

2023年自我保护班会记录 学会自我保护 班会教案(大全7篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

自我保护班会记录篇一

- (1) 了解生活中将会遇到什么样的危险
- (2) 学会基本的自我保护的方法
- (3) 培养学生自我保护的意识和热爱生命的情感

使学生学会基本的自我保护的方法

- (1) 编排小品剧《提防坏人》。
- (2) 课文“演一演”中遇到的情景表演练习，及所用道具准备。
- (3) 搜集生活中有关安全知识。
- (4) 故事《聪明的小江珊》。

一、

谈话，导入

每天，我们迎着朝阳背着书包高高兴兴的上学，坐在明亮的教室里学习，或是去公园游玩，去超市买东西，我们都是那

样的高兴、快乐，可是你知道吗？在这美好的过程当中存在着许许多多的危险。今天我们就来发现生活中的危险，并且比一比，谁能用最好的办法来解除这些危险。

二、

看一看，议一议

(2) 针对以上提问请学生自由讨论。(讨论结果：它们应该听妈妈的话，不应该轻信大灰狼的话，学会保护自己。)

三、

演一演，议一议

(1) 生命是可贵的，生命属于我们每一人只有一次。因此，我们要热爱生

(2) 表演事先编排好的四个小故事，剧中的大人都是不认识的人。(1、“你妈妈让我来接你。”“跟我走吧，带你去公园玩。”“小朋友，这份礼物送给你。”“我来找你爸爸。”)

(3) 讨论：如果这样的事发生在我们的身上会怎么样？(着重引导学生分析和了解社会上坏人行骗的方法以及应该采取的相应对策。)

四、听一听，议一议

(1) 同学们都很聪明，你们知道吗？有一个小女孩，他在98年大洪水时遇到了危险，不过她想出了一个好办法，把自己危险中解救了出来，我看了她的故事以后很受感动，我们一起来欣赏一下吧！

听教师讲故事——《聪明的小江珊》，提问：你能用一个什

么样的词

来概括小江珊是怎么样一个人？

希望我们的每一位同学都能像小江珊一样，再遇到危险是不慌张，学会自我保护，战胜困难和危险。

五、看一看，议一议

(3) 指名学生回答。

六、想一想，议一议

(1) 刚才提到遇到火灾可以拨打电话报警，你们知道应该拨打那个号码吗？（119）

(2) 除了遇到火灾时我们可以报警，遇到什么情况是我们还可以报警？你知道电话号码吗？（匪警110、急救120）

(3) 这些电话号码拨打时是免费的，不能随便打，如果发生情况了当然要马上报警，越快越好，但是不能因为好玩就拨打，那样有可能耽误了别的地方的救灾的最好时机。

七、评一评，议一议

(1) 我们用今天学到的知识来判断下列同学的行为是不是正确：小丽说：“天太热了，咱们到大河游泳去！”；小红说：“有病我也不去医院，打针太疼。”；晓明说：“春天快到了，冰快要化了，不要到河里去滑冰。”；小梁说：“过马路，我就斜穿，反正汽车也不敢撞我。”（四个同学分别扮演其中的角色）

(2) 学生小组讨论，得出结论。

八、总结

在生活中我们会遇到许许多多的危险，我们只有练就一身应对危险的本领才能在危急时刻保护自己，希望同学们多多积累这方面的知识，并介绍给身边的人，让我们一同向坏人、向危险宣战。也希望我们的每一位同学都能像小江珊一样，遇到危险时不慌张，学会自我保护，以免受到伤害。

自我保护班会记录篇二

班会目的：

- 1、通过活动让学生知道每年的6月6日是全国爱眼日。
- 2、指导学生了解眼睛的基本结构，学会保护眼睛的常识以及掌握正确的眼保健操穴位和姿势。
- 3、使学生感受到眼睛的重要性，懂得保护眼睛从我做起，从现在做起。

活动准备：

相关的视频、媒体、快板、照片的搜集。

活动过程：

一、猜谜引出课题

师：1、上边毛下边毛中间一颗黑葡萄？这是什么？（眼睛）

2、眼睛是我们身上很重要的器官。谁知道眼睛的作用？

3、有了一双明亮的眼睛可以看清事物，这是多么的重要。今天让我们一起来了解我们的眼睛，保护我们的小眼睛。齐读

课题：保护我们的小眼睛。

二、了解眼睛的结构

师：要想保护我们的小眼睛，首先让我们一起来了解一下眼睛的构造。

- 1、角膜：眼球最外面的一层透明体，用来收集图象。
- 2、虹膜：通俗点讲究是瞳孔周围，中国人是咖啡色，欧洲人是蓝色的部分。
- 3、晶状体：透明而有弹性，能收缩和舒张，使远近不同的物体准确成象在视网膜上
- 4、瞳孔：在角膜和晶状体之间，中央有小孔，小孔能放大和缩小，从而调节进入眼睛的光线强弱。
- 5、视网膜：眼睛最里面一层，能呈现图像，信息，但是倒图像。
- 6、视神经：能把双眼获得的图像大小、形状、色彩、动与静等信息传递给大脑。

（生：挡住风沙和灰尘。）

师：是啊，眼睫毛也是用来保护我的眼睛的，你看造物主把一切美好的东西都给了我们，所以我们要……（齐读课题）

三、观看视频

1、师：可是有个孩子叫努努力，他的眼睛怎么啦？请看视频，播放视频《保护视力》。

2、看了录象，谁来说说他的眼睛怎么啦？

生：看不见了。

为什么会眼睛看不见了呢？

书写姿势不正确，眼睛离书本太近；看电视太近；躺着看书。

3、听听专家是怎么说的。继续看。你听到了什么？

师总结：

1、看书写字眼睛要与书本保持一尺的距离。

2、看电视也不能太近，必须保持三米的距离。

3、也不能在完全黑暗的房间里看电视。

4、不能躺在床上看书。

师：我们知道了保护视力从身边小事做起，让我们来听听施羽菲等同学给我们带来的快板《保护眼睛》，有请。

师：谢谢他们精彩的快板，让我们再一次知道了如何去保护我们的小眼睛。

四、举例交流自己平时爱眼的做法。

师：那么请大家说一说平时你是怎样爱护自己的眼睛的，举出例子。

师生交流

五、出示班中用眼不卫生的照片。

生：我想对xx说……说道的同学要呼应。

六、讨论如何保护视力

(学生讨论，交流)

师：同学们说得很好，老师把它总结如下：

学生齐读：

- 1、坚持做好眼保健操。
- 2、看书写字、做作业、看电视、玩电脑的时间不能过长，要使眼睛得到充分的休息。
- 3、不要在强光或其他不适宜的光线下看书或写字。
- 4、不玩尖锐的玩具，以免伤到自己或他人的眼睛。
- 5、不用脏手或脏毛巾揉眼睛，以免细菌进入眼睛伤到眼睛。
- 6、眼睛有了毛病要及时治疗。

七、学做眼保健操

1、师：在日常的生活中老师发现同学们做眼保健操的穴位还没有找准。今天让我们一起重温正确的姿势和穴位。请看眼保健操操法分解演示。

播放视频：

要求：仔细看，认真听，跟着学。

八、饮食调节

通过学习和实践，大家知道了正确的做法，希望每天的二次眼保健操大家都能认真做。保护眼睛是多方面的，我们还可以从饮食上来调节。

第一类：维生素a和胡萝卜素

缺乏维生素a□人体从亮到暗的适应能力就会下降，还会导致眼睛干燥、转动不灵。

补充来源：肝脏、蛋黄和全脂奶。植物性食品当中的胡萝卜素可以在体内转变成维生素a□各种蔬菜颜色越深，胡萝卜素含量就越高。

第二类：维生素b族

补充来源：鸡蛋黄、牛奶、动物内脏、瘦肉、豆类、各种粗粮、全麦食品等。

第三类：钙和锌等矿物质

膳食中长期缺钙，会导致眼球转动不灵活，眼肌调节能力和恢复能力差，使近视度数加深；缺锌会造成弱光下视物不清。

补充来源：牛奶、豆腐等补钙佳品；贝类和软体类海鲜、动物运动部位的瘦肉、鱼类、黑芝麻、西瓜子、核桃等则含锌丰富。

第四类：维生素c□维生素e和类胡萝卜素等抗氧化物质它们可以延缓眼球功能的衰老。

自我保护班会记录篇三

教育目的：

锻炼学生的口头表达能力，培养他们的参与意识；

让学生懂得只有爱自己，才能实实在在地去热爱祖国、热爱家乡、建设家乡。

让学生明白：“让人们因我的存在而感到幸福”，绝非一句格言，也不是高不可攀的人生境界，而是每一个普通人都能做到的平凡行动。

教学重点：

引导学生层层深入地理解怎样做才能“让人们因我的存在而感到幸福”。

教学难点：

如何让学生深刻理解这句话的含义并成为自己学习的动力。
生命教育主题班会教学方法：

讲授法、讨论法等

课时：

1课时

活动准备：

准备相关生死主题的资料或图片。

小学生自杀事件

两名小学生因为老师批评相约喝农药自杀

没完成作业被老师批评的小学生服药自杀

广州六年级学生因沉迷游戏多次被骂在家中跳楼自杀

准备有关李小龙的资料或图片。

资料提供：李小龙生平资料与图片

活动过程：

一、问题导入，激发兴趣

师：同学们，你们爱谁？

生：略

二、听故事，谈活着的意义

生发表自己的见解。

师：是啊！人这一辈子活着不能只是为他人而活，而应该考虑为自己，为未来，为幸福自在地活着！

三、播放有关李小龙的片段，谈生命的价值

师：同学们，通过观看这一片段，你有什么要说的吗？师播放一段音乐，生在音乐中畅谈自己的感受。

四、举出示例：

3、在教室楼道，你主动上前帮老师抱作业本，老师会因为有你这样的学生感到幸福；

4、有同学病了，你哪怕是送上一句亲切的问候，他也会感到有你这样的同学是一种幸福；

6、骑车过马路，你宁肯停在烈日下等候绿灯，也不愿擅自闯红灯，那警察叔叔和老大娘会因为有你这样遵守交通规则的好市民而感到幸福”

五、老师小结

现活着的意义。珍爱生命，尊重生命，让我们先从珍爱自己

开始吧!“让人们因我的存在而感到幸福!”做一个好孩子,让家长幸福;做一个好学生,让老师幸福;做一个好伙伴,让同学幸福;做一个好少年,让社会幸福;做一个好教师,让学生幸福;做一个好校长,让师生幸福;做一名好公民,让祖国幸福!

自我保护班会记录篇四

- 1、了解龋齿形成的原因及预防龋齿的有关知识。
- 2、了解牙齿的作用,要养成早晚刷牙的习惯。
- 3、了解换牙常识,学会保护恒牙。

教学重点

了解牙齿的作用教学

难点

了解龋齿形成的原因

活动准备

- 1、龋齿形成的教学挂图一幅。
- 2、保护牙齿的教学挂图。
- 3、事先提前两天与幼儿找几个蛋壳,洗净后把每个蛋壳的一半浸醋里。
- 4、每人一面小镜子。
- 5、每人一块饼干

活动过程

一、开始部分：

以猜谜语的形式引出课题。

附：谜语《牙齿》

健康卫士穿白衣，上下两排真整齐，口中饭菜它磨碎，早晚用刷把澡洗。

二、基本部分：

1、师：“请小朋友先说一说牙齿有什么作用？”（引导幼儿发散思维，对积极回答的幼儿给予肯定和表扬）

2、请小朋友每人吃一块饼干，通过尝一尝饼干让幼儿体会牙齿的作用。

3、师：“刚才小朋友吃过饼干，请小朋友互相看看牙缝里多了什么？”（残渣、碎屑）“如果不弄掉会使牙齿变得怎样？”

教师小结：醋是酸的，醋会腐蚀蛋壳中的钙，所以蛋壳就会变黑、变软了。

5、找龋齿：请幼儿利用小镜子观察自己有没有长龋齿？

6、讨论：（1）、启发幼儿讨论为什么会长龋齿？

（2）、重点请长了龋齿的小朋友说一说长了龋齿后的感受是怎样的？你又是怎样治疗的？

教师利用教学挂图向幼儿讲解龋齿形成的过程。

7、教师结合教学挂图小结：食物吃到嘴里后，会有残渣留在

牙缝里，嘴里唾液中有一种酶会使食物残渣变酸，日子久了，(教案出自：屈老师教案网)这些酸会使食物残渣腐蚀蛋壳一样，使我们牙齿表面的钙被腐蚀掉，牙齿就会变黑，发生龋洞，变成龋齿，也就是我们常说的虫牙。长了龋齿以后会牙疼，还要请牙科医生给你治疗，所以请小朋友一定要注意保护好自已的牙齿。

8、让幼儿讨论：如何预防龋齿。

9、巩固练习，出示保护牙齿的教学挂图。

让幼儿说一说图中的小朋友是怎样保护牙齿的？

10、教师指导幼儿用正确的方法刷牙，欣赏儿歌：刷牙歌。

幼儿讨论还有哪些保护牙齿的方法，教师进行补充。

三、结束部分：

教师总结保护牙齿的有关知识：第一，当牙齿活动时，不要用手去摇它，这样会影响恒牙的萌出，并容易引起感染发炎，(教案出自：屈老师教案网)要让它自己脱落。第二，当新牙快长出时，不要用舌头去舔它，这样会使牙齿长的不整齐。第三，当乳牙还没掉，新牙就从旁边长出来，或者有些小朋友的牙齿掉了很长时间，还没长出新牙，应当让爸爸妈妈带到医院请医生看一看。第四，要早晚刷牙，饭后漱口，不多吃糖果，不挑食，多吃含蛋白质和钙质的食物。

四、活动延伸。

1、与家长配合，请他们提醒幼儿坚持每天早、晚用正确的方法刷牙。

2、引导幼儿开展“比比谁的牙齿好”活动。(利用小朋友在

幼儿园吃点，教师提醒幼儿吃完点后要漱口，保持口腔卫生，养成保护牙齿的好习惯。)

自我保护班会记录篇五

【作文一】

如果我是一棵树，我多么希望有人能我脚边乘凉，我希望每天都有小孩在我四周玩耍，我还希望有小鸟住在我的手臂上，让我不会太无聊，因为小鸟可和我聊天说笑，而且天天看鸟儿的生活作息，也是挺惬意的。

如果我是一棵树，我不希望我的同伴一个一个被摧毁，我不希望我们被人类嘲笑，我不希望人类在我身上恶作剧或刻字，我更不希望人类把我砍掉，结束我的生命。我们帮人类做成桌子、椅子、梯子、房子等，可是人类并没有报答我们，反而还鄙视我们、对我们搞怪，我猜总有一天，全世界的树会展开杀死人类的计划，为世界上所有的树讨回公道，并警告人类，不要再这样对待我们了。

我不喜欢当树，因为树只能一直站在原地，一动也不动，这种感觉非常地不好，要是发生森林大火，我们不能逃走，只能在原地活活被烧死吗?要是人类来砍我们，我们只能乖乖地让他砍，我还宁愿好久没下雨而枯死，而不是被砍死!但我们也该满足了，因为站在原地不动，可以看见四季的变化，甚至如果活更久，可能看见上百年到上千年的变化，所以当树也不是只有缺点，也是会有优点的!

如果我是一棵树，我想对人类说：“不要再对我们恶作剧了，也不要再在我们身上刻字，不要再嘲笑、鄙视我们，最重要的’是，不要再砍我们了。”希望人类会注意到我们在对他们说话，并且改过，这样我们会原谅他们的。但人类永远也想像不出我们被砍的感觉是什么样的。

【作文二】

同学们你们来说说未来世界将会怎样的?是沙漠还是繁华又干净的城市?我觉得应该是沙漠吧!

现在有许多许多的工人乱砍乱伐树木，如果没有了树木人类将无法生存。树有许多许多的本领，正是因为这些本领人类才可以生存。你们想听听树的本领吗?且听我娓娓道来：

一它可以消音。

二它可以美化环境，使人不感到单调和乏味。

三它可以减少空气污染对人类健康的危害。

四它可以吸进二氧化碳，吐出氧气。

五它还可以防止水土流失。

其实树木的本领还很多很多呢!同学们可以试想一下：如果没有了树的本领人类怎么生存呢?人类还能生存吗?那么这世界上还会有人类吗?如果没有了树木就没有了人类。

如今鲜花也将濒临灭绝。这是因为人类随意践踏造成的。花儿的本领也很多。如：可以做为药材;可以授粉;可以美化环境，等等一系列的本领。如果没有了花儿，人类将生活在单调的生活里。我相信大家并不愿意生活在单调的生活里。那么就请大家好好爱护他们吧!

同学们，我们一定要好好保护花草树木呀!如果没有了他们人类怎能生存呀!那么未来的世界就会变成荒凉的沙漠。其实保护花草树木并不只是学生们的责任还是人类的责任，所以保护花草树木，人人有责。

自我保护班会记录篇六

班会目的：

- 1、通过活动让学生知道每年的6月6日是全国爱眼日。
- 2、使学生感受到眼睛的重要性，懂得保护眼睛从我做起，从现在做起。活动过程：

一、猜谜引出课题

师：

- 1、上边毛下边毛中间一颗黑葡萄?这是什么?(眼睛)
- 2、眼睛是我们身上很重要的器官。谁知道眼睛的作用?
- 3、有了一双明亮的眼睛可以看清事物，这是多么的重要。今天让我们一起来了解我们的眼睛，保护我们的小眼睛。

二、说说眼睛的宝贵

学生交流

三、交流自己平时爱眼的做法。

师：那么请大家说一说平时你是怎样爱护自己的眼睛的，举出例子。

四、讨论如何保护视力

师总结：

五、饮食调节

吃一些肝脏、蛋黄、胡萝卜等富含维生素a的食物以外，我们还可以吃一些水果水果里面含有很多维生素c□d□e□在抗氧化和抗老化方面有一定作用。枸杞子有养肝明目的作用，长期服用对眼睛保健是有益的。

自我保护班会记录篇七

一、课前准备。

课前利用网络收集我国长江、黄河、珠江等各大河流受严重污染的河面图片，并结合想象将这些图片制成电脑课件。

二、直观感悟，确定学习目的。

教学开始，利用电脑播放我国各河流严重污染的图画：一条条江河，没有白色的浪花，没有鱼儿畅游，有的只是浑浊的水，水面飘满了易拉罐、塑料袋、动物尸首、饮料瓶……教师同时配上解说词，让学生从不同的感官感受到生态环境受到破坏日益严重的趋势。进而，师生共议，确定本节班会课的学习目标：

(一)水资源是如何受到破坏的？

(二)我们应怎样用实际行动来保护水资源？

三、讨论——交流，刨根求源。

在电脑播放画面结束之后，教师引导学生展开热烈的讨论，寻究环境发生污染的根源，探索解决问题的方法。经过“讨论——交流”，教师重点点拨，学生从以下两点进行体会：

(一)水污染是由于人类盲目开发生产，盲目排污造成的。

(二)水资源的保护人人有责，我们应从小做起，从我做起。

四、归纳总结，培养意识.

通过学生的交流讨论教师点拨学生达成保护水资源的共识，并提出思考：我们应怎样做？教师鼓励学生举手发言，谈出自己的看法，并做归纳总结. 例如：

经过深入的讨论及教师方向性的点拨，不仅使学生懂得水资源保护的重要性，还培养了学生懂得如何保护、珍惜水资源，培养了学生良好的环保意识和生活习惯。