

爱护环境卫生的班会 爱护卫生倡议书 书(大全5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

爱护环境卫生的班会篇一

教室是我们学习的最重要的场所。教室环境卫生的好坏直接影响到老师和同学们的心情，进而影响到我们的学习和生活，同时教室卫生也是学区文明程度的重要标志，是学区对外形象好坏的直接影响因素。

我们每一个人都希望在一个清洁舒适的环境中学习、生活、健康的成长，而清洁的环境需要我们共同去营造，舒适的环境更需要我们的珍惜！文明的习惯、高尚的情操离不开我们平时一点一滴的积累，以爱护学区环境为己任，自觉维持班级清洁为习惯，共同创建一个美丽和谐的学区、清洁卫生的班级！

爱我班级，从我做起！护我学区，你我大家！同学们，让我们人人动手，从身边的小事做起。让我们为营造温馨、舒适、和谐的学习生活和工作环境共同努力吧！学区特向全体同学发出“维护教室卫生，创建文明学习环境”的倡议。

倡议如下：

1. 切勿将带壳的零食带入教室；
2. 上完课请将带走属于你的一切东西，包括垃圾；

3. 请管好自己的手，勿乱涂乱画；
4. 请多走两步，将垃圾放入垃圾桶内，请勿“投篮”；
5. 请不要损坏门窗、玻璃、桌椅、灯管等公物；
6. 请节约用电，离开教室时请关闭门窗、电灯等设施；

为了更好的促进“维护教室卫生，创建文明学习环境”的倡议活动开展，学区学生会、值日老师将加强检查，旨在引导每一位同学树立爱护教室卫生意识，一个人的力量是微小的，但是团结起来力量是无限的。希望大家都行动起来，为建设一个文明干净的五区环境贡献一份力量吧！

倡议人：

日期

爱护环境卫生的班会篇二

1、引导学生认识到养成良好的饮食卫生习惯的重要性；认识到不挑食、营养全面对小学生的成长是非常重要的。

2、培养学生对饮食的科学态度。

3、学会科学合理地搭配饮食。养成并坚持不挑食、不吃“垃圾

食品”的饮食卫生习惯

让学生了解良好饮食卫生习惯的意义。

让学生养成并坚持不挑食、不吃“垃圾食品”的饮食卫生习惯。

（一）导入

一、谈话导入。

师：看了题目你知道今天的活动与什么有关吗？（饮食）

起在这节饮食卫生安全课中共同研究它吧。（出示课题）

二、学生表演小品

（一位女同学背着书包气喘吁吁地坐在自己的座位上，随手就拿出一包小食品，用手指捏住就往嘴里送，吃得津津有味，吃完又掏出一瓶饮料咕咚咕咚地喝起来……）

师：如果同学们也经常吃一些不卫生的小食品或暴饮暴食，不仅会因为不卫生而引发疾病还会引起营养不良或消化不良。所以，我们的一日三餐要科学合理地搭配，养成合理地饮食习惯。

三、怎样选择食品

分组讨论：

学生发言预设：

方便面、薯条、火腿肠、没有严格包装的食品、奶油、烧烤……. 这些食品不能多吃。

教师总结：

有害食品：

1. 油炸食品 此类食品热量高，是导致高脂血症和冠心病的最危险食品。

2. 罐头类食品 不论是水果类罐头，还是肉类罐头，其中的营养素都遭到大量的破坏，另外，罐头制品中的蛋白质常常出现变性，使其消化吸收率大为降低，营养价值大幅度“缩水”。

3. 腌制食品 在腌制过程中，需要大量放盐，这会导致此类食物钠盐含量超标，还有，食品在腌制过程中可产生大量的致癌物质亚硝胺，导致鼻咽癌等恶性肿瘤的发病风险增高。

4. 加工的肉类食品（火腿肠等） 这类食物含有一定量的亚硝酸盐，故可能有导致癌症的潜在风险。

5. 奶油制品 常吃奶油类制品可导致体重增加，甚至出现血糖和血脂升高。饭前食用奶油蛋糕等，还会降低食欲。

6. 方便面 属于高盐、高脂、低维生素、低矿物质一类食物。

7. 烧烤类食品 含有强致癌物质三苯四丙吡。

8. 冷冻甜点 包括冰淇淋、雪糕等。这类食品有三大问题：因含有较高的奶油，易导致肥胖；因高糖，可降低食欲；还可能因为温度低而刺激胃肠道。

10. 果脯、话梅和蜜饯类食物 含有亚硝酸盐，在人体内可结合胺形成潜在的致癌物质亚硝酸胺。

师：那我们应该吃什么食物才有益健康呢？

一要及时补充糖类。二要多吃些蛋白质。还要多吃大豆和豆制品、牛奶、鸡蛋和牛肉另外，还要注意多含有维生素b族的食物，要经常吃水果和新鲜蔬菜，这样会对用脑大有好处。但买食品时要注意生产日期和有效期，过了期的食物就不要吃了。

四、良好的饮食习惯

1、小明说：“早上时间太紧张，可以不吃早餐。”

学生分组讨论。

师：经过一夜的消化，早上起来肚子已空空的，如果不吃早餐，挨饿上课。而上午课时多，活动多，体力消耗大，热量一下子供应不上，就会头晕眼花。长期如此会引起贫血等疾病，所以早餐不但要吃，还要吃的好，要吃有丰富蛋白质的食物，比如牛奶加面包或者鸡蛋更好。

2、小红拿着饭碗睁大眼睛，正在收看“叮当”这个节目，这时大雄被肥仔捉住打，圆头圆脑的叮当正跑过去救大雄。那小朋友顾不上吃饭喊：叮当跑快点。

学生分组讨论。

师：吃饭时情绪要稳定专一，一边吃饭一边看电视，会引起情绪变化。看到高兴时哈哈大笑，看到悲伤时擦眼流泪。这样会影响食欲和营养的吸收，这样是不卫生的，你们是这样吃饭吗？所以一定要养成良好的饮食习惯。

3、一位女同学正在校园里边走边吃零食。

学生讨论。

师：在校园里吃零食不仅是不文明的行为，还会由于不卫生引发疾病。

4、一位男同学晚饭上，妈妈做了好多好吃的，他就吃得饱饱得。

学生讨论：“一日三餐怎样定量”

师：上午体内的热量消耗大，需要得到补充，而且还要为下午的学习活动做准备，所以午餐要吃饱。而晚餐吃得太多，会引响睡眠。所以不要吃得太饱。但如果晚上有很多事情要做，要帮妈妈洗碗扫地，还要学习，那晚餐要吃得较好。

5、小丽在饭桌上光夹自己爱吃的菜。

学生讨论。

师：我们要做到不挑食，这样营养才会均衡。

儿歌：

饮食卫生要做到：

一日三餐，定时定量，

不偏食，不挑食。

早餐吃得好，

午餐吃得饱，

晚餐吃得少。

暴饮暴食最不好。

从小养成好习惯，

身体健康又强壮。

师：是啊，我们青少年正处在长身体的时候，只有养成良好的饮食卫生习惯，并做到不偏食，不挑食，才会有健康的身体。有了健康的身体，才能为祖国的建设贡献出一份力量。所以从今天起，我们一定要养成良好的饮食卫生习惯。

爱护环境卫生的班会篇三

一、活动主题：今年夏季公共卫生周和第26个爱国卫生月活动的主题是：远离蚊蝇鼠蟑，你我同享健康。

夏夏之交是呼吸道传染病、肠道传染病等多种疾病的易发时期，也是传播多种疾病的病媒生物繁殖、生长的高峰期，卫生防病工作任务十分艰巨。通过开展爱国卫生活动，宣传各类预防疾病知识，提高公共卫生意识，养成良好卫生习惯，同时清除各类病媒生物孳生地，完善防范病媒生物设施，从源头上防控夏夏季传染病。

二、活动时间：20__年3月最后一周至4月底。

第一阶段：宣传发动阶段(20__年3月中旬)。各班级、处室要根据活动的要求，研究制定本班级、处室的具体实施方案和防控传染病措施，明确重点，落实责任，并采取多种形式，广泛宣传开展夏季爱国卫生运动的目的、意义和任务，使之人人知晓，营造出良好的爱国卫生运动防控传染病活动氛围。

第二阶段：具体实施阶段(20__年3月中旬至4月中旬)。各班级、处室要根据实际，按照突出重点、全面整治的原则，认真组织实施，确保任务落到实处。

第三阶段：总结评比阶段(20__年4月下旬)。各班级、处室对夏季爱国卫生运动开展情况进行总结，学校将对先进班级、处室进行表彰，对整治不力的大会批评，并追究责任。

三、活动内容

- 1、各班开展一次以“健康知识我知道”的主题班会，了解春夏季卫生与健康相关知识;组织开展卫生与健康的手抄报评比。
- 2、全面清理环境。各班级、处室要立即开展卫生大扫除，组

织广大师生开展室内外卫生整治活动，对卫生死角进行全面清理，生活垃圾实行袋装，定点存放、统一收集，搞好公共场所的环境卫生。各班级、处室每周至少要进行一次彻底的卫生清扫，大队部进行卫生检查和评比活动，使内外环境整洁有序，无卫生死角。

3、清除污水。对部分生活污水要定点集中排放，严禁将污水、生活垃圾直排或倾倒入河。对低洼处污水坑立即进行填埋。

4、开展“四灭”一灭蝇、灭蚊、灭鼠、灭蟑螂活动。各班级、处室要集中开展环境消杀和病媒生物防制活动，组织专门人员采取清理环境、清除积水杂草、堵洞抹缝和投放药物等综合防治措施，使蝇、蚊、鼠等病媒生物得到有效控制。

5、搞好个人卫生、家庭卫生和班级、处室卫生。大力开展健康教育与健康促进活动，向全体师生倡导良好的卫生习惯，“洗净手、喝开水、吃熟食、勤通风、晒衣被”，不随地吐痰、不乱扔乱倒生活垃圾，保持户厕清洁，防治病从口入。学校教室、桌椅要定期清扫擦拭和消毒。

6、加大饮食、饮水卫生监管力度。配合卫生监督和疾控。

7、各班级、处室要广泛利用各种宣传阵地进行预防传染病宣传，有针对性地宣传手足口病等传染病的传播途径和防治措施，做好手足口病等夏季传染病疫情监测预警工作，提高救治防控应急处理能力。严格执行法定传染病网络直报制度，做好晨检工作，早发现、早报告、早处置，完善防控救治应急预案。

8、示范引路，树立一批爱国卫生的典型。通过爱国卫生创建活动，建立行之有效的管理机制，推进环境卫生综合治理，加快卫生基础设施建设，加强爱国卫生运动创建活动的规范化管理，逐步建设一批环境综合治理好、辐射效应强、管理规范典型的典型班级、处室。

四、保障措施

1、切实加强领导，进一步强化责任。广泛深入开展群众性爱国卫生运动，是减少疾病流行、保障人民群众身体健康的有效措施，坚持以人为本，把维护师生健康放在第一位，要结合实际制定本单位实施方案，坚持预防为主，着力抓好健康教育、环境卫生整治和疾病防控工作。各班级、处室班主任要认真履行职责，积极抓好本班级、处室的爱国卫生运动，要把夏季爱国卫生运动与夏季传染病防治、日周月卫生清洁活动、卫生创建活动紧密结合，加强领导，强化责任，全面落实“学校组织、政教处管理、部门协同、班级、处室负责、全民参与、处学治理、社会监督”的原则和方法，把爱国卫生运动作为当前疾病防控工作的重要措施，抓紧抓实。

2、成立爱国卫生运动领导小组

组 长：杨学新

副组长：周军发 吴爱萍 汪 锋 邓作飞 汪树义

成 员：汪桂禹 熊赛君 祝 清 饶云龙 徐思平 徐思慧 各完小校长

3、广泛宣传，全面发动，群防群控。学校要围绕夏季爱国卫生运动和传染病的防控，广泛宣传预防疾病的卫生知识，倡导处学、文明、健康的生活方式，引导广大师生正确认识疾病，养成良好的生活卫生习惯，做到群防群控。要充分利用校园宣传栏等宣传媒体，有针对性地向广大师生和家长宣传夏季传染性疾病特别是手足口病的防控知识，教育家长纠正儿童不良卫生习惯，养成良好的卫生行为。要将“洗净手、喝开水、吃熟食、勤通风、晒衣被”宣传到每一个师生和家长，使广大师生和家长了解手足口病等传染病的引发原因、传染途径、预防方法和治疗措施。

4、明确任务，强化责任意识。开展爱国卫生运动，预防和减少传染病的发生，提高师生的健康水平，维护社会稳定和谐，是学校不可推卸的责任，学校要充分发挥基层组织领导作用，根据活动的具体内容，进一步落实任务，明确责任主体。学校校长为本次活动的第一责任人，分管领导、班主任、为具体责任人，进一步强化责任意识，建立责任制和责任追究制。

5、加强督导检查，确保活动取得实效。学校在开展爱国卫生月活动的基础上，进一步加大工作力度，积极开展自评活动，并加强信息的送报工作，确保夏季传染性疾病预防目标全面实现。

爱护环境卫生的班会篇四

“讲卫生”是社会主义精神文明建设的一项重要任务。对于二年级的学生来说，他们都知道要讲卫生，但是要求学生知道讲卫生是文明行为，并且具体地该怎样去做，就有一定的难度。普遍的学生缺乏卫生习惯、卫生知识和卫生素质。长此下去，势必会影响少年儿童整体素质的提高，影响学生德、智、体、美、劳的全面发展。因此，有必要利用队会时间向全班学生宣传卫生方面的常识，用小故事、科学数据等形式，使学生认识到讲究卫生的重要性，在全班学生中形成“以讲究卫生为荣，以破坏卫生为耻”的良好舆论氛围。

设计理念：

活动目的：让每个学生不仅知道个人卫生的基本要求，同时还懂得爱清洁、讲卫生是文明行为，使学生愿意做个讲卫生的好孩子，培养学生从小养成爱清洁、讲卫生的好习惯。

活动准备：

1、有关图片

2、资料收集

3、版面设计

4、节目编排

5、课件制作

活动形式：小品、故事、讨论等

活动过程：

中队长：队员们，活动就要开始了，请各小队汇报人数。

(各小队长向中队长汇报人数，中队长向辅导员老师报告人数)

中队长：接受你的报告。

中队长：报告辅导员老师，本中队应到人数，实到人数，报告完毕。

辅导员：接受你的报告，预祝今天的活动取得圆满成功。

中队长：稍息，立正。出旗——敬礼

中队长：唱队歌。

中队长：坐下。下面有请主持人主持今天的活动。大家欢迎!

甲：三月的空气格外清新。

乙：三月的春光充满活力。

甲：在这万物复苏的三月，我们关注与我们息息相关的课题。

乙：在这花的海洋的三月，我们共同架设卫生健康环保之桥。

合：尊敬的各位领导，老师，同学们，大家好！我们班《我讲卫生，我健康》主题队会现在开始。

甲：我们现在正是长身体，学知识的重要阶段，要想成为一名健康、聪明、讲卫生、有教养的学生，平时就要养成良好的卫生习惯。

乙：有的同学对这一点认识不足，觉得卫生习惯好坏无关紧要。

乙：良好的卫生习惯并不是小事，它能反应一个人的精神面貌。

甲：讲究卫生，人美景美，环境美。

乙：携手健康，生命之树，春常在。

甲：是的，卫生与健康同性。然而，在生活中，不难发现这样的邋遢大王。

乙：请听歌曲《邋遢大王》（播放歌曲）

甲：同学们喜欢邋遢大王吗？为什么？（学生自由发表看法）

（听完歌曲后）

乙：预防传染病其实并不难，我们每个人只要做到以下要求，就会远离疾病或传染病：（课件出示）

a□早晚刷牙和洗脸。

b 饭前便后要洗手。

c 睡前洗脚。

d 勤洗头，勤洗手，勤剪指甲。

e 生吃瓜果要洗净。

f 不喝生水，不吃零食。

g 保护眼睛不躺着看书。

甲：你说得对，我们就是要做一个讲究卫生的好孩子。

甲：请同学们帮他们分析一下肚子疼的原因。（学生讨论分析）

（放图片）

乙：我们的手看似干净，其实上面布满了细菌。手经常会摸很多东西，有很多细菌。有人计算过，一只手上有4-40万个病菌。再加上指甲缝里的隐藏的细菌，那就更多了，他们随时危害着我们的健康。

甲：手的卫生很重要，一定要勤洗手勤剪指甲。如果手脏了不洗干净，既影响健康，和别人交往时也不文明。希望同学们要做一个讲卫生的好孩子，养成良好习惯。

乙：邈邈大王可真是吃到不讲卫生的苦头了，但邈邈大王他终于知道了不讲卫生的坏处，那他是怎样成为卫生标兵的，小品里面没演，我们同学谁能补充一下？（学生自由发言）

同学交流怎样养成良好的卫生习惯

学生1：他饭前便后要洗手了。

学生2：他会经常洗澡了

学生3；他不会喝生水了，不会再吃不干净的食物了。

学生4：饭后不马上剧烈运动了。

.....

甲：我也喜欢吃零食，难道吃零食对我们有害？

乙：请听同学带来的《零食的自述》（生讲故事）

附《零食的自述》

小明同学：

你好，我先向你道声对不起，因为我是让人又爱又恨的油炸食品。我虽然很好吃，但我不利于你的健康成长，因为我是十大垃圾食品之一，为了你的健康，请不要再吃我哦！

我可在食品界有着响当当的名声哦，是世界上数一数二的受欢迎的食品之一。我还有许多手下如薯条、薯片等，都是些油炸食品。有些同学几乎都把我当成了早、中、晚餐，不吃饭，一个星期吃好多包，把声音都给弄沙哑了。其实我对你们的身体有很大的危害，虽然我很好吃，但比起水果这些营养食品，我可差多了。其实很多家长认为，都是我们的错。其实是孩子的自制力不够强而已。

小明啊！为了你的健康，请你离开我吧！你的体重已经严重超标了，如果再不在意，你就会营养不良，引发身体上的很多毛病，为了你的未来，请不要再吃我了。

希望你能早日摆脱我的诱惑，祝你身体健康，学业进步！

你的朋友：零食

20xx.3.6.

甲：听了故事，你想说什么？（生自由说）

一边拍手一边念：

食品安全真重要，病从口入要记牢。

良好习惯要养成，挑选食品有学问。

三无食品莫食用，有害物质在其中。

小摊小贩莫相信，过期食品不食用。

变质食品认得清，油炸食品少食用。

饮料冷饮要节制，多喝开水益无穷。

乙：希望大家在今后的生活中牢记，做到健康饮食。

甲：我们现在正是长身体，学知识的重要阶段，要想成为一名健康，聪明，讲卫生的学生，平时就要养成良好的卫生习惯。

乙：你还知道我们读书学子有哪些讲卫生的好习惯？比如读写卫生？

甲：读写卫生：眼离书本一尺远，身离桌子一拳远，手离笔尖一寸远。

乙：用眼卫生呢？

甲：：不要在强光下看书，不要在行走的车上看书，不要躺

着看书，不用脏手揉眼睛。

甲：让我们把卫生知识牢记在心中。

乙：让我们把讲究卫生落实到行动。

合：今后，我们大家互相帮助，互相监督，做一个爱清洁、讲卫生的好孩子，让我们为创建一个卫生整洁的校园多做贡献。

甲：下面请我们班主任朱老师讲话。

师总结：看了你们每一个人的表现，老师很高兴。我们今天的队会开得很成功。这是我们全体同学共同参与、共同努力配合的结果。通过今天的班会课，使同学们知道了讲卫生的重要性。养成良好的卫生的习惯，要我们从小事做起，时时刻刻来完美自己的行为。记得有这么一句话：说到不如做到，要做就做最好！让我们一起努力吧！用我们的行动传播绿色，才能沐浴绿色。让我们行动起来争做卫生环保健康的好孩子！

甲：一节课的时间是短暂的，但讲究卫生的活动是长久的，健康的旋律是永恒的。

乙：让我们把今天的主题延伸到课外，延伸到校园，延伸到校外。

甲：习惯的养成是一个持之以恒的过程。养成良好的卫生习惯，建立清静、美丽的校园。让我们从自身做起，当新时代的文明、幸福的小学生。

合：因此，为了我们的健康，为了校园的美丽，我们向全班同学发出倡议：

倡议书

同学们，健康是人生的第一大财富，拥有健康与快乐是我们一生的幸福!我们要从小学习卫生知识。从我做起，从身边做起，从现在做起，从点滴小事做起，讲究卫生，爱护环境，养成良好的卫生环保习惯，自我约束，相互监督。成为一名既文明又讲卫生的小天使，让我们的生活环境变得更加美好。

合：二(5)班《讲卫生，从我做起》主题队会到此结束。谢谢大家!

五、退旗：敬礼

六、中队长宣布队会宣布

爱护环境卫生的班会篇五

1、通过表演、讲故事、朗诵、智力竞赛等形式，使学生意识到我们周围的环境正在逐渐被人为地破坏，清楚环境的危机带给人类、动物、植物的危害。

2、增加学生的责任感，培养学生良好的卫生习惯，并发出倡议，保护环境。

二、活动准备

排练小品《环境保护，人人有责》、散文朗诵《节约用水》

三、主题班会实录

(队仪式略)

主持人甲乙：各位同学，各位老师，下午好!二1环保主题会现在开始!对在座的老师和同学的参与我们表示最热烈的欢迎!

甲：李建坤，你知不知道环保对人类的重要呢？

乙：知道，现在污染环境正是对人类的最大的危害。

甲：来个环保知识智力竞赛吧。

回答问题：

2、你家的药箱里有许多过期的药，你会怎么办？

3、如果你家楼上有人扬石灰，你会怎么办？

5、在学校里，你一不小心踩到香蕉皮，摔了一跤，接着你会怎么做？

6、用20秒的时间，让老师提出一个关于环保的题目，同学们回答。

甲：接下来让我们评比我们班的“最佳劳动奖”和“最佳环保奖”。他们是谁呢？谁都不知道！现在有请四位组长评比一下。

(颁奖仪式)

乙：恭喜李雪怡同学荣获“最佳劳动奖”，恭喜徐扬同学荣获“最佳环保奖”，甲：向你们表示最衷心的祝贺！

乙：同学们，让我们学习他们的精神吧！

甲：现在进行游戏：《快乐在其中》，看一看示范员是怎么做的吧！

乙：我来宣布游戏规则：

1、每组各派两人参加比赛。

- 2、一个人拿袋子，另一个拿球，进行比赛。
- 3、拿球的同学，背对着，拿袋子的同学，进行投球。
- 4、两人在线内进行比赛，超线者此球不算。
- 5、以落入带子中的球数多少来决定胜负。

甲：我们玩得真开心，让我们一起听听徐扬同学写的一篇关于环保的原创散文《节约用水》。

乙：没想到，她的文章真棒呀！一定和她丰富的环保知识分不开吧。

甲：那么同学们，通过今天的这个班会，你对环保有什么新的意识？说一说吧！（学生自由讨论，自由发言）

乙：同学们说得真不错，让我们记住：环保对家庭、学校、社会、世界，都是那么的重要！

甲乙：预备二1中队环保队会到此结束！

整队、辅导员讲话、呼号、退旗。