

# 校园健康班会教案中班 灭蚊防病健康班会教案(大全10篇)

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来了解一下吧。

## 校园健康班会教案中班篇一

春季是蚊虫肆虐的季节，为提高我校环境卫生总体水平，全力做好预防寨卡病毒、登革热及黄热病等蚊媒传染病，下面是由本站pq小编推荐的灭蚊防病健康主题班会教案，欢迎大家阅读。

1. 引导学生认识和了解老鼠、蟑螂、苍蝇、蚊子的生活习性;知道它们是传播多种疾病，危害人类健康的害虫。
2. 教给小学生消灭四害的一些基本方法。
3. 教育小学生要积极响应号召，投入除四害的爱国卫生活动中去，同时要注意个人的饮食、起居卫生。

重点：引导学生认识苍蝇和蚊子的危害。 难点：介绍消灭蚊蝇的方法。

教具□ppt

课时：1课时

“四害”通常指蚊子、苍蝇、老鼠、蟑螂

苍蝇的危害：苍蝇孳生和飞落于垃圾堆、厕所、腐烂的动物尸体以及脓血、痰液和呕吐物之间，并从中觅食。其体表及腹中携带着数以万计的细菌、病毒以及寄生虫卵。苍蝇有边吃、边吐、边拉的习性，他飞落到哪里，哪里食物、食具就会受到细菌、病毒、虫卵的污染，当人们吃了被污染的食物或使用被污染的食具时，就可发生肠道传染病或寄生虫病。

蚊子的危害：蚊子具有吸血习性，吸血时寻找人或动物氨基酸气味，尤其婴儿或皮肤细嫩者。吸血时蚊子可将疟原虫、丝状蚴、乙脑病毒等涎液注入人体内，使人感染发病。因此，蚊子不但叮人吸血影响睡眠，还会传播乙型脑炎、疟疾、登革热、血丝虫病等。了解老鼠的生活习性与传播疾病的方法。

老鼠的危害：老鼠的危害众所周知，它不但偷吃粮食，咬坏家具、衣物、书籍文具、毁坏建筑物、咬断电线等，造成经济损失，在“四害”中危害最为严重。老鼠主要通过其体外寄生虫(鼠虱)对人的叮咬、吸血或其排泄物污染传播鼠疫、钩端螺旋体病，流行性出血热，地方性斑疹伤寒等传染病。

蟑螂的危害：蟑螂经常在厕所、垃圾桶里乱爬，吸食污物，身上沾满了细菌、病毒和寄生虫卵，它也喜欢到人们的食品和剩饭菜上觅食，使食具和食品受到污染，可引起甲型肝炎、痢疾、伤寒、霍乱等传染病或细菌性食物中毒蛔虫、钩虫等寄生虫病。近年还发现，蟑螂能使某些人患过敏性鼻炎、支气管哮喘等过敏性疾病。

## 1介绍消灭蚊蝇的方法

(1)以环境治理为主，消除苍蝇孳生地，加强垃圾粪便管理，垃圾淤泥要做到日产日清，并进行无害化处理。公厕要有专人管理，定时清扫、冲洗，做到无蛆无蝇。

(2)用拍打、药杀相结合的办法消灭室内外苍蝇，降低其密度，目前主要使用赛可宁粉剂、菊脂类药物喷洒、布粉苍蝇活动

的地方，毒杀苍蝇。同时要大力提倡春季消灭第一代成蝇。

(3) 饭菜、糕点等熟食品及洗净后的碗筷等食具，要用纱橱存放或用纱罩盖好，防止被苍蝇污染。

## 介绍灭蚊方法

(1) 清除坑水..

(2) 疏通下水道，填平坑洼，翻盆倒罐清除积水。

(3) 在防炎池(桶)、水栽植特盆内放养食蚊鱼，或经常换水(每周1-2次)。

(4) 采用药物消灭成蚊。来蚊药有敌敌畏、三氯杀虫酯、拟除虫菊脂类杀虫剂。如来蚊水、来蚊片、蚊香等。公共场所孳生地可用微生物杀剂，灭蚊幼剂(球状芽胞杆菌液)喷杀。

## 2介绍灭鼠的方法

堵：经常清除杂物，搞好室内外卫生，在仓库等地加放防鼠板，下水道、处放防鼠网;把室内外鼠洞堵死，墙根压实使老鼠无藏身之地，才易被发现便于捕杀。

查：查鼠洞，摸清老鼠常走的鼠道和活动场所，为下毒饵、放来鼠器提供线索。

饿：保管好食物，断绝鼠粮，清除垃圾和粪便，迫使老鼠食诱饵。

捕：用特制捕鼠用具如鼠笼、鼠夹、电猫、粘鼠胶等诱捕。

## 3介绍灭蟑螂的方法

蟑螂喜暗怕光，一般白天隐蔽，晚上活动，所以要抓住蟑螂

的活动特点去灭杀。做到家家齐动手，人人齐参与。

(1)要经常搞好室内外环境卫生，堵塞可供蟑螂栖居的缝洞，厨房和仓库堆放的物品应该经常清理检查，随时清除卵夹。

(2)各种食品应装好、盖好，餐具、容器灶台用后要清洗干净，剩饭菜及时处理，使无食可觅。

(3)采用化学防治的方法灭蟑螂：投毒饵法、药笔涂封法、滞留喷洒法。上述方法需在爱卫会专业人员指导下因地制宜合理使用。

(4)灭蟑螂必须做到“四不漏”、“三饱和”。“四不漏”是城不漏街、街不漏户、户不漏房、房不漏处。“三饱和”是空间饱和、药量饱和、时间饱和。

3、总结。

## 校园健康班会教案中班篇二

1、培养学生养成良好的卫生习惯，不随意乱丢垃圾。

2、培养学生热爱校园，树立美化校园的意识。

一、谈话导入：

小朋友，你们能说说我们学校的名称吗？时间过得真快，转眼间我们已经在这个学校里学习生活了一年多了，那么你觉得我们的学校是个怎样的学校？（干净的、整洁的、美丽的……）

二、活动过程

（一）引出话题

1、师：是呀，这么美丽的学校，却出现了不足之处，让我们一起去看看吧！

2、逐一出示学校的照片，让学生找找不足之处在哪儿？

3、思考：这些垃圾从哪儿来？说说你看到的一些不讲卫生的现象？

4、讨论：我们该怎样做，才能使我们的校园、班级，更加美丽、整洁。

## （二）学生自我检查

1、（课件出示）检查一下自己是否做到了以下几条：（课件出示）

（1）认真完成值日工作。

（2）不带零食进校园，不随地乱丢果皮、纸屑，不随地吐痰。

（3）不往花池中丢垃圾。

（4）看见垃圾能主动弯腰捡起。

（5）爱护学校的一草一木。

（6）愿做校园的清洁小卫士，保护校园环境！

2、学生进行对照，说说自己哪几条做得好，哪几条做得还不够。

## （三）判断对错。

1、出示题目：

(1) 冰冰小朋友爱劳动, 每次学校大扫除, 她总是积极参加。

(2) 一天, 小明看见周围没有人, 就很快把桔子皮丢地上。

(3) 轮到小华值日时, 小华总要组长催了才打扫。

(4) 一次, 小花看见一个小妹妹把纸片丢地上, 她连忙跑过去捡起纸片, 并告诉小妹妹, 垃圾要丢在垃圾筒里。

(5) 课间, 小阳看见楼梯口有个塑料瓶掉在地上, 他把头一抬, 假装没看见, 从瓶子上跨了过去。

2、学生先判断对错, 错的说明原因, 该怎样做。

(四) 学习拍手歌, 识记卫生好习惯。

1、学生拍拍念念, 同桌拍拍念念。

2、师生对答。

你拍一, 我拍一, 美化校园不迟疑;

你拍二, 我拍二, 捡纸和捡塑料袋;

你拍三, 我拍三, 避免垃圾堆成山;

你拍四, 我拍四, 教育别人在其次;

你拍五, 我拍五, 做好榜样别怕苦;

你拍六, 我拍六, 大家劲往一块凑;

你拍七, 我拍七, 把握现在好时机;

你拍八, 我拍八, 保护环境靠大家;

你拍九，我拍九，造福社会才持久；

你拍十，我拍十，回收废纸和电池。

三、欣赏校园的美景。

四、呼吁：

小朋友们，让我们行动起来吧！让我们一起创造校园更美丽、更整洁的明天！

## 校园健康班会教案中班篇三

经过本节教学，使学生懂得同学之间如何相处，培养学生人际交往的本事。

教学重难点：

使学生懂得同学之间如何相处，怎样处理矛盾，如何提升学生的交往本事。

教学过程：

一、谈话导入：

二、经过故事讲道理

1、小故事《跳皮筋》（不嘲笑同学）

小欣、小芳、小英和小红跳皮筋，怎样玩呢小芳说：我不和小英一组，她那么胖，笨死了！”听到小芳说自我笨，小英顿时火了，他指着小芳的鼻子：“你才笨呢！你又胖又蠢，活像一个小母猪！”小英听到小芳骂她，悲痛地跑到一边，哭了起来。

师：小芳她们为什么玩不到一块小英又为什么会哭呢谁来说说  
(生充分说)

生：小芳不合群，因为小芳嘲笑小英，她受不了

师：应对这种情形，应当怎样解决呢

生：小芳不应当说别人的缺点，同学之间应当和和气气(生充分说)

师小结：这几个同学说得很对，同学之间就应当友好相处，不要嘲笑同学的缺点，要学会尊重别人，不侮辱他人，这是我们每个人做人的原则。

2、小故事《上课铃响了》(对待同学要宽容，犯错后要及时道歉)

上课铃响了，同学们快进教室!王小燕和同学们从外面拥挤着走进教室，这时一位同学不小踩到她的脚后跟，王小燕大叫一声：“哎呀!踩我的脚干什么，你的眼睛长哪去了”同时跺着双脚，大发脾气，用双手捂住眼睛哭泣，那个同学再三向她说对不起，其他同学都劝王小燕别哭了，王小燕不予理睬，继续发脾气，直到教师从外面走进来，王小燕才停止哭泣，回到座位上，还在生气。

师：孩子们看完了表演，大家来说说，王小燕做得对不对为什么(生充分说)

生：她爱生气不好，对身体有害

生：那个男同学已经说对不起了，她还生气，谁愿意和这样的同学玩呢!

师小结：是，我们应当有宽容之心同学之间遇到了矛盾，不



要斤斤计较，要有宽容之心原谅他人，即使别人有做得不当的地方，在他意识到了自我的错误，并向你到了歉，我们就应当原谅他，更何况，常生气对身心健康没有好处，仅有与同学和谐相处，你才能拥有更多的欢乐。下头(出示)我们一齐来看以下同学之间友好相处的正确做法，教师给大家的提议是：(1、师读、2、生齐读、3、男女生读)

## 同学之间

学会友好，不嘲笑缺点

学会尊重，不欺小凌弱

学会宽容，不斤斤计较

学会理解，不撒娇任性

师：同学们每一天生活在一齐，难免磕磕碰碰，有了上头的原则，遇到下列情景，你又该怎样做相信你会正确处理(出示)

## 三、联系自身，谈想法

(1)你的同桌要在桌子中间画一条“三八线”。

(2)考试时，你的同桌没带橡皮，可是昨日你跟他借笔，他没有借给你。

(3)夸夸你的同桌。

(4)选班长时，你的好朋友当选，你却落选了。

生：遇到这种情景我会这样做：

生：遇到这种情景我会这样做：

同学之间：

学会关爱热情大方

学会体贴细致入微

学会调节消除嫉妒

学会激励互相提高

过渡：接下来，教师还给大家带来了故事，边看边想，你有什么感触

四、反省自身行为，找到改正方向。

请你仔细阅读下头的问题，选择答案

(1)、当你与同学在班级发生矛盾时，你采取的解决办法是：

a□谈话解决b□找教师解决c□用武力解决

(2)、每一天出入教学楼，能谦让小同学，给他们供给方便吗

a□能谦让b□有时能做到c□不能谦让

(3)、当看到同学有困难能主动帮忙吗

a□能b□有时能c□不能

(4)、你愿意参加团体活动吗，并在活动中力争为团体争光

a□愿意参加，并能为团体争光b□有时愿意参加c□不愿意参加

a□参加“学雷锋”活动b□和家人一齐去亚武山

(6)、你经常为学校或班级做好事吗

a经常做b有时做c没做过

(7)、课间上下楼你是否能自觉靠右行，为其他同学供给方便

a能做到b有时能做到c做不到

(8)、你能主动捡拾学校或公共场所的垃圾吗

a必须能b有时能c不能

五、出示《小学生的心理健康标准》

最终，我们共同来了解一下《小学生的心理健康标准》，

(1)具有良好的认识自我，接纳自我的心态意识；

(2)能调节、控制自我的情绪、使之坚持愉悦、平静；

(3)能承受挫折；

(4)能较正确地认识周围的环境，适应环境和改造环境；

(5)人际关系协调，具有合群、同情、爱心、助人的精神；

(6)具有健康的生活方式与生活习惯；

(7)思维发展正常，并能激发创造力；

(8)有进取的人生态度道德观、价值和良好的行为规范

六、总结

教学反思

对社会有用的人。所以，我们要利用好一切机会对孩子进行心理健康教育，让他们能健康成长。

## 校园健康班会教案中班篇四

- 1、让学生了解常见上网和网瘾的区别。
- 2、网瘾对人的危害。
- 3、网瘾为什么会有成瘾性
- 4、青少年如何学会正确和科学地使用网络

主持人：刘宇航，漆星如

参与人：全班同学

收集上网成瘾引起的不良案例；编排小游戏

- 1、通过案例分析
  - 2、联系自己周围的耳闻目睹的人和事。
  - 3、学生分组辩论。
  - 4、进行小游戏
- 1、主持人用案例分析来直观展示网瘾的危害
  - 2、同学分组辩论
- 提问：从上面的案例大家认为上网和网瘾有什么区别？
- 3、讨论：摆脱网瘾的方法，如何健康生活

提问：那网瘾危害这么大，那我们应该怎样避免或者是摆脱它呢？

结合一些成功的戒除网瘾个案，我认为应从以下四步进行：第一步，应该解决孩子对家长、老师态度问题。第二步，解决孩子对网络游戏的态度问题。第三步，解决孩子对学习的态度问题。老师要能够切中要害的指出其学习上存在的问题，并帮助他一起制定切实可行的学习方案，鼓励其逐步实现一些小的进步，逐步找回自信和学习的兴趣。第四步，抓反复。家长应在时间、金钱上加以控制，最好能看在眼里，让他真正回到生活学习的正轨后再慢慢放手。班主任应及时关注其细微的变化，及时的给以帮助和细致的心理工作。

#### 4、全班同学提出倡议

正确科学合理地使用网络，让我们做网络的主人，而不是做网络的奴隶，让它更好地为我们学习生活服务！

#### 5、班主任总结

日常生活越来越离不开网络，经过刚才同学们的辩论和游戏可以知道它是一把双刃剑，它给我们带来便利的同时也可能会给我们带来很多负面的影响！追求健康上网，安全上网，创造美好的人生。让每颗星星都闪发光彩，让每颗心灵为戒网瘾呐喊，是本次主题班会课最突出的亮点。

## 校园健康班会教案中班篇五

幸福的奥秘是什么？怎样保持生命的最佳状态？怎样走进一个洋溢积极的精神、充满乐观的希望和散发着春天活力的心灵状态？积极心理学是心理学界正在兴起的新的研究领域和思潮，以seligman和csikzentmihalyi的2000年1月《积极心理学导论》为标志，愈来愈多的心理学家开始涉足此领域的研究。“积极心理学是致力于研究普通人的活力与美德的科学。

”积极心理学主张研究人类积极的品质，充分挖掘人固有的潜在的具有建设性的力量，促进个人和社会的发展，使人类走向幸福。

“任何人和团队要想成功，就永远不要抱怨，因为抱怨不如改变，要有接纳批评的包容心，以及解决问题的行动力！抱怨是最消耗能量的无益举动。”但抱怨却又是司空见惯和我们所习以为常。作为心理学专业的学生，我们可以从不抱怨入手，践行积极心理学理念。

树立不抱怨的积极心态，养成不抱怨的好习惯，使我们的青春更加阳光，更具活力。

### （一）方案策划

1□20xx年11月19日全体班委会议，讨论班会主题，形式以及流程设置。

2□20xx年11月20日制定方案交至班主任审核以及听取班主任意见，修改方案。

3、根据方案进行人员安排，责任到人。

### （二）阅读《不抱怨的世界》一书

1、布置每个同学阅读《不抱怨的世界》。

2、同学撰写读后感。

### （三）材料准备

2□20xx年11月23日宣传委员借dv机及副班长借教室

3□20xx年11月21日-22日班会ppt制作

## （一）暖身游戏□xx蹲（已提前分好了组）

- 1、主持人进行开场白，介绍活动的流程。
- 2、进行暖身游戏□xx蹲。

xx蹲游戏规则为：大家围成一圈，主持人站中间，连说三遍“××（主持人自己名字）蹲”和连做三次下蹲，然后指着某一同学，说“××（被指同学）蹲”；但被指同学不动，其旁同学（左边或右边由主持人事先指定）要迅速连说三遍“××（自己名字）蹲”和做三次下蹲，然后指着另一个人，说“××（被指同学）蹲”；以此类推。游戏中出错的同学，抽取“大冒险”任务。（大冒险任务略）

## （二）主题活动一：抱怨轮回

- 1、主持人将班级同学分成5个小组，每个小组推选组长及记录员，组长组织大家分享最近所抱怨的人或事。
- 2、组长组织小组讨论：抱怨给我们带来了什么？
- 3、每组推选代表，向全班同学汇报所在小组的分享和讨论结果。
- 4、主持人借用“‘抱怨’真的就是口臭，它会传染，而习惯抱怨的人，就是在向自己的鞋子里倒水。（《时代周刊》）”一语，总结大家的分享和讨论。

## （三）主题活动二：“紫手环运动”

- 1、主持人介绍“紫手环运动”（具体见附录一）。
- 2、主持人分享《不抱怨的世界》一书精彩片段（具体见附录二），同学分享读后感。

- 3、生活委员等分发紫手环。
- 4、主持人介绍“紫手环运动”及其规则（具体见附录三）。
- 5、每位同学将紫手环统一佩戴于右手，在主持人带领下宣誓参加“紫手环运动”。

#### （四）结束尾声：我们的感受

- 1、每位同学写下班会感想并分享之，具体见附录五。
- 2、全体同学伸出佩戴紫手环的右手，摆好队形，合影留念。
- 3、主持人发表总结，宣布班会结束。

美国史上最著名的心灵导师之一威尔·鲍温，发起了一项“不抱怨”运动，邀请每位参加者戴上一个特制的紫手环，只要一察觉自己抱怨，就将手环换到另一只手上，以此类推，直到这个手环能持续戴在同一只手上21天为止。

不到一年，全世界就有80个国家、600万人热烈参与了这项运动，学习为自己创造美好的生活，让这个世界充满平静喜乐、活力四射的正面能量。而你也可以成为其中的一份子，戴上紫手环，接受21天的挑战，为自己创造心想事成的无怨人生！

在你的手中，握有翻转人生的秘密。听起来像在吹牛说大话？是吧，但我的确见过许许多多人的生命，都因此得到了翻转。我看过他们寄来的电子邮件和书信，也接过他们的电话。大家都在运用这个简单的概念——将紫色的橡胶手环戴在一只手上，再换到另一只手上，如此交替更换，直到达成连续21天不抱怨、不批评、不讲闲话的目标为止。他们已经因而养成了一种新的习惯。藉由开始意识到自己说了什么，进而改变话语的内容；他们改变了思维，开始用心、认真地打造自己的生活。有些和你一样的人，都跟我分享过切身的经验——他



们长年的痛苦得以纾解，人际关系终获疗愈，职业生涯也因此而改善，而且整个人都变得更快乐了。

减缓痛苦、增进健康、创造圆满的关系、拥有更好的工作、变得更平静喜乐……听起来很棒吧？这些不但可能发生，而且很有希望实现。要刻意努力去重新设定心灵的硬盘，并不容易，但你可以现在就开始，而且不用多久——反正时间无论如何都会过去，你就能拥有自己一直梦寐以求的人生。

## 1、“紫手环运动”规则

(1) 开始将手环戴在一只手腕上。

(2) 当你发现自己正在抱怨、讲闲话或批评时，就把手环移到另一只手上，重新开始。

(3) 如果听到其他戴紫手环的人在抱怨，你可以指出他们应该把手环移到另一只手上；但如果要做这种事，你自己要先移动手环！因为你在抱怨他们抱怨。

## 2、“紫手环运动”誓词

我自愿加入紫手环运动/严格遵守规则/努力做到不抱怨/心生生活！

哀鸣和抱怨就这样你来我往、持续不断……

“噢！你真幸运还有房间住呢，我们以前都住走廊！”

“我们还从地上的洞里被赶出来，只好住在湖里。”

“你有湖算幸运了，我们有一百五十个人住在马路中央的鞋柜里。”

我的大学生生活

室内、室外均可

讨论、分享

引导新生对高中生活进行总结，对大学生活进行思考和规划。

第一阶段：总结高中生活

1. 辅导员做开场引导。目的是引导学生回忆高中生活

（参考：同学们走进大学校园已经有一段时间了，相信许多同学对大学的生活有了一些思考，也会将现在感受到的大学生活与刚刚过去的高中生活进行比较。那么，请同学们先回忆一下高中阶段的生活，你最深的感受是什么？给大家三分钟时间思考，然后请几位同学分享。）

2. 分享。辅导员请2-4名同学与全班同学分享，时间控制在xx分钟左右。辅导员对学生的发言内容做积极的关注，但不做任何评价。

3. 辅导员进行分享总结和主题过渡。

（参考：从大家对于高中生活的各种感受中我深深体会到了你们都曾为自己的理想——考上一所好大学而努力，现在我们已经开始了人生的一段新的征途，那么我们该怎样走好这段征途呢？）

第二阶段：思考、讨论大学生活

1. 辅导员引导学生进入主题。

（参考：如果我们将大学生活分为六个部分：学业、人际、爱情、能力培养、休闲、大学生涯规划，大家来思考、讨论，我对这些有什么期待？有什么计划？）

2. 分组。通过抽签的方式将全班学生分成6组（视班级人数而定）。每组选组长一名，负责组织该组的讨论；书记员一名，负责记录发言。

3. 讨论。分组完毕之后，每组各讨论一项内容，也由抽签决定。

（建议：1. 辅导员先将大学生活六个部分设计几个讨论问题；在讨论之前，辅导员先召集组长布置任务和注意事项；2. 每组讨论的时间控制在15分钟左右。3. 要求每位同学都发言。4. 组长控制每位同学的发言时间，鼓励少发言的同学，控制“语霸”的同学；问题讨论完毕后，做好总结，并选好分享代表。5. 书记员要做好每位同学的发言记录。6. 辅导员做好整个场面的控制。）

4. 分享。每组选派一名代表与全班同学分享讨论结果，组内其他人可作补充。在每一组的分享结束后，其他小组可以提问。如果在教室开会，辅导员可以在黑板上板书学生所谈各个内容的要点。

5. 辅导员总结。辅导员的总结、引导不含对发言内容的评价，让学生在听取他人的观点、做法、经验时对自己的做法、计划进行修正；引导学生包容他人的观点；辅导员也可以和同学们分享自己的大学生活。

第三阶段：班会总结（把第三阶段和第四阶段的顺序调整了）

1. 引导同学们认识到丰富大学生活，以及对大学生活进行规划的重要性。

（参考：通过今天的班会，我们充分感受到大学生活是丰富多彩的，但更需要同学们做好规划充实度地度过！高中阶段因为有明确的目标，所以我们过得忙碌而踏实；大学阶段才刚刚开始，尽管我们的目标还不明确，有那么多的困惑，但这

正说明我们有很多的成长空间等待我们去填充！今天的班会仅仅起个抛砖引玉的作用，如何度过4年的大学生活同学们还得认认真真思考，并付诸于行动。这也许就是我们生涯规划中关键的一步。不管你的目标是什么，我只想告诉大家的是：不要虚度！让我们一起来朗诵名句：“当他回首往事的时候，不会因为碌碌无为、虚度年华而悔恨，也不会因为为人卑劣、生活庸俗而愧疚。”）

2. 介绍学生心理健康教育中心提供的心理咨询服务，以及学院的心理成长辅导服务，若同学们在大学生生活中遇到烦恼和困惑，欢迎来咨询。（建议：辅导员老师分享一句话：必要的心理求助是强者的行为。）

#### 第四阶段：布置作业——班会心得

目的是引导学生对高中生活和大学生生活做深入的思考；给在班会中没有机会发言的同学有表达的机会。

（参考：讨论的时间太短，分享的时间也太短，但同学们的思考却有许多许多，所以请同学们以对高中生活的总结以及对大学生活的思考为内容写份班会心得，当然也可以谈谈班会中的感受，请在三天内完成，用信封封好后由班长收齐送交给我。

#### 第五阶段：班会结束

感谢大家的参与！

1. [活动操作示范] 仅供参考，各学院在不违背活动主旨的前提下，可设计形式多样的，适合自身特点的主题班会。

2. 六项内容的讨论参考问题

3. 辅导员要批阅同学们的发言记录和班会心得，对一些迷茫

的学生应做个别辅导。

## 校园健康班会教案中班篇六

从心理学角度来看，良好的学习习惯会对学生的全面发展产生深刻的影响。有助于学生最大限度地发挥“下意识”的作用，使人在不知不觉中获得事半功倍的效果。良好的学习习惯还有助于学习策略的形成，提高学习效率，激发学习的积极性和主动性。本节课中，教师通过鼓励和肯定的学生对自己的现状做反思，让学生有参与的积极性，愿意在活动中主动分析自己，有能力解决遇到的问题，并发现属于自己的好方法。

1. 让学生知道良好的学习习惯，是提高学习效率的关键。
  2. 团体互动中，发现自己需要努力改进的地方，肯定自己原创的有益学习方法。
  3. 着手制定一个查漏补缺的推进计划，并在生活中落实。
1. 重点：让学生肯定自己现有的好习惯，同时认识到自己在学习上的不足之处。
  2. 难点：在学生认识到自己的不足之后，提出具体的改进方案。调整学生的心态，意识到自己才是学习的主人。

多媒体教案、提示牌、即时贴

### 一、热身活动

设计意图：了解学生当下的学习状态，为本堂课做好预热。部分学生可能对自己的评分不满意，教师需要适当的引导。

### 二、导入新课

1. 用心理情景剧呈现主人翁小彤在学习过程中的表现，并用提示牌出示小彤在学习上存在的坏习惯。例如：“上课小动作”，“写作业磨磨蹭蹭”“学习用品乱放”等。

2. 交流讨论：看了《小彤的故事》，你觉得还有哪些习惯是影响学习的？

3. 你觉得该采取怎样的措施？

设计意图：通过故事表演的形式，将坏习惯外化，让大家通过观看故事，思考自己在学习过程中是否有和小彤类似的问题，为下一步解决问题做好铺垫。

### 三、课堂活动

#### （一）阅读《心海导航》资料

1. 了解影响学习效率的不良习惯，举一个小例子说明。

2. 最近这个“坏习惯”什么时候出现的？是怎样影响你的？

3. 分享：你采取了什么措施就成功赶走坏习惯呢？

设计意图：对照材料反思自己的学习习惯，从一个实例入手，引导学生关注自己细微的变化与进步，为学生树立赶走坏习惯的信心。

#### （二）互帮互助

1. 分享你最近有进步的地方，以及养成的好习惯。（6人一组）

你的良好学习习惯是：。

它对你的帮助是：。

2. 小组间交流可以推广的好习惯，然后跟全班同学做分享。
3. 请组员帮助自己找出不好的习惯，并给出建议。

设计意图：学生很难看到自己的坏习惯，创设和谐、融洽的氛围，让学生敢说真话，这个活动才能发挥应有的作用。

## 四、实践指导

### （一）榜样力量大。

1. 鼓励学生从身边找榜样，用一张即时贴，写上要学习谁的身上的好习惯，然后把纸贴在他的身上。

### （二）加油站

1. 你准备把哪一条好习惯带回家？说说你打算怎么做？
2. 制定“21天计划”。一个好习惯养成需要21天，设计一份表格，把自己打算坚持的事情写下来，并加上鼓励的话，请父母或同学做你的监督人。
3. 若是21天之后计划完成，教师将给该生颁发证书奖励。

## 五、亲子分享

与父母分享今天学到的知识，以及收获和启发，请父母监督自己改掉不良的学习习惯。

## 校园健康班会教案中班篇七

[二]、活动目标：学生经过活动，寻找他人的优点，学会欣赏他人，解决如何与人共处，团结合作的问题。

[三]、活动过程：

一、导语：同学们，看你们这一张张可爱的小脸，就如同一朵朵盛开的童子面茶花，如果你肯笑一笑，相信这朵花会开得更灿烂、绚丽，不信，你试试看！

好美！真心期望你们天天欢乐，笑口常开！

可是，在咱班有不少同学有他们内心的烦恼，而这些烦恼大多来自于同学间的相处，有的甚至提出要求调换同桌、小组、宿舍。那么同学之间究竟应当如何相处，才能消除烦恼，使自我欢乐起来呢这正是我们今日要来解决的问题。

二、首先，请同学们来欣赏一段散文，看看能否从中受点启发。

(展示课件1)学会欣赏一棵树

一棵树，若花不好看，也许叶子好看；花叶都不足观，也许枝干错落有致；花叶枝干皆不中看，也许它生的位置很好，在蓝天白云的衬托下，远远地看起来，流露出几分美感。只要你肯去欣赏它，总能够发现它的美。

提问：1、同学们，这段话什么意思，你怎样理解它

2、从这段散文中你受到什么启发

三、那我们为什么要学会欣赏，欣赏又有何作用呢我再请你们观赏一个精彩的故事。(展示课件2)

《山羊和骆驼的故事》(略)

师提问：看了这段故事，你有何收获，能否跟教师，同学们说一说。(生答略)

四、所以，教师期望你们首先要学会欣赏他人，那到底应当如何欣赏一个人呢教师这儿有几种行为，请同学们谈谈你怎



样欣赏他们。(展示课件3)

(1) 小刚趁同桌不注意，悄悄地取走了她放在书包里的十元钱后听教师分析这种行为的危害性，他又悄悄地将钱放回原处。(生答略)

师点评：欣赏也是有原则的，小刚偷拿加别人的钱，这种行为极不道德，我们不能欣赏；小刚经过自我教育，知错改错，这一点值得我们欣赏。

(2) 考试卷发下来了，欣欣得了“优”，他十分开心，而丽丽呢，只得了个“良”，她十分难过，悲痛地哭了。(师问：你欣赏谁欣赏他哪一点)

哭过这后，丽丽擦去脸上的泪水，应对自我做错的题，她重新思索，实在弄不明白的，她又去请教欣欣，欣欣呢，也没嘲笑丽丽，而是耐心地为她讲解，一遍又一遍，直到丽丽真正明白为止。(师问：请问你们怎样欣赏他们)

生答略，师随机点评。

五、看来同学们的认识也有所提高，那我们就来看看身边的同学，从他们身上发现闪光点，来欣赏他们，优点大家说，来个优点“轰炸”如何谁先来说。(展示课件4)

1、单个同学举事例说明，师请被欣赏的同学谈感受，谈体会。师适时恰当点评。例如，让学生自悟出，欣赏他人也是自我学习、提高、提高的过程，你尊重、理解别人，就会得到别人的友情，你就会觉得欢乐；欣赏别人的同时，也要欣赏自我，悦纳自我。

2、邀请几位同学做嘉宾上场，请大家来欣赏他们，帮他们找优点，师请嘉宾谈感受与体会。

师点评：被人欣赏是一种欢乐、幸福，能找到自信，会更加努力。

3、小组内交流，互相欣赏。请两个小组上场，演示如何互相欣赏。师点评。

六、同学们找的优点还真不少，优点“轰炸”了我们班，大家说也说不完，其实“金无足赤，人无完人”，我们仅有学会欣赏别人，才会包容他人的缺点，变得宽容，欣赏别人的优点，提高完善自我。欣赏别人，被人欣赏同样欢乐。仅有这样，你才能与人相处愉快。

下头，咱们简便一下，我请三组同学上场，参与一个游戏。

游戏规则：三人一组，分别遮住一人的眼，绑住一人的双手和另外一人的双腿，代表不一样的人自身存在不一样的优、缺点，再给每组两个球，代表贵重物品。要求三人团结合作。将贵重物品运送到目的地。学生游戏过程(略)

师：简便趣味的游戏结束了，你有何收获

生答(略)

师点评：仅有彼此欣赏，团结合作，才能将一件事情做成功。

七、是啊，看来欣赏的确是具有一种神奇的力量。(展示课件5)

《欣赏是一种神奇的力量》

细细地欣赏自己周围的人与事，

你会发现生活本来就很完美。

欣赏是一种神奇的力量，

它会冲洗掉你内心的嫉妒和烦躁。

你能欣赏别人学业的精湛，

你的成绩也会步步樊高；

你能欣赏别人品格的纯正，

你的心胸也会像大海一样掀起波涛。

你能欣赏大地的每一道晨曦，

你的心境就会被彩云围绕；

你能欣赏天空中的每一丝细雨，

你就会有一个明净而清新的头脑。

你能欣赏自我点点滴滴的提高，

你的前程就会被金色的阳光笼罩；

你能欣赏父母遗传给你的各种特点，

你就具有世界上最赏心悦目的容貌。

欣赏是一种神奇的力量，

它使你充满自信，永不烦恼；

欣赏是一种神奇的力量，

它使人铁人生更绚丽，生活更完美！

师总结：这首诗真正道出了欣赏的作用，期望你们从小学会

宽容，学会欣赏，培养广阔的胸襟，学会与人共处，团结合作，将来才能成就一番事业。

人生难免会遇到几种烦恼和困难，期望同学们学会自我调节，坚持欢乐的心境，才能有信心，有勇气去战胜困难。世界上风光旖旎，等着你去欣赏，古今中外文化渊博，等着你去欣赏，期望你们笑对人生。

## 校园健康班会教案中班篇八

### 一、主题明确，针对性强

#### 1、心理健康知识

#### 2、新生，进入大学的心情

#### 3、你你适应大学生活了吗

#### 4、我们应该用什么样的心态去对待大学生活

#### 5、描绘3年大学后的蓝图

### 二、学生互动，形式多样

在本次主题班会教育中，我们为了提高教育的效果，我们采用学生互动的模式，以游戏的形式表现，在游戏的过程中增强集体荣誉感和班级团结意识。注重调动学生的积极性，活跃了班会气氛，大家在娱乐的过程中无形的增强了自身素质，增涨了心理方面的知识 我们也注重发挥大家主观能动性，大家积极参与相关问题，充分发挥学生在学习活动中的潜力，大大提高我们班会的效果。互动的形式，给学生留下的印象更深刻，教育更直接。

### 三、准备充分，效果明显

班会前，主持人首先必须掌握有关知识，预测班会开展的基本情况，为班会成功的召开做好充分的准备。主要针对本次班会的新生的特点，学习了关于大学生适应问题、青年生存手册和班会开展应注意的基本问题。

通过班会，同学们对于“如何调节良好的心态，如何和周围的同学们进行心理上的沟通和交流，如何人与人之间、人与社会、环境的关系”等方面都有了更好的认识。

总的来说，作为新上任的心理委员组织的第一次班级活动，结果我还是满意的。虽然说此次活动还是有一些需要改进的地方，不过这也激励了我和我的搭档在今后的工作中更加努力，同时更坚定了我们办好下次心理主题班会的决心。

## □2□

为了加强同学们之间的交流，促进班级内部成员的和谐发展，加强心理健康教育工作□20xx年4月19日特举办“心理健康教育”主题班会活动。

班会主要以“沟通”、“和谐”、“默契度”为主题进行，首先是让每个成员说出自己内心感受最深的事与大家共同分享，然后测试同学们余自己寝室成员间的相互了解度与默契度。整个活动过程中，同学的热情都很高涨，绝大多数同学都参与进来了。在共享环节中同学们敞开心扉说出自己最开心、最感动、最尴尬的事与大家一起分享，增加了同学之间的交流。寝室成员互动环节，个寝室成员都积极都参与到了游戏中来，相互配合。抛开主题班会的严肃氛围，大家玩在一起，乐在一起，奔入我们快乐成长，团结生活，健康发展的主题，在此次活动的过程中我们不仅对心理健康与成长有了更深的认识，同时我们也看到了同学之间的互帮互助，增进了彼此之间的了解，达到了本次活动的目地。

## □3□

一、活动主题：“关爱青春，呵护心理”

二、活动主要目的：

帮助学生树立心理健康意识，培养学生乐观向上的心理品质，增强心理调适能力，促进学生人格的健全发展，正确认识自我，增强自信心，学会合作与竞争，同时培养学生的专业兴趣和乐群的心理品质，提高学生应对挫折，适应社会的能力。

三、活动时间□20xx年xx月xx日

四、活动地点：二栋206教室

五、参加活动人员：花艺1001班全体成员

六、活动内容：

2、大学生常见心理异常分析；

3、大学生常见的一般心理问题，提出并讨论；

5、观看“大学生里的百万富翁”视频，触发同学们心中最真实的自己，更确定自己的目标。

七、开展活动如下：

1、通过各种心理测试互动、激发同学们的兴趣。

2、让同学们在互动中去体会心理健康的真正含义。

3、思考与讨论、同学们自主上台发言，说出自己的感受和一些想法。

4、通过看视频让同学们更加深入了解心理健康的重要性。

## 八、活动总结：

这次心理健康主题班会的展开让我们意识到面对丰富多彩的大学生活，我们要不断增强自己的心理健康意识，不断促进我们人格的健全发展，正确认识自己，同时提高我们应对挫折，适应社会的能力。这次班会也让我们懂得人际交往，建立和谐的人际关系的重要性。

心理的健康很重要，一个人生理健康和心理健康都是很重要的，就是怕你在不断的生活中失去了方向，这样才是导致事情悲剧发生的最根本，我们一定要调整好自己的心理，使自己能够做到最好！我们只有保持一个健康的心态，懂得自我调节和适应，我们明天会更加美好。

## 校园健康班会教案中班篇九

针对学生中常见的拖延的情况，召开本次主题班会，借此增强同学们战胜拖延的信心，掌握战胜拖延的方法，培养良好习惯，使同学们告别拖延这个生活中的老朋友，健康积极的生活、成长。

### 活动准备：

提前发动，布置有关事项，确定主题及节目，拍摄视频，排练小品。

### 班会课地点：

教室

### 教学形式：

通过视频，小品，访谈、讨论等生动活泼的形式，教育学生正视拖延，培养良好习惯，告别拖延这个坏习惯，健康积极

的生活、成长。

教学过程：

## 一、辅导员开场

在进入我们今天的班会主题之前，先请大家一起来看一段视频，这是我们班级的同学自己拍摄的。（放视频）

我观察到刚才大家在看视频的时候，很多同学都会心的笑了，应该是从视频中发现了自己的影子。我们今天的班会主题就是我们生活中老朋友：拖延。

几个小时才开始写论文，到了女朋友生日前一天才去买礼物，刷了信用卡过期被罚了才去还，都是小事，但日积月累，特别影响个人发展。拖延其实意味着我们的心理上有了一些小问题，长此以往，严重的甚至会患上一种心理疾病拖延症。

既然拖延对我们百害而无一利，我们就要对症下药。下面这个环节就请心理委员主持，请大家讨论一下，你认为拖延的原因是什么，再请心理委员为大家做一个小测试，看看你有没有拖延症。

## 二、访谈及测试环节

心理委员主持：访谈“说出你的拖延故事”

访谈过程：请三到四名同学上台访谈。

谢谢刚才几位发言的同学，刚才几位同学都谈了自己对拖延的看法及拖延的原因。说的很有代表性，说出了我们的心声。

放映测试题目。

测试结束了，统计结果。



### 三、透过现象看本质——你为什么拖延

辅导员主持：谢谢心理委员。通过科学的测试我们发现大多数同学都在5-11分，也就是中度拖延这个层次上。说明拖延确实是一个不容我们忽视的问题。拖延其实有很多危害，总结一下：1、外在后果：生活和学习受到影响；2、内在后果：内心的矛盾和煎熬。

那么拖延的原因是什么呢？绝大多数的同学都认为：拖延的原因是懒惰，或者认为是自己没有掌握时间管理的正确方法。

这种认知看似非常有道理，但实际上并不正确。请大家仔细思考一下，如果你正在做一件你非常感兴趣的事情，比如逛街、比如上网、比如游戏，你会拖延么？一般都不会。所以，拖延其实不是智力问题，不是道德问题，不是时间管理问题，而是心理问题。

我试着给大家分析一下我们拖延的四大原因，大家思考一下是否有道理。

- 1、对取得成功信心不足
- 2、讨厌被人委派的任务
- 3、注意力分散和易冲动
- 4、目标和酬劳太过遥远。

### 四、怎么战胜拖延

我给大家一些建议。

- 1、制定一个靠谱的计划。靠谱计划四要素：一是可观察性。目标应该可以被观察，以某个行为来界定是否完成。举例。二是分成几个小步骤，脚踏实地一步一步来，生活就会一帆

风顺。举例。三是：给自己立下非常容易达成，但是会给你成就感和满足感的最小目标。

## 2、正确的认识和利用时间

(1) 练习判断时间提问：一分钟可以做什么

(2) 学习利用零碎时间举例

(3) 找出自己的时间

(4) 享受你的自由时间

## 3、学会“拒绝”和“接受”

(1) 拒绝没有意义的事

(2) 接受自己，接受别人的监督

## 五、公开

给自己制定一个最小的目标，并确立完成时间，公开这个，请大家监督你是否能完成目标。

## 校园健康班会教案中班篇十

对学生进行心理健康方面的教育。

1、分析案例。

2、学习心理健康方面的知识。

1、上课不注意听讲怎么办？

- 2、如何提高学习成绩？
  - 3、我不知如何面对期末考。
  - 4、摆脱成绩不佳的阴影
  - 5、提高自己的注意品质。
  - 6、做好考试前的复习。
  - 7、厌学了，怎么办？
  - 8、成绩直线下降，我很自卑。
  - 9、不及格，我怀疑——
  - 10、大胆与人交往。
  - 11、同学对我有成见，我该怎么办？
  - 12、如何处理好师生关系？
  - 13、怎样改善人际关系？
- 
- 1、小组内选择几个话题进行讨论。
  - 2、让每个学生选择自己感兴趣的话题充分发表自己的见解。
- 
- 1、找生读案例。
  - 3、学生发表看法。