

2023年珍爱生命道德讲堂班会教案及反思 珍爱生命班会教案(大全9篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。那么我们该如何写一篇较为完美的教案呢？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

珍爱生命道德讲堂班会教案及反思篇一

1、观看《中小学生春季安全教育第一课》专题节目，加强学生安全防范意识，提高自救自护意识。

2、让每位学生在遇到自然灾害和突发事件时，能够沉着应对，减少意外事故的伤害。

3、了解校园安全隐患。

4、掌握安全知识，培养学生“珍爱生命，安全第一”的意识。

掌握安全知识，培养学生“珍爱生命，安全第一”的意识。

同学们，前段时间我们了解到四川雅安发生了地震，对于逝去的生命我们感到非常惋惜。我们的家乡也处于环太平洋地震带，假如我们这里发生地震我们该怎么办呢？假如遇到火灾时我们又该如何呢？“安全”是一个永恒的话题。

《中小学生春季安全教育第一课》

同学们看完这个视频你想说些什么呢？(生讨论发言)

师：同学们，地震、火灾、溺水、交通等等夺走了多少鲜活的生命，让人感到惋惜的同时，我们又必须面对的是安全，

只有安全的警钟常常响起，只有把安全落实到我们的学习和生活中，我们才能快乐健康的成长。那么在我们身边又有哪些安全隐患呢?(生讨论师总结)

1、学生集会、集体活动、课间活动的安全隐患。

2、校园用电安全隐患。

3、学生交通安全隐患。

4、校园隐性伤害的隐患。

1、行人靠右走，注意观察来往车辆。

2、学生在上下学路上不追逐打闹、不玩耍。

3、其他交通安全注意事项。

讲究饮食安全拒绝三无食品，不吃腐烂变质食品，不吃零食，不喝生水，不在校外无证摊点上吃饭，不随地吐痰，不乱扔果皮纸屑。养成良好的卫生习惯。

1、遇到火灾不可乘坐电梯，要向安全出口方向逃生。

2、穿过浓烟逃生时，要尽量使身体贴近地面，并用湿毛巾捂住口鼻。

3、身上着火,千万不要奔跑,可就地打滚或用厚重的衣物压灭火苗。

1、独自在家时要关好门窗，锁好房门，不轻易给陌生人开门，当遇坏人欲强行闯入，可到窗口、阳台等处高声喊叫邻居或打报警电话。

2、不饮用、食用陌生人送给的饮料、食物，不占别人的小便

宜，以免上当受骗。

3、未成年人遇到抢劫等侵害时，要依靠智慧，不要硬拼，关键时要大声呼救，及时报警。

临危逃生的基本原则：

保持镇静，趋利避害；学会自救，保护自己；想方设法，不断求救；记住电话，随时求救：

“119” ----火警 “110” ----报警

“120” ----急救 “122” ----交通事故报警

打电话时要说清地点、相关情况、显著特征。

珍爱生命道德讲堂班会教案及反思篇二

2、加强学生的防范意识，提高学生自救自护的能力。

3、学习溺水安全的基本常识，培养安全防范力。

【活动准备】

1、收集有关防溺水事故发生的资料，以及夏季游泳溺水自救方法的资料；

2、预防溺水的课件；

【活动过程】

一。猜谜导入，揭示课题

(1) 导语：“同学们喜欢猜谜语吗？”

(2) 教师说：“老师这里有一个字谜，你们想猜吗？大于号，小于号，全靠小

心别去掉，想一想这是什么字？”（水）

(3) 学生猜出是水字后，让学生说一说水带给我们的好处。

(4) 教师话锋一转“看来水对于我们的确很重要，不过有时候水却给我们带来

【设计意图：兴趣是最好的老师，为了能集中孩子的注意力，激发起学生学习的兴趣】

二。展示图片，深入感悟

用课件出示一组儿童溺水身亡图片，配上合适的音乐，同时老师边介绍相应的画面，

让学生感受触目惊心的儿童溺水身亡画面，并提出问题“从中，你看到了什么，想到了什么？”（我们看到了溺水带给我们的危害是巨大的，既会使我们的身心健康受到伤害，也能夺走宝贵的生命，留给亲人的是永远都无法抹去的悲痛，我们必须防止溺水事件的发生。）从而震撼学生的心灵，激发起学生要防止溺水的意识。

三。轻松一刻，请勿模仿

课件出示几组轻松搞笑的动画。

四。小知识，学一学

(1) 防溺水小常识。

(2) 溺水急救方法。

(3) 游泳时必须做到游泳的四不要。

(4) 看到有人溺水时我们该怎么办？

【活动小结】

教师：“今天学习了这节课，同学们你学到了什么本领？”

（让学生说一说，并总结：我们学习了如何防溺水，你们了解了防溺水的重要性，也掌握了一些简单的自救方法，但最主要的还是要防止溺水事件的发生，比如不能去不知水情、地方很偏僻的小河、池塘里游泳，没有家长带领，小孩子不能偷偷地结伴去游泳等。）

珍爱生命道德讲堂班会教案及反思篇三

亲爱的女同学们、家长朋友们、老师们：大家好！

今天我以一个母亲和老师的双重身份和大家在一起共同学习女生青春期健康知识。在开始学习之前，我首先要纠正一个观点：谈及青春期，尤其是大庭广众之下，有的人认为难以启齿，羞于见人，其实，这是受一些社会偏见的影响和缺乏知识的表现，其实青春期是每个人必经阶段，就和我们出生以后，逐渐开始长牙是一样的道理，所以，我们要正大光明的了解自身的生长规律。青春期是一个生理、心理迅速发育和日趋成熟的时期，也是决定人一生性格、体质和智力水平的关键时期。在这之前，我对此作了问卷调查，现将调查分析的情况说明如下：共调查219个女生，父母外出务工占40%；父母离异占11%；孤儿占0.01%；15、16岁女孩100%经历了月经初潮，14岁有89%，13岁有55%，12岁有24%；多数同学是从课外医学书刊中获得性知识；希望自己今后进大学深造或找个好工作；觉得自己有比别人强的地方；愿意在课外集体活动时与异性交往；认为最和谐的关系是与同学的关系；困扰自身问题是自己身体迅速变化和学习压力。综上所述，看来我们的同学们思想还是比较单纯和健康的，同时，也显示出女

孩子青春期很需要学校、老师和家长的倍加关怀和呵护。青春期的女孩，天真活泼、朝气蓬勃、充满幻想，就像一朵朵含苞欲放的花朵，想到花季自然感觉是多么的美好，所以我们称这一时期为花季。但是，同时也伴随着许多成长中的困惑和烦恼，如果不能正视它，极易走入误区，出现性困惑、性无知以及自卑、孤独、焦虑等现象，非常不利于女孩子身心的健康发展。所以，今天我们相约花季，目的就是要尽早告诉大家更多的相关知识，引导你们平安、健康地度过人生的敏感阶段，正确认识自己，了解自己，顺利度过花季。

我们以前观察过青蛙、蝴蝶的生长。从卵到蝌蚪再到青蛙，从卵到虫到蛹再到蝶，它们的成长中不断变化，我们把这种现象叫做变态。人是不经过变态的，要是说某人变态啊，那是极大的不尊重，是吧？把动物生长特有的词用到人身上了！但是，想一想，如果人的成长一直没有变化，会怎么样呢？20岁了依然脑袋大，身子小；50岁了依然要吃也哭，要睡也哭，要上厕所还是只会哭？可见人是要有变化的。蝴蝶平安的度过蛹的阶段，才能破茧而出，才能有以后的美丽人生。青春期就是我们蛹的阶段。青春期是健康平安的，以后的人生才会快乐美丽的。

二、开展青少年青春教育的实质——认识自己和保护自己

(一) 青春期会的变化

我们的身体会急速的生长。不过，这长的过程很有意思，最先变化的是我们的手脚，你会发现上年买的鞋子下年就不能穿了，现在，有些女孩的手，比我的还大了。说明以后能长得比我高。然后，我们的四肢会快速生长，再后来才是躯干——从地方到中央！这种快速的生长有时能让你梦见自己在飞，更多的时候，这种生长的不平衡，会让你在睡梦中感觉自己猛然从高处跌落。

我们的身体还会发生另一些特别的变化，我们的乳房会逐渐

发育，中央出现硬块，不小心碰到会痛得受不了。有些女孩会出现初潮，也就是第一次来月经。不用害羞，有一个国家，当女孩出现初潮(因为以后它平均每月来一次，比较有规律，称为月经)时，家庭会举办最最隆重的聚会，所有的亲友欢聚一堂，给女孩送上最美的祝福呢！为什么我们觉得羞于启齿的事情，他们会这样大张旗鼓的庆祝呢？因为这是一个标志！它标志着，从现在起，你就不再是一个小女孩而是一个大姑娘了！月经我们也叫例假，(这是我们女孩子的小秘密)。初潮来临的一两年间，月经或许不会很正常。这是因为我们的这个部分还没有完全成熟，不用担心。但这种不正常给我们带来了不便，我们不能及时的做好准备，容易出现尴尬的场面。怎么办呢？只要准备好‘干面包’就是这个——卫生巾，它是这样用的(演示)。我今天送给每位女生一包表达我作为母亲对山区孩子的关爱。月经期间要注意以下几点：

(2)学会自我心理调适，保持心情乐观、稳定，可多听听音乐，做一些喜欢做的事情。

(3)保持外阴清洁，勤换内衣，勤洗澡，要淋浴不要盆浴。

(4)如果发生痛经，心情要放松，要坦然面对，不要自己吓自己。可用热水袋热敷小腹，可做胸膝卧位操，自己轻按尾骶部，这样可纠正子宫过度屈曲，使血流通畅；必要时服一些止痛剂，如apc□消炎痛、阿托品等以缓解症状。

(5)注意选择质量信得过、安全卫生的卫生巾。比较有名的牌子的质量有保证，不要使用廉价的不知名的牌子。有新闻报道，有些不法商贩用“黑心棉”制作成卫生巾，很不卫生，甚至会危害身体健康。还要注意用过的卫生巾不能丢进下水道，以免堵塞。

(8)多吃些鸡汤、猪肝、鸡蛋、水果、蔬菜、红枣等，补充体内各种维生素和蛋白质等，增强体质，提高抵抗力。不吃辛辣生冷等刺激性食物，多吃纤维食物，如地瓜、窝笋、香蕉

等，保持大便畅通。

从你有初潮起，你就是一个大姑娘了。你的身体只是属于你自己的，任何人没有经过你的允许，不能以你不喜欢的方式接触你的身体。特别是乳房、臀部和大腿内侧。我希望，每个姑娘青春是健康的、平安的！每个姑娘的人生是快乐、幸福的！

(二)、乳房卫生

乳房主要承担哺乳功能，女性于青春期前后开始发育。隆起的乳房体现了女性成熟体形所特有的曲线美和健康美。为保护乳房更好的发育，女孩应该掌握一定的自我保护技能。乳房的自我保健有：

1、忌束胸。如果女孩把胸部束得紧紧的，就影响肋骨、胸骨和膈肌的运动和正常的呼吸以及胸部发育。

2、忌过早用胸罩。女孩在乳房没有发育成熟之前(从乳房上底部经乳头到乳房下底部的距离不足16厘米)，不宜戴胸罩，否则会影响乳腺的正常发育和日后的哺乳功能。

3、忌不及时用胸罩。女孩乳房发育成熟后，应及时使用胸罩。所以要适时佩带胸罩。要选择大小适中的优质棉布胸罩，同时要勤洗换，保持清洁卫生。

4、全面营养，以保证身体正常发育和乳房发育的需要。

5、加强体育锻炼。经常做健美操或跳健美舞，可充分展现青春少女生机勃勃、健康向上的自然美。保持正确的站立行姿势。特别注意：子宫瘤和乳腺癌是侵扰女性的病例。

(三)、嗓子的保护

- 1、不要大声叫喊。因为剧烈紧张的叫喊使声带被拉得过紧，引起喉头和声带发炎，造成嗓音嘶哑。
- 2、不要勉强去用力尖声唱歌。
- 3、在唱歌、讲话后不要马上和冷水、吃冷饮。因为喉部正处在组织充血、代谢旺盛的时候，如果突然给予冷的刺激，会损伤声带。
- 4、少吃辛辣厚味的食物。饭菜不过热、过冷。
- 5、不吸烟、不喝酒，因为香烟中的有害物质直接刺激呼吸道黏膜，使喉黏膜充血肥厚，声带黏膜干燥、粗糙，引起血管扩张。饮酒，尤其是烈性酒，对嗓子更是有害。
- 6、女孩在月经期间，声带分泌物增多，或有充血水肿引起嗓音变化，这时特别要注意保护嗓子。切莫盲目过分用声，造成声带疲劳，使黏膜下出血而致失音。

(四) 青春女孩易受伤害

青春期性意识的萌动让女生对性感到好奇又迷茫，在与异性交往时，容易被外表所迷惑，容易被人利用或深陷其中而不能自拔。

青少年时期对异性的爱慕往往带有盲目性，在行为上会让冲动支配自己，更多的是给青春纯洁的心灵带来创伤。

某记者采访全国各地60家医院妇产科，发现最少一家一年发现4个少女孕妇，最多一家一年27个。这些少年孕妇年龄16—18岁，也有14岁以下的。其中12—14岁52人，12岁以下13人，有3例10岁的。更严重的是，还有15个少女妈妈，最小只有11岁，最大的16岁。已经出生的15个婴儿中，只有12个活下来。

有一个初中女生到妇科看病，大夫告诉她怀孕了，这个女孩并没有什么惊讶的反应，等出了诊室，3个背书包的男生在等她，这个女孩很骄傲地对他们说，大夫说我怀孕了，3个男生竟然异口同声地说，啊！怀孕了，那就生了吧。北京同仁医院洪宝瑟教授给记者介绍了这个发生在该医院的事后感慨地说，这3个男生，看不出哪一位是当事人，说明他们把这个当成游戏了。记者还了解到，丰台区一个女中学生与男友同居，怀孕后在家把孩子生下来后从窗子扔了出去。中学生发生性行为往往认为这样很浪漫，没有什么了不得。不知天高地厚的少男少女们在不计后果之后，少女肚中日益成形的小生命让她们苦不堪言。在18岁前，少女的子宫还未完全发育成熟，少女怀孕的后果是很危险的。而严重损害健康甚至有生命危险，还可能留下后遗症，如生育时难产或引发不孕、失去生育能力等。

过早的性行为还会可能感染性病、爱滋病等疾病。据统计海南省1994年有11例爱滋病患者，现今以出现300多例，按国际惯例计算，约有2300-2500个感染者。

这样的事例，无论是从身心健康，还是社会、家庭压力或是感情方面，女生受到的伤害更多些。所以，作为女孩子来讲，走好每一步，洁身自好，才能拥有一个完整意义的人生。

我们应该有清醒的认识：——过早的“迷恋是一种不适时的失控心理和行为。

(1) 青少年时期是每个人在积累知识，增加社会经验的时期，应该分清主次，学习才是这个时期的主旋律。

(3) 初中学生对人生、对社会、对世界的看法相对幼稚，思想不稳定。这个时期由于每个人观察能力有限，对一个人的了解还只能单纯依靠表面，这时对异性选择比较简单，当一个人真正成熟时的选择和此时的选择会相差甚远。所以，我想跟早恋的朋友们说：初恋这种感情真是挺好的，可是，美好

的东西不全是这个时候拥有。你知道什么叫长大吗？所谓长大就是学会放弃的过程。面对那么多的学习任务，你必须有所放弃才能做好眼前的事，才能拥有此时此刻你最需要的东西。

人是有理性和意志力的，这是人与动物最根本的区别。因此，在青春期的女孩尤其要学会自我保护，举止端庄，自爱自重，不早恋，维护自己的纯洁性。

(五)青春期的心理特点

青春期是心理发展的一个重要转变期。尽管在生理上已经渐趋成熟，心理却仍然很幼稚、单纯。主要特点是半成熟、半幼稚、独立性与依赖性、冲动性与自觉性等矛盾的交织发展时期。主要表现在以下几点：

- *讲究打扮，留意谁在看自己
- *喜欢看描写爱情的电影和小说
- *爱去看高年级男生打球
- *喜欢上网和陌生人聊天
- *喜欢向异性朋友发短信
- *有打不完的电话
- *在特别的日子喜欢给人送礼物
- *爱把抽屉和日记加锁

生理——体态变化、心理——关注异性、行为——重打扮，关心情爱话题

在学习态度、交往范围、对父母的态度等方面都出现新的变化

刚刚步入花季的我们，要面对许多的困惑，许多的难题：不知道应以何种姿态出现在公众面前，才能得到别人的承认与喜爱；与父母的关系出现裂痕，与父母的感情在疏远；不知如何保持或确立自己在同伴中应有的地位；不知应如何使自己变得坚强；不知如何控制自己的情绪、不要感情用事；……困扰的事情太多。

所有这些，都是步入青春期的信号，是心理开始走向成熟的必然，我们应该为自己感到高兴，并理智的去处理好各种事情。

(六)青春期的正确审美观

1、突出青春的自然美——真实、自然是美的灵魂，“清水出芙蓉，天然去雕饰。”美的魅力还贵在整体美——整体美既要容貌气质衣着打扮达到均衡和谐统一，又要外在美和心灵美的合而为一。所以，处于风华正茂时期的青年人应多学习，多读有益心身健康的报刊书籍，多看高尚的影视节目，常听优美的音乐，多参加社会实践，加深对人生对社会的了解，以广博的知识来修心修身净化心灵，培养自己正确的审美观，以远大的理想、高尚的情操、强烈的事业心和责任感，从谈吐言行中显出自己的智慧美。

2、注意自己的风度美——风度是个人气质的自然外露。譬如平时的各种坐姿站态，如何待人接物、举止谈吐，如何行为礼貌等等，都能显现出人的某种风度，这都需要学习，需要追求。

人的性格不同，不会影响风度美，不同性格的人都会体现出风度。内向的人表现出沉静文雅、态度和蔼、品格端庄的文静美，外向的人会体现一种活泼热情、谈吐文雅、举止洒脱

的活跃美。

3、保持健康美——学会自我保健常识，选择健康的生活方式，积极参与文体活动，学会控制和驾驭自己的情绪，加强思想修养，树立正确的人生观。

(七)加强与父母、老师的沟通

不少的中学生自认为长大了，思想成熟了，因而与父母的关系也开始疏远陌生了。他们每天来去匆匆，在家的時候，常常把自己关在小屋子里；虽与父母同处一个屋檐下，却犹如生活在两个世界。中学生要以开朗、豁达的态度与父母老师加强沟通，得到有经验的长辈的帮助，学习长辈们的长处，得到更多的理解和引导，避免误入歧途。

(八)学会自我保护常识

女生自我保护安全常识(温馨提示)：

- 1、提高自我保护意识，提高警惕性，以防坏人有机可乘。
- 2、不要让不太熟悉的人随意进宿舍，以防不测。
- 3、晚上睡觉前要关好门窗，并检查门窗插销是否牢固。
- 4、夜晚有人来访，不要轻易开门接待。对陌生人绝对不能开门。
- 5、假期不能回家的学生，应集中就寝。如只剩下一人对，应和老师说明情况，让老师妥善解决。
- 6、夜晚到室外上厕所，一定要穿好外衣，找同伴一起去，如遇到坏人应全力呼救，并进行自卫，最好不要独自一人上厕所。

7、宿舍内一旦遭到坏人袭击，不要害怕，要鼓起勇气与坏人搏斗，并大声呼救，以获的来人救援。

8、不读黄色手抄本或淫秽色情书刊、画报、不看黄色录像。

9、放学回家，应结伴而，遇到不怀好意的男人挑逗，要及时斥责，表现出自己应有的自信与刚强。如果碰上坏人，首先要高声呼救，即使四周无人，切莫紧张，要保持冷静，利用随身携带的物品，或就地取材进行有效反抗，还可采取周旋，拖延时间的办法等待救援。

10、在与男同学的交往中，要保持空间距离，不超越友谊的界限；避免过分的热情和亲近，体现自己的高尚情操和良好道德修养。体现出懂礼貌、有教养、情趣高尚。

11、到男老师家补习功课，要尊重老师，不应对老师过分亲昵的言谈或举动。

12、与父母闹别扭时切不可赌气离家出走。不要搭乘陌生人的机动车、人力车或自行车，防止落入坏人的圈套。

13、记住在没有病人家属或女护士在场的情况下，男医生不能对女病人的下身进行检查(医院有规定)。

14、不要去各种酒吧或歌舞厅，不轻易与网友见面(国家为了保护未成年人专门作了规定)。

15、一旦不幸受侵害，不要丧失信心。要振作精神，鼓起勇气同犯罪分子做斗争。要尽量记住犯罪分子的外貌特征。如身高、相貌、体型、口音、服饰以及特殊标记等等。要及时向公安机关报告，并提供证据和线索，协助公安部门侦查破案。

三、适当了解男生的青春期变化。

进入青春期的男孩，在性激素的作用下身体迅速增长。

平均身高每年增长约6-8厘米，骨骼和肌肉也开始变得粗壮和宽厚，声音变得低沉，阴部、腋下长出阴毛和腋毛，胡须也逐渐长出来了。这些都是男性的第二性征。

除了上述第二性征的出现外，青春期主要的生理变化在于生殖系统的成熟，并已具备了生育能力，成为了真正意义上的男人。

四、结束语。

孩子们，我们在了解自己之后，要自尊、自爱、自强，做青春的主宰者。青春，像刚刚升起的太阳，前面是望不尽的一片蔚蓝；青春，像刚刚冒尖的嫩芽，前面是看不完的春光灿烂，青春的脚步越来越近，让我们勇敢地张开双臂，用强壮的体魄、广博的知识和高贵的品质去迎接那闪光的年华！

愿今天的学习能为我们的花季添一丝雨露，洒一抹阳光！

祝青春期少女们健康快乐，一生幸福！

珍爱生命道德讲堂班会教案及反思篇四

来到大学已有四个月之久了，颇有些感触。初到大学之际，接触的是军训，那是一个艰苦并快乐的时光，是一个再也不会有记忆。渐渐的，我融入到大学生活中来，也很有缘分的接触到了大学生心理健康教育这门课程。通过了这门课程的学习，我有一些自己的心得，下面我就来谈一谈自己的心得。

我是一个来自农村的孩子，真真正正的农娃。在上大学之前，接触的东西真的很少，接触面也很窄。其实在上大学之前是有些心理准备的，所谓的心理准备是，知道来到大学不可能

还像以前那样涉猎面很窄了，需要尝试，需要努力改变一些东西，自己的性格就是很重要的一方面。以前在高中，我很少上台发言的，即使少数的几次发言，也都面红耳赤的。来到这个全新的环境，我发现自己极具“好强心”，这个就体现在学生会招新和班委竞选，我感觉自己有股上台展示，表现和肯定自己的冲动。但随着时间一长，我的这股冲动也渐渐的淡了。还有一方面就是攀比心理，以前没接触过手机的我，来到这里发现自己好“落后”，对手机的了解实在是少，我需要学习。还有兴趣爱好等方面，我缺少自己的特长，没有个性发展是不行的，容易在这个庞大的社会中迷失自己。记得电视剧《北京爱情故事》的主题曲中有一句话：我看着满目疮痍的繁华，感觉到痛彻心扉的惆怅。这句话我曾经和一个高中同学说过，那是在9月初的样子，我还在家，没有来到学校，他已经到学校开始参加军训了。那时我问他是不是有这句话的感受，他说是的。他经常晚上在军训后站在阳台上和我聊天，他说异地有着异地的气息，但身处其中也有些迷茫。好有一句话我也记在心头，这句话是一句名言：天行健，君子当自强不息；地势坤，君子以厚德载物。这是一种做人的标准，身为学生会成员和班委中的一员，有时候实在感到力不从心，自己的时间被安排的满满的。身上有这份责任就得做好它，还记得当时班委竞选时的承诺，我会和全班同学一起努力创造最棒的自动化2班的，我不会忘，我会做好自己的本职工作。在心里健康教育课上我还学到了自我调整等方法来缓解和改善自己的心情。记得在元旦晚会那天，天气有点小冷，整个致用礼堂里人山人海，人人网的小屏幕上刷新不断，全场的整个氛围相当的热烈，但在那个时候就会有一种莫名的失落感，或者说是孤独感，这也许是环境的负面感染力吧。其实当你认识到自己其实也在这个大氛围中，融入到里面high起来就不会失落了。

在上过大学生心理健康教育课后，我发现自己的感觉变了，自己的认识也变了。其实，每个人都是一样的，来到这个新的环境中，每个人都需要一段时间来适应，来改变，来完善。

我们不应该让自己陷入自己挖的坑中，不一样的生活也许会给我们造成一些压力，但我们需要将这份压力转化成动力，毕竟路还很长，我们需要用这份动力来支持我们走下去，走的更好，更远。大学生活，我们正在感受，我们正在体验，我们也正在书写着一份自己的四年大学生活。经常会听到学长学姐们说，大学时光真快啊，四年快过去了，学到了什么，留下了什么，什么也没有，就这么“安安稳稳”的过来了。这次元旦做兼职，遇到一个安建工的学长，他也这么说到，他说：四年下来不知道自己学会了什么，只是脸皮更厚了，接触的东西更多了。说到这次做兼职，我又是深有体会。以前没做过，很想尝试一下，尝试之后，才体会到社会百态，世间的辛酸苦辣，这是一份不错的体验。

能极大地满足我们感情上的需要，从心理学的角度来说，亲友是我们的社会支持系统，在遭遇困难时帮助我们走出困境。但是，亲友并不都能理性且准确地分析我们的问题，这时我们就需要运用下面这条“求助热线”。心理咨询师是一个感性与理性和谐统一的“求助热线”，心理咨询师的专业素养能让你拥有一双慧眼，让你有机会跳出自己的圈子，更理性、更客观地评判自己与周边的关系，学会从不会的角度看问题，学会采取有效的行为去面对问题和解决问题，平复我们心灵的创伤。

至此，我已从大学生心理健康教育这门课程中学到很多，感谢老师授予我们的生活秘诀，相信这对我以后的生活会大有益处的。

书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。上面这13篇“珍爱生命健康成长”主题班会优秀教案就是为您整理的青春期健康教育教案范文模板，希望可以给予您一定的参考价值。

珍爱生命道德讲堂班会教案及反思篇五

一、教学目标：

- 1、通过师生之间的交流，营造一个温馨舒适的师生氛围。
- 2、通过师生交流和讨论，明确数学的重要性，有意识地引导学生学好数学要关注数学学习的方法，明确怎样做一个会学习的人。
- 3、通过讲故事，让孩子们明白每天的学习每天的作业都是在为自己打基础，学习不是为他人，而是为自己而学，每天做事做作业的态度都决定着自己未来的发展。
- 4、通过教材的梳理让学生对本学期所学知识有一个明确的认识，激发学习的兴趣。

二、教学过程：

(一)说说自己暑假中的见闻。

师：大家在暑假里肯定过得非常愉快，非常充实吧。你能将自己记忆最深刻的一段与大家一起分享吗？可以说说自己游玩的事情，可以说自己在假期里的小插曲，也可以说说自己取得的收获。

同学们畅所欲言。借此拉近师生间的距离，创设良好的师生氛围。

(二)讲故事，让学生知道态度决定自己的未来。

讲故事《木匠的房子》。“一个上了年纪的木匠准备退休了。他告诉雇主，他不想再盖房子了，想和他的老伴过一种更加悠闲的生活。他虽然还留恋那份优厚的报酬，但他该退休了。雇主看到他的好工人要退休了，感到非常惋惜，就问他能不能再建一栋房子，就算是给他个人帮忙。木匠答应了。可是木匠的心思已经不在干活上，他不仅手艺退步，而且还偷工减料。木匠完工了。雇主来了，拍拍木匠的肩膀，诚恳地对

他说：房子送给你了，这是我送给你的礼物。木匠感到十分震惊，太丢人了……要是他知道他是在为自己盖房子，他干活的方式就完全不同了。”你就是那个木匠。你每天钉一枚钉子，放一块木板，垒一面墙，但往往没有竭尽全力。终于，你吃惊的发现，你将不得不住在自己建的风子里。如果可以重来……但你无法回头。人生就是一项自己做的工程，我们今天做事的态度，决定了明天住的房子。

听后，让学生说说想法，明白什么？老师为什么讲这样一个故事？我想让孩子们明白每天的学习每天的作业都是在为自己打基础，学习不是为他人，而是为自己而学，每天做事做作业的态度都决定着自己未来的发展。希望小故事比说教有力量有效果。

(三) 回顾上学期的成绩。

- 1、了解上学期成绩。
- 2、让学生说一说取得好成绩的方法或者不尽如人意的地方。
- 3、明确取得好成绩的诀窍：平时踏实学习与作业，回家认真完成作业，多复习。脚踏实地地走好每一步，上课专心听讲，回家认真复习，不能搞小聪明，做自欺欺人的事情。
- 4、以不点名的形式向平时懒于学习的同学提个醒：不能将心思花在学习以外的地方。

(四) 认识新朋友(新书)

1. 梳理新教材内容，翻开书本目录自己看看有哪些内容？
2. 老师带领学生熟悉教材。

(五) 数学常规要求：

- 1、课前：准备好学习用品(数学书、作业本、口算本、练习本、文具盒)，候课铃声响马上进教室，按老师要求齐背乘法口诀。
- 2、课中：遵守纪律，不做小动作，要认真听，动脑筋，想办法。发言先举手，声音响亮，同桌交流时轻声细语。拿学具、文具速度快，轻拿轻放。
- 3、课末：整理学习用品，做好下节课的学习准备。
- 4、课后：作业独立完成，认真书写，学会思考。
- 5、小组长收发作业要及时，督促学员按时按质完成。

同学们，新的一年开启新的希望,希望大家端正自己的学习态度，以饱满的热情投入到学习中去，我相信一定能让自己的学习成绩有一个新的突破，也能在知识的海洋中体会辛勤航行后的巨大喜悦和丰硕收获。

珍爱生命道德讲堂班会教案及反思篇六

教师：小朋友们，你们喜欢玩水吗？你知道玩水时应该注意一些什么呢？

二、故事《皮皮猴落水》

教师：下面要老师给小朋友们讲个故事，要认真听哟！

皮皮猴趁爸妈不注意溜出家门来到了小河边，皮皮猴试图捉鱼时脚下一滑掉进了水里。岸上的大眼猫发现了皮皮猴，着急的大喊：“来人啊，救命啊！有人掉水里了！”大眼猫大声呼救引来了大象老师，大象老师下水救皮皮猴，最后，大象老师和猴爸爸猴妈妈把皮皮猴送去医院。

提问：

教师：皮皮猴它去了哪里呢？

幼儿：皮皮猴趁爸爸妈妈不注意，就跑到去河里抓鱼了。

教师：皮皮猴为什么会落水呢？

幼儿：它在抓鱼的时候，脚一滑不小心掉了下去。

教师：皮皮猴落水后是谁救了它？大眼猫为什么没有自己下去救皮皮猴呢？

幼儿：是大眼猫和大象老师救了它。

幼儿：大眼猫自己不会游泳。

教师：如果你是皮皮猴，你会怎么对大象老师和大眼猫的帮助表示感谢呢？

幼儿：应该说：“谢谢大眼猫和大象老师。”

三、讨论学习防溺水知识。

教师：1. 小朋友你们知道自己一个人时，不能去哪些地方玩水呢？

2. 你知道游泳要和谁一起去吗？能不能自己一个人去呢？能不能和小朋友去？

四、请幼儿判断安全对错

教师：请你根据今天所学的知识判断下面小朋友的做法对不对？

五、活动小结

教师：“通过本次活动，你懂得了人的生命只有一次，幸福快乐掌握在你的手里，希望小朋友通过这节课的学习，学会珍惜生命，养成自觉遵守溺水安全原则的好习惯。”

六、教学反思：

主要是通过教师课件演示、讨论学习防溺水知识来完成，使幼儿认识到了在河道、水渠、池塘、水井、水池、水库中嬉水落水的危险；盲目游入深水漩涡很容易造成溺水事故。让幼儿掌握了一定的溺水自救与预防知识，达到了教育的目的。但是，安全教育不是一二节课就能达到预期的效果，在教育教学中，要将安全工作细致化、常态化。生命安全，警钟长鸣！

珍爱生命道德讲堂班会教案及反思篇七

一、活动背景：毒品的泛滥已经不是一天两天的事情，而吸毒人员也逐渐扩大到了青少年人群。禁毒是长久的工作，毒品危害的教育以及重视程度也要从每个家庭每个青少年儿童做起。作为一名学生应该时刻保持警惕，养成远离毒品，做一个《禁毒法》坚决的拥护者。

二、活动目的：

- 1、通过活动的开展，使学生了解有关毒品的知识。
- 2、教育和引导学生远离毒品，提高拒毒防毒意识。
- 3、使学生树立“珍爱生命，远离毒品”的信念。

三、活动名称：珍爱生命，远离毒品

四、活动主题：拒绝毒品，从我做起！

五、活动时间：11月12日晚上8：00

六、活动地点：河池市职业教育中心学校计算机13-3班教室(立德楼东面515)

七、活动对象：河池市职业教育中心学校计算机13-3班全体同

八、活动安排：

(1)提前两天通知本班同学将要开展的禁毒主题班会活动。

(2)播放活动前准备的禁毒宣传片。

(3)学习禁毒知识。

(4)用ppt向同学们展示吸毒危害的图片。

(5)全体同学以宿舍为单位做禁毒知识竞答游戏，竞赛题目见附件一。

(6)评出优秀学习宿舍，积分进入第二课堂。

(7)全体同学跟着老师宣誓。誓词：远离毒品，珍爱生命，与毒品坚决作斗争！从我做起，以抵制毒品为荣，以吸毒贩毒为耻！积极检举揭发违法犯罪行为，坚决与毒品犯罪行为作斗争，为彻底消灭毒品危害，净化社会环境作出自己的贡献。

宣誓人：__20__年11月12日

九、设计思路和活动亮点：

青少年是一个比较特殊的群体，自制力不够、好奇心强。对

毒品的认识不够！本次活动为提高同学们的参与度和关注度，通过竞赛的形式使同学们了解更多关于毒品的知识。毒品不仅危机生命，也影响到整个社会的稳定，人对毒品一旦上瘾，便不经意间成为了它的奴隶，承受着身体和精神上的巨大折磨。更恶劣的是，毒品问题诱发大量违法犯罪活动，因贩毒、吸毒派生而出的暴力、凶杀、卖淫、艾滋病传播等，引发一系列的社会问题，严重危害到国家的稳定发展。因此，为了创建健康良好的社会环境，牢固树立禁毒的重大决心，从精神上抵制毒品的泛滥，而开展这次活动。

十、活动经费预算

此次活动以积分形式累积进入将要开展的第二课堂。

珍爱生命道德讲堂班会教案及反思篇八

- 1、提高安全意识，学习溺水安全的有关知识，在学习中增强与同学的合作交流意识。
- 2、初步了解溺水安全的有关内容，要求每一个幼儿都要提高安全意识。
- 3、自己能改变生活中不遵守溺水安全的不良习惯，提高对生活中违反安全原则的行为的辨别能力。
- 4、知道哪些地方存在危险，不能去玩耍。
- 5、帮助幼儿初步建立自我防范和自我保护的意识。

活动准备事先了解有关溺水安全的有关内容、课件

- 1、谈话导入师：小朋友，现在是什么季节？什么季节我们可以穿短袖、短裤了？

师：天气渐渐变得很热了，你们热了怎么办？可是有些小朋友因为热就悄悄的去河里、池塘里洗澡，你们想知道他们去洗澡发生了什么事吗？告诉你们，有几个小孩下河洗澡被淹死了，他们再也见不到自己的爸爸妈妈了。老师很伤心，他们的爸爸妈妈也很伤心。（出示课件）

2、防溺水教育师：小朋友们，我们怎样使自己不会发生溺水事故呢？

教师向幼儿讲几点防溺水的知识要点。

（1）教育幼儿周末、节假日、寒暑假严禁到江河、池塘、无盖的水井边等处戏水、游泳。

（2）教育幼儿在来园、离园的途中千万勿去玩水，下江游泳。

（3）我们是幼儿园的小朋友，很多小朋友都不会游泳，如果发现有幼儿不慎掉进江河、水库、水井里等，我们不能擅自下水营救，应大声呼唤成年人前来相助或拨打“110”。

3、说说日常生活中应该怎样防范溺水事故的发生？

4、小结通过这个活动，你懂得了什么？

人的生命只有一次，幸福快乐掌握在自己的手里，希望小朋友们通过这次活动学会珍惜生命，养成自觉遵守溺水安全原则的好习惯。

教学主要是通过教师课件演示、学生讨论、角色扮演来完成，使学生认识到了在河道、水渠、池塘、水井、水池、水库中嬉水落水的危险；知道了在路上的井盖以及开放性水域无明显警告标志和隔离栏的地方危险性大；不会游泳，游泳时间过长，疲劳过度，在水中突发病尤其是心脏病，盲目游入深水漩涡很容易造成溺水事故。让学生掌握了一定的溺水自救

与预防知识，达到了教育的目的。但是，安全教育不是一二节课就能达到预期的效果，在教育教学中，要将安全工作细致化、常态化。生命安全，警钟长鸣！

珍爱生命道德讲堂班会教案及反思篇九

x年4月23 日

六年级1班教室

班级学生及班主任

知识与技能：学生懂得溺水的主要原因和自救方法，强化防溺水的意识。

情感态度与价值观：学生了解生命的来之不易与宝贵，感悟生命只有一次要好好珍惜。

过程与方法：搜集有关事例，通过交流和直观教学，深化意识。

一、 班主任介绍溺水的危害

溺水是人在水中失去平衡后，大量水由口、鼻通过气管进

入肺中阻碍呼吸，或因喉头强烈痉挛，引起呼吸道关闭，导致窒息死亡。溺水窒息死亡过程较长，十分痛苦。溺水时间如超过10分钟，会因窒息时间过长，很难抢救成功。

在中国，意外伤害是0~14岁儿童的首要死因。平均每年全国有近50000名儿童因意外伤害而死亡，平均每天有近150名儿童因意外伤害而失去生命。儿童伤害死亡只是伤害的冰山一角，在每一位死亡者背后，还有着上百儿童因此而终身致残。意外溺水是儿童意外伤害的首要死因，10个因意外伤害而死亡

的0~14岁儿童中，有近6个是因为溺水身亡的。当儿童溺水时，2分钟后便会失去意识；4~6分钟后身体便遭受不可逆反的伤害。城市溺水死占17%，农村溺死占83%，农村明显高于城市，农村溺死儿童数量是城市的近5倍。

目的：让学生对溺水有个理性的认识，从思想上重视溺水问题。

二、学生和老师讲述身边发生的溺水事件

1、学生a讲述：我家住在莆田，我们村有一口池塘，每到下雨天，池塘附近都很潮湿、溜滑。有一次，一个八九岁的小孩跑到池塘边玩耍，不慎滑入池塘中，幸好有一位老人路过把他救起来，否则后果不堪设想。

2、学生b讲述：我前几天看新闻，知道有四位女生一起过河要去摘杨桃，结果陷进河里溺水身亡，四人都丢了性命。

3、学生c讲述：我有次暑假去东山的海边玩，不小心走到一处深水地，我向同伴呼救，他们以为我是开玩笑。后来，幸好有个朋友发现不妙，跑来把我拉住，我现在想起都心有余悸。

4、老师讲述：我们学校前面的池塘有不少的鱼，十年前的一个周末，我们学校里有三位同学在周六的时候结伴去游泳，抓鱼，从此再也没有回来。

目的：结合相关案例，让学生现身说法，增强教育的可感度和可信度，让学生意识到溺水事件在生活中发生的可能性并不低，进而提高防范意识。

二、分析导致溺水发生的原因

11~15岁(青春期)是溺水高发年龄之一。常发生在课余和假

期，因无纪律约束，瞒着成人，三五成群或单个到江河、鱼塘、湖泊、海中游泳。

1、游泳技术没掌握，突然呛水，不会调整，碰到意外惊慌失措，失了冷静。

2、在水中嬉戏打闹、开玩笑；

3、下水前无准备活动，入水后因冷水刺激引起抽筋，或时间过长，体力不支，引起手足抽搐，失控下沉。

4、过高估计自己能力，盲目冒险；一旦遇险则手忙脚乱，自救、他救技能都不足，导致意外发生。

目的：提高学生的警惕性

三、 讨论如何预防溺水事故的发生？

预防溺水要做到“四不要”：

1、不在无家长或老师的带领下私自下水游泳；

2、不擅自与同学结伴游泳；

3、不到无安全设施、无救护人员的水域玩耍、游泳；

4、不到不熟悉的水域玩耍、有用。

一旦发现有人溺水，应及时呼救，让成年人来抢救，不会游泳的未成年学生不可盲目下水施救。

四、发生溺水事件时的相关问题

(一)学生突发溺水事件时的自救方法

1、不要慌张，发现周围有人时立即呼救；

3、身体下沉时，可将手掌向下压水；

4、如果在水中突然抽筋，又无法靠岸时，应立即求救，如周围无人，可采用仰泳或深吸一口气潜入水中，伸直抽筋的那条腿，用手将脚趾向上扳，以解除抽筋。

(二)遇到溺水者如何施救？

人在溺水过程中处于慌乱状态，会抓紧一切身边的东西，所以未成年人不可以徒手下水救溺水者。看到溺水现象，不可逃避，应该大声呼救，请成年人救援。同时将身边的可漂浮的竹竿，木棍等扔向落水者。如果熟悉水性，同时身边有超过2米的粗竹竿和木棍的可以脱衣后抱住材料下水救援。

(三)对打捞上岸的溺水者如何抢救？

打120电话，请医生救援。

找较健壮者，将溺水者头朝下，由健壮者双手抓住溺水者小腿，背部贴着溺水者腹部，在平地上慢跑几十秒。这样既可以倒出气管和肺中的水，又可以帮助心肺复苏。

目的：让学生加深对相关溺水常识的认识，避免犯一些常识性的错误。

五、班主任做防溺水安全总结

溺水是非常危险的，在日常生活中要提高安全意识，安全第一，防患于未然。水无情，人有情。其实，只要我们在生活中注意各种游水、戏水事项，提高安全防范意识，学会在遭遇溺水懂得如何自救和他人遭遇溺水时如何抢救，溺水事件还是可以防止的。

附：《防溺水歌》

我防溺水有高招，大人陪伴第一招。

我防溺水有高招，泳前热身第二招。

伸手踢脚弯弯腰，预防动作不可少。

我防溺水有高招，解除抽筋第三招。

赶紧上岸很重要，喝杯糖水解疲劳。

防溺水措施要知道，不可逞能不骄傲。

“安全”二字记心中，远离危险身体好

此次活动给大家带来了很多的收获，希望这些知识可以普及到每一个人，希望同学们珍惜生命，远离灾难，共建安全校园。学生明白了一时的疏忽会带来事故，必须要正视这样的安全事故，让学生从思想意识上加强防患意识。孩子们学会如何在水中自救与救护，通过场景模拟，孩子参与的热情很高，也知道了在溺水时候，要冷静?不慌张，及时求救与自救。同时增强了安全意识，知道了如何预防溺水，保证自己的安全。