

节俭自律班会内容 自律班会教案(精选5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。相信许多人会觉得范文很难写？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。

节俭自律班会内容篇一

1、观察学生预备铃响之后的表现。

2、特意不讲话观察学生的坐姿。

3、通过值日学生擦黑板的事情导入自律的话题。

1、法律：具有强制性，包含学校和班级的各项规章制度。

2、他律：具有约束性，对于公共意识的考虑，三思而后行。

3、自律：具有自觉性，是“律”的最高境界。

1、以学生个人外在为基础，通过夸奖学生引起学生的共鸣

2、不仅善于发现学生优点，也很隐晦地提出学生不足之处，从而让全班学生学会倾听和反思。

3、通过该生一系列的具体事例回归到平时学习和生活中的习惯养成。

4、让班级的另一个学生去发现郑林杰需要改正的不好的习惯。

1、通过前面的具体事例提出“勿以善小而不为，勿以恶小而

乱为”的观点。

2、“乱为”的红线不能触碰，做人要有基本的素养。

3、找五个同学在黑板写出自己的两个好习惯，再找五个同学写出自己的一个坏习惯，其他同学在底下写自己的好、差习惯。并提示学生应该给黑板上的学生以掌声鼓励，这也是一种习惯。

4、在写的过程用一定的时间限制，从而提出“时间管理”的习惯，并用小孩吃饭的事例加以解释说明。

1、对上面写在黑板上的各种习惯加以解释点评。

2、总结这些习惯，并要求学生记下来。

a□注重形象，爱干净

b□不懂就问，搞个明白

c□掌握一些背诵的技巧

d□对所学的知识进行梳理、归纳、总结

e□每天多问几个为什么？

f□锻炼吧

g□良好的作息纪律很重要

h□谦虚一点对自己有好处，自信一点对自己没坏处。

3、学生大声朗诵，并要求以后的每周都可以强化一个项目。

注：上课之前的十分钟，授课班级是随机的、授课内容也是临时决定的。在1818班上这节班会课，所以可以说是即兴上课，但上课过程中思路清晰、学生听讲认真且兴趣浓厚、互动较多、穿插大量的事例且不失幽默风趣，这是我们班主任应该去学习的。

3、有精彩的活动去实现。班会课最大的忌讳就是班主任在讲台上进行说教的教育，学生在下面低着头故作委屈的听，本节班会课吴助理通过让学生“自查”，他人“审查”的活动方式，让全班同学真正的参与到“自律”这个话题中来，真正实现“人人自省，人人监督”的效果。

节俭自律班会内容篇二

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、通过活动，引导学生明辨是非曲直，培养学生的正义感，坚决抵制不良影响，向着正确的方向努力。

3、通过活动，让同学们进一步体会生命的可贵，更加热爱生活。养成积极乐观的人生态度，树立为人民、为社会服务的远大志向，培养自强不息的精神。

1、进行自信心问卷调查，并进行统计。

2、准备好小卡片，用于激励小语赠同学这个环节。

3、收集《相信自己》的带flash动画的歌曲。

4、编排手语歌《步步高》。

（一）导入

请一位演讲较好的同学给同学们讲关于自信的故事，故事如下：

被人们称为“全球第一ceo”的美国通用电气公司前首席执行官杰克·韦尔奇曾有句名言：“所有的管理都是围绕‘自信’展开的。”凭着这种自信，在担任通用电气公司首席执行官的20年中，韦尔奇显示了非凡的领导才能。韦尔奇的自信，与他所受家庭教育是分不开的。韦尔奇的母亲对儿子的关心主要体现在培养他的自信心。因为她懂得，有自信，然后才能有一切。

韦尔奇从小就患有口吃症。说话口齿不清，因此经常闹笑话。韦尔奇的母亲想方设法将儿子这个缺陷转变为一种激励。她常对韦尔奇说：“这是因为你太聪明，没有任何一个人的舌头可以跟得上你这样聪明的脑袋。”于是从小到大，韦尔奇从未对自己的口吃有过丝毫的忧虑。因为他从心底相信母亲的话：他的大脑比别人的舌头转得快。在母亲的鼓励下，口吃的毛病并没有阻碍韦尔奇学业与事业的发展。而且注意到他这个弱点的人大都对他产生了某种敬意，因为他竟能克服这个缺陷，在商界出类拔萃。美国全国广播公司新闻部总裁迈克尔就对韦尔奇十分敬佩，他甚至开玩笑说：“杰克真有力量，真有效率，我恨不得自己也口吃。”韦尔奇的个子不高，却从小酷爱体育运动。读小学的时候，他想报名参加校篮球队，当他把这想法告诉母亲时，母亲便鼓励他说：“你想做什么就尽管去做好了，你一定会成功的！”于是，韦尔奇参加了篮球队。当时，他的个头几乎只有其他队员的四分之三。然而，由于充满自信，韦尔奇对此始终都没有丝毫的觉察，以至几十年后，当他翻看自己青少年时代在运动队与其他队友的合影时，才惊奇地发现自己几乎一直是整个球队中最为弱/的一个。

青少年时代在学校运动队的经历对韦尔奇的成长很重要。他认为自己的才能是在球场上培训出来的。他说：“我们所经历的一切都会成为我们信心建立的基石。”在整个学生时代，

韦尔奇的母亲都始终是他最热情的啦啦队长。所有亲戚、朋友和邻居几乎都听过一个韦尔奇母亲告诉他们的关于她儿子的故事，而且在每一个故事的结尾，她都会说，她为自己的儿子感到骄傲。

在培养儿子自信心的同时，她还告诉韦尔奇，人生是一次没有终点的奋斗历程，你要充满自信，但无须对成败过于在意。

（请同学谈谈对故事的感想，导入今天的班会主题。）

（二）让自信与我们同行：激励小语赠同学。

让同学为自己的好朋友设计一个小卡片，列出对方的优点，并配上激励小语，增强对方的自信心。（要求：评价中肯、真诚、全面，态度认真。）

歌曲欣赏：《相信自己》

（三）具备了自信心，我们才能够做到“自强”、“自立”。

主持人：中华文明源远流长，历经五千年而生生不息，其根源就在于世代中华儿女自强不息的精神。从盘古开天辟地，到今天的社会主义盛世，期间多少沧桑，多少风雨，我们都勇敢的走过了，也将勇敢的走向明天的辉煌。当代青少年应秉承祖先的优良传统，并将其发扬光大，试看明日之世界，我中华必将傲然屹立。一个人的成功，离不开自立自强的品性和奋斗精神。可是现今的大多数独生子女，在父母过分的呵护和娇惯之下，非常缺乏自立自强的意识。甚至有些孩子，除了上学读书之外，生活中的事他们一概不知，甚至连自己的鞋带都系不好。这样的孩子将来走上社会，怎么会成功呢？因此我们一定要对此有个清醒的认识，尽早鼓励自己自立自强，培养我们不软弱、不撒娇、自己的事情自己做的良好品性。

讨论：想一想，自己是不是具备“自强、自立”的精神？生活中，我们如何做到自强、自立？（问题提示：检讨自己的行为，是不是存在懒惰怯懦的现象，是不是足够坚强，父母老师面前存在哪些做的不好的行为；如何做到自强自立可从小处回答，比如可从多读书、多锻炼、多帮父母做家务、少用零用钱等方面来回答。）

（四）小活动：一齐学习手语歌《步步高》，激发同学们自信、自尊、自强的意识。安排两名同学课前学习，课上展示，带动气氛；全班一起学习该手语歌。

缺乏自信的人，不可能有远大的目标和对未来的美好憧憬；
缺乏自信的人，不可能在人生的道路上顽强拼搏、坚忍不拔；
缺乏自信的人，不可能使自己的生命潜能得到充分的挖掘和释放；
缺乏自信的人，不可能享受到由成功带来的体验；
缺乏自信的人，不可能在生命流动的旋律中谱写出辉煌的乐章；
通过今天的主题班会，我们知道了原来自己也有那么多的优点，我们也知道了自立就是靠自己的劳动生活，不依赖别人；
自强就是不安于现状，勤奋，进取，依靠自己的努力不断向上。自立自强是一种良好的品质，一种可贵的精神。生活中难免有艰辛坎坷，但是不管环境多么恶劣，哪怕只有一抔土，一滴水，也要顽强地坚持，根深深地扎下，执著追寻着阳光，像树一样成长，实现自己最高的理想。

节俭自律班会内容篇三

在当今的法制社会里，作为公民最基本的要求就是要遵纪守法，而在学校最为学生除了学习的重任外，也要遵守学校的规章制度。于是“文明守纪、发展专业”就成了当代学生的最基本的原则，应当在强调好学生勤奋学习的同时加强学生遵纪守法的意识。

为了使全班同学进一步严以律己，增强班级凝聚力，使学生能把学校的规章制度作为自己的一个衡量标准，培养勤奋学

习的态度，构建和谐班级做一个遵规守纪、诚实守信、勤奋学习积极向上的中学生。

时间□20xx年5月25日

地点：1507班教室

开场语

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。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。

智慧源于勤奋伟大出自平凡从小我们一步一步走来，哪一步没有勤奋的相随，哪一步没有勤奋的相助。我们清楚勤奋的内涵，我们收获勤奋的甘甜！

讨论交流

学生：有一则报道，报道的是在新加坡公共场所的各种标语，大多是用英文书写的。但奇怪的是一些文明礼貌标语，如“禁止吸烟”“不准随地吐痰”等却是用中文书写的。为什么呢？是因为有些不文明行为的人，大多是中国游客。同学们听了这个故事大家有什么感想？我们可以看到，文明对于一个国家、一个民族、一个人是多么的重要。我们还可以看到，文明其实离我们很近很近，它就在我们的日常生活中，它就在我们的一言一行中。我们更可以看到文明是一种品德、一种修养、一种境界。

学生：从身边做起，从小事做起，首先要明白什么能做，什么不能做，有些同学认为自己长大了，有自己的思想，就有些我行我素的。其实有些行为是不对的，作为班委应当身正为范。

学生：其实规范行为的事从小就开始说起了，可是有些同学就是做不到，我想其中的原因是自律能力差，再加上没有其他人的约束，使其没有认识到自己的行为会带来什么样的后果。所以我觉得还是要有外因的约束。

节俭自律班会内容篇四

自信，更要自强

1. 培养学生自信心，增强前进的动力
2. 对自己有正确的定位，明确奋斗目标
3. 增强集体荣誉感，热爱班级

1. 认真统计10月月考班级学生成绩，从多方面、多角度进行分析对比。

2. 认真统计10月月考平行班级成绩，列表对比

3. 总结班级优、缺点，提出要求

班主任进行考试情况对比分析，表扬进步显著的同学，鞭策退步显著的同学，将本班成绩与其他平行班对比，找出差距，找出优势，增强自信心，增强紧迫感。

班主任总结班级优缺点，对一些苗头性的现象加以提醒，提出学习建议。

同学根据老师所讲的，进行交流，写周记。

数据准备要充分，要有说服力

班级优缺点分析要到位

学习建议要对学生确实有帮助

效果很好。学生更加清楚自己的目标，知道自己接下来该怎么做，干劲十足。

节俭自律班会内容篇五

本次主题班会活动的目标是让同学们正确认识自己所背负的压力，树立自强进取的信念和信心。主持人请同学们就我们目前背负什么样的压力展开讨论。同学们联系实际，各抒己见，分享了各自的看法。以本专业学生交流互动为主，以讲述自己的童年梦想、未来的前景、大学的规划为主要形式，其目的在于通过此次班会帮助同学们明确目标，互相学习，互相了解，帮助其规划好大学生涯，树立积极的人生目标。

通过生动活泼的班会活动形式，让学生明白困难和挫折是人生必不可少的一种磨炼，要勇敢面对；掌握科学排解挫折、烦恼的方法。让学生在活动中感受到战胜困难与挫折的喜悦，帮助学生形成乐观向上，励志自强，充满自信心的良好班风，以自强不息的积极心态迎接生活中的各种挑战，从而创立班风正、学习气氛浓、和谐稳定的班集体。

- 1、让学生们感受积极的生活态度，自强不息的精神，教育学生珍视生命，做个坚强的人。
- 2、创设轻松和谐的活动氛围，充分发挥集体教育作用，学习正确对待生活中的问题和挫折，建设热爱生活、坚强乐观的优秀班集体。
- 3、引导学生利用多种感官去观察、体验、感悟生活，让学生在活动中探究，在探究中发现和解决问题，引导学生得出有价值的观点或结论。

通过这次主题班会，同学们感受到了：

生命是美好的，困难和挫折是人生中必不可少的一种磨炼，要勇敢面对；明白了科学排解挫折、烦恼的方法。我们要热爱生活、以积极、乐观的心态对待困难和挫折，从自身做起，坚强勇敢，自立自强，努力实现自身价值。愿同学们都做生活的强者，直面挫折，在集体中健康快乐地成长。

同学们正确认识了自己所面临的压力，压力在所难免，我们不能消除压力，但是我们可以用积极的心态去面对压力。正视压力的同时，同学们学会化压力为学习的动力，好好学习，勤学苦练，即使遇到困难，我们也会勇往直前！去努力创造属于我们自己的辉煌。