

2023年认识自我班会记录 八年级开学第一课的班会教案(精选5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

认识自我班会记录篇一

八年级（1）班教室

磨砺青春 播种理想

确定目标责任，端正思想态度，调整心态，进入正常学习轨道

参加人：全体学生

主持人：班主任

经过一个平安愉快的寒假，我们又回到了快乐的大家庭，新年的鞭炮还在耳边，新学期的号角又已吹响，在过去的一个学期里，你们的每一次进步都让我高兴，哪怕只有一点点；你们的每一次团结都让我难忘，哪怕还有点小磨擦；你们的每一个荣誉都让我骄傲，哪怕它在别人眼里无关紧要。

第二，创立一种学风：认真刻苦。凡事从“认真”开始，认认真真地读书，认认真真地上课，认认真真地做作业。学业成功的过程离不开勤奋和刻苦。“书山有路勤为径，学海无崖苦作舟”，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”这些格言说的都是这个道理。

第三，培养一个习惯：自觉自愿。学业进步，贵在自觉。同学们要在老师的指引下，培养自己良好的学习习惯、行为习惯和生活习惯。国有国法，家有家规，我们学校、我们班同样有一些规矩和要求。同学们要自觉自愿遵守中学生守则和校纪班规，自觉养成良好的学习习惯和生活习惯。成功的秘密在于，当机遇来临的时候，你已经做好了把握住它的准备。对于那些懒惰者来说，再好的机遇，也是一文不值；对于那些没有做好准备的人来说，再大的机遇，也只会彰显他的无能和丑陋，使他变得荒唐可笑。

你在为什么做准备，你准备好了吗？让我们运用好自己的智慧，正确的方法，良好的心态，好好的为那不知道什么时候就会来到的机会，做起准备吧！

最后送大家几句话：播种一个信念，收获一个行动；播种一个行动，收获一个习惯；播种一个习惯，收获一个性格；播种一个性格，收获一个命运。让我们同心同德，协手并肩，耕耘信念，耕耘希望，耕耘热情，耕耘活力，耕耘爱心，耕耘顽强……我们坚信：八（1）班定然会走向胜利，走向辉煌！

个别发言

个别发言后每人写一篇主题周记

认识自我班会记录篇二

新的一个学期到来，下面小编整理了八年级开学第一课主题班会，欢迎阅读！

进入八年级了，我想在一开始就让同学们知道八年级是一个比较特别的阶段，于是我把暑假的所见所闻及感悟做成课件，当作开学的励志班会，题目就叫世界杯、好声音和我。

这三者应该说是毫无相关的事情，但是都让我感动到了，并且我从中找到一些相似或相同的精神，经过整合，我把它拿来与同学们一起共勉。

看到这个标题同学们可能觉得有点奇怪，这三者应该说毫无关联，但是这是我这个暑假经历过的三件大事，当然不是亲身经历过。世界杯是在暑假结束的，好声音还正在进行，我，还在这里(同学笑)。

世界杯大家知道吗?应该知道的吧!看大家的反应和表情老师知道大部分不知道世界杯，难怪中国的足球发展不起来也是有道理的。我说男生啊应该知道点足球的。足球是世界第一运动，那么多人为之痴迷，为之疯狂。我边说边打开课件，从大力神杯说起。大家知道今年世界杯的冠军队是哪个国家的?有些同学知道了，是德国队。德国队一向被人称为德国战车。为什么被成为战车?我的理解是第一有气势，有碾压的气势;第二应该就是一个整体。我给德国队一句话叫：团结成就辉煌。德国队没有一个世界著名的球星，但是他们就是靠大家的齐心协力夺得了世界杯。如果看过最后几场比赛就应该清楚地记得，德国队的整体作战太震撼了，无论是进攻还是防守都是一个整体共进退，非常可怕!我虽然不是很喜欢德国队，但是我佩服这样的队伍。大家看这是阿根廷队，今年世界杯的第二名。知道当今世界最优秀的球员是谁吗?(廖廖几个低低的声音说是梅西)对，是梅西，屏幕上的就是梅西。但是我们仔细来看下梅西的经历。我们从这些数据看到，梅西根本就先天不足，不适合踢足球，但是梅西硬是凭借超人的毅力和拼搏成就了自己，再看这一串的荣誉很难与一个身高只有169的球员联系在一起。但是这就是梅西。再看巴西队，号称足球王国、桑巴军团，巴西有世界最多的球星，球星在外国的收入是巴西政府税收的重要组成部分，巴西全国有二百多万注册球员，而我们中国有多少?才八千人!这足以说明了两国的水平差异。巴西人可是从小就开始热爱足球。有没有看到巴西被德国虐的那场?现场的巴西球迷无论大人还是小孩，那悲伤欲绝的场面，那满是泪水的脸，真的让人感动!世

世界杯是全世界球迷的节日。看看下面的这些图片就知道什么叫疯狂和激情。(每看一张，同学们就发出夸张的声音来。)我们把世界杯归结起来就是这么几个词：疯狂、激情、热爱。

我们再来看第二个事情：中国好声音。这个大家就应该熟悉了，很多同学都有看吧。今年是第三期了，当然也有很多人对这个真人秀节目提出了质疑，也有很多不一的批评，但是不管怎样，这个节目有很多让人感动的东西。至少有了这个节目，就为那些不能进入正规音乐院校学习的年轻人提供了机会，对很多一直对音乐孜孜追求的人来说就多了一个展示的平台和一条走向成功的道路。我每期都看，也经常会被一些场面感动着。有时我在想，看他们真好，至少还有一股热情在追寻着自己的梦想，甚至有些还多年不变，自愧不如。看看下面这位：钟伟强，好声音第二期学员，来自香港。从他的经历我们可以看到梦想的力量。好声音有一个固定环节，就是杨坤一伸手问：你的梦想是什么？对啊，只有有梦想的人才有可能踏上这个舞台。从第一期开始每期都有一些平凡的追梦者登上了这个舞台。比如化肥哥朱强；为得到父亲拥抱的徐剑秋；乌鸦嗓女孩毕夏；以及来自新疆的塔斯肯和帕尔哈提。还有很多来自平凡岗位的平凡人，但是他们都有一个共同的特点，就是追求音乐的梦。所以中国好声音给我的印象就是：梦想、追求。

当我打开下一张图片的时候同学们都笑了，那是我们暑假环千岛湖骑行的地图，原来他们都已经知道了。我开始说起自己的暑假骑行经历。这是我第一次对自己的挑战，环湖一共一百六十千米，以前不敢想这么远的距离，去了以后也还是有点担心的，但是如果轻易能做到就不叫挑战了。最后我做到了，第一天就超额完成预定路程，本来预定是八十千米多点，结果坚持下来，最后骑了一百零四千米，觉得自己挺厉害的。第一天天很热，但是我们都是从头包到脚，一点都不露在外面，到中午最热的时候地面温度达到四十三度，大家想象一下是怎么个热法，我们全身湿透，一路上我喝了五瓶水，但都不用上厕所。最爽的是每次穿过隧道的时候，很阴

凉，全身的毛孔都张开，舒爽极了。千岛湖有专门的骑行车道，但是有些路段专门设计起来增加了难度(看图片)，不过无论怎样陡的上坡路，我们都尽可能地骑着上去，哪怕速度比走路还慢，就是在一个急上坡前我下来推了几步。最好玩的就是第一天最后一段路，问当地人我们要到达的目的地镇上还有多远的路程，当大家知道只有二点八千米的时候，所有人都一下子来了精神，马上疯狂地前冲，哪想，刚一冲起来，前面却是一直上坡，那镇就在二点八千米的坡顶上，把我们耍得。但是就这样我也尽力坚持到了最后。第二天早上的骑行简直爽暴了。那种美妙的感觉你们是没法体会的。天公作美，阴凉着，路又是刚刚铺好沥青但没正式开通的平坦大道，一路欢歌，千岛湖秀美的风景尽收眼底。平常我们去旅游都是限定路线和景点的，我们却可以近距离亲近千岛湖，看到别人难以看到的风景。第二天上午我们轻松搞定。千岛湖环湖骑行，我悟到：风景自在过程、坚持。

这就是老师暑假的三件大事，现在归结起来就是这么几个词：梦想、激情、追求、坚持、热情、疯狂。其实这就是今天老师要说的重点：激情+坚持=八年级。

进入中学已经一年过去了，七年级时的新鲜感逐渐褪去了，然而离中考还有比较远的距离，所以八年级注定是比较特殊的。在这一年里，同学们会慢慢出现分化，积极学习的同学会抓好这一年让自己更上一个层次，但是对于落后一点的同学，可能会坚持不下去，慢慢地失去斗志，然后一看离中考还那么远，便没了信心。因此，老师希望每个同学要坚持自己的理想，满怀激情地走过八年级。

认识自我班会记录篇三

文明礼仪伴我行 主题班会稿(八年级下册)

一、班会目的：

1、使学生体会文明礼貌用语的重要性，在日常生活中会正确运用文明用语。2、培养学生从现在做起，从一点一滴做起，努力提高自己的文明礼仪修养，做一个讲文明懂礼貌的好学生。

二、班会准备：

- 1、召开班干部会议，确定班会主题为“文明礼仪伴我行”。
- 2、围绕班会主题，让学生搜集资料，选好节目题材，确定节目编排人员，确定节目表演人员。

三、班会流程：

（一）班会导入：同学们，我们祖国是一个有着几千年悠久历史的文明古国，有着“礼仪之邦”的美称，几千年源远流长的是我们祖辈世代传承下来的文明礼仪，这是我们的骄傲和财富。作为新一代的青少年，我们应该如何发展和弘扬我们的传统美德呢？今天的班会，让我们一起来“学文明，学礼仪”。

（二）展示有关“文明礼仪”的名言名句：

名人名句示例：

不学礼，无以立。——孔子

良好的礼貌是由微小的牺牲组成。——爱默生

在宴席上最让人开胃的，就是主人的礼节。——莎士比亚

无礼是无知的私生子。——巴特勒

礼貌是最容易做到的事，也是最珍贵的东西。——冈察尔

- 1、班会前让学生搜集古今中外有关“文明礼貌”的名言名句
- 2、让学生从名言名句中领悟到“文明礼仪”的重要性

（三）小品表演：《碰撞以后》

- 1、观看两个关于“文明礼仪”（正反两个方面）小品
- 2、自由谈谈观看小品之后的体会

（四）联系生活，分组讨论：

- 1、分三个小组，分别讨论在家、在校、在社会如何做一个讲文明懂礼仪的学生？
- 2、展示拍下的不文明的图片，对这些图片中的人物行为进行评价。

（五）现场采访：创设下列常见情景，采访学生遇到下列情况会怎么说，怎么做，进一步规范使用礼貌用语。

场景三：当你想向同学借笔时，你该怎么说？怎么做呢？

场景四：如果你在上楼梯时，有同学被撞到了怎么办？

通过上面采访活动，你都知道了哪些文明用语？（请、谢谢、对不起、没关系等等）

（六）文明宣言：每个学生当场设计一条文明标语

（七）齐唱《礼貌用语歌》

礼貌用语歌

礼貌用语太重要 字字句句要记牢

谢谢对不起你好 人人用它有奇妙

见到生人送微笑 见到熟人道声好
人家帮你说谢谢 自己帮人不图报
做错事情要道歉 人家有事不打搅
回答问题要庄重 咨询语气轻柔调
文明古国传文明 礼貌语言真奇妙
良言一句三冬暖 和谐温馨人称道

（八）班会总结：同学们，通过今天的班会，相信同学们对“文明礼貌”有了进一步的认识。希望同学们从从现在做起，从一点一滴做起，努力提高自己的文明礼仪修养，做一个讲文明懂礼貌的好学生！

三月的雨

认识自我班会记录篇四

——人的新个体发育

一、教学目标：

1. 知识目标

说出人体发育的分期，描述青春期发育的生理、心理特征。

2. 能力目标

（1）通过观察，收集分析图文资料，培养分析说明问题的能力。

（2）尝试与他人交流学会与人沟通，提高表达能力。

3. 情感态度与价值观目标

结合自身特点，通过分析青春期生理、心理特点，学会认识自我，学会健康地生活，感受青春的美好，树立正确的人生观。

二、教学重、难点

教学重点： 1. 说出人体发育的分期。

2. 描述青春期发育的特点。

教学难点： 正确对待青春期变化，学会健康地生活。

教学方法： 谈话法 多媒体

三、课前准备：

1、学生准备：

(1) 收集自己从出生到现在各个时期的照片，制成“我的成长过程”展板

(2) 从互联网或图书馆等处查阅收集青春期发育特点及卫生保健资料

2、教师准备：

(1) 拍摄或排练小品剧《我长大了》。

(2) 准备投影仪等教学设备

四、教学过程：

(一)、创设情境、导入新课

1、投影显示班上同学刚出生时的照片。

学生活动：观察照片中人物特征，猜想照片中人物，交流讨论。

（二）、人体的发育分期

1、指导学生上台（或分组）展示他们各暑期的照片。

观察交流同学带来的“我的成长过程”展板，学生自我介绍展板，可从拍摄年龄、形态特征、当时趣事等多方面介绍。

2、提问：（1）人的生长发育分几个时期？

（2）各个时期有什么特点？

学生共同总结人的发育分期及各时期特征，教师并加以引导。

教师：新的生命是从受精卵开始的。人体发育分为两个阶段：一是从受精卵发育到成熟的胎儿，二是从婴儿出生发育到个体成熟。我们通常所说的生长发育，主要是指从婴儿出生到发育为成年人这一阶段。

[学生活动]：

（1）观察教材中图8-7，想一想，人的生长发育分为几个时期？

（2）学生以小组为单位，每个同学将自己的各个时期照片拿出来，请其他同学猜是哪个时期。

（3）请同学们结合自己生长发育过程，想一想各个时期有什么特点？

教师：先对活动情况作出评价，小结：人的生长发育包括四

个时期：婴儿期、幼儿期、青春期和成年期。青春期以后人体发育成熟，人的身高、体重达到稳定水平，具备了繁殖后代的能力，神经系统发育完善，心理成熟，能够积极地参与社会活动。

[学生活动]：讨论，发表看法，形成尊老爱幼的共识。

（三）、分析青春期的生理变化

1、指导分析“青春期发育记录表”，查询信息库，结合课前查阅收集的互联网（图书馆）有关青春期发育的相关资料。

2、引导学生分析问题：

（1）青春期生理发育有哪些明显特点？

从“青春期发育记录表”及其他资料中得出信息，结合自身，总结青春期发育的明显特点。

（2）男孩、女孩在发育上有哪些差别？

学习体会男女青春期发育的差别。

（3）这些差别的原因是什么？

过渡导入：同学们已经进入了青春期，身体正在发生着巨大的变化，青春期的变化，既有成长的喜悦，也有随之而来的烦恼，这些大都与我们的身体有着密切的关系，让我们用科学的态度来关注青春期的变化。

教师：说出青春期生长发育主要表现在哪些方面？[学生活动]：分析讨论教材表8-1。

[讲述]：身高突增是青春期的一个显著特点。

教师：除了身高、体重的变化外，你还发现了哪些变化？

[讲述]：青春期除了性器官的发育外，还出现了第二性征。我们把人出生后生殖器官的差异称为第一性征，第二性征是指除了两性性器官以外的男女两性的特征。

教师：青春期第二性征的发育是由什么原因引起的？

[讲述]：青春期发育过程中最突出的特点是生殖器官的生长发育和第二性征的发育。由于此时性激素分泌量的增加，出现了男女第二性征。

[小结]：

青春期是人生的“花样年华”。经过了青春期的发育，女生会显得体态丰满，妩媚动人；男生则强健有力，英俊潇洒。同时，人体器官功能发育也很显著，肌肉的力量突增，心脏的收缩能力大大提高，肺活量显著增大，脑的内部结构和功能不断分化和发育，其调节功能大大增强。因此，青春期是一生中身体发育和智力发展的黄金时期。这个时期大家将要迎接自身生理和心理的一系列巨变，会发现一个不同于往昔的新世界，要体验到神秘的性意识的萌动。

（四）、分析青春期的心理变化

1、播放录像或小品，展示“我长大了”。

2、引导学生分析：

（1）进入青春期的你与儿童期的你一样很听父母的话吗？

（2）进入青春期的你与异性交往与儿童期有何不同？

（3）进入青春期的你穿着打扮与儿童期有何不同？

（五）、正确对待青春期的变化

1、引导学生思考分析：

（3）青少年穿着打扮要注意什么问题？

（1）组织“青春不烦恼”团体模拟咨询，推选主持人、工作人员。

（2）学生将自己成长中的生理、心理困惑烦恼或难言之隐以不署名小纸条形式提交主持人。

（3）学生自己相互解答，也可由家长、教师或专业人士解答。

（4）家长也可提问“如何面对青春期的孩子”等问题。

（六）、青春期卫生

过渡导入：男生进入青春期后各自会出现什么生理现象？（生答）那么，什么是遗精？什么是月经？女生在月经期如何保护自己呢？请大家看书解决这些问题。

[学生活动]：自学，阅读课文。 [学生活动]：交流讨论

（3）青春期我们在饮食卫生、个人卫生上要注意什么问题？

（4）青春期的青少年在穿着打扮上要注意什么问题？

（6）你认为做好青春期卫生保健还应注意哪些问题？

[小结]：做好青春期的卫生保健真的很重要，健康、向上的身心对我们今后的生活和工作起决定性的作用。平时大家要注意和父母多交流、多沟通，有问题及时向老师和家长咨询！

（七）、课堂小结

- 1、组织学生自评、互评在咨询会上表现。
- 2、指导课后编写“青春期健康教育”板报（见附件照片）。

潘锡芳

[致青春——青春期心理健康教案致青春（八年级主题班会稿）]

认识自我班会记录篇五

有些人对自己没有一个深刻的了解，无法正视自己的缺点和发现自己的优点，且对自己缺乏自信心，缺乏自我磨砺、拼搏的精神。下面是小编为大家整理的“认识自我”主题班会，希望能够帮助帮助大家认识自我。

主题确定：

为了实施学校开展的集体主义教育活动，进一步提高学生的思想道德修养，旨在通过本次活动，让学生认识到集体的重要性。只有团结一致，才可能建设成一个出色、优秀的班集体。并且由此逐步做到热爱祖国、热爱人民。通过这次活动，让学生进一步认识自我、热爱自我、尊重自我，进一步懂得怎样在班级、学校这个大家庭里做到互敬互爱、自尊自爱，共同提高。

活动准备：

- 1、制定活动计划；
- 2、确定主持人；

- 3、确定小品表演人员；
- 4、确定散文的朗诵人选；
- 5、确定个人才华展示人选；
- 6、制作诚信问卷；
- 7、准备《明天会更好》歌带；
- 8、邀请老师参加。

活动实录：

- 1、（在背景音乐声中，主持人宣布本次主题班会开始。）

你说你眼中的天空是灰白的，你说你眼中的人群是麻木的，你说你眼中的一切的一切都是那么冷漠、苍凉。朋友，这是真的吗？不，这不是真的。你所有看到的只是一些表面现象，如果你打开自己的心扉，用你的心去观察，你会发现世上的一切都是美好的。

生活的道路总是不那么平坦，有人幸福有人不幸，我们要学会艰苦中寻找快乐。下面请看小品《军训□□

- 2、你有诚信吗？眼下，诚信是一个很时髦的词。买卖东西要讲诚信、做人处世要讲诚信、商业谈判要讲诚信。在这么多诚信面前，作为学生的你，也讲诚信了吗？我们给每一位同学出了一份诚信问卷，请各位同学实话实说吧。

（回收问卷，并当场统计问卷）

- 3、在他们统计问卷的时候，请欣赏孙同学的朗诵《我是自然界最伟大的奇迹》。

的确，我是自然界最伟大的奇迹。天生我才必有用。我有别人所没有的闪光点。自卑与自信往往就在一瞬间产生，而面对意识的困难与坎坷，不要灰心，自信地去面对，你会发现这些事情原来就只有那么简单。只要我们都充满自信，团结一致，一定能使我们这个集体成为最出色的班级！

4、下面就到了我们今天的重点单元：“展现自我”天地！

冯同学的独唱《一千零一个愿望》；孙同学的魔术表演。

5、给人一份快乐，你将会获得双倍的快乐；

给人一写笑脸，你将会得到双份的惊喜；

在欢歌笑语中，

在激情洋溢中，

让我们找回快乐，

让我们找回自我

——度过这美好的花季雨季。

下面，让我们同唱《明天会更好》，共创美好未来！

(班会在《明天会更好》歌声中结束。)