

# 最新中学秋冬季卫生防疫班会教案(大全5篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

## 中学秋冬季卫生防疫班会教案篇一

季：带着甜蜜的微笑，

袁季：我们迎来了第\_\_个教师节。

袁：九月，献给老师九月，如期而至。世界因此灿烂。

季：我们歌唱九月，因为这是您永恒的节日。

袁：我们牢记九月，因为这是我们真诚的表白。

袁季：九月，是只情满四溢的杯子，我们用双手高高地举起一片真诚的祝福声中，请您干杯。

季：九月的乐章已经奏响，请接受我们九月的献礼吧，我亲爱的老师！

袁：亲爱的同学们，你们是否有许多的祝愿送给我们可爱可敬的老师呢？你们能否最关怀的，最简单的语言给老师一个贴心的祝福呢？让我们现在就行动起来，每个人都给老师一个祝福吧！（各排开火车说）。

季：我们每个人都表达了自己内心深处的一份祝福，让老师也感到无比的欣慰。我们都说每一个老师最了解的就是自己

的学生，我们每一个人都与老师心灵相通。下面我们就来做一个小游戏，叫做“心有灵犀”。

袁：老师——在我黑暗的人生道路上是您为我点燃了一盏最明亮的灯；

老师——再我迷蒙的人生道路上是您做我的了的引路人；

老师——在我跌跌碰碰的人生道路中是您为我指明了前进的方向；

老师——是您给了我一双强有力的翅膀，让我在知识的世界里遨游！

你有没有发现在老师身上的感人的故事，或者是给你的尊尊谆谆教导让你难以忘记和大家分享一下吧！（和大请三个同学）

季：下面让我们再做一个小游戏，叫做“给你一句话”。

袁：老师，一个平凡而又伟大的名字，有多少的诗篇都用来赞美老师，下面我们欢迎——同学来为我们是诗朗诵“——”。

季：虽然我们和老师相处的时间并不是很长，但是我们对老师永远有着一颗感恩的心，让我们欢迎郭老师，为我们讲话。

袁：感谢郭老师，

也感谢教过我们的所有老师，

你们所付出的汗水我们永远也不会忘记，

袁季：让我们怀着一颗感恩的心，对老师说声：

“老师，您辛苦了！”

（开场白：）

甲：老师年复一年，日复一日，传递着人类文明的成果；造就着祖国未来的栋梁。

甲：老师们辛勤地工作。忘我的付出。

甲：因此，我们应当借此机会给我们的老师提前过上一个最快乐的教师节。

齐：现在，初三二班主题班会现在开始。

（掌声过后）

乙：我们的发展，不是靠你我单打独斗可以实现的，是靠老师关心和鼓励。

乙：下面我们请副班长为大家致词。

乙：表演好了（就自我发挥）

乙：下面有请正班长上台演讲

乙：掌声过后

甲：下面有我随机选一位同学来谈谈他对老师这个高尚职业的看法

希望他以后可以克服自身的缺点

甲：那么我就有请谁谁上台

乙：现在有请老师上台演讲

老师：一个教师要教好学生，就得要不断的学习、吸收新的知识，不断更新自己的教育理念，不断改进自己的教学方法。并且在引导学生发展的同时使自己也得到发展，最终实现自己的人生价值和理想。（严肃点）

老师：当代的教师完全有能力有条件谋求自身的发展，实现远大的理想。但这个职业归根到底是需要持久耐心和无私奉献的。

老师：啰嗦一下

乙：请大家给予我们老师最最热烈的掌声~~

（结语：）

齐：欢乐时光过得快

一、主持甲：是谁，播下万古远点的梦幻？

主持乙：是谁，耕耘遍野燃烧的心愿？

主持合：是您，我们敬爱的老师！

主持丙：您将青春融入滴滴烛泪，记下了人类永远的赞叹。

主持丁：流淌的汗水和心血啊，在校园里把希望浇灌。

主持甲：您用青春写出无悔的人生。

主持乙：您用真情谱写世间最壮丽的诗篇；

主持丙：您的爱，我们永远也报答不完，

主持丁：让我们深深地向您鞠一躬，真挚地问候一声——

主持合：老师您好！

主持甲：《谢谢您，老师》主题班会现在开始。

## 二、送祝福

主持乙：我们的每一点知识，我们的每一个进步，都渗透着老师的汗水和心血。

主持丙：在此，让我们用自己独特的方式向老师来表达表达敬爱之情和祝福之愿吧！

主持丁：有请我们的班主任——周老师闪亮登场！

主持甲：请第一小队表心意：我代表

请第二小队送祝福：

请第三小队献礼：

请第四小队用具体行动来展示：

## 三、微故事

主持乙：老师，似春蚕，如蜡烛，比慈母，请听同学们和老师之间发生的真情故事吧！

生1陈麟鑫生2金楚翹生3

## 四、小组讨论：

如何才能不辜负老师的期望呢？请同学们讨论讨论。

主持丁：哪位同学愿意说一说。（叫人）

## 五、结束

甲：老师是石，敲出星星之火；

乙：老师是火，点燃生命之灯；

丙：老师是灯，照亮前进之路；

丁：老师是路，引你走向辉煌。

甲：感谢恩师，感谢您们的谆谆教诲；

乙：赞颂恩师，赞颂您们的美好心灵；

丙：祝福恩师，祝福您们教师节快乐；

丁：祝福恩师，祝福高尚的您们永远健康，欢乐！

## 六、留影（和老师的幸福瞬间）

### 中学秋冬季卫生防疫班会教案篇二

- 1、使学生认识到，孝敬父母、学会感恩是一个人最基本的素养。
- 2、使学生懂得，现在每个人享受快乐生活是通过别人付出得到的，培养学生对父母、他人、社会的感恩意识。
- 3、能够在日常行为中做到感恩父母。
- 4、能够用感恩的心态努力学习，积极生活。

#### 活动准备：

- 1、学生积极准备活动。
- 2、收集有关感恩的资料，阅读有关

感恩的故事。3、找好讲故事的学生。活动地点：教室。

活动过程：

一、班主任寄语：

同学们，有一种行为叫做感恩，拥有感恩之心的人是美丽的，做着感恩之事的人是高尚的也许有人会说，感恩离我们很遥远，其实不然，感恩不像我们想象的那么遥不可及，它常常发生在我们身边，时时伴随着我们成长。

通俗地说，感恩就是对别人的关怀和帮助抱有感激之心，感谢之意，回报之举在这个世界上，有许许多多的人或事值得我们去感恩。但是，最值得我们每个人去感恩的人，应该是我们的父母，今天我们的主题班会《孝敬父母学会感恩》正式开始（板书）。

二、感受母爱，品位父爱

1、感受母亲的爱

师：无论你身在何处，有一个人，她永远占据在你心中最柔软的地方；

有一种爱，它让你肆意索取，享用，却不要你任何回报？？

这个人，叫“母亲”，这种爱，叫“母爱”。

下面我们请班长为大家讲述一个震撼心灵的母爱故事，这个故事描述的是发生在汶川地震中伟大母亲的故事。

2、生讲故事

当救护人员发现她的时候，她已经以这样的姿势定格了：双膝跪地，双手坚定地撑着她的上身向前匍匐着，模样就像行

跪拜礼，她的身体被压得变形了，让人不忍目睹，但是在废墟中，拱起了一座母爱的桥。不知道她从哪里得到的力量，在大厦即将倾倒的瞬间，在水泥板和砖块狂暴地砸向她的那一刻，她没有趴下，而是用这种独特的姿势支撑着，直到永恒她背负着的是千万斤的废墟啊，但她没有倒下因为母爱的力量在支撑着她！

也许她还活着？救援人员冲她喊叫，用撬棍敲击着水泥框架她没有听见，也没有任何的反应，队长从砖石的缝隙中伸进手，触摸到的却是冰凉的躯体，于是人们暂时放下了她，走向下一个废墟，去救气息尚存的人。或许是得到神灵的启示，救援人员忽然想到了什么，他迅速地往回跑，竭尽全力地把手伸进那女人身子弯成的苍穹中，他探到了一个软乎乎、暖融融的小生命！那是一个孩子！救护队员们把断壁残砖搬开，从她屈曲的身体下面，抱出一个三四月大的婴儿在母亲的呵护下，她还酣然熟睡着，因为有母亲的庇护，山崩地裂，并不意味着什么。

队长紧紧地抱紧把婴儿护在怀里，泪眼莹莹，满脸慈蔼。橄榄绿和红色的襁褓互相辉映，成为人间最美丽的风景。

孩子毫发未损，她一直安详地睡着，红扑扑的小脸让所有的人为之动容，随行的一声准备给她做体检时，襁褓中却滑出一部手机，上面是一条已经写好的短信：亲爱的宝贝，如果你能活着，一定要记住，妈妈爱你！这是世界上最感人的短信，同时也是一条特殊的遗嘱，一个伟大的祝福！都说是父爱如山，母爱似水但谁敢说，这位母亲的脊梁不是一座大山？“母爱无边！”“恩重如山！”（学生重复）

3、慈母颂（齐读）襁褓时，母亲的甘甜乳汁，是滋润肌肤的甘露，

孩提时，母亲的苦涩汗水，是浇灌心田的清泉，

求学时，母亲的耐心教导，是启动灵感的马达，  
困惑时，母亲的殷切教诲，是拨正航向的罗盘，  
失足时，母亲的善意规劝，是迷途识返的路标，  
成功时，母亲的热情鼓励，是乘胜前进的风帆，  
攻关时，母亲的积极鞭策，是攀登要隘的阶梯，  
拼搏时，母亲的大力支持，是冲越激流的航船，  
挫折时，母亲的亲切关怀，是闯出困境的号角，  
患病时，母亲的精心护理，是战胜苦痛的灵丹，  
困倦时，母亲的爱心，是安然入睡的摇篮，  
疲惫时，母亲的怀抱，是停泊小憩的港湾，

#### 4、品位父亲的爱

父爱是山，无论你有多大的困难，他总是你依靠的屏障；父爱是路，无论你走到哪里，他都伴你延伸，为你指点迷津，护你一路走好。

#### 5、生讲述《奇迹的名字叫父亲》

1948年，在一艘横渡大西洋的船上，有一位父亲带着他的小女儿，去和在美的妻子会合。

海上风平浪静，晨昏瑰丽的云霓交替出现一天早上，男人正在舱里用腰刀削苹果，船却突然剧烈地摇晃，男人摔倒时，刀子扎在胸口他全身都在颤抖，嘴唇瞬间乌青。6岁的女儿被父亲瞬间的变化吓坏了，尖叫着扑过去想要扶他，他却微笑

着推开女儿的手：“没事，只是摔了一跤”然后轻轻的拾起刀子，很慢很慢地爬起来，不引人注意地用大拇指揩去了刀锋上的血迹。

以后3天，男人照常每晚为女儿唱摇篮曲，清晨替她系好美丽的蝴蝶结，带她去看大海的蔚蓝仿佛一切如常，而小女儿尚不能注意到父亲每一分钟都比上一分钟更衰弱、苍白，他看向海平线的眼光是那样的忧伤。抵达的前夜，男人来到女儿身边，对女儿说：“明天见到妈妈的时候，请告诉妈妈，我爱她”。女儿不解地问：“可是你明天就要见到她了，你为什么不自己告诉她呢？”他笑了，俯身在女儿额上深深刻下一个吻。船到了纽约港，女儿一眼便在熙熙攘攘的人群里认出母亲，她大喊着：“妈妈！妈妈！”就在这时，周围忽然一起惊呼，女儿一回头，看见父亲已经仰面倒下，胸口血如井喷，刹时间染红了整片天空？尸解的结果让所有人惊呆了：那把刀无比精确地洞穿了他的心脏，他却多活了3天，而且不被任何人知觉唯一可能的解释是因为创口太小，使得被切断的心肌依原样贴在一起，维持了3天的供血，这是医学史上罕见的奇迹医学会议上，有人说要称它大西洋奇迹，有人建议以死者的名字命名，还有人说要叫它神迹？“够了”那是一位坐在首席的老医生，须发俱白，皱纹里满是人生的智慧，此刻一声大喝，然后一字一顿地说：“这个奇迹的名字，叫父亲”。

## 6、班主任寄语：

世间最神圣的爱是父母之爱，世间最博大的情怀是父母的胸怀，爱我们的父母吧！因为只有他们才懂得你的一切，只有他们才会不济生死去爱他们的孩子。

## 7、欣赏歌曲《父亲》，回想父母的关爱。

## 8、问卷调查：

9、结合你写的调查结果，谈谈你的感受。

10、反思觉醒，读懂父母心。

回想父母曾经为自己所做的事情，谈谈自己的感恩计划。

11、让我们向我们的父母高声宣誓

亲爱的爸爸妈妈：我们从现在开始，在思想品德上让你们安心；在学习上让你们放心；在生活上让你们省心；我们不再辜负父母心！

三、给父母写封爱的回信

在感激父母抚育、理解父母心情的基础上，把你最想对父母说的话写出来。

四、齐唱《感恩的心》，结束班会。

## 中学秋冬季卫生防疫班会教案篇三

二、班会主题：学会感恩与爱同行

三、班会目的：通过此次主题班会，让学生充分认识到父爱、母爱的伟大以及周围人对自己的关爱，从而提高初中生的感恩意识，学会感恩，发扬中华民族的传统美德。

四、班会时间：20\_\_年6月10日

五、班会地点：新田中学初二2班

六、班会对象：初二2班全体学生

七、班会形式：讨论、表演

1、导入：播放歌曲《感恩的心》，导入班会主题。（出示幻灯片 5分钟）

美国把每年十一月第四个星期四定为感恩节。我们中国虽然没有感恩节，但是中国传统文化观念及中国人基本做人原则中，都有“感恩”。比如熟语当中就有很多是与感恩有关的：“滴水之恩，当涌泉相报”、“饮水思源”、“知恩图报”等。我们从出生到现在，一直享受着父母的爱，接受着父母、师长、朋友的关心，我们觉得这一切是理所当然的，很少想过“感恩”二字。那么今天就让我们用心来体会如何感恩。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，感谢上天的眷顾。一个人的成长，要感谢父母的恩惠，感谢国家的恩惠，感谢师长的恩惠，感谢大众的恩惠。

没有父母养育，没有师长教诲，没有国家爱护，没有大众助益，我们何能存于天地之间？所以，感恩不但是美德，感恩还是一个人之所以为人的基本条件！面对现在日益冷漠的青年一代，加强感恩教育尤为重要。

2、讨论：观看《感动中国》视频材料，谈谈对感恩的认识（8分钟）

使我们的生活更精彩，我们要用自己的行动去报答那些给自己帮助的人。

学生2：我认为我们在生活中就是要多帮助父母，要为父母多做点家务，因为父母生我养我不容易，要多体谅老师，努力学习，那就是感恩。

学生3：感恩是中华民族的传统美德，是一种积极的生活态度。我们只有学会了感恩，生活才会快乐，生活中才会有真挚的情感。

学生4：生活中我们要感恩父母，感恩老师，感恩一切帮助过我的人。

教师总结：刚才几位同学都说了自己对“感恩”的理解，非常好。老师想，在生活中，我们首先要感恩的是父母，因为他们生养了我们；其次，我们要感恩的是老师，因为他们教育了我们；另外，我们还要感恩朋友和对手，因为他们促进了我们的成长；虽然，现在我们不会赚钱没什么收入，但是我们要从身边的小事做起，一点一点的让我们的父母，老师，亲朋好友感动，放心。

3、小品《种瓜得豆》（6分钟）

4、讨论问题：（5分钟）

（1）为什么要感恩父母？

（2）为什么要感恩老师？为什么要感恩自然和身边的人？

（3）学生先自己考虑，然后再进行小组交流。

5、继续讨论：（4分钟）

（1）怎样感恩父母？

（2）怎样感恩老师？

（3）怎样感恩自然和身边其他的人？

学生针对以上三个问题进行讨论，而后教师总结。

6、观看尊师重道的视频（7分钟）

无论是谁只要走进我们学校的大门，都会感受到同学们浓浓的尊师之情。每天清晨，执勤的同学在校门口亲切地问一声：

“早上好”，教师节，同学们会向老师送一张精美的贺卡。这一声声亲切的问候，一张张美丽的贺卡，都折射出中华民族优秀传统文化在当今时代所绽放出的绚丽色彩。有人说教师是人类灵魂的工程师。是的，当我们刚入学还不懂事的时候，是老师从细小的事情入手，耐心地指导我们如何做人、如何做事。当我们犯了错误的时候，或是彷徨无奈的时候，又是老师循循善诱地启迪我们，仿佛是在我们的心灵深处点燃了一盏明亮的灯，把我们的人生引向光明的彼岸。如果说学校是知识的源泉，那么在我们学习知识的过程中最离不开的就是老师了。

尊师重教是全社会的美德，是中华民族的优良传统。古今中外就有许多名人尊师的故事流传下来，成为佳话。\_\_在给他的老师徐特立老先生的生日贺信中说道：“你是我二十年以前的老师，现在仍然是我的老师，将来必定还是我的老师。”这段话已成为世人的座右铭，为全国人民树立了光辉的尊师榜样。让我们来举行一次讲故事比赛，听一听各小组收集的尊师故事。

各组尊师的故事都很精彩，接下来让我们再来看一首脍炙人口的童谣。随着我们慢慢长大，它可能已经被忘却。一个体恤学生的老师，随着慢慢长大，却永远忘不了。看完这首童谣，然后回答问题。

问题一：你以前有过那些不尊敬老师的行为？

问题二：你打算今后怎样尊敬老师？

学生1：当我犯了错误，受了老师的批评，总是不服气，有时还要顶撞老师顶。其实我错了，老师批评我，教育我，都在教我做人的道理。以后我一定虚心接收老师的批评教育，并积极改正错误。

学生2：我有时上课不认真听讲，经常开小差。有时还要讲话，

影响课堂纪律和老师的讲课，这是对老师劳动不尊重的表现。我们应该尊敬老师，上课专心听讲，独立思考，积极举手发言，认真完成作业，支持老师的工作，这是老师的欣慰。学生3：我有时在校园里碰到老师觉得有些不好意思，就低着头从她身边走过，没有和她打招呼，这是对老师不礼貌的表现，以后我在校园里一定主动向老师问好，不管她是不是我们班的任课老师，都要有礼貌。

主持人：同学们都说得很好，也认识到了我们平时行为中的一些错误，并将积极改正，做到尊师重道。

## 八、感恩小故事（3分钟）

也不能看着你死！

3、《挨杖伤老》：汉朝时，大梁有个叫韩伯愈的人，他的母亲对他管教很严格，稍微有点过失，就举杖挥打。无论母亲打多重，他都没有怨言不掉眼泪。

4、孝顺儿捐肾救母：20\_\_年9月底，在深圳一家律师事务所工作的田世国得知母亲刘玉环患尿毒症后，偷偷跑到上海中山医院作了血样检查；配型成功后，瞒着母亲，毅然将自己的一个肾脏移植给她。

## 九、教师总结：（2分钟）

学会感恩，本质上就是对他人给予自己的好处，做出回应，做出回报，而不是漠视，而不是淡然处之；学会感恩，是用放大镜去看别人的优点；学会感恩，是温暖的阳光，照到哪里哪里亮；学会感恩，是感情的黏合剂。

感恩父母——感谢父母、长辈的养育之恩，学会孝敬父母长辈；

感恩自然——感谢大自然的赐予，热爱自然，增强环保意识；

感恩师长——感谢老师的教诲，尊师重教；

感恩他人——感谢同学、朋友的支持照顾，促进互助互爱。

## 中学秋冬季卫生防疫班会教案篇四

都知道吸烟有害健康，中学生在校园举行禁烟主题班会，有哪些内容呢？下面是小编整理的关于中学生禁烟主题班会，希望大家喜欢。

### 一 班会背景

“吸烟有害健康”，这是众所周知的。可是，我们的中学生因为好奇，因为年幼不懂事，一边唱着“早起一支烟，舒坦大半天；饭后一支烟，赛过活神仙；睡前一支烟，梦里乐无边”，一边吸食起了香烟。还有的同学认为吸烟是有风度的表现，是成熟的气质。其实，吸烟并不会让我们看起来成熟，更不能让我们获得成功。我们最好的、最受同学们喜欢的形象，不是吸烟时的模样。而是运动场上，意气风发、英姿飒爽的形象；是竞赛场上，沉着冷静、机智对答的形象；是课堂上，认真听讲、积极思考的形象。

### 二 班会目的

让学生了解吸烟的危害性，知道青少年特别是中小學生正处在长知识，长身体的重要人生阶段，应该远离一切不适宜于这一人生阶段的各种嗜好，其中也包括吸烟中学生禁烟主题班会：青春的花季，拒绝香烟中学生禁烟主题班会：青春的花季，拒绝香烟。同时号召广大未成年人积极行动起来，远离香烟，拒绝香烟，让青春无怨无悔。

### 三 班会准备

1. 搜集有关香烟方面的资料。
2. 分组排练歌舞、小品的表演。

### 四 班会过程

#### a 程序

1. 第一章 香烟的自述
2. 第二章 香烟的危害
3. 第三章 香烟的故事
4. 第四章 拒绝香烟

#### b 活动记实

主持人(女)给大山种一首诗歌，给小鸟种一片欢乐

(男)给白云种一份留恋，给阳光种一份柔和

(合)青春的花季，拒绝香烟

(女)给河流种一片碧波，给大地种一份肥沃

(男)给春天种一份生机，给祖国种一份祥和

全班一齐说：青春的花季，拒绝香烟。

主持人(女)青少年正处在人生的金色时代，花样年华的我们天真活泼，有着强烈的求知欲，对生活中的新鲜事物充满了好奇，总是想去亲自尝试，弄个究竟，因此，就很难避免会

受到社会上一些不良现象的影响，而青少年吸烟，就是一个不容忽视的社会问题。

主持人(女)不明白，没关系，今天你认真的听，仔细看，自然就会明白的，首先，让我们来听听香烟的自述吧。

学生1. 香烟烟雾的自白

看，我带来了我最宠爱的三位大将中学生禁烟主题班会：青春的花季，拒绝香烟主题班会。

学生2. 尼古丁

我是尼古丁小姐，我的绝技是使用“迷魂大法”只需7.5秒，我就能到达烟民们的大脑，使烟民们感到一种轻柔愉快的感觉，是让人们上瘾的秘密，我的杀伤力也了不得，25支烟中的尼古丁就可以让一头冲劲十足的公牛死于我的红裙之下。

学生3. 烟焦油

我是得到师傅真传的烟焦油。我由好几种毒素混合而成。在肺中我会浓缩成一种粘性物质，堵塞你的肺泡，阻碍你的呼吸。

学生4. 一氧化碳

我，一氧化碳，我的绝技是偷梁换柱，我能冒充氧气，偷偷登上血液循环的列车，当人的大脑细胞需要氧气时，才发现被我做了手脚。没有了充足的氧气，人类的大脑将会昏昏沉沉。

学生1. 哈哈，有了这些心爱的大将的辅佐，我对于登上“世界顶级杀手”的宝座，充满了信心。亲爱的朋友，快点加入烟民的行列吧，只要你吸了烟，保管你的身体慢慢会有意想

不到的疾病发生。

主持人(男) 哇，这么具有杀伤力，厉害，厉害，佩服，佩服。

主持人(女) 不知道吧!不过不知道也不怪你，接下来，我们再来看看受害最深的肺是怎么说的。

学生5. 肺甲

学生6. 肺乙

我就没你那么幸运了，我是一个伤痕累累的肺。我的主人是一个具有30年烟龄的老烟民，他每天要抽两包烟，大量的烟雾把我熏得黑黑的，我在勉强支撑着，如果他再继续伤害我，我将不得不和他挥泪告别。

主持人(男) 真是不听不知道，一听吓一跳。

主持人(女) 现在，你懂得香烟家族的高手了吧。想必在座的各位也都对香烟家族的成员有所认识了吧。

主持人(男) 真是“听君一席谈，胜读十年书”啊!

主持人(男) 我们的生活本是那样的美好，但是香烟，一种危害极大的物品，却在不断的残害着许许多多的青少年朋友。

学生1. 仅在20xx年，全球就有490万人因吸烟死亡。

根据昨天在澳大利亚公布的一份研究报告，烟草、酒精和违禁药品每年在全世界范围内夺走约700万人的生命，这一数字还在上升。

学生2. 新华社北京4月6日专电 科学家最近发现了被动吸烟导致心脏病、癌症等致命疾病的进一步证据，并呼吁尽早全

面禁止在公共场所吸烟。

学生3. 据《英国医学杂志》网络版报道，美国蒙大拿州有6.8万居民的海伦纳镇自20xx年11月至次年6月实行公共场所全面禁止吸烟后，当地医院的统计数字显示，全镇心脏病患者的年发病者从先前的40人减少到26人，降低了40%。而新西兰一项研究也显示，非吸烟者与吸烟者生活在一起，其健康受到的威胁要比常人高出15%。

学生4. 吸烟的祸害有多大?科学家计算出每抽一枝香烟，将耗尽11分钟的生命。对于那些每天吸食一整包烟的人来说，这个数字意味着你的生命将缩短3小时40分钟。每星期食七包的话即等如耗掉了24小时的时间总的来说，与非吸烟的人士相比，研究中抽烟的男性平均生命缩短了6年半。

学生5. 让我来做个总结吧。我给吸烟者的几句真言。吸烟的朋友可以记笔记呀。被动吸烟的朋友也应该把它牢记着。

. 吸烟者得口腔癌、喉癌、食道癌、胃癌、膀胱癌等癌症的几率比不吸烟者高50%。

吸烟者的冠心病发病率是不吸烟者的4倍。

肺癌发病率是不吸烟者的8-12倍，烟量越大，患肺癌危险性越高。

中国肺癌死亡率增长为世界第一，且以每年4.5%的速度上升。

中国每年约有100万人死于吸烟引起的各种疾病，居世界首位。

1支烟中的尼古丁可毒死一只老鼠。

25支烟中的尼古丁可毒死一头牛。

(1)脱发：吸烟削弱人的免疫系统功能，使身体极易受疾病的攻击，如红斑狼疮，就能引起头发脱落、口腔溃疡以及面部、头皮和手部的皮疹等。

(2)白内障：吸烟被认为能引起或恶化几种眼部疾病，吸烟者有高达40%的白内障发病率。白内障表现为眼睛的晶状体混浊，这将阻挡光线并能导致失明。吸烟可通过两种途径导致白内障，一种是烟雾直接刺激眼睛，另一种是烟雾把有害物质释放到肺里，然后这些有害化学物质再随血流上行到眼睛。

学生1. 同学们，你们知道吸烟的传说吗？

很久以前，在一个风景如画的乡村里住着一对年轻夫妻。他们有一片土地和牧场。每天日出而作，日落而息，十分恩爱。几年后，他们有了一对粉妆玉琢般的女儿，有了成群的牛羊，仓库装满了谷物，生活丰足而平安。不幸的是，妻子患了不治之症，丈夫整日郁郁寡欢，寝食无味，妻子心痛了，便告诉他，在她死后，坟头上会长出一株阔叶草。在妻子死后，丈夫依着妻子的叮嘱，把坟头上的草叶卷成筒，吸上一口，觉得清香，爽口，提神，使人心旷神怡，烦闷顿消。丈夫知道，这是妻子在为他祈祷祝福，在为他消愁解闷……从此抽烟便普及开了。

可惜的是，香烟流传到了今天，它已经没有当初的纯洁的含义了  
中学生禁烟主题班会：青春的花季，拒绝香烟  
中学生禁烟主题班会：青春的花季，拒绝香烟。

学生2. 小小的一包烟，值多少钱？有趣的是，你们听说过吸一支烟付了20xx美元的故事吗？如果告诉您，一个人为了吸一支香烟就要从钱包中掏出20xx多美元，而且既不是为了摆阔，也不是有钱无处花，吸烟者本人更不是豪富大腕儿，不知您信不信。但是，最近法国的一个大学生确实有如此遭遇，但他不是“玩儿一把”，而是被罚款，而且还要坐牢4个月。您看，吸这支烟该多么不值。

原来，在今年2月底，这位现年26岁、生活在法国“海外领地”所属的一个印度洋小岛上的大学生，在乘坐一架法国航空公司波音747客机时，据说“要稳定情绪”而想吸烟，可是机舱明令禁止吸烟，他便躲到洗手间偷吸。也是鬼使神差，他把未熄灭的烟头丢在纸篓里，引起火灾。火是小火，也很快被扑灭，事可弄大了。

最近，印度洋小岛首府丹尼斯法院判处他6个月的监禁，罚款1万法郎，赔偿物品损失5000法郎，总计相当于20xx多美元。瘾君子们，还是不吸烟为上策。

学生3. 嘿嘿，吸一支烟罚款20xx美元，那不算什么。你听说过更有趣的吗？抽根烟罚款10万元。哇，大家好奇吧。这是讲大名鼎鼎的蔡振华教练从严治队的故事。

近日，体育报上讲了这么一件事：刚刚升任中国队助理教练的刘国梁日前在机场转机，恰遇一位朋友两人在咖啡厅闲聊时，这位身为老烟民的朋友递给刘国梁一支香烟，但不吸烟的刘国梁谢绝了。

“没关系呀，抽着玩吧，我这是薄荷烟。”这位朋友说。谁知刘国梁说：“哥们，你这是害我呀。我抽一支烟可是要罚10万元的呀。”朋友不解，以为刘国梁是与人打赌下的赌注。细问之下，方知这是中国乒乓球队的队规。

学生4. 大家别再去拍卖香烟了。我给大家带来了很有趣的香烟的故事。题目叫“烟盒寻女”。

学生5. 吸烟有害健康。这个道理咱们都懂。戒烟，是吸烟者的最大难题了。最近，你听说过这样一则趣闻吗？痛苦的医生戒烟一心为着健康，却一不小心获了大奖发了意外财了。请听我说来。

天津南开理疗专科医院的医生胡志刚做梦也没有想到，自己

戒烟竟然还获得一个2500美元的国际戒烟大奖中学生禁烟主题班会：青春的花季，拒绝香烟主题班会□20xx年5月31日，世界无烟日大型活动，在公证部门的监督下，国际戒烟竞赛中国组委会在北京体育大学为本届竞赛进行抽奖。天津市医生胡志刚幸运地成为大奖候选人。6月7日，在塞浦路斯举行的抽奖中，胡志刚成为西太区洲际大奖得主，喜获奖金2500美元。本届国际戒烟竞赛全球有80个国家约70万吸烟者报名参赛，我国共有27398人参加此项活动。本次竞赛要求戒烟时间维持4周，合格者才有资格抽取国家、西太区洲际奖和国际大奖呢。

主持人(男)听了这么多香烟的趣事，回味无穷呀

过了“耳闻”瘾，现在该过“目睹”瘾了。下面请欣赏咱们班上的吸烟趣事。

五根薯条

五个学生在厕所吸烟，被老师发现，班主任依次找他们五个人谈话。

学生a 上。

老师：“你吸烟吗？”

学生工a□“吸……”

学生b上。

老师：“你吸烟吗？”

学生b□“不吸。”

“那吃根薯条吧。”说着老师递过薯条。

学生b自然地伸出两个指头.....

学生c上。

老师：“吸烟吗？”

学生c□“不吸。”

“那吃根薯条吧。”

学生c一不留神将酱蘸多了，便开始往碗里弹.....

学生d上。

老师：“吸烟吗？”

学生d□“不.....吸.....”

“那吃根薯条吧。”

学生d吃完薯条已是汗流浹背。

学生d□“谢谢了。.老师.，要是没事的话我先回去了

老师：“你不给同学带根薯条去吃吗？”

学生d□“谢谢老师。”说着把薯条顺手放在耳朵上.....

学生e上。

老师：“吸烟吗？”

学生e□“不吸。”然后接过老师递来的薯条，安心放在上衣的口袋里。

学生e转身想走，老师突然喊：“校长来了！”

这时，学生e慌忙把薯条从口袋里拿出来，放到地上使劲地踩。

老师：“你这动作还挺标准的呀。看你还敢不敢说假话了。”

学生a□b□c□d□e一齐上。

老师：你们五人躲在厕所里抽烟，今天你们的谎话都被我识破了

学生：老师，我们错了，以后再也不吸烟了。

主持人(男)掌声鼓励我们的演员们。他们把偷偷吸烟的动作表情，表演得惟妙惟肖，真是精彩极了。

主持人(女)我们选择正确健康的生活方式，养成良好的行为习惯。只要我们选择了无烟的花季，我们将生活在阳光明媚、树木茂盛的春天，到处是鸟语，到处是花香。春天，春天就在我们的歌声里！青春的花季，因拒绝香烟而美丽！

#### 第四章 拒绝香烟

主持人(男)首先，请同学们用热烈地掌声请出我们的吸烟的朋友进行自我解剖吧。

学生1. 说说心里话——一个吸烟少年的“切身体会”

升入了初中，也结识了不少“铁哥们儿”，俗话说“近朱者赤，近墨者黑”，我受不了好奇心的驱使，看着别人吸烟，心里痒痒的。在学校我成绩不好，常受老师批评，心里窝囊极了。我从这种“美妙的吞云吐雾”中找到了自我。觉得自

己很“伟大”，十分自豪。可是，我却无法自拔，越陷越深。对于家长、老师的苦口婆心的“说教”，我全不理睬，依然我行我素。

上课时，烟瘾发了，我便想出了一个鬼点子，请假上厕所，在老师无奈又生气的注视下，我以超音速溜进了厕所，谁又知道这厕所里的“卧虎藏龙”呢？蓝幽幽的烟圈弥漫了整个厕所，我全然忘却了厕所原有的“臭气”，我心里一片舒畅，可周围好像有千万双眼睛注视着我，有怜悯的目光，在无奈的目光，有严肃而锐利的目光，甚至还有一阵阵谴责声，我顿时感到无地自容，耳根发烫，作为一个学生我也意识到自己行为的不光明正大，可是我爱这种感觉！

直到今天，通过这次主题班会我了解到这根小小的烟中居然有4000多种有害物质！再看那被烟焦油熏得黑黑的肺，我顿时觉得不寒而栗！生命如此短暂，可我却因一时好奇去缩短自己有限的生命！我心底常常懊悔！

现在，我醒悟了，决心战胜，战胜秘书。从现在起，让我永远丢掉这根有百害而无一益的小小的纸卷，让自己拥有一个健康向上而快乐无比的的未来中学生禁烟主题班会：青春的花季，拒绝香烟中学生禁烟主题班会：青春的花季，拒绝香烟。

- 1) 扔掉吸烟用具，诸如打火机，烟灰缸，香烟，减少你的“条件反射”。
- 2) 告诉别人你已经戒烟不要给你烟卷，也不要在你面前吸烟。
- 3) 写下你认为的戒烟的理由如为了自己的健康、为家人着想、为省钱等等，随身携带，当你“烟瘾”犯了时可以拿出来告诫自己。
- 4) 为自己制订一个戒烟计划每天减少自己吸烟的数量。

5) 为自己安排一些体育活动如游泳、跑步、钓鱼等，一方面可以缓解精神紧张和压力，另一方面可以避免花较多的心思在吸烟上  
中学生禁烟主题班会：青春的花季，拒绝香烟主题班会。

6) 研究表明在戒烟初期多喝一些果汁可以帮助戒除尼古丁的成瘾

7) 当你有想吸烟的冲动时，可以用喝水来控制事实证明，水是戒烟的妙药，当你感到空腹或想吸烟时，就先慢慢地喝上一杯水，这会帮助身体新陈代谢，不仅可消除空腹感打消吸烟的念头，还可以避免进食过多引起的体重增加。

8) 若单独使用行为疗法难以促成戒烟，尼古丁替代法或非尼古丁药物治疗常会帮助吸烟者戒烟成功尼古丁替代疗法即用含有微量尼古丁的产品，如口香糖、鼻腔喷雾剂或贴在皮肤上的膏药等，来帮助戒烟者缓解戒烟过程中易怒、失眠、焦虑等剧烈症状。这些替代产品中的尼古丁进入血液的速度要比吸烟慢得多，但能迅速缓解烟瘾。非尼古丁药物治疗，像zyban(载班)通过与尼古丁替代疗法不同的作用途径，也被证明在帮助吸烟者成功戒烟方面有效性是常规方法的2倍。

9) 当你真的觉得戒烟很困难时，可以找专业医生咨询一下寻求帮助，取得家人和朋友的支持对于成功戒烟也至关重要。

主持人(男)听!我们的誓言:

(合)走向健康!走向明天!走向未来!

主持人(女)听!我们的决心:

(合)让香烟远离，让健康永存!

主持人(男)听，我们的口号□

(合)珍惜光阴，共铸理想!

主持人(女)我们的选择:

(合)青春的花季，拒绝香烟!

主持人(合)青春的花季因拒绝香烟而更美丽!天更蓝了，水更清了，鸟儿唱得更欢了，花儿开得更艳了!我们的明天会更美好!

全班大合唱《明天会更好》

主持人宣布班会结束。

## 五 班会总结

参加了这次主题班会，我感受很深，劝阻青少年吸烟，净化环境确实很重要。要达到了这个目的，不是一句两句话能说到的，也不是一次两次检讨能做得到的。关键在于，要让同学们从内心里清醒地认识到，吸烟确实有害健康，吸烟是慢性自杀。要让学生先“心动”，然后再“行动”。这样，就能收到事半功倍的好效果。

## 中学秋冬季卫生防疫班会教案篇五

过程:

### 一 前期打算:

班会主持人应由班委会会议选举或推举，也激励同学们自荐担任，并在 班会前期打算阶段打算好主持稿件，并熟悉班会的整个流程。

### 二 参考材料:

## 1 尊重生命：

世界上最宝贵的东西，莫过于生命了，我们的生命都是非常可贵的，每个人的生命都只有一次，逝去的生命是无法重来的，所以要好好尊重生命。生命不但短暂而且可贵，生命也不只限定于人类，不论是人还是动物，都应该被尊重，所以我们更应该好好的珍惜，假如碰到艰难，应该勇于面对，而不是一味的逃避，甚至选择自杀，自杀的人是最不应该的，假如有勇气自杀，更应该有勇气现实，克服艰难，有人说：生命如一颗绿豆，你可以把它种到土里，让生生不息；也可以煮了它，吃掉就没了。一个人可以决定自己命运的道路，要活得美或过得如行尸走肉，全由自己来掌握。懂得尊重生命的人，会活的美，把生命发光，不懂尊重生命的人，就会把自己弄得行尸走肉一般，尊重生命和爱护生命的关系是密不可分的，一个爱生命的人，他更尊重生命。不把生命当作一回事那样的人，不够尊重生命，生命，可以很坚韧，也可以很脆弱的。拥有，就要懂得珍惜尊重，知道为人付出，尊重每一个生命。不仅为人，也是为自己。

## 2 学会生存：

一篇[挣扎才干生存]的文章，讲述了一个因为怜悯而导致的悲剧：一个孩子在观察蛾出茧的过程时，由于觉得蛾出茧时钻得很辛劳，产生了怜悯心，便帮蛾把茧剪开了一个大洞。可是这只蛾由于没有经过钻出茧时的挣扎过程，翅膀没有力，很快就死了。

生存教育是人生最基本的教育，大学生和中小学生在人生的成长阶段，在面对突发事故灾难时更简单受到伤害，我们学生如何自救和救助他人？如何在火灾中逃生？如何从容面对凶险？这已经成为一个亟待解决的问题。为此，联合国教科文组织为二十一世纪的教育提出了一个极具震撼力的口号：“学会生存！”在孩子的成长过程中，父母教师应该是孩子的引路人，而不是决策者，不管孩子处理问题采取的是什

么办法，即使是最次的，对孩子也是有利的。惟独在挫折大败中他们才会不断吸取教训，总结出的办法。这样才干为他们今后在激烈的竞争中生存下来打好基础。相信孩子们一定会有展翅飞翔的那一天。

### 3 热爱生活：

别让生活留有遗憾

你改变不了环境，但可以改变自己。

因为年轻，所以会经历一些事情，比如爱情 友情。

没有人能够永恒快乐幸福的过每一天。

没有人能够坦然的面对自己的坚毅和软弱。

让我们成熟的，是经历的，是磨练的。

让我们幸福的，是宽容的，是爱的。

让我们心安的，是理解的，是信任的。

你改变不了事实，但你可以改变态度。

不知道为何，有些东西就是无法改变。

也许，还在追求那永恒不会有完美。

曾几何时，我们虚荣过，幻想过，为狭隘的目标奋斗过。

待到重新回头看待这一切时，觉得很多事情都云淡风轻了。

你改变不了过去，但你可以改变此刻。

因为破起了 不 必要的包裹，生活才会更美好。

人生如此短暂，有 什么理由，不 去好好的生活呢？

有 太多的事情要你去做，有 很重要的人等着你去珍惜。

不 要回头看，前面的世界才更出色。

看，这就是我自己走出来的路。

不 能预知明天，但你可以把握今天。

基丁说过这样的话。

一条路走的人多了 ， 总会弄得泥泞不 堪，总会弄得尘土飞扬。

为何不 换一条路走走，也许一切将会是另一种样子。

把握住自己的今天，那么生活也对你微笑。

让我们的心不 再压抑，让它解脱吧。

让自由的心灵飞翔，去迎接那绚丽的阳光吧！

——摘自北斗星论坛

三 班会开始：

由主持人发言，说明班会的主题及目的，并公布主题班会开始(3-5分钟)

班会总结(5-10分钟)：邀请班主任老师上台就同学们的发言进行总结；主持人总结发言，最后公布会议结束。