



班会课
素材2016

• 实战篇三 •

千里之行， 始于足下

毕业班
给力加油专辑

王家文 林志英 著

千里之行， 始于足下

王家文 林志英 著

毕业班
给力加油专辑

图书在版编目 (CIP) 数据

千里之行,始于足下:毕业班给力加油专辑 / 王家文,林志英著.

— 宁波:宁波出版社,2015.10

(班会课素材 2016. 实战篇)

ISBN 978-7-5526-2286-7

I. ①千… II. ①王… ②林… III. ①班会 — 中学 — 教学参考资料

IV. ① G635.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 244863 号

千里之行,始于足下:毕业班给力加油专辑

王家文 林志英 著

出版发行 宁波出版社

(宁波市甬江大道1号宁波书城8号楼6楼 邮编:315040)

网 址 <http://www.nbcbs.com>

特约策划 黄利军

责任编辑 王晓君

责任校对 庞守江

责任审读 霍佳梅

印 刷 浙江新华数码印务有限公司

开 本 710 毫米 × 1000 毫米 1/16 印 张 19 字 数 250 千

版 次 2015 年 10 月第 1 版 印 次 2015 年 10 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5526-2286-7

定 价 42.00 元

版权所有,翻印必究

本书若有倒装缺页影响阅读,请与我社联系调换,联系电话:0574-87286804

序

在众多正式或非正式的中小学名班主任“弟子”中，业已功成名就，能让我引以为豪的不胜枚举，如高中的王家文、王剑平、贾高见、万博、吴迪，职中的李丹，初中的何汝玉、蒋青、秦芳，小学的李楠、于伟利等等。

王家文是很特别的一位。除了睿智、幽默和惜语如金的个性外，最让我感动的是他那锲而不舍、孜孜不倦的探索精神。

2007年，我推荐他在广东省中小学名班主任培养课上开了一场讲座，他的“素材型主题班会”别开生面，让人眼前一亮！

自此，我与家文成了师徒，实际上我们亦师亦友，是班主任事业共同的探索者。

“做了17年班主任，用了15年时间积累素材！”

“为班主任提供一套随手拈来、运用自如的实用性班会素材是我的理想。”

“一个人一辈子做一件小事，做精致就精彩。积累班会素材是我一辈子都要做的小事。”

这是我与家文交往过程中他告诉我的话。

8年以来，我们相互学习、相互激励，他积累班会素材，我研究叙事德育，两者相得益彰。8年以来，家文致力于他的实用性班会素材的探索，收集、整理、制作素材，让班会课变得丰富多彩，并不遗余力地通过各种讲座为班主任上好班会课提供了一个新的思路，打开了一扇新的大门。

家文一直非常勤奋，频频有新作品出现，终于将多年的探索成果形成了作品集。近期，他们又成立了研发团队，在素材研发上实现新的突破。

正如王老师的自我剖析，以前他提供的素材虽好，但较零散，缺乏体系。教师们尤其是缺乏经验的年轻教师拿到素材后却不知道从哪里开始谈起效果会更好。于是，就这个方面存在的问题，他带领着整个研发团队马不停蹄地努力寻求改进。今天，这套新成果集付梓，体系完整，连点成线，脉络清晰。对一线班主任来说，这是一套非常实用的指导书和参考书。

王老师的坚持和努力，终于开花结果。正是酿得越久的酒，越能香飘四方！我也从他身上看到了一线班主任的作为，看到了基础教育的希望。他们把教育当成了事业，在那么繁重的日常工作中，依然能坚持学习、勤奋研究，依然能擦出创意的火花！这不仅让我们感动，更让我们激动！

家文，继续努力，期待你和你的研发团队有更多作品问世，为一线教师提供更丰富的精神食粮。

李 季

2015年9月1日

（注：李季，教育部“国培计划”首批专家，教育部中小学卓越校长领航班理论导师，广东省中小学德育研究与指导中心副主任，广东省中小学班主任讲师团副团长，全国中小学名班主任工作室执行主席，广东省第二师范学院德育研究中心主任、教授。）

自序

做班主任的痛苦,只有身处其中的老师才能够理解。而每次周一上班会课时间的无助,也只有身为班主任的我们体会最深刻。我们临时抱佛脚,试图从网络上下载一些好东西来吸引学生的眼球,却常常失望而归。我们到处去打探,希望从同事那儿能碰到一些让眼睛为之一亮的“猛料”,却发现他们也总是在眼巴巴地看着我们,恨不得从我们这里套出一点灵感!

经历长时间打磨才成型的那种比赛专用课、观摩课又太“高大上”,不适合每周要用到班会课的实践中,并且其中的操作又过于复杂,不便于我们学会,即使“照葫芦画瓢”学了下来,效果也没那么有针对性,达不到自己预想的效果。再说我们也没有那么多时间:我们还要看操,我们还要批作业,昨天班级里那两个调皮学生的事还没有解决,今天宿舍里又有一堆扣分的事扑面而来!哦,天啊,本周六还要开家长会……

我们深切地理解一线班主任是多么想拥有一本可操作性非常强的、像学科教辅资料那样的书

籍——不要跟我空谈理论素养,等我有空了再去提升好不好?我只需根据我班的具体情况,再结合自身特点,然后依托书籍的进度以及配备的素材,稍作修改,备课时间不超过半小时,拿来就能用,用完就有效。如果有这样的书籍,那我们班主任生活的幸福指数想必会更上一层楼吧!

15年前的我与上述的您一样,也在苦苦寻找,却几乎找不到系统的、拿来就能用的书籍。毛主席说得好,自力更生,丰衣足食!那我就自己去收集、整理、制作。随着不断的积累,我的素材库也越来越丰富。初始的动机很简单,只想当下辛苦一点,多积累一些,多学习一些,那么“应付”下一届学生时就更省劲儿不是!一开始确实比较短视,只想着为自己日后的偷懒打下坚实的基础。时间久了,不知不觉中,技术水平居然有了很大的提高,15年后的今天居然还有了研发的团队,而且已经能实现素材的原创,不全是拾人牙慧了。原创的好处就是更贴近学生,更接地气。

我们有着优秀的团队:一共14人,全部都是来自各地的一线教师。我们有着严谨的工作流程:首先搜集文章素材,经过认真筛选、改编,再交由专业插画师配图,集体再去配乐,从中选出大家觉得最合适的音乐,最后花两至三周时间把它制作出来。完成一个作品一般都要三个月以上。好东西都是靠时间熬出来的啊!当我看到学生因为我们而激动,因为我们而感动,因为我们而振奋的时候,所有的辛苦都是值得了!每当我们研发队员累得不行的时候,我们会常常自我安慰说:说不定在东北那儿的学校老师正在用我们的素材呢!说不定其中一个学生因为我们而备受鼓舞,从此发奋努力,进而改变了自己的命运呢!这么一想,顿时觉得自己高大了许多,继续埋头研发去了。这可能也正是我们这波人的动力所在吧!就像新精英的总裁古典老师说的那样,兴趣就是那件让你白天痛苦地想,晚上睡不好,早上五点爬起来,一边苦笑着,一边咧着嘴干完的事情。

以前我总以为教师们拿到我们的素材就够了,因为我们的素材已经很齐备了,您需要什么,去素材库里找就好了。后来发现不对,很多教师不会找,即使找到了也用不好。因为有的素材首先需要教师渲染气氛,需要有一个引入的过程,就像用药一样,首先要有一个药引子,用完之后还需要一个总结提升。我以为这是件很简单的事情,认为他们都能像我一样很随意地组织语言。我忘记了自己已经是一个做了17年班主任的“老油条”了,也忘记了年轻时我跟他们一样,说10分钟话就被卡在课堂上的尴尬了!

所以我跟北大才女林志英老师又潜心研究出版了这一套书,更详尽、更细致地把我们的优秀素材串联起来,使它们成为一个体系,我们根据一线教师在具体教学中可能会碰到的问题来设计实际教学中迫切需要的主题,并设计了行之有效的篇目。这套书共有三个分册:

分册一:《一元复始,万象更新——新班级亟须解决问题专辑》。本册针对那些新班级亟须解决的问题而设计了17篇讲演稿。九层之台,起于累土。对班主任而言,要深知遇到一个优秀的班集体从来都不是天上掉馅饼的幸运,它来自接手新班级时各种有前瞻性的建设和引导。此外,在本分册中,我们还设计了4篇“班主任兵法”,提供给年轻的班主任,作为成长对照使用。一元复始,万象更新。我们衷心地希望您能通过自我的鞭策迅速成长为能为一群小孩解语、能为众多家庭排忧解难的厉害角色。我们也衷心希望本书能为您的成长略尽绵薄之力。

分册二:《一枝一叶,总是关情——学生情感疏导专辑》。本册针对正处于青春期的中学生可能需要的情感疏导设计的18篇讲演稿。在这一分册中,我们与老师分享如何更好地告诉孩子“孝心无价”,如何引导学生明白亲情的伟大与无私,从而能够更早地意识到自己应负的责任

与回馈。本册中我们会与老师聚焦躲也躲不过的早恋问题,如何让学生理性地蹚过青春这条河?如何教会学生处理好自己对异性萌生的情愫?如何让青春去蓄积力量、追求卓越,而不是虚掷在花前月下而自毁前程?当然我们也会谈正常的“同学关系”,如何使学生从携手同行的战友身上获取鼓励与动力?如何教会学生在面对摩擦、面对委屈时胸怀广阔?最后我们还精心设计了适合这个年龄段的“明星励志”专题,群星闪耀,学生如何理智追星,如何追出动力、追出价值?一枝一叶,总是关情,对于班主任而言,如果能够以情动人,就能够做到以理服人。

分册三:《千里之行,始于足下——毕业班给力加油专辑》。本册针对毕业班学生的需要设计了15篇讲演稿。行百里者半九十,如何教会学生在最后一年的冲刺中,尽可能排除杂念和负面情绪,更高效地投入到学习,这是至关重要的任务。本册力图协助我们每一位班主任,站好每一个班集体的最后一班岗。此外本册还另附4篇家长会文稿,供老师们思考、借鉴。

想要知道更详细的内容,请您看看这套书吧,单从目录上就能看出我们的认真、我们的诚意、我们的用心。

具体而言,我们力求让每一篇讲稿都能成为一节完整的班会课,它包括四个环节:问题导向、情景创设、素材呈现和应用提升。

问题导向——这一环节相当于“答记者问”。我们用简略的语言描述了本篇讲演稿所针对的具体问题,以及我们希望达到的课堂效果。如果您目前碰到类似的问题,那就请“开卷阅读”吧,我们保证您“开卷有益”!

情景创设——这是一个导入的环节。学生大都不喜欢开门见山的说教,大都讨厌一开始就看到老师摆出一副“恨铁不成钢”的咬牙切齿的

面孔。经验告诉我们：一堂见效好的班会课通常是曲径通幽的，通常需要一个轻松有趣的开始，然后在起承转合中，让学生在不知不觉中去融入，去思考，去理解，去接受我们想要表达的正确价值观。所以本环节我们努力为您打造一个“见多识广”“幽默风趣”“驾轻就熟”的班主任的“伟岸”形象。

素材呈现——这是核心环节。但是别随便使用这个素材，要为最核心的素材不遗余力地造好气氛、打好基础，这样素材的呈现才能直接打动学生的心。在这一环节中我们使用的素材包括方方面面：有励志文章、营销案例、职场案例、学生故事，也有老师的现身说法，有名人讲演、电影精彩片段、新闻采访、漫画作品，更有大量的原创重磅素材。归根结底一句话：我们尽量提供自助餐式的超级菜单，谨供各位食客前来大快朵颐。

应用提升——这是班会课的收尾环节了。靡不有初，鲜克有终。我们都希望“善始善终”，希望自己的每次讲话都有一个铿锵有力、意味深长的结尾，能让学生思考，能让学生振奋，能让学生体验到这节课的价值。

这一套书我们整理了近60节完整的课，差不多可以让您用三年了。除了这些班会课讲演稿设计以外，这套书里面还有16篇微素材讲稿，主要是给您临时备用的，哪一天您想去批评班里一个不良现象，或者忽然想在班级里讲讲某个道理，可能也就需要花上几十分钟，您不可能还拿台电脑去教室放一个素材吧，这时候，微素材讲稿就能帮上您的忙了！

希望我们的努力能让您的工作更轻松一些，希望那些从未谋面的孩子们也能从我们这里获得一些力量，如果真是那样，再苦再累也是值得的了。我们会一直研发下去，一般一两年素材就会有大的更新，我们会及时淘汰掉那些过时的内容、过时的形式，争取能跟得上时代的潮流。正所谓铁打的营盘流水的兵，每隔三五年学生就会有大的变化。我们会一

直坚守在第一线,只有这样,我们才能永远接着地气。在班主任这一条路上,我们会一直与您一起成长。套用一句时髦的话:您若不离不弃,我们必生死相依。

最后,感谢许多热心老师一直以来的支持!感谢我们整个团队的精诚合作。

王家文

2015年8月14日

序 1

自序 3

第一 模块

春风得意马蹄疾

总起：海阔凭鱼跃 天高任鸟飞 —— “大学的一天” 纪实 2

1 // 大学的一天一 —— 清华大学篇 4

在此接受的教育,无论是对提高自我规划、自我管理能力,还是对提升人际交往能力,甚至是涵养一个人整体的胸怀和气度,都效果卓著。

▶ 学生故事:《我的清华一天》

▶ 视频素材:清华招生宣传片1(104年校庆版本)

▶ 视频素材:清华大学宣传片2(2015“WOW清华”第一集)

2 // 大学的一天二 —— 浙江大学篇 16

浙大,坐落在美丽的西子湖畔,浪漫的浙水之滨。这是一所素有“东方剑桥”美誉的综合院校,让我们随着这篇讲演稿走进浙大。

▶ 视频素材:浙大系列宣传片《一个舞台》等

▶ 学生故事:《我的浙大一天》

3 大学的一天三 —— 华南理工大学篇 23

这是华南工科综合实力最强大的学校,曾诞生过许多优秀企业家,如创维、TCL、格力等企业的创始人。本文呈现给大家的是一位典型工科男的一天。

▶ 视频素材:华南理工大学的招生宣传片《梦想从这里起飞》

▶ 学生故事:《传说只是传说》

4 大学的一天四 —— 香港科技大学篇 31

在“港校热”的今天,本文希望通过港科大一天的生活展示,来呈现香港与内地大学生活的异同之处,从而为同学们提供更多的梦想参考。

▶ 视频素材:香港科技大学的招生宣传片(中英文版本)

▶ 学生故事:《我的港科大一天》

附:仰望大学系列 38

第二
模块

寒门再难出贵子

总起:将相本无种 男儿当自强 —— “奋斗的意义” 聚焦 68

1 寒门再难出贵子? 当然不是! 70

你要相信命运给你一个比别人低的起点,是想让你用一生奋斗出一个绝地反击的故事。而这个故事关于独立,关于梦想,关于勇气,关于坚忍。

▶ 视频素材:俞敏洪于《赢在中国》第三赛季 36 进 12 的现场演讲

▶ 视频素材:俞敏洪《相信奋斗的力量》

2 拥有跻身职场的力量!

86

每个志存高远、厚积薄发的孩子必然会在之后职场中挣得属于自己的广阔舞台。所以,用今天的努力,去让自己获得明天跻身的力量吧。

▶ 原创素材:《招聘会新版》

3 真实的青春没有逆袭!

94

如若当下自我放逐、不懂准备、不懂努力,那么逆袭的人生基本与你无缘。与其老是期待明日的运气满分,不如专注当下的青春飞扬。

▶ 漫画素材:《从来只有现在》

▶ 原创 PPT 素材:《真实的青春没有逆袭!》

▶ 原创漫画视频素材:《我在做,你在看!》

4 写给高三的自己

109

本文无意去渲染高三战场般的可怕,我们只想很心平气和地告诉学生面对未来——这人生最为关键的两百多天,我们应该如何度过呢?

▶ 原创视频素材:《写给高三的自己》

▶ 学生故事:《写在收到录取通知书时》

▶ 原创 PPT 素材:《青春交响曲》

第三
模块

山登绝顶我为峰

总起: 自信人生二百年 会当水击三千里

——“精神的榜样”展示

124

1 残缺的力量——走进尼克·胡哲

126

从他身上我看到的不是残缺,而是坚强的快乐、感恩的努力以及脚踏实地的自强不息。景仰着他,身躯完整如我们,还有什么理由去自怨自艾,还有什么理由老去盯着自己的不足看,还有什么理由老是要去妄自菲薄呢?

① 视频素材: 尼克·胡哲的《我和世界不一样》

② 文章素材: 尼克·胡哲在西北工业大学的演讲《只要不放弃,希望就在》

2 生命的旋律——走进刘伟

135

让大家看这些画面并非是要去宣扬苦难和贫穷,我只想说明当你对生活感到无限压力和百无聊赖时,能想起世界的边缘,有一群人,虽然无比艰难,但,依然坚强,依然对生活对未来充满渴望。

① 原创 PPT 素材:《珍惜生活》

② 励志典型: 刘伟的故事

③ 文章素材: 文锦《拥有的永远比失去的多》

3 坚硬的盔甲——走进李帅

152

今天,我们来分享一个虽然沉重但是又十分必要的人生必修课——生命教育,人虽是向死而生,但我们绝对可以让属于自己的一路风景独好绚烂。

① 视频素材 & 文章素材: 李帅《玻璃男孩的铠甲》

② 视频素材:《鲁豫有约·执着追梦路》

④ 视频素材:《生命挽歌》《天堂的忏悔》

④ 视频素材 & 文章素材:史铁生《电视散文·我与地坛》

4 沉默少年的坚强 —— 与学生谈“苦难” I 172

你当真有信心能够和他们匹敌? 或者咱们扪心自问一下,除了那一张文凭和一双白皙的双手,你还拥有了什么资格可以与那一张张虽然同龄却已饱经沧桑的脸、那一颗颗虽然年轻却已经过苦难淬炼过的心灵相抗衡?

④ 视频素材:《沉默少年的坚强》

5 飞跃凤凰 —— 与学生谈“苦难” II 182

本讲演稿介绍一些学子,在同一片天地里,他们大约与我们同龄,但是他们的生活环境远远比我们恶劣得多,让我们一起来看看这些凤凰男如何用自己的智慧与双手去飞跃凤凰,翱翔在属于自己的蓝天。

④ 视频素材:《校园破烂王》

④ 励志典型:黄怒波的故事

6 生命的十字架 —— 与学生谈“苦难” III 190

有些黑暗,只能自己穿越。有些痛苦,只能自己体验。有些孤独,也只能自己品尝。但是穿过黑暗,我们一定能感受到阳光的温度。走出痛苦,我们一定能企及成长的高度。告别孤独,我们也一定能收获成功的喜悦。

④ 漫画素材:《生命的十字架》

④ 视频素材:《永不言弃》

7 与责任对话 —— 与学生谈“苦难” IV 198

责任其实并非完全意味着压力与负累,正确认清责任其实更有助于个人的成长,更有助于一个大写人的书写,更有助于人生价值的最大体现。

► 励志故事: 林义杰的故事

► 视频素材: 杨利伟《与责任对话》

附: 六则自强少年的视频素材

211

第四 模块

秋水共长天一色

总起: 落霞与孤鹜齐飞 秋水共长天一色

——“家校沟通”的艺术

230

1 高一家长会

232

在高一家长会时,应侧重学生从初中到高中的变化,并用具体案例告诉家长这个阶段将会出现什么样新的情况,老师有什么工作特点,学生的生理特点又有什么需要关注的等等,然后告诉家长我们如何化繁为简,引导孩子华丽地完成这一转变。

2 高二家长会

242

就高二学生可能会碰到的问题,我们试图在这篇文章里帮各位班主任梳理一下并尽可能提供可以解决问题的方案。

3 高三家长会

252

高三了,我们需要高效有力地告诉家长这是一场我们需要集体合作的人生大项目,你要做的是是什么,我有一些建议,您挑挑看,对照着自己的孩子,走出适合自己和孩子沟通的正确道路。