

文明上网班会教案设计 文明上网与网络安全班会教案(汇总7篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

文明上网班会教案设计篇一

随着时代的发展，电脑网络已经走进了小学课程，人们包括小学生在内与网络的联系越来越紧密。在一部分学生身上也出现了一些问题，需要引起我们足够的重视。希望通过这次班会使同学们能够正确认识网络，文明上网。

活动目的：

- 1、正面认识网络的利与弊。
- 2、体会文明上网对青少年身心发展的重要性。
- 3、掌握文明上网的方法，并正确利用网络来提高学习。

活动开始：

一、导入

师：随着社会的发展，科技的进步，电脑已走进千家万户。“上网”已成为人们生活的一部分，丰富多彩的网络世界为我们的生活和学习提供了前所未有的便利条件。可同时也给我们带来了许多问题和困惑。有些学生迷上了网络，严重影响了正常学习，那么，我们应该怎样正确对待网络，做到上网有益呢？今天我们班会的主题就是——文明上网。

二、活动过程

1、我们先来谈谈上网给我们的学习、生活带来了哪些好处?(异地交流、网上学习、网上娱乐、了解世界、网上购物、网上交友等)

2、大家都喜欢上网，在你的生活中你上网都是干什么?希望大家以诚信为前提，敞开心扉，畅所欲言。

3、有好多同学都喜欢网上聊天，在网上结交一些朋友倾吐心事。在网上你都结交了哪些朋友，有没有异地的?谁来谈谈网上聊天时你的心情。

网络毕竟是一个虚拟的世界，网上交友你觉得应该注意什么?有没有什么经验向大家传授或自己曾经经历过的事向大家提个醒。

5、近几年来，在互联网快速发展的同时，出现了大量网吧，网吧的出现为普及网络知识起到了积极的推动作用，但是随着互联网信息垃圾的不断出现，网吧的负面效应也日益显现。据统计，我国90%的青少年都选择去网吧上网，那么请同学们谈谈“去网吧上网”你的观点。

引导明确——《互联网上网服务营业场所管理条例》第二十一条规定：互联网上网服务营业场所经营单位不得接纳未成年人进入营业场所。

案例1：17岁的少年吴治(化名)沉迷于电脑游戏，无法自拔。为了偷钱上网吧，他在通州奶奶家，趁爷爷奶奶熟睡之际，亲手将奶奶砍死，爷爷被砍成重伤。

案例2：16岁的少年胡某在网吧里玩一种用刀捅人的暴力游戏时，由于技术欠佳，受到另一人的冷嘲热讽。在网络“杀”红了眼的胡某当即火冒三丈，抽出半尺长的防身刀

具，捅向受害人的胸口，导致受害人当场死亡。

案例3：5月25日傍晚，四川一名流浪少年赵刚被被人砸烂，尸体上还有几处刀伤，其死状惨不忍睹。杀害少年的凶手竟是3名嗜好上网玩“杀人游戏”的中专生，他们杀人的目的只是为了验证自己“胆量有多大”。

看了这些案例，同学们想说什么？像这样的悲剧还有很多很多，谁还知道？

7、网瘾测试：（网瘾测试题链接）

8、总结一下网毒给我们带来了哪些危害：1、浏览不良信息——色情、暴力、反动等内容，毒害我们的心灵。2、网络游戏、成瘾——患网络综合症，不能自拔。3、网络诈骗、黑网吧——造成网络犯罪。

那么我们青少年该如何面对网络，怎样上网才是文明上网，健康上网呢？

《文明上网保护自己》

9、我们应如何利用网络来帮助我们提高学习、生活的质量？（我们只能从网上搜集一些健康的、进步的、积极向上的有利信息，为我们的学习和生活服务，要让网络为我们的健康成长积蓄更多的力量！）

10、活动小结

网络世界无所不有。只要我们能把握好上网的尺度，正确使用网络，健康上网，文明上网，就能给我们的生活带来很大的好处。希望在座的每一位同学都能文明上网，利用网络来提高我们的学习，丰富我们的课余生活，交到更多更好的朋友。

11、学习《全国青少年网络文明公约》

老师这里有一份《全国青少年网络文明公约》，让我们共同来学习并宣誓：

要善于上网学习，不浏览不良信息；

要诚实友好交流，不侮辱欺诈他人；

要增强自护意识，不随意约会网友；

要维护网络安全，不破坏网络秩序；

要有益身心健康，不沉溺虚拟时空。

三、活动总结

同学们，我们青少年是祖国未来的建设者，我们的茁壮成长将是祖国明天的美好希望。让我们行动起来，远离网吧，拒绝网毒，避免伤害，文明上网，健康成长，做一名合格的新时代小学生。

教后反思：

这堂班会课，学生能敞开心扉，说出自己的上网经历以及沉迷网络的痛苦，课堂里洋溢着浓浓的倾诉氛围。在这样的真情对白中，对同学们都有了不同程度的触动，认识到了不能到营业性网吧上网，要文明上网，谨慎交友。

这堂班会课对我的触动也很大。我感受最深的是，教育孩子不能只用说教，而要让孩子在活动中体验，在体验中成长。其次，活动前要注意营造好课堂气氛，充分打开孩子的心扉，只有当孩子敢于说出心里话，教育才能找到切入口，才能很好地进行。

文明上网班会教案设计篇二

- 1、了解中华优秀传统文化，感受礼仪之邦。
- 2、从身边的榜样发现美，感受美。
- 3、有争当美德好少年的愿望，向榜样学习，传递爱的正能量。

二、【活动对象】

302中队全体少先队员

主持人：（甲）周文平 （乙）谢夏微

三、【活动准备】

- 1、队员通过自己查阅资料，搜集中华优秀传统文化、文明礼仪故事的资料。
- 2、编排文明礼仪操，论语朗诵，搜集朗诵、演讲配乐。
- 3、制作美德章、小组组牌。准备书童服装、竹筒、学生自制贺卡、队旗、铃鼓。

四、【活动过程】

（一）预备部分：整理队伍、报告人数

中队长：各小队报告人数

一队小队长：萝卜小队立正，（小跑向前，敬礼，还礼）报告中队长，萝卜小队原有队员6人，实到6人，报告完毕。

中队长：接受你的报告（敬礼、还礼）

一队队长跑回原地，稍息，坐下

二、三、四、五小队分别同上。

中队长：全体立正，（跑向辅导员，敬礼，还礼）报告中队辅导员，302大拇指中队原有队员32人，实到32人，报告完毕。

（二）正式部分：

中队长：转身，全体起立。出旗、奏乐、敬礼

齐唱《中国少年先锋队队歌》

中队长：下面欢迎中队辅导员为我们讲话。

辅导员：亲爱的队员们，今天我们在这里举行美德争章队会，了解中华优秀传统文化。咱们中国是个讲文明、有礼貌、重礼仪的国家。我们是正在成长的一代，是祖国的未来和希望，应从小养成了良好的文明礼貌行为习惯。让我们搭乘美德航班、遨游在美的世界里，在活动中发挥自己的特长，展示出自己的风采，希望大家积极踊跃地参加活动，争取得到“美德章”。下面我宣布“争当美德好少年”主题队会现在开始。有请主持人。

甲朝霞托着红日，徐徐从东方升起。

乙一个灿烂的日子，撒满大地。

甲 春风吹，阳光照，语言美，行为美，

乙尊师长，爱同学。

合让我们从小讲文明，懂礼貌，302中队《争当美德好少年》主题班会现在开始。

第一篇章：明镜台——礼仪我知道

乙让我们进入今天队会的第一篇章：“明镜台——礼仪我知道”

甲 中国是一个有着几千年文明历史的古国，文化源远流长。

乙 作为礼仪之邦，中国有许多礼仪故事至今仍深深地教育着我们。

甲 各小组都收集了很多小故事，现在就请派代表上来与大家分享吧！

故事一、《孔融让梨》

孔融小小年纪就懂得兄弟姐妹相互礼让、相互帮助、团结友爱的道理，使全家人都感到惊喜。从此，孔融让梨的故事也就流传千载，成为团结友爱的典范。

故事二、《无礼》

甲《孔融让梨》、《无礼》这一个个小故事如群星璀璨的银河，熠熠闪光，让我们备受启发，那文明礼仪小知识你又知道多少呢？现在我们就分五组进行抢答，这五组分别是：（各小队自报）

出示：抢答题

选择

1. 早晨进校见到老师，要行礼问早、问好。如遇地方狭窄，应（ ）。
2. 升国旗时应（ ）。

3. 未经()同意不要随便动用他人物品，也不要随便翻阅别人的书籍、作业、日记。

a.老师 b.本人 c.家长

5. 学生进老师办公室()。

a.敲门就可进入 b.随意翻找东西 c. 敲门允许方可进入

6. 佩带红领巾时，应()。

判断

1、有客人来学校参观，他们不是你的老师，不要说老师好。()

2、我们是文明的小学生，平时要注意不乱扔垃圾、不随地吐痰、不乱涂乱画。()

3、与同学发生争执时应先冷静，理智面对。如果解决不了应及时找老师帮助或与同学之间协调。()

4、去亲友家用餐，可以抢先入座，挑选自己喜欢吃的食物()

5、在乘坐公共汽车时不得向车外抛洒物品()

请辅导员为讲故事者和抢答优胜者颁发美德章。

颁发美德章

合：口号：争做最美古小人，美德少年我先行！

第二篇：智慧泉——美就在身边

乙古人在礼仪上为我们作出了表率，一辈又一辈的精神成了民族的传统美德代代相传。接下来进入第二篇：智慧泉——美就在身边。请欣赏各队员带来的朗诵《新三字经》（换好服装上台）

乙我们的身边有许多值得学习的美德好榜样，他们在用行动传递着正能量，今天我们现场就来了一位我们学校的“丽水市美德少年”——雷帅（掌声欢迎），现在我们可以变身小记者，做一次采访。（小组合作完成采访）

美，绽放在千钧一发间

一双美丽的大眼睛，高高的鼻梁，圆圆的脸蛋，看上去是那样的淳朴，善良。她，就是黑龙江省佳木斯市第十九中学的语文教师——舍身救人的张丽莉老师。

了解张老师，缘于开学的第一周，我和同学们一起观看了《开学第一课》视频宣传片。今年这个节目的主题是“美，就在身边”，在那么多美丽的人中，张老师给我留下了深刻的印象。

初夏的北国晚风微凉 那是一个残酷的夜晚

放学的师生刚刚走出课堂 死神在霎那间露出狰狞的嘴脸

滚动的车轮好像疯狂的饿狼 孩子们猝不及防满眼的恐慌

在那一刻 恶魔的手臂已经触摸到了鲜活的生命

在那一刻 高悬的月亮也吓得失去了光芒

痛断肝肠的悲剧似乎已经注定上演 我们仿佛已经听到死神得意的狂笑

一个俏丽的身影忽然闪现

横亘在车轮与孩子之间

横亘在生与死之间

用她那拿惯了书本的双手 将两个孩子远远地推开

用她那还沾染着粉笔末的双手 给了死神狠狠的一击

孩子——得救了 她——却倒在了血泊中

一瞬间，一个人的命运就这样改变了，张老师完全有时间躲避肇事给她带来的厄运，可是为了救学生，她没有想自己，更没有想到救了学生会给自己带来什么，正如她们学校的刘文川副校长说的：“千钧一发间，最能反应人的真正品质”。是啊，这就是中华民族的本色，是中华民族顶天立地、流芳百世的道德楷模，他们的英雄事迹成为中华美德的音！

这段时间以来，我们一直都在温暖的感动中度过，接连涌现的好人好事一次次地震撼着我们的内心，让我们感受着道德的感化和精神的洗礼。“最美教师”张丽莉、“最美军官”沈星、“最美司机”吴斌、“最美妈妈”吴菊萍。他们都是平凡的人，但这些平凡的英雄，在危急时刻以不平凡的行动，让我们永远记住了他们的名字。

少年励志中国强，3亿少年儿童的“少年梦”聚集起来，就汇成了明天的“中国梦”。“中国梦”属于全体少年儿童，作为祖国未来的建设者，让我们从现在做起，点亮我们的“中国梦”，让梦想从这里起航，将红领巾的“少年梦”绘成蓝图，让中国梦——梦想成真！

孔子曰：见贤思齐焉，见不贤而内自省也。楷模是一盏灯，照亮我们前进的方向。在实现中国梦的征途中，我们中华儿女必将勇往直前，让美——绽放在千钧一发间！

请辅导员为参与者颁发美德章。

【颁发美德章】

乙：一二三，

合 口号：争做最美古小人，美德少年我先行！

第三篇：回音壁——传递正能量

乙 你给别人一个微笑，别人给你一个春天

甲 你给别人一份温暖，别人给你快乐无限

乙 你给别人一份谦让，别人给你敬重万千

甲 你给别人一份真诚，别人给你温馨的思念

乙我们相聚在302中队，这是一个温暖的大家庭，队员们都应该彬彬有礼，团结合作。课前，你的同桌为你亲手做了一张贺卡，藏在课桌下。卡片上有他对你的赞扬与祝福，也有他的小建议，现在就请大家快快找一找吧！

队员各自看贺卡(播放《感恩的心》)，自由与同桌交流，升华感情。

甲 接下来，咱们一起来做“文明礼仪操”吧，全体起立(播放视频音乐)

我是i你你是you见面问好

说hello hello hello hello hello hello hello

你好吗?how are you谢谢thank you对不起sorry没关系it's ok

铃声一响进教室，安静等候老师来。课前准备要充分，专心听讲多动脑。

博览群书增见识，认真作业按时交。读写姿势要记牢，做好眼操保视力。

课间活动要文明，开开心心消疲劳。上下楼梯不乱跑，讲话轻声不乱叫。

用餐文明增营养，爱惜粮食不乱倒。餐前餐后要洗手，个人卫生做得好。

见到垃圾弯个腰，不让纸屑到处跑。交通安全最重要，时时刻刻要记牢。

自己事情自己做，孝敬长辈讲实效。古小雏鹰有志气，明日腾飞看今朝。

请辅导员为优胜者颁发向美德章。（颁发美德章）

合 口号：争做最美古小人，美德少年我先行！

甲 下面掌声有请中队辅导员讲话

队员们，今天的主题队会开得非常成功，通过这次队会，我们每个队员都应该以文明言行严格要求自己，养成道德好习惯，向榜样学习，接住爱的火炬，发扬中华传统美德。孩子们，你们长大了！祝贺你们！让我们携手共进，争当美德好少年。

文明上网班会教案设计篇三

1、使同学们认识到讲究文明礼仪是非常有必要的。

2、使同学们认识到一个真正有文明的人应是怎样的。

准备过程

1、收集资料

2、排练节目

3、布置黑板

活动过程

(一) 班会开始

主持人：文明，使人举止文雅；礼仪，使人风度翩翩。现在，我宣布三年级《争做文明学生》主题班会现在开始！同学们，这次班会的主题是——文明礼仪。也许有些同学会觉得这个主题与自己无关紧要，但是讲究文明礼仪在当今社会已越来越重要了，养成良好的文明礼仪对个人的成材有着不可忽视的作用，所以这次的班会我希望同学们能够认真对待。

(二) 小品表演

1) 老师进入教室上课，学生a□b□c三人在聊天

2) 上课后□a趴在桌子上睡觉□b□c继续聊天

3)d自行进入教室与老师争执□d离开教室

4) 继续上课□b□c开始争吵□a参与其中

5) 老师气愤而去

(三) 礼仪知识学习

- 1、我们升国旗时我们要做到哪些礼仪？
- 2、我们在学校内要做到哪些？
- 3、那我们在公共场合呢？

(四) 讲故事 《下课》

(五) 现场采访

小记者：1、做自我介绍 2、现场采访

(六) 小品回放 《上课》

(七) 唱拍手歌 《礼貌用语歌》

班主任总结

是啊，你给别人一个微笑，别人给你一个春天。你给别人一份温暖，别人给你快乐无限。你给别人一份谦让，别人给你敬重万千。你给别人一份真诚，别人给你温馨的思念。我们是祖国的小雏鹰，让我们插上文明的翅膀，人人都来争做文明使者。

文明上网班会教案设计篇四

- 1、提前布置主题班会内容，叫同学们收集有关“文明”的材料
- 2、叫同学们结合校园中文明与不文明的现象做好发言准备
- 3、安排两位同学准备小品《碰撞以后》

1、主持人开场白：

2、同学们各抒己见，自由发言

陈山：同学们乱扔乱丢乱吐现象十分严重，扔纸片、扔包装袋、扔纸盒、扔饮料瓶，更不文明的是走着，吃着，吐着，扔着，特别是有些女同学大口大口吃着东西，边走边吃边扔边吐，看看楼梯、楼道、阶梯教室，有的同学上课吃瓜子，好吃到了极点，还有的同学随地吐痰，还带伴奏的，教室里，课桌下，鼻涕到处抹（边说边表演，全班大笑）

黄宇波：说的没错，我们身边破坏公共财物也十分严重，举两个例子，班上的劳动工具买回来不到两天就已经四分五裂了，还有很多同学的课桌都画了“大花脸”（一些同学默不作声）

3、小品表演《碰撞以后》

4、同学们讨论、发言

胡宇婷：表里一致，做一个内秀外美的中学生

主持人：下面我们请班主任做总结

6、班主任总结

同学们，我们每个人在这里求学，都有一个追求，都有一理想，都有一个志向，如果说八中是一片沃土的活，我们要在这里把我的耕作变成果实，实现我们的追求；如果说是一支拐杖的活，我们要拄着这支拐杖攀登高峰，实现我们的志向；如果说八中是一只展翅飞翔巨鸟的活，那她会承载着我们的希望去实现我们的理想我们的同学们要做一个文明的人，一个诚实的人，一个守纪的人， 做一名文明的中学生，为学校做一点事，为学校建立良好的形象学校是我们人生的起步，理想的种子要播种，人生的意义要认识……这里有青春的幻想，有未来的呼唤让我们以文明的中学生，用心中炽热的爱

来歌颂她，赞美她！

文明上网班会教案设计篇五

- 1、学习观察、图片、讲述图片内容。
- 2、引导幼儿看到垃圾怎么做。
- 3、培养幼儿从小爱护环境。

1、图片若干

谈话活动，引出故事

t□□小结）看到地上的垃圾会让我们很不舒服，而且有时候是会发生危险的。

二、教师讲述故事（根据诗歌句式罗列图片）

t□你听到了故事里面有什么？

t□你喜欢小弟弟吗？

t□为什么？

t□□小结）小弟弟是个爱护环境的人看到垃圾主动捡起来，所以我們也要向他们学习。

三、教师引导幼儿朗诵诗歌

t□其实这个故事是一个很好听的诗歌让我们来听一听。

t□你听到诗歌里面有什么？

□让我们用好听的声音来告诉大家诗歌的秘密？

□以后小朋友如果在幼儿园或者马路上看到别人乱扔香蕉皮我们要告诉他们爱护环境。

文明上网班会教案设计篇六

活动准备：

- 1、召集班委讨论、决定班会程序，构建文明城市蓝图。
- 2、确定主持人(本次主题班会确定二名主持人:胡晶晶梁昊)。
- 5、设计主题班会课件。

活动时间□20xx年10月10日

活动流程：

一、主持人入场(播放歌曲咱

两位小主持人在歌曲声中上台。

中队长:同学们，国素有[礼仪之邦”的美誉，谦逊礼貌的语言，一直是我国人民常生活的用语，作为小学毕业生，们更应该从小讲文明，懂礼貌。为此，今天我们全体师生要同栽一棵文明之树(画树)，我们一起陪这棵小树健康茁壮地成长。看到了秋天，它能结出哪些文明礼貌之果。下面我宣布:六(3)班[创文明城，做文明人。

主持人1:晨风吹，阳光照

主持人2:语言美，行为美

主持人1:尊师长，爱同学

(一)家庭文明礼仪

学生自由发言。

学生自由发言。

(二)校园礼仪

主持人2:当你看到这种不文明行为的时

学生自由发言。

同学们，都知道，礼貌用语记得牢。

对待长辈要用[您”，早晨见面说声[早”

平时互相问问[好”。分别[

若求人，[请”字先，最后别忘说谢谢，

影响别人，[对不起”

回答请说[没关系”

做个文明好孩子，

(录相结束)学生自由发言。

主持人女:除了录相中的校园礼仪，你还知道哪些文明的校园礼仪呢?我们现在来分小讨论一下。(讨论结束)

入校门，衣冠整；情绪昂，步履正。见师长，问

铃声响，进课堂；互致礼，起勿响。坐姿正，勿
要发言，先举手；起立答，声洪亮。写作业，贵
课间时，要活动；文明玩，会放松。遇老师，要
花儿美，草青青；爱校园，护环境。班集体，是
同学间，互关心；善理解，乐助人。要诚实，懂
敬人者，人恒敬；集体荣，我才荣。学校里，有
有集会，守时间；明纪律，姿态端。入有序，位
升国旗，要庄重；身肃立，情感浓。降国旗，止
少先队，是先锋；红领巾，飘在胸。手高举，把

(三) 社会文明礼仪

主持人2:大家的发言很激烈，那么，在社会文明礼

(四) 现场采访

(场景一)当你要向同学借笔用时，你应

小记者评价:这位同学说话真有礼貌，我

(场景二)来到书店，你想买本上下五千年，你应

小记者评价:嗯，你真是个有

(场景三)你和爸爸妈妈游玩时，如果你走失了，你该怎

小记者评价:你真棒，警察叔叔

(场景四)如果你没有记清作业，你应该怎

小记者评价:真棒，老师一定会

(场景五)你的新球鞋，不小心被小心同学踩脏了，你会怎么说，怎么做？

小记者评价:你真大度，同学间就应该像你这样团

(场景六)当你看到一位叔叔乱扔烟头时，你会怎么说怎么做？

(五)活动总结

辅导员总结:

请同学们一起来宣誓:

- 1、自尊自爱，注重仪表；
- 2、真诚友善，礼貌待人；
- 3、遵规守纪，勤奋学习；
- 4、勤奋俭朴，孝敬父母；
- 5、遵守公德，严于律己。

文明上网班会教案设计篇七

- 1、让同学们课前收集资料，让他们在参与过程中，初步了解络的利与弊。
- 2、让同学们观看迷恋络带来危害的录象、资料等，让他们进一步了解络的负面影响。

3、通过与家长的真情对话，让同学们明白家长的心情，以真情打动孩子，让他们注意避免沉迷络。

4、让同学在讨论、交流中，找到正确对待络的方法。

学生迷恋络是班主任工作中一个很棘手的问题。初二学生的年龄、心理特点决定了简单说教、严厉制止的教育方式是收效甚微的。所以，这堂班会课的设计，以关注学生的'心理需求为出发点，力求让学生通过诉说、倾听、讨论明白沉迷络的危害，找到正确对待络的方法，让他们在自我体验和与家长、老师的互动中明辨是非，远离吧，文明上。

1、引导学生明辨是非，对络资源正确地加以取舍应用，取其精华，去其糟粕。

2、增强上的文明意识和安全意识，自觉构筑抵制不良信息冲击的“防火墙”。

3、正确认识络环境对自身生活的意义及影响，呼吁学生文明上，健康上，使他们具有较强的独立性和适应性，促其全面发展和健康成长。

1、学生收集有关络给社会带来的好处和危害的材料；

2、与学生交流，分析学生沉迷于络游戏、络聊天的现状与根本原因；

3、争取家长的支持与参与。

主持人甲：提到“防火墙”这三个字，我想同学们肯定不会陌生，你家的电脑安装“防火墙”了吗？你的qq几号？你的梦幻西游升了几级□e-mail□bbs□博客等新鲜的名词都出现在了我们的日常生活中，在上冲浪成为了许多学生课余的一大爱好。

主持人乙：是啊，络给我们的生活带来了新的变化，有了络，信息传播更快了，人们的生活更丰富多采了。可是，络在给我们带来便利的同时，也给带来了许多问题和困惑，给老师、家长们带来了许多的困扰和无奈。今天就让我们以主题班会的形式，一起来探讨络这把双刃剑。

合：“构筑心灵的防火墙——文明上，从我做起”主题班会现在开始。

2、班会课在《明天会更好》的各声中结束。

1、走进络真精彩。

请同学们说说自己在上都做了些什么，有什么收获？

同学自由发言

2、你连络祸害多。

络丰富了我们的生活，也给我们带来了危害，请同学说说络的危害。

请同学自由发言

3、观看课前有关资料，让同学了解络的负面影响。

主持人甲：正如同学们所说的，络上有着和形形色色的人，有着一些不健康的信息和画面，我们一个不小心，就可能深陷其中，无法自拔，荒废学业，甚至酿成悲剧。请看大屏幕。（观看录象）

主持人甲：同学们，这一个个触目惊心的数字，就像一阵阵警钟在我们耳边敲响了。

主持人甲：同学们，这一个个触目惊心的数字，就像一阵阵

警钟在我们耳边敲响了。

主持人乙：在我们班上，也有一些同学沉迷络游戏。他们的心情是怎样的呢？他们的父母的心情又是怎样的呢？让同学和家长敞开心扉真情对话。

话题由此展开，此环节鼓励家长和学生敞开心扉，畅所欲言，力求在真情对话中明白彼此的心情。

主持人乙：看来，络的确给我们带来很多的困扰，也给我们的家长带俩很多的负担。

主持人甲：为什么同学对络趋之若鹜，而家长却是谈色变，该怎样解决这个矛盾，请心理学老师为我们指点迷。

老师：络是把双刃剑，不论是家长还是孩子，都要正确地对待络。

1、自我提醒。把上的好处与坏处分别写在一张纸上，贴在房间的显眼处，每天默念几遍。

2、自我暗示。一有上的念头，反复自我暗示。如：“现在应该学习，等周末再上等。

3、放松训练。当瘾发作时，常出现紧张、不安等情绪，此时可做些深呼吸等放松练习。

4、注意力转移。如欣赏自己喜欢的音乐，做自己感兴趣的事情，如：散步、郊游等。

5、规范生活。重新规范自己的作息时间，让自己更充实。

1、正确引导，变堵为疏，发挥络对青少年的积极作用。

2、家长应该与孩子多沟通，多给孩子情感上的关爱，营造良

好的家庭氛围，给孩子轻松的成长空间，增强孩子的自信心。也可以与孩子一起络知识。

3、对自控力差的孩子，父母可以与他们定协议或合同，适当控制孩子的上时间，培养孩子自律、守时、守信的习惯。

1、正确引导变堵为疏，发挥络对青少年的积极作用。

2、家长应与孩子多沟通，

1、请同学和家长说说怎样构筑心灵的防火墙。

主持人乙：老师从心理学家度为我们分析了沉迷络的原因，也为我们了预防络危害的方法——构筑心灵的防火墙。现在请同学们说说，我们还可以从哪几个方面为自己构筑起一道心灵的防火墙，请同学各抒己见。家长有什么好方法，也请说说。

生：控制上时间。

培养其它兴趣爱好，转移注意力

找最亲近的亲人或朋友诉说

2、请班主任老师以自身经历谈谈正确上的好处，同时展示个人博客以及发表的作品剪贴本等。

主持人甲：同学们，我们左右不了吧的不规范管理，我们阻挡不了上垃圾信息的产生，但我们可以构筑起道德的防火墙，文明上，健康上，充分利用络为我们的学习生活服务。

主持人乙：学校刚刚下发的《中学生日常行为规范》，就像一场及时雨，为我们健康上指明了更明确的方向。（课件上呈现）

遵守络道德和安全规定，不浏览、不制作、不传播不良信息，慎交友，不进入营业性吧。

主持人甲：同学们！让我们保持人类的本性——诚实、守信、文明。呵护青少年最善良、纯正的心灵，做一个合格的中学生！

主持人乙：同学们行动起来吧！正确上，文明上，健康上，远离吧！

主持人甲：为了更好地约束自己，我们班委会经过讨论，写出了一份倡议书，现在请同学们在倡议书上。

1、请同学们把上班会的感受写成文章发表在班级博客。

2、班会课在《明天会更好》的各声中结束。