

防灾减灾班会 防灾减灾班会发言稿(通用6篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

防灾减灾班会篇一

大家早上好，今天我演讲的主题是防震减灾。

学过地理的同学都知道，我国位于世界两大地震带——环太平洋地震带与欧亚地震带之间，受太平洋板块、印度板块和菲律宾海板块的挤压，地震断裂带十分活跃。根据往年地震监测资料统计显示，我国大陆发生5级地震的频率每年大概20次，发生6级地震的频率每年大概3~4次，发生7级地震的频率3年大概2次。

目前的地震预报水平还不能准确地说出它将要发生的时间、地点和震级，但是，经过几十年的探索，我们有办法减轻地震所造成的损失，这就是“防震减灾”。

在无预报而突遭地震袭击时，首先请大家要镇静，保持头脑清醒。由于强烈振动只有几秒到几十秒钟，时间短促，所以应采用“就近避震”的方法。

如果是在家里遇到地震，首先要关闭液化气，切断电源，以防发生火灾；接着就近躲在坚固的家具下（如床铺、饭桌下等），也可以躲在内墙角或开间小的卫生间，待震后再撤离到外面空旷的地方，以防余震。

如果在室外行走遇到地震，千万不要躲在广告牌、霓虹灯架、

电线杆等处，迅速跑向空旷的地方躲避，蹲下，双手抱头。需迅速跑向空旷的地方躲避，蹲下，双手抱头，最好能用身边的包或软的物品护住头。

如果在学校教室上课或在大礼堂开会突遇地震，千万不要惊慌外逃，乱跑乱挤反而会造成踩伤、挤伤、压伤，酿成不可想象的后果。同学们可暂避在课桌下，背向窗户，并用书包保护头部，待地震平息后在老师的指挥下迅速而有秩序地跑向操场等空旷地方。如果你就在操场上时，应迅速跑到中间，万万不能躲在架子下、墙角边，更不要跑回教学楼，以免被倒下的墙或掉下的玻璃、砖块砸伤。震后应当有组织地撤离。

“知震”才不会“恐震”。地震虽然无法预料，但我们可以未雨绸缪，多学习一些科学防震和安全逃生知识，做到防震减灾，以保护我们的生命安全。我的讲话结束了，谢谢大家！

防灾减灾班会篇二

一、目标：通过学习，让学生对能够了解一些基本常识。

二、内容简介

“防灾减灾日”意义。对我国影响较大的几种自然灾害

常见灾害及预防自救、自护常识

三、活动过程

1、“防灾减灾日”意义

我国是世界上自然灾害最为严重的国家之一，灾害种类多、分布地域广、发生频率高、造成损失重。

自__年起，国务院确定每年的5月12日为“防灾减灾日”。

20__年5月12日，我国四川汶川发生8、0级特大地震，损失影响之大，举世震惊。设立我国的“防灾减灾日”，一方面是顺应社会各界对我国防灾减灾关注的诉求，另一方面也是提醒国民前事不忘，后事之师，更加重视防灾减灾，努力减少灾害损失。国家设立“防灾减灾日”，将使我国的防灾减灾工作更有针对性，更加有效地开展防灾减灾工作。

2、对我国影响最大的几种自然灾害

地质灾害：种类有：泥石流、滑坡、崩塌、地面下沉、地震。

洪涝及其它灾害：雨涝灾害、洪水灾害、凌汛灾害、地震灾害。

大风灾害：风力达到足以危害人们的生产活动、经济建设和日常生活的风，成为大风。危害性大风主要指台风、寒潮大风、雷暴大风、龙卷风。

热带气旋灾害：我国是世界上少数几个受热带气旋严重影响的国家之一。

冰雹灾害：我国是世界上雹灾较多的国家之一。

海洋灾害： 风暴潮、灾害性海浪、 海啸、赤潮。

其它灾害还有很多。

3、常见灾害及预防自救自护常识

(1)、地震的自救常识

大地震时不要急

破坏性地震从人感觉振动到建筑物被破坏平均只有12秒钟，在这短短的时间内你千万不要惊慌，应根据所处环境迅速作

出保障安全的抉择。如果住的是平房，那么你可以迅速跑到门外。如果住的是楼房，千万不要跳楼，应立即切断电闸，关掉煤气，暂避到洗手间等跨度小的地方，或是桌子，床铺等下面，震后迅速撤离，以防强余震。

人多先找藏身处

学校，商店，影剧院等人群聚集的场所如遇到地震，最忌慌乱，应立即躲在课桌，椅子或坚固物品下面，待地震过后再有序地撤离。教师等现场工作人员必须冷静地指挥人们就地避震，决不可带头乱跑。

远离危险区

如在街道上遇到地震，应用手护住头部，迅速远离楼房，到街心一带。如在郊外遇到地震，要注意远离山崖，陡坡，河岸及高压线等。正在行驶的汽车和火车要立即停车。

被埋要保存体力

如果震后不幸被废墟埋压，要尽量保持冷静，设法自救。无法脱险时，要保存体力，尽力寻找水和食物，创造生存条件，耐心等待救援。

学校人员避震

在学校中，地震时最需要的是学校领导和教师的冷静与果断。有中长期地震预报的地区，平时要结合教学活动，向学生们讲述地震和防、避震知识。震前要安排好学生转移、撤离的路线和场地；震后沉着地指挥学生有秩序地撤离。在比较坚固、安全的房屋里，可以躲避在课桌下、讲台旁、教学楼内的学生可以到开间小、有管道支撑的房间里，决不可让学生们乱跑或跳楼。

演习动作示范

地震来临时：学生在课桌下、墙角、梁柱下以书包或任何坚固物品，保护头部，就地掩护。背部朝外，以坚固物保护头部，避免碎玻璃刺伤，安静等候主震过去！在地震暂停时，进行第二阶段，头顶书包或者坚硬物，有秩序疏散。重心尽量放低，快步向前走，不推挤，不喧哗。

疏散前进时尽量靠走廊和楼梯两边依序向前快步走。有秩序的疏散到操场、小广场等空旷的地方。

(2)、甲型h1n1流感(猪流感)

4月27日，世界卫生组织确认，美国和墨西哥两国近期发生了猪流感疫情，另有多个国家报告发现疑似或确诊的猪流感病例，猪流感是一种由a型猪流感病毒引起的猪呼吸系统疾病，可同时感染人和猪。人感染猪流感的途径可能是通过接触受感染的`生猪或接触被猪流感病毒感染的环境，或通过与感染猪流感病毒的人发生接触。

人感染猪流感后的症状与普通人流感相似，包括发热、咳嗽、喉咙痛、身体疼痛、头痛、发冷和疲劳等，有些还会出现腹泻和呕吐，重者会继发肺炎和呼吸衰竭，甚至死亡。

预防猪流感须知：

室内保持通风；

(3)、其他常见情况自救常识

1、如遇到了火灾，首先保持5秒钟的镇静，尽快选择一条切实可行的逃生路线，如经常使用的门、窗、走廊、楼梯、太平门、安全出口等。在打开门、窗之前，必须先摸摸门、窗是否发热，如果发热，就不能打开，应选择其它出口。如果

不热，也只能小心地打开少许并迅速通过，然后立即关好。当你熟悉的通道被烟火封锁后应该先向远离烟火的方向疏散，尽量避免向楼上疏散。同时，一旦到达一个较为安全的地方，决不要停留在原地，应迅速采取措施，向着火层以下疏散。当然，最好是能到达地面。

2、如果衣服着火，立即躺下并用手遮住脸部，身体不断滚动以扑灭火焰——遮住脸部可预防脸部被烧伤，制止热气和烟雾进入肺部。油锅起火，要迅速关上煤气，并将锅盖平推到锅上，或将大量生菜倒在火上灭火。

3、电器起火时，要先断电，再用湿棉被、湿衣服把火压灭。电视机、电脑起火时，要从侧面靠近灭火，以防显像管爆炸伤人。雷雨天气，太阳能热水器用户切忌洗澡。

4、眼睛被化学物品灼伤后，应把整个面部泡在清水里，连续做睁眼和闭眼的动作。冲洗后，应及时到医院治疗。

5、烫伤后，应在第一时间用冰矿泉水或清水冲伤口10分钟以上。如烫伤较轻无伤口，可用獾油、烫伤药膏或牙膏涂在患处。如伤口严重，不可使用烫伤药膏或油剂，不可刺穿水疱。

(4)、特别提示

每个家庭应当准备一个应急包并放在离门口较近的位置。

家庭应急包中的必备品包括：可供3天的不易变坏的食物和水、电池供电的收音机、手电筒、多用刀具、卫生纸、雨具、口哨、地图、绳子、药品和亲友通讯录。

4、小结

5、倡议书

防灾减灾班会篇三

5—9月，是雷雨天气集中的季节，为了提升儿童青少年对雷电、暴雨等气象自然灾害的认识以及应对自然灾害的能力，班级开展了三场“知识守护生命”防灾减灾宣传教育主题班会，希望将有关防雷电、暴雨等灾害的知识带进课堂、走近小学生。

活动目标：

通过活动使学生初步了解地震、火山、滑坡和泥石流灾害的成因分布、危害及防御措施。初步了解地震、各种灾害之间的关联性。

活动准备：

收集有关地震的相关材料；排练节目；课件制作等。

活动过程：

一、宣布活动内容

同学们，这次日本大地震，给日本人民带来巨大的伤痛及损失，谁能来说一说你了解到地震的哪些知识？（学生回答）同学们了解还真不少，这次活动我们一起来了解地震是怎么产生的，遇到地震应该如何预防伤害。

二、活动过程

- 1、各小队相互交流，了解地震的成因。
- 2、播放地震成因影片。
- 3、学生出示搜集到的有关地震知识。

学生1：地震是指岩石圈在内力作用下突然发生破裂，地球内能以地震波的形式释放出来，从而引起一定范围内地面震动的现象。大部分地震的发生与地质结构有关。在地壳中有断层，而且断层又具有一定活动性的地带，地震最容易发生。世界上有两大地震带：环太平洋地震带和地中海—喜马拉雅山地震带。

学生2：地震的大小通常用里氏震级来表示。地震释放出来的能量越大，震级越高。震级每增加1级，能量约增加30倍。通常，3级以下的地震，人无感觉，成为微震；5级以上地震，会造成不同程度的破坏，成为破坏性地震。

学生3：地震是一种危害和影响最大的地质灾害。我国是世界上地震灾害最严重的国家之一，全国大部分省区都发生过6级以上地震。1976年7月28日发生在唐山的7.8级大地震，使这个百万人口的工业重镇，顷刻成为一片废墟。这是20世纪全球破坏性最大的一次地震灾害。

学生4：我国川、滇、黔接壤地带，该地带现代地壳活动强烈，地震频发，震级高。由于地壳活动强烈，山体中断裂发育，岩石破碎，风化严重，加上干湿季节分明，暴雨集中。促使滑坡、泥石流灾害突发。这次日本发生了9.0级的地震，震后到目前为止，还发生了五次6级以上的余震，以唐山大地震的破坏性更大。

4、初步了解各种地质灾害的关联性。

各种地质灾害既具有各自形成、发展、致灾的规律，各灾害之间以及它们与其他因素之间又有一定的关联性。一个地域内的地质灾害可能有若干种，它们在成因上是有关联的。例如，在一次灾害发生过程中，往往有一种原发性的主灾诱发其他灾害，例如，地震因毁坏生产和生活设施而成灾，同时造成地裂，并引发火灾，又由于人员伤亡和医疗设施的破坏，可能会引起疫病蔓延等。人类活动及其对自然环境施加的影

响，可以间接或直接诱发地质灾害。例如，人类对植被的破坏，使地表径流的水量和速度加大，是泥石流日趋频繁的重要原因。人类大规模的工程活动，造成滑坡等灾害的事件时有发生。

5、地质灾害的防御

当今世界，由于人口快速增长和经济密集发展，加之人类对自然环境的破坏日益严重，地质灾害发生的频度和成灾的强度不断提高。这已引起了世界各国政府和人民的广泛关注。

学生5：加强地质灾害的科学研究，建立灾情监测预报系统。

学生6：加强地质灾害的管理，建立健全减灾工作的政策法规体系。

学生7：实施一些预防措施。例如，提高建筑物的抗震强度；实施护坡工程，防止滑坡和崩塌。除采取工程措施外，还可进行植树造林等综合治理措施，如通过恢复地表植被，改善生态环境，治理水土流失，以减少泥石流或滑坡的发生频率和强度。

学生8：积极开展防灾、减灾的宣传教育，提高公众的环保意识和减灾意识，能够更有效地开展和做好防灾、减灾工作。

6、地震防护演习。

三、小结。

防灾减灾班会篇四

以下是由本站pqq小编为大家收集整理出来的防灾减灾主题班会，希望能够帮到大家。

时间□20xx年5月13日 下午第三节课

地点：各班教室

参加人员：全体师生

活动目的：通过结合“全国防灾减灾日”开展活动，进一步强化学校安全教育工作，帮助学生树立安全意识、掌握安全知识、提高自我保护能力，保证学校的教育教学工作健康有序的开展。

活动要求：各年级中队辅导员布置队员提前收集资料，各中队根据自己学生情况自定活动主题，可根据下发的材料学习，学习后讨论，也可适当在班级里做模拟演练。活动时将各自主题书写在教室黑板上。

活动资料：

1、躲在桌子等坚固家具的下面

大的地震晃动时间约为1分钟左右。首先，在重心较低、且结实牢固的桌子下面躲避，并紧紧抓牢桌子腿。在没有桌子等可供藏身的场合，无论如何，也要用坐垫等物保护好头部。

2、不要慌张地向户外跑

地震发生后，慌慌张张地向外跑，碎玻璃、屋顶上的砖瓦、广告牌等掉下来砸在身上，是很危险的。此外，水泥预制板墙、自动售货机等也有倒塌的危险，不要靠近这些物体。

3、将门打开，确保出口

钢筋水泥结构的房屋等，由于地震的晃动会造成门窗错位，打不开门，曾经发生有人被封闭在屋子里的事例。请将门打

开，确保出口。

4、户外的场合，要保护好头部，避开危险之处

在繁华街、楼区，最危险的是玻璃窗、广告牌等物掉落下来砸伤人。要注意用手或手提包等物保护好头部。在楼区时，根据情况，进入建筑物中躲避比较安全。

5、地震发生后应当采取哪些自救措施？

大地震中被倒塌建筑物压埋的人，只要神志清醒，身体没有重大创伤，都应该坚定获救的信心，妥善保护好自己，积极实施自救

- a. 要尽量用湿毛巾、衣物或其他布料捂住口、鼻和头部，防止灰尘呛闷发生窒息，也可以避免建筑物进一步倒塌造成的伤害
- b. 尽量活动手、脚，清除脸上的灰土和压在身上的物件
- c. 用周围可以挪动的物品支撑身体上方的重物，避免进一步塌落；扩大活动空间，保持足够的空气
- d. 几个人同时被压埋时，要互相鼓励，共同计划，团结配合，必要时采取脱险行动
- e. 寻找和开避通道，设法逃离险境，朝着有光亮更安全宽敞的地方移动
- f. 一时无法脱险，要尽量节省气力。如能找到代用品和水，要计划着节约使用，尽量延长生存时间，等待获救
- g. 保存体力，不要盲目大声呼救。在周围十分安静，或听到上面(外面)有人活动时，用砖、铁管等物敲打墙壁，向外界传递消息。当确定不远处的有人时，再呼救。

一般来说，在高层建筑中遭遇火灾时，首先应该防止窒息和中毒，从消防通道及时逃生。如果火势太大，可以选择卫生间等地方躲避，等待救援。千万不要惊慌失措，贸然跳楼。

1. 卫生间是个避难所

如果房间内起火，且门已被火封锁，室内人员不能顺利疏散时，可另寻其他通道。如通过阳台或走廊转移到相邻未起火的房间，再利用这个房间的通道疏散。发生火灾时，实在无

路可逃时，可利用卫生间进行避难。因为卫生间湿度大，温度低，可用水泼在门上、地上进行降温。

2. 如果房间外面起火，且火势较大，可将门缝用毛巾、棉被等封死，不断往上浇水进行冷却，防止外部火焰及烟气侵入。如果是晚上听到报警，首先用手背去接触房门，如果是热的，门不能打开，否则烟和火就会冲进卧室。如果房门不热，火势可能还不大，通过正常的途径逃离房间是可能的。如在楼梯间或过道上遇到浓烟时要马上停下来，千万不要试图从烟火里冲出。

3. 湿毛巾捂嘴匍匐前进

在疏散过程中，应采用湿毛巾或手帕捂住嘴和鼻，防止吸入毒气。由于着火时烟气太多聚集在上部空间，因此在逃生时，不要直立行走，应弯腰或匍匐前进，但石油液化气或城市煤气火灾时，不应采用匍匐前进方式。

因为火灾现场温度很高，可以用浸湿的棉被、毛毯等遮盖在身上，确定逃生路线后，以最快的速度直接冲出火场，到达安全地点。

4. 千万注意，不能乘普通电梯逃生。

高楼起火后容易断电，这时候乘普通电梯就有“卡壳”的可能，使疏散失效，反而处于更危险的境地，而且人员在电梯里随时会被浓烟毒气熏呛而窒息。

5. 迫不得已不要跳楼

如果多层楼着火，楼梯的烟气火势特别猛烈时，可利用绳索、消防水带，或者用床单撕成条连接起来，一端紧拴在牢固的门窗上，再顺着绳索滑下。

如无条件采取上述自救办法，而时间又十分紧迫，烟火即将威胁生命时，较低楼层(如二楼)可以选择跳楼逃生。但是一定要先向地面上抛下棉被、沙发垫子等物品，以增加缓冲，然后手扶窗台往下滑，以缩小跳楼高度，并保证双脚首先落地。

通过学习，让学生对能够了解一些基本常识。

“防灾减灾日”意义。对我国影响较大的几种自然灾害

常见灾害及预防自救、自护常识

1、“防灾减灾日”意义

我国是世界上自然灾害最为严重的国家之一，灾害种类多、分布地域广、发生频率高、造成损失重。

自今年起，国务院确定每年的5月12日为“防灾减灾日”。

2019年5月12日，我国四川汶川发生8.0级特大地震，损失影响之大，举世震惊。设立我国的“防灾减灾日”，一方面是顺应社会各界对我国防灾减灾关注的诉求，另一方面也是提醒国民前事不忘，后事之师，更加重视防灾减灾，努力减少灾害损失。国家设立“防灾减灾日”，将使我国的防灾减灾工作更有针对性，更加有效地开展防灾减灾工作。

2、对我国影响最大的几种自然灾害

地质灾害：种类有：泥石流、滑坡、崩塌、地面下沉、地震。

洪涝及其它灾害：雨涝灾害、洪水灾害、凌汛灾害、地震灾害。

大风灾害：风力达到足以危害人们的生产活动、经济建设和日常生活的风，成为大风。危害性大风主要指台风、寒潮大

风、雷暴大风、龙卷风。

热带气旋灾害：我国是世界上少数几个受热带气旋严重影响的国家之一。

冰雹灾害：我国是世界上雹灾较多的国家之一。

海洋灾害： 风暴潮、灾害性海浪、 海啸、赤潮。

其它灾害还有很多。

3、常见灾害及预防自救自护常识

(1)、地震的自救常识

——大地震时不要急

破坏性地震从人感觉振动到建筑物被破坏平均只有12秒钟，在这短短的时间内你千万不要惊慌，应根据所处环境迅速作出保障安全的抉择。如果住的是平房，那么你可以迅速跑到门外。如果住的是楼房，千万不要跳楼，应立即切断电闸，关掉煤气，暂避到洗手间等跨度小的地方，或是桌子，床铺等下面，震后迅速撤离，以防强余震。

——人多先找藏身处

学校，商店，影剧院等人群聚集的场所如遇到地震，最忌慌乱，应立即躲在课桌，椅子或坚固物品下面，待地震过后再有序地撤离。教师等现场工作人员必须冷静地指挥人们就地避震，决不可带头乱跑。

——远离危险区

如在街道上遇到地震，应用手护住头部，迅速远离楼房，到街心一带。如在郊外遇到地震，要注意远离山崖，陡坡，河

岸及高压线等。正在行驶的汽车和火车要立即停车。

——被埋要保存体力

如果震后不幸被废墟埋压，要尽量保持冷静，设法自救。无法脱险时，要保存体力，尽力寻找水和食物，创造生存条件，耐心等待救援。

学校人员避震

在学校中，地震时最需要的是学校领导和教师的冷静与果断。有中长期地震预报的地区，平时要结合教学活动，向学生们讲述地震和防、避震知识。震前要安排好学生转移、撤离的路线和场地；震后沉着地指挥学生有秩序地撤离。在比较坚固、安全的房屋里，可以躲避在课桌下、讲台旁、教学楼内的学生可以到开间小、有管道支撑的房间里，决不可让学生们乱跑或跳楼。

演习动作示范

地震来临时：学生在课桌下、墙角、梁柱下以书包或任何坚固物品，保护头部，就地掩护。背部朝外，以坚固物保护头部，避免碎玻璃刺伤，安静等候主震过去！在地震暂停时，进行第二阶段，头顶书包或者坚硬物，有秩序疏散。重心尽量放低，快步向前走，不推挤，不喧哗。

疏散前进时尽量靠走廊和楼梯两边依序向前快步走。有秩序的疏散到操场、小广场等空旷的地方。

(2)、甲型h1n1流感(猪流感)

4月27日，世界卫生组织确认，美国和墨西哥两国近期发生了猪流感疫情，另有多多个国家报告发现疑似或确诊的猪流感病例，猪流感是一种由a型猪流感病毒引起的猪呼吸系统疾病，

可同时感染人和猪。人感染猪流感的途径可能是通过接触受感染的生猪或接触被猪流感病毒感染的环境，或通过与感染猪流感病毒的人发生接触。

人感染猪流感后的症状与普通人流感相似，包括发热、咳嗽、喉咙痛、身体疼痛、头痛、发冷和疲劳等，有些还会出现腹泻和呕吐，重者会继发肺炎和呼吸衰竭，甚至死亡。

预防猪流感须知：

室内保持通风；

(3)、其他常见情况自救常识

1、如遇到了火灾，首先保持5秒钟的镇静，尽快选择一条切实可行的逃生路线，如经常使用的门、窗、走廊、楼梯、太平门、安全出口等。在打开门、窗之前，必须先摸摸门、窗是否发热，如果发热，就不能打开，应选择其它出口。如果不热，也只能小心地打开少许并迅速通过，然后立即关好。当你熟悉的通道被烟火封锁后应该先向远离烟火的方向疏散，尽量避免向楼上疏散。同时，一旦到达一个较为安全的地方，决不要停留在原地，应迅速采取措施，向着火层以下疏散。当然，最好是能到达地面。

2、如果衣服着火，立即躺下并用手遮住脸部，身体不断滚动以扑灭火焰——遮住脸部可预防脸部被烧伤，制止热气和烟雾进入肺部。油锅起火，要迅速关上煤气，并将锅盖平推到锅上，或将大量生菜倒在火上灭火。

3、电器起火时，要先断电，再用湿棉被、湿衣服把火压灭。电视机、电脑起火时，要从侧面靠近灭火，以防显像管爆炸伤人。雷雨天气，太阳能热水器用户切忌洗澡。

4、眼睛被化学物品灼伤后，应把整个面部泡在清水里，连续

做睁眼和闭眼的动作。冲洗后，应及时到医院治疗。

5、烫伤后，应在第一时间用冰矿泉水或清水冲伤口10分钟以上。如烫伤较轻无伤口，可用獾油、烫伤药膏或牙膏涂在患处。如伤口严重，不可使用烫伤药膏或油剂，不可刺穿水疱。

(4)、特别提示

每个家庭应当准备一个应急包并放在离门口较近的位置。

家庭应急包中的必备品包括：可供3天的不易变坏的食物和水、电池供电的收音机、手电筒、多用刀具、卫生纸、雨具、口哨、地图、绳子、药品和亲友通讯录。

4、小结

5□倡议书

防灾减灾班会篇五

20xx年5月15日

五二班教室

全班同学及班主任

班主任和班长

防震减灾安全教育

通过此次活动，使学生学习了解关于地震的相关常识，以及在地震来临时，应当如何进行自救，互救，以及如何进行避震等。让学生懂得怎么样进行避震减灾，努力把伤害降到最小。

- 1、介绍地震的相关常识和我国地震工作的基本状况；
- 2、使学生学会判断大震前的前兆；
- 3、让学生懂得地震前应该做什么准备及其避震要点；
- 4、组织学生在模拟地震中进行逃生和自救互救活动。

展示四川地震造成的伤害的图片和资料，采用主持人介绍避震减灾的尝试，组织学生讨论、交流如何进行避震减灾，组织学生在模拟地震中进行逃生和自救互救活动演习。

- 1、主持人开场白，宣布主题班会开始。
- 2、主持人介绍地震的相关常识和我国地震工作的基本状况。
- 3、组织学生学习避震减灾的相关常识，了解四川地震的基本状况。
- 4、班主任组织学生在模拟地震中进行逃生和自救互救活动。
- 5、主持人宣布班会结束。

1、活动成果：

经过这次活动，使学生学习了避震减灾的相关常识，了解我国地震工作发展的基本状况，学会在地震中如何进行逃生和自救互救的生活技能，通过这次活动学生也了解到四川地震的详细情况，使学生的心灵受到震撼和冲击，激发了学生的爱国热情以及爱心。在整个活动过程中，学生不仅学习了避震减灾的相关常识，而且他们的合作互助能力、遇事应变能力、资料的收集能力等都得到一定的提高，培养了学生的爱国热情和爱心。

2、不足之处：

(1)、班队活动的形式比较单一，缺乏创新。

(2)、在组织学生在模拟地震中进行逃生和自救互救活动过程中，秩序出现一点混乱，但在主持人的`维持下得到很好控制。

(3)、在组织讨论和交流时学生的发言不够踊跃，可知学生的准备活动不充分。

防灾减灾班会篇六

通过防灾减灾主题班会，让同学们了解我国影响较大的几种自然灾害常见灾害及预防自救、自护常识。下面是语文迷为大家提供的防灾减灾班会教案，希望对你有帮助。

：通过结合“全国防灾减灾日”开展活动，进一步强化学校安全教育工作，帮助学生树立安全意识、掌握安全知识、提高自我保护能力，保证学校的教育教学工作健康有序的开展。

：各年级中队辅导员布置队员提前收集资料，各中队根据自己学生情况自定活动主题，可根据下发的材料学习，学习后讨论，也可适当在班级里做模拟演练。活动时将各自主题书写在教室黑板上。

1、躲在桌子等坚固家具的下面

大的地震晃动时间约为1分钟左右。首先，在重心较低、且结实牢固的桌子下面躲避，并紧紧抓牢桌子腿。在没有桌子等可供藏身的场合，无论如何，也要用坐垫等物保护好头部。

2、不要慌张地向户外跑

地震发生后，慌慌张张地向外跑，碎玻璃、屋顶上的砖瓦、广告牌等掉下来砸在身上，是很危险的。此外，水泥预制板

墙、自动售货机等也有倒塌的危险，不要靠近这些物体。

3、将门打开，确保出口

钢筋水泥结构的房屋等，由于地震的晃动会造成门窗错位，打不开门，曾经发生有人被封闭在屋子里的事例。请将门打开，确保出口。

4、户外的场合，要保护好头部，避开危险之处

在繁华街、楼区，最危险的是玻璃窗、广告牌等物掉落下来砸伤人。要注意用手或手提包等物保护好头部。在楼区时，根据情况，进入建筑物中躲避比较安全。

5、地震发生后应当采取哪些自救措施？

大地震中被倒塌建筑物压埋的人，只要神志清醒，身体没有重大创伤，都应该坚定获救的信心，妥善保护好自己，积极实施自救

- a. 要尽量用湿毛巾、衣物或其他布料捂住口、鼻和头部，防止灰尘呛闷发生窒息，也可以避免建筑物进一步倒塌造成的伤害
- b. 尽量活动手、脚，清除脸上的灰土和压在身上的物件
- c. 用周围可以挪动的物品支撑身体上方的重物，避免进一步塌落；扩大活动空间，保持足够的空气
- d. 几个人同时被压埋时，要互相鼓励，共同计划，团结配合，必要时采取脱险行动
- e. 寻找和开避通道，设法逃离险境，朝着有光亮更安全宽敞的地方移动
- f. 一时无法脱险，要尽量节省气力。如能找到代用品和水，要计划着节约使用，尽量延长生存时间，等待获救
- g. 保存体力，不要盲目大声呼救。在周围十分安静，或听到上面(外面)有人活动时，用砖、铁管等物敲打墙壁，向外界传递消息。当确定不远处的有人时，再呼救。

一般来说，在高层建筑中遭遇火灾时，首先应该防止窒息和中毒，从消防通道及时逃生。如果火势太大，可以选择卫生间等地方躲避，等待救援。千万不要惊慌失措，贸然跳楼。

1. 卫生间是个避难所

如果房间内起火，且门已被火封锁，室内人员不能顺利疏散时，可另寻其他通道。如通过阳台或走廊转移到相邻未起火的房间，再利用这个房间的通道疏散。发生火灾时，实在无路可逃时，可利用卫生间进行避难。因为卫生间湿度大，温度低，可用水泼在门上、地上进行降温。

2. 如果房间外面起火，且火势较大，可将门缝用毛巾、棉被等封死，不断往上浇水进行冷却，防止外部火焰及烟气侵入。如果是晚上听到报警，首先用手背去接触房门，如果是热的，门不能打开，否则烟和火就会冲进卧室。如果房门不热，火势可能还不大，通过正常的途径逃离房间是可能的。如在楼梯间或过道上遇到浓烟时要马上停下来，千万不要试图从烟火里冲出。

3. 湿毛巾捂嘴匍匐前进

在疏散过程中，应采用湿毛巾或手帕捂住嘴和鼻，防止吸入毒气。由于着火时烟气太多聚集在上部空间，因此在逃生时，不要直立行走，应弯腰或匍匐前进，但石油液化气或城市煤气火灾时，不应采用匍匐前进方式。

因为火灾现场温度很高，可以用浸湿的棉被、毛毯等遮盖在身上，确定逃生路线后，以最快的速度直接冲出火场，到达安全地点。

4. 千万注意，不能乘普通电梯逃生。

高楼起火后容易断电，这时候乘普通电梯就有“卡壳”的可能，使疏散失效，反而处于更危险的境地，而且人员在电梯里随时会被浓烟毒气熏呛而窒息。

5. 迫不得已不要跳楼

如果多层楼着火，楼梯的烟气火势特别猛烈时，可利用绳索、消防水带，或者用床单撕成条连接起来，一端紧拴在牢固的门窗上，再顺着绳索滑下。

如无条件采取上述自救办法，而时间又十分紧迫，烟火即将威胁生命时，较低楼层(如二楼)可以选择跳楼逃生。但是一定要先向地面上抛下棉被、沙发垫子等物品，以增加缓冲，然后手扶窗台往下滑，以缩小跳楼高度，并保证双脚首先落地。

班委五个成员每人准备一个方面的知识，学生发言后作总结。

1. 通过雅安地震，学生知道地震给人民带来的严重灾害。
2. 让学生了解并掌握一些地震的基本知识，教育学生发生地震时不慌张，到安全的地方躲避。
3. 增强学生自我保护的意识，提高自我保护能力，有利于学生的健康成长。

一、导入活动主题

2013年的4月20日就这样写入了历史，，突如其来的. 7. 0级地震，震动了雅安，震动了亿万国人的心。一个个美丽的县城，那样令人神往的天府之国，顷刻间天崩地裂，断壁残垣。沉痛的瞬间，心痛的数字，染血的孩子，受伤的脸庞…久久萦绕在我们心中。

二、地震前准备:让防震深入到我们的日常生活中，有备无患