

小学防震减灾班会高清 防震减灾安全班会教案(优秀10篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。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。

小学防震减灾班会高清篇一

二年级

- 1、掌握地震到来时在各种情况下的应急措施。
- 2、关爱生命，快乐学习生活每一天。

XXXX年X月XX日

一、话题引入：

地震是对人类威胁极大，并且比较常见的自然灾害。地球上每年大约要发生500多万次大大小小的地震。1976年的唐山大地震，2008年5月12日发生在汶川地区的8级大地震，都造成了重大的财产损失和人员伤亡。本次班会的主题是防震减灾，珍爱生命。

二、地震的前兆

地震作为一种自然现象，它在发生之前有时会有一些前兆，我们如果能掌握这些前兆，就会对地震的预防起到积极、主动的作用。如地震前往往井中水位突然上升或下降，大气中出现异味，飞鸟、家畜惊慌、野生动物反应异常，电线之间

有火花、室内有蓝光、荧光灯被点燃等。人人都要知道立即报告的途径，但决不能预报“地震了”，也不要相信“有地震”的传言。

三、地震发生的原因

由于地球在不断运动和变化，逐渐积累了巨大的能量，在地壳某些脆弱地带，造成岩层突然发生破裂，或者引发原有断层的错动，这就是地震。地震绝大部分都发生在地壳中。

四、学习地震到来时在各种情况下的应急措施：

1、学校人员如何避震？

在学校中，地震时最需要的是学校领导和教师的冷静与果断。有中长期地震预报的地区，平时要结合教学活动，向学生们讲述地震和防、避震知识。震前要安排好学生转移、撤离的路线和场地；震后沉着地指挥学生有秩序地撤离。在比较坚固、安全的房屋里，可以躲避在课桌下、讲台旁、教学楼内的学生可以到开间小、有管道支撑的房间里，决不可让学生们乱跑或跳楼。

2、学生在学校如何避震？

地震到来时，如果正在教室上课的，要在教师指挥下迅速抱头、闭眼、躲在各自的课桌下，千万不要跳楼！不要站在窗外！不要到阳台上去！如果正在操场或室外的，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，不要回到教室去，震后应当有组织地撤离，必要时应当在室外上课。

3、家庭如何避震？

地震预警时间短暂，室内避震更具有现实性，而室内房屋倒塌后形成的三角空间，往往是人们得以幸存的相对安全地点，

可称其为避震空间。这主要是指大块倒塌体与支撑物构成的空间。室内易于形成三角空间的地方是:炕沿下、坚固家具附近;内墙墙根、墙角;厨房、厕所、储藏室等开间小的地方。

(1)抓紧时间紧急避险。如果感觉晃动很轻,说明震源比较远,只需躲在坚实的家具底下就可以。大地震从开始到振动过程结束,时间不过十几秒到几十秒,因此抓紧时间进行避震最为关键,不要耽误时间。

(2)选择合适避震空间。室内较安全的避震空间有:承重墙墙根、墙角;有水管和暖气管道等处。屋内最不利避震的场所是:没有支撑物的床上;吊顶、吊灯下;周围无支撑的地板上;玻璃(包括镜子)和大窗户旁。

(3)做好自我保护。首先要镇静,选择好躲避处后应蹲下或坐下,脸朝下,额头枕在两臂上;或抓住桌腿等身边牢固的物体,以免震时摔倒或因身体失控移位而受伤;保护头颈部,低头,用手护住头部或后颈;保护眼睛,低头、闭眼,以防异物伤害;保护口、鼻,有可能时,可用湿毛巾捂住口、鼻,以防灰土、毒气。

4、公共场所如何避震?

听从现场工作人员的指挥,不要慌乱,不要拥向出口,要避免拥挤,要避开人流,避免被挤到墙壁或栅栏处。

在影剧院、体育馆等处:就地蹲下或趴在排椅下;注意避开吊灯、电扇等悬挂物;用书包等保护头部;等地震过去后,听从工作人员指挥,有组织地撤离。

在商场、书店、展览、地铁等处:选择结实的柜台、商品(如低矮家具等)或柱子边,以及内墙角等处就地蹲下,用手或其他东西护头;避开玻璃门窗、玻璃橱窗或柜台;避开高大不稳或摆放重物、易碎品的货架;避开广告牌、吊灯等高耸或悬挂

物。

在行驶的电(汽)车内:抓牢扶手,以免摔倒或碰伤;降低重心,躲在座位附近。地震过去后再下车。

5、户外如何避震?

就地选择开阔地避震:蹲下或趴下,以免摔倒;不要乱跑,避开人多的地方;不要随便返回室内。

避开高大建筑物或构筑物:楼房,特别是有玻璃幕墙的建筑;过街桥、立交桥;高烟囱、水塔下。

避开危险物、高耸或悬挂物:变压器、电线杆、路灯等;广告牌、吊车等。

避开其他危险场所:狭窄的街道;危旧房屋,危墙;女儿墙、高门脸、雨篷下;砖瓦、木料等物的堆放处。

6、避震要点:

震时是跑还是躲,我国多数专家认为:震时就近躲避,震后迅速撤离到安全地方,是应急避震较好的办法。避震应选择室内结实、能掩护身体的物体下(旁)、易于形成三角空间的地方,开间小、有支撑的地方,室外开阔、安全的地方。

身体应采取的姿势:伏而待定,蹲下或坐下,尽量蜷曲身体,降低身体重心。抓住桌腿等牢固的物体。保护头颈、眼睛,掩住口鼻。避开人流,不要乱挤乱拥,不要随便点明火,因为空气中可能有易燃易爆气体。

7、专家建议,应该有意识地掌握一些科学适用的避震策略:

策略一:震时保持冷静,震后走到户外。这是避震的国际通用守则,国内外许多起地震实例表明,在地震发生的短暂瞬间,

人们在进入或离开建筑物时，被砸死砸伤的概率最大。因此专家告诫，室内避震条件好的，首先要选择室内避震。如果建筑物抗震能力差，则尽可能从室内跑出去。专家建议，地震发生时先不要慌，保持视野开阔和机动性，以便相机行事。特别要牢记的是，不要滞留床上；不可跑向阳台；不可跑到楼道等人员拥挤的地方去；不可跳楼；不可使用电梯，若震时在电梯里应尽快离开，若门打不开时要抱头蹲下。另外，要立即灭火断电，防止烫伤触电和发生火情。

策略二：避震位置至关重要。住楼房避震，可根据建筑物布局和室内状况，审时度势，寻找安全空间躲避。最好找一个可形成三角空间的地方。蹲在暖气旁较安全，暖气的承载力较大，金属管道的网络性结构和弹性不易被撕裂，即使在地震大幅度晃动时也不易被甩出去；暖气管道通气性好，不容易造成人员窒息；管道内的存水还可延长存活期。更重要的一点是，被困人员可采用击打暖气管道的方式向外界传递信息，而暖气靠外墙的位置有利于最快获得救助。需要特别注意的是，当躲在厨房、卫生间这样的小开间时，尽量离炉具、煤气管道及易破碎的碗碟远些。若厨房、卫生间处在建筑物的犄角旮旯里，且隔断墙为薄板墙时，就不要把它选择为最佳避震场所。此外，不要钻进柜子或箱子里，因为人一旦钻进去后便立刻丧失机动性，视野受阻，四肢被缚，不仅会错过逃生机会还不利于被救；躺卧的姿势也不好，人体的平面面积加大，被击中的概率要比站立大5倍，而且很难机动变位。

策略三：近水不近火，靠外不靠内。这是确保在都市震灾中获得他人及时救助的重要原则。不要靠近煤气灶、煤气管道和家用电器；不要选择建筑物的内侧位置，尽量靠近外墙，但不可躲在窗户下面；尽量靠近水源处，一旦被困，要设法与外界联系，除用手机联系外，可敲击管道和暖气片，也可打开手电筒。

8、震后自救和互救：

地震时如被埋压在废墟下，周围又是一片漆黑，只有极小的空间，你一定不要惊慌，要沉着，树立生存的信心，相信会有人来救你，要千方百计保护自己。

地震后，往往还有多次余震发生，处境可能继续恶化，为了免遭新的伤害，要尽量改善自己所处环境。在这种极不利的环境下，首先要保护呼吸畅通，挪开头部、胸部的杂物，闻到煤气、毒气时，用湿衣服等物捂住口、鼻；避开身体上方不结实的倒塌物和其它容易引起掉落的物体；扩大和稳定生存空间，用砖块、木棍等支撑残垣断壁，以防余震发生后，环境进一步恶化。

设法脱离险境。如果找不到脱离险境的通道，尽量保存体力，用石块敲击能发出声响的物体，向外发出呼救信号，不要哭喊、急躁和盲目行动，这样会大量消耗精力和体力，尽可能控制自己的情绪或闭目休息，等待救援人员到来。如果受伤，要想法包扎，避免流血过多。维持生命。如果被埋在废墟下的时间比较长，救援人员未到，或者没有听到呼救信号，就要想办法维持自己的生命，尽量寻找食品和饮用水，必要时自己的尿液也能起到解渴作用。

互救，互救是指灾区幸免于难的人员对亲人、邻里和一切被埋压人员的救助。

同学们，自然灾害突如其来，无法阻挡，但预防和自救方法很多，当然，地震自救也要根据具体情况而定，不可一概而论，希望同学回去后自己再进行一些学习，掌握更多的方法。祝同学们一生平安。

小学防震减灾班会高清篇二

防震减灾、从我做起

（一）活动时间□20xx年“5.12”上午10：00。

(二) 活动地点：社区广场

(三) 参加人员：社区部分居民、社区保安

(四) 现场指挥：书记

副指挥：主任、以上2人组成演练指挥部

(五) 活动内容

(1) 完成演习步骤

(2) 悬挂主题横幅、标语

(六) 演练步骤：

(1) 社区居民听到哨音后，经楼道撤离，向疏散地集结，在路边站有标兵（戴红袖标的保安）指示疏散方向。

(2) 居委会干部带领居民进行疏散，往临时避难场地（广场绿地）集合。

(3) 居委会干部将带往集合点后向指挥部报告。

(4) 指挥部将已疏散居民统一带往地区疏散点（广场）。

(5) 演练完毕，街道领导讲话。

(一)、参加活动的各成员按照分工，明确各自职责，按照活动要求精心准备，保证活动顺利进行。

(二)、参加活动的各成员于20xx年6月12日10：00到达活动现场，遇到问题及时与指挥部沟通。

小学防震减灾班会高清篇三

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！

小学防震减灾班会高清篇四

通过活动使学生初步了解地震、火山、滑坡和泥石流灾害的成因分布、危害及防御措施。初步了解地震、各种灾害之间的关联性。

收集有关地震的相关材料。排练节目。课件制作等。

一、情境导入

今天我们一起来了解地震是怎么产生的，遇到地震应该如何防护？

二、活动过程

- 1、小组内相互交流，了解地震的成因。
- 2、学生出示搜集到的有关地震知识，互相交流。
- 3、初步了解各种地质灾害的关联性。

各种地质灾害既具有各自形成、发展、致灾的规律，各灾害之间以及它们与其他因素之间又有一定的关联性。一个地域内的地质灾害可能有若干种，它们在成因上是有关联的。例如，在一次灾害发生过程中，往往有一种原发性的主灾诱发其他灾害，例如，地震因毁坏生产和生活设施而成灾，同时造成地裂，并引发火灾，又由于人员伤亡和医疗设施的破坏，可能会引起疫病蔓延等。人类活动及其对自然环境施加的影响，可以间接或直接诱发地质灾害。例如，人类对植被的破坏，使地表径流的水量和速度加大，是泥石流日趋频繁的重要原因。人类大规模的工程活动，造成滑坡等灾害的事件时有发生。

4、地震发生时，如何进行个人防护？

(1)如果你在室内，应就近躲到坚实的家具下，如写字台、结实的床、农村土的炕沿下，也可躲到墙角或管道多、整体性好的小跨度卫生间和厨房等处。注意不要躲到外墙窗下、电梯间，更不要跳楼。

(2)如果你在教室里，要在教师指挥下迅速抱头、闭眼、蹲到各自的课桌下。地震一停，迅速有秩序撤离，撤离时千万不要拥挤。

(3)如果你在室外，要尽量远离狭窄街道、高大建筑、高烟囱、变压器、玻璃幕墙建筑、高架桥和存有危险品、易燃品的场院所。地震停下后，为防止余震伤人，不要轻易跑回未倒塌的建筑物内。

(4)如果你在百货商场，应就近躲藏在柱子或大型商品旁，但要尽量避开玻璃柜。在楼上时，要看准机会逐步向底层转移。

(5)如果你在工厂的车间里，应就近蹲在大型机床和设备旁边，但要注意离开电源、气源、火源等危险地点。

(6)如果你在行驶的汽车、电车或火车内，应抓牢扶手，以免摔伤、碰伤，同时要注意行李掉下来伤人。

(7)无论在何处躲避，都要尽量用棉被、枕头、书包或其他软物体保护头部。如果正在使用明火，应迅速把明火灭掉。

5、地震防护演习。

三、班会小结：

说说你这节班会课有哪些收获？

小学防震减灾班会高清篇五

收集有关地震的相关材料。

1、少先队员们，这次四川汶川大地震，给四川人民带来巨大的伤痛及损失，谁能来说一说你了解到地震的哪些知识？

（队员回答）

2、队员们了解还真不少，这次活动我们一起来了解地震是怎么产生的，遇到地震应该如何预防伤害。

1、各小队相互交流，了解地震的成因。

2、播放地震成因影片。

3、出示搜集到的有关地震知识。

地震是指岩石圈在内力作用下突然发生破裂，地球内能以地震波的形式释放出来，从而引起一定范围内地面震动的现象。大部分地震的发生与地质结构有关。在地壳中有断层，而且断层又具有一定活动性的地带，地震最容易发生。

地震的大小通常用里氏震级来表示。地震释放出来的能量越大，震级越高。震级每增加1级，能量约增加30倍。通常，3级以下的地震，人无感觉，成为微震；5级以上地震，会造成不同程度的破坏，成为破坏性地震。

地震是一种危害和影响最大的地质灾害。我国是世界上地震灾害最严重的国家之一，全国大部分省区都发生过6级以上地震。1976年7月28日发生在唐山的7.8级大地震，使这个百万人口的工业重镇，顷刻成为一片废墟。这是20世纪全球破坏性最大的一次地震灾害。

我国川、滇、黔接壤地带，该地带现代地壳活动强烈，地震频发，震级高。由于地壳活动强烈，山体中断裂，岩石破碎，风化严重，加上干湿季节分明，暴雨集中。促使滑坡，泥石流灾害突发。这次四川发生了8.0级的地震，震后到目前为止，还发生了四次6级以上的余震，比唐山大地震的破坏性更大。

4、地质灾害的防御

(1) 如果你正在影剧院、体育馆等处遇到地震时，要沉着冷静，特别是当场内断电时，不要乱喊乱叫，更不得乱挤乱拥，应就地蹲下或躲在排椅下，注意避开吊灯、电扇等悬挂物，用皮包等物保护头部，等地震过后，听从工作人员指挥，有组织地撤离。

(2) 地震时，你正在商场、书店、展览馆等处，应选择结实的柜台、商品（如低矮家具等）或柱子边，以及内墙角处就地蹲下，用手或其它东西护头，避开玻璃门窗和玻璃橱窗，

也可在通道中蹲下，等待地震平息，有秩序地撤离出去。

(3) 正在上课的学生，要在老师的指挥下迅速抱头、闭眼，躲在各自的课桌下，绝不能乱跑或跳楼，地震后，有组织地撤离教室，到就近的开阔地带避震。

(4) 正在体育场上课的，应立即停止上课，稳定队员情绪，防止混乱拥挤，有组织有步骤地向体育场安全地带疏散。

5、地震时的自救四大常识

(1)、大地震时不要急

破坏性地震从人感觉振动到建筑物被破坏平均只有12秒钟，在这短短的时间内你千万不要惊慌，应根据所处环境迅速作出保障安全的抉择。如果住的是平房，那么你可以迅速跑到门外。如果住的是楼房，千万不要跳楼，应立即切断电闸，关掉煤气，暂避到洗手间等跨度小的地方，或是桌子，床铺等下面，震后迅速撤离，以防强余震。

(2)、人多先找藏身处

学校，商店，影剧院等人群聚集的场所如遇到地震，最忌慌乱，应立即躲在课桌，椅子或坚固物品下面，待地震过后再有序地撤离。教师等现场工作人员必须冷静地指挥人们就地避震，决不可带头乱跑。

(3)、远离危险区

如在街道上遇到地震，应用手护住头部，迅速远离楼房，到街心一带。如在郊外遇到地震，要注意远离山崖，陡坡，河岸及高压线等。正在行驶的汽车和火车要立即停车。

(4)、被埋要保存体力

略

小学防震减灾班会高清篇六

1、使学生了解有关地震的基本知识。

2、使学生掌握避震要点，提高学生的自救、自护能力。

1、学生课外搜集资料了解地震的有关知识。

2、组织学生观看vcd《地震揭秘》、《直面地震》等宣传光盘。

1、教师谈话导入。中国地震局发布的《国家防震减灾规划(20xx年-20xx年)》指出:中国是世界上地震活动最强烈和地震灾害最严重的国家之一。中国占全球陆地面积的7%，但20世纪全球大陆35%的7.0以上地震发生在中国;20世纪全球因地震死亡120万人，中国占59万人，居各国之首。紧邻北川的四川安县桑枣中学，在“5.12”大地震中全校2200多名学生、上百名老师成功疏散无一伤亡，这得益于平时的多次演习;中国救援医学创始人李宗浩哀叹于汶川地震中人们对一些必备救助常识的缺乏，很多病人因救助方法不当而造成终生辗转于床榻上的截瘫。这充分说明掌握防震逃生与救助技能对一个人的终身发展是多么重要。

2、介绍一下地震常识。

(1)地震是怎么回事?(播放课件)地震是人们平常所说的地动，是通过感觉或仪器察觉到的地面震动。它与风雨电一样，是一种极为普遍的自然现象，是地壳运动的一种表现形式。它的发生，是由于地壳运动过程中，来自天体的、地球内部的、外部的、以及地球自转速度的变化，导致地壳不同部位出现受力不均衡，分别受到挤压、拉伸、旋扭等力的作用，在那些地应力集中区，比较脆弱的地方，就容易破裂，引起断裂变动，地震也就随之发生了。

(2) 什么叫震源、震中、震源深度? (学生根据搜集的资料汇报) 地震都发生在地壳和上地幔中, 我们把地球中发生地震的地方叫做震源。理论上常常将震源看成一个点, 而实际上它是具有一定规模的一个区域。震中是震源在地面上的投影。实际上震中也不是一个点, 而是一个区域, 即震中区。震源深度是从震源到地面的垂直距离。根据震源深度可以把地震分为浅源地震、中源地震和深源地震。

(3) 地震多发生在什么地方?(播放课件) 地震的发生是受着地质构造这个条件控制的。因此, 地震的分布, 多发生在那些活动构造体系内的活动构造带上, 而且主要分布在存在着活动断层的地方。也就是说, 地震的发生主要与活动断层有关。

3、地震时怎样开展自救。(学生汇报, 教师整理) 震时是跑还是躲, 我国多数专家认为:震时就近躲避, 震后迅速撤离到安全地方, 是应急避震较好的办法。避震应选择室内结实、能掩护身体的物体下(旁)、易于形成三角穿间的地方, 开间小、有支撑的地方, 室外开阔、安全的地方。身体应采取的姿势:伏而待定, 蹲下或坐下, 尽量蜷曲身体, 降低身体重心。抓住桌腿等牢固的物体, 保护头部、眼睛、掩住口鼻。避开人流, 不要乱挤乱拥, 不要随便点灯火, 因为空气中有易燃易爆气体。地震预警时间短暂, 室内避震更具有现实性, 而房屋倒塌后形成的三角穿间, 往往是人们得以幸存的相对安全地点, 可称其为避震空间。这主要是指大块倒塌与支撑物构成的空间。室内易于形成三角空间的地方是:床下、坚固家具附近;内墙墙根、墙角;厨房、厕所、储藏室等开间小的地方。切记:不要跳楼不要站在窗外不要到阳台上去。

4、演示活动教师演示怎样在室内避震, 学生演练室内避震。

5、教师总结。

四、班会结束。

小学防震减灾班会高清篇七

伏而待定，蹲下或坐下，尽量蜷曲身体，降低身体重心。

抓住桌腿等牢固的物体。

保护头颈、眼睛，掩住口鼻。

避开人流，不要乱挤乱拥。

学校避震

正在上课时，要在教师指挥下迅速抱头、闭眼、躲在各自的课桌下。在操场或室外时，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。不要回到教室去。震后应当有组织地撤离。千万不要跳楼！不要站在窗外！不要到阳台上去！必要时应在室外上课。

【活动主题】

自然灾害是无情的，很多人的生命都是丧生于自然灾害，其中特别是地震的破坏性最强，这次班会我们就来认识一下地震，也希望大家能在这节课中学到地震逃生的方法。

【活动目的】

- 1、通过这次班会，让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。

【活动准备】

视频播放□ppt课件

【活动过程】

一、导入活动主题：

让世界充满爱。

在漫长的人生路中，总要有许多难以预料的事情，我们是否注意到身边的危险。

“防险之心不可无”。地震时有发生，我们是否知道注意安全、注意防震减灾的重要性？恶魔总是来找无知的人。今天，通过班会我们将更多的了解一些地震知识，让我们未雨绸缪，为我们的生活买一份保险，为我们的生活加一把锁。

二、地震知识知多少：

让学生了解并掌握地震基本知识，感受地震给我们带来的巨大灾难。

1、展示地震后的相关图片。

2、了解唐山大地震(播放视频)，汶川地震。

三、地震防护知多少：

让防震深入到我们的日常生活中，有备无患。

1、地震发生时如何应对。

(播放地震逃生教育短片)

2、补充：强震过后如何自救。

a□地震发生后，应积极参与救助工作，可将耳朵靠墙，听听是否有幸存者声音。

b□使伤者先暴露头部，保持呼吸畅通，如有窒息，立即进行人工呼吸。

c□一旦被埋压，要设法避开身体上方不结实的倒塌物，并设法用砖石、木棍等支撑残垣断壁，加固环境。

d□先救易，后救难；先救近，后救远。

四、地震无情人有情：献出自己的一份爱心。

1、讨论：当地震发生时，作为非震区的我们应该怎么办？

生：

(1)号召我们身边的人为地震灾区人民捐助物资。

(2)时刻关注地震灾情，必要时做好地震防范工作。

2、课件展示震后为灾区献爱心的相关图片。

【活动小结】

地震非常可怕，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！

小学防震减灾班会高清篇八

如何拟写防震减灾主题班会方案?下面请参考公文站小编给大家整理收集的防震减灾主题班会方案范本，希望对大家有帮助。

通过学习，让学生对能够了解一些基本常识。

“防灾减灾日”意义。对我国影响较大的几种自然灾害

常见灾害及预防自救、自护常识

1、“防灾减灾日”意义

我国是世界上自然灾害最为严重的国家之一，灾害种类多、分布地域广、发生频率高、造成损失重。

自今年起，国务院确定每年的5月12日为“防灾减灾日”。

20xx年5月12日，我国四川汶川发生8.0级特大地震，损失影响之大，举世震惊。设立我国的“防灾减灾日”，一方面是顺应社会各界对我国防灾减灾关注的诉求，另一方面也是提醒国民前事不忘，后事之师，更加重视防灾减灾，努力减少灾害损失。国家设立“防灾减灾日”，将使我国的防灾减灾工作更有针对性，更加有效地开展防灾减灾工作。

2、对我国影响最大的几种自然灾害

地质灾害：种类有：泥石流、滑坡、崩塌、地面下沉、地震。

洪涝及其它灾害：雨涝灾害、洪水灾害、凌汛灾害、地震灾害。

大风灾害：风力达到足以危害人们的生产活动、经济建设和

日常生活的风，成为大风。危害性大风主要指台风、寒潮大风、雷暴大风、龙卷风。

热带气旋灾害：我国是世界上少数几个受热带气旋严重影响的国家之一。

冰雹灾害：我国是世界上雹灾较多的国家之一。

海洋灾害： 风暴潮、灾害性海浪、 海啸、赤潮。

其它灾害还有很多。

3、常见灾害及预防自救自护常识

(1)、地震的自救常识

——大地震时不要急

破坏性地震从人感觉振动到建筑物被破坏平均只有12秒钟，在这短短的时间内你千万不要惊慌，应根据所处环境迅速作出保障安全的抉择。如果住的是平房，那么你可以迅速跑到门外。如果住的是楼房，千万不要跳楼，应立即切断电闸，关掉煤气，暂避到洗手间等跨度小的地方，或是桌子，床铺等下面，震后迅速撤离，以防强余震。

——人多先找藏身处

学校，商店，影剧院等人群聚集的场所如遇到地震，最忌慌乱，应立即躲在课桌，椅子或坚固物品下面，待地震过后再有序地撤离。教师等现场工作人员必须冷静地指挥人们就地避震，决不可带头乱跑。

——远离危险区

如在街道上遇到地震，应用手护住头部，迅速远离楼房，到

街心一带。如在郊外遇到地震，要注意远离山崖，陡坡，河岸及高压线等。正在行驶的汽车和火车要立即停车。

——被埋要保存体力

如果震后不幸被废墟埋压，要尽量保持冷静，设法自救。无法脱险时，要保存体力，尽力寻找水和食物，创造生存条件，耐心等待救援。

学校人员避震

在学校中，地震时最需要的是学校领导和教师的冷静与果断。有中长期地震预报的地区，平时要结合教学活动，向学生们讲述地震和防、避震知识。震前要安排好学生转移、撤离的路线和场地；震后沉着地指挥学生有秩序地撤离。在比较坚固、安全的房屋里，可以躲避在课桌下、讲台旁、教学楼内的学生可以到开间小、有管道支撑的房间里，决不可让学生们乱跑或跳楼。

演习动作示范

地震来临时：学生在课桌下、墙角、梁柱下以书包或任何坚固物品，保护头部，就地掩护。背部朝外，以坚固物保护头部，避免碎玻璃刺伤，安静等候主震过去！在地震暂停时，进行第二阶段，头顶书包或者坚硬物，有秩序疏散。重心尽量放低，快步向前走，不推挤，不喧哗。

疏散前进时尽量靠走廊和楼梯两边依序向前快步走。有秩序的疏散到操场、小广场等空旷的地方。

(2)、甲型h1n1流感(猪流感)

4月27日，世界卫生组织确认，美国和墨西哥两国近期发生了猪流感疫情，另有多个国家报告发现疑似或确诊的猪流感病

例，猪流感是一种由a型猪流感病毒引起的猪呼吸系统疾病，可同时感染人和猪。人感染猪流感的途径可能是通过接触受感染的生猪或接触被猪流感病毒感染的环境，或通过与感染猪流感病毒的人发生接触。

人感染猪流感后的症状与普通人流感相似，包括发热、咳嗽、喉咙痛、身体疼痛、头痛、发冷和疲劳等，有些还会出现腹泻和呕吐，重者会继发肺炎和呼吸衰竭，甚至死亡。

预防猪流感须知：

室内保持通风；

(3)、其他常见情况自救常识

1、如遇到了火灾，首先保持5秒钟的镇静，尽快选择一条切实可行的逃生路线，如经常使用的门、窗、走廊、楼梯、太平门、安全出口等。在打开门、窗之前，必须先摸摸门、窗是否发热，如果发热，就不能打开，应选择其它出口。如果不热，也只能小心地打开少许并迅速通过，然后立即关好。当你熟悉的通道被烟火封锁后应该先向远离烟火的方向疏散，尽量避免向楼上疏散。同时，一旦到达一个较为安全的地方，决不要停留在原地，应迅速采取措施，向着火层以下疏散。当然，最好是能到达地面。

2、如果衣服着火，立即躺下并用手遮住脸部，身体不断滚动以扑灭火焰——遮住脸部可预防脸部被烧伤，制止热气和烟雾进入肺部。油锅起火，要迅速关上煤气，并将锅盖平推到锅上，或将大量生菜倒在火上灭火。

3、电器起火时，要先断电，再用湿棉被、湿衣服把火压灭。电视机、电脑起火时，要从侧面靠近灭火，以防显像管爆炸伤人。雷雨天气，太阳能热水器用户切忌洗澡。

4、眼睛被化学物品灼伤后，应把整个面部泡在清水里，连续做睁眼和闭眼的动作。冲洗后，应及时到医院治疗。

5、烫伤后，应在第一时间用冰矿泉水或清水冲伤口10分钟以上。如烫伤较轻无伤口，可用獾油、烫伤药膏或牙膏涂在患处。如伤口严重，不可使用烫伤药膏或油剂，不可刺穿水疱。

(4)、特别提示

每个家庭应当准备一个应急包并放在离门口较近的位置。

家庭应急包中的必备品包括：可供3天的不易变坏的食物和水、电池供电的收音机、手电筒、多用刀具、卫生纸、雨具、口哨、地图、绳子、药品和亲友通讯录。

4、小结

5□倡议书

1、通过这次班会，让学生充分认识地震造成的严重危害。

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。

图片，歌谣

一、主题：弘扬防灾减灾文化，提高防灾减灾意识，创建平安和谐校园

二、地震前准备：

1、地震前有哪些征兆你们知道吗？现在请听童谣《地震前

兆》。

地震前兆

震前动物有前兆，人民预防要作好。

牛羊骡马不进圈，老鼠搬家往外逃。

鸡飞上树猪拱圈，鸭不下水狗狂咬。

麻蛇冬眠早出洞，鸽子惊飞不回巢。

兔子竖耳蹦又撞，鱼儿惊惶水面跳。

家家户户都观察，综合异常作预报。

(3) 将床放在内墙(承重墙)附近，要远离屋梁和悬挂的灯具。

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?(学生讨论交流，再做补充和总结。)

(1) 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。

(2) 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。

(3) 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。

(4)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。

(5)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。

(6)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、其他防灾措施：

(1)、遇到地震，你知道如何逃生吗？

遇地震，先躲避，桌边床边找空隙，靠在墙角曲身体，抓住机会逃出去，远离所有建筑物，余震蹲在开阔地。

(2)、发生火灾，我们应该如何防护呢？

火灾起，怕烟熏，鼻口捂住湿毛巾，身上起火地上滚，弯腰快步离险境，不乘电梯走楼梯，盲目跳楼会伤身。

(3)、洪水来了，我们应该怎么办呢？

洪水猛，高处行，土房顶上待不成，睡床桌子扎木筏，

大树能拴救命绳，准备食物手电筒，穿暖衣服度险情。

(4)、遇到台风，我们需要注意哪些事项？

台风来，听预报，减少出行看信号，听从指挥快快跑，停课停学避风潮，准备食品和衣物，迅速躲进避难场。

(5)、发生泥石流，我们如何躲避？

下暴雨，泥石流，危险之地是下游，逃离别顺沟底走，横向快爬上山头，野外宿营不选沟，进山一定看气候。

(6)、我们在雷雨天需要注意什么？

阴雨天，生雷电，避雨别在树下站，铁塔线杆要离远，打雷家中也防患，关好门窗断电源，避免雷火屋里窜。

(7)、暴雪天气，你知道我们应该怎么做吗？

暴雪天，怒风吼，最好别往外面走，室外受冻无知觉，千万不能用火烤，冰雪搓洗手和脚，慢慢温暖才见好。

(8)、你知道怎么应对龙卷风吗？

龙卷风，强风暴，一旦袭来进地窖，室内躲避离门窗，电源水源全关掉，室外趴在低洼地，汽车里面不可靠。

(9)、你知道如何对待突发的疫情吗？

对疫情，别麻痹，预防传染做仔细，公共场所要少去，

发现患者即隔离，通风消毒餐用具，人受感染早就医。

(10)、怎样防范化学品的危害呢？

化学品，要注意，发生事故别围观，报警说明出事点，
遗弃物品不要捡，预防烟火燃毒气，人在风头要离远。

(11)、我们如何防范溺水危险？

防溺水，夏秋季，陌生水域别嬉戏，冬季滑冰更小心，
远离薄冰才安全，游泳活动大人陪，下水之前先热身。

(12)、你知道该如何正确用电吗？

用电器，需谨记，湿手去摸使不得，电源插头不能摸，
电线落地远远躲，电器若是着了火，千万不要用水泼。

五、活动小结：同学们，学习了这么多的防灾减灾知识，你们都记住了吗？这些知识能够帮助我们更加安全、快乐的生活，所以我们一定要记住。当然，也不要忘记和父母、朋友分享这些有用的知识。因为多一个人了解防灾减灾的知识，也就多一分安全的保障。祝你们平安幸福地成长。

一年级以主题班会的形式，让同学们通过活动了解地震灾害的危害及防御措施。初步了解地震、各种灾害之间的关联性，掌握相关的防震减灾知识，提高自我保护意识，明确地震时的疏散路线，提高应对紧急突发事件的能力，尽可能的将损失降到最低。

通过这次主题班会活动，同学们学习到了地震及其相关地质灾害活动的知识，提高了大家对于防震减灾安全意思的重视程度，加深了对自防自救方法的学习，进一步提高了同学们

在地震中的逃生自救、互救能力和抵御、应对紧急突发事件的能力。

小学防震减灾班会高清篇九

进一步强化幼儿园安全教育工作，帮助幼儿树立安全意识，掌握安全知识，提高自我保护和自救能力。

1 □

课前自学——带学生观看地震视频

- 1、让幼儿感知地震的可怕，从而引导他们了解地震，学习求生方法。
- 2、讨论交流：什么是地震，地震来了怎么办？(交流发言)

2 □

课中互学——让幼儿掌握地震时的应急求生方法

一、通过看视频动画《地震来了怎么办》，让幼儿掌握地震时的应急求生方法。

- 1、在平房、楼房中发生地震时怎么办。
- 2、在室内及公共场所发生地震时怎么办。
- 3、如果震后，被埋在建筑物内该怎么办。

二、观看视频动画《防震减灾动画教育》。

- 1、让学生了解地震的预兆(地下水异常、生物异常、地声异常、气象异常等)

2、学习简单的避震方法，在学校发生地震时懂得听从老师指挥，沉着应对。

三、小朋友们请说一说，看完动画片后你学到了什么？

3 □

课后拓学--学习《防震儿歌》

1、学习视频中的《防震儿歌》。

让幼儿通过学习儿歌，加深对地震发生时应对策略的记忆。

小学防震减灾班会高清篇十

地点：各班教室

参加人员：全体师生

活动目的：经过结合“全国防灾减灾日”开展活动，进一步强化学校安全教育工作，帮忙学生树立安全意识、掌握安全知识、提高自我保护本事，保证学校的教育教学工作健康有序的开展。

活动要求：各年级中队辅导员布置队员提前收集资料，各中队根据自我学生情景自定活动主题，可根据下发的材料学习，学习后讨论，也可适当在班级里做模拟演练。活动时将各自主题书写在教室黑板上。

活动资料：

一、地震时该怎样办

1、躲在桌子等坚固家具的下头

大的地震晃动时间约为1分钟左右。首先，在重心较低、且结实牢固的桌子下头躲避，并紧紧抓牢桌子腿。在没有桌子等可供藏身的场合，无论如何，也要用坐垫等物保护好头部。

2、不要慌张地向户外跑

地震发生后，慌慌张张地向外跑，碎玻璃、屋顶上的砖瓦、广告牌等掉下来砸在身上，是很危险的。此外，水泥预制板墙、自动售货机等也有倒塌的危险，不要靠近这些物体。

3、将门打开，确保出口

钢筋水泥结构的房屋等，由于地震的晃动会造成门窗错位，打不开门，以往发生有人被封闭在屋子里的事例。请将门打开，确保出口。

4、户外的场合，要保护好头部，避开危险之处

在繁华街、楼区，最危险的是玻璃窗、广告牌等物掉落下来砸伤人。要注意用手或手提包等物保护好头部。在楼区时，根据情景，进入建筑物中躲避比较安全。

5、地震发生后应当采取哪些自救措施？

大地震中被倒塌建筑物压埋的人，只要神志清醒，身体没有重大创伤，都应当坚定获救的信心，妥善保护好自我，进取实施自救

- a□要尽量用湿毛巾、衣物或其他布料捂住口、鼻和头部，防止灰尘呛闷发生窒息，也能够避免建筑物进一步倒塌造成的伤害
- b□尽量活动手、脚，清除脸上的灰土和压在身上的物件
- c□用周围能够挪动的物品支撑身体上方的重物，避免进一步塌落；扩大活动空间，坚持足够的空气
- d□几个人同时被压埋时，要互相鼓励，共同计划，团结配合，必要时采取脱险行动
- e□寻找和开避通道，设法逃离险境，朝着有光亮更安全宽敞的地方移动
- f□一时无从脱险，要尽量节省气力。

如能找到代用品和水，要计划着节俭使用，尽量延长生存时间，等待获救。保存体力，不要盲目大声呼救。在周围十分安静，或听到上头(外面)有人活动时，用砖、铁管等物敲打墙壁，向外界传递消息。当确定不远处的有人时，再呼救。

二、火灾逃生小常识

一般来说，在高层建筑中遭遇火灾时，首先应当防止窒息和中毒，从消防通道及时逃生。如果火势太大，能够选择卫生间等地方躲避，等待救援。千万不要惊慌失措，贸然跳楼。

1、卫生间是个避难所

如果房间内起火，且门已被火封锁，室内人员不能顺利疏散时，可另寻其他通道。如经过阳台或走廊转移到相邻未起火的房间，再利用这个房间的通道疏散。发生火灾时，实在无路可逃时，可利用卫生间进行避难。因为卫生间湿度大，温度低，可用水泼在门上、地上进行降温。

2、如果房间外面起火，且火势较大，可将门缝用毛巾、棉被等封死，不断往上浇水进行冷却，防止外部火焰及烟气侵入。如果是晚上听到报警，首先用手背去接触房门，如果是热的，门不能打开，否则烟和火就会冲进卧室。如果房门不热，火势可能还不大，经过正常的途径逃离房间是可能的。如在楼梯间或过道上遇到浓烟时要立刻停下来，千万不要试图从烟火里冲出。

3、湿毛巾捂嘴匍匐前进

在疏散过程中，应采用湿毛巾或手帕捂住嘴和鼻，防止吸入毒气。由于着火时烟气太多聚集在上部空间，所以在逃生时，不要直立行走，应弯腰或匍匐前进，但石油液化气或城市煤气火灾时，不应采用匍匐前进方式。

因为火灾现场温度很高，能够用浸湿的棉被、毛毯等遮盖在身上，确定逃生路线后，以最快的速度直接冲出火场，到达安全地点。

4、千万注意，不能乘普通电梯逃生。

高楼起火后容易断电，这时候乘普通电梯就有“卡壳”的可能，使疏散失效，反而处于更危险的境地，并且人员在电梯里随时会被浓烟毒气熏呛而窒息。

如无条件采取上述自救办法，而时间又十分紧迫，烟火即将威胁生命时，较低楼层(如二楼)能够选择跳楼逃生。可是必须要先向地面上抛下棉被、沙发垫子等物品，以增加缓冲，然后手扶窗台往下滑，以缩小跳楼高度，并保证双脚首先落地。