“激发潜能，承担责任”微班会活动方案

一、感悟潜能的力量

观看视频：死亡爬行

1. 学生观看视频
2. 采访学生看完视频以后的感受
3. 总结：人的潜能是无限的，只要我们拼尽全力去做一件事，最终我们以为的不可能会变成可能。

二、体验潜能的激发

小游戏名称：“谁的力量大”，规则：每位同学把一条手臂平举，往手上叠书，直到坚持不住，书掉落为止，比比谁叠的书多。

1. 每位同学在心里预想自己能叠多少本书
2. 所有同学都参与游戏，尽自己最大的力量
3. 每组派一位力气最大的同学上台PK
4. 采访参赛的同学：①游戏过程中你有什么样的体验和感受？②你最后叠的书比你预想的多吗？③你是否竭尽全力呢？

总结：同学在用手臂努力托起的那些书的过程是痛苦的，但是当你最终托起了比自己想象中更多的书，你会感觉自己怎么这么厉害，这多出来的书就是你的潜能。

1. 教师总结

我们同学进入八年级以后，学习难度逐步增加，有些同学开始害怕，消极应付，甚至逃避，觉得自己离目标越来越远，觉得跨不过这道难关。通过今天的班会老师想告诉大家，人的潜能是无限，你不去拼尽全力你怎么这道自己做不到。所有同学们，从现在开始行动起来，努力到不能努力为止，拼搏到感动自己，不断激发学习的潜能。不为父母，不为老师，只为对自己的人生负责，不让自己的人生留下遗憾！