健儿的美丽瞬时，体会奥运健儿的拼搏精神。

3、说出新学期对自己的要求，水滴们团结向上，让美留在身边。

1、整理学生的暑假作业，列出夸奖名单。

2、两个学生准备分享暑假产生的一件成心义的事情。

3、一个学生准备分享奥运健儿的故事。

上学年看到大家，都还是小小个，但是现在，可以相互看看，变化都有多大啊！看！（举例几个小朋友）真的特开心，新学期我们还能在一起学习，一起游戏，一起成长，一起进步！暑假中，躺在床上，葛老师脑海中总在想我们的新学期应当怎样度过，我期望我们的新学期，总会有美好的事情产生。比如说：每一天都过得很充实；全班71滴水滴相互帮助；在学习上你追我赶，像奥运健儿一样有拼搏的劲儿等等。

现在让我们先来看看暑假中大家快乐的样子。

教学一：我的充实生活。

1、展现优秀的暑假作业。

2、两个学生讲讲自己的暑假生活，四人小组各自分享一个暑假中产生的趣事。

3、列出暑假夸奖学生名单，嘉奖笔记本和笔，期望他们将自己充实的生活记录下来。

4、教师总结：充实有规律的生活会让我们变得更快乐，期望新学期的每一天大家都能与时间赛跑，上课认真听，下课痛爽快快地玩耍，课后静下心完成作业后舒舒服服地做你想做得事。

教学二：有股拼搏劲儿。

这是一个奥运暑假，大家肯定都看过奥运会，相信很多中外的奥运选手都给你留下了深入的印象，现在就让我们来感受感受他们身上的拼搏劲儿。

1、播放激动人心的奥运视频。

2、一个学生讲讲奥运健儿的故事。

3、教师总结：不管这些运动员们在赛场上结果如何，他们为这一次比赛，整整准备了四年，每天接受大强度的训练，有的`还经受着伤病的折磨，他们之所以能坚持下来，相信这股拼搏的劲儿是关键。在学习上，同样需要这样一股劲儿，自己跟自己较真，今天的自己和昨天的自己比一比，到底有没有进步；和身边的同学较真，学习他的优点，一起进步。因此期望新学期的71滴水滴心中有股拼搏的劲儿，争取每天进步一点。

教学三：我的新学期目标。

1、学生写下自己的新学期目标。

2、大声说出自己的目标（想说的就站起来说）。

3、教师总结：有了目标，就不会让我们在努力中失去方向，让我们沿着自己的目标每天进步一点吧！

**开学第一课班会方案总结篇八**

一、学习目标：

1、通过交流明确初三学习现状和中考考情况，了解老师，增进师生情感，和谐课堂氛围。

2、明确初三各科学习的方法和基本要求，充分做好学习准备。

3、通过有感情的诵读，培养学习的热情，树立学习的信心，怀着梦想开始前进。

二、学习重点：

了解现状，明确方法和要求，树立信心。

三、课时安排：一课时20\_\_年9月1号。

四、学习方法：交流，探讨，讲故事，诵读，记笔记。

五、教学过程：

1、候课：同学们欣赏歌曲，准备好课堂笔记。

2、上课导入，师生认识：用激情和信心开始第一课。

3、明确本课学习目标：

4、交流梦想和信心对于初三的意义：

你有梦想吗?你对初三学习的信心如何?

5、了解中考情况，交流各科学习现状。

你的语文学习现状如何?其中最突出的问题是什么?

6、探讨语文学习方法：(可从态度、方法、练习、积累、整理、书写等方面)你觉得在初三，语文这一科应该怎样学更有利、更高效?(板书)。

7、明确语文基本要求：

初三一年里，我们语文学习的常规要求最起码应该有哪些?(板书)。

8、作业布置：

1、专备一个随笔摘抄本，写第一篇随笔《初三了，我怎样学好语文》。

2、复习必修一课本文言文《劝学》，背诵默写全文。

3、开始每节讲课前的三分钟基础提能训练。

附加：导学案阅读材料。

材料一：梦想。

梦想是推动剂，是我们提高自己不可或缺的精神食粮，是人生中最宝贵的东西之一。我们每一个人都需要给自己一个梦想，都需要在平淡的日子里持之以恒。只有坚持朝着梦想的方向耕耘下去，才会有水到渠成成功的那一天。

记得哈佛大学曾经作过一个调研，有一届毕业生，无梦想的是27%，梦想比较模糊的是60%，有近期梦想的是10%，有远期梦想的是3%。25年之后，哈弗大学再追踪调查，结果发现，这届毕业生中，是那些“有远期梦想的3%”最后成为了美国的精英。这个例子告诉我们，梦想对于我们是多么的宝贵啊!

然而，现实中我们也发现，这个梦想并不是很容易实现的，这条路也不是很容易践行的。这就意味着有竞争，意味着这样一个残酷的现实：同样的机遇，但机遇是给有准备的人;同样的空间，但成功是给坚持不懈并朝着梦想一直努力的人的。

材料二：信心。

美国著名盲人女作家海伦.凯勒说过，信心是命运的主宰。前苏联作家高尔基也曾说过，只有满怀自信的人，才能在任何地方都怀有自信，沉浸在生活中，并实现自己的意志。尼克松我们都熟悉吧，他是著名的美国总统，但就是这样一个大人物，却因为缺乏自信而毁掉了自己的政治前程。1972年，尼克松竞选连任。由于他在第一任期内政绩斐然，所以大多数政治评论家都预测尼克松将以绝对优势获得胜利。然而，尼克松本人却很不自信，他走不出过去几次失败的心理阴影，极度担心再次出现失败。在这种潜意识的驱使下，他鬼使神差地干出了后悔终生的蠢事：他指派手下的人潜入竞选对手所在总部的水门饭店，在对手的办公室里安装了窃听器。事发之后，他又连连阻止调查，推卸责任，在选举胜利后不久便被迫辞职。本来稳操胜券的尼克松，却因为缺乏自信而导致惨败。可见，没有信心将会是多么的可怕。

材料三：各科学习现状。

关于语文学习现状，同学们分四种情况，一为语文素养高成绩稳定的;二为喜爱语文，有较好素养，但成绩不稳定，基础不够牢固;三为知识面一般，语文中等成绩，比较稳定，没有突破基本成绩110分;四为基础差，成绩差，学习用时少，兴趣不强，功夫小;五为理科强，不重视语文学习，用时很少，认为不学影响有限，严重偏科。

材料四：语文常规学习方法。

第一、坚持阅读摘抄(美文、佳作、名言、警句、知识等);第二、坚持写作(随笔、日记、大作文);第三、坚持背诵(知识、诗词、美文等);第四、坚持总结整理、纠错和运用(记好笔记，经常整理试卷，进行纠错，考试写作时运用);第五、(坚持思考和感悟)。

材料五：故事一则。

古罗马皇帝哈德良手下有一位将军，总是在他面前吵吵着要提升。他报告：“我应当进入更重要的领导岗位。因为，我经验丰富，参加过10次重要战役。”哈德良皇帝随意指着周围的战驴说：“亲爱的将军，好好看看这些驴子，它们至少参加过20次战役，可它们仍然是驴子。”

如果不擅长总结，十年的资历，只不过是一年经验的十次重复而已。优秀不是时间的累积，而是不断反省后的创造力。

材料六：清华学生张亦楠学习心得。

张亦楠，高中毕业保送进了清华大学，现在哈佛大学读博士。他是一位比较典型的长胜将军，让初三学生深感头疼的每天“统练”，张亦楠自有一番心得：初中三年，我独爱初三，因为初三每天都有统练。

听起来是不是很“变态”?其实，连我的朋友也认为我的这种观点近似疯癫。我爱统练。因为统练，每天清晨，我都会满怀希望地去上学;每天上午，我都会满怀希望地去听课;每天中午，我都会满怀希望地去吃饭;每天下午，我都会满怀希望地去为即将到来的统练而摩拳擦掌。统练是我一天的希望所在。因为统练，我生活得很充实。

我爱统练。统练没有压力，因为它不直接关系到我的未来前途;统练又有压力，因为它是正规的考试，而我看重每一次考试。正是这种不松不紧的氛围让我达到最佳状态。统练时，我总能敏锐地发现题目的“陷阱”，那个时刻的喜悦即使在分数下来以后，仍让我回味无穷。

我爱统练。统练后与其他同学比分，较量个高低，是统三必不可少的项目。如果能够“一览众山小”，我会高兴两三天;若是不幸在年级“泯然众人矣”，我也会花一个晚上面壁思过。不过大多数情况，我与那些高手都互有胜负，“胜故欣然，败亦坦然”嘛。

我在统三有一个“统练伙伴”。他与我一样，视每次统练如中考。且他的实。

力亦甚强。我们还有一个相同点，都不太谦虚。每次分数下来后，我们中的胜者都难免流露出对对方的挑衅。如果某次输给他，我会好几天感到耻辱。而这种耻辱感正是我学习的最大动力。于是一天一次的统练就让我这个疏懒的人勤奋起来。

我还是个知足常乐的人。但我们班的强手居然几乎都扎堆坐在我那片，每次统练，我们那片人很快就能知道其他人的分数情况，不免要比一比。比输了，我又不服人家，只好下次争取超过他们。还好，每天都有机会，于是每天都有目标。渐渐地，我发现，我也成为了强手中的一分子。是统练让我这个知足的人不知不觉取得了进步。

以上所有这些，使我顺利地考上了清华。一天一次的统练，帮助我成功。

材料七：学习成功的七大策略。

策略1：初三生活规律化，提高生活满意度。

案例：有一位初三学生在刚开始学习的时候，提不起学习兴趣，经常上网吧玩游戏，甚至彻夜不归，结果第一次期末考试考得一塌糊涂，对他震动很大。在老师的帮助下，他终于开始走向正常的学习生活。开始他有些不适应，但是在老师的监督下硬着头皮去做，一个月之后慢慢进入了学习状态，一到学习的时候就学习，由于聚精会神、全力以赴，效率非常高，成绩提高很快，整个人的心理面貌也得到了很大的改观，最终考上了“二本”。

解读：只要生活节律化，自己的心理活动就能节律化，就能很好的进入学习生活的状态中，按照自己的愿望明显提高学习质量，提高学习成绩。

策略2：小步子，大目标：每门课每月提高3分。

案例：一位初三学生，学习几个月后语文成绩还是在100分左右徘徊，我告诉他，不要要求成绩一下子提高多少，只要每月提高3分左右，坚持到高考时就能达到120分以上了。后来这位考生找到他的语文老师，把我的意见说了一遍。

**开学第一课班会方案总结篇九**

新的学期已经到来，下面小编整理了2019年。

秋高气爽、瓜果飘香，在这个收获的季节，我们又迎来了一个充满希望的新学期。新学期的第一节课不是数学课，不是英语课，也不是语文课。是一节班会课。这节课我们要学习以下三方面内容。

一、行为规范。

同学们，你们听说过“播种行为收获习惯，播种习惯收获性格，播种性格收获命运”这句话吗?这句话告诉了我们良好行为习惯的重要性，因此今天我们的班会就从“讲行为规范，做文明学生”开始。

(一)首先进入知识问答环节。大家对《小学生日常行为规范》知道多少呢?下面我们来参加“规范知多少”竞答活动。

1、星期一早上，同学们正在操场上举行升旗仪式。丁丁来晚了，走到操场门口时，正在升国旗、奏国歌。他该怎么办?(站在原处，敬礼。)

2、倒垃圾时，一张废纸掉在了路上，你认为该怎么做?()。

3、当拾到的钱找不到失主时，你怎么做?()。

4粮食和学习、生活用品都是劳动人民用汗水创造出来的劳动成果，我们应该()。

5、我国的国旗是a五星红旗b齿轮和谷穗c人民大团结。

6校园的整洁与美丽靠我们a值日b每一个人的努力c爱护花草树木。

7、我们值日生该怎么做才是对的()a、随便扫一下b、看老师不在，放学就逃回家了。c、清扫每一个角落，摆好桌椅，关好门窗，灯，一齐回家。

9上课要专心听讲，积极思考，遇到不懂的问题应该(举手得到老师同意，大胆发言提问)。

10“坐如钟、卧如弓、站如松、行如风。”就是说(坐、卧、站、行姿势要端正)。

(二)下面进入第二版块：情景分析。

1《碰撞以后》两位同学，一个站在窗前欣赏校园风景，悠闲得很。另一个走过身旁时，正好转身，无意相互碰撞，便互相出言不逊，后厮打起来。同学们，你们觉得他们的行为正确吗?如果他们碰撞以后，采取另一种方式，又会是如何呢?请大家听第二个情景。

碰撞后，先微笑地说：对不起!再微笑地说：没关系!礼貌和解。

2《上课纪律》一同桌上课不听讲，手放抽屉，乱动椅子，前后左右乱说话。一同学规劝：上课要认真听讲，不然什么都学不到。书不会读，作业也不会做了。

那么，我们如何做一个文明的学生呢?(学生畅所欲言，谈出自己的想法)。

一二三八，一声问候(见到老师和同学问好)，两个轻声(楼道、教室)，三处整洁(个人、教室、环境)，八个自觉文明习惯(行为规范检查评比项目)：

1、注意仪容仪表：穿校服、戴红领巾，讲究个人卫生。

2、课间文明休息：不奔跑，不大声喧哗，不说脏话粗话、不打架，举止文明。

3、认真做好三操，站队时做到快、静、齐。4、不吃零食，不乱丢杂物，文明饮水，保持环境整洁。5、书桌及座位周围干净整洁，无纸屑杂物。

6、桌凳套齐全，无破损，无污渍。7、集会按时有序，保持会场安静。

8、不乱涂乱画，不吃口香糖、泡泡糖，放学站好路队。

二、学习。

一个假期的成长，我相信大家比以前更成熟了、更懂事了、更自信了。新学期、新打算，你们想不想在新的学期中取得更好的成绩呢?先祝同学们好好学习、天天向上。下面送给大家四句话：

第一句话是：新的学期要一切从头来。不管你过去怎样，老师们最关心的是你现在的表现，你能不能把握每一个今天。在新的学年里，你面临新的任务和挑战，你有机会从头再来。如果因为过去有了一点成绩而洋洋得意，骄傲自满，你必定会停滞不前，甚至一落千丈。同样，如果你过去有这样那样的不足，你应该勇于告别过去，完善自我，挑战自我，重塑一个崭新的自己。

第二句话是：要培养习惯，学会做人。欲成才，先成人。在激烈竞争的现代社会，仅仅有点成绩、有点才能还不够，只有具备了良好的习惯、美好的品德、高尚的情操，才能真正成为对社会有用的人才。因此，我们要以《小学生日常行为规范》、《小学生守则》和学校规定的行为准则，处处严格要求自己，要做到自尊自爱，努力上进，在学校的各种活动中创先争优。要举止文明，礼貌待人，尊敬师长，团结同学，要严守纪律，有意识的培养良好习惯。

第三句话是：主动学习，实干加巧干。在学习上，要有明确的目标，要不怕吃苦，要积极主动地去钻研，去思考，去聆听，去阅读，要做学习的主人，不做学习的奴隶。主动学习的知识容易懂，记得牢，会越来越有兴趣，越来越觉得学习的快乐，而被动学习则正好相反。所以，希望同学们从新学期开始都要做学习的主人。另外，在学习上，我们提倡两个字“实”和“巧”。实就是要踏踏实实地学，扎扎实实地练，掌握最基本的知识，做到“日日清，周周清”，决不让问题从自己眼前溜过去。巧就是要灵巧地学，而不是投机取巧，是要掌握好的学习方法。要根据学科特点，自身差异，在老师的指导下，寻找适合的最有效的学习方法。只要做到了这些，就一定能取得好的成绩。

第四句话是：勇于争先，敢拼才会赢。要求同学们要有不怕吃苦、敢于拼搏的精神。大部分成功人士身上，都有一般人没有的顽强不屈的意志、敢于拼搏的精神、吃苦耐劳的品质，还有适合自己的学习方法，也就是说要敢于战胜学习道路上遇到的种种困难，做一个克服困难的勇士，而不作困难面前的逃兵。你们要做自己学习的主人，做自己命运的主人。

三、安全。

这是我们常挂在嘴边的问题。小学《开学第一课》主题班会。在这里再强调以下几点。

1、有事必须请假，不迟到、不早退、不旷课，放学按时回家。

2、上下楼梯靠右行，不追逐打闹，不大声喧哗，不搞恶作剧。

3、不爬树、墙、门窗、护栏、防护网等高物。

4、遵守交通规则，听从交警指挥，不抢道、不争行，不在公路两旁玩耍，不爬他人车辆，严禁乘坐“三无”车辆。

5、不到沟、湾、塘、河里洗澡、溜冰、玩耍，远离溺水安全隐患。不私自燃放烟花爆竹，不玩火，严禁将火种、管制器械、危险玩具、手机、不健康书籍带进校园。恶劣天气尽量不外出，如果外出一定要注意安全。雷雨时关好门窗、关闭电源，不在大树高墙下，不接近高压线，以防触电。

6、注意饮食卫生。不吃过期、变质、“三无”等不卫生食品。上下学途中不买零食。

7、讲究个人及环境卫生，不乱扔杂物，不随地吐痰。及时参加体育锻炼，预防各类流行病和传染病。如遇生病，应及时就医，遵医嘱服药。

8、时刻要有防盗、防丢意识。教室的门窗应及时关好锁好，不把贵重物品带到学校。

9、同学之间和谐相处，严禁以大欺小，严禁打人、骂人、敲诈勒索他人，严禁玩耍危险玩具，更不允许用来恐吓他人。谨慎交友，不拉帮结伙，不参与非法活动，发生矛盾纠纷要及时向老师汇报，严禁激化矛盾。

10、不与校外不轨人员交往，不进歌舞厅、游戏厅、网吧等不适合学生的场所。

**开学第一课班会方案总结篇十**

在年少学习的日子里，说到主题班会，大家应该都参加过吧？主题班会要适合学生年龄特点、寓思想教育于生动活泼的形式之中。你所了解的主题班会都是什么样的？以下是小编收集整理的关于开学第一课的主题班会方案，仅供参考，大家一起来看看吧。

联合国大会于1981年通过决议，将每年9月的第三个星期二联大开幕的日子定为国际和平日。自国际和平日设立以来，全世界的政府和非政府机构、民间社会和宗教团体纷纷举行各种活动纪念国际和平日。然而目前在全世界范围内，战争、恐怖袭击、地区冲突等多种形式的暴力敌对活动依然存在，人类实现真正和平的理想任重而道远。为了呼吁更多的人维护和平，特在我校举办国际和平日活动，激发学生的和平主义精神。

和平世界、和谐生活。

宣传国际和平精神，通过活动来加深同学们对维护世界和平的认识和责任感，让同学们感受到世界和平需要依靠大家共同来维护，人人都应为世界和平尽一份力。在全校师生之间形成良好的爱好和平的氛围。

仁兆镇高戈庄小学。

全体师生。

1、周二下午13:30操场集合，检查人员的集合情况。

2、将传单发到志愿者手中。

3、由各委员为志愿者强调活动内容及活动方式。

4、活动结束后写总结。

活动注意。

志愿者要文明礼貌，积极主动沟通，准确传达活动目的。

附：国际和平日活动总结。

9月16日是联合国确定的国际和平日。今年活动主题是“和平世界、和谐生活”。为了培养学生维护世界和平意识，激发学生热爱生活的情感，日前，高戈庄小学开展“国际和平日”的宣传教育活动。

一是学校充分利用各学科教学，通过开展爱国主义教育进课堂活动，大力宣传历史民族英雄及各类英模事迹，掀起向优秀中华儿女学习的热潮。学校组织各班利用班队活动进行国际和平日的教育活动与加强相关知识的学习。

二是是通过校园广播向学生介绍世界和平的意义，播放《我和你》、《明天会更好》等呼唤和平的歌曲，营造爱好和平的氛围，让学生产生共鸣，引导学生做一个讲文明懂礼貌的好学生。

三是让学生感受家乡、祖国近年来的\'发展变化，弘扬和培育以爱国主义为核心的伟大民族精神。

四是教育学生从小树立正确的人生观、价值观，努力学习，成长后成为国家的有用人才，为维护祖国统一和促进世界和平而不懈努力。

五是以“国际和平日”为主题，开展手抄报评比活动，学生广泛收集素材，精心设计版面，绘制出一幅幅内容丰富，版面精美的手抄报，并在学校宣传栏展出，人人争做“和平小使者”。通过系列主题教育活动，在孩子们幼小的心灵中留下了深刻的记忆，充满爱的世界才是幸福生活的所在。为了更美好的明天，我们要让每一天都成为“和平日”，从小事做起，从身边做起，和平从我做起。此次活动，也展示了全校学生对和平的美好祝愿。

**开学第一课班会方案总结篇十一**

班会程序如下：

一、谈谈自己心目中的初三生活是个什么样的。学生代表发言。

二、老师讲初三的生活应该怎么度过。

三、你将怎么度过初三的学习生活，把自己的计划写出来。

下面就同学们写的初三计划摘录如下：

一位同学这样写：“初三”对于以前的我来说，是一个可望而不可及的字眼。然而现在，我已经进入“初三”，就必须去面对这个事实，并认真地对待它。

在我的心里,“初三”比得就是“坚持”、“认真”、“刻苦”以及“帮助”，再借用一位老师的话：“初三就是全体老师与学生手挽手、肩并肩，以前向前奔跑的日子”。是啊，初三，我们告别了初一的花开结果，告别了初二的青涩，我们面对的是即将来临的成熟、丰收，对自己泪水的告别，对自己果实的收获，对自己成长的见证……当然，我们现在最需要的就是对青涩的果实做到最好的保护!

“初三”是一个转变的时期，将我们本身的“轻狂”“躁动”与“恐慌”转变为“坚韧”、“上进”、“谨慎”、“内敛”……而这些品质必将使我们受益终生。

所以在这一个重要的“保护时期”，重要的“转变时期”，就需要我们列出很好的计划，以免手忙脚乱。

大的计划并不是一下子就能实现的，我们要遵守“几百口才能吃成个大胖子”的真理，也就是说要把大的目标化为一小段、一小段的目标，这样下来：轻松许多，容易达到自己的目标。

那么我近期的计划如下：

1、本周英语默写满分率90%、语文80%、历史80%、政治80%、化学如有默写先定为70%。

2、本周如有测试：数、英正确率90%、语文85%，历史85%、物理90%、化学80%、政治85%。

3、积极参与体育锻炼，短期以减肥为主。

4、每天出水果、钙片，以保证在体内所需的营养，从而更好地投入到学习中。

5、坚持每天写“每日一题”，保证在自习之前将数作写完，力求晚自习之前写完4科作业。

6、坚持每三天写一张《天利38套》，如作业加重，一大周至少写两张。

7、回家后每天至多1小时电脑时间，至少3小时作业及读书时间。

8、在校坚持做眼保健操，是度数不超过600度。

9、就寝时坚持回忆所学重点内容。

10、坚持每天预习新课。

另一位同学写道：流年之间，眨眼已经到了初三，其实初三没什么，只不过作业多了些，但是由于学校的重视会有许多“特权”，不必把初三的生活想象的那么恐怖。

面对初三，我只想说打起精神面对新的学科——化学。努力保持各个学科的成绩水平并使得提升。而且初三的体能训练要刻苦，体育不是我的强项，所以要多下功夫。

主要还是说一下学习，我觉得面对科目繁多的作业，可以适当做课外资料。但是，作业要特别认真去完成，不能去快速地应付作业，然后又赶快写资料，以为这样就会有很好的提升，其实弄懂作业当中的每一道，提高正确率才是最重要的。其次是要认真完成第二天各科的订错，把每一道题订会，保证下次不再出错。

有人说初三是块磨石;有人说初三是条跑道;有人说初三是场比赛;我想说的是初三是块跳板，只要努力，就会跳得更高，看得更远，愿我们每个人都能跳入理想高中!

通过这次班会课，同学们听课的效率提高了很多，作业完成的认真了，下课抓紧写作业的多了，谁不想为自己的前程努力一把呢!这正是：人生能有几回博?今日不博，更待何时?让我们携手，在初三的路上高歌前行!

**开学第一课班会方案总结篇十二**

班会主题：

1、了解校园安全隐患。

2、掌握安全知识，培养学生“珍爱生命，安全第一”的意识。

教学重点：

掌握安全知识，培养学生“珍爱生命，安全第一”的意识。

教学过程：

一、校园中存在的安全隐患。(可请学生列举一些现象)。

二、学生集会、集体活动、课间活动中应该注意的安全事项。

上下楼梯要注意什么?

集体活动中要一切行动听指挥，遵守时间，遵守纪律，遵守秩序，语言文明。

课间活动应当注意什么?

三、学生饮食、就餐的安全注意事项。

不吃过期、腐烂食品，有毒的药物(如杀虫剂、鼠药等)要放在安全的地方。

禁止购买用竹签串起的食物：油反复使用，竹签容易伤人，食品卫生得不到保证，油炸食品有致癌物质。

四、交通安全注意事项。

行人靠右走，过马路要走斑马线，注意观察来往车辆，红灯停，绿灯行，遵守交通规则。

乘坐公交车注意事项。

骑自行车须知。

如何正确对待老师的批评，甚至误解?

敢于自我反省，认真反思。如果真是老师误解，应该和老师好好交流。切忌偏激，甚至做出什么过激的行动。

1、你与同学发生矛盾怎么办?

自己的所作所为也要有安全意识。青少年时期容易冲动，容易感情用事，因此，在同学间遇到矛盾时，一定要冷静，要理智，切忌用拳头代替说理，给自己和同学带来不良的后果。

2、如何加强教室安全。

要注意教室的安全。学生上课离开本班教室一定要关好门窗，要将钱和贵重物品带在身上，不能给小偷有可之机;不要把球带到教学楼，在教室楼的走廓上踢，这种行为既违反了校规，又存在着很大的安全隐患，试想一想，若把玻璃窗踢碎，玻璃片飞入哪一位同学的眼中，哪后果是不堪设想的。

3、为什么不能提前到校?

校门没开，一些学生在校门发生矛盾，无人调解会造成不必要的伤害。

在校门外拥挤，会造成意外伤害。

4、当自己感到身体不适时，怎么办?

及时告知班主任或任课教师，与家长取得联系。

5、你不认识的人自称是你家人的朋友，要将你接走，你怎么办?

先让班主任与家人取得联系再视情况而定。

6、安全小常识。

临危逃生的基本原则：保持镇静，趋利避害;学会自救，保护自己;想方设法，不断求救;记住电话，随时求救：打电话时要说清地点、相关情况、显著特征。

六、小结。

生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识，努力增强自我防范能力，作到警钟长鸣!

**开学第一课班会方案总结篇十三**

教学目标：

1、充分认识安全工作的重要意义。

2、在学习和生活中注意人身安全，饮食安全，交通安全等。

3、进行预防灾害，防肺结核的教育。

教学过程：

一、导入：列举出生活中的安全事例。

二、安全工作的重要性。

1、公路上的交通事故时有发生，是因为安全意识不强。

2、班级举例学校发生的事故及后果。

3、国家、政府狠抓安全教育工作。

4、目前学校抓的几项工作。

三、小学生应注意安全的地方：

1、学生讨论。

2、集体归纳。

(1)人身安全，在校园内或公路上不追逐打闹，不爬围墙，不爬树，不接近有电等危险地点，劳动时，注意安全，不与社会上不三不四的人交往，特别是吸毒者，课外不玩火，不玩火。

(2)交通安全，在公路上不追逐打闹，自觉遵守交通规则，交叉路口要注意行人车辆，骑自行车宁慢勿快，上、下坡要下车，通过公路要做到一停二看三通过。

(3)财产安全，保管好自己的物品、钱财，如有遗失或遇偷盗、敲诈等应向老师及时反映或报警。

(4)饮食安全，不饮生水，不吃不卫生的食品，不吃有病的鸡肉、猪肉等，饭前便后要洗手，不吃霉变或过期食品。

四、学生自查哪些方面未做好，今后要加强注意。

五、安全教育总结。

新学期开学以来，为提高二年级全体学生的安全意识和自护自救能力，预防和杜绝各类事故的发生，我积极采取有效措施，认真上好新学期第一堂安全课：在开学第一天对学生进行安全教育。

安全教育内容紧扣学生实际，主要从以下三方面展开教育：

一、教育学生时刻注意交通安全，平时外出严格遵守交通规则，不乘坐无安全保障的黑车、病车等。

二、教育学生谨防发生在身边的伤害事故，用血淋淋的事例教育学生平时严格遵守《守则》《规范》，远离学生伤害事故。

三、教育学生做好个人卫生，严防水痘、腮腺炎等春季传染病的发生，若有发烧症状的及时自觉就医等。

同时，给学生上的安全第一课，坚持安全第一，落实安全措施的原则，着重进行防水、防电、防火、防毒、防骗、防病等知识的宣传及交通法规、卫生知识、安全常规等知识教育，切实提高了孩子们的安全意识和安全防范的能力，为全学期学校教育教学工作的顺利开展打下了扎实的基矗。

**开学第一课班会方案总结篇十四**

时间：

地点：

八年级（1）班教室。

主题：

磨砺青春播种理想。

目的：

确定目标责任，端正思想态度，调整心态，进入正常学习轨道。

参加人：全体学生。

主持人：班主任。

经过一个平安愉快的寒假，我们又回到了快乐的大家庭，新年的鞭炮还在耳边，新学期的号角又已吹响，在过去的一个学期里，你们的每一次进步都让我高兴，哪怕只有一点点；你们的每一次团结都让我难忘，哪怕还有点小磨擦；你们的每一个荣誉都让我骄傲，哪怕它在别人眼里无关紧要。

作为老师，在自豪的同时，我也想告诉大家：学习是一种以勤为阶梯的攀登，学习是一种以苦作舟的远航，只有肯吃苦、勤思考、善钻研的同学，才能到达成功的彼岸。学习中会有成功的喜悦，也会有失败的苦恼，只有不断的付出才能收获成功。俗话说：“良好的开端等于成功的一半。”新学期开学了，我相信同学们一定会满怀信心走向成功。怎样争取有一个良好的开端呢？在这里，我向同学们提议：

第一，树立一个信心：我能我行。自信心对我们的学习很重要。我们读书学习，需要有决心、有信心、有行动。在这儿要送大家三句话：“相信自己，我能成功！鼓励自己，天天成功！超越自己，一定成功！”

第二，创立一种学风：认真刻苦。凡事从“认真”开始，认认真真地读书，认认真真地上课，认认真真地做作业。学业成功的过程离不开勤奋和刻苦。“书山有路勤为径，学海无崖苦作舟”，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”这些格言说的`都是这个道理。

第三，培养一个习惯：自觉自愿。学业进步，贵在自觉。同学们要在老师的指引下，培养自己良好的学习习惯、行为习惯和生活习惯。国有国法，家有家规，我们学校、我们班同样有一些规矩和要求。同学们要自觉自愿遵守中学生守则和校纪班规，自觉养成良好的学习习惯和生活习惯。成功的秘密在于，当机遇来临的时候，你已经做好了把握住它的准备。对于那些懒惰者来说，再好的机遇，也是一文不值；对于那些没有做好准备的人来说，再大的机遇，也只会彰显他的无能和丑陋，使他变得荒唐可笑。

你在为什么做准备，你准备好了吗？让我们运用好自己的智慧，正确的方法，良好的心态，好好的为那不知道什么时候就会来到的机会，做起准备吧!

最后送大家几句话：播种一个信念，收获一个行动；播种一个行动，收获一个习惯；播种一个习惯，收获一个性格；播种一个性格，收获一个命运。让我们同心同德，协手并肩，耕耘信念，耕耘希望，耕耘热情，耕耘活力，耕耘爱心，耕耘顽强……我们坚信：八（1）班定然会走向胜利，走向辉煌！

个别发言。

个别发言后每人写一篇主题周记。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com