

自信班会心得体会(汇总7篇)

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

自信班会心得体会篇一

- 1、通过雷锋的生平简介及真实的故事，是学生知道雷锋的一生是全心全意为人民服务的一生，从而激发学生自觉地向雷锋叔叔学习。
- 2、通过雷锋故事会，目的让学生明白：雷锋使客人都在我们身边。
- 3、通过活动，希望更多的“小雷锋”出现在我们的日常生活中。

活动准备：

- 1、组织学生收集一些雷锋生前的格言和先进事迹。
- 2、组织学生寻找“身边的活雷锋”。

活动过程：

一、播放歌曲《爱的奉献》，引出本次的主题班会——学雷锋故事会

二、介绍雷锋的生平

雷锋叔叔出生在一个贫苦的农民家庭里，7岁就失去了父母，成了孤儿，解放后，在党和政府的培养下，成为一名光荣的

人民解放军战士。平时他勤勤恳恳、踏踏实实，雷锋叔叔因公牺牲时，年仅22岁。雷锋叔叔的一生虽然短暂，但它的光辉形象却永远留在世人的心中。

三、讲雷锋故事

故事一、人民的勤务员

雷锋自己十分节俭，一双袜子补了又补还舍不得更换，却用自己每月仅有的6元津贴为全班战友们购买了学习书籍。他不仅自己认真学习，而且带动战友们学习，帮助战友们提高思想觉悟。1960年，辽宁遭受重大水灾。雷锋悄悄给受灾的战友王大力家寄去了20元钱。在出发去灾区救灾时他又把100元钱以一名解放军战士的名义捐给抗洪救灾第一线。

故事二：助人为乐

一天，雷锋因公出差，踏上了从抚顺开往沈阳的列车。上了车，他看到旅客很多，连忙把自己的座位让给了一位老人。他看到列车员很忙，就有动手帮着扫地板、擦玻璃、收拾小桌子、给旅客倒水、帮助妇女抱孩子、给老年人找座位、帮助中途下车的旅客拿东西。一些旅客不住地招呼他：“同志，看你累的满头大汗，快过来歇歇吧！”“我不累”雷锋叔叔是永远不知道累的。

师：同学们，听了雷锋叔叔的故事，你觉得他是一个怎样的人呢？

生回答：

师：雷锋叔叔在数百篇日记里，记录了它成长的足迹，总结出许多人生的格言，留给我们一笔宝贵的精神财富。

四、请听《格言朗诵》

2、一滴水只有放进大海才永远不干，一个人只有当他把自己和集体事业融合在一起的时候，才能有力量。

3、一块好好的木板，钉子为什么能打进去，应为钉子有两个长处：一个是挤劲，一个是钻劲。我们在学习上也要提倡这种“钉子”精神。

4、我活着，只有一个目的，就是做一个对人民有用的人。

5、青春啊，永远是美好的，可是真正的青春只属于永远力争上游的人，永远忘我劳动的人，永远谦虚的人。

师：风里雨里，泥里水里，哪里有艰苦哪里就有他的身影。这就是雷锋叔叔，虽然他离开了我们，但他的精神却闪耀在祖国的大地上，闪耀在校园的每一个角落，闪耀在我们的班集体中。

师：请同学们说一说我们生活中的雷锋呢？

学生发言说生活中的雷锋。

师：是啊！从这些同学的行动中，我们懂得了什么？

全班齐答：为人民服务其乐无穷，好好学习，天天向上，做一名真正的共产主义接班人。

师：“学雷锋，做好事”的事例真是太多太多了，雷锋叔叔永远是我们学习的榜样！现在听听我们的三字经唱雷锋。一是一，二是二，不缩水，不扩大。学雷锋，见行动，进教室，开窗户。洒洒水，扫扫地，擦黑板，抹桌子，擦凳子。小同学，勤学习，多思考，齐进取，爱祖国，爱人民，做一名，好学生。

师：“雷锋精神”在我们心中永驻，“雷锋精神”已在我们

心中生根。同学们，《学习雷锋好榜样》让我们一起唱起来吧！

合：班会到此结束，谢谢！

五：老师总结：

同学们，雷锋是我们心中的偶像，雷锋是我们学习的楷模，雷锋精神又给我们指明了前进的方向。通过这次班会，我相信会有更多的“小雷锋”出现在我们的周围，同时，也希望同学们继承革命英雄的光荣传统，努力学习，做一个合格的共产主义事业接班人。

自信班会心得体会篇二

1、引导学生感恩学校、感恩社会

2、引导学生诚实守信、树立良好的道德风尚

1、让获得帮助的学生学会感恩，将来回馈社会

2、建立学生诚信档案，让学生明白诚信在社会中的重要性、树立良好的道德风尚。

20xx年5月9日，东区实验楼11—157

1、主题班会当天，主持人宣读此次会议的目的、总结最近班级情况。

2、由班主任重申我校关于诚信考试等的各项规章制度。

3、请一些同学讲自己对考试舞弊的看法和感受。

4、邀请成绩优秀的同学传授学习经验，讲自己学习的技巧和

复习功课时的方法。

5、团支书进行期中考试动员。

6、主持人总结，全体宣誓，会议结束。

心存感恩，会让一句简单的话语充满了神奇的力量，让那些琐碎的小事一下子变得无比亲切起来。感恩是积极向上的思考和谦卑的态度，它是自发性的行为。当一个人懂得感恩时，便会将感恩化做一种充满爱意的行动，实践于生活中。一颗感恩的心，就是一颗和平的种子，因为感恩不是简单的报恩，它是一种责任、自立、自尊和追求一种阳光人生的精神境界！感恩是一种处世哲学，感恩是一种生活智慧，感恩更是学会做人，成就阳光人生的支点。每一个有爱心的人，都应该是个懂得感恩的人，人生也正因有了爱心、孝心和感恩而精彩起来，生动起来。心存感恩，回报他人。

自信班会心得体会篇三

时间：1月8日

主持：任佳怡毛宇璐

教育要求：

1. 交流学习方法，提高学习效率，2. 让学生认识到交流和合作在成长中所起的作用。

准备工作：

1. 《屈原洞中苦读》的故事。

2. 优秀作业试卷若干。

3. 学习方法介绍两人。

活动过程：

一、开场白

主持人：有一首歌叫勤奋，它美妙动听，让我心情愉悦。有一首诗叫勤奋，它意蕴婉约，让我回味无穷。学习方法交流主题班会现在开始！

二、活动开始

1. 主持人：从中国古代到近代几千年文明历史上，多少仁人志士，因为勤奋学习而成才，并留下许多千古佳话，如“悬梁刺股”、“凿壁偷光”等。首先，我为大家讲一个《屈原洞中苦读》的故事。

2. 主持人：智慧源于勤奋，伟大出自平凡，而那些同学的成绩如此优异又是因为什么呢：接下来让我们听听成绩优秀同学的学习方法吧！

小结：没有人天生就会学习，让我们一起来分析一下他们成功的原因吧我们先请他们自己来说说吧！

主持人：学习要树立好榜样，那么他（她）有哪些值得你学习呢展示若干份作业和试卷，分组讨论，进行评价，然后与自己比较、总结、交流

a字迹：书写工整 b做题：认真专心，仔细检查 c质量：速度快，效率高）

a要有明确的目标信念，这样学习就不会得过且过 b兴趣是最好的老师，它使学习事半功倍 c勤奋好学是成功的关键，只有学贵有恒才能不断进步 d经挡诱惑，让懒惰远离我们的身边！

(2) 接下来，让我们一起来念念勤学的格言警句诗句。

三、老师寄语

同学们，虽然大家在学习方面成绩有差异，但并不能说明谁行谁不行，只能说成绩好的同学走在前面了，大家要向他（她）看齐，奋起直追。暂时落后的，说明学习方法要改进，学习要比以前更用功，向跑在前面的同学学习经验，取长补短，每天进步1%，就是卓越、成功的开始！方法总比困难多，只要肯用心，没有什么困难不能克服的！

四、总结

主持人：有一本书叫勤奋，它妙趣横生，让我百读不厌，有一叶舟叫勤奋，它载满勇气，让我翅膀丰腴。让我们从今天做起，努力学习，天天向上！主题班会到此结束！

自信班会心得体会篇四

自信是成功的第一秘诀，自信是成功的基石，自信对一个人的成长是很关键的。今学期刚开始，我看到班级学生的学习用心性不高，在学习上显得比较被动，我在班级引导学生学习名言，并确立了自我的座右铭，学生学习的动力明显增强了很多。的确，当一个人充满自信的从事某项工作他很有可能取得成功。随着学校自信月活动的开展，班级学生的精神面貌焕然一新，班级各项工作有序高效的开展，我在班级召开了“交流名人自信故事”的主题班会，学生受到了很大的启发。原先后进的学生学习用心性增强了，整个班级呈现出良好的发展势头。目前班级出现了很好的典型，自信是一个理论性较强的资料，在前段交流名人自信故事的基础上，应结合班级学生的实际，让学生认识到自信的重要作用。在教学中应采用灵活的教学方式，如引进电化教学手段，为学生创设问题情境。同时透过生活中的镜头展示使学生对自信有更深入的理解。使学生从带给的事例中充分认识自信的重要作

用。

1、认识自信的重要作用。

2、了解一个人树立自信的基本途径和方法，初步学会树立自信的方法，在对自我正确评价的基础上塑造一个自信的“我”。

3、正确认识自我价值和优势，树立自信，确定正确的目标，自信的为之奋斗。

1、学生准备：整理有关自信对自我成功影响大的事例材料；访问本班同学，了解其培养自信的方法。准备《自信之花永久绽放》的朗诵。

2、教师准备：

(1)对学生的自信状况进行调查，尤其是对于有自卑心理的学生，可透过谈话了解造成其自卑的原因。

(2)制作课堂教学中所需的课件。

苏晨：同学们，自信是成功的基石。人生路上有自信相伴，我们的步伐会迈得更坚定，更坦然，让自信伴我们成长，初二(一)班主题班会“自信伴我们成长”此刻开始。首先让我们唱得我们自我改编的自信班歌。——“翱翔”(音乐响起，文艺委员唐桢铎上指挥)(歌词：同学们，振作起来!让自信伴我们成长。加油，为我们的明天而努力，实现我们崇高的梦想。我们是要选取退还是进，我们要做主人去努力的拼搏!我们的未来充满完美与期望。我们这天在默默耕耘，明天是祖国的栋梁!我们这天满怀信心，明天要收获成功累累的硕果。加油，加油，前进的二。1。同学们，同学们，快拿出力量，让我们自信的翱翔!同学们，同学们，快拿出力量，让我们自信的翱翔!)

苏晨：同学们唱出了热情，唱出了自信，唱出了用心向上，敢于拼搏的初二。一班精神。

刘媛：听到着嘹亮雄壮的歌声，让我想起了不久前刚结束的振奋人心的运动会，同学们，你们还记得我们取得了哪些成绩吗(林秀：获得了精神礼貌奖，朱宝军：还有团体总分第一名，高出第二名八十多分，还有广播操优胜奖)

刘媛之后说：对，一个自信、团结，积极进取的班群众已构成，自信是我们成功的关键，自信激励着我们不断向前。

苏晨：同学们，以前我们组织大家搜集交流了有关名人自信故事，此刻随着学校自信月活动的开展。我们班很多同学都有了自我的自信小故事，下头进入主题班会第一个板块——身边的小故事。

自信是成功的第一秘诀——爱默生

先请张代鹏同学：

(下)请魏基同学：

(下)请刘琛同学：

苏晨：听了身边的自信故事，你有什么感触呢(同学谈自我的感触)

刘媛：这三位同学属于不一样的类型，但在他们身上有个共同点：都感受到自信的重要性，爱默生说过：“自信是成功的第一秘诀”我们要满怀自信为自我加油!(全班都跟着喊加油，加油，加油!)

苏晨：我们都要为自我加油，让自信伴我们成长，生活因有自信而精彩，听了同学的自信小故事。此刻再让我们看一看

生活中的两个场景，进入主题班会的第二板块(学校多棱镜)

要有自信，然后全力以赴，假如有了这种信念，任何事情十分八九都能成功

——威尔逊

第一个镜头：

展示表演：镜头一：“谁是自信者”

(资料)班上举行文艺晚会，他们是我们班上最能歌善舞的同学，我作为文娱委员当然要请他们在晚会上表演一两个节目啦。

文：小a□你这么能歌善舞，能在晚会上为我们表演一个节目吗

a□(自卑地)哎哟，我这歌喉和舞姿哪能见人呢，不要叫我出丑啦。

文：班上的同学都很喜欢你的歌舞呢。

a□这是他们抬举我罢了，我哪有那么好的才能，并且我也没有这个胆量，你还是放过我吧。

文：那我也不勉强了。小b□你的歌舞也很出众，你愿意为我们作表演吗

a□哎，多谢你的称赞。有机会让我在班上表演我当然乐意啦，并且这也是作为班群众的一分子的职责。我会尽力而为的！

文：多谢你的支持。小c□你愿意参加表演吗

c□表演是我的强项，班上我认第二还有人敢认第一吗表演当然是非我莫属啦！（指着b）可是他和我同台表演似乎不太相配吧。

第二个镜头展示（管延荣王凯上）

上课了（一男生：“我自信，我成功，我最棒！”上课了，根本不听讲，还乱做动作；二男生：“我自信，我成功，我最棒！”“我的数学成绩不好，我上课必须好好听讲。”在上课的时候听讲很认真，还用心举手发言。）

晚上（一男生：“我自信，我成功，我最棒！”根本不写作业，睡了一会，就出去玩了……二男生：“我自信，我成功，我最棒！”认真的写作业，时间很晚了，还在认真的写作业，“别人能学好我也必须能学好，我要坚持，振作起来，我必须能行）

考试了（一男生考试不及格，垂头丧气；二男生考试优秀，更有自信了。）

刘媛：看了两个镜头展示，请选取其中的一个进行评论。（停顿一会）

先小组交流（1-2分钟）

刘媛：的确，第一个镜头告诉我们自信不是自卑，更不是自大，第二个镜头印证了一名言：（美）威尔逊：自信的人能正确看待自我的优缺点，持续着一颗平和、用心的心。要有自信，然后全力以赴，假如有这样信念，任何事情十分八九都能成功。

苏辰：的确，三个浓缩生活的镜头展示，让我们对自信有了更深的认识，对自信的有了更丰富的了解。有句名言说的好，人有了坚定的信心，将是不可战胜的，那在生活中我们怎样

培养自我的自信呢进入主题班会的第三个板块——班级小明星。

坚决的信心，能使平凡的人们做出惊人的事业

——马尔顿

刘媛：1、首先请上三个自信之星2、(上来后)请谈谈自我是如何培养自信的(张帅、周明奇、刘媛)(谈完一块下去)刘媛：多谢带来的成功经验。同学还是否有培养自信的方法(于辰、严加峻、陈培汝)

苏辰(上)：学期初我们做了自信调查，班级有的同学自信心不够强，经过班级学名言一系列自信的教育活动的开展，以及校自信月活动的促进，有6位同学被评为“成长之星”向他以表示祝贺。请上台。

请成长之星谈谈你是如何找回自信的。

苏辰之后说：说的很好，居里夫人说过：我们应有恒心，尤其要有自信心，我们的天赋是用来做某种事情的，无论代价多大，这种事情务必做到。

此刻请欣赏“成长之星”带来的诗朗诵：自信之花永久绽放(配乐朗诵)朗诵怎样(全班：鼓掌好!)

刘媛(上)：是的，培养自信心是很重要的，我还有种培养自信心的方法，先不说，先进入主题班会的第四板块自信航标灯。

先做个小游戏。先在黑板上画出人头的轮廓。

1、用布蒙住林秀眼睛画，让林秀画人的五官。

2、把布拿掉，再让林秀睁眼画人的五官

比较一下，你从中有有什么感悟(小组讨论自我的理解)

刘媛：我们要为自我确立一个目标，目标就是茫茫人海中的航标灯，引领航行的方向，目标就是方向，有了目标，就有了前进的动力，就有了自信的源泉，期中考试了上来临，请为自我用一句话确立个目标。(同学为自我定目标)

刘媛：有了明确的目标，我们需要互相鼓励，进入主题班会第5个板块，友情加油站。

请你写下一句激励话送给同学。

哪位同学愿意和我们分享一下你的喜悦。

刘媛：同学们一块加油、加油(全班喊)加油，加油

我很聪明，我潜力无穷，用汗水点燃期望，用自信成就梦想，我自信，我成功，我最棒。

刘媛、苏辰：自信是最美的花，愿心中的自信之花永久绽放，

刘媛：我宣布初二1班班会自信伴我成长到此结束。

苏辰：同学们带上自信出发。

本节课虽然仅有短短的40分钟，但它充分展示了我班学生高昂的精神状态和发自内心的坚定的自信。在课上，学生一声声有力的加油声让我振奋!我明白，他们已经感受到了自信带给他们的成功和喜悦，他们的路上有自信相伴，所以他们走的更洒脱，更坦然。的确，我们不要只关注学生的表面的学习成绩，更要关注学生的心理，正如林肯所说：如果一个人坚决的想获得成功，那么他就必须能获得成功。我愈认识到自信对学生发展的重要，为了学生的长远发展多开动脑筋，我将把自信教育作为工作的重点，探索更好更有效的方法，

一切为了学生的健康发展。

自信班会心得体会篇五

养成自信自立的生活态度。树立为人民、为社会服务的远大志向。体会自强不息的意义。

- 1、情感、态度和价值观：养成自信的生活态度，正确认识自我价值的优势，树立正确的自信心。
- 2、能力：初步学会克服自卑，树立自信的方法。在对自我正确评价的基础上塑造一个自信的我。
- 3、知识：认识自信的重要作用，理解自尊和自信的关系。了解一个人要树立自信的基本途径和方法。

本课的教学重点是“扬起自信的风帆”。

本课的教学难点是“自信是成功的基石”。

1、创设情境，导入新课

播放歌曲《相信自己》，请同学们认真地听一下，听完后说一下有哪几句歌词最能打动你？（生2至3人回答）。通过听这首歌曲，我们可以真切地感受到自信所展现出的巨大的力量。美国著名作家爱默生曾经说过一句话“自信是成功的第一秘诀”。可见，自信与成功有着密切的关系。下面我们一起来学习这一节课的内容。

2、共同探究，学习新课。

（一）自信是成功的基石

随便来，我不怕的。（第一轮赛后）

阿兰约翰逊的出局，我当然很遗憾。（第二轮赛后）

没关系，我的起跑很好。（第三轮比赛后记者问他起跑是否有些慢）

没想到今天跑得这么这么的快，没超风速吧。（决赛过后）

材料三：在2002年的盐湖城冬奥会上，杨杨摘得两枚金牌，成功打破了中国人零的突破。杨杨在1500米比赛中获得了第三名，她的自信心受到前所未有的挑战。3天后，500米的比赛中杨杨的表现十分出色，以绝对的优势夺得了金牌。赛后面对采访，她的回答很耐人寻味：“在比赛刚开始，我的心里仍然有1500米的阴影，那时，我在心里不断的对自己说‘我是杨杨，我是杨杨，相信自己。’也正是凭借这几句唤醒的自信，让她在最后一刻拿到金牌。

- 1、说一说材料中给你最深感触的是那些？
- 2、你们认为他们成功的秘诀有哪一些？
- 3、我们身边的同学有哪些因自信获得成功的事迹
- 4、你们自己有哪些因自信获得成功的事迹。

学生讨论并回答问题。

各小组展示自己的收获。

点拨：自信是成功的基石。自信使人勇敢，一个自信的人，在学习、工作和生活中有一种舍我其谁的霸气；自信可以使人有克服困难的勇气和自强不息的力量；自信还可以使人发挥自己的潜能，取的成功。

（二）扬起自信的风帆

出示两组材料（见教材84页）

请同学们结合材料，完成下列问题。

试一试，找出自己生活中2至3次成功的经历。

想一想，这些成功对帮助自己树立自信有什么关系？

（三）互动行动，真诚沟通

- 1、用赞美而简练的语言写出你认为需要鼓励的同学的优点和长处。
- 2、找一位最要好的朋友。请他帮你指出目前最需要克服的地方并提出改正的建议。

（四）欣赏我自己

- 1、自信的名言
- 2、编写出适合自己本身特点的名言写在封面上

1、创设情境、导入新课

通过听歌曲让学生感受自信带来的巨大力量和激情，引发学生思考，使学生乐于探究，引导本节课教学内容。

2、共同探究、学习新课

用具体感的事例，帮助学生理解和感悟，使学生初步明白其中的道理后，教师再作适当的点拨，使学生的认识得以升华和提高。

3、互动行动、真诚沟通

让学生之间真诚沟通交流，充分确定自己的优势确立自信

4、欣赏自己

让学生养成自信的生活态度

5、共同小结、主题升华

通过学生交流收获与体会，达到对所学值是否进一步理解。

自信班会心得体会篇六

1、通过本次活动，让学生了解自信在自己的学习、生活中的重要作用，引导学生的心理向健康方向发展，正确看待生活中的正确与失败。

2、使学生掌握树立自信心的方法，不断调整自己，树立自信。

1、搜集有关自信的故事。

2、学生准备才艺表演。

一、揭示主题，宣布活动开始。

学生：因为小时候每一次想站起来都站不起来，他就觉得自己永远也不行了。

教师：过去一次次的失败告诉它不行。其实它现在行不行？

学生：行。

教师：大象的不自信，在我们许多同学身上也看到了。今天我们主题班会的主题就是《我自信，我最棒》。希望同学们在这节课上能有所收获，真正地感受自信的魅力。下面有请

我们的两位主持人，须林同学和振英同学。

二、认识篇

振英：自信如笔，书写着我们成功的篇章。自信如光，指引着我们前进的方向。

须林：自信如犁，开垦出我们美丽的田园。自信如火，燃起我们心中的希望之光。

同学 1：自信就是要相信自己，遇到困难不能轻易退缩。

同学 2：自信就是要相信自己一定行，但也不能遇到什么事都显得很自信，那就变成自大了。

同学3：那如果干什么都觉得干不成，那就成了自卑了。

振英：那自卑、自大、自信各有什么特点呢？

同学 1：自卑就是过低地评价自己，看不到自己的优点。

同学 2：自大就是过高地评价自己，看不到自己的不足。

同学 3：自信就是正确地评价自己，既看到自己的优点，也看到自己的缺点。

振英：只有相信自己，才能激起进取的勇气，才能感受生活的快乐，才能最大限度地挖掘身的潜力。

须林：那么，怎样才能培养自己的自信呢？让我们一起进入：

三、榜样篇。

振英：贝多芬自信，双耳失聪后创作了举世闻名的《第九交响曲》；

须林：海伦凯勒自信，在双目失明后写下了许多不朽的篇章。

振英：李白自信“天生我材必有用”，使得他的诗文百世流芳。

须林：生活并非一帆风顺，在困难面前，不管是名人，还是普通人，他们的身上都闪烁着自信的智慧之光，请欣赏华峰同学为我们带来的自信小故事《把斧头推销给小布什》。

华峰讲故事《把斧头推销给小布什》。

须林：乔治 *赫伯特取得成功的原因是什么？

学生 1：乔治 *赫伯特取得成功是因为他吸取了别人的教训，总结经验的结果。

学生 2：乔治 *赫伯特取得成功是因为他不怕困难的结果。

学生 3：乔治 *赫伯特取得成功是因为他对自己有信心，再加上他不怕困难，所以取得成功。

学生 4：乔治 *赫伯特取得成功是因为他敢于尝试。

.....

振英：其实在我们班上也有许多充满自信心的同学，他们是充满朝气与活力，你们看，他们来了。

- 1、钊杰与振铭同学的成语接龙。
- 2、晓玲同学和晓雄同学的散文朗诵。
- 3、金川同学的歌曲演唱。

须林：这些同学真切的表演给我们带来了笑声，相信给我们

带来最多的是启发与动力：掌握一技之长，就增添一份自信。

四、 方法篇。

振英：自信很重要，让我们从自我做起，给别人信心，也给自己信心。接下来，我们来做一个小游戏：每位同学和自己的同桌，互相真诚地说一句赞美的话。

要求：称赞要由衷、贴切、独特。

目的：通过同学相互间的赞美，感受被他人认可的快乐，同时学会欣赏自己。

须林：方法很简单，赞美别人的基本方法，即填充句子“你是一个……的同学”。

振英：“‘好话一句三冬暖’，诚意的称赞能使人精神振作，心情愉快，增加自信，促使同学间的友好合作”。

须林： 要求：两人对坐，目光对视一分钟，轮流说出对方的一个优点，态度诚恳，大声说三遍。

进行游戏。

振英：请大家谈谈自己感觉。

学生1：说优点时感到一遍比一遍自信；

须林：自信心要靠自己建立，我们课外收集了一些建立自信的小秘籍，同学们可以试一试。

a□善于发现自己的长处□ b□给自己一个微笑□ c□学会积极的自我暗示 d□学会自我激励。

e □ 感受别人的欣赏 □ f □ 成功的体验。

让我们来体验一下，大声说出自己的一点长处，体会自信。

五、 升华篇

振英：掬一捧泉水洗去我们内心的彷徨，对着高山喊出我们心中的渴望，困难只会磨练我们的意志，挫折永远弯曲不了我们挺直的脊梁！

须林：拂去心中的阴影，让自己多一份自信吧。把自信的风帆高高扬起，向浩瀚的人生海洋直线冲击，你将会达到辉煌的人生彼岸。

全体起立，齐诵《拥有自信》

海边，火一样的太阳在燃烧。

这里，诗一般的少年在憧憬。

人生路上，有平坦，也有坎坷。

成长途中，有欢乐，也有忧愁。

我们将赢得胜利。 我们将创造奇迹。

拥有自信 我们将超越极限。我们将超越自我。

六、老师讲话：同学们，你们的主题班队会开得非常成功，使我也充满了自信。请大家记住自信是成功的第一秘诀，只要你们扬起自信的风帆，就一定会有非凡的成就，相信你们一定能行！相信你们最棒！

针对我班学生学习目的不明确以及学生中有不自信的现象，我就在班中开展了这次关于自信的主题班会，目的就是要通

过本次班会，让学生认识自信心的重要性，并激发学生的参与意识和合作意识，帮助学生树立自信心。整节课上得相当的圆满，全班学生都有积极参与，且表现地很好。在上完了这堂主题班队会课后，我有以下几点启示：一、平常多找优点培养学生的自信心。二、各种教学手段多赋予激情。三、多培养学生发言的深度性。

自信班会心得体会篇七

探究高中学习方法，提高学习的有效性

设计背景：

高二学生面临的升学压力加大，压力不仅来自社会、学校、父母，更重要的是来自学生自己。进入高中两年来，很多学生感觉自己很努力，很忙乱，但是学习效果不理想，考试之后很焦虑，又无所适从不知如何调整状态，陷入恶性循环。通过这次主题班会，给同学以启发，找到适合自己的学习方法，提高学习的有效性。

活动目的：

- 1、交流学习方法，提高学习效率。
- 2、让学生认识到交流和合作在成长中所起的作用。
- 3、在活动中培养学生归纳、总结的能力。
- 4、提供学生展示自己的舞台。

活动方案：

- 1、有关“学习习惯”的问卷调查及统计。

2、每位同学反思自己的学习习惯和学习方法。

3、制作多媒体课件等。

一、活动形式小品、知识问答、演讲等。

二、活动过程导入：

什么是好的学习方法？好的学习方法来自于好的学习习惯，适合自己特点的才是最好的。只要自己受用，能用它解决问题，习有所得，就是好方法。方法是教给的吗？方法不应当是由老师灌输给学生，而应当是结合具体的学习内容，学生的个体特征，通过实践，在不断的摸索中总结而来。它应当从学习中来，而最终又回到学习中去。

1、展示问卷调查结果。

2、宣布主题班会开始。

小品：王珂 和王冰心的小品带出语文学习方法的交流。

3、英语学习方法交流。

4、数学学习方法交流。

5、地理学科学习方法交流。其他学科学习方法交流。介绍名人的学习方法和学习建议其他学生的一些学习方法交流。

三、班主任小结

学习必须循序渐进。学习任何知识，都必须注重双基，要一步一个脚印，由易到难，扎扎实实地练好基本功，切忌好高骛远。学习必须勤于思考，肯于动脑。中学是一个重要的学习阶段，在这个学习期间要特别注意培养自己独立思考的能力，要防止那种死记硬背，不求甚解的现象。学习中要多问

几个为什么，一个问题可以从几个不同的方面去思考，做到举一反三，融会贯通。学习必须一丝不苟。学习切忌似懂非懂，一知半解。这就要求我们对解题中的每一个步骤能说出正确的理由，每一个步骤都要有根据，不能想当然，马马虎虎。学习必须善于总结。总结很重要，俗话说：温故而知新。经常总结还可以帮助你进一步理解和掌握所学的知识，形成一个较完整的知识框架。学习必须持之以恒。学习不能只凭热情，三日打鱼，两日晒网是不会成功的。因此，最好制定一个学习计划，常常自我监督，严格要求。随着信息量激增，知识面的迅速扩展，学习方法比单纯的知识显得更为重要。学生不仅要掌握知识，更重要的是必须学会如何学习知识。科学的方法是点金术，是通向成功的桥梁。学习的方法很多，小窍门也不少，这要因人而异、因学科而异。不能千篇一律、千人一方，应当从实际出发，根据自己的实际情况，发挥自己的优势，摸索一套适合自己特点的有效方法。

四、效果和反思方案构想：

经过与班里的中队干部以及 班主任 老师的讨论，我们打算以学习方法的调查问卷分析出我班同学在学习方法和习惯上的缺陷，以此引出这次的主题班会。整个主题班会也以同学情景模拟平时的学习情况为主，通过两位同学的一天学习生活为主线，配合在语文、数学、英语和综合学科中比较出色的同学的学习方法交流，以小品形式穿插与主题班会的过程中，告诉同学们一些有效的学习方法。然后，让同学们交流自己的学习方法，并介绍名人的学习方法。

最后，由 班主任 老师进行总结。准备过程：首先，我们在主题班会开展之前，做了一份“学习方法调查问卷”，让全班同学参与这个调查，然后分析所出现的问题作总结。有了构想之后，我们便根据主题班会的大致轮廓制作了幻灯片初稿。我们让大家选出了在语文、数学、英语三门学科上比较优秀的同学，请他们总结自己的学习方法，并排练成小品。我们又在班级里面选出了两位同学，在主题班会上模拟他们

平时学习生活中的表现。需要表演的同学全都请好了，我们就可以写主题班会的串联词了。一切就绪，我们利用课余时间进行排练。反省此次主题班会是非常成功的，不仅让所有学生正视和重视学习习惯和学习方法，也给部分学生展示自己的机会，同学通过小品表演锻炼了他们的胆量，发现了自己多才多艺的才能，树立了信心。