

2023年自信班会活动总结 我自信我最棒 班会策划书(优秀8篇)

总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

自信班会活动总结篇一

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。

1. 搜集有关自信的故事。

2. 学生准备才艺表演。

3. 选拔主持人(男女生各一人)

教师讲故事：一头大象的成长实验

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。（主持同学出场，安排下一环节活动。）

问卷调查：

1、你认为自己漂亮/英俊吗？

- 2、你能成为班级中出色的一员吗？
- 3、你认为是班中不可缺少的一员吗？
- 4、你是否总是担心做不好某一件事情？
- 5、你是否能实现你心中的'理想？

甲主持：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。 乙主持：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。

甲主持：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。 甲主持：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自身的潜力。

讲姚明、王宝强等自信小故事

1. xx同学成语接龙。

2.. xx同学唱歌。

3. xx同学的跳舞。

4. xx同学讲故事（可以是关于自己的，也可以是其他的）。

乙主持：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。

甲主持：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，我们来朗诵一首诗《我就是一道亮丽的风景》。

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。

h□充实自我，提高自身素质。

乙主持：请同学们高呼——我自信 我最棒。

下面有请班主任为我们画龙点睛。

同学们，自信心对于我们每个人都是很重要的。有信心的人，可以化渺小为伟大，化平庸为神奇；可以改变恶劣的现状，使我们充满激情的去笑对困难，过关斩将，实现理想。即使在最困难的时候，仍能保持乐观奋进的拼搏精神。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！

自信班会活动总结篇二

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。

自信班会活动总结篇三

初一新生，刚到一个新的集体，面对的是新的同学新的挑战，功课的增多，竞争对手实力的增强，都会给他们造成巨大的压力。这个时候，迫切需要引导他们更清楚地认识自己，树立信心，来面对新的生活。

- 1、让学生更了解自己，相信自己。
- 2、让学生更了解同学，相信同学。
- 3、引导学生树立自信的信念，激发学生积极向上的动力，树立远大理想。

游戏、自我探索、音乐激励、教师引导等方式的结合，以学生活动为主体，引导学生发现自我、积极发展自信心，勇于

超越自我，实现梦想。

多媒体课件 学生用活动记录 彩色小纸片 礼品盒

一、 游戏：趣味报数

设计意图：活跃气氛，请学生上台表演，引出主题

二、 引导学生一步一步树立自信心

第一步：认识自我

方式：

活动1——小小动物园

活动2——“我是谁？”

设计意图：引导学生更好地认识自己，认识自我是发展自我的基础。

第二步：悦纳自我

方式：活动——收获“糖弹”。

游戏——拍手游戏

设计意图：收集优点，挖掘潜能，提升学生自信力。

第三步：自我肯定

方式：活动——唱出最棒的自己

设计意图：鼓励学生大胆赞美自己，勇敢展示自我风采

三、 在日常生活中，如何培养我们的自信？

方式：教师方法介绍

设计意图：把训练带到生活中去，从而更有效地增强学生的自信心。

自信班会活动总结篇四

本次班会活动以“诚信·感恩·自强”为主题，结合对国家资助政策的宣传，大力宣扬诚信、自强、感恩的道德准则。旨在提高同学们的诚信意识，教育和引导同学们树立正确的受助感恩观念，培养同学们强烈的社会责任感和自立自强的优秀品质。常怀感恩之心，以实际行动关爱他人，回报社会；诚信文明，保持强烈的社会责任感，诚信做人，诚信做事；自强不息，奋勇拼搏，书写不屈无悔人生。

- 1、班长xxx同学组织召开班委会，传达辅导员xx老师下达的此次班会的任务。班委会讨论拟定班会的具体过程（包括内容、主持人、时间等，最后确定由文艺委员xx与班长xxx同学担任主持人。）
- 2、由文艺委员xx同学与班长xxx同学确定班会活动中表演节目的范围与内容。
- 3、文艺委员xx同学着手查找相关资料，并在班级范围内拟定合适的表演者。
- 4、班长xxx同学与各表演者进行联系，安排排练时间并进行督促。
- 5、由班长xxx同学邀请老师参与班会。
- 6、班会正式开始前，集合所有参与演出者进行一次正式彩排。

7、班会结束后，由班长xxx同学组织班委会讨论此次班会取得的成效。

8、由宣传委员xxx同学撰写此次班会的总结报告，并按时上交。

（一）活动基本情况

1、活动时间[]20xx年6月20日2、活动地点：二号教学楼5013、
与会人员：经管10级10班全体同学4、主持人[]xxx[]女班
长[]xx[]文艺委员) 5、会议记录[]xxx[]宣传委员)

（二）活动程序

1、由主持人点明今天活动的主题，致开场白。

大家好，今天我要和大家一起重新学习讨论三词：诚信、感恩、自强。没错，这三个词对我们来说太普通不过了，但是其中值得思考和学习的深意就没那么普通了。

感谢父母，辛苦养育我们；感谢老师，不倦地教育我们；感谢朋友，默默陪伴我们；感谢路人，给我一个淡淡的微笑、、、感恩你拥有的，感谢生活给你的赠与，这样你才会拥有一个健康的心态和积极的人生观。

（3）请贫困生代表上台，代表贫困生致辞。表达对国家的感谢，从实际的切身感受出发谈谈国家资助政策给他带来的希望，以及更明确自身的义务和今后的责任。

（4）“感动你我他”。请同学们踊跃说出自己认为的感动的事（请三位同学讲述）。

2、（1）主持人讲话：中国有句古话：人无信不立！英语中也有句谚语叫做[honesty is the best policy]它们都告诉我们：

诚信是保证我们生活稳定的重要准则。没有诚信带来的结果可能就如我们大家熟知的“狼来了”里的放羊娃丢失性命。一个人一旦失去“诚信”，那他将会成为“孤雁”之行，他人生事业将会变成“断水之源”、“无本之木”。而无数成功人士用自己过来人的经验告诉我们，诚信对于一个人的成功是多么的重要。世界正因为有了诚信才更加精彩。

(2) 游戏《悄悄告诉你》。(游戏规则是主持人告诉4组首位同学一长串数字，让其一一往后传，但每告诉一个同学时必须修改其中一个数字，所以越往后变化就越大，最后与原数字最相近一组即为胜利) 该游戏意味深长，告诉同学们如果每一个人都丧失一点诚信，整个社会将一片混乱面目全非，充分阐述了诚信的重要性及必要性，进行了一次成功的寓教于乐。

(3) 大家自己讲出见过的、自己遭遇不诚信的事件，也可以在事先发放的纸条上写出来。大家一起有则改之，无则加勉。并讨论诚信的重要性。

4、(1) 主持人讲话：清华大学校训大家应该知道吧？“自强不息，厚德载物”。这是梁启超先生在清华演讲时对清华学子寄予的期望。自强，它是人生路程的实践，是通向成功的必须条件，自强不息，才能厚德载物。才能拥有没有遗憾的人生。

(2) 洪战辉事迹表演。以洪战辉独自一人边上学边赚钱，还要照顾妹妹的故事为样本。通过现场精彩的表演，让同学们更多了解洪战辉自立自强的感人事迹，培养同学们自强不息的品质和精神。

(3) 民主评选班中“自强之星”。以自荐或他荐的方式，评选班上的自强之星两名。

(4) 全班一起高唱《我的未来不是梦》

5、（1）全班同学一起宣誓。“我___，庄严地向自己承诺：从此刻开始，时刻谨记诚信、感恩、自强！诚信做人，诚信做事，牢记责任！感恩生命，感恩他人，感恩社会！自强不息，努力奋斗，实现理想！”

（2）同学们在事先准备好的“诚信感恩自强”板上签名

6、主持人总结今天的主题班会，提出自己对诚信感恩自强的看法，结束今天的班会。

总结：今天的班会活动举办得很精彩很成功！我们的话题一共有三个：诚信、感恩、自强。比起以前的主题，这次比较多，但丝毫没有影响我们活动的效果。同学们都积极地参与，无论是讨论发言、小游戏，还是现场配合都特别给力。首先得感谢班委的精心组织和表演人员的精彩才艺展示，当然还得感谢我们可爱的同学们，谢谢大家对于班级活动一如既往的大力支持。

接下来我来做一下班会总结吧，我相信今天的班会活动对我们大家产生了比较深的影响。转眼大学里的两年就要过去了，很快我们都即将走出象牙塔，走向社会。没错，社会需要人才，尤其是如今的社会更是重人才。但是，我们还要谨记一句话：德乃才之帅！没有好的品质，那也只会让人远之。一个不诚信的人，不可能被人们一而再，再而三地信任，他势必陷入孤立境地。同样，一个不懂得感恩的人也不可能一再获得他人的帮助。一个不自立自强的人，即使外部条件多好，那也只能是孔老夫子说的“烂泥扶不上墙”。诚信感恩，有如一束鲜花，引人驻足，赏其美丽，闻其芳香，赏心悦目。于其本身，受到大家的欢迎，懂得感恩拥有的并享受其中的快乐和幸福，岂不是幸事？自强不息，有如人生路上披荆斩棘，勇往直前的利剑，有如摔倒后重新站起的支撑点。诚信、感恩、自强，今天我们要牢牢记住，今天我们更应该牢牢记住！

最后，我想说：让我们谨记我们今天庄严的誓言，我们对自

己的

承诺！谢谢大家，今天班会活动圆满结束。

1、通过这次活动，班上受助的同学们感受到了社会，学校和同学们对他们的关心，相信以后定会回报社会。通过同学们的讨论，也进一步明确了自己对于社会的责任，相信在未来的日子里定会诚信、感恩、自强不息，回报社会。

2、此次班会活动对班上其他同学也产生了深刻的影响。对于我们思想品质和人格的塑造都是一次大的提升，让我们更明确诚信、感恩、自强的意义和重要性，更懂得该如何正确地立人处世。对构建和谐宿舍、和谐家庭、和谐校园乃至和谐社会都将有积极有效的作用。

自信班会活动总结篇五

大家好！我是来人力资源科的管佳琦。我演讲的题目是“自尊自爱自信自强”。

在很久以前，有一个少年想要明白人的尊严究竟是什么，于是去请教一位智者。智者没有回答他的问题，却让他做三件事：第一件事是让他脱光衣服到市集去走一趟。少年听后大吃一惊。第二件事是让他去奉承一位富人，并且让那位富人赏给他一写钱，少年听后满脸疑惑。第三件事是如果少年的叔叔当了大官，让少年到处去炫耀，有的人会对他另眼相看，少年听后，扭头就走。

相信这位少年已经得到了答案。尊严就是要尊重自己、爱护自己，同时，还要让别人也尊重自己。

自尊是健康人格的基石，是一种对自己人格的重视和肯定的情感，自尊就是尊重自己、爱护自己、从身体、仪表到行为、心灵，维护自己作为一个人的尊严，不做有损人格的事情，

不向别人卑躬屈膝，也不容许别人歧视或侮辱自己。

悲观叹息不能使我们前进一步，而自强不息却可以改善我们的不足。

在我们大家身边，自信自强的例子有许许多多。

前世纪重量级拳王乔·弗雷基在比赛前，都会想到寝室天花板上贴着的那张用英文着“it[我能行]”的大报纸。弗雷基说：“哪怕是受到猛烈的一击，只要想到这几个字，便会产生一种奇妙的力量。”从而打败对手。大家熟悉霍金吧，这也是一个映像深刻的人物。他从小体弱多病，面临绝症而树立了良好的信心，凭着这一点自信，居然出现了奇迹，战胜了许多病魔。

当然，也有许多就差一点信心而与成功擦肩而过的事例。

1951年，英国一位女医生弗兰克林在衍射的照片中发现dna的螺旋结构，经研究，她提出大胆的假说，并以此为题作了一次出色的。但许多人怀疑照片的真实性，在这些压力下，她动摇了，想了想，一个普通医生怎么能有这么大的研究呢？便公开否认了自己的假说。后来，另外两位科学家在这个领域取得了重大的成果。并获得了诺贝尔奖。但比弗兰克林晚了两年。中国体坛上曾经有一位耀眼的新星，由于缺乏自信，也最终败了下来。

成功可能是属于你的，但也可能与你擦肩而过，这都要看你自己到底有没有信心将成功夺过来。

在这里，我想告诉大家：自尊使我们能更好的立身社会，自信使我们的人身更有价值。我们应该实事求是的认识自己。让我们共同誓言：作一个脚踏实地、自尊自爱、自信自强的重机人吧！

谢谢大家！

自信班会活动总结篇六

我班是平行班，有许多学生缺乏自信，认为自己在各方面都不行，所以我们设计了这次“我能行”的主题班会，来增强学生的自信心，从而增强其自我效能感。

1、全班同学预先学会《相信自己》和《永不退缩》，男生学会唱《男儿当自强》，女生学会《每一步》，1—4小组分别学会《奔跑》《真心英雄》《海阔天空》《我的未来不是梦》这几首歌，并准备这几首歌的vcd□

2、主持人四名(两男两女)预先写好台词和串语，写关于自信对联一副。

3、第1小组(女)准备自信演讲稿2—3篇，第2小组(男)准备关于自信的小品，第3小组(女)准备关于自信的故事3—4则，第4小组(男)准备关于自信的诗歌散文2到4首(篇)。

(一)开始

1. 主持人(四名)：(出场前多媒体屏幕上显出：有志者，事竟成，破釜沉舟，百二雄关终属楚。苦心人，天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴！)(女a)没有什么能让我们心慌，(男a)没有什么能把我们阻挡，(女b)我们年青我们轻狂，(男b)即使前面是万丈深渊，(齐)我们敢拼敢闯！(女a)亲爱的同学们，“我能行”主题班会此刻开始。

2、文娱委员起音齐唱《永不退缩》(同时放出该歌曲的音乐)。

(二)自信演讲

1、主持人女a□就算我此刻什么都没有，擦掉了眼泪还是抬头

要挺胸，面带笑容不气馁往前冲，我越挫越勇我永久不退缩。
下面请听第一小组同学自信的演讲。

2、第一小组a生：“我自信，我能行”演讲。

3、第一小组b生：“告诉世界，我能行”演讲。

即使再小的帆也能远航，随风飞翔有梦作翅膀，敢飞敢做勇敢闯一闯(组长领唱《奔跑》，同时放出该歌曲的音乐)。

(三) 自信小品演出

1、主持人男a：人生的损失，莫过于失掉自信心了。有信心的人，能够化渺小为伟大，化平庸为神奇。下面请听第二小组自信小品演出。

2、第二小组a生：生命不会贬值故事小品演出。

3、第二小组b生：战胜自卑故事小品演出。

4、组长：把握生命里的每一分钟，全力以赴我们心中的梦，不经历风雨怎样见彩虹，没有人能随随便便成功。(组长领唱《真心英雄》，同时放出该歌曲的音乐)

(四) 自信故事演讲

1、主持人女b：信心比天重要，缺乏信心并不是因为出现了困难，出现困难倒是因为缺乏信心；谁中途动摇信心，谁就是意志薄弱者。下面请听第三小自信故事演讲。

2、第三小组a生：身残志坚的张海迪。

3、第三小组b生：坚强自信的罗斯福

4、第三小组c生：棒球小孩的故事

5、组长：每把汗流了，生命变的厚重，走出沮丧才望见新宇宙，才将命运的所打破，狂风暴雨以后，转过头对心酸一笑而过(组长领唱《海阔天空》，同时放出该歌曲的音乐)

6、主持人女b[]努力、为要走好我每步，行尽了许多崎岖路，还前去、才能知境界更高;岁月、在我身边笑着逃，道路段段完美，总是血与汗营造，感激心中主宰，每段道路为我铺;凭自信努力做，要得到的终得到，以后就算追忆也自豪，和平宁静快乐是我的歌谱。请让我们所有的女生一齐自信地唱出《每一步》吧(女生齐唱《每一步》，同时放出该歌曲的音乐)。

(五)、自信诗歌美文朗诵

1、主持人男b[]自信是一根柱子，能撑起精神的广漠的天空，自信是一片阳光，能驱散迷失者眼前的阴影!凡事总要有信心，老想着“行”。要是做一件事，先就担心着“怕咱不行吧”，那你就没有勇气了。我们不论何时何地必须坚信：天生我材必有用。

2、第四小组生a朗诵：《酬乐天扬州初逢席上见赠》(刘禹锡)

3、第四小组生b朗诵：君不见黄河之水天空上来，奔流到海不复回……《将进酒》(李白)

4、第小组全体朗诵：言志——志难挫，鹰击长空万里阔。万里阔，力挽北斗，气吞日月……《忆秦娥十首》(《诗词三百首》白玉)

5、组长：我明白我的未来不是梦，我认真的过每一分钟;我的未来不是梦，我的心跟着期望在动;我的未来不是梦，我的

心跟着期望在动，只要我们自信，每一天都能大声说“我能行”，我相信我们的未来必须不是梦，请我们全组同学一齐来唱一唱《我的未来不是梦》吧！

6、主持人男b[]傲气应对万重浪，热血像那红日光，胆似铁打骨如精钢，胸襟百千丈眼光万里长，我发奋图强做好汉，我是男儿当自强，我们的男儿们能自强吗？(大家齐答能)，那就用最豪壮的歌声来表达我们心声吧(齐唱《男儿当自强》，同时放出该歌曲的音乐)

(六)结束

1、主持人：(男a)相信自己行，才会我能行；(女)别人说我行，努力才能行。(男b)你在这点行，我在那点行；(女b)这天若不行，明天争取行。(男)能正视不行，还是我能行。(女)不但自己行，须帮别人行。(齐)互相支持行，合作大家行。只相信自己，你必须能行。让我们一齐齐唱《相信自己》吧！(全班齐唱《相信自己》，同时放出该歌曲的音乐)

2、主持人女a[]下面请老师作总结。

3、师：这天活动搞得很好，准备充分，表演投入，有声有色。但是在漫漫人生旅途中，不免要经历许多挫折与失败，许多人在挫折与失败面前开始怀疑自己是否行，甚至否定自己，觉得自己是一只渺小的丑小鸭，无论怎样发奋努力，也永久不可能拥有转成白天鹅的那一天！最后自我消沉，看不见前方的阳光大道，那么成功就与他无缘。如果在病魔面前沉沦，张海迪将永久无人知晓，罗斯福也不会叱咤风云。因此，自信是成功的关键。只有拥有自信，才能拥有自我；只有拥有自信，才能走向成功！自信是成功的伴侣，是战胜困难的利剑。

诗仙李白自信浩叹“天生我材必有用，千斤散尽还复来”；伟大领袖毛泽东写下“自信人生二百年，会当击水三千里”。他们拥有了自信，才有拥有了旷绝千古的成就。在生活中遇

到困难，我们要自信地在心中大声说：“我能行”，在学习上遇时，我们要自信地在心中大声说：“我能行”，我们每一天起床时，要自信地在心中大声地说：“我能行”，每一天睡觉时要自信地在心中大声说：“我能行”。总之，我们要自信对着大地说：（学生齐声高喊）“我能行”，我们要自信地对天空说：（学生齐声高喊）“我能行”，我们要自信地对高山说：（学生齐声高喊）“我能行”，我们要自信地对大海说：（学生齐声高喊）“我能行”，让自信伴我们一生，让“我能行”随我们到永久！

4、主持人宣布主题活动结束。

自信班会活动总结篇七

教育和引导广大学生树立正确的荣辱观、世界观、价值观，自觉成为“知荣辱、讲文明、促和谐”的模范，自尊自爱、自信自立、勤俭自强、勤奋学习、积极进取、立志成才，为建设和谐文明校园做出贡献。

1. 节目的准备：

(1) 主持人宣布班会开始

(2) 开场白：

自尊，就是要求我们，尊重别人，也尊重自己。当受到不公正的待遇，或者委屈时，我们要勇敢地站起来，为自己说不。每个人都是社会上平等的一员，我们的灵魂不可以遭到别人的践踏。当然，我们也要学会尊重别人，没有尊卑，每个人都是一样的。

自爱，要懂得爱自己，只有懂得爱自己，这样才会让你更好的懂得去爱别人，也会让自己的生活更精彩的。

自信，伟人说“自信是成功的一半”。一个自信的人，会让身边的人感到他的不同，充满活力，充满信心，怎么不能成功呢。那句话“不想当将军的士兵不是好士兵”，我想也是因为自信的原因吧，如果你连想将军的自信都没有，你怎么可能当上将军。

自强，又想起了那句话“一个人的内心要强大，就具有抵御一切屈辱”，真的是这样，即使经历失败，即使生活都不顺心，别人不能够鼓励我们，但是我们要自强，学会自己鼓励自己，这样我们才能成功。

自尊，自爱，自信，自强这四个“自”，但愿我们都能够做到。

(3) 106宿舍大合唱“我们都是好孩子”

(4) 507宿舍表演歌舞

(5) 互动游戏“模仿明星表演”

(6) 李巧巧歌唱“蜗牛”

(7) 互动游戏“官兵捉贼”

(8) 刘舒芳演唱“素颜”

(9) 107宿舍表演小品

(10) 施茂泉演唱“水手”

(11) 互动游戏：写纸条送祝福

(12) 104宿舍大合唱“最初的梦想”

(13) 全班大合唱“隐形的翅膀”

奖品

自信班会活动总结篇八

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yesyes(举手的人很自信)
- 2、你是否总是担心做不好某一件事情nono(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nono(举手的人很自卑)
- 4、你能成为班级中出色的一员吗yesyes(举手的人很自信)
- 5、你认为自己是班中不可缺少的人吗nono(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nono(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)

二、感受自信的重要

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，她的心里踏实了许多。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多优点时，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。