

2023年正规合同字体要求(大全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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？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。

小学健康教育班会课件篇一

环保、卫生、健康是我理想的校园环境，为帮助大家更深入学习健康主题，以下是由本站pq小编为大家推荐的小学生健康主题班会教案，欢迎大家学习参考。

环保、卫生、健康

环保、卫生、健康

甲：晶莹的蓝天和深沉的黄土地孕育出清新透亮的绿，

乙：绿色这是大自然恩赐给我们的生命之色。

甲：地球是人类生存的唯一家园。

甲：曾经，我被一部有关动物的电视记录片深深地吸引。并不是因为难得见到这些凶猛的大型野生动物的新鲜感，而是那在莽原旷野中，驰骋天地间的自由与彪悍，是那捍卫生命、繁衍生息的勇猛搏斗和艰辛觅食的生命意志。想必你们也曾被美丽的藏羚羊深深吸引，被憨态可鞠的大熊猫逗的开怀大笑。然而，他们已不同往日。贪婪的人们剥夺了他们赖以生存的环境：人们大量填湖造房，群体鲸鱼搁浅在沙滩上；在电锯声中，一颗颗大树奄奄一息，小鸟无家可归；在所谓的动物世界的背后，一些可恶的人们贩卖着藏羚羊大熊猫等珍贵动物的皮

毛……我们能熟视无睹吗?不. 我们不能, 所以, 让我们拉开环境保护的神秘面纱, 还动物们一个美丽得世界。

合: 五(5)班环保主题班会现在开始!

乙: 首先, 让我们观看几张照片。(照片略)看了照片, 我们可以知道环保已经越来越重要。

乙: 大家对环保的了解还有待加强!为了考察大家对环保知识的了解情况, 我们特地准备了一些环保方面的知识竞赛题, 请看题(题目略)

甲: 大自然良好的环境哺育着人类及万物, 然而人类却在征服自然的过程中践踏着自然, 所以人类也遭到了大自然的严惩。

甲: 确实, 在高科技日益发展之时, 也带来了一系列严重的环保问题:(出示)光化学烟雾、有毒化合物、核污染、石油泄露等等。目前, 全球有15%的土地因人类的活动而遭致退化。目前, 世界陆地面积的1/4已经沙漠化。这些问题已引起了全人类的关注。

乙: 水是生命之源, 然而, 水正遭到日益严重的污染。目前, 全世界有70%左右的人饮用不安全的食用水, 平均每天有2.5万人死于因水污染引起的种种疾病。

甲: 1992年联合国在巴西首都召开的环境大会上就提出了“救救地球, 保护环境”的口号。(出示图片)

我们能为环保所做的事很多, 让我们从自己力所能及的事做起, 从小事做起吧。我想, 如果人人都这样做, 那么我们的生活环境就会减少一些污染。

乙: 为了我们自己, 为了我们的后代, 为了我们共同的家园,

保护环境应该成为我们每个人的自觉行动。

甲：你看——水变清了，天变蓝了，大地一片春光。

乙：你听——森林里笑声不断，大小动物喜笑颜开。

甲：我相信，不久的将来，我们的空间会更洁净，我们的地球妈妈会更年轻，更健康。

乙：让我们从小事做起，从自己做起，为环境保护事业作出我们的一点贡献吧！

预防流感篇：

大家好，我是主持人李广熠，这次班会的另一个主题就是预防甲型流感。

甲型流感的到来，使所有人都进入了戒备状态，人们如果没有对它实行措施，它可能会把你带上天堂，所以在这我不得不提醒大家：小心。甲型流感它看似不可怕，但他却能把你带上天堂。甲型流感，它又并不像你想象中那么可怕，只要我们做好防控设施，他就不能侵犯我们。

在这，我要向大家提几点：

- 1 多洗手；
- 2 避免外出；
- 3 不去人多的地方。

同学们，如果你们出现了发烧，感冒，喉咙疼，请马上去医院检查一下。因为你可能得了甲型流感。

最后，我教大家两首顺口溜□

1、 猪流感，易传染，发热咳嗽像感冒，
勤洗手，常通风，人多不去凑热闹，
肉煮熟，才能吃，七十一度灭病毒，
卫生习惯记心间，可防可控不可怕。

2、 猪流感，国外有，也许会到家门口，
预防事儿先做好，这种疾病不用慌。
遇到病人戴口罩，人多不去凑热闹，
如果发热生了病，及时要把医院上。
一日三餐营养好，猪肉照样可以尝，
居住房间通风畅，衣被常洗照太阳。
双手都要洗清爽，病毒难以近身旁，
预防妙招尽知晓，疾病不能逞凶狂。

(最后请班主任老师发言)

班主任：同学们，经过大家的共同努力，今天的主题班会取得了圆满成功，大家不仅在这次活动中了解到许多环保知识，认识了环境保护的重要性，还知道了关于甲流感的预防措施。希望大家能从小树立保护环境意识，从身边的小事做起，从自己力所能及的事做起，为环保贡献自己的一点力。还希望大家一定像对待非典一样提高认识，不让周围任何一个人感染上病毒，积极宣传，认真搞好预防工作，健健康康、高高兴兴地生活在祖国的大家庭中！

小学健康教育班会课件篇二

从进入大学到此刻，随着学习、工作等各方面压力的不断增大，有些同学们的心理有了必须的变化，摆正心态，迎接新的挑战，已经成为我们班当下不可忽视的问题。有必要开展一节心理主题班会，增强同学们的心理健康意识，提高同学们心理健康水平。

经过活动让同学们了解健康心理的新概念；让同学们认识到关爱的力量、协助的力量；同时，让同学们在简便的气氛下调节身心，提高班级凝聚力，构建和谐的10平面设计二班。

摆正心态，圆我大学梦

10级平面设计2班全体学生

20xx年xx月xx日

xxx

精美礼品、音响等

(一)活动前期工作：申请教室、购买活动所需要的物品，安排等“海报制作”各班干具体的工作。

(二)活动开始：

(1)支持人讲话，请班主任为这次活动做重要讲话，宣布活动开始。

(2)请我们班的k王刘一贤同学高歌一曲。

(3)文字接龙。以宿舍为单位分组，进行语言传达。让同学在团体中感受到欢乐，增强团体观念。认识到未来的社会合作

的重要性。

(5)请我们班的'廖俊英同学为我们歌唱。

(三)心理测验：(心理健康测试表另外附件)

(四)请班主任对我们的这次班会举行评点和总结
约35元。

小学健康教育班会课件篇三

- 1、让学生了解常见上网和网瘾的区别。
- 2、网瘾对人的危害。
- 3、网瘾为什么会有成瘾性
- 4、青少年如何学会正确和科学地使用网络

主持人：刘宇航，漆星如

参与人：全班同学

收集上网成瘾引起的不良案例;编排小游戏

- 1、通过案例分析
 - 2、联系自己周围的耳闻目睹的人和事。
 - 3、学生分组辩论。
 - 4、进行小游戏
- 1、主持人用案例分析来直观展示网瘾的危害

2、同学分组辩论

提问：从上面的案例大家认为上网和网瘾有什么区别？

3、讨论：摆脱网瘾的方法，如何健康生活

提问：那网瘾危害这么大，那我们应该怎样避免或者是摆脱它呢？

结合一些成功的戒除网瘾个案，我认为应从以下四步进行：第一步，应该解决孩子对家长、老师态度问题。第二步，解决孩子对网络游戏的态度问题。第三步，解决孩子对学习的态度问题。老师要能够切中要害的指出其学习上存在的问题，并帮助他一起制定切实可行的学习方案，鼓励其逐步实现一些小的进步，逐步找回自信和学习的兴趣。第四步，抓反复。家长应在时间、金钱上加以控制，最好能看在眼里，让他真正回到生活学习的正轨后再慢慢放手。班主任应及时关注其细微的变化，及时的给以帮助和细致的心理工作。

4、全班同学提出倡议

正确科学合理地使用网络，让我们做网络的主人，而不是做网络的奴隶，让它更好地为我们学习生活服务！

5、班主任总结

日常生活越来越离不开网络，经过刚才同学们的辩论和游戏可以知道它是一把双刃剑，它给我们带来便利的同时也可能会给我们带来很多负面的影响！追求健康上网，安全上网，创造美好的人生。让每颗星星都闪发光彩，让每颗心灵为戒网瘾呐喊，是本次主题班会课最突出的亮点。

小学健康教育班会课件篇四

二、活动目的：

1. 这次活动，就是要让学生拥有积极健康的心态，紧张而忙碌的学习，让学生们能轻松愉快地度过小学阶段的学习生活。
2. 通过主题活动，宣传心理健康教育知识，培养同学们积极健康的心理，让学生管理自己的情感，使其拥有积极稳定阳光的情绪。
3. 让家长更了解学生的压力，理解学生的心理，能与学生真情沟通，使家庭教育和学校教育很好地结合起来。

三、过程与方法

在大家自主、合作、探究的过程中，培养学生敢于发表自己的想法，培养学生团结互助的精神，从而达到以上活动的目的地。

四、课前准备

收集自己崇拜的名人名言，名人事例，目的是想让学生用名人事例来激励鼓舞自己。

五、活动口号：“关爱心灵，拥抱阳光，从现在开始”。

六、活动过程

(一) 学生自背班训：“我自信我快乐，我拼搏我成功”。

(二) 打开心窗说说心里话：

1. 压力或焦虑心理。学校课业任务繁重，竞争激烈，父母期望值过高，使得学生精神压力越来越大。

2. 厌学心理。这是目前学习活动中比较突出的问题，不仅是学习不好的同学不愿学习，就连成绩很好的同学也有这种倾向。

3. 人际冲突心理。包括与老师、家长、同学的冲突，生活在不和谐、不协调的人际关系中。

(三) 讲故事，明道理。大家先看一个故事，看看这个故事告诉你一个什么道理?(略)人与人之间只有很小的差异，但这种很小的差异却往往铸成了很大的差异。很小的差异就是所具备的心态是积极的还是消极的，巨大的差异就是成功与失败。成功人士的首要标志就是他的心态，如果一个人的心态是积极的，他能乐观地面对人生，热情地接受挑战 and 应付一切困难，那他就成功了一半。

1. 大家收集一下，积极的心态有哪些?让学生明白：要想成功，首先得要有积极阳光的心态。积极的心态有：乐观、热情、大度、奉献、进取、自信、必胜、勇敢、坚强、有意志力、有强烈成就感等。

2. 林肯的失败、成功史：(坚定的信念、积极的心态，让林肯成功。让学生明白：成功的路充满荆棘，在失败挫折面前，我们要更勇敢、更坚强、更有意志力，才会赢来成功。)

小学健康教育班会课件篇五

通过这次主题班会，使学生能够体谅父母，能缩短与父母的心理距离，学会如何与父母沟通，真正走近父母。

二、班会准备

调查问卷、课件制作、开展方法：讨论法，说说、议议。

三、班会程序

1、课前填写调查问卷

调查学生与自己父母的关系，不需写名字，真实填写。

a亲密b比较紧张c疏远和一般。

2、根据课前统计情况，

师：是谁，把我们带到这美丽的世界？是谁，呵护我们、保护我们、照顾我们？是我们的父母！可是，现在你是否觉得父母和你们的距离已经慢慢地拉大。你和父母是否已经没有了亲密感？今天，就让我们来学习如何走近父母。

四、出示一些图片，内容是

1、不顾父母劝阻，长时间上网，荒废功课；

2、放学迟迟不愿回家，贪玩。

师：如果你有以上情况，父母会如何惩罚自己？请同学们讲讲并说说被惩罚后的感受。（学生发言）

五、从父母角度看

投影事例的“孩子，我为什么打你”。

六、从自身找原因

师：是的，打与不打都是爱，那被打事件中，你又有没有做错？请曾经被父母惩罚过的同学，说说自己做错了什么？
（学生发言）

七、小组活动

写一写，算一算父母每一天要为家庭做多少事，付出多少时间？

想一想，父母容不容易？你有没有分担父母的艰辛？

议一议，对自己父母不满意的同学，说一说你认为谁的父母最理想？

说一说，拥有“最理想父母”的同学说说自己父母。

八、与父母交流

师：我们要应和父母多一点交流。我们该怎么和父母交流呢？
（学生发言）

1、老师说说自己与父母孩子交流的情况？

2、学生说说自己与父母交流的情况。

3、选出一些写得比较好的“给父母的一封信”，请同学读出来，并把父母的回信也读出。

小结：由此可见，我们与父母的关系并非不能改变，父母也不是不近人情的，他们也在关心我们，也在想办法走近我们。那我们就该主动走近父母。

九、走近父母的方法。

1、多向父母表达你爱他们。

主动承担家务；纪念日、节日送点小礼物；遇特殊情况写一封信表达感激；

适时为父母倒杯茶、削个水果。

2、和父母有分歧时学会换位思考，站在父母的角度上去想一想。

3、应让父母感觉你相信他们，多交流并经常给予赞美。

多向父母说说自己的情况，自己的愿望；多倾听父母的话；遇上烦恼，告诉父母，寻求父母的帮助。

4、回家和外出主动给父母打招呼。

5、时时紧记，父母只会爱孩子，决不会害孩子。

八、布置作业

1、做一个表格，列举父母工作之余为家庭做了什么事，花多少时间？

2、给父母送一张卡片，表达你对他们的爱：

3、平常多为父母倒杯水或分担一些家务。

小学健康教育班会课件篇六

现实和未来都要求人们从小学会认知，学会做事，学会共同生活，学会生存。这些都与人的心理品质有关。能够说，如果没有较高的心理素质，就很难适应21世纪的激烈竞争。另外，现代社会的快速提高和发展也使得小学生的心理健康面临着更多更大的压力和挑战。社会的发展变化对学校培养的人才提出了更高的要求。

设计此次活动，旨在让学生懂得不但要有强健的体魄，有获

取信息、加工信息和应用信息的潜力，更要有健康的个性心理品质和良好的社会适应潜力。

二、活动目标：

- 1、让学生明白在学习和生活中常常会遇到挫折，人人都不可避免。
- 2、初步掌握战胜挫折的方法，培养学生战胜挫折的潜力。
- 3、每个人都应以用心、健康的心态正确对待挫折，用勇于挑战自我的勇气和毅力战胜挫折取得成功。

三、活动准备：

- 1、课件(名言、图片、音乐等)。
- 2、心理小测试题。心理专家的牌子夹
- 3、学生带好笔。学生奖品
- 4、相应材料(4_55)
- 5、小花50朵，大花1朵

四、活动过程：

(一)欢乐篇(学生绘画，背景音乐一)

导入，揭题。

- 1、师：同学们，万物滋润，百花盛开，听，大自然中花开的声音，多么美妙，充满生机，充满活力，你的桌上也有一朵这样的花。

学生拿起教师为他们各自准备的一朵含苞欲放的花。(教师拿起花)

师:这朵美丽的小花就代表你自我花是美丽的你同样是美丽的。(教师放下花)人人都说生命如花让我们来观赏一下花开的情景。

2、(点击课件,欢乐篇):大屏幕上出现一朵、多朵开得绚烂无比的花(要有花开过程的动感美)

师(手指画面):花儿在阳光、雨露的滋养下开得是如此美丽。生命如花,你手中那朵美丽的小花仿佛就是你自我。(点击课件,回到主界面)

3、揭示主题:风雨后,花儿绽放得更美丽(教师口述课题,贴大花)

师:把我们的心的交给这句话,和教师一齐慷慨激昂地说,……(教师手指课题)

故事:如何战胜挫折(从海伦·凯勒身上得到启发)课件:图片话语话

请学生回答。

那海伦看到了什么?(点击课件)教师请班里朗读最好的同学来读海伦r26;凯勒的内心独白。

师:你读到了海伦的内心世界了,这就是海伦心中看到的世界。一个盲人眼中的世界。让人心动,让人感动。

名人的故事激励我们用心向上让我们再次认识了海伦姐姐,你必须感受很深,讲出来与大家共享。

师引导：海伦应对人生挫折，没有自暴自弃，选取了与命运抗争，取得了成功。正因为如此(点击课件出示话)

师：接下来这个故事是教师听来的，听后，深深地打动了我的心。这是个关于帽子的故事。(点击课件)

7、听教师讲故事：苏珊的帽子

学生交流教师引导。

苏珊在担心什么呢？

苏珊为何简单自如了呢？

你想对苏珊或他的教师或他的同学说些什么吗？

师：当别人遇到挫折时，就应伸出援助之手，帮忙别人战胜挫折。

(点击课件)

战胜挫折解决的办法有:a□发泄法：打枕头，写日记……

b□转移法：到外面玩，做别的事……

c□换位法：别人遇到此事会怎样做……

d□安慰法：塞翁失马，焉知非福……

e□求助法：找人倾诉寻找办法……

……

教师根据学生的回答点击相应点，并引申拓展。

师：战胜挫折有那么多方法，如果你遇到了挫折，就能够用上这一招半势。

(四)彩虹篇

1、师：如果每次你都能战胜挫折，那挫折将成为你成长的宝贵财富，我们相信，风雨后，花儿绽放得更美丽！看！

2、（点击课件）女排姑娘的故事（三个阶段）音乐：《阳光总在风雨后》

师：中国女排重新登上世界最高领奖台，靠的是女排姑娘们顽强的毅力、奋力拼搏的精神和一次次不怕输的良好心理素质。听说陈忠和教练和女排姑娘们最喜欢唱一首歌！

师：对！《阳光总在风雨后》

(五)升华篇

师：教师课前收集了一些关于挫折的名人名言。

1、点击课件：

千磨万击还坚韧，任尔东南西北风。郑板桥

我觉得坦途在前，人又何必因为一点小障碍而不走路呢？鲁迅

卓越的人一大优点是：在不利与艰难的遭遇里百折不挠。贝多芬

学生朗读。读给自我，从你们的读中教师感到了你们战胜挫折的勇气和信心，为自我鼓掌！

2、名言是我们的指路明灯激励自我勇敢地与挫折作斗争

你能创作一句吗送与好朋友共勉。拿出你的小花，请写上一句，并在末尾署上你的姓名，使此句成为你的名言。举一例后，互赠名言！

3、总结(背景音乐《阳光总在风雨后》)

师：成长的路上有阳光，有风雨，就看我们如何应对要学会与命运抗争笑着完成每一次作业笑着应对每一次考试，笑着度过每一天，让挫折成为你成长的阶梯挫折就会为你更为精彩的人生喝彩！

勇敢应对生活有你、有我、有他让我们共同应对。

(点击课件)听，熟悉的旋律又充盈我们的课堂，让我们在歌声中结束这节课吧！

5、师：同学们、亲爱的少先队员们，张开双臂挥动手中的小花，一齐哼唱这首歌吧！笑着拥抱挫折吧！(点击课件)

(有兴趣的同学参与做动作，屏幕上出现朵朵开得绚烂无比的花。)

【设计意图：情感共鸣树立战胜挫折信心和群众互助意识。】