

2023年自信的班会设计 班会教案(汇总6篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

自信的班会设计篇一

师：一棵茁壮的小树苗，从小要把根扎正；一个懂事的孩子，从小要有完美的心灵。我们都是群众中的一员，在群众中怎样生活？怎样与同学们相处？相信这节“团结互助，和谐相处”的主题班会必须能给大家带来启发。

(一)师：首先我们透过两个故事来感受一下团结。请听故事：

(二)师：一滴水，只有放进大海，才不会干涸；一个人，只有融入群众，才能展现自己的价值。群众的力量很大，我们就应怎样与别人相处呢？接下来请大家看几个小品。

1、《最后的答案》。你们来说说自己的看法吧。

2、将心比心，换位得友谊。

b□一个组长发书，把一本破书发给同学，这个同学不肯要……

师：请大家换位思考一下，小组讨论，再来演绎一下以上几个场景。(生讨论，表演)

师：以上几组同学很好的诠释了道歉与原谅、无私和理解、

主动和感激。

3、师：同学们，你们身边是否有关于团结互助的事例呢？能够是发生在自己身上的，也能够是看到的，听到的。

师：谈了这么多，我们认识了团结，接下来我们透过几个小游戏再来感受一下团结的力量。

1、《分工合作》

2、《纸上叠罗汉》

参与游戏的同学说说自己的感受

师：这节课，我们体会到了团结互助、和谐相处的重要性，其实，在我们生活中，团结互助的精神无处不在，开心时，期望有人能够一齐分享，遇到挫折、失败和困难时，更需要大家团结合作来度过难关。作为一个班群众，我们就应像一家人一样，团结互助，和谐相处，让这个大家庭更加的温馨温暖。

课前，我们都制作了有关团结合作的谚语卡片，下面就请你送给同学们吧。

自信的班会设计篇二

师：老师课件出示“六不要”的内容。

预防近视“六不要”

1. 不要在光线暗的地方看书。

2. 不要在耀眼的强光下或日光下看书。

3. 不要在走路或乘车时看书。

4. 不要躺着看书。

5. 不要歪着头写字。

6. 不要天天长时间看电视。

生：学生齐读‘六不要’。

师：现在让我们来看看“四注意”指的又是什么内容。

预防近视“四注意”

1. 读书一小时，要注意休息几分钟。

2. 注意读书写字的姿势。

3. 注意认真做眼保健操，积极参加体育锻炼。

4. 注意营养均衡，不挑食，不偏食。

师：除了我们刚刚学习的“六不要，四注意”，还要做到什么呢？

生：要做到“三个一”。

师：有没有同学知道“三个一”指的是什么？(看现场反应)

我们看屏幕(播放课件“三个一”)

一尺、一拳、一寸

眼睛距书本一尺，胸口离课桌一拳，握笔距笔尖一寸。

师：一尺和一寸分别是多长？有同学知道吗？（看现场反应）一尺相当于 $100/3$ 厘米，即33.33厘米，一寸相当于 $10/3$ 厘米，即3.33厘米。现在，老师希望同学们按照“三个一”的要求，把读书写字姿势做出来。

生：（学生做出姿势）

师：（巡查学生姿势情况）

师：同学们都做得很好，希望不只是现在做得好，在以后的学习中，也可以严格按照这样的姿势，养成良好的习惯。

（三）巩固知识

师：刚才我们学习预防近视‘六不要、四注意’以及‘三个一’，下面我们一起来回顾齐读一下这三方面的内容。

生：齐读

四、小结

师：今天我们学习了近视的有关知识，明白了近视的危害和原因，掌握了近视了预防措施，在以后的学习、生活中，一定要身体力行努力保护好眼睛。最后，老师忠心的祝愿同学们不要因为今天的近视而影响明天的远征，希望同学们拥有一双明亮而健康的眼睛。

自信的班会设计篇三

认知目标：了解自尊的涵义，认识自尊是人的基本心理需要，是形成健康人格的基石。

能力目标：明白自尊心与羞耻心的关系，懂得做人必须有羞耻心，能够识别什么是卑下无耻的行为，学会节制自己，拒

绝卑下，维护自尊。

思想觉悟目标：认识自尊是人格之本，是促进人的道德健全发展的重要力量，是人的基本价值。懂得怎样的人格才是健康高尚的人格，形成对健康高尚人格的追求和向往；懂得什么是有损人格的卑下的行为，有维护自己人格尊严的明确意识，对庸俗卑贱的行为能够加以抵制。

自尊的内涵和意义

自卑的危害。

自主学习，主动探究、启发、引导。

1课时

新授课

（一）导入：

（学生活动一）“佳作欣赏”：

1、全体学生朗诵文章《珍惜无价的自尊》；

2、思考并回答：该篇佳作告诉我们什么道理？

教师点评：（联系生活实际，如“要面子”，“不要脸”，“没脸没皮”，“皮真厚”等生活俗语，针对“珍惜无价的自尊”进行解释并强调，自尊是人人都需要的。）

（二）讲授：

1. 学生活动二“以史为鉴”：

教师小结，引出“快乐的自尊”。从民族的自尊过渡到学生

生活的自尊。

1)、小乐为什么不快乐?

2)、小乐有自尊心吗?这表现在哪些方面?

3)、如何才能让小乐真正快乐起来?

教师小结(通过学生的回答,结合教材,概括出自尊的表现,并初步让学生感受到自尊的重要。)

3. 学生活动四“英雄论坛”:分组交流关于“自尊快乐与不快乐”的事情,并派代表发言。从中让学生理解自尊的含义,体会到自尊与被人尊重是同样快乐的。

教师小结(肯定学生的表现同时解释并强调自尊的含义以及“自尊与被人尊重是同样快乐的”的观点)

4. 学生活动五“游戏乐园”:要求学生以“虽然……但是……”来造句。强调其内容必须与自尊有关;既要正视自己的缺点,又不夸大自己的优点。帮助学生找回自尊找回自信。

教师小结(肯定学生的表现并强调正确评价自己,享受自尊的快乐)

(三) 小结

学生活动6“收获空间”:学生谈本节课的收获。

教师小结(充分利用学生的谈话,帮助学生对本节课知识点,进行梳理。并提出希望,今后学生彼此能互相尊重,共享自尊带来的快乐!)

布置作业:让学生搜集伟人自尊的故事,结合自身实际谈体

会。

同学们，今天我们尊重他人就是尊重自己，学会相互尊重，是我们的需要，也是我们的快乐。

通过本节课的学习，我认为表演活动可以使学生从情景中获得尊重他人就是尊重自己，学会相互尊重，是我们的需要，也是我们的快乐。学会换位思考，能够与人为善。

自信的班会设计篇四

在开学的几个月中，同学们渐渐习惯了初中生活，但上课发言不进取，声音比较小，这是缺乏自信的表现，所以本次班会以自信为主题。

经过大家一齐讨论自信，并针对班级的实际情景，使同学正确认识自信的重要性，树立自信心，迈向成功之路。

- 1、确定两名主持人。
- 2、制作班会课件。
- 3、同学们准备名人自信故事。
- 4、帮忙学生编排“课本剧”

一、导入词：

敬爱的教师，亲爱的同学们：

今日的班会由我和宋淼主持。这节班会的主题是：“我自信，我成功”

二、了解自信：

主持人：我们整天说要自信，那么什么是自信呢？

学生发言：

小结：

每个人的一生都是曲折坎坷的，异常是在追求学业和事业的道路上，更不会是事事如意，一帆风顺的。而自信正是黑暗中的一盏明灯，大海中的一面帆，是登山的云梯，渡水的飞舟，它能给人通往成功的勇气和期望。在现实生活中，当你和别人闹矛盾时，自信会让你伸出热情的双手，主动与对方言和，当你受挫折时，自信会使你奋勇前进。

1、主持人：同学们，让我们一齐来欣赏一个心理学家所做的实验：心理学家曾做了一个实验：将一只跳蚤放入杯中。开始，跳蚤一下子就能从杯中跳出来。然后，心理学家在杯上盖了透明盖，跳蚤仍然会往上跳，可是碰了几次盖后，碰疼了，慢慢就不跳那么高了。

提出问题：跳蚤还能跳出杯子吗？为什么？

学生a□跳蚤跳不出杯子，因为它明白上头有一个盖子。

学生b□跳蚤跳不出杯子，因为跳蚤习惯了。

学生c□跳蚤跳不出杯子，因为跳蚤失去了自信了。

2、小结：生活中，许多人也是如此。失败一次后，便怀疑自我的本事，一再降低成功的标准，成功便渐渐离你远去，甚至构成思维定式。其实，想使跳蚤恢复跳跃的高度也很简单，敲一下杯底或加热杯底就能做到，人也如此。

四、班级中存在的问题：

1、主持人：自信如此重要，可是现实生活中的我们做的怎样样？

2、学生发言：（缺乏自信）

3、主持人：缺乏自信表此刻那些方面？

4、学生发言：

5、小结：自信是我们成功的必经之路，自信使我们不断成长。一位科学家这样说过：“自信是成功第一秘诀。”人人都能够成材关键在于你有没有信心，在我们的生活中，不论你干什么，首先必须对自我充满信心，有了信心便有了成功和收获的期望。

五、名人事例：

1、主持人：其实，有很多名人用他们的事例告诉我们自信的重要。

2、名人故事：毛遂自荐、居里夫人、刘翔。

3、小结：这些名人故事让我们深受启发，他们之所以取得成功正是因为有一颗自信心。毛遂正是因为自信才勇于自荐，居里夫人正是因为自信才发明了镭，刘翔正是因为自信才创造110米栏的纪录。

六、榜样示范：

1、主持人：其实在我们班也有些自信的同学，下头就让他们讲讲自我的自信故事。

2、谈谈自我：朱会玲、高霄聪

七、诗歌朗诵：

1、主持人：

同学们，有信心的人，能够化渺小为伟大，化平庸为神奇。信心能够改变恶劣的现状，使我们充满活力去笑对困难，过关斩将，实现梦想。即使在最困难的时候，仍能坚持乐观奋进的拼搏精神。能够说，人的一生取得的任何一次成功，都是伴随着自尊自信取得的。下头有请赵雪鹤为我们朗诵一首诗歌。

2、朗诵：赵雪鹤

八、班歌：

主持人：很感激赵雪鹤给我们带来的诗歌。经过这节班会，我期望同学们乘着自信的风帆远航，让我们昂首挺胸唱起我们的班歌。

九、结束语：

我自信，我成功。请让我们相信自己，我很重要，我必须能做到。当你们失落或气馁的时候，请以此来鼓励自我。

我很重要，我必须能做到，期望你们都能以这句话来勉励自我，度过以后慢慢的人生。

自信的班会设计篇五

告诉大家生命不是你一人所有，世界上的任何一件东西也不属于你个人，请珍惜生命请珍惜你所拥有的一切，请珍惜他人为你的努力和付出，请常常报有一颗感恩的心。

推选男女生个一名作为主持人，熟悉台词；熟悉诗歌《拥有一颗感恩的心》、《母亲的赞歌》；熟悉歌曲《烛光里的妈妈》、《永远的朋友》和《每当走过老师窗前》；学生准备

《给妈妈的一封信》和写给小学老师的一封信。

- 1、感谢父母，赐予我生命，不求回报地爱着我疼着我。
- 2、感谢老师，传授我知识，告诉我做人的道理。
- 3、感谢朋友，在我困惑，委屈的时候给我力量。
- 4、感谢所有进入我生命中的人，因为是你一点点装饰了我的人生。
- 5、感谢这个世界上所有值得我们感激的人。
- 6、拥有一颗感恩的心。
- 7、感恩你生命中的拥有，感恩你身边的人。
- 8、感恩你所有的所有。

一、主持人宣布活动开始

女：亲爱的同学，大家好！我们沐浴着爱的阳光长大，

男：我们滋润着真情的雨露成长。

女：鲜花感恩阳光雨露，苍鹰感恩长空，高山感恩大地，

男：我们感恩父母、感恩老师、感恩朋友。

合：xx班感恩教育主题班会此刻开始。

二、感恩故事

听了朗诵后，请同学们说出最让你感动的一件事（请几位学生讲述）

三、感恩父母

男：父母的点点滴滴都是情，都是爱啊！只要我们有一颗细腻的心，仔细去体会，慢慢地感受，我们就会发现：我们生活在爱的海洋里，拥有的爱比天上的星星还要多。请听xxx同学歌唱：《烛光里的妈妈》。

老师按语：不知不觉，我们长大了。曾几何时，岁月的年轮写在父母的身上。他们的脸上爬上了几条皱纹，头发中映出几根银丝。他们的步履不再矫健了，他们的腰背部不再笔挺了。这一切都是为我们操劳的呀！这天我们要真诚地、大声地说一声：爸爸妈妈，感谢你们，你们辛苦了！

四、感恩老师

男：十月的阳光如此灿烂，十月的校园如此深情。似滴滴雨露滋润着我们求知的欲望；似缕缕阳光温暖着我们心中的期望。让我们一齐怀着一颗感恩的心，一齐大声高呼：我爱你，敬爱的老师！我们的每一点知识，我们的每一个进步，都渗透着老师的汗水和心血。让我们用最真挚的感情，把最动人的诗篇送给我们敬爱的老师。

请听xxx同学写给小学老师的一封信；

全班合唱：《每当走过老师窗前》

女：老师教给我们知识，教会我们做人。为了我们，您默默地耕耘，无私地奉献。多年的爱心浇灌，您的黑发泛起点点霜花；多年的呕心沥血，您的脸颊上写满了丝丝牵挂；多年的春去春回，您的眼里写满了春春嘱托。

五、感恩朋友

男：友情是在两个人心声和灵魂的投缘中，在相互倾心交往

的过程中，在相互认可的对撞中诞生。友情是一种纯洁、高尚、朴素、平凡、浪漫的感情，它需要真诚和忠实来播种，需要真、善、美来浇灌，需要良知与原则来栽培，需要坦诚理解来维持，需要善意谅解来呵护。此刻拥有的每一份友情，或许你此刻觉得它们平淡无味，但有一天你会发现，那才是人间最值得珍惜的东西，每时每刻，带给你温暖的关怀和前进的勇气。

下面请欣赏歌曲：《永远的朋友》

六、感恩方法大奉献

男：同学们，正所谓“感恩不待时”，拿出我们的实际行动，向爱我们的人和我们所爱的人感恩吧！请同学们谈谈自己的具体做法。

- (1) 为工作劳累了一天的父母倒一杯茶，揉揉肩，讲讲笑话。
- (2) 每一天好好学习，回家聊聊学习状况，谈谈收获，讲讲感受，给父母一个好情绪。
- (3) 多体谅、理解父母，不与父母争吵，多为父母着想。
- (4) 学会拥抱父母，说声“谢谢”。
- (5) 为父母分担一些家务和烦恼。
- (6) 学会节约，不浪费父母的劳动成果。
- (7) 每一天反思，学会对父母说“对不起”。
- (8) 学会尊重、关爱身边的人。多做有心人，及时送上温暖。
- (9) 多做慈善事业，尽自己最大的力量为社会、国家、人民作贡献。

(10) 列一张感恩表，记下要感恩的人，要做的感恩事，值得努力的方向

七、全班齐唱

合：下面全班齐唱《感恩的心》

八、老师讲话

女：请班主任xx老师总结讲话

男：让我们常常拥有一颗感恩的心，哪怕是应对一个微笑，一句关怀，即使是不经意间的。

女：我们也要学会感恩，感谢这一切，感恩的心，感谢有你

合：感恩的心，感谢命运，花开花落，我依然会珍惜

自信的班会设计篇六

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，正确看待生活中的成功与失败。

1、搜集有关自信的故事。

2、学生准备才艺表演。

一、认识自信

师：大家好，在班会开始之前，我想先请大家看一段小视频：

(播放视频)

教师：小象为什么伤心了？

（指生发言）

教师：但小象的不自信，老师在我们班许多同学身上也看到了，比如老师上课提问的时候，有的同学不敢回答，认为“我不会”，比如老师选拔有的同学当班干部的时候，他的第一反映是“我不行”，甚至有的同学会认为“我二年级成绩就很差，到了三年级怎么可能取得好的成绩呢？”等等。针对这种现象，今天我们召开一个主题班会，班会的主题就是《我自信，我快乐》。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。

hello□大家好，我是四（2）班的问题调查员，下面我们开始问题调查。

- 1、你认为自己漂亮或者英俊吗□□yes□yes□举手的人很自信）
- 2、你是否总是担心做不好某一件事情□□no□no□举手的人很自卑）
- 3、你是否总是觉得自己在在学习上不能够取得好成绩□□no□no□举手的人很自卑）
- 4、你能成为班级中出色的一员吗□□yes□yes□举手的人很自信）
- 5、你认为自己是班中不可缺少的人吗□□no□no□举手的人很自大）
- 6、你认为不管在哪方面，别人誰也比不如你吗□□no□no□举手的人很自大）

（课件出示）

表演小品的四位同学上场。

文艺委员：

大家都说你歌唱得最好，你能代表我们班去学校表演吗？”

同学1：我的名字叫自卑，自卑就是过低地评价自己，看不到自己的优点。 同学2：我的名字叫自信，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。

大家齐声说（我们喜欢自信）

（听录音）

1、听录音《握住自信》

有一位女歌手，第一次登台演出，内心十分紧张。想到自己马上就要上场，面对上千名观众，她的手心都在冒汗：“要是在舞台上一紧张，忘了歌词怎么办？”越想，她心跳得越快，甚至产生了打退堂鼓的念头。

就在这时，一位前辈笑着走过来，随手将一个纸卷塞到她的手里，轻声说道：“这里面写着你要唱的歌词，如果你在台上忘了词，就打开来看。”她握着这张纸条，像握着一根救命的稻草，匆匆上了台。也许有那个纸卷握在手心，她的心理踏实了许多。她在台上发挥得相当好，完全没有失常。

她高兴地走下舞台，向那位前辈致谢。前辈却笑着说：“是你自己战胜了自己，找回了自信。其实，我给你的，是一张白纸，上面根本没有写什么歌词！”她展开手心里的纸卷，果然上面什么也没写。她感到惊讶，自己凭着握住一张白纸，竟顺利地度过了难关，获得了演出的成功。

“你握住的这张白纸，并不是一张白纸，而是你的自信啊！”前辈说。歌手拜谢了前辈。在以后的人生路上，她就是凭着握住自信，战胜了一个又一个困难，取得了一次又一

次成功。

主持人上场：听了这个关于自信的故事，同学们是否有所感触有所启发呢？请你和大家交流一下。

（大家交流）

2、欣赏视频《找回自信的小象》

主持人：下面，我们接着欣赏视频《找回自信的小象》。

（播放视频）

看完这个视频，你又有有什么感想和大家交流一下。

（大家交流）

主持人：自信，指引着我们前进的方向，书写着我们成功的篇章。自信给我们的生活带来了快乐。

三、建立自信

自信如此重要，那如何建立自信呢？

1、认识自己的优点和特长

教师：每个人都有自己的优点和特长。比如：丽丽歌唱得好、小明球踢得棒、东东爱看书。如何认识自己身上存在哪些优点呢？下面，发给大家一张“优点清单”让我们从多方面把自己的优点、特长一一罗列出来。请大家填好表格“我的优点”，具体写出自己在学习、体育、美术、音乐、动手能力和其他方面存在哪些优点、特长。（学习填表格“我的优点”）

全班交流。

教师：是啊，当我们知道自己有这么优点时，信心自然会增强。

2、接受同学的赞赏

建立自信的第二个方法就是接受同学的赞赏。下面我们进行一个活动“优点大盘点”。具体要求[a]以小组为单位[b]先找一个同学作被“优点盘点者”，其他三个同学轮流说出他的优点、特长[c]态度要认真、真诚。

思考：得到同学的赞扬，对你的自信有什么影响呢？

（尽量帮助朋友找出他身上存在的优点、特长，并真诚、大方地赞美。）

四、自信快乐的展示

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

请同学们表演群舞。

主持人上场：这些同学精彩表演给我们带来了笑声，让我们更加相信了自信的人儿才最美丽。

让我们大声告诉自己“我自信，我快乐，我能行。”

全班呼号：“我自信，我快乐，我能行。”

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！

这个主题班会到此结束。谢谢大家。