

最新扬起自信的风帆班会心得体会 扬起自信的风帆(精选6篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

扬起自信的风帆班会心得体会篇一

我的十六岁，花样般的年华。

小草也知道我的成熟。儿时的我，经常在草地上打滚，摘下美丽的野花，编成花环，戴在头上，装扮成一个新娘，做着一个个梦。而现在，我舍不得踩踏那些嫩绿鲜活的小草，他们有生命啊！在我失败痛苦时，我看到小草冲破土层钻出地面的力量，看到她们在贫瘠土地上生长的顽强。在我胜利得意时，小草也让我见识她们的默默无闻。小草告诉我如何在人生的风雨中坚强成长。

我更知道我的成熟。曾经我一度沉迷于电视，成天梦想自己变成某个电视剧的主角；曾经我迷恋于网络，甚至于废寝忘食……现在，我终于学会了怎样克制自己，怎样把握未来。我知道，我长大了。我要用我的汗水浇灌我的理想之花。

扬起自信的风帆班会心得体会篇二

- 1、知识目标：通过本次班会，让学生增加勇气，拥有自信心。
- 2、能力目标：使学生学会如何建立自信心，及拥有自信心的重要性。

3、德育目标：激发学生的参与意识,消除自卑感,增强对困难和挫折的承受能力。

学生学会利用自信心、培养自信心。

使每一个同学真正的建立自信。

1、歌曲：《男儿当自强》

2、主持人：引言

3、演讲：《跨过十五岁的门槛》

4、演讲：《谈自信》

5、小品：《我有信心》

6、演讲：《谈自信》

7、演讲：《我手写我心——怎样建立自信》

8、歌曲：《小小少年》

9、演讲：《谈自信》

10、合唱：《男儿当自强》

班主任总结：我们是21世纪的建设者、生力军，我们所面临的的是一个充满挑战、激烈竞争的时代。做为一个高中生，如果没有自立自强的精神，不能独立去战胜困难，就有可能被社会淘汰；只有这样，在未来的人生征途上才能经受各种考验，才能成就事业，承担起建设祖国的重任。做为一代人，如果没有自强自立的精神，我们的国家就不能强盛，中华民族就很难屹立于世界民族之林。

扬起自信的风帆班会心得体会篇三

自信的力量在于即使身处逆境，亦能帮助你扬起自信的风帆；自信的魅力在于即使遭遇险境，亦能召唤你鼓起生活的勇气；自信的伟大在于即使面临困境，亦能促使你保持崇高的心灵。自信，是一种不显山水秀丽的执着；是一种不为狂风暴雨的坚忍；是一种不图功名利禄的忠诚。在生活的海洋里，让我们扬起自信的帆乘风破浪！

自信，为成功的基石

喷泉的高度不会超过它的源头，一个人的成就不会超过他的信念。自信助我们登上成功之巅。

拥有真才实学的人，即使身无分文，也可傲视天下。因为才华让他们自信。自信，为成功的基石，助我们走向成功。

自信，不意味着自负

自信，恰如其分的肯定地自己，备受尊重。自负，过度的肯定自己，奋矜伐德。

战国时期，赵国大将赵奢之子赵括，从小熟读兵书，张口爱谈军事，别人往往说不过他，因此很骄傲。自以为天下无敌，秦国来犯，秦军因长久不能取胜，就施行了反间计。派人到赵国散布谣言：“秦军最害怕赵括将。”赵王上当受骗，将赵括派上战场，赵括以为自己很会打仗，改变了以前的作战方案，死搬兵书上的文条。可到最后，赵军全被歼灭，赵括自己也被乱箭射死。

因为自负，他失败了。自负是无能的表现，过度的肯定自己，是给自己致命的一击。

冲破自卑的黑暗

自卑是心灵的牢笼，是情感的监狱，封闭了人们的内心与真情。敞开心灵，放飞理想，让束缚的鸟儿自由飞翔，让美丽的蝴蝶在天空中刻上永恒的舞姿。

世界上没有两片完全相同的树叶，所以每个人都是独一无二的。你不必去羡慕别人，也可以欣赏自己。也许你想成为太阳，可是你却只是一颗星辰；也许你想成为大树，可你却只是小草；也许你想成为大河，可你却只是一泓山泉。因此你很自卑，但是，做不了太阳就做星辰，在自己的星座发光发亮；做不了大树就做小草，以绿色装点希望；做不了大河就做山泉，清清澈澈滋润万物；做不了伟大就做平凡的自己，拥有自信而不自卑。

扬起自信的风帆驶向茫茫大海，提起手中自信的灯照亮茫然的黑暗，拿起一本自信的书在冬日里感受温暖。

雕木会朽败，但我坚信，我们与自信同在；

百花会凋落，但我坚信，灵魂在飞翔，自信之歌在奏响；

人生会失意，但我坚信，我们会扬起自信的风帆远航。

扬起自信的风帆班会心得体会篇四

让学生认识自信心的重要性，了解自信者的表现，掌握建立自信的方法。

让学生掌握建立自信的方法。形式：讲授、活动与表演相结合。

四同学准备表演：“谁是自信者”，让每位同学写一篇文章“谈自信”从中了解班上哪些同学缺乏自信及其表现，让学生注意观察班上每个同学有些什么优点，准备优点清单，板书制作成课件。

放《爱拼才会赢》音乐，开场白后引入。

认为自己是一个自信的人请举手。请没举手的同学说说自己不够自信的表现及不良影响，从反面例子引入自信的重要性。宣布主题班会开始。

1. 出示主题：自信伴我成功举例说明：名人自信取得成功的例子。（学生谈）

2. 请班上个别比较自信并对自信的重要性深有体会的同学谈体会。通过以上由远而近，由名人到身边的同学等几个例子让同学深深体会要成功首先要自信。

3. 过渡：大家知道了自信的重要性后，就要懂得判断自己是不是一个自信的人。

1、大家先看一个小小的表演，看有什么启发？表演：“谁是自信者？”

2、问：“表演中的a□b□c分别是什么心理的表现？”a是自卑心理□b是自信□c是自大心理的代表。结合表演中的三个人物，概括出自卑、自信、自大的特点。自卑——过低地评价自己，看不到自己的优点。自大——过高地评价自己，看不到自己的缺点自信——恰当地评价自己的优缺点。

学习成绩不理想的同学如何建立学习信心？

1、认识自己的优点、能力和特长 发列优点清单，学生填

2、感受别人的欣赏 活动：“优点轰炸”要求□ a.组成4人小组 b.先找一个同学作被轰炸者，其它三个同学轮流说出他的优点、能力和特长，直到四个均被“轰炸”过为止□ c.可根据表现“我的优点”的项目给每位同学指出优点，并写在“他人评价”一栏d.态度要认真、真诚示范：找出一个较为自卑

的同学作为“被轰炸者”站在同学们中间，先由同组成员轮流说出其优点和长处，再请班上其它同学也补充说出他(她)的优点。

总结出一个结论：别人肯定性的评价能增强自信(板书) 别人否定性的评价会削弱自信(板书)

扬起自信的风帆班会心得体会篇五

著名科学家爱迪生说：自信，是成功的第一秘诀。是的，拥有自信，不断努力，才能取得成功！

伟大的科学家爱因斯坦在小时候被老师认为是低能儿，一次，他面对大怒的老师，不慌不忙地从书桌下举起另两只粗陋的小板凳，解释道：这是我第一次做的，只是我第二次做的刚才那个是我第三次做的，它们虽然不太令人满意，但我努力了，即使进步是微小的。这段话令人深思，如果换做我们，面对老师的责备，会怎么样做？我会涨红脸默不作声，任凭老师无情的指责，我也许还会无可奈何地说：我已经努力了，但真的是力不从心，我很笨！于是，我会深深地抱怨自己平时的笨拙，常规的做法与想法的表现是我的自卑，我也很认为我在同学中很落后，而爱因斯坦那一番精辟的话则显示了他十分自信，面对着微小的进步，自信而不自负，让人敬佩，我想，爱因斯坦之所以能够干出一番惊人的伟大发明，原因就是在此吧！

当一个人屡屡失败，心灰意冷时，他就必定需要振奋，需要自信，这时自信会给他带来力量和勇气，使他为成功而奋斗，相反，过于自信，就会沾沾自喜，夜郎自大，致使成功远离自己！

同学们，要正确的使用自信，扬起属于自己的自信风帆！

湖南常德常德市鼎城区草坪镇中学初二：朱廷文

扬起自信的风帆班会心得体会篇六

1. 经过本次活动，让学生了解自信在自我的学习、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。

2. 使学生掌握树立自信心的方法，不断调整自我，树立自信。

1. 搜集有关自信的故事。

2. 学生准备才艺表演。

三年5班教室

一、揭示主题，宣布活动开始

学生：因为小时候每一次想站起来都站不起来，他就觉得自我永远也不行了。

教师：过去一次次的失败告诉它不行。其实它此刻行不行？

学生：行。

教师：大象的不自信，在我们许多同学身上也看到了。今日我们主题班会的主题就是《我自信，我最棒》。期望同学们在这节课上能有所收获，真正地感受自信的魅力。

二、问卷调查

问卷调查：

1. 你认为自我漂亮英俊吗？ 2. 你能成为班级中出色的一员吗？

5. 你是否能实现你心中的梦想？

甲：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：自信如犁，开垦出我们美丽的田园。自信如火，燃起我们心中的期望之光。

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必须行，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：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我，看不到自我的优点。

同学2：自大就是过高地评价自我，看不到自我的不足。

同学3：自信就是正确地评价自我，既看到自我的优点，也看到自我的缺点。

甲：仅有相信自己，才能激起进取的勇气，才能感受生活的欢乐，才能最大限度地挖掘自身的潜力。

乙：那么，怎样才能培养自我的自信呢？让我们一齐进入：

三、榜样篇

观看姚明等介绍

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

1. 柏霖同学成语接龙。2. 培娜同学唱歌。3. 刘琪同学跳舞。

乙：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。

四、方法篇

五、教师讲话

同学们，你们的主题班队会开得十分成功，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，就必须会有非凡的成就，相信你们必须能行！相信你们最棒！