  《做最好的自己》主题班会教学设计

--我的青春不浪费

一、活动目标：

1、帮助学生认识每个人的独特性，学会正确地看待自己与他人，促进自己更好的成长。

2、通过活动指导学生正确看待自己与他人的优点与不足，更好地完善自己。

3、通过榜样的力量让学生感悟，提升情感，加深对自己不足的正确认识。

活动背景：

学生由于受环境因素及家庭因素的影响，对如何正确的看待自己存在一定的误区，本次主题班会旨在让学生能正确的认识自己，发扬优点，正确面对自己的不足，在此基础上让学生进一步学会完善自己，做最好的自己。

活动形式： 讨论发言、个人展示

活动准备： 视频、名人事迹资料

活动过程：

《欣赏你自已 》

 青春时节的我们活力四射，朝气蓬勃，青春时节的我们个性独特，彰显自我。请每位同学总结一下自己的个性特点，向同学们重新介绍一下自己吧。

（1）认识自己的美丽  
人的生命是千姿百态的，没有两个生命是完全一样的。我们每一个人都有与众不同的地方，而这些不同正是我们觉得最美丽的地方，哪位同学愿意来说一说你认为自己在什么时候是最美丽的？

（2）同学眼中的你

同学们，在你们心中谁最美丽？把你最敬佩的一个人，写下来，写出他的美丽瞬间……

1. 寻找不满意的地方,正确面对自己的不足。

孩子们，每个人的身上都有优点，可是我们也要实事求是地看到在我们身上还存在的问题，而这些问题正是我们通往成功之路的绊脚石，你对自己的哪些地方不满意？请同学们独立思考3分钟，把它写在卡片上

（4）榜样的力量 （视频欣赏）

尼克胡哲

——《没有四肢也能震撼世人》

说一说：榜样在我们身边

（5）你感悟到什么？

此时此刻同学们你们最想对自己说些什么，拿出你的卡片在它的背面，把你最想对自己说一句写下来。

同学们，让我们做最好的自己，让自己成为自己的竞争对手，让自己的今天超越昨天，让自己的明天超越今天。如果把做最好的自己当作人生的坐标，那么你的每一天都会生活得很充实，很精彩。