

初中卫生健康教育班会教案(通用5篇)

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。那么教案应该怎么制定才合适呢？下面是我给大家整理的教案范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

初中卫生健康教育班会教案篇一

时间： 20__年9月21日

地点： 教室509

主题 让孩子理解父母

目的

让每一位同学去深入了解家庭父母的含义，其中所包括的权利和义务以及作为子女应尽的责任。整堂主题班会以“沟通”为基调体现了“沟通”是现代家庭稳步发展和家庭成员和睦相处的基本原则。

班会过程

诗歌朗诵《啊，母亲》

同学自愿分组一起上台相互问答几个问题，如父母的生日、最喜欢的食物、最喜欢的颜色、最讨厌的行为、最喜欢的休闲方式等。

讨论我们该怎么对待家人

请班级中的同学准备了一个小品都是表现他们在家庭的日常生活中怎么进行相互之间的沟通。

班会影响

通过这样一个主题班会，对于即将踏入社会的大二学生而言，使我们对家庭和社会有更深入的了解，明确自己所肩负的责任和确立今后人生的奋斗目标，希望通过这样的活动使同学们树立家庭的观念扬起人生的风帆。

反思

班会在我看来是最枯燥乏味、形式主义的了但当它以“感恩”的话题出现的时候给人的感觉是那么的亲切让许多平日里没有意识到的或说不出口的话语可以尽情地表达出来让我们真正和远方的父母来了一次心灵的沟通这种爱的教育让我们感觉很震撼。在独生子女时代代沟问题更加突出。由于受长辈的呵护独生子女普遍形成了自我为中心的观念认为长辈为自己所做的一切都是“天经地义”的从而“感恩”观念非常淡薄而这对发扬中华传统美德、培育良好社会风气是不利的。

“感恩班会”所反映出来的是？独生子女和家长之间的日常沟通渠道不畅？已经在很大程度上影响了双方的交流和感情。“感恩班会”是个有益的探索？但还远远不够？需要全社会共同进行长期的努力。

初中卫生健康教育班会教案篇二

- 1 主持人给出本期讨论话题：如何看待父母亲的教育。
- 2 各小组分别收集父母亲的基本要求，以及有哪些教育手段。并谈谈自己对父母亲教育的方式方法的想法。
- 3 各小组进行讨论，把同学们的意见看法收集起来。然后小组长总结本组情况。

4 全班每个小组小组长作情况总结，将本组情况作陈述，将学生意见加以小结。

5 主持人收集各组同学的情况。并对每组情况作出小结。

6 全班同学讨论，然后结合自己家庭实际，谈谈自己想法，谈谈自己对父母亲教育的看法。

7 讨论哪些负面情绪，以及该如何正确对待父母及老师的教育。

8 主持人作总结性发言。

效果及体会：通过这次班会活动，全班同学的积极参与，让同学们能认识拥有健康的心理，就要有正确的认识，以及积极向上的精神。每个人都应该有一股正能量，才能正确对待父母，老师的教育，同学们的帮助。

初中卫生健康教育班会教案篇三

1、 让同学懂得交友应注意的误区，通过活动，消除困惑，走出误区；

2、 感受人生的欢乐和幸福，从而以一颗积极乐观的心来善待周围的每一个人，善待生命的每一天。

活动准备：

1、 主持人报名，从中确定两位，写好开场白及过渡语；

3、 班会活动前由值周班长负责布置好场地。

活动过程：

主持1：盼望着长大的童年在不知不觉中远去，步入中学的少年陆续受到青春之神的点化，渐渐地拥有了属于自己的“成熟与长大的脸”。

主持2：稚气日颓的身影闪烁着青春的光彩，充满着青春的活力。

主持1：颗颗年轻的心，翻腾着青春着浪潮；

主持2：颗颗年轻的心，品尝着青春的滋味。

主持1：在这花季雨季的岁月里，给我们这些少男少女带来了兴奋和惊喜，也带来了焦躁和烦恼。

主持2：在这五光十色的妙龄里，多了些梦幻，多了些朦胧的“爱”。

合：同学之际，男女之间——《我们都是好朋友》主题班会现在开始。

主持人1：今天，主题班会的主要议题是：“走出同学交往的心理误区”。在本班会召开之前已按要求，由同学们准备话题，按预先设计的程序进行。

主持人2：下面先请班主任老师讲话。

班主任：同学们，非常高兴地看到你们长大了，然而在你们成长途中，竟会有那么多的烦恼。今天特地把你们平时谈论的热门话题——“同学的交往”摆在你们面前，我相信你们一定会正确处理。我只是希望大家说心里话，要实话实说。下面的时间就留给同学们吧。

(每组组长提出话题，集体讨论，组长代表本组小结)

话题一：友情是亲密的，要不得距离

话题的小结：建立良好人际关系的重要条件是心理相容，而促进心理相容的途径之一就是彼此缩短心理距离。从这个角度看，彼此之间心理距离近是件好事。然而物极必反，两人距离太近了，也会令人不舒服。这是因在人际交往中，每个人都要求独占一定的空间，此空间叫人际空间。由于它像一个大气泡包围这一个人，因此有的心理学家就形象地称之为“人际气泡”。距离太近了，“人际气泡就会相互挤压，其独立的要求就得不到满足，人于是就有了被侵扰得不舒服感。可见，人们一方面需要与他人建立密切得关系，另一方面又需要一定的独享的心理空间。日常学习生活中，很多同学一度关系很好，无论做什么都要结伴而行，甚至入厕也要同行，可结果往往是好景不长，或渐渐疏远，或不欢而散。以致有的同学抱怨说，我对他很好，他为什么疏远我，背叛我？其实，哪里是什么疏远与背叛，很大程度上是对方感觉到“人际气泡”的“拥挤”，想尝试着拉开一点距离，而种尝试一旦得不到另一方的理解甚至被误会，结果可想而知。所以距离实在是很微妙的东西，太远了，不，无法沟通；太近了，也不行。适当地拉开一点距离，不仅可以使双方获得足够的心理自由度，感到舒服和自在，还可以增加距离美感，从而让关系更为融洽和谐。如何亲密而又有间？有人说若即若离，这万万不可，因为它给人的是一种对友谊不忠诚的感觉。但我们可以从调整空间距离入手，来控制与之密切相关的心理距离的远近。当然最重要的还是双方日常活动保持一些独立性，不要你说什么我就说什么，我做什么你就做什么。好友之间多培养些独立性，减少些依赖性，；行动上就自由了，心理上也就自由了，距离感也就恰当了。适度的距离更会使人享受到友谊的快乐。

生硬地回避着，那“疖子”无法出头，友谊只会渐渐霉变。冲突并不可怕，可怕的是冲突发生时我们可能会因无法控制住自己的情绪，无法保持清醒的理智而伤害到友情。对此，我们必须牢记这样的原则，即面对对方突发的言行，不能针尖对麦芒以牙还牙，而应该采取谅解与宽容的态度，驾驭住情绪，让智慧支配言行，让善良支配智慧，善待对方，化解

冲突。

话题小结：中学时代是打基础时期，将来从事何种事业还没有定向，对每个中学生来说，今后的生活道路还很长，各人将来将从事什么职业，在什么地方工作，都是难以预测的，而且随着时间的流逝，生活的变迁，各人的思想感情将不断发生变化。中学时代的山盟海誓往往经不起现实生活的严峻考验，中学时代的早恋十有九不能结出爱情的甜果，而只能酿成生活的苦酒。中学生的早恋往往是情感强烈，认识模糊。相爱的原因往往极其简单，没有牢固的思想基础，比如有的是受对异性的的好奇心、神秘感的驱使；有的是以貌取人，为对方的外表风度所吸引；有的是羡慕对方的知识和才能；有的是由于偶然的巧遇对对方产生好感，等等。中学生的早恋好比驶入大海的没有罗盘、没有舵的航路，时隐伏着触礁沉没的危险。因此，可以积极参加一些文娱体育活动，培养自己的阅读兴趣，在这些活动中培养健康情趣，发展爱好特长，使过剩的“青春能量”得到有益有效的利用；还可以在各种活动中促进异性同学间的相互了解，学会如何尊重异性，学会与异性相处的基本礼节和能力；假如收到情信，你不知如何处理，可以去咨询心理健康老师，或者与你信任的老师交谈，让他们帮你出谋划策。

班主任老师：同学们，这次活动组织得十分成功，同学们几乎成了心理健康研究的小专家了。刚才同学们就“同学们交往的三个心理问题”谈话非常切中，道理也说得对。我想同学们应该明白一个事实：中学时期是个体、人际关系相对单纯的时候，这一时期同学的人际关系交往的对象主要是父母、老师和同龄伙伴，人与人之间少有直接的利益冲突。如果此时的每个同学都能以自然、坦诚、平等、友好的态度对待他人，能够理解他人的情感需要，尊重他人的权益、意志，真诚地赞美、善意地批评与帮助他人，一定能与他人保持和发展融洽的关系，并从中获得友谊和生活的乐趣。

初中卫生健康教育班会教案篇四

“爱我，爱他，共建班级之家”

通过心理主题班会，提高大学生的心理健康知识水平，增强心理保健意识，提高心理耐挫力，解答困扰同学们学习和生活的心理问题，增强班级凝聚力，推进班级心理之家建设。

： 待定

2. 布置教室由新能源进行

3. 检测二班周康做ppt讲ppt

5. 小游戏环节（1）抛气球：准备一个气球，从班级的第一个人开始传递，一分钟后，传到谁，谁就上台接受惩罚，由主持人准备好一些惩罚的措施，由受惩罚的人抽取一个惩罚方法进行惩罚。

（2）收集梦想：请每个人在便利贴上写上未来的梦想，或者自己以后想要改进的缺点和不足，然后贴在黑板上。

6. 活动中所需要的一些小奖品由检测一班朱文君购买

7. 活动结束后各班班委清理掉黑板以及墙上的气球

6. 活动结束后由检测二班周康交照片写总结

初中卫生健康教育班会教案篇五

吸烟有害健康，根据最新资料显示，中国每年有七十五万人死于吸烟导致的疾病。下面是“吸烟有害健康”主题班会，希望大家喜欢。

“拒绝第一支烟，呵护美好生命”主题班会

设计背景：

吸烟有害健康，根据最新资料显示，中国每年有七十五万人死于吸烟导致的疾病。目前我国有3.5亿烟民，其中青少年烟民达5000万。有关专家表示，我国目前存在吸烟低龄化的倾向。调查显示，当下我国开始吸烟的平均年龄为19.7岁。现今中国已有很多地方发起了全民戒烟运动，尤其在青少年群体中广泛进行宣传，提高青少年的控烟意识，拒绝或谢绝吸烟。

以往我国“世界无烟日”的教育主题有：要烟草还是要健康、请您选择、妇女与吸烟、青少年不要吸烟、在公共场合和公共交通工具上不要吸烟、公共场所不吸烟、卫生部门和卫生工作者反对吸烟、大众传播媒介宣传反对吸烟等。

20xx年5月31日，是世界卫生组织发起的第二十一个世界无烟日。本次无烟日的主题是“无烟青少年”，口号是“禁止烟草广告和促销，确保无烟青春好年华”。

教育目的：

通过一堂生动有趣的主题班会让大家了解吸烟的危害，通过同学们自己收集、整理的文字、图片资料的介绍，小品的表演，互动游戏的开展，让大家认识到烟草对个人以及他人健康无处不在的危害，提高对烟草的控制意识。

希望上过这堂课后，同学们都能树立高度防范烟草意识。在生活中不仅做到自己坚决拒绝第一支烟，更要不时地提醒身边的朋友、家人少吸烟、最好不吸烟，珍惜生活，珍爱生命。

实施过程：

——播放：禁烟公益广告

主持人：所有吸烟上瘾的人，都是由于吸了那不应该吸的第一支烟！从而无法抗拒地去吸第二支、第三支……直到有了烟瘾。我们作为学生要坚决不去“触碰”那罪恶的第一支烟了。

大多数人都是出于好奇心而去触碰第一支烟，那么我们就一起揭开“烟”的神秘面纱，让它在我们面前无所遁形，彻底看请它的丑恶面目。（以下是主持人有关烟草知识的普及）

“吸烟有害健康”主题班会“吸烟有害健康”主题班会——播放：纪实资料和图片(加以解说)

1)烟草中含有上千种有害成分和多种致癌物质，其中最主要的有害物质是焦油、尼古丁、一氧化碳。

2)烟草中的尼古丁有很强的成瘾性，是吸烟者难以戒烟的主要原因，焦油是强致癌物质。

3)据统计，绝大多数吸烟者是在青少年时期开始吸烟的。在国外也有报导：前苏联有一名青年第一次吸烟，吸一支大雪茄后死去。英国一个长期吸烟的40岁的健康男子，因从事一项十分重要的工作，一夜吸了14支雪茄和40支香烟，早晨感到难受，经医生抢救无效死去。法国在一个俱乐部举行一次吸烟比赛，优胜者在他吸了60支纸烟，未来得及领奖即死去，其他参加比赛者也因生命垂危，到医院抢救。

……

1、(介绍：主题班会开展时正逢我们班军训时的教官退役后来探望我们，经了解，教官在部队时没有吸烟的习惯，但退役后由于工作原因会偶尔吸烟，他本身对于烟并无特别爱好。我们邀请他为大家解开“烟味之谜”。在一问一答的形式中，我们知道“香烟”并不味如其名，不但不香，还有一股苦臭

味，十分呛鼻。)

1)、亲谈经历：教官亲谈尝试第一支烟的亲身经历

2)、互动提问：由教官答学生问，详细解释烟的对自身的危害。

2、备选问题：

1)、你是怎么抵挡不住诱惑接受“第一支烟”的？

2)、吸烟后，你感到有什么危害么？

3)、戒烟的过程是怎样的？

.....

3、歌为心声：由教官带领教学生演唱公益歌曲《戒烟歌》

观赏小品：《那人 那烟 那事》

小品内容：1、街景 2、家里 3、宿舍里

(在了解了吸烟可能对健康造成的危害后，我们学习了一些测试自己健康程度的“科学小妙招”，并邀请教官和同学们一起亲身体会，以便大家以后随时检测自己身体状况，督促自己坚决拒绝第一支烟，做一个活力四射的健康人。)

结语：

通过这堂主题班会，大家对烟草有了新的认识，知道“罪恶之烟”碰不得，从现在起拒绝第一支烟，做好自己健康的小卫士，同时也时时监督自己的亲友拒绝第一支烟，尽量戒烟，拒绝第一支烟的同时，就是美好生活开始的一刻！

活动效果：

通过“拒绝第一支烟，呵护美好生命”主题教育活动，使学生深刻认识到了吸烟的巨大危害，特别是对未成年青少年的危害。同学们通过主题班会掌握了怎样拒绝吸第一支烟的有效方法，同时也掌握了很多有效劝说周围亲友“拒绝香烟”的技巧，起到了良好的教育效果。