第一课时　“我能行！”

教学目标

情感与态度价值观目标：

树立对自我正确认识基础上的自信的生活态度。在分析自己优缺点的过程之中，培养学生悦纳自我的愉悦心态。在帮助学生树立自信、增强自信的过程中培养正确的人生观和价值观。

能力目标：

学会正确认识自我，对自己做客观的评价。能够走出自信的误区，不自负，不自卑。运用正确的方法增强自信。

知识目标：

懂得自信的含义和表现，了解自信与自卑的区别。

教学重点和难点：

１．为什么要相信“我能行”。

２．怎样区分自负、自卑、自信？

教学手段：

教学手段：多媒体

教学过程

【新课引入】

活动一：“讲述自我”

⑴教师出示编写的嵌名诗

教师：生日歌大家听过很多遍了，今天我想请大家和我一起再听一遍。听的过程中请欣赏一首诗，看看能让你想到什么？

（大屏幕显示根据本班学生姓名编写的嵌名诗，背景音乐《生日快乐》）

学生说发现了什么。

⑵小组成员间分享自己名字的故事。

教师巡视，解决发生的问题或做指导，如小组间交流的顺序、方式、时间掌握等。

⑶由带有美好期许的名字得出，每个人都要自信。引出自信的含义：

本环节注意问题：

提醒学生在发言时，要注意倾听，以适当的表情和提问表示关注。以及时间掌控。

设计意图：

①力求在教学中能够引导学生自主学习，主动探索自我成长的问题。因此要求学生在课前进行相应的准备。

②教师在活动中及时对出现问题点评，注意如注意倾听，都是对学生交往技巧的一种暗示和指导。

③教师出示嵌名诗及小组分享名字的故事目的都是传递给学生一个信息：每个人身上都被赋予美好的期许，面对或美丽或勇敢或坚强的期望，我们当然要自信。

④背景音乐的选择是基于学生生活实际的考虑。耳熟能详易有亲近感。

【讲授新课】：

第二课　扬自信的风帆【板书】

一 、“我能行！”【板书】

**１．什么是自信？**【板书】

**人对自身力量的确信，深信自己一定能够做成某件事情，实现所追求的目标。**

**２．为什么要相信“我能行”？** 【板书】

**①相信自己行，是一种信念，也是一种力量。**

**②每个成功者都相信“我能行”。**

**③“我能行”有着一种神奇的力量，当它成为一种信念，随着时间的推移悄然深入我们心底的时候，我们就真正长大了。**

活动二：“发现自我”

１．教师解释在小组内“发现自我”的表单填写要求（见附件2）

２．若学生无任何疑问，便开始活动。（选用轻松愉快的背景音乐）

３．填写完表单后，小组内分享各自完成表单的感受。用“我是……的人”的语句介绍认识到的自己。

４．请学生在全班表达自己的感受。（可根据学生的情况点名，综合自愿者）

５．教师适时点评，引出自卑和自负和自信的区别。

本环节注意问题：

⑴教师的指导语应简练、明确。因内容较多，需让学生明确先独立填写后合力填写。培养学生的合作意识和目标意识。

⑵教师点名须选取有代表性的孩子，如有自负和自卑倾向的，这样可以更鲜明的引发学生个体的情感道德体验。

设计意图：

⑴通过设置情境，帮助学生通过同伴间的互动增进自我了解。

⑵能够使学生掌握自我认识的方法、了解个别差异的事实。避免自负和自卑。

⑶技能上掌握如何参与讨论，如何给他人反馈和接受他人的反馈。

⑷情感上能够建立自我概念并培养自我省察的习惯。

**３．自负与自信有什么本质区别？**【板书】

**①自负不同于自信，就在于自负者依据的事实是虚假的，追求的目标根本不可能达到。**

**②一个自信的人所追求的目标是基于对自己全面、客观的认识，是经过努力可以实现的。**

**４．自卑产生的原因是什么？**【板书】

**不相信自身的潜力，从而产生了自卑。**

**５．怎样区别自负、自卑与自信？**【板书】

**①自负的人自以为了不起，往往过高地估计自己，看不起别人，自以为是。**

**②自卑的人轻视自己，往往看不到自己的能力，即使可以做得很好，也不敢尝试。**

**③只有自信的人能够实事求是地看待自己，既能看到自己的优点，也能看到自己的缺点。**

活动三：“展望自我”

１．教师出示展望自我的表单，请同学填写。（背景音乐：随风奔跑）

２．请愿意分享的孩子全班分享

本环节注意问题：

本节可作为课堂延伸活动，若时间不够充裕可请学生课下完成，也为后两课时做准备。

设计意图：

在经过“讲述自我”“发现自我”的环节后，学生初步有了自我认识，有了一定的情感体验，本节就是希望通过为自己确立下一步目标，使学生对自信能够有一个实践的空间。注重情感体验与道德实践的联系。

【课堂总结】

教师总结：根据课堂中的情况随时调整自己的结束语，核心“希望大家能够养成自省习惯，认识自我，克服自卑和自负，相信我能行”。