

# 最新提升安全素养健康快乐成长 强化安全意识提升安全素养班会教案(优秀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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 提升安全素养健康快乐成长篇一

强化安全意识提升安全素养主题班会，让同学们做个既会保护自己又会保护别人的聪明学生。

1. 使学生知道一些简单的安全常识。
2. 使学生掌握一些在家遇到火灾、触电、食物中毒、遇到坏人的处理方法。

教室

学习防火、防触电、防中毒、防坏人破坏的生活常识，培养有关防范力。

1、第一组代表表演防火：（一人读情节过程，三人表演）

2、大家认真观察表演后讨论：

(1)发生了什么事?他们是怎么处理的?发生火情应该怎样与消防队取得联系?(打火警119、讲清出事地点详细地址、火势情况)

3、学习防触电知识的情景表演：

(1) 第二组代表表演：

(2) 大家认真讨论观察表演后讨论：

a. 提问：发生了什么事？他们是怎么做的？

4、学习防中毒知识的情景表演：

(1) 第三组代表表演：

(2) 大家认真观察表演后讨论：

5、学习防坏人破坏知识的情景表演：

(1)、第四组代表：

(2)、大家认真观察表演后讨论：

1、匪警、火警、急救中心电话各是什么？遇坏人打110，着火打119，急救中心120。

2遇到火情，危险情况时，要保持镇静，迅速采取有效措施。

注意事项：

防火：不要在易燃物品(棉织物、柴草堆、木板堆、柴油汽油库等)附近玩火、放鞭炮。注意(液化气)灶的合理使用，用完电熨斗、电炉后应立即拔出插头。

防触电：自己不随便摆弄电器，用久的电器设施要注意检查、维修。

防中毒：不吃过期、腐烂食品，有毒的药物(如杀虫剂、鼠药等)要放在安全的地方。

同学们，生命像是一根丝线，一端系着昨天，一端系着明天。站在两端之间，我们才知道：因为生命，我们才会拥有今天，因为今天，我们的生命才得以延续。

生活中总有一些突发事件，这些突发事件并不可怕，可怕的是没有自救互救的意识和解决问题的能力。今天我们的目的便是培养大家的这种意识和能力，在紧急时刻我们能用自己的经验和知识去保护自己和他人的生命。

我们的生命是宝贵的，也是脆弱的，一次小小的意外就可能吹破生命那张薄弱的纸，一点点烛光可能很微弱，寒风、冷雨会将它随时浇熄，但如若我们将它捧在手心，细心呵护，那一点微弱的烛光就可能照亮整个世界。

让我们把心中的温暖献给这美丽的生命吧！

## **提升安全素养健康快乐成长篇二**

凡事要有计划，这样才不会乱了自己的阵脚，有了计划，人生才会有目标，有了目标，我们才不会赶到迷茫。人生就如一艘海洋里的小舟，在黑夜里摸索前进，而理想便是这艘船的启航灯，不管是在狂风暴雨中，或者是悬崖低谷中，我们都要随时点亮着。

我是一个平凡，平庸的人，对于事物不怎么强求，只求顺其自然。小学，初中，高中，大学，一步步的走了过来，每个阶段有着不同的目标，小学毕业之际只知道我还要读初中，到了初中我知道我还要考上好的高中，不给家里丢脸。到了高中，我知道了大学是象牙塔，是半个社会，是综合自己能力的地方。

到了大学，知道了去社会是意见很麻烦的事情，社会上有着险恶的陷阱等你进去。每个阶段的目标不一样，铸就的人物也是不一样的，我不怎么会好高骛远，不会把40岁的任务拿

到20来做，也不会只局限于明天的事情怎么做，我要的一个踏步一个踏步的走，不远也不近，这样才能完美的展示自己的能力。

在大学，我现在已经失去了大半的时间，但是我现在还不会对以前所走的路怀疑，因为我已经走了下来，不管正确与否，我坚信，自己的决定。因为自己才是真正可以相信的人。

对于本学期来说，我应该是还是按照以前一步一个脚印来学习，不气馁，不骄傲。为我出去社会之际所打好扎实的基础。

打好扎实的基础并不是一朝一夕的，正如《奋斗》是一本写不完的书，更不是一部电视剧就可以诠释得了的！奋斗不是一个阶段，不是奋斗到了人生的目标就停止不前，他是一个过程，一个随着我们的人生一步一步的向前迈步的史诗。我们是一部不能停息的机器，只有这样我们才不会老化，不会被岁月蹉跎，被人们所遗忘。

所以在学校期间，我更加注重技能，书中的知识经过岁月的洗礼，一定会更新，但是技能不同，技能经过自己的磨练，会更加完美。所以这个暑假我就在工地中读过了，许多人说我傻，好好的呆在家里可以吹吹空调，我只是一笑而过，他看见的只是这两个月的辛苦，他并没有看见20xx年，20xx年，甚至30年之后的辛苦，正所谓吃的了苦中苦，方为人上人。

现在我们学的是建筑行业，但是根据科学统计有20%的人将不会在自己所学的专业工作，这个也是一个很大的挑战，所以我们在大学需博学多思。

在结尾之际，我运用屈原先生的一句话：路漫漫其修远兮，吾将上下而求索，每一个人在追求自己的目标的时候都是很艰难的，但是有没有勇气去追求你的目标，就是考验你的时候。当你达到目标的时候有着开心的笑容，但是当你失败的时候，你不用气馁，好好的总结自己，相信自己。人只有在

做自己喜欢的事情的时候，才会有更加强大的动力。

目标就在前方，在你走上社会之际，好好的展示你的才能吧。我也希望在这条坎坷的路上可以一直的追求下去，不管任何的困难，坦荡的面对所有的艰辛。

谢谢，我的演讲到此结束了。

## 提升安全素养健康快乐成长篇三

大家好!我是。我的专业是教育技术学。

职业规划给我们迷茫的的大学生活指引了一条通向远方的路。在这条路上，我庆幸，我已经出发。并且非常荣幸能与大家分享我的职业规划。

下面我将从四个方面来介绍我的职业规划。理想职业，环境分析，行动方案，以及自我监控。首先是职业理想，在这里大家将了解到我理想的形成过程及我的理想职业的相关信息。

我的职业理想是从事科教电视节目策划与编导，成为行业的佼佼者，最终拥有自己的传媒公司。小时候我常喜欢收看科教电视类节目，《人与自然》、《动物世界》等都是我喜爱的片子。它们给了我无限乐趣。我很想知道许多惊险、奇妙的镜头是怎么拍出来的呢。大学一年级我开始接触多媒体类课程，并对其产生了浓厚兴趣。

我记得大二的时候，参加的一个比赛需要上交2分钟的个人简介视频，我花了三天时间学习并制作，结果在当晚比赛中我的作品是最闪耀的。这无疑更多限度地提升了我对视频编辑的兴趣和信心。此后，我又制作了6分钟的记录短片《昨天.今天.明天》；今年9月份又完成了我的第三部作品《源点》。本学期我们开始系统学习《科教电视节目编导与制作》这门课程，电视策划与编导进入了我的视野，我感觉那时无限精

彩的职业，于是初步萌生了将来从事科教电视节目策划与编导工作的念头。

选择职业，除了单纯的兴趣，我还思考了许多问题，其中包括：这个职业是干什么的？其就业现状与发展前景如何？需要什么条件？最重要的是我对它的兴趣能有多大？为此我差找了资料，了解了科教电视节目策划与编导的工作内容，其就业现状及前景；还专门分析了多家传媒公司的招聘广告，综合了条件需求，为今后努力确定方向。

说到兴趣，我已将视频编辑融入了我的生活，因此我可以毫不犹豫地大声说：“我爱电视编导！”为了使自己的选择更具理性化，我以职业需求为向导，对各种环境进行了详细分析，其中包括内部环境分析，外部环境分析以及专业分析。内部分析，我主要从成长简历，自我评价，他人评价及相关的类型测试来深入认识自己。并且，我还针对职业需求进一步分析了自身条件的有利及不利因素。

一系列的分析使我得到以下结论：外向并且喜欢挑战的性格使我易于接受新事物，这对电视策划与编导要求综合性知识技能较高有一定的吻合度，但我目前的综合素质还需要更大空间的提升，因此应当在今后的学习中注重提高自身综合素质。对家庭经济、学校资源、环境及社会形势的分析，使我深知家庭背景薄弱的我更多的只能靠自己的努力去实现理想，但学校有丰富的学习资源和良好的环境供我学习，并且科教电视领域前景广阔，我应该对未来充满信心。

我还对专业培养方向和学习课程作了进一步了解。本专业除了学习视频媒体课程，还培养教学媒体和教学系统的设计、开发人员，及师范院校教育技术课程和中小学信息技术课程、通用技术课程的教学人员。但术业有专攻，这么广泛的专业学习，我必须找准自己主攻方向。

为此，我给自己制定了具体的规划，包括进入职业的两条主

要途径，中长期规划和大学时间表。为了积累足够知识技能，我决定考研。但考虑到家庭经济因素，我制定了两条主要的实现路径：若考研通过，则贷款读书，继续学习与积累，为理想职业奋斗；若不幸，我没考上，我将选择成为一名中小学教师，继续准备考研，最终仍然投身到电视媒体制作领域。倘若前两条途径都无法走通，那么我将实行第三条路径——毕业后直接进入电视媒体领域，应聘传媒公司，积累实践经验。

我希望通过段中期的积累，在45岁时有足够的能力和财力创办自己的传媒公司。社会的竞争是无限的，如何才能脱颖而出呢？当然精技术，高素质，强能力！为了达到这些，做好考研或参与社会竞争的前期准备，在仅剩的2年大学时间，我为自己制定了一系列时间表，主要是技术学习时间表，综合素质培养时间表，常规方案表，周计划表，日程表，一步步细化目标，一点点壮大理想。

有行动必然有监督与调整。自我监控包含了目标考察、风险预测与调整。主要包括各学期行动目标和毕业目标，各阶段风险预测及相应调整措施。

阿里巴巴首席执行官马云说过，今天很残酷，明天更残酷，但是后天很美好，可惜大部分的人都死在明天晚上。

我迫切想要拥有美好的后天，因此，我会努力行动把梦想实现。谢谢大家！

## **提升安全素养健康快乐成长篇四**

我们为什么需要工匠精神□

工作是一种修行，世间只有必然性没有偶然性！

截止20xx年，寿命超过200年的企业，日本有3146家，为全球

最多，德国有837家，荷兰有222家，法国有196家。为什么这些长寿的企业扎堆出此刻这些国家，是一种偶然吗？他们长寿的秘诀是什么呢？我们研究了他们都在传承着一种精神——工匠精神□

很多人认为工匠是一种机械重复的工作者，其实工匠有着更深远的意思。他代表着一个时代的气质，坚定、踏实、精益求精。工匠不必须都能成为企业家。但大多数成功企业家身上都有这种工匠精神□

“工匠精神”能够从瑞士制表匠的例子上一窥究竟。瑞士制表商对每一个零件、每一道工序、每一块手表都精心打磨、专心雕琢、他们用心制造产品的态度就是工匠精神的思维和理念。在工匠们的眼里，只有对质量的精益求精、对制造的一丝不苟、对完美的孜孜追求，除此之外，没有其他。正是凭着这种凝神专一的工匠精神，瑞士手表得以誉满天下、畅销世界、成为经典。

工匠精神不是瑞士的专利，日本式管理有一个绝招：用精益求精的态度，把一种热爱工作的精神代代相传。这种精神其实就是“工匠精神”□

所谓“工匠精神”其核心是：不仅仅是把工作当作赚钱的工具，而是树立一种对工作执着、对所做的事情和生产的產品精益求精、精雕细琢的精神。在众多的日本企业中，“工匠精神”在企业领导人与员工之间构成了一种文化与思想上的共同价值观，并由此培育出企业的内生动力。

在获得奥斯卡日本影片《入殓师》里。一个大提琴师下岗失业到葬仪馆当一名葬仪师，透过他出神入化的化妆技艺，一具具遗体被打扮装饰得就像活着睡着了一样。他也因此受到了人们的好评。这名葬仪师的成功感言是：当你做某件事的时候，你就要跟它建立起一种难割难舍的情结，不要拒绝它，要把它看成是一个有生命、有灵气的生命体，要用心跟它进

行交流。

工匠之术：用的方法，创造价值

“工匠”是技艺精湛的人，在欧洲，德国的学徒传统培养了最优秀的工匠、瑞士的顶级名表都是工匠一个零件一个零件打磨而成的。工匠精神，就是追求极致的精神，并且专业、专注。

在这个“商人精神”横行的年代。个人和企业都面临巨大的生存挑战。比如一些以山寨产品为主的企业，在外部环境好的时候，企业能够生存，一但外部环境变的恶劣，企业很容易立刻倒闭。

企业的核心因素是人，而脱离了这种困境的途径是培养企业的“工匠精神”。工匠不断雕琢自己的产品，不断改善自己的工艺，他们在享受产品在手里升华的过程。其他企业热衷于“圈钱—做死某款产品—出新品—圈钱”。而打造“工匠精神”的企业却在从另一方面满足自己的精神需求，看着自己的产品在不断改善、不断完善，最终以一种贴合自己严格要求的形式存在。

工匠用的工作获得金钱，但工匠不为钱工作。一个人所做的工作是他人生态度的表现，一生的职业就是他志向的表示、理想的所在。

工匠精神并不是舶来品，《庄子》中就有记载了一个“庖丁解牛”的故事。

厨师给梁惠王宰牛。他的手所接触的地方，肩膀所依靠的地方，脚所踩的地方，膝盖所顶的地方，哗哗作响，进刀时豁豁地，没有不和音律的。

梁惠王问：“你解牛的技术怎样竟会高超到这种程度啊？”

厨师回答说，他凭精神和牛的接触，而不用眼睛去看，依照牛体本来的构建。用很薄的刀刃插入有空隙的骨节。十九年了，他的刀刃还像刚从磨刀石上磨出来的一样锋利。

厨师还说：每当碰到筋骨交错很难下刀的地方，他就留意翼翼地提高注意力，视力集中到一点，动作缓慢下来，动起刀来十分轻，霍啦一声，牛的骨和肉一下子就解开了。

庖丁解牛的故事告诉人们一个道理，做任何事要做到心到、神到、就能到达登峰造极、出神入化的境界。看看瑞士名表，将一项技术发挥到极致，顶级品质造就了顶级品牌。

工匠之行：在行动中体悟修行的乐趣

工匠精神不是口号，它存在于每一个人身上，心中。长久以来，正是由于缺乏对精品的坚持、追求和积累，才让我们的个人成长之路崎岖坎坷，组织发展之途充满荆棘。这种缺乏也让持久创新变得异常艰难，更让基业常青成为凤毛麟角，所以，在资源日渐匮乏的后成长时代，重提工匠精神、重塑工匠精神，是生存、发展的必经之路。

## 提升安全素养健康快乐成长篇五

保障生命，尊重生命是安全教育永恒不变的主题。下面是本站小编整理的提升安全素养建议书范文，欢迎阅读参考。

(1)注意交通安全。没有车闸或没有安全保证的自行车不能上路;不要在人行道、机动车道上骑自行车;要在非机动车道上行驶，在混行道上要靠右边行驶，经过较大陡坡或横穿机动车道时应当推车行走;雨、雪、雾等天气要慢速行驶，转弯时要提前减速慢行，向后了望，伸手示意，不要突然猛拐;超越前方自行车时，不要与其靠的太近，速度不要过猛，不得妨碍被超车辆的正常行驶。不要手中持物骑车，不要双手离把

骑车，不要两人骑一辆车；骑车不要曲折行驶，不要相互追赶，不要两辆以上并排行驶。两辆车行驶时，两人不要相互勾肩搭背，相互推挤，相互追逐。出门在外，要文明，要素养，要安全。(2)注意课间安全，不大声喧哗，不追逐打闹，上下楼梯不奔跑，不嬉戏，不在楼道口玩耍。有序上下楼。要注意礼让并靠右慢行。严禁在楼梯的扶手栏杆上向下直滑或在楼梯上追逐奔跑，严禁攀爬栏杆、围墙、下水管道、树木、窗户等。(3)注意运动安全。上体育课和课外活动前要作好准备活动，运动时要遵照老师的要求，不剧烈碰撞，不违规运动。严防器械伤人。(4)注意用电安全，不乱动教室内的电源插座，不要用湿布擦电器开关。信息技术课上要按规定程序操作电脑。强化“防火灾、防触电、防侵害”意识。不随意触摸各种电器，不私拉电线，不在宿舍内使用充电器、热得快、电热毯等电器；(5)讲究饮食卫生，养成良好习惯。拒绝三无食品，不吃腐烂变质食品，不吃零食，不喝生水，不偏食，不暴食暴饮；不随地吐痰，不乱扔果皮纸屑。不到小摊小贩购买食物，注意身体健康。(6)注意公共场所的人身和财产安全，不把珍贵物品、现金放在教室和宿舍内，如果遇到坏人坏事要冷静、机智，要敢于见义勇为又要量力而行，要及时敢于拨打110报案。(7)不玩火、不焚烧废弃物。爱护消防设施。要懂得一些防火知识，遇到险情时，能正确避险。(8)对自己的所作所为也要有安全意识。青少年时期容易冲动，容易感情用事。因此，在同学间遇到矛盾时，一定要冷静，要理智，切忌用拳头代替说理，给自己和同学带来不良的后果。自己解决不了的矛盾，一定要寻求老师的帮助进行解决。(9)放学后按时回家，不在街上逗留，不与陌生人交往，不能接受陌生人馈赠礼物，受到不法侵害时及时打急救电话或110得到帮助。不接受陌生人接送与来访，遇到形迹可疑的人要及时报告保卫人员或教师。(10)认真学习，珍惜时光。远离网吧，远离台球室，远离游戏厅，不吸烟，不喝酒，不赌博，不看不健康的书籍，不拉帮结伙，不同社会闲杂人员交往。

同学们，生命像是一根丝线，一端系着昨天，一端系着明天。站在两端之间，我们才知道：因为生命，我们才会拥有今天，

因为今天，我们的生命才得以延续。生活中总有一些突发事件，这些突发事件并不可怕，可怕的是没有自救互救的意识和解决问题的能力。今天我们的目的便是培养大家的这种意识和能力，在紧急时刻我们能用自己的经验和知识去保护自己和他人的生命。我们的生命是宝贵的，也是脆弱的，一次小小的意外就可能吹破生命那张薄弱的纸，一点点烛光可能很微弱，寒风、冷雨会将它随时浇熄，但如若我们将它捧在手心，细心呵护，那一点微弱的烛光就可能照亮整个世界。

让我们把心中的温暖献给这美丽的生命吧！

同学们，保障生命，尊重生命是安全教育永恒不变的主题。衷心希望我们每一个人都加强安全意识，增强自我防范能力，做好各方面安全防范工作，在全校形成一个“人人关心校园安全”的浓厚氛围，让我们的校园里，人人讲安全、事事讲安全、时时讲安全、处处讲安全，做到警钟长鸣！

亲爱的同学们：

人的生命只有一次，如花般年轻的生命更让人羡慕。但是，近年来，中小學生因意外事故伤亡数据触目惊心，其中死亡数已占学生非正常死亡的1/3。车祸猛于虎，火灾大于天。曾经看到一个统计：每天因火灾、车祸、食物中毒等非正常死亡的学生有50多人，这意味着每天有近一个班的同学消失，多么可怕的数字！

同时，因校园关系不和睦，师生乃至学校领导的关系，以及网络沉迷导致的安全事故，如王文渊事件等，发生了太多太多，令人触目惊心。

第一，提高校园交通安全意识。自觉学习《道路交通安全法》，掌握交通安全知识。乘车不要乘坐无牌无证及由无证人员驾驶的机动车，不要乘坐车况差、超载的车辆和违规经营的“黑车”。

第二，提高校园防火安全意识。自觉爱护消防设施，保证安全通道的畅通，不带火柴、打火机等火种进入校园，不带汽油、爆竹等易燃易爆物进入校园，不随意焚烧废纸。自觉遵守寝室条例，不讲电热毯等大功率用电器带入校园。让火灾远离校园。

第三，提高食品卫生安全意识。买东西、吃东西时应看清生产日期和保质日期，不到无证无照的商店买食品。亲爱的同学们，请回归我们那可爱的食堂吧，健康饮食，合理饮食，不暴饮暴食，吃得舒心，喝得开心。

第四，养成让人，尊重他人，和平友好的心性，对待冲突与矛盾时要做到谦和，不以暴力解决问题，学会通过交流与沟通化解矛盾。同时，增强自我防范意识，古语有“害人之心不可有，防人之心不可无”的观点，我们也要学会自我警惕，谨慎小心，不掉入他人的圈套之中。

第五，我们要认识到生命的宝贵。在进行娱乐活动时，要适可而止，量力而行，不因贪图一时玩乐而造成让亲者痛的悲剧事故。珍爱生命，让生活更美好。

第六，掌握必备的科学知识和逃生技能。倘若地震突然来临，在生死二十四秒里，你会做些什么呢？我们需要掌握逃生知识和技能，用来呵护美丽的生命之花，对危险，小心谨慎，文明安全，从我做起。

亲爱的同学们，让我们迅速行动起来，做学习、遵守、宣传安全法规的模范，积极投身构建和谐社会、和谐校园的活动之中。文明安全，从我做起，让美丽人生从今天起步。

亲爱的同学们：

### (一)防火防电安全

1. 在教室、实验室、宿舍等处学习、工作和生活时，应严格遵守安全管理规定和操作规程。
2. 不要私拉乱接电源和违章使用电器；不要携带火种(含吸烟)到周边山林。
3. 熟悉日常学习、工作和生活场所的消防安全出口、逃生线路等情况。
4. 发现火情立即报告。

## (二) 宿舍安全防范

1. 养成随手锁门(上保险)、关窗的良好习惯。
2. 注意保管好自己的钥匙，不要随便借给他人或乱丢乱放。
3. 不要擅自留宿外来人员，发现可疑人员应提高警惕，及时报告。
4. 妥善保管各类贵重物品，尤其是笔记本电脑，须上锁存放。
5. 大额现金应及时存入银行，注意密码安全，存折丢失应及时挂失。
6. 不要随意动用消防设施。

## (三) 公共场所安全防范

1. 在操场、食堂、教室、阅览室、实验室、办公室等场所要注意保管好随身携带的物品。
2. 请不要把手机、手提电脑等贵重物品及大额现金放在书包内，并用书包占位。

3. 发现物品丢失或可疑人员时要及时与场所管理人员联系，并报告保卫处。

4. 请自觉遵守公共场所有关管理规定，共同维护公共场所正常秩序。

#### (四) 交通安全

1. 增强交通安全意识，自觉遵守校园交通管理规定。

2. 在路上行走，应注意观察、避让车辆。

3. 平时出行注意了解和掌握交通标识，严格遵守交通规则。

4. 不准在校园内练习或试驾机动车。

5. 所有车辆进入校园应服从管理，按规定路线行驶，并停放在指定地点。

6. 自行车出入校门须自觉下车推行，严禁购买赃车和证照不全的自行车。

7. 如在校园内道路上发生交通事故应立即报告保卫处到现场处理。

#### (五) 严禁喝酒、打架、滋事

1. 内强素质，外塑形象 2. 冷静克制，学会容忍

3. 自我约束，遵章守纪 4. 严于律己，宽以待人

5. 正确的处理人际关系 6. 做高素质文明大学生

#### (六) 防骗

1. 提高防范意识，学会自我保护，不要将亲朋好友的姓名、电话号码等信息告诉陌生人。
2. 交际须谨慎，不贪图便宜，不轻信花言巧语。
3. 求职就业时谨防落入“传销”陷阱，慎重对待网络、手机传销等信息。
4. 发现上当受骗应及时报案。

同学们让我们一起携手，共建安全和谐校园！

大学生自我管理委员会

20xx年6月8日