

最新自信班会班会 我的高中班会教案(精选9篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

自信班会班会篇一

做一个讲文明懂礼仪的人

- 1、让同学们认识到讲究文明礼仪是非常有必要的。
- 2、让同学们认识到一个真正讲文明礼仪的人应该是怎样的。
- 3、通过学生的自我剖析，使他们发现自己存在的不足之处，从而朝着更加好的方向发展，为将来打好基础。

（一）宣布班会开始

主持人：亲爱的同学们，大家好！今天我们欢聚在一起，举行我们的主题班会课。现在，我很荣幸的宣布：高一（1）班主题班会-----做一个讲文明礼仪的人，现在开始！

（二）唱国歌

请大家全体起立，唱国歌。

主持人：同学们，刚才唱国歌时，我注意观察了一下，有的同学不符合唱国歌的利益要求，那么唱国歌都要有哪些礼仪要求哪？下面请同学讨论，发言。

学生讨论，教师总结点评：

1、什么场合下要唱国歌？

2、唱国歌的基本礼仪要那些？

(1) 国歌的严肃性、政治意义

(2) 场合要求

(3) 站姿要求

(4) 态度、表情要求。

主持人：这次班会的主题是——文明礼仪。也许有些同学会觉得这个主题与自己无关紧要，但是讲究文明礼仪在当今社会已越来越重要了，养成良好的文明礼仪对我们有着不可忽视的作用，所以这次的班会我希望同学们能够认真对待。同学们，礼仪强调的是“尊重”，想让他人尊重你，你首先要尊重他人，陋习图的是一时之快，丢的是自己的人格和尊严，所以我希望每一个同学都能养成良好的.文明行为习惯，争做文明的好学生。

(三) 展示礼仪

(小品表演：模拟身边发生的礼仪故事)

故事一，张强中午在教室做作业，王刚从他身边走过，不小心把张强的铅笔盒弄到地上，钢笔摔坏了，王刚连忙向他道歉并声称过后买支钢笔赔他，张强看到此情境，强压在内心的怒气一下子消失得无影无踪，并说“没关系，修理一下就好了”，于是教室又恢复了往常的平静。

通过上述礼仪故事的对比，让同学们认识到做一个讲文明礼仪的人的重要性。

（四）礼仪知识问答

礼仪即礼节与仪式，礼仪的本质是治人之道，中国是礼仪之邦，上下五千年，从西周视礼为“国之大柄”到现代的“五讲四美”，从荀子的“国无礼而不宁”到今天的精神文明建设，礼仪一直是传统文化的核心。

同学们知道有那些礼仪规范吗？（抢答）

了解文明礼仪都包括哪些方面：

- （1）语言上讲文明
- （2）行为上讲规范
- （3）生活中讲卫生
- （4）活动中讲参与
- （5）集体中讲团结
- （6）待人上讲礼貌
- （7）处事上讲谦让
- （8）时时处处讲安全

（五）小结：从自身做起、从小事做起，具体落实文明礼仪知识

1、我们升国旗是我们要做到哪些礼仪？

明确：升国旗时我们应该立正站好，向国旗行注目礼。升国旗是一件神圣而庄严的事，我们不应该当作儿戏，不应该说话打闹而要尊重它爱护它。

2、我们在学校内要做到哪些？

明确：《一中学生手册》的有关内容。（中学生守则以及学校的各项管理规定）

3、在公共场合要做到哪些呢？

明确：在不同的公共场所对我们有不同的要求：比如说在乘车时应遵守乘车秩序，尊重司售人员，尊老爱幼；在影剧院时不大声喧哗，不乱扔废弃物；在参加大型活动时要听从现场安排，入场时不要拥挤，进场后不随便走动，不乱扔垃圾等。

（六）播放校园内一些不文明现象的图片（如：张口骂人）

1、你是怎样看待文明礼仪的？

2、你是怎样看待学生随口骂人这一现象的？

3、当你听见有同学骂人时，你会阻止吗？怎样阻止呢？

1、尊敬师长：尊重老师的劳动，虚心接受老师的批评教育

2、友爱同学：互相尊重，互相关心，和睦相处，礼貌相待

4、仪容仪表：不穿奇装异服进出校门要着装校服，男女生不留怪发型，不染发烫发，不戴耳环首饰，不留长指甲，女生不化妆。

（七）讲文明礼仪宣言

最后我们来一个简短的文明礼仪宣言（幻灯片出示），大家齐声念，预备：“我们要向不文明现象宣战，争做文明学生，创建文明校园。宣言者——高一（1）班全体同学”。

感谢杨佳燕同学主持了这场精彩的班会，在这里我真心希望大家能通过这次主题班会，收敛并改正掉自己的一些不文明行为或现象，可能一时你是改变不了的，但只要你有改变的决心，相信你会成功的。当然要改变这种校园不文明现象的大气候光靠一个人是不够的，它还需要我们全班甚至全校同学的一起努力。一颗树木虽然不能从根本上改善周围的环境气候，但是一片森林定能给我们一片晴朗的天空。

自信班会班会篇二

- 1、借助大量的事例让学生知道什么是自信，以及自信的重要意义。
- 2、通过活动，让学生发现并肯定自己的长处，提高自我认识能力。提升学生的自信。
- 3、培养学生乐于观察、探究生活中的现象，善于挖掘事物中隐含的积极因素的习惯和能力。
- 4、帮助学生形成对周围世界的完整认识，形成健康的情感、态度和价值观。

1、搜集有关自信的故事。

2、学唱歌曲《相信自己》

教师：过去一次次的失败告诉它不行。其实它现在真的不行吗？

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，我成功》。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。

【设计意图】借助生动有趣的故事，引入本课的主题，激发

学生参与本次主题班会的兴趣。

找到优点的同学起立并把自己的优点大声说三遍

交流：说说自己说完三遍优点后的感受

分小组选出每个小组你们认为最缺乏自信的同学

小组其他成员帮他找优点并把找到的优点告诉他

请没自信的同学说说自己听到别人给自己找到的优点后的感受

教师导语：同学们，自信是非常重要的，有了自信，往往会创造一些奇迹。古往今来，很多人因为自信而成功！

1、看课件中的故事：《握住自信》

谈谈自己看完这个故事后的感受或想法

2、学生讲自己课前收集到得关于自信的故事

谈谈自己听完这么多故事后想说的话

3、学生讲发生在自己身上的或周围人身上的关于自信的故事

谈谈自己听完故事后想说的话

在这么多的故事中，我们感受到了：要想成功，就必须要有充满自信！

不仅如此，其实生活中有很多看似简单的小事，都需要我们拥有自信。

谈谈自己看完故事后想说的话

【设计意图】此环节借助大量的事例，让学生感受自信的重要。在这些事例中有古今中外名人的故事，也有发生在自己身上的或周围人身上的故事；有因为拥有自信而成功的正面事例，也有因为缺乏自信而失败的事例。最后借助《小鹰学飞》的故事加以深化，旨在告诉学生：成功之路上肯定会有失败，面对失败应该不气馁，不放弃，最终才能取得成功！

小游戏：“掌声响起来”

游戏的规则：所有同学估计一下自己在10秒钟鼓掌的次数会是多少。然后测量自己10秒钟里实际能鼓掌的次数。

教师小结：人类的潜力无限，只要相信自己，一切皆有可能

【设计意图】借助一个小游戏，让学生在轻松的氛围中认识到：人的潜能是无穷的。只有肯努力，对自己充满自信，总会成功。

教师读自己的自信卡，为学生做表率

学生自由填写自己的自信卡

学生读自己的自信卡，并把部分自信卡贴到展板上

【设计意图】对学生的教育，绝不是一节课就能解决所有的问题，关键是要让这节课对学生今后行为起到导行的作用。此环节，让学生填好自信卡并贴到展板上，时时提醒学生要充满自信，从而达到导行的目的。

人的一生，难免有挫折。经历挫折，就如同在风雨中行走，只要你无所畏惧，勇往直前，迎接我们的必将是阳光灿烂的一天！

老师期待着你们出色的表现，送你们一段话：

别人行我也行，
现在不行将来行，
相信自己准能行。

【设计意图】此环节在老师鼓励学生的一段话和《相信自己》这首歌曲的渲染下，学生的自信会再一次得到提升。

自信班会班会篇三

1. 通过对青春生活事物的探究、分析帮助同学们认清是非，学会做人；
2. 通过对故事的阅读汲取有用的、意义深刻的道理；
3. 通过举手发言、小组讨论，让同学们互相学习，积极向上地面对生活。

主持人主持、同学讨论、交流。

1. 青春乐园中
2. 我看流行
3. 懵懂的情愫
4. 魅力青春
5. 打开知识的大门
6. 怎样做人

（投影1：标题十四岁，我们迈开青春第一步）

主持人甲：十四岁的我们是早上七八点钟的太阳，十四岁的我们是早上剔透的露珠，十四岁的我们是青涩的苹果，十四岁的我们即将迈开青春的第一步。既然我们要走上人生的道路，那行囊里就要有成熟的果实来作为一路上的供给。所以让我们一起走进青春的果园中，采撷果实。

青春乐园中：（投影2：青春乐园中）

主持人甲提问：那么什么围绕着我们的青春呢？请大家小组讨论，后派代表发言。

小组1：我们的身边有各种各样的流行，比如音乐、追星等。而且同学们都挺喜欢这些流行事物的。

小组2：我们身边还有许多诱惑。比如别人抽烟带来的诱惑，网上的电脑游戏也是种诱惑，一旦迷上就无法自拔。

小组3：我们正处于青春期，心中已经涌动出了情愫。这种懵懂的情愫让我们不知如何是好，有时候还会使自己分心，影响到自己的学习成绩。

主持人张昊总结：（投影3：流行、诱惑、懵懂的情愫三幅代表图片）没错，大家很全面地总结出了我们身边的各种事物。流行、诱惑以及萌动的情愫就是我们中学所面对的。

主持人乙提问：我想问问同学们对这些事物各持什么态度？请大家自由发言。

学生1：流行是丰富我们课余生活的一种方式，我们经常要和流行打交道。

学生2：诱惑有好的也有有害的，比如学习成绩的诱惑，这就是种目标；而电脑游戏就会影响我们的正常生活，这是不良诱惑。

学生3：情愫是我们在不断成长，内心越来越丰富的表现，只要能正确处理就好。

主持人甲过渡到第二部分：流行是组成我们生活的一部分，它在潜移默化中影响着我们中学生的价值观以及个人好恶。那么我们到底应该怎样看待流行呢？让我们用自己的眼光来感受流行。

我看流行：（投影4：我看流行）

主持人乙提问：那么都有些什么流行呢？请大家积极思考，然后举手发言。

学生2：还有上网玩cf、冲浪也是流行，我们能在网上获得各种乐趣，并且更新自己的知识。

学生3：还有些同学特别喜欢穿各种新潮服装。比如像熊掌一样的手套，有鱼鳞一样的闪片附着的t恤。

主持人甲总结：没错，正如同学们所说我们身边的流行有追星、上网以及穿奇装异服。

主持人乙提问：那么大家是如何看待这些流行事物的？喜不喜欢，有什么利与弊？请大家小组讨论，后派代表发言。

于接纳各种流行事物，让自己的生活变得充实。

小组2：我们组的观点是这些流行事物并不是全部适合我们，我们应该拥有一把明辨是非的标尺，筛选出对我们有益的流行事物，这样才能够让我们快乐健康地成长。

小组3：我们组认为上网、新潮服装都是不适于我们的流行事物，我们不应该跟随主流。要有自己的主见，理智对待。

主持人甲介绍故事：（投影片5：《女工与明星》的故事）说到流行就不得不向大家介绍一个故事，这个故事叫做《女工与明星》。请大家仔细阅读。

（读完后）

主持人甲提问：好的，在读完之后，相信每个同学都悟出了深刻的道理。就请大家自由发言，阐述阐述自己的阅读感受。

学生1：这个故事很有意义，其中女工的理智确实值得让我们学习，在面对自己喜欢的明星时，我们就要像这样，权衡好学习和追星，做到理智对待。

学生2：我认为女星身上有许多闪光点，而其中值得让我们借鉴的是她对于工作与追星的理解，她用自己的智慧诠释了正确的追星态度，或是说，对待社会流行的态度。

主持人乙总结：总的说来就是要正确看待流行事物，做出正确的选择与判断，避免盲目效仿追随。

学生1：我要将更多精力放在学习上，并在感受流行事物的同时，有机地把学习和流行结合在一起。

学生2：我要把流行看作是一种放松身心的方式，绝不能够痴迷于流行而无法自拔。也就是学会如何理智对待流行。

学生3：我们应当牢牢抓住先进文化的前进方向，辨清文化的真伪，以是否有益于提高自身的素质为标准来吸收精神养料。

主持人乙过渡到第三部分：流行事物中有许多像情歌、情诗、绯闻之类的东西，这些言情的事物不经意间会触碰到我们内心最难以言表的一一情愫。下面，让我们一起走进第三部分一一懵懂的情愫。

懵懂的情愫：（投影片6：懵懂的情愫故事介绍《柳眉儿飘》）

主持人甲介绍：下面让我们一起阅读这篇《柳眉儿飘》，在阅读的同时我们向大家提一个小问题。

主持人乙提问：文章中的女孩是怎样处理的，这样做好不好，为什么？

学生1：她宛转地拒绝了男生，她给了男生学习的动力。

主持人甲提问：那为什么会产生这样的情愫？应不应该呢？

学生1：我想可能是青春期的到来，让所有青少男女都对异性有了懵懵懂懂的爱慕之情。这是一种很正常却又很复杂的心里表现，只要能正确处理就好。

学生2：女孩很冷静，她用一种委婉的办法告诉男生道理，既没有破坏关系，还添加了一段新友谊。

学生3：我认为女生的做法很正确，她帮助男生认清了爱慕的本质，理智地拒绝了男生，让彼此都有希望，在学习上更加努力。

学生4：女生用小纸船比喻两个人，他们认为还不能驾驭自己的感情，等到纸船各自长大，有能力抵抗狂风暴雨，他们还可以再次重逢。

主持人乙提问：那你是如何看待这样的感情的呢？

学生4：同样，我觉得这是一种很普遍的心理活动，它让我们的生活多了一点色彩，但我们不能也没有能力发展这样的感情，所以必须果断的拒绝。

全班：好——

播放《凑热闹》伴奏

（完）

主持人甲：让我们再次用热烈的掌声为他们喝彩！感谢他们用富有活力的舞蹈为我们诠释了青春的朝气！分析完了流行、情愫，看过了精彩的表演，下面让我们来谈谈作为学生最根本的学习。下面让我们一起看看如何掌握好这把学习的钥匙，打开知识的大门。

打开知识的大门：（投影8：打开知识的大门，请三位同学为大家谈谈学习心得）主持人乙开场白：学习的路上一定不是一帆风顺的，如果你被绊倒了，这时就需要走在前面的同学来扶起自己。让我们分别有请三位同学谈谈他们的学习方法以及态度。第一位，掌声欢迎徐永峰！

学生1：好。我的学习方法就是坚持做到“学习三步走”：课前预习、上课听讲、课后复习。

主持人甲采访：看似很简单的学习方法。请问复习这一环对学习有什么作用呢？学生2：复习是很重要的，在课堂上学习的知识很容易会被遗忘，我们只有做到按时复习，学习知识才没有漏洞，也能在其中再次得到提升。所以才会有“温故而知新”嘛。

主持人乙采访：嗯。那你学习是为了什么？或是说你是奔着什么去学习的？学生3：我是为了在学习中获得乐趣而学习的，我感到了学习所带来的乐趣。主持人甲评价：恩，同学们每天起早贪黑的背着书包来到学校，又有几个人思考过这样做是为了什么？徐永峰说自己能够在在学习中获得乐趣，这就是他自己的深感主持人乙介绍：下面让我们欢迎杨泓铭。

杨泓铭：大家好。我的学习方法就是劳逸结合，放松身心。

主持人乙采访：嗯，“劳逸结合”常是参加一些什么活动呢？

学生：我会利用中午的空闲时间看看新闻或者是听音乐。

主持人甲采访：这样的放松会给你带来些什么好处呢？

学生：我在忙碌的学习中抽出空来放松一下自己，就会卸下很多学习的包袱，也让我感觉到了快乐，让我对学习有了动力。

主持人乙采访：同样，你的学习态度是？

学生：我认为只有好好学习才会有光明的前途，所以现在的学习是为了将后来的道路做铺垫。

主持人甲评价：恩，这又是另外一种深刻的态度，相信每一位同学都有过这样的想法，坚持下去，就是最棒的。谢谢杨泓铭，请回座位。

自信班会班会篇四

105班的同学一直有上课不爱回答问题的特点，究其原因是怕出错、怕出丑、总认为自己能力不够，这显然是自信心不强的表现。进入初三以后面临毕业升学，学生中开始出现两极分化的现象，学生在学习上和心理上存有很多的困惑：成绩优秀学生心理压力过大；学习较差的学生有自暴自弃的倾向；在这种情况下自信心显得尤为重要了。通过自信心的问卷调查也发现部分同学缺乏自信心。针对这一情况，我设计了这节“我自信我努力我成功”的主题班会。希望通过这次班会，让班级成为一个充满自信，充满理想，努力拼搏的班级。

1、通过活动，使学生能够认识自我，接纳自我，建立自信心，以健康心态面对人生，迎接挑战。

2、通过这次主题班会，使同学们明确了人生的奋斗目标，增加了学习的动力和热情。

3、通过班会让学生认识到实现理想的路途充满艰辛，需要靠同学们脚踏实地，不懈地努力，才能实现心中美好的理想，使美梦成真。

4、让学生正确认识勤学的重要，端正同学对待学习的态度，并将真正的勤学贯彻到自己的生活中来。

1、进行自信心问卷调查，并进行统计。

2、学生准备搜集中外历史上有关自信的故事。

3、收集自己崇拜的名人名言，名人努力成功的事例。

4、收集歌曲《明天会更好》和《相信自己》的带flash动画的歌曲。

第一步：了解什么是自信、自信的重要性，学生讲自信的故事。

第二步：学生讲名人名言以及勤学故事，懂得个人的努力是成功的关键。

第三步：总结发言，在歌曲《明天会更好》中结束

第四步：通过这堂班会活动，学生谈感悟，每人写一份学习计划，定一份学习目标。

1、自信心问卷调查，（给自己的自信打分，满分100分）。

2、主持人讲心理学家所做的实验的故事引入

同学们，让我们先一起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，但是碰了几次盖后，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，罪有因为它知道上面有一个盖子。

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。

主持人：是的，跳蚤失去了自信，跳不出杯子了。那么在我们的生活中，在我们的心理是否也有这样的一个盖子呢？这就是我们今天班会的主题：我自信我努力我成功。

3、学生根据心理学家的实验发表自己的见解。

主持人：提到自信我们并不陌生，那究竟该怎样给自信一个定义呢？

主持人：自信又叫自信心，是相信自己有能力实现自己愿望的心理，是对自己力量的充分肯定。

1主持人：自信很重要，但到底有多重要呢？或者说自信会给我们带什么好处呢？下面请欣赏小萍和小军同学带来的精彩故事《把斧头推销给小布什》和《齐白石画画》，我们注意从故事的主人公乔治·赫伯特、和齐白石身上去寻找答案。

小萍□xxxx年5月20日，美国一位名叫乔治·赫伯特的推销员，成功地把一把斧子推销给了小布什总统。布鲁金斯学会得知这一消息，把一只刻有“最伟大推销员”的金靴子赠予了他。这是自1975年以来，该学会的一名学员成功地把一台微型录

音机卖给了尼克松后，又一学员跨过如此高的门槛。

布鲁金斯学会创建于1927年，以培养世界上最杰出的推销员著称于世。它有一个传统，在每期学员毕业时，都设计一道最能体现推销员能力的实习题，让学生去完成。克林顿当政期间，他们出了这么一个题目：请把一条三角裤推销给现任总统。八年间，有无数个学员为此绞尽脑汁，最后都无功而返。克林顿卸任后，布鲁金斯学会把题目换成：请将一把斧子推销给小布什总统。

鉴于前八年的失败与教训，许多学员知难而退。个别学员甚至认为，这道毕业实习题会和克林顿当政时一样毫无结果，因为现在的总统什么都不缺，即使缺什么，也用不着他们亲自购买；再退一步说，即使他们亲自购买，也不一定正赶上你去推销的时候。然而，乔治·赫伯特却做到了，并且没有花多少工夫。一位记者在采访他的时候，他是这样说的：我认为，把一把斧子推销给小布什总统是完全可能的，因为小布什总统在得克萨斯州有一座农场，那里长着许多树。于是我给他写了一封信，说，有一次，我有幸参观您的农场，发现那里长着许多矢菊树，有些已经死掉，木质已变得松软。我想，您一定需要一把小斧头，但是从您现在的体质来看，这种小斧头显然太轻，因此您仍然需要一把不甚锋利的老斧头。现在我这儿正好有一把这样的斧头，它是我祖父留给我的，很适合砍伐枯树。倘您若有兴趣的话，请按这封信所留的信箱，给予回复??最后他就给我汇来了15美元。乔治·赫伯特成功后，布鲁金斯学会在表彰他的时候说：金靴子奖已设置了26年。26年间，布鲁金斯学会培养了数以万计的推销员，造就了数以百计的百万富翁，这只金靴子之所以没有授予他们，是因为我们一直想寻找这么一个人——这个人从不因有人说某一目标不能实现而放弃，从不因某件事情难以办到而失去自信。

国画大师齐白石三十二岁时，还是一个默默无闻的乡村画师。那年他的家乡来了一位号称篆刻名家的文人，求他刻印的人

很多。作画是需要用印的，可齐白石是木匠出身，不会篆刻，平时作画用的印章都是找人刻的。于是，他拿了一方寿山石去求那人刻枚印章，那人看也没看，就随手放在了一边，说让他过几天去取。

过了几天齐白石去取。那人退还石章说：“磨磨平，再拿来刻！”齐白石见寿石光滑平整，心下就很郁闷，但既然人家这么说，只好耐心打磨了很久再送去。谁知那人又是连看也不看，仍随手搁在一边。又过了几天去问，仍退还寿石，态度倨傲地让齐白石回去再磨。齐白石气愤之下，收回寿石，决心自己学习刻印，以后再不因此受制于人。齐白石说干就干，没有刻刀，他就找到一把修脚刀动起手来，并连夜刻成一方印章。

第二天，齐白石把自己用修脚刀刻的这方印拿给别人看，没想到居然赢来一片夸奖声。从此他不断向方家请教刻印方法，并参用雕花手艺，慢慢地学起篆刻来。靠着这种不甘平庸的精神，齐白石最终成为集诗、书、画、印于一身的艺术大师。

试想，如果当时那个人爽快地把印章给齐白石刻好了，还会有自成一派的齐白石篆刻艺术吗？看来，即便是大师，潜能也要靠激发，但关键是你别自甘平庸。

主持人：谢谢小萍和小军同学的精彩讲述，下面请同学们讨论第一个问题(学生分组讨论)

学生a[]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。

2学生b[]乔治·赫伯特取得成功是因为他不怕困难的结果。

学生c[]他们俩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d□乔治·赫伯特取得成功是因为他敢于尝试。

主持人：同学们的认识都很正确，从中我们不难发现，乔治·赫伯特和齐白石成功的基础是他具有坚定的自信心。

4、班主任总结自信的重要性

自信是一种力量，无论身处顺境，还是逆境，都应该微笑地，平静地面对人生，有了自信，生活便有了希望。“天生我材必有用”，哪怕命运之神一次次把我们捉弄，只要拥有自信，拥有一颗自强不息、积极向上的心，成功迟早会属于你的。可以说，人生中的任何一次成功，都是伴随着自尊自信取得的。以前我曾经听有的同学说，不是我没有自信，没有努力，是因为我爸妈给了我一个比别人笨的头脑，是这样吗？据统计：正常人只运用了自身潜力的2%到5%，也就是说，最成功的人只运用了自身潜力的5%，前苏联学者做了一个形象的比喻，一个正常人如果发挥了自身潜力的一半，那么他可以将叠起来几层厚的全苏百科全书背得滚瓜烂熟。因此，只要把我们的潜能发挥出来，别人能做到的事，我们自己也一定能做到。

5、歌曲欣赏：《相信自己》

6、看一段新闻

东方网2012年8月25日消息：据香港媒体报道，昨日的香港，奥运金牌光彩闪耀，金牌国手的分享精彩纷呈。奥运金牌代表团抵港访问，在香港无人不晓的“超级丹”林丹、伦敦奥运一炮而红的国产“飞鱼”孙杨、连夺2金的3米板“跳水皇后”吴敏霞，在记者会上真诚袒露内心世界，以自己的奋斗历程与港人互勉，林丹对“坚持不懈”和“努力拼搏”的阐述，吴敏霞的“自己强大，未来的路会同样好”的见解，孙杨“我们可以互相勉励”的信念，让港人动容鼓舞。

超级丹：不懈拼搏成功真谛说起自己的奋斗心得，3位奥运冠

军尽显个性。一向予人“cool到爆”印象的林丹谈起自己的人生信念，坦言连续两届在羽毛球男单夺冠，全赖“坚持不懈”和“努力拼搏”的信念，自己才能拥有今天的成绩。他深信这两句“四字真言”对香港现时众多“追梦”青年来说，都是不可缺少的人生座右铭。

7、主持人：是呀，通过以上材料让我们知道：相信自己是成功的基础，但努力奋斗是成功真谛。无论学习、生活中，我们都会碰到挫折、失败或困难，我们如果勇往直前，不畏艰难险阻，努力拼搏，我们定会赢得成功。

8、同学们各自呈送的感言

同学a[]相信自己是最优秀的，相信自己是最努力的”，“坚信自己成功的人已经成功了一半。

同学b[]为了中考，我们全力以赴拼搏，我们把握生命里的每一分钟，无论结果怎样，我们都无怨无悔，因为我们拼搏了，我们是真正的英雄！

……. 主持人：未来在召唤，明天会更好，在新的起跑线上奋力拼搏吧，相信终点就在不远的前方，我们期待那震撼人心的美丽，我们期待那意想不到的辉煌！我们要把最美的风景带到山巅，体验登天的感觉！我们要把灿烂的笑容留到六月，品尝成功的喜悦！

主持人：希望以上赠言能成为在座每位同学的前进动力。

10、班主任带领全班同学宣誓：

为了迎接中考，我班制定了中考奋斗誓言，请大家起立，握紧右拳，跟我一起庄重宣誓：（主持人领一句，大家跟一句）

“相信自己，我是最棒的”

“我愿用坚定毅力战胜中考”

11、班主任布置作业：每人写一份学习计划，定一份学习目标。

自信班会班会篇五

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。

自信班会班会篇六

1. 通过本次班会，使得学生在励志故事里树立自信。
2. 使得学生明白，立志对于理想实现的重要性。
3. 鼓励全班同学全力以赴，迎接小高考挑战。

小品、名人故事、歌曲、演讲、视频、情景剧、交流

- 1、召集班干部商讨主题班会活动安排。
- 2、布置学生收集、撰写有关材料。
- 3、制作幻灯片。

流程及内容

- 1、活动前奏
- 2、通过名人警句，学生互动、讨论话题：
- 3、视频欣赏：《铁马少年》
- 4、情景剧欣赏：《招聘》

5、学生讨论——我的信念

歌曲欣赏□□peerless□

6、演讲：汪国真诗歌《走向远方》

7□

美国教育学家卡耐基曾说过：“人树立了理想，人生就成功了一半。”如何树立理想呢？需要我们立志，树立自信。“人生能有几回搏？”没有理想的人，也必将是一个碌碌无为的人，会在歧路中迷失前进的方向。希望我们怀揣理想，走向理想的彼岸。

自信班会班会篇七

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。

自信班会班会篇八

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。

三、自信的重要性

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：缺乏自信表此刻哪些方面？

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。

自信班会班会篇九

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。