

# 与爱同行班会心得(优质5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 与爱同行班会心得篇一

主题班会

班级：13级护理2班

主持：巴合提古丽

时间：2014.5.10

题目：民族团结从我做起

一、活动目的：

同学们在军训期间，刻苦训练，团结友爱，互帮互助，充满了朝气和活力，具有较强的拼搏意识和进取精神。然而，自从正式上课以来，我发现一些不和谐的音符：同学之间漠不关心，大学生生活迷茫，学习动力不足，学习目标不明确，迟到、早退现象严重。为了进一步加强同学之间、师生之间的沟通和交流，增强班级的凝聚力和向心力，提高同学们的集体荣誉感，找回军训中的那种感觉和自我，特开展此主题班会。

二、活动意义：

三、活动形式：讨论和文艺相结合

## 四、活动过程

### 1、开场语

主持人：各位老师、各位同学，大家晚上好！欢迎来到国商一班主题班会活动现场。主持人：曾经有这样一个故事，一位智者和他的徒弟正漫步于河边，智者问徒弟：“怎样才能使一滴水永不干涸？”徒弟大惑，然后曰：“将它托入掌心。”师父笑曰：“非也、非也！将它投入大海之中。”……是啊！一滴水只有在大海中才不会干涸。我们国商（1）班不正是这一片汪洋大海，而在座的每一位同学不正是大海中的一滴滴水珠吗？一个人只有在集体中才能发挥自己，一个集体也正因有了我们才生发光芒。我们要不断培养自我意识、树立主人翁形象、增强集体凝聚力！

### 2、团结就是力量

主持人：是的，团结是一种奋发向上的精神，团结使我们紧紧地联系在了一起……下面首先请大家欣赏歌曲《团结就是力量》，表演者全体男生。

主持人：在同学们精彩的表演后，有一同学由衷地写下自己欣赏后的感受。

吴相会：同学们，当你坐在宽敞明亮的教室里和大家一块儿学习上课时，当你和朋友们一起游戏，一起活动，一起劳动时，当你和伙伴共同解决了学习生活中遇到的困难时，你是否感受到了同学之间那份真诚的友谊，团结带来的快乐呢？给大家讲一个真实的故事吧。在辽宁省师范大学教育系里，有两位特殊的学生，一位叫周婷婷，另一位叫王铮。她们一个双目失明，一个双耳失聪。然而，就是这样的两个人组成了“海伦·凯勒”号联合舰队，两人在生活上、学习上互帮互助，周婷婷听不清看得清，她做了王铮的眼睛；王铮看不清，她做了婷婷的耳朵，两人取长补短，扬长避短，在学习上取得

了优异的成绩。他们为什么会取得成功？那是因为她们掌握了成功的一个法宝——团结友爱，互相协作。

马翩翩：“一滴水只有融入大海才不会被蒸干”“根根筷子只有绑在一起才坚不可摧”“众人划桨开大船”。这一句句富含哲理的话语，告诉我们，一个人只有融入集体才不会落后。在学校，班级是我们最亲近的集体，也是最能体现“蚂蚁精神”即集体观念的集体。按时到校、自习课安静、宿舍卫生搞好、校服穿戴整齐、说话用语文明等等，这些都是团结的行为。也许有很多人认为这些不过是些微不足道的小事，可却不曾认识到这些小事上的不到位，恰恰反映出了某些人责任意识淡薄，缺乏足够的集体主义观念。

### 3、拼搏才会成功

李培/崔莹：成功是美好的，它能给予人优越感，卓越感，每个人都幻想着成功，但往往都忽略了成功的主要因素——拼搏。

跳水名将伏明霞，当她在为亚特兰奥运会作准备时，大大小小的伤出现在她的身上，但是，顽强的拼搏精神驱使着她，坚强的斗志激励着她，因此，她把一切都抛诸脑后，带伤训练，正是因为有了这种拼搏精神，才使得她取得了成功。由此可见：拼搏精神是一个人成功的主要因素，没有了拼搏精神，这个人，就很难有一番成就。我们相信：爱拼就会赢，肯拼就是赢！

### 4、奋进的旋律响起来

主持人：倘若将我们国商（1）班看作一条航行的大船，我们国商（1）班的同学就是这条船上不可缺少的成员——水手，只有我们心往一处想，劲往一处使，大船才会顺利到达彼岸。众人划桨开大船，开出一片属于我们自己的天空。请欣赏男生合唱《众人划桨开大船》（表演者：闫佳林李向南侯前途

郭玉李肸五张九霄陈永淼)

## 5、尾声

### 五、辅导员总结

同学们，今天晚上的主题班会开的很成功。作为老师，我很高兴，也很欣慰。高兴的是：没想到同学们准备的这么充分，人人都有节目，人人都有感言。欣慰的是：我们国商一班的同学们又找回了军训中的那种感觉，那种团结进取的精神。“人生能有几回搏，此时不搏，更待何时！”我深信：只要我们团结一致，互相帮助，勇往直前，就一定会战胜任何艰难险阻，到达理想的彼岸。

### 希望和要求

- 1、团结就是力量，是我们班级的基础。真心的希望同学们能够以此为契机，敞开心扉，包容理解对方，关键时刻伸出你、我的友爱之手。
- 2、拼搏是关键。爱拼才会赢，爱拼就会赢，只要生命不息，就要拼搏不止。大学期间是锻炼自己、提升自己的大舞台，我们要不断开拓创新，锐意进取。
- 3、奋进是方向，是目标。任何时候，我们都要“咬定青山不放松”，具有“愚公移山”的精神。每一名同学都要“学有目标，赶有方向”，具备现代化的专业知识和技能。

### 六、学生对主题班会的建议

本次主题班会虽说达到了预期目标，但从班会的内容、过程来看还存在着一些不足。比如在某些方面材料收集的不够全面，形式还不够多样化，有个别学生干部的积极性还没有充分调动起来，学生讨论、交流的时间还不够多。在以后的主

主题班会活动中我将会努力克服不足，逐步提升主题班会的质量和效果。

## 与爱同行班会心得篇二

一、深入开展《禁毒法》、《戒毒条例》宣传教育活动。

各学校认真贯彻落实《禁毒法》、《戒毒条例》，组织学习、宣传，并把这两部法律法规纳入学校“六五”普法计划。通过集中学习、专题讲座、知识竞赛等形式进行重点学习；通过黑板报、主题班会等形式，对该法进行有针对性地宣传。

二、组织开展丰富多彩的禁毒宣传教育活动。

根据上级安排，在6月份开展“全民禁毒宣传月”活动。各学校以此为契机，精心组织、集中开展毒品预防教育活动。积极发挥毒品预防教育课堂教学的主渠道，把毒品预防教育作为一项重要内容列入教学计划，小学五年级至初中三年级禁毒教育每学年不少于2课时。在“6.3”虎门销烟纪念日 至“6.26”国际禁毒日期间，组织开展了主题突出、特色鲜明的集中禁毒宣传教育活动，通过张贴、悬挂毒品预防教育挂图、宣传画，播放禁毒教育宣传视听资料，开展禁毒知识竞赛、演讲、征文，利用黑板报、宣传栏、校园广播、校园网、主题班会、报告、图片展等形式，大力宣传毒品对社会、家庭和个人尤其是青少年造成的严重危害，使广大学生普遍受到一次深刻的禁毒教育。

三、积极组织师生参加全国禁毒动漫和宣传教育讲课比赛活动。

为充分运用新媒体、新手段开展禁毒宣传教育活动，增强禁毒宣传教育工作的趣味性和互动性，我们将积极参加国家禁毒办和中国禁毒基金会举办“全国禁毒动漫大奖赛”和“全国禁毒宣传教育讲课比赛”，活动正在进行中。

## 与爱同行班会心得篇三

高二学生逐渐进入开始拥有公民权的18岁，为了使学生进一步明确自己作为18岁的青年学生应尽的人生责任和义务，以及如何才能肩负起人生的责任和义务，使学生学会正确处理个人的权利和义务、奉献与索取等问题。

班会过程：

18岁是一个人发展的重要里程碑，这时一个人不仅开始拥有公民的资格，而且在生活中也以成人的姿态出现，每一个到了18岁的人都会自豪地宣称：“我长大了！”“我成熟了！”“我是大人了！”实际上真正严格意义上的成熟，不仅包括生理发展的成熟，而且还包括心理的成熟，诸如理智的成熟、情感的成熟、交际的成熟以及成就感、责任感等，而后者在人的成熟中所占的地位更重要，这节课我就责任感这个主题与同学们一起来探讨。

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？(学生答，后归纳，投影)

### 一、人生应尽的责任

自我责任、角色责任、社会责任

### 二、如何肩负人生的责任和义务

#### 1、自我责任：自理、自尊、自爱、自信、自强

什么是人生的自我责任？就是对自己负责，对自己的生存和发展承担责任。如何才能肩负起人生的自我责任？(学生答，后归纳，投影)第一是自理，即自己管好、料理好自己，不要依赖别人。第二是自尊，即自己尊重自己。第三是自爱，即爱惜自己的名誉，珍惜自己的生命，爱护自己的身体，保护好

自己。第四是自信，即自己相信自己，相信自己的能力，相信“天生我才必有用”（李白语）。这是不少学生所缺乏的，以华罗庚勤奋好学，终成数学家为例说明，当碰到困难，受到挫折时，不要轻易投降，要有自信心。第五是自强，以张海迪自强不息、顽强奋斗为例说明作为一个健全的人更应努力向上，以顽强的意志来面对学习上和生活上的各种困难。

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。但不论当什么角色，都要负起角色责任。

2、角色责任：在家做个好孩子，在社会做个好公民，在学校做个好学生。为班集体建设承担一份责任和义务。

在家你是儿女，在社会你是社会成员，在学校你是学生，分别该负起什么责任？（学生答，后概括，投影）在班里，大家都是高二（1）班的成员，对于班集体的建设，是否认为这是班干部的事情？是否有想过要承担自己的一份责任和义务？又该负起什么责任？（学生答，后分析、评述）相信大家都懂得：“众人拾柴火焰高”的道理，只有我们每一个成员都为班集体建设承担自己的一份责任，我们的集体才能显示出团结友爱，朝气蓬勃的精神面貌，才能为自己提供良好的学习和生活的环境。自觉承担你自己的一份责任和义务，也是显示你在一个集体中存在价值的一种表现。我相信每个人都渴望自己为别人所承认、所接受、所信任，都希望能显示出自己存在的重要和在集体生活中的价值，那么通过什么方式让别人了解你、承认你、接受你和信任你？就是通过你在集体事务中的表现，通过你在集体生活中所发挥的作用。

通过对班里个别学生对集体事务不关心例子的评析，使学生明白，在一个班集体中，大家都是集体的主人，应该有当家作主的精神，要意识到自己的责任，自觉为班集体建设承担自己的一份责任和义务。这样我们每一个人在集体中的存在价值才能充分体现出来。正如德国的伟大诗人歌德所说的那样：“你若要寻求你自己的价值，你就得给世界创造价

值。”（投影）

人是社会的人，社会是人的社会。一方面任何人都需要从社会中获得生存必须的生活资料，实质上就是享受某种社会权利；另一方面，任何社会的发展都离不开人，人们所享受的种种社会权利，都是通过人类的劳动实践创造的，也就是个人对社会尽责任。

### 3、社会责任

如果没有个人对社会尽责任，社会就谈不上发展，个人也无法享受别人创造的权利。现在有的学生只讲权利，而不讲责任和义务；只讲索取，而不讲回报。将来又如何给别人创造权利？如何才能肩负起中学生的社会责任？（学生答，后归纳）

#### (1) 立志做有益于他人、有益于社会的人

科学的人生观把对社会的贡献看作是人生价值的尺度，认为人生价值的核心和实质在于对社会的贡献和为人民服务的贡献。评价一个人的人生价值，不是看他从别人、从社会那里索取到什么，而是看他为别人、为社会贡献了什么。正如美国科学家爱因斯坦所说的：“一个人的价值，应当看他贡献了什么，而不应看他取得了什么。”（投影）以中国近代现代仁人志士的探索奋斗为例说明。

#### (2) 把握今天，努力学习为社会作出贡献的真正本领

作为学生，就要把握时机，珍惜时光，努力学好各门功课，全面提高自己的思想和文化素质，为将来的学习和工作打好坚实的基础。

#### (3) 开创明天，在时代伟业中展现人生的价值

明末清初杰出的思想家顾炎武提出了一个振奋人心的口



号：“天下兴亡，匹夫有责！”作为跨世纪的人才，国家的未来，民族的希望，时代在呼唤着有志青年，有志青年应努力为祖国的振兴、民族的腾飞作出自己的一份贡献。而这首要的是要认清自己的责任，明确自己的历史使命，培养锻炼自己的现代化素质，做托起时代大厦的栋梁。

最后请几位学生谈谈通过这次主题班会，对人生应尽的责任以及如何肩负起人生的责任这些问题有什么新的认识、新的感想。

## 与爱同行班会心得篇四

如何背着“壳”前行

活动目标：

- 1、正确认识自己所背负的压力，初步形成主动磨练自己的意识。
- 2、树立自强进取的信念和信心，培养勇于承受压力的能力和乐观积极的生活态度。

活动重难点：

让学生初步形成主动磨练自己的意识，培养勇于承受压力的能力。

主题阐释：

现代社会迅速发展，升学压力、家长期望、自我期望等各方面压力纷纷压到学生的心头，如何引导学生正确对待压力，并培养自强不息的意志力成为现代学校德育的一个重要的内容。

课前准备：歌曲《蜗牛与黄鹌鸟》和《蜗牛》。制作课件。并提前将班会主题告知学生，要求学生对“如何对待压力”先做一定思考。

班会过程：

一、导入通过埃及的一个古老的传说引入：

有一个故事说，能够到达金字塔顶端的只有两种动物，一是雄鹰，靠自己的天赋和翅膀飞上去。另外一种动物就是蜗牛。

蜗牛到达金字塔顶，主观上是凭它永不停息的执着精神，客观上应归功于它厚重的壳。正是这看上去又笨又拙、有些负重的壳，让小小蜗牛得以到达金字塔顶。在登顶过程中，蜗牛的壳和鹰的翅膀，起的是同样的作用。

可是生活中，大多数人只羡慕鹰的翅膀，很少在意蜗牛的壳。就像我们羡慕别人能有某种天赋或特长而获得某些成就，却整天埋怨我们身上要背负太沉重的“壳”一样。

二、提出问题：

那么我们身上背负的“壳”到底是什么呢？学生讨论回答。教师稍作归纳。这“壳”能够搁下吗？（明确：人要生存就必然担负着许多责任和压力。）

三、讨论：

我们要如何背着“壳”前行呢？

看动画《蜗牛与黄鹌鸟》听歌曲，并要求同学们根据动画中的一些启示去归纳出自己的答案。

在学生发言后，用幻灯片展现三个小故事，并要求学生在故事中得出启示：

## 故事一：

德国法兰克福的钳工汉斯·季默，从小便迷上了音乐，他的心中有一个始终不变的奋斗目标——当音乐大师，尽管买不起昂贵的钢琴，但他能用钢板制作的模拟黑白键盘，练贝多芬的《命运交响曲》时，竟把十指磨出了老茧。

后来，他用作曲挣来的稿费买了架“老爷”钢琴，有了钢琴的他如虎添翼，并最终成为好莱坞电影音乐的主创人员。他作曲时走火入魔，时常忘了与恋人的约会，惹得许多女孩“骂”他是“音乐白痴”、“神经病”。

他不论走路或乘地铁，总忘不了在本子上记下即兴的乐句，当作创作新曲的素材。有时他从梦中醒来，打着手电筒写曲子。汉斯·季默在第67届奥斯卡颁奖大会上，以闻名于世的《狮子王》荣获最佳音乐奖。这天，是他的37岁生日。

启示一：要能背着“壳”前行，首先要有明确的目标。

## 故事二：

美国伟大的励志成功大师拿破仑·希尔曾讲过这样一个故事：赛尔玛陪丈夫驻扎在一个沙漠中的陆军基地里，丈夫经常外出演习，她一个人留在陆军的小铁皮房子里，奇热无比，又没有人和她聊天，周围都是不懂英语的墨西哥人和印第安人。

“两个人，从牢中的铁窗望去，一个看到泥土，一个却看到了星星。”从此，赛尔玛决定在沙漠中找到自己的星星，她观看沙漠的日落，寻找到几万年前留下的海螺壳。

她和当地人交朋友，互送礼物，她研究沙漠中的植物、动物，又学习有关土拨鼠的知识，她把原来认为最恶劣的环境，变成了一生中最有意义的冒险，并出版了一本书《快乐的城堡》，她从自己的牢房中望去，终于望到了自己的星星。

启示二：要能背着“壳”前行，其次要有积极的人生态度。

故事三：

一天某个农夫的一头驴子，不小心掉进一口枯井里，农夫绞尽脑汁想办法救出驴子，但几个小时过去了，驴子还在井里痛苦地哀嚎着。无奈之下，农夫决定把枯井填上。

当泥沙落到驴子的背上时，驴子停止了哀叫，把背上的泥土抖掉，站到了上面。就这样它居然一步一步的走出了枯井。

在生命的旅程中，有时候我们难免会陷入“枯井”里，会被各式各样的“泥沙”倾倒在我们身上，而想要从这些“枯井”脱困的秘诀就是：将“泥沙”抖落掉，然后站到上面去！那原本是埋葬驴子的泥沙，被他抖落到脚下，变成了走出困境的阶梯。

启示三：要能背着“壳”前行，还要有主动在艰苦的环境中锻炼自己的意识。

四、接下来，让我们念念励志名言

五、学生联系实际进行小结：

学生谈感想：

甲同学：人的青春是有限的，虽然我平凡，但我会燃烧我的青春，我要用学习的光芒点燃青春的火把。因此，我比较端正学习态度，掌握学习方法，有效地利用每一分每一秒。因为我坚信，有志者事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚；苦心人天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。

乙同学：我觉得学习有目标是很重要的，那才不会像无头苍蝇一样撞来撞去。我这个人就是这样，对自己的事情很有目

标，玩的时候尽情的玩，学的时候我就能专心的学。每当我取得成绩的时候，每当我能够站在台上领奖的时候我就心里很高兴，因为我觉得我没有给父母丢脸。但是爸爸对我说：笑在最后才是笑的最好。我知道我的成绩还不值得一提，我将用最大的力量最大的信心去取得最好的成绩，同学们看我的吧！

丙同学：虽然我个性活泼，看起来对什么都无所谓。但是我其实对学习是很认真的。我的理科较好主要是因为我在上课很认真，并且喜欢自己去主动思考，所以课外没有用太多的时间去复习。当然我想如果课外我再努力一点的话我的成绩将会更好。

丁同学：我之所以取得现在与以往相比较好的成绩，是因为我上课的时候专心听讲，按照老师的思路去认真的听课。下课的时候我对有些疑难问题进行研究，不明白的就去问老师。每天都把上过的新课复习一遍，这样对自己的学习很有好处。如果不信可以去试试啊！

戊同学：拥有思维迟钝的我，曾在沙场中战死，也曾在众目睽睽中得胜。一般来说我对事情的处理犹豫不决没有太多的主见，但是唯有对学习，我始终有着执着的追求，我相信，只有学习，只有现在用知识武装自己将来我才能有自己的席之地。

己同学：有人常常埋怨时间太紧，没有时间复习。鲁迅曾经说过：“时间就像海绵里的水，只要愿挤总还是有的。”时间一分一秒的过去，离期终考只剩下十几天的时间了。同学们，花有重开日，人无再少年。让我们用剩下的时间，勤奋读书，勤思好问，让我们把握手中的时间，争取在期末考试中取得好的成绩，给父母一份满意的答卷！

庚同学：在第二次的月考中，我的成绩下降很多。这归咎于我的学习方法不正确，重文轻理，对理科不重视。另一方面

我不够勤奋，没有真正掌握知识，对学过的内容没有复习。在剩下的时间里我决定要迎头赶上，抓紧时间，改正学习方法。希望同学们跟我一样吸取教训，时刻警惕，不能放松！

辛同学：在期中中我的成绩比上一次有了较大的进步。主要是因为第一次失败的月考中总结了经验教训，从此便开始了努力学习，遇到不懂的问题便请教老师和同学，上课也很专心。由此我知道了，只要我们努力只要我们真的想学好就真的可以做到。我衷心的希望我与大家一起进步，希望同学们能够牢记老师的教导，争取最好的成绩。

[讲述]以上八名同学谈得都很好，其中某某同学提到时间就像海绵里的水，需要我们去挤。所以我希望大家能够学做一个会“挤”时间的人。古人有“凿壁借光”“映雪读书”的事例，那些刻苦攻读的人都取得了至高的学问和成功。老一辈革命家在血雨腥风的年代也能挤出时间学习。我们有这么好的条件和环境，有什么理由不抓紧时间来学习呢？只有吃得苦，才能有成功。

## 六、班主任讲话：

同学们，雄鹰到达金字塔顶尖，靠自己的天赋和翅膀飞上去。而蜗牛肯定只能是爬上去。从底下爬到上面可能要一个月、两个月，甚至一年两年。在金字塔顶端，人们确实找到了蜗牛的痕迹。我相信绝对不会一帆风顺地爬上去，一定会掉下来再爬、掉下来再爬。但是，同学们所要知道的是，蜗牛只要爬到金字塔顶端，它眼中所看到的世界，它收获的成就，跟雄鹰是一模一样的。只要你上去了，就足以给自己留下令生命感动的日子。如果我们的生命不为自己留下一些让自己热泪盈眶的日子，你的生命就是白过的。

人生是一个背着“壳”前行的过程。不管壳有多重，希望同学们能够像蜗牛那样，化压力为动力，凭借自己的执著和自强，爬上自己心中的金字塔。

## 七、宣誓(班级励志誓词)

选择大海，就去乘风破浪，

选择蓝天，就去展翅翱翔，

选择高三，就去勇敢进取。

面对挑战，我们毫不畏惧，面对困难，我们勇往直前，面对挫折，我们绝不低头，面对失败，我们从头再来。

敢于拼搏，用不懈争取进步；自强不息，用汗水浇灌理想；超越自我，用奋斗放飞希望；永不言弃，用信念实现梦想。

努力！坚持！拼搏！成功！

站在高三的门口，面对高三的岁月，我们用青春的名义宣誓：

不负父母的期盼，不负老师的厚望，不做懦弱的退缩，不做无益的彷徨，奋斗二百天，让飞翔的梦在六月张开翅膀；奋斗二百天，让雄心与智慧在六月闪光。我们将带着顽强的微笑，去赢得志在必得的辉煌。有志者，事竟成，百二秦关终属楚；苦心人，天不负，三千越甲可吞吴。

20xx□我们注定成功。

20xx□我们注定辉煌。

同学们，加油

## 八、结束

播放周杰伦的《蜗牛》，带引全班同学合唱。

歌词：该不该搁下重重的壳/寻找到底哪里有蓝天/随着轻轻

的风轻轻的飘/历经的伤都不感觉疼/我要一步一步往上爬/等待阳光静静看着它的脸/小小的天有大大梦想/重重的壳裹着轻轻的仰望/我要一步一步往上爬/在最高点乘着叶片往前飞/任风吹干/流过的泪和汗/总有一天我有属于我的天。

## 与爱同行班会心得篇五

绿色——我们永恒的追求

1、通过活动使学生认识到环保的重要性，激发学生的环保责任感和使命感。

2、让学生认识到现在环境的破坏程度，树立危机意识。在生活中养成良好的环保习惯。

把主动权交给学生，讲授、活动与表演相结合，在自由、轻松地氛围中激发他们的责任感，发出倡议，保护环境。

(1) 搜集、整理有关环境的材料。

(2) 保护环境措施的材料。

(3) 投影片、录音机、关饰。

(4) 主持人：康许昌

(1) 引入主题

古往今来。地球妈妈用甘甜的乳汁哺育了无数代子孙。原来的她被小辈们装饰得楚楚动人。可是。现在人类为了自身的利益。将她折磨得天昏地暗。人类只有一个地球，而地球正面临着严峻的环境危机。[救救地球”已成为世界各国人民最强烈的呼声。



我为周围环境的恶化而感到心痛。我想：作为未来接班人的青少年。如果不了解人类环境的构成和环境问题的严重性。无视有关环境保护的法律法规。不去增强环境保护意识。自觉履行保护环境的义务的话。我们的生命将毁在自己的手中。老天将对我们作出严厉的惩罚。为此我下定决心要从我做起爱护环境。保护我们这个赖以生存的家园。做一个保护环境的卫士。

触目惊心的环境污染随处可见：天空昏暗、空气污浊、污水横流、垃圾围城……，连远在冰天雪地的南极企鹅体内也发现ddt等农药残余，珠穆朗玛峰遍地狼藉？蓝天碧水已经成为许多人儿时的记忆和遥不可及的梦想。

(2)主持人告诉大家一组数字，然后请大家“我知道的环境破坏”进行讨论。

1、每分钟损失耕地40公顷；2、每分钟土地沙漠化为11.4公顷；3、每分钟有4700吨泥沙入海口；4、每分钟有8500吨废污水排出；5、每年全世界约有1500万人口死于水污染及环境污染，6、每分钟有28人死亡。

(3)讨论。

我们应该怎样保护环境，应从几方面着手？

首先，必须遵守有关禁止乱扔各种废弃物的规定，把废弃物扔到指定的地点或者容器内，特别是不要乱扔废电池，因为一节废电池中所含的重金属，如果流到清洁的水中，它造成的污染是非常厉害的。

其次，在学习中，要尽量节省文具用品，杜绝浪费，比如，铅笔是用木材制造的，浪费了铅笔就等于毁灭了森林。

第三，应该尽量避免使用一次性饮料杯、泡沫饭盒、塑料袋

和一次性筷子，用陶瓷杯、纸饭盒、布袋和普通竹筷子来替代，这样就可以大大减少垃圾的产生。

第四，虽然泡泡糖是小朋友们十分喜爱的糖果，是一种有益于人体健康的食品，但是，千万不要乱扔咀嚼后的胶基，因为它会到处乱黏。在吃的时候，可以先将它的包装纸收好，用来包裹吐出来的胶基，然后，再将它扔到废物箱内。

第五，不要随意捕杀野生动物，尤其不要吃人类的益友——青蛙，因为1只青蛙1年内大约能吃掉1.5万只昆虫，其中主要是害虫。

第六，要爱护花草树木，不破坏城市绿化，并且积极参加绿化植树活动。

第七，离开房间时，关上电灯并且拔掉电视机、音响、计算机等的电器插头。

第八，即使在最寒冷的地方，也没有必要使室温超过18℃，如果你觉得冷，可以多穿一点衣服。

第九，尽可能用节能灯代替普通灯泡，尽管它的价格相对贵一些，但它的耗电量只及普通灯泡的一小部分。

第十，用密闭容器代替塑料包装物来储藏食物。

第十一，购买饮料尽可能选择可回收再利用的罐装饮料。

第十二，请携带自己的购物袋去购物，以避免使用不可回收利用、不可分解的塑料袋。

第十三，节约用水，在刷牙时，请关闭水龙头。

第十四，园丁应施用有机

肥料，如混合肥和粪肥，避免

使用杀虫剂和除草剂，因为它们会渗入泥土，危害水源。

第十五，开车时减速行驶，这样耗油量小，还可降低二氧化碳的排放量。

第十六，尽量以步代车或骑自行车。

无论是过去、现在，还是未来，也无论是家庭、国家，还是世界，环境永远是我们的朋友，善待朋友，就是善待我们自己。

(4) 请同学从社会、学校、家庭等说说保护环境的事例。

1、广州保护白云山，整治珠江水，波光映晴的美是成为每一个广州人的骄傲。

2、甘肃从提高公民的环保意识入手，大力开展“保护母亲河——天天环保”行动和“生态家园”、“绿色学校”、创建活动，公众的环保意识明显增强。

3、临泽县不断加大三北防护林、防沙治沙、退耕还林、沼气建设与村容环境整治的“五改”，加快以改善乡村环境为主的新农村建设。

4、马斯河谷烟雾事件：1930年比利时马斯河谷工业区由于二氧化硫和粉尘污染，一周内有近60人死亡，数千人患呼吸系统疾病。

5、美国洛杉矶的居民，在1943年发现空气中有一种微白的薄雾，有时带有黄褐色，刺激人眼疼痛和流泪，这种薄雾日趋严重，但直到10年后才找到真正的祸首——汽车。1955年和1970年洛杉矶又两度发生光化学烟雾事件，前者有4000多

人因五官中毒、呼吸衰竭而死，后者使全市3/4的人患病。

#### (5) 开心辞典环保知识问答

6、人类目前面临着哪些环境灾难？

答：水污染、空气污染、植被萎缩、物种濒危、江河断流、垃圾围城、土地荒漠化、臭氧层空洞等。

7、当代人类面临的三大难题是什么？答：人口膨胀、资源短缺、环境恶化。

8、选用什么样的洗衣粉能减少水污染？答：无磷洗衣粉。

9、日常生活中怎样节约用水？答：随时关紧水龙头、一水多用、保护水源等。

10、什么是绿色消费？答：用环保的眼光去选购和使用商品

11、“地球日”是哪个国家提出的？答：美国

#### (6) 学生谈感受

1、主持人发言，介绍班会的主题，绿色校园的含义

绿色学校指学校在实现基本教育功能的基础上，以可持续发展思想为指导，在学校全面的日常管理中，纳入有益于环境的管理措施，充分利用学校内外的一切资源和机会全面提高学生环境素养的学校，环境素质和行为是绿色学校所有学生生活和道德精神的内在组成部分。

绿色学校，不能等同于绿化学校，或者是环保学校。

“环境美”、“语言美”、“行为美”这三项是“绿色校园”这项活动的内容。

绿色环境是健康的一种象征。绿色能带给我们生机、带给我们活力!而绿色校园中的“绿色”我认为就不单只是一种颜色那么简单!

走进我们如今洋溢着书香味的校园，你会被那迷人的风景所吸引。高大现代化的教学楼，郁郁葱葱的树木，还有鲜艳夺目、争奇斗艳的花卉。漫步在校园里这一派绿景下，会使你感到精神振奋、心情舒畅。校园中的绿色风景，对我们同学是极其有益的。不是吗?一节课后，站在走廊上看看校园中的绿，让我们大饱眼福，也使精神达到更高、更好的状态!在课余时间，同学们又可以在校道上走走，看看周围的景物，不是有置身花园之感吗?!由此校园的美好可见一斑!所以，我们就应该让校园中的绿色永存!在平时培养不随意践踏草地，不攀折树木花草，勤于打扫，见到垃圾主动拣起等等的习惯。久而久之，校园必将越来越美!

2、引导分析校园中值得注意的环保问题及其带来的严重影响。

全班分成五个小组，老师指定组长，然后各组长集中本组同学交流组长记录整理。五个组长将记录材料在班会上宣读。

3、保护校园美丽、整洁的环境，我们有哪些工作要做。

(1)学生代表上台发言。

(2)教师小结：通过刚才各个组的代表同学上台发言，我们看到，我们在校园环境保护方面需要做的事情还很多，上台发言的同学提出了不少很好的意见。我想可以这样概括：爱护校园，人人有责;环保问题，人人重视，从我做起。

4、目前我们迫切需要做而且能做好的几件事是：

(3)各班负责把本班卫生区域的草地圈围好，自己平时不践踏草地，也制止别人乱踏草地行。

(4)提高自身环保意识，不做乱扔垃圾，随地吐痰等破坏环境的事。

(5)在同学中以身作则，起好模范带头作用，认真宣传环保知识

(6)组织同学成立清洁小分队，定期清理校园的楼道，公共设施等。

(7)可成立绿色小分队，领养校园中的草地，树木。关注它们的成长，给它们浇水，施肥。

## 5、学生谈感受

最后，班主任总结。

我建议同学们应该做到以下几点：倡议亲爱的同学们，环境保护是一项长期而又艰巨的任务，让我们珍爱生命，善待自己，保护好我们的环境家园吧！希望每个同学都能自觉养成良好的卫生习惯，为校园环保做点力所能及的事。大家在这次活动中了解到了许多环保知识，也认识到了环境保护的重要性。我希望大家能树立良好的环保意识，从身边小事做起，做一个文明学生。只有我们自己对社会负责，对环境负责，我们才能获得舒适的环境，美丽的校园。当我们漫步于绿树环绕，鲜花盛开的校园，大家就会感受到，播种绿色就是播种希望。让我们携起手来，共创一个美丽的绿色校园。让我们生命的每一天，天天都是环境日！