

女生心理健康教育讲座 防溺水班会说课稿课稿(大全5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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。

女生心理健康教育讲座篇一

一、教学目标：

- 1、使学生了解有关生命的来之不易与宝贵，感悟生命的可贵。
- 2、使学生懂得溺水的主要原因和自救的方法

二、教学过程：

青少儿学生是祖国的明天，民族的希望。提高青少年学生的综合素质，特别是少年学生的学习能力、生活能力、生存能力，都是开展素质教育的重要课题。如今的社会里，车祸、中毒、溺水……剥夺了许多宝贵的生命，尤其是溺水最为严重了。了解溺水和如何防止溺水显得非常重要。

(一)我们身边的溺水事故

暑假是广大师生集体外出旅游、夏令营、游乐、疗养活动的高峰期，也是中小生意外事故，尤其是溺水、交通事故的高发期。据了解，去年暑假，我省、我市发生了多起学生溺水事故。据某市120急救指挥中心统计，该中心去年4月1日至6月9日，共接到溺水求救电话15个，平均每4天半就有一宗溺水事故发生，其中急救车到现场后，患者已死亡的达10人，占67%。事故现场多为农村水塘，溺水者多为初中、小学学生。

(二) 溺水致死原因

主要是气管内吸入大量分阻碍呼吸，或因喉头强烈痉挛，引起呼吸道关闭、窒息死亡。

(三) 症状

溺水者面部青紫、肿胀、双眼充血，口腔、鼻孔和气管充满血性泡沫。肢体冰冷，脉细弱，甚至抽搐或呼吸心跳停止。

(四) 自救与救护

当发生溺水时，不熟悉水性时可采取自救法：除呼救外，取仰卧位，头部向后，使鼻部可露出水面呼吸。呼气要浅，吸气要深。因为深吸气时，人体比重降到0.967，比水略轻，可浮出水面(呼气时人体比重为1.057，比水略重)，此时千万不要慌张，不要将手臂上举乱扑动，而使身体下沉更快。

会游泳者，如果发生小腿抽筋，要保持镇静，采取仰泳位，用手将抽筋的腿的脚趾向背侧弯曲，可使痉挛松解，然后慢慢游向岸边。

救护溺水者，应迅速游到溺水者附近，观察清楚位置，从其后方出手救援。或投入木板、救生圈、长杆等，让落水者攀扶上岸。

出水后的救护：

首先清理溺水者口鼻内污泥、痰涕，取下假牙，然后进行控水处理。救护人员单腿屈膝，将溺水者俯卧于救护者的大腿上，借体位使溺水者体内水由气管口腔中排出。有些农村将溺水者俯卧横入在牛背上，头脚下悬，赶牛行走，这样又控水、又起到人工呼吸作用。如果溺水者呼吸心跳已停止，立即进行口对口人工呼吸，同时进行胸外心脏按摩。

女生心理健康教育讲座篇二

现在的学生，对目标大多理解不到位，或者没有目标，漫无目的，缺乏自主性；或者随意指定目标，定下目标后又不付诸行动，随意放弃。这种对目标的模糊性和随意性，在很大程度上阻碍着学生主动地学习。而现在的学生，排斥心理特别强烈，一味的说教所起到的教育效果很微弱。基于这样的现状，我想到了将人生的目标的说教采取给父母写信、书信展示评比的方式，将看似宏大、枯燥的说教转换成学生喜欢的、易于接受的方式，让学生在与父母的书信交流中体会到人生中类似的际遇，逐渐明确自己的阶段目标和长远目标。这样的设计坚持“以学生为中心，让学生唱主角”，用学生喜欢的方式触动他们的内心，激发起他们表达的愿望。其间再利用没问、亲情的多种途径，不断强化“目标、行动”这两个关键词在学生脑海中的记忆，逐步达到“知、情、意、行”相统一的教育效果。

二、班会准备

为了使这次主题班会更富有实效，课前我让每位同学给父母写一封信：写一些自己对未来的设想，确立1-2个人生目标，说明理由，并写一写自己将如何实现目标。写完后，每位同学拿给家长看，病情家长对此写一封回信。回信内容可以是引导孩子如何树立正确的人生目标，也可以是给出一些要求和建议。从反馈的情况看，家长对于本次班会十分赞同支持，每一位家长都很珍惜这次机会，把它当做一次与孩子心灵交流的契机，回信语气平和亲切，交流情深意切，很令人感动。我从中截取了一些代表性的内容制成了课件，作为对学生的鼓励。

这一做法，旨在让学生及学生家长充分参与到班会中来，一方面让他们明白，班会不是走形式，而是他们真正需要的活动；另一方面家校联合，形成教育合力。

三、班会流程

1、谈心导入

班会课上，我采用师生谈心的方式来导入，在于学生的交谈中，了解学生近阶段学习状态，帮助学生分析学习感到比较累的原因，由此自然引出“确立目标”对于提高学习积极性的重要性。

“师生谈心”这种方式可以拉近师生间的距离，消除隔阂感，帮助老师了解学生的真实情况，以便提出对学生更有针对性的帮助方法。

2、书信展示赛

我在通过谈心导出确立目标的重要性后，又鼓励十个学习小组每组都推荐一名同学，将写给父母的一封信即兴展示，读给同学听，畅谈自己的目标与理想。同时组成一个评委小组，根据目标的时效性、可行性、是否远大等各个方面，对十位同学进行评审，评选出最具实效奖一名、最远大目标奖一名、最具潜力奖两名，这一环节成为本次班会的亮点。十名同学的人生目标有：中国名牌大学的大学生、幸福和谐美满的家庭、知心朋友、掌握一门精湛的技艺、取之不尽的信用卡、无穷的毅力和能量、免费周游世界、健康和感恩知足的心、攻克癌症的医学博士、杨利伟一样的航天员这十项。不同的人生目标代表着不同的价值观和人生观取向。同学们个个激情满怀，踊跃参与，除了十名学生代表外，还有另外两名同学也争取到讲台前朗读了自己写给父母的人生目标书信。

这一场“书信展示赛”，不仅调动了课堂气氛，使每一个学生都参与其中，更让学生在活动中体会到许多人生道理，充分激发了他们的表达欲望。

3、即兴采访

“书信展示赛”很快结束，同学们都意犹未尽，我抓住了机会即兴采访，让同学谈谈感受。同学们有感而发，谈了很多。围绕着“行动”二字，我引用了一篇古文《为学》中的穷和尚与富和尚的故事，让学生再次感受到“行动”的重要性，鼓励同学在明确了自己的目标后，如何通过目标实现行动。学生们的发言很切实，同时我抓住了这样的机会，在几个平时行为表现不是很好的同学说完后，特别和全体同学说——大家都听到了吧？我们都是某某同学的督促人，希望某某同学男子汉大丈夫，说到做到。

由于精心的设计，班会氛围一直热烈，学生十分愿意表达自己，发言此起彼伏，且都十分精彩。这一环节由于学生发言的精彩发言和老师恰当引导让整堂课显得既有趣又富有实效。

4、学姐真心话

在同学们说得差不多后，我向他们介绍了一位曾经就读于七甲中学，现在已经留美博士毕业的学姐史雪荣，并用大屏幕播放了一段鼓励学生的视频。视频中史雪荣鼓励同学珍惜宝贵的初中生活，如何有效的学习实现人生的目标。看完后，我又请一些同学谈谈自己的感想。

初一年的学生处于同伴价值取向为主的时期，比较能听进同龄人的话语。从学生随机谈的感受来看，他们的确被这位学姐的话打动了。

5、家长寄语

在学生都意识到要通过行动实现目标时，我用ppt投放了极端家长的话，让学生了解父母对他们的爱与期望，使他们的内心再一次受到感染与触动。

许多时候，孩子不愿意和家长进行心对心的交流，由此往往引发许多问题。我通过这个环节的设计，灾害与家长之间架起一座沟通的桥梁，让孩子理解父母的真实想法。这个环节时，全班同学显得最安静，看得出，他们被感动了，听到心里去了。

6、合唱回味

我用歌词“我的未来不是梦，认真过好每一分钟”道出了对学生的希望与祝福，最后，我们一起合唱《我的未来不是梦》，在音乐声中结束了此次班会课。

张雨生的《我的未来不是梦》的歌词大意与本节班会课的主题很切合，我与学生们一起合唱此歌，让他们在歌声中一起回味，深刻地记住本次班会课带给他们的启示。

女生心理健康教育讲座篇三

我是第二号参赛选手。今天，我说课的题目是《我成长，我担当》。下面，我将从这节课的设计背景、教学目标、教学准备、教学重难点、教学方法、教学过程、教学反思七个方面进行说课。敬请各位专家评委指正。

当前，我们的学生大多是独生子女。由于平时家长们的溺爱，包办太多，这种先天的娇生惯养和后天的溺爱造成了他们责任感不强，他们不清楚自己在家庭、学校、社会中所承担的角色，更不清楚自己由于角色不同所应该承担的责任有哪些。而角色意识和责任意识是一个人社会性发展的基础，所以，认清角色与责任，让学生“知责任、明责任、担责任”对成长中的初中学生来说显得非常重要。为此，我根据这一需要设计了这节以《我成长，我担当》为主题的班会课。

1、通过本节班会课活动的开展与交流，而我想让我班的孩子

们认识到作为社会中的一员，每个人都应该热爱自己，敬畏生命，快乐成长，学会担当，去做一个“知责任、明责任、担责任”的人，做一个有责任心的人，并且能够对自己的行为负责。

2、通过参与本节班会课活动，使学生能够明确对自己、对家庭、对集体、对社会、对他人应尽的责任。

3、通过本节班会课活动的开展与交流，而能使同学们逐渐树立正确的人生观、价值观、世界观。逐步的成为一个有责任心的人。

为了使这节班会课的教学目标顺利达成，而课前需要做一定的活动准备。分为教师准备和学生准备二块进行。

教师准备：搜集大量的和爱岗敬业、责任及担当等有关资料、视频、图片、案例等。

学生准备：

1、课前搜集爱岗敬业、责任担当的相关故事；

2、排演情景剧、诗朗诵、小品等，要求同学们自创、自编、自导、自演、自娱自乐、自感自悟！

教学重点：这节课，要让学生们理解（感受）到责任心的重要性。

教学难点：学生们要学以致用，逐渐成为一个有责任心有担当的人。

根据本节课的主题和具体内容，结合初中年级学生身心发展特点、认知规律及认知基础等因素，我准备采用讲述法、课堂讨论法、学生互动交流法、表演节目、举例子等方法来完

成本节课教学内容。

学生主要采用“自主、合作、探究”的探究方法，充分地调动初中年级学生参与活动的积极性，然后让他们尽可能的都参与到活动中来，去感知、体验、思考、收获，以达成最初的教学目标，并达到预期的教育目的。

根据本次班会的主题、教学目标，结合初中学生的心理特点，我设计了“情境导入”、“互动平台”、“拓展延伸”、“课堂小结”四个教学环节。

（一）情境导入

由视频引入，播放视频《5.12地震的一瞬间》。视频中，由于教师的尽职尽责挽救了许多生命，通过视频内容，教师引导学生说出“责任”主题词，让学生以前人作为自己的学习榜样。但什么是责任，什么是责任感；为什么要做一个有责任感的人，怎样做才是有责任心的人呢？由此，导入这节课主题班会课。

（二）互动平台

- 1、学生观看视频《最美女教师张丽莉》、《最美乡村教师郑光和》；
- 2、学生表演情景剧《最美司机》；
- 3、学生诗朗诵《天使是什么》。

首先让我们来理解“责任”的含义。（幻灯片显示）

- 1、“责任”是分内应做的事情，也就是承担应当承担的任务，完成应当完成的使命，做好该做的工作。
- 2、“我的责任”有哪些？

（教师明确）：人生于社会，享有人生的权利，也要尽人生的责任和义务。人生责任包括哪些？我们一起来带着这个问题进入本节课的第三个环节——“拓展延伸”。

（三）拓展延伸

1、设计小品《今天谁值班》，让我们看到周围的不和谐的音符，同时安排孩子们对小品“议一议”。让同学们各抒己见，以此，过渡到话题讨论“在学校和社会生活中，还有哪些不负责任的行为？这些不负责任的行为，对我们的社会和生活有哪些危害？”通过正反两方面的讨论来纠正同学们的错误行为，进一步增强做一个爱岗敬业、有责任心的好孩子的决心。

2、让学生们结合自己的日常生活，演一演常见的责任方面的故事。而通过典型事例充分感受责任心体现在平时点滴小事之中，引导学生从身边小事做起，从自身做起，从现在做起，做一个有责任心有担当的人。

3、让学生宣誓，做一个有责任心的人，通过宣誓引起孩子们思想上的共鸣。

4、联系实际，讨论并明确“我的责任”。

（教师明确）：一个人在不同阶段中，在不同场合里都会拥有不同的身份，担当不同的角色。但不论担当什么角色，都要负起角色责任。

a□接下来要求学生按下面的方式简要回答，以了解自己具有不同的角色，而产生不同的责任。

在家庭，我是子女，我的责任是孝敬父母、承担家务、好好学习等；在学校，我是学生，我的责任有尊敬老师、团结同学、努力学习、热爱集体等；在社会，我是公民，我的责任有遵

纪守法、以良好行为创造美好的社会等。

（教师提示：不同的角色有不同的责任。如子女应该孝敬父母长辈，承担一定的家务，为父母长辈分忧等；如学生的主要任务是学习，要尊敬老师，努力学习，同学的责任，同学间互相关心，互相帮助等；而担任社会角色时，作为一个公民，要自觉遵守道德和法律等社会规范，为国家建设贡献自己的力量……由于这些角色经常是重叠的，责任也就是多重性的；一个角色有时同时承担着多种责任。）

b□结合平时实践活动，请学生谈谈担任不同角色时有哪些不负责任的行为。

举例：比如有的同学不认真做值日工作；有的同学熄灯之后喜欢讲话；有的同学认为学校各种活动与己无关；有的同学经常和父母吵架，甚至以不读书为借口失踪几天；有的同学结识社会青年，参加打架斗殴等等。

c□畅所欲言：“我的责任”。

在家、在校、在社会，我该怎样负起我的责任？要求：把行为具体化，落实到自己的行动中。可结合自身的生活、学习，具体谈谈自己应尽的社会责任。

（学生们：各抒己见，畅所欲言。）

（老师明确）：在我看来，责任感不仅表现在对自己的学业上，要兢兢业业，一丝不苟；还表现在对校园生活和班级生活方面的态度上。

近代著名学者梁启超先生在他的《饮冰室全集》中这样论述责任：人生最苦的事莫苦于身上背着一种未来的责任。人生第一乐事当然就是这责任的完成。责任越重大，负责的日子越长久，到责任完了时，海阔天空，心安理得，那快乐还要

加几倍。所以，希望同学们时时记得身上背负的重任，为家人，为自己，为社会，为别人负起自己的一份责任吧！

（四）课堂小结：

同学们，今天你只是一株小树苗，但只要你学会负责，学会担当，明天你就是国家的栋梁！谨记：没有责任心的人是一个自私的人；拥有责任心的人是一个成功的人！

同学们还要知道：向今天负责的人，才是对自己负责的人。现在的你不知有没有对小时候的你所做的事感到后悔？怎样才能对那个今后的你负责呢？答案只有一个：对今天负责，抓住今天的机会，为今后的你打好基础！

在《责任之歌》的音乐声中结束本节主题班会课。

本次以《我成长，我担当》为主题的班会，不仅给同学们增添了一次锻炼自我的机会，也给有才华的同学提供了一个展示的舞台，更让同学们更加深刻地理解了有责任心、爱岗敬业的重要性的必要性。

通过这次班会课，同学们更加了解如何更好的做到成为一个有责任心有担当的人，这也是我们开展这次主题班会课的最大初衷。

以上，是我这节《我成长，我担当》主题班会课说课的全部内容，不妥之处，敬请各位领导、专家评委及同仁们批评指正。第二号选手说课完毕，谢谢大家！

女生心理健康教育讲座篇四

大家下午好！

我是xx实验小学三年级1班的班主任xxx□今天，我很高兴能和

在座的各位班主任老师们一起共同探讨如何组织班会活动。

下面，我将该节班会课的设计和跟大家交流交流，不妥之处，还望大家批评、指正。

教育专家曹xx这样说道：“感恩是一种生活态度，是一种品德，是一片肺腑之言。”现在的孩子都是家庭的中心，大部分孩子以自我为中心，不知道爱别人，对父母的爱熟视无睹，对师长、集体不懂得感恩。甚至觉得一切都是理所当然的。

为了让孩子们能学会感恩，并落实到实际生活之中，我设计了以“让我们都有一颗感恩的心”为主题的班会。

- 1、让学生了解感恩，即让学生懂得为什么要感恩。
- 2、让学生懂得怎样去感恩。
- 3、通过活动让学生真正能够从心底里去感恩父母、感恩老师和朋友。

- 1、排练全班同学边做手语边学唱《感恩的心》；
- 2、制作好班队活动所需的音乐，加以气氛。
- 3、排练合唱、朗诵、歌舞等节目。

一、开场：

张：在这个阳光明媚的下午。

王：让我们敞开心扉，聆听彼此的心声。

合：三（1）班“让我们都有一颗感恩的心”主题班队会现在开始！

二、第一环节（感受父母之爱）

这个环节设计的目的是让学生感受到父母之爱其实是无处不在的，正是因为这种爱是那样的平凡和普通，因此，我们常常没有留意，觉得是理所当然。因此，通过这个环节就是让学生把父母的爱找出来。

2、在主持人的组织下，学生通过歌舞、朗诵、故事等形式来诉说对父母的爱。节目串烧：歌舞表演《世上只有妈妈好》、自创诗歌朗诵《妈妈的诗》、歌舞表演《左手右手》、故事《理解妈妈》、歌舞表演《慈母手中线》。

通过这些节目，我想在孩子们的心里一定已经种下了一颗感恩的种子。

3、观看视频《来自一位心酸父亲的来信》

通过这个震撼人心的视频，我看到全班的孩子都安静了，很多孩子眼眶红了，我想孩子们的内心一定是被这位父亲触动了。

三、第二环节（学会感恩）

主持人组织大家畅所欲言谈谈你最想感谢的人。

学生自由发言：我最想感谢的人是……

主持人：此时此刻，您最想感谢的人是谁呢？让我们千言万语汇成一句话，写在我们的爱心纸片上，让我们的“感恩树”结满丰盛的果实。

（有对亲人感恩的，也有对老师感恩的，还有对曾经帮助过自己的人感恩……）

四、第三环节（全班唱感恩）

主持人：常怀感恩之心的人是最幸福的，生活永远都充满温暖的爱，下面请大家一起用《感恩的心》去感谢所有的一切。全体起立。

五、第四环节（畅谈感恩的具体作法）

- 1、为工作劳累了一天的父母倒一杯茶，揉揉肩，讲讲笑话。
- 2、多体谅、理解父母，不与父母争吵，多为父母着想。
- 3、以后要好好学习，认真完成老师布置的作业。

通过这四个环节，让学生把感恩落实到具体的行动上，落实到孩子的生活中去，这样才能实现本次教育的目的。

同学们我们每一个人都获得过别人的帮助和支持，应该时刻感谢这些帮助你的人，没有父母养育，没有师长教诲，没有国家爱护，没有朋友的帮助，我们怎么能如此幸福呢？所以，感恩不但是美德，感恩还是一个人的基本条件！让我们从今天起心怀一颗感恩的心。

以上就是我们班这次主题班会《让我们都有一颗感恩的心》的设计过程，该节班会课还存在着许多的不足，请在座的各位领导和老师们批评指正。

谢谢大家！

女生心理健康教育讲座篇五

大家好！

非常感谢各位领导和老师给我这次学习和提高的机会。今天我说课的题目是小学主题班会——《远离垃圾食品 享受健康生活》。下面我将从设计背景、活动目标、活动准备、活动

重难点、活动方法、活动过程、活动反思七个方面进行说课。

我们学校没有商店，学校领导和老师也经常教育学生不要随便吃零食，禁止到小商店购买零食，为何屡禁不止呢？通过调查发现：有许多学生嫌家里的饭菜不好吃，而且中午学校食堂的饭菜单一，外面小商店的口味迷人，而且还便宜。因此，学校周边的小商店到了放学的时候，生意特别好！而校园内、教室内的垃圾箱几乎成了各种食品袋的“天下”。为了加强学生的食品安全教育，提高学生的食品安全自我保护意识，我设计了“远离垃圾食品，享受健康生活”为主题的班会课。

1、通过活动的开展与交流，让学生认识垃圾食品，并在购买食品时学会选择和鉴别。

2、通过活动的参与，学生能够认清垃圾食品的危害，增强拒绝垃圾食品的信心，让学生健康、安全的成长。

重点：让学生学会辨认垃圾食品，并认识到长期食用垃圾食品的危害。

难点：小学生通过活动如何真正地远离垃圾食品，促进身体健康。

根据本节课的具体内容，结合小学生现具有的心理特点，我采用了讲述法、课堂讨论法、互动交流、调查法等方法，学生主要采用“自主、合作、探究”的探究方式，充分地调动小学生参与活动的积极性，达到预期的教育目的。

1、谈话导入，现场调查

同学们我们的生活是多么幸福、美满，我们有父母、亲人、老师、朋友地关心与爱护，似乎觉得我们的周围是多么的安全。其实，我们生活中仍然有许多不安全的东西存在，需要加以

注意和认真对待，否则在不知不觉中会给自己的身体带来伤害。现场调查：同学们平时喜欢吃零食，特别是喜欢吃辣条、鸡爪、方便面等小食品的请举手。此时举手的学生会非常多，引导学生知道本节班会课主题与食品有关，与学生一起带着这一话题来进入今天的主题班会课。

设计意图：这一环节调动了小学生的思维，引起学生的思考，现场调查引入主题，也体现了小学生现阶段的思维特点。

2、观看视频，交流认识

设计意图：通过交流，学生会对垃圾食品有了初步的认识和了解，也为小学生今后远离垃圾食品奠定了一定的基础。

3、交流讨论，认识危害

出示垃圾小食品尤其是“五毛食品”（魔法师、一根筋、一根葱、辣皮、唐僧肉等）的制作图片。结合图片老师适时讲述：这些食品均来自地下黑工厂，老板为了追求利润会不择手段的降低生产成本，只知道用色、香、味来引诱我们，根本不顾食品的安全与健康。此时的学生听了老师的讲述肯定会感到惊讶与惊叹。紧接着边出示学生熟悉的各种垃圾食品包装袋边提出：这样低价的食品肯定不是什么好东西，一定是劣质产品，为什么呢？通过观察、交流讨论引导学生认识到这些垃圾食品其实大多都是一些小作坊生产的三无产品，然后重点启发学生并讨论交流它们的危害。教师通过屏幕出示一些学生比较喜欢的垃圾食品的成分及危害，并举案列、垃圾食品的危害视频来进一步说明垃圾食品的危害。