

2023年自信班会主持词 自信班会教案(汇总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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？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。

自信班会主持词篇一

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)

自信班会主持词篇二

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。

2. 学生活动三“故事欣赏”：教师讲经过加工的关于自尊受伤害的故事“不快乐的小乐”。学生听，思考并回答问题：

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。

自信班会主持词篇三

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。

自信班会主持词篇四

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

复习功课时的好方法。

5、团支书进行期中考试动员。

6、支持人总结，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。

自信班会主持词篇五

自信心是成功的基石，是人生不可缺少的精神支柱。它对于学生性格的形成、成绩的优劣、将来事业的成败都具有十分重要的影响。学生在遇到困难、挫折时往往很容易失去自信。因此，帮助学生认识自己、发现自己的潜能、提高他们的自信心尤为重要。

1. 通过活动，使学生明确什么是自信？了解自信在自己学习生活中的重要性。

2. 通过活动，使学生正确看待生活中的失误与成功，能够认识自我、接纳自我、树立信心，以健康的心态面对人生。

3. 通过活动，体会感受挫折，掌握承受挫折，困难的一些方法。

高二年级

1课时

教师讲故事：有个人乘船出海，船触礁沉没了，他被抛到大海里。他想，太平洋我也能横渡，何况这是在内海。于是他信心百倍地游呀游，顽强地与风浪搏斗，终于坚持到有船来营救。而另一个人呢，失足掉进大路边的小水坑里，他害怕极了，天哪，我没救了！我必死无疑了！狂瞪乱扒一阵后，不动了。后来人们发现，如果他站起来，那水才淹到他的腰。

提出问题：1. 前者为什么保住了性命？是什么力量让他坚持到底？

2. 后者为什么丢了性命？是什么让他如此懦弱？

学生讨论：教师鼓励学生让他们勇于发言，同时观察学生的表现。

教师小结：前者是因为自信救了他的命，后者是因为自卑丢了自己的命。多么鲜明的对比！自信是相信自己有能力实现愿望的心理。它可以改变恶劣的现状，使我们充满激情去笑对困难。有信心的人即使在最困难的时候，仍能保持乐观奋进的拼搏精神。比如那个在大海里还生的人。

可以说，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。在现实生活中，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；你受到挫折时，自信会使你奋勇前进；你面临失败时，你的自信，会让你大放光彩！

分发自信心测验题，让学生测试自己的自信心（共10道 回答“是”与“否”）

1. 上课不敢正视老师，不敢举手回答老师的提问。（ ）

2. 遇到困难马上去问老师或家长。 ()
3. 认为自己的学习不如别人是因为笨。 ()
4. 家长或同学说自己笨时会默默地接受。 ()
5. 和陌生人交谈时难以启齿。 ()
6. 学习上遇到困难不愿求助于同学和老师。 ()
7. 在某件事情上一意孤行，不听别人劝告。 ()
8. 对别人的微笑，持怀疑态度。 ()
9. 学习上不按要求做，自己搞一套。 ()
10. 当别人在竞赛中赢了你，就会整天闷闷不乐。 ()

教师说明：以上前五题表现出自信程度，后五题表现不能正确认识自信心，产生过激行为。如你们前五题均填“是”，则说明没有信心，有自卑心理。三个填“是”说明自信心不足。后五个均填“是”说明很自负，三个填“是”说明缺乏对自信心的正确认识。

教师小结：同学们，自卑就是过低的评价自己，看不到自己的优点。自大就是过高地评价自己，看不到自己的缺点。自信就是恰当地评价自己的优缺点。我们如果怀疑自己，就意味着退缩失败，如果夸大自己，就意味着自傲失败，只有相信自己，才能尝试成功！

教师讲述：请同桌相互指出对方的优点，注意体会被别人指出优点时的感受。

教师提问：

1. 被别人指出优点时有何感受？
2. 指出别人优点时你有何感受？
3. 有一些优点是自己以前没有意识到的吗？
4. 通过相互找优点是否加强了对自己的认识？

学生交流：学生之间相互交谈感受、看法

教师小结：你们每个人都有自己的优势和劣势。所以我们要开心地接纳自己，因为你的身上肯定有你自己独特的闪光点，你就是这个世界上独一无二的。要充分认识自己，让自己扬长补短，散发独特的个人魅力！

教师讲述：我们现在把同学们分成四个小组，每组确定一个典型问题。要求同学在心里或大声地说：“我能行！”然后请一组的同学为另一组的同学出主意，帮助他们解决问题，同学之间可以相互讨论，从中选出最佳解决方案。

教师提问：

- 1、你个人出主意想办法了没有？
- 2、是什么原因让你没有勇气说出自己的主意呢？你当时是怎样的一种心态？

小组交流：感受主动参与带来的自信。

教师小结：同学们，在以上活动中，你如果失利了，说明是对自己的实力没有正确的认识，不敢尝试。如果再给大家一次机会，你会勇敢地去争取吗？现在我们集体大声喊：“我能行！”，在人生道路上无论遇到什么困难挫折，最重要的是相信自己通过努力能够战胜它。我们要善于发现自己的长处。数学家陈景润，语言表达能力差，教书吃力不合格，但

他发现自己长于科研，于是增添了自信心，致力于数学的研究，后来终于成为著名的数学家。同时，开一张清单，这张清单上，不仅列出你的缺点，更重要的是列出你的优点，你就可以发现过去不曾注意到的优点了。或许你胆怯、害羞，但你做事认真、细致；或许你其貌不扬、谈吐木木讷讷；但你勤奋好学、刻苦专研、成绩优秀。请同学们心里默念：“我很棒，我能行，别人能做到的我也能做到，我是成功者”。

教师讲述：同学们，你们要注意在日常生活中多锻炼自己，记录自己尝试成功的点滴小事，一周后我们共享由自信带来的成功和喜悦。请你们把以下内容制成表格，完成后体会内心感受。

星期一到星期五，尝试做什么事？怎样做的？如何鼓励自己的？个人收获是什么？

学生交流：学生相互交谈尝试要做的事，教师强调让学生学会树立信心。

分析：心理学家曾做过这样一个实验，将一批智力和知识水平大致相同的学生分成三组，让他们分别完成难度相同的作业。第一组，只在作业前向他们作些一般的说明。第二组在一般的说明之外，还加了如下鼓励性的指导语：“我们了解你们的能力，下面的作业对你们来说有一定的难度，但经过努力你们有能力完成。”而对第三组则在一般说明外，增加了如下指导语：“今天交给你们的作业超过了你们现在能力所能达到的限度，你们中的大多数人都不能解决，不过你们尽力而为吧。”实验结果是，第一组完成作业的人数是百分之五十，第二组是百分之八十，第三组还不到百分之三十。第二组与第一组之所以差别如此之大，根本原因就在于有无信心。

结论：通过以上活动，我们懂得了要拥有自信心，就必须克服自卑心理。相信自己，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，只要坚持不懈地进取，就一定会成功！