

最新中学生心理班会 中学生防震减灾班会教案(优质6篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

中学生心理班会篇一

班委五个成员每人准备一个方面的知识，学生发言后作总结。

1. 通过雅安地震，学生知道地震给人民带来的严重灾害。
2. 让学生了解并掌握一些地震的基本知识，教育学生发生地震时不慌张，到安全的地方躲避。
3. 增强学生自我保护的意识，提高自我保护能力，有利于学生的健康成长。

一、导入活动主题

2013年的4月20日就这样写入了历史，，突如其来的7.0级地震，震动了雅安，震动了亿万国人的心。一个个美丽的县城，那样令人神往的天府之国，顷刻间天崩地裂，断壁残垣。沉痛的瞬间，心痛的数字，染血的孩子，受伤的脸庞…久久萦绕在我们心中。

二、地震前准备:让防震深入到我们的日常生活中，有备无患

1. 地震前应做哪些准备？

学习地震基本急救知识，制订家庭应急预案，开展家庭一分钟紧急避险、撤离与疏散的演练活动；备好防震应急包。配齐应急物品。家具物品摆放要重的在下、轻的在上。将床放在内墙(承重墙)附近，要远离屋梁和悬挂的灯具。

2. 如何做好疏散准备

清理杂物，使门口、庭院通道畅通，震时便于人员逃离。熟悉周围环境，了解避难场所，地震时可沿指定路线及时疏散。

三、地震时自救知识：

1. 地震时的避震原则是什么？

(应就近伏在床下、桌下和小跨间房屋里等安全角落，待震后迅速撤离。)

2. 地震时怎样自救?先让学生讨论交流，再做补充和总结。

只有能做到，首先要切断电源、气源，防止火灾发生。用枕头或手或坐垫保护头部。

在平房冲出房屋到空旷地带，如果来不及，就在坚硬家具下伏而待定，再伺机转移。

在楼房遵循就近躲避原则。就近躲避到床、桌下登“安全角”或厨房、卫生间、储藏室等小开间内，不要跳楼，待强震过后有序撤离。从高楼撤离时应走安全通道，千万不要坐电梯。

在教室内不要向教室外面跑，抱头、闭眼，躲在各自的课桌下，待地震过后，在老师的指挥下向教室外面转移。在操场室外时，可原地不动蹲下，双手保护头部。注意避开高大建筑物或危险物。

在街道上就地选择开阔地蹲下或趴下，要避开高大建筑物，如：楼房等。

一旦震动停止，就要迅速撤离到安全地方被埋压时最重要的是树立生存信心，沉着冷静。首先挪开头部周围的杂物，保持呼吸畅通，闻到煤气、毒气时，用湿毛巾等捂住口、鼻；用砖、木等支撑残垣断壁，以防余震发生后环境进一步恶化。不要哭喊，尽可能控制自己的情绪、休息，等待救援人员到来。如果受伤，要用简易的办法包扎好伤口，以免失血太多，造成昏迷。要节约饮食，防震包的水和食品一定要节约使用，发出求救信号时可采用敲击水管的办法。

四、地震后互救知识：

1. 震后救人原则是先救近处的人。无论是家人、邻居，还是陌生人，以免错过救人良机，造成不应有的损失。先救青壮年。可使他们迅速在救灾中发挥作用。先救容易救的人。可加快救人速度，尽快扩大救人队伍。

3. 接近被埋压人时，不要用利器刨挖。注意分清支撑物与一般埋压物，不可破坏原有的支撑条件，以免对人员造成新的伤害。首先暴露被埋压者头部，清除口、鼻内的尘土，保证幸存者呼吸顺畅。在抬救过程中不可强拉硬拖，避免使被救者身体再次受到损伤。蒙上眼睛，使其避免强光的刺激。不可突然接受大量新鲜空气，不可一次进食过多。避免被救人员情绪过于激动。

五、总结：地震可怕，因为它不可预测，威力大，但是如果我们做好了挑战“天灾”的思想准备，地震的威力也就在它没有发生前降低了许多。同学们，平时看一些自我保护方面的书籍，为我们的安全保驾护航！

中学生心理班会篇二

初步认识那些门类的图书是好书，懂得书籍是人类进步的阶梯，激发读好书的兴趣。

活动准备：

- 1、学生利用课余时间，参观学校的图书馆，了解书籍的发展历史等有关知识。
- 2、扮演角色的排演。

活动过程：

- 1、主持人讲话：大家都参观了图书馆，看到了五花八门的图书，书籍是人类智慧的成果，书籍是人类进步的阶梯，所以我们从小就要自觉爱护图书，勤于读书，与好书交朋友。
- 2、表演小品《买书》

主要人物：小红、小明、老师、警察、书店老板

由 等五位学生表演。

谈谈看了小品后，你明白了什么？

- 3、主持人：刚才大家看了童话剧。知道了买书要买健康向上的书，如何识别好书。我们怎样与好书交朋友？由金原肖同学先为大家讲一讲古人《凿壁借光》的成语故事。
- 4、主持人：我们再听听《小萝卜头狱中读书》的故事。
由 同学为大家演讲。
- 5、主持人：最后请听《少年大学生施展》的故事。

6、学生谈谈自己听后的感受。

7、班主任老师讲话。

中学生心理班会篇三

1、使学生知道我国多姿多彩的自然环境，是中华民族生存和发展的物质基础。

2、使学生了解我国环境遭受污染和破坏的情况，知道“三废”污染、水土流失、土地沙化的危害。

3、使学生知道保护环境是我国的基本国策，了解我国在环境保护方面采取的措施和取得的成绩。

4、培养学生的环保意识和法制观念，养成自觉为环保做好事的行为习惯。

相关资料、

1、导入：

请开始。

2、活动开始：

(1) 各小组发言（以介绍我国的自然环境为主）

(2) 思考问题：

a我国的陆地面积有多大？南北、东西各相距多少 千米？

b我国地形有哪些种类？以那种地形占的`面积大？

c我国各地的气候有什么不同？

d我国有哪些著名的山脉和河流？

(3) 说说你刚才听了a组的发言有什么感想？

学生甲：我觉得我国的自然环境真是十分的优越……

学生乙：我认为我国的自然环境虽然很优越可是随着社会的不断发展，我们人类对自然环境的破坏也越来越严重了。

(4) 分小组来说说我们目前都面临着哪些环境问题

工业“三废”、土地沙化、水土流失、植被减少、白色垃圾……（出示课件）

(5) 看大屏幕：了解我国在环境保护方面所采取的措施

a□□《环境保护法的颁布》及实施细则

b□《环保教育利国利

3、谈谈你在日常生活中是如何进行环境保护的？

4、教师小结：

同学们，我们只有一个地球，地球上一切有生命的物质都需要一个正常的自然环境，那就让我们一起携手保护我们的美好家园吧！

20xx□《关爱大自然》主题班会教案内容

中学生心理班会篇四

班会是学校集体活动中最主要的组织活动之一。以下是由本站pq小编为大家收集整理出来的中学生心理健康主题班会教案，希望能够帮到大家。

把握中学生的心理特点，帮助学生明确如何正确处理交友这一重要人际关系的问题，了解交朋友的意义和重要性，明确交朋友的原则和态度。

我国著名青年歌唱演员臧天朔曾经唱过一首名叫“朋友”的歌，其中有两句歌词是这样的：朋友，如果正享受幸福，请你离开我；朋友，如果你正面临痛苦，请你告诉我。

真挚朴实的歌，使我们对真正的朋友有了深刻的认识。今天的班会课，就让我们一起来讨论中学生该如何交友这一重要人际关系的问题。

1、学生讨论：青少年为什么十分渴求青年朋友？

a□学校生活越发重要，朋友在学生的人际关系中成为一种重要的关系。

b□对独立的渴望，希望有更多机会发表自己的意见，而朋友是最好的听众。

c□与父母在沟通上存在困难，同龄人之间易产生共鸣。

2、教师小结：

青少年社会生活的中心从家庭转到学校，这是走向独立的一种表现，青少年需要认识自我，肯定自我，希望有更多的机会表达自己的意见、想法，也希望有人倾听自己的话。而这

种需要较少能从父母那里得到满足，所以他们只能去寻找与他们有更多共同语言的青年朋友。

学生分组讨论，每组发表至少一个代表性观点。各组观点提出后，有异议者可要求讨论，展开辩论。

1、朋友可帮助你增进对自我的了解。

2、朋友可以帮助你肯定自我的价值。

3、与朋友相处，还可以使你得到情绪上的缓解。

4、学习处理人际关系，是青少年学习适应社会的一个过程。

1、每个人的性情爱好不同，但是，真正的朋友都应该能够相互帮助，以诚相待，这是交朋友的首要原则(讨论)

2、如果抱着功利主义的目的，为了某种实际好处而去结交朋友，这种关系是不会持久的。

1、珍重友谊，与朋友相处应当学会宽以待人，严以律己。人无完人，金无足赤，每个人都会有这样那样的缺点、短处，应尽力帮助对方改正，切勿嘲笑、轻视朋友的缺点、错误。

2、当发现自己交了一个坏朋友，如果，你不能改变他们，反而在交往中受到他们的坏影响，那就要拿出决心和勇气，坚决离开他们。

[一]、活动课题：优点“轰炸”

[二]、活动目标：学生通过活动，寻找他人的优点，学会欣赏他人，解决如何与人共处，团结合作的问题。

[三]、活动过程：

同学们，看你们这一张张可爱的小脸，就如同一朵朵盛开的童子面茶花，如果你肯笑一笑，相信这朵花会开得更灿烂、绚丽，不信，你试试看！

好美！真心希望你们天天快乐，笑口常开！

可是，在咱班有不少同学有他们内心的烦恼，而这些烦恼大多来自于同学间的相处，有的甚至提出要求调换同桌、小组、宿舍。那么同学之间究竟应该如何相处，才能消除烦恼，使自己快乐起来呢？这正是我们今天要来解决的问题。

(展示课件1)学会欣赏一棵树

一棵树，若花不好看，也许叶子好看；花叶都不足观，也许枝干错落有致；花叶枝干皆不中看，也许它生的位置很好，在蓝天白云的衬托下，远远地看起来，流露出几分美感。只要你肯去欣赏它，总可以发现它的美。

提问：1、同学们，这段话什么意思，你怎样理解它？

2、从这段散文中你受到什么启发？

《山羊和骆驼的故事》(略)

师提问：看了这段故事，你有何收获，能否跟老师，同学们说一说。(生答略)

(1)小刚趁同桌不注意，悄悄地取走了她放在书包里的十元钱后听老师分析这种行为的危害性，他又悄悄地将钱放回原处。

师点评：欣赏也是有原则的，小刚偷拿加别人的钱，这种行为极不道德，我们不能欣赏；小刚通过自我教育，知错改错，这一点值得我们欣赏。

(2)考试卷发下来了，欣欣得了“优”，他十分开心，而丽丽

呢，只得了个“良”，她十分难过，伤心地哭了。(师问：你欣赏谁?欣赏他哪一点?)

哭过这后，丽丽擦去脸上的泪水，面对自己做错的题，她重新思索，实在弄不明白的，她又去请教欣欣，欣欣呢，也没嘲笑丽丽，而是耐心地为她讲解，一遍又一遍，直到丽丽真正明白为止。(师问：请问你们怎样欣赏他们?)

生答略，师随机点评。

游戏规则：三人一组，分别遮住一人的眼，绑住一人的双手和另外一人的双腿，代表不同的人自身存在不同的优、缺点，再给每组两个球，代表贵重物品。要求三人团结合作。将贵重物品运送到目的地。学生游戏过程(略)

师：轻松有趣的游戏结束了，你有何收获?

生答(略)

师点评：只有彼此欣赏，团结合作，才能将一件事情做成功。

《欣赏是一种神奇的力量》

细细地欣赏自己周围的人与事，

你会发现生活本来就很美好。

欣赏是一种神奇的力量，

它会冲洗掉你内心的嫉妒和烦躁。

你能欣赏别人学业的精湛，

你的成绩也会步步攀高；

你能欣赏别人品格的纯正，
你的心胸也会像大海一样掀起波涛。

你能欣赏大地的每一道晨曦，
你的心情就会被彩云围绕；

你能欣赏天空中的每一丝细雨，
你就会有一个明净而清新的头脑。

你能欣赏自己点点滴滴的进步，
你的前程就会被金色的阳光笼罩；

你能欣赏父母遗传给你的各种特点，
你就具有世界上最赏心悦目的容貌。

欣赏是一种神奇的力量，
它使你充满自信，永不烦恼；

欣赏是一种神奇的力量，
它使人铁人生更绚丽，生活更美好！

师总结：这首诗真正道出了欣赏的作用，希望你们从小学会宽容，学会欣赏，培养广阔的胸襟，学会与人共处，团结合作，将来才能成就一番事业。

人生难免会遇到几种烦恼和困难，希望同学们学会自我调节，保持快乐的心情，才能有信心，有勇气去战胜困难。世界上风光旖旎，等着你去欣赏，古今中外文化渊博，等着你去欣

赏，希望你们笑对人生。

1、单个同学举事例说明，师请被欣赏的同学谈感受，谈体会。师适时恰当点评。例如，让学生自悟出，欣赏他人也是自己学习、进步、提高的过程，你尊重、理解别人，就会得到别人的友情，你就会觉得快乐；欣赏别人的同时，也要欣赏自己，悦纳自己。

2、邀请几位同学做嘉宾上场，请大家来欣赏他们，帮他们找优点，师请嘉宾谈感受与体会。

师点评：被人欣赏是一种快乐、幸福，能找到自信，会更加努力。

3、小组内交流，互相欣赏。请两个小组上场，演示如何互相欣赏。师点评。

七、同学们找的优点还真不少，优点“轰炸”了我们班，大家说也说不完，其实“金无足赤，人无完人”，我们只有学会欣赏别人，才会包容他人的缺点，变得宽容，欣赏别人的优点，提高完善自己。欣赏别人，被人欣赏同样快乐。只有这样，你才能与人相处愉快。

下面，咱们轻松一下，我请三组同学上场，

中学生心理班会篇五

1。了解和感受地球生态环境日益恶化的现象，理解世界地球日的起源和目的。

2。学会收集、分析环境情况及资料的方法，利用画面表达希望和建议的方法。

大家好！昨天是4月22日，第xx个世界地球日。世界地球日，这一纪念日起源于美国。1970年的首次“地球日”声势浩大，美国各地约2000万人参加，被誉为二战以来美国规模的社会活动。1990年4月22日，140多个国家的两亿多人同时在各地举行了多种多样的纪念活动。从此，联合国把每年的4月22日定为“世界地球日”。世界地球日活动重在唤起人类爱护地球、保护家园的意识，每年这一天，世界各国的人们都以不同的形式开展保护地球的活动。

1. 辅导员介绍地球污染情况

地球是生命的摇篮，万物的母亲，人类的家园。曾经，她是那样的美丽壮观。然而，不知从何时开始，地球妈妈的脸上开始笼罩着阴霾，她开始哭泣，开始_！过量的农药、大量的白色垃圾污染了松软的土壤，使地球妈妈的皮肤变得贫瘠。大量的工业废水、生活污水流入海洋，使地球妈妈的血液变得肮脏。汽车排放出的超标尾气，烟囱散发的乌烟瘴气，使地球妈妈呼吸不到新鲜的空气……她像一个羸弱的病人，太需要我们的关爱和呵护了！同学们有没有注意到，近几年，世界各地发生了许多自然灾害：，地震海啸飓风，频频肆虐。特别是前不久日本的地震，更是让人类触目惊心。这些都与人类对地球的破坏活动有关。森林面积缩小，全不气候变暖，物种迅速减少，空气严重污染……人类要快快重视环境问题，保护这的地球，避免无可挽回的灾难。

2. “我们这个地球太可爱了，同时又太容易破碎了！”同学们，这是宇航员在太空看地球时发出的感叹。你们又有怎样的感叹呢说说你的心理话。

3. 向同学们介绍你收集的资料并谈谈你的感受。

（我们可以为环保做的事）

1、植树净化空气；

- 2、减少“白色污染”；
- 3、搞宣传活动；
- 4、节约水、电等多种资源；
- 5、保护动植物；
- 6、抵制大人抽烟

同学们都想得不错，也希望大家尽快行动起来。最近学校要进行一次环保宣传活动，我想大家可以利用手中的笔进行一次环保宣传手抄报的创作，来纪念这个全球性的日子。

同学们，让我们积极投入到保护校园环境，保护地球的队伍中去吧，我相信，只要我们都伸出双手呵护我们的地球，我们完全有信心能造出一片又一片的绿色，我们完全可以消除所有的污染，让我们的家园，我们的地球越来越美丽！

中学生心理班会篇六

- 1、主持人安排（谢晓敏，刘桐宇）
- 2、介绍各科学习方法的同学安排（语文：李润生 数学：李凯翀 英语：王杨兴 史社：陈双 科学：冷枫）
- 3、查找电脑对人体伤害的资料

谢：只要努力就会成功

刘：风雨过后才会有亮丽的彩虹

合：八（一）班主题班会现在开始

谢：这次月考大家或多或少都会有些遗憾，就让我们从中总

总结经验吧！刘：下面有请几位同学为我们说说他们的学习方法吧！

谢：首先有请陈双位我们讲讲她学史社的方法

刘：请王杨兴为我们讲讲他学英语的方法：

王杨兴：

其实学习英语很简单，我认为学习英语最重要的就是听讲和做笔记。听讲是最重要的，老师曾说过：“课上认真听讲40分钟比课下认真学习2个小时的效率还要高。”所以上课是要好好听讲的。其次就是笔记，我认为考试考的内容都是笔记，所以笔记是很重要的，那么我认为，只要上课认真听讲，认真做笔记，英语成绩就能提高。

谢：请李凯翀为我们说说他学数学的方法

刘：由李润生为我们讲讲他学语文的方法

李润生：

我认为学好语文有两个重要的部分——看和说。

看 主要指的是文学书籍。看多点课外书，有助于你们了解更多的名著，名人，名言等，对上历史课也有很大帮助。还有，就是预习，当你学完一课后，要及时预习后面一课，这样，当老师讲到这节课时，你也会轻松些！总而言之，多读书，是绝对对你们有益的！

我把我学好语文的方法告诉了你们，希望你们能好好想。最后，我祝愿大家的语文成绩有所增长！谢谢！

谢：请冷风为我们讲讲学习科学的方法

大家都觉得自己没什么不好的习惯吗？

那我来说吧，我想我们班有很多同学写完作业就马上开电脑把，大家都知道电脑辐射对人体有很大的伤害，但还是有许多同学不理睬！现在让我来跟大家讲一下电脑对人体有什么危害吧！

电脑显示器伴有辐射与电磁波，长期使用会伤害人们的眼睛，诱发一些眼病，如青光眼等；长期击键会对手指和上肢不利；操作电脑时，体形和全身难得有变化，高速、单一、重复的操作，持久的强迫体位，容易导致肌肉骨骼系统的疾患。

电脑屏幕发出的低频辐射与磁场，会导致 719 种病症，包括眼睛痒、颈背痛、短暂失去记忆、暴躁及抑郁等。

致身心疲惫。

电脑散发的气体危害呼吸系统：电脑、激光打印机等设备会释放有害人体健康的臭氧，不仅有毒，而且可造成某些人呼吸困难，对于那些哮喘病和过敏症患者来说，情况就更为严重了。另外，较长时间呆在臭氧气体浓度较高的地方，还会导致肺部发生病变。

虽然我知道同学们不一定会听，但我们还是衷心希望大家能够少玩一点！

本来这次班会是希望大家能够知道自己的不好的学习习惯，但大家都认为自己很好了，我们没也没办法强求大家，不过学习是给自己学的不是给其他人学的，我们还是希望大家能改，能主动学习！谢谢！

这次以月考总结为主题的班会完全交给谢晓敏和刘桐宇两名同学去主持。她们非常积极的设计方案，找重点，找资料。本着让同学们了解他人的学习方法，适当改变自己学习习惯

中的不足的思想，她们找了几名在各科进步较大的同学进行发言。在发言过程中，我看到这几名同学是经过精心准备的，是真心的希望能够帮到大家。在此，对这些同学表示感谢。最后还是希望大家继续努力。你们是最棒的！