本堂班主任的思政课，通过讲述中国奥运健儿的拼搏故事和分析其精神内核，谢瑜（莫欺少年模样，归来赤霞满天）；潘展乐（阳光大男孩，用成绩和态度消除偏见）；全红婵（远大的梦想，唯有坚持才能抵达），郑钦文（为国而战，国家荣誉永远要超过个人荣誉），弘扬中华体育精神和奥林匹克精神，激励孩子们走冠军之路，登拼搏之梯，赴青春之约，在时代的赛道上跑出自我风采。

在与学生解读成功原因的同时，学习逆袭之路的ABCD法则；强化认识自己—— 冰山模型，区分本事（表现）和本能（潜能）；学会经验萃取，武装自己，让学生养成成长型思维，激发内在潜能，发现自我的意义，成就更好的自己。

将体育精神融入班主任思政教育，精心设计教学内容和活动，让学生在学习时代青年榜样，分析成功因子的同时，增强爱国情怀和民族自豪感。