

挫折教育为主题的班会教案通用 7 篇

挫折教育为主题的班会教案【篇 1】

活动目的：

因为孩子们的生活环境和学习环境的优越，很少经受挫折，更别说面对挫折以后的态度了，所以，针对孩子们的这种特点，我提倡并引导孩子们开展了一次以“挫折教育”为主题的班会。

活动流程：

一、什么是挫折？

二、挫折来临时，我们该如何面对？

三、讲一讲听过的、看过的或身边的有关挫折的小故事或名言警句。

四、班主任总结发言。

活动内容：

随着清脆的上课铃声响起，我们的主持人刘浩淼信步走向讲台。“同学们，在我们的生活中，常常会遇到一些让自己不敢面对的困难，作为新一代的少年儿童，我们是该迎难而上还是就此消沉呢？今天我们就来个‘挫折教育’专题研讨，下面我宣布‘风雨’后的彩虹主题班会现在开始！”

台下立即爆发出一阵热烈的掌声。

“首先我们要弄清一个问题，就是什么是‘挫折’，谁能把自己理解的

挫折’的含义说一说？”主持人首先来了个追根溯源。

“挫折就是认真准备考试，却没有得到理想的成绩！”

“挫折就是学习遇到困难的时候。”

“挫折就是生活中热心帮助别人，却换来嘲讽的目光。”

孩子们纷纷表达着自己理解的挫折的含义，孩子们生活中的这些挫折是多么真实的存在着啊！

“那么，挫折来临时，我们该如何面对呢？就此消沉还是卧薪尝胆，发愤图强呢？”主持人适时地问出了第二个问题。

同学们四人小组讨论的热烈而生动，但大家所有的答案只有一个：迎难而上，让挫折点燃心中的信念之火！孩子们表达着自己对待挫折的态度，但我知道，说起来容易做起来难啊，要想把考试的失利丢于脑后，要想把生活的烦恼抛开，还得需要心灵的引领。而一些名人经历挫折的故事，无疑会更贴近孩子们的心灵，如味道醇美的鸡汤，滋润他们的心灵。于是，在激烈的讨论之后，主持人又开始了第三个环节：“同学们，你看过、听过或亲身经历过有关挫折的故事吗？让我们一起来认真聆听一下吧。”

孩子们纷纷举起了自己的小手——

“19世纪初期，有一位英国将军在战场上吃了败仗，落荒而逃，躲进农舍草堆里避风雨，又痛苦、又懊丧。茫然中，他忽然发现墙角出有一只蜘蛛，在风中拼力结网。蛛丝一次次被吹断，但蜘蛛一次次拉丝重结，毫不气馁，终于把网结成。将军深受激励，后来重整旗鼓，终于在滑铁卢之役打垮了对手拿破仑，这位将军就是历史上赫赫有名

的威曼顿……殷广远深情地讲完了这个小故事，掌声代表着孩子们的感谢。

“还有爱迪生，在失败五千多次后，发明出钨丝灯泡！”殷冰鹤说道。

“居里夫人在经历无数次失败后，提炼出了一克镭。”朱贝贝说。

“越王勾践面对惨痛失败，卧薪尝胆，吸取教训，积蓄力量，最后终于战胜了强大的吴国。”张紫薇说。

……

这些励志小故事必将会端正孩子们对待挫折的态度，我相信在他们心灵中，已经有一种信念在生根发芽，那就是战胜挫折，走向成功！

最后，在班主任发言中，我这样激情的鼓励孩子们：“孩子们，伟大革命导师马克思说过一句话‘人要学会走路，也得学会摔跤，而且只有经过摔跤，他才能学会走路’，虽然谁都期望一生中一帆风顺，事事如意，但是或早或迟，或大或小，总难免会遇上各式各样的挫折。这个时候，就需要我们找出其中的原因，解决它，把挫折带给我们的苦闷和焦虑化作一种动力，激励我们前进！让我们把每一次的挫折都看做新的起点，坚持不懈，加倍努力，就一定能够达到胜利的彼岸！”

挫折教育为主题的班会教案【篇2】

一、活动目的：

1、通过挫折教育，让学生知道挫折是一把双刃剑，既可以把我们割伤也可以为我们所用，关键是看我们握住了剑柄，还是握住了剑刃。从而正视挫折，敢于失败，培养积极应挫的心理品质。

2、正确看待挫折与成功，正确看待考试，提高学生学习的自信心。

3、做好切实可行的学习生活计划。

二、活动地点：

——

三、活动准备：

1、黑板上写好班会主题；

2、对班会中的节目要适当排练。

四、活动过程：

1、班主任导入

自从月考考试后有的同学学习劲头不高，我在通过与这些同学的私下交谈中了解到：

(一)、这些同学学习状态不好，意识消沉。

(二)、学习缺少动力，每天完成老师布置的一些任务后就不知道该做些什么。

(三)、找不到学习的乐趣，学习成绩上不去，心里就越烦躁，越烦躁，就越不能全身心的投入到学习中，陷入这种不良循环。

如何才能走出这个误区呢?这节课我将继续和同学们一起探讨成功的秘诀。先讲一个故事：

有一个人，在他二十一岁时，做生意失败;二十二岁时，角逐美国州议员落选;二十四岁时，做生意再度失败;二十六岁时，他的情人离开人间;二十七岁时，一度精神崩溃;三十四岁时，角逐美国联邦众议员再度落选;四十五岁时，角逐美国联邦参议员落选;四十七岁时，提

名副总统落选;四十九岁时，角逐美国联邦参议员再度落选。然而，就是这样一个屡战屡败的人，在他五十二岁时，当选美国第十六任总统！

这个人就是林肯。

面对紧张忙碌的学习生活，成绩不理想，他人的讥讽，解不完的难题，亲人的叮嘱等等，压得同学们透不过气来。于是，有的同学目标动摇了，斗志消沉了，面对挫折，我们该怎么办，今天，我们大家来谈谈，挫折与成功。

2、解决问题

师：请同学们看下面一个小故事

师：请问同学们你们怎么看待这个问题(思考片刻)。

[学生回答演讲]

案例 2：拿破仑、希尔曾经讲过一个令人醒悟的故事：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，她很难过地写信对父母说：“一心想回家去……”她的父亲给她回了一封信，信中只有两行字，但这两行字却永远留在她的心中，并改变了她的生活，这两行字是什么呢？“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，寻找到几百万年前留下的海螺壳，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。

[观看学生表演案例]

师：是什么让她发生了如此大的转变呢？

[学生回答演讲]

师：回答的非常准确，我们怎样对待生活，生活就怎样对待我们，我们怎样对待别人，别人就怎样对待我们，一个人刚开始的心态，在很大程度上就决定了最后的成功，这比其他因素都重要。良好积极的心态是乐观、热情、大度、奉献、进取、自信、必胜、有强烈的成就感，这就要求我们以满腔的热忱对待学习和生活，它不仅能激励自己为实现目标采取行动，而且能对周围的人产生巨大的影响和感染。同学们，你们认为这种热忱在我们学习生活中的表现是什么？

[学生讨论]

师：很好，理想和追求就是我们奋斗的目标，是我们产生热忱的源泉。在这里我想用青年毛泽东的两句诗来回答大家，“数风流人物，还看今朝”。同学们现在都是风华正茂的年华，“少年立志，当凌云”。中华民族的伟大复兴需要英才的不断涌现，因此同学们应该从现在起树立起远大的理想，为中华民族之崛起而努力读书，你们现在正是人生的黄金时期，你们有旺盛的精力，有惊人的记忆力。自古英雄出少年，微软公司中国研究院首席科学家张亚勤博士，是美国 **ieee** 学会成立 110 年来最年轻的 (只有 31 岁) 院士；世界级科学家、中国有突出

贡献的优秀学位获得者是 32 岁的周逸峰;中国科学院武汉植物研究所副所长、湖北新长征突击手是 33 岁的计算生物学家钟杨研究员;美国五大证券公司之一的培基公司的高级副总裁是 26 岁的黄泌;清华大学紫光集团副总裁是 31 岁的郭之林……这些活生生的例子,无一不证明了这一点。

3、采取措施

师:理想就是对人生目标的确立,同学们我们该采取那些措施来使我们向着自己的目标不断奋进呢?我们应该清楚的写下自己的目标以及达到目标的计划,用强大的信念作为达到目标的后盾,把老师和家长的话牢记在心,信念能够产生勇气精力,智慧能力,从而实现自我价值,踏上卓越之路。

4、班主任寄语

成功不是赢了某一次,而是任何时候不放弃追求下去的信念。成功者是需要坚韧的毅力和非凡的勇敢的。一个人经历一些挫折并不是坏事情。“自古雄才多磨难,从来纨绔少伟男。”在我们成长的道路上,有坦途,也有坎坷;有鲜花,也有荆棘。在你伸手摘取美丽的鲜花时,荆棘同时会刺伤你的手。如果因为怕痛,就不愿伸手,那么对于这种人来说,再美丽的鲜花也是可望而不可及的。

成功永远属于挑战失败的人。我们拥有年轻,年轻没有失败。只要能战胜荆棘,战胜自己,即便是遍体鳞伤,至少也可以证明——我们曾经奋斗过,我们不是挫折的奴隶!没有赢但也没有输!

同学们,在学习中你们遇到挫折时,你们就该正视挫折,永不言败,

努力走向成功。林肯不也是经过九次沉重的打击，最后才当上总统的吗?同学们，我们要对成功说：你不要来得太快，太容易，笑在最后才是最好的;我们要对挫折说：让暴风雨来得更猛烈些吧!面对成功，请一笑置之;面对挫折，请绽放从容的笑脸，挺直坚强的腰板吧!人间没有永恒的夜晚，世界没有永恒的冬天，真正的勇士怎会畏惧失败与挫折!

5、班会结束

让我们携手共创美好的明天吧，我相信我们一定会成功的。

6、师生合唱《团结就是力量》或《明天会更好》

轻轻敲醒沉睡的心灵慢慢张开你的眼睛，看看忙碌的世界是否依然孤独的转个不停。

挫折教育为主题的班会教案【篇3】

一、活动目的：

社会经济飞速发展，人们的生活水平日益提高，大部分小学生的家庭经济富足，多数都是独生子，家长倍感关切。孩子在宠爱(甚至是溺爱)中长大，像是温室里的花朵，一点点的风吹草动，都会是一种巨大的打击和挫折。通过这次挫折教育主题班会活动，让学生学会正确面对困难与挫折。引导学生形成自信、乐观、坚强的性格。

二、活动准备：

- 1、学生收集名人克服困难与挫折的小故事。
- 2、搜集新闻报道。

3、准备《真心英雄》这类励志歌曲。

三、活动程序：

1、创设情境，感受挫折。

播放动画视频《爱迪生》爱迪生在失败五千多次后，发明出钨丝灯泡的故事。看完视频后，请学生围绕故事进行讨论。

① 爱迪生在发明灯泡的过程中遇到了哪些困难？

② 他是怎样面对这些困难的？

③ 你从爱迪生身上学到什么？

感悟：失败是成功的必由之路，失败越多，离成功也就越近；那些永远不敢尝试、害怕失败的人永远不能获得成功。

总结：每个人都有他自己的人生理想和奋斗目标。有志者总会不断地努力，向着自己的人生目标迈进，但在奋斗的过程中，难免会遇到这样或那样的困难挡住你前进的脚步。在这种情况下，人们就会产生紧张、不安、失意等情绪反应，并伴随着相应的外部行为反应，这就是挫折。挫折在弱者面前是一块绊脚石，但在强者面前确是一块垫脚石。

2、了解挫折。

你在生活中有没有遇到相似的经历，你是如何对待的呢？谈谈你自己心目中能算得上“挫折”的事例。

（你遇到挫折的时间、你遇到的是什么挫折、你是怎样克服的。）

3、“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”——讲故事

你知道哪些名人大家遭受挫折、战胜挫折的故事给大家讲一讲。

张海迪身残志坚，成为世人学习楷模。

贝多芬双耳失聪，创作了举世闻名的《命运》交响曲

4、教师给学生读两则新闻报道。一则是江西三名学生因未完成作业相约跳楼;另一则是疑因高考成绩不理想跳楼。通过两则反面案例，来警醒学生正确对待挫折，珍爱生命。

5、欣赏歌曲《真心英雄》，并寻求榜样的力量，战胜挫折。

学唱歌曲，并体会歌词的含义。

总结：相信同学们都喜欢遇到挫折有承受力的人。那么我们也不必怕挫折，刚才歌中唱得好“不经历风雨怎能见彩虹，没有人能随随便便成功”。它告诉我们：人必须经历挫折，才能培养出坚忍不拔的抗挫折能力，要勇于正视挫折，磨炼自己，才能取得成功。

6、师生共同探讨善待挫折的方法。

我们在遇到挫折后，会用哪些方法对待呢？

生回答：听音乐、找人述说、写日记等。

师补充：情倾诉法、音乐疗法、转移注意法。

总结：挫折是人生的一笔财富，从某种程度来说，它是我们事业成功的基石。经历挫折，可以磨炼我们的意志，可以促使我们去学习更多的知识。

四、自我反思

是乐观面对挫折，还是悲观应对，除了与个人的性格(据说性格和血型也有关系，我指的是天生的。)有关外，更重要的是所处的外在

(家庭教育和学校教育)。作为一名教育工，在应试教育的大环境下，老师不仅要关注学生的学习成绩，更要关注学生的心理健康。当我看到社会上因为教育缺失而造成的无法挽回的极端事实时，我都会深刻反思自己在平时的教学工作中是否存在一些过失。如果发现问题就要及时补救。教师，是一个人生中最重要的人。教师的一句话一个动作都有可能改变学生的一生。所以，作为老师一定要谨言慎行，切莫随意。也许老师的一个不经意，深深的影响到一个学生。教师在学生面前，一定要扮演一个积极乐观向上的角色，要把生活正能量传递给班上每一个孩子，让他们学会笑对挫折，珍爱生命。

挫折教育为主题的班会教案【篇4】

教学目标：

帮助学生认识困难与挫折是人生道路上经常发生的事情，是我们生活的一部分；引导学生正确对待所遇到的困难和挫折，培养他们内心的安全感；帮助学生认识遇到挫折后要积极向成年人寻求帮助。知道正确对待挫折可以磨炼自己的意志，能促使自己成熟和坚强；在日常的学习与生活中，遇到困难与挫折不退缩、不回避，能正确对待，看到自己的长处，以长补短；学会遇到挫折后正确的方法解决，学会怎样帮助。

教学过程：

(一)导入

教师提问：同学们，今天上课我们先来共同思考以下的几个问题：

1

?2、有谁遇到过困难?当时

你是怎么样解决的?学生议论后自由发言。

2、教师;听了同学们的发言,我也想起了自己的一件事(教师用自己亲身经历的事,向学生们讲述困难与挫折是人的生活中经常发生的事)。我们的每个人都遇到过这样或那样的困难与挫折,那么,在困难与挫折发生的时候,我们应该用什么方法去解决呢?听了下面的故事,同学们一定会有正确的`答`案。

(二)学文明理

1、播放邓亚萍面对挫折,不灰心,用积极的态度战胜挫折的故事的录音。

2、教师:听了刚才的故事,同学们一定为邓亚萍姐姐那不怕挫折,用正确的方法战胜困难和挫折的精神所感动。在生活中,有许多人都能正确对待挫折,用勇气和科学的方法战胜挫折。老师知道同学们对不怕挫折和困难的人是特别钦佩的,请你们讲个故事给大家听一听。(学生上讲台讲自己所钦佩的名人战胜挫折的事。)

(三)活动明理

1、教师将事先准备好的白纸发给学生,请学生以不记名的形式在纸上写出自己最近的烦恼。(如果学生愿意写上自己的名字,就让其写上,教师对这样的学生要及时给予表扬。因为这样的学生能够做到有问题采用正确的方法向别人寻求帮助。)

2、将学生写好的纸条收集后,抽出几张宣读,并请全班同学对有烦恼的同学进行帮助。(听到了别人的烦恼,你想帮助他吗?你会对他

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/577116134064006050>