

生命教育班会案例 珍爱生命安全教育班会策划教案(优质5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

生命教育班会案例篇一

- 1、知道食物含有的主要营养成分以及人需要的营养成分主要来自食物。
- 2、增强好好吃早餐、多喝水和良好的烹饪时好习惯的意识。
- 3、培养关注自己饮食健康的责任感，养成良好的饮食习惯。

活动过程：

一、谈话导入

- 1、讨论：小朋友，在你的印象中，你觉得什么样的人健康的？（学生各抒己见）
- 2、是啊，过胖、过瘦、面色蜡黄……都不能称为健康的人。看来，一个人的健康直接跟饮食有关，所以，在日常生活中，我们一定要注意健康饮食。（板书课题：吃出你的健康来）学生齐读课题。

那如何做到健康饮食呢？

二、好好吃早餐

1、同学们生活在幸福、温暖的家庭里，受到父母和家人的关心、爱护，似乎并不存在什么危险。但是，生活中仍然有许多事情需要备加注意和小心对待，民以食为天，食以安为重。下面请听一个故事。（故事大概内容：一位小朋友每天早上总喜欢睡懒觉，怕上学迟到又没有时间吃早饭，结果才上了第一节课肚子就开始饿得受不了，更别提上课认真听讲了。）

2、小朋友听了这个故事后，有什么话想说？

早餐对我们有多重要呢？

三、饭前饭后多补水

身体缺水时，新陈代谢大大减慢。所以，人必须及时补充水分。要使人体储备足够的水分，你应该每天喝两升水。这包括喝白开水，或在早餐时喝牛奶、下午休息时喝橙汁、晚饭时喝汤等等。

为什么需要这么多的水呢？因为一天下来你会不知不觉地失去两升水的储备。其中，大约有一升水是通过排尿排出体外。另外一升水是通过汗和呼吸排出体外。

不过，即使你吃的是固体食物，你也有可能吸收了同样的水分。比如，多吃水果、蔬菜、鱼、蛋和面包，也能补充一些水分。

四、有节制地吃点零食也不坏

花生：花生中富含维生素b2，多吃些花生，有助于防治口唇干裂、。

核桃：核桃中含有丰富的生长素，能使指甲坚固，不易开裂。同时，核桃中富含植物蛋白，能促进指甲的生长。

葵花籽：葵花籽含有蛋白质、脂肪、多种维生素和矿物质，其中亚油酸的含量尤为丰富。亚油酸有助于保持皮肤细嫩，防止皮肤干燥和生成色斑。

无花果：无花果中含有类似阿司匹林的化学特质，可稀释血液的流动，从而使大脑量充足。

奶糖：奶糖含糖、钙，适当进食能补充大脑能量，令人神清气爽，皮肤润泽。

吃零食最好在两顿饭之间，不要在接近正餐的时间吃。临睡前和看电视时吃，都不是好习惯。零食就是零碎食物，因此，不能吃得太多，只能作为生活的调味品，更不能影响正餐的食欲。

五、良好的烹调促进健康

良好的烹调能减少食物营养损失；不恰当的烹调，会大大降低食品中的营养含量。比如，有些烹调法损失会损失食物中的维生素，而换一种烹调法能使维生素较好地保留下来。

煮：煮过的蔬菜，会损失百分之七十的水溶性维生素**□**族维生素和**维生素c□**

蒸：蒸比煮，能够保留更多的营养成分，但仍会损失百分之三十的水溶性维生素。

微波加热：如果使用较少的水，微波加热能保留部分的水溶性营养成分。

烘和烤：烘烤的高温，会损失**维生素c□**烘烤家禽类食品，需要彻底烤透。

六、总结：本次班会你的收获是什么？

生命教育班会案例篇二

- 1、懂得预防溺水的相关知识。
- 2、增强安全意识，预防溺水事件发生。

活动准备：自制课件

活动过程：

一、导入

二、了解令人心痛的溺水事件？

讨论：你从中体会到什么？

三、看相关图片，体会失去孩子后父母的悲痛

讨论：你看到什么？想到什么？

四、学习《中国儿童意外溺水调查报告》

五、教育幼儿如何预防溺水

1、不要独自一人外出游泳，更不要到不摸底和不知水情或比较危险且易发生溺水伤亡事故的地方去游泳。选择好的游泳场所，对场所的环境(如该水库、浴场是否卫生，水下是否平坦，有无暗礁、暗流、杂草，水域的深浅等情况)要了解清楚。

2、必须要有组织并在老师或熟悉水性的人的带领下游泳。以便互相照顾。如果集体组织外出游泳，下水前后都要清点人数、并指定救生员做安全保护。

3、要清楚自己的身体健康状况，平时四肢就容易抽筋者不宜参加游泳或不要到深水区游泳。要做好下水前的准备，先活

动活动身体，如水温太低应先在浅水处用水淋洗身体，待适应水温后再下水游泳；镶有假牙的同学，应将假牙取下，以防呛水时假牙落入食管或气管。

4、对自己的水性要有自知之明，下水后不能逞能，不要贸然跳水和潜泳，更不能互相打闹，以免喝水和溺水。不要在急流和漩涡处游泳。

5、在游泳中如果突然觉得身体不舒服，如眩晕、恶心、心慌、气短等，要立即上岸休息或呼救。

六、教育幼儿遇到他人溺水时如何施救

教学反思：

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！

生命教育班会案例篇三

二、 时间□20xx年4月26日

三、 地点：207教室

四、 出席人员：班主任及09 国商(1)班全体学生

五、 主持人：薛晓瑾 胡旭伟

六、 班会议程简要：

1、 主题班会背景

法制安全教育作为在校学生，安全问题与我们的生活、学习、成长息息相关。掌握必备的安全知识，提高防范能力，是学生自身的重要使命。

安全防范是一种意识，更是个人的生存技能。做好个人安全防范是人生的一门“必修课”。每到一个陌生的地方，学生首先必须了解自己所处的环境安全。

2、 班会活动目的

3、 班会活动准备

1) 请同学们准备法制案例分享。

2) 让同学们准备法制小品。

4、 活动过程

1) 主持人——薛晓瑾、胡旭伟开场

2) 法制案例分享：

3) 法制问题竞赛

比赛规则：

1. 团队合作，全班分为六组。

a□ 家庭保护 b□ 学校保护 c□ 社会保护 d□ 司法保护

(3) 未成年人要依法自律，是指(c)

a□ 法律提倡做的事情尝试着去做，法律不允许做的事情一般不要去做

b□ 法律提倡做的事情尝试着去做，法律不允许做的事情坚决不做

c□ 法律提倡做的事情积极着去做，法律不允许做的事情坚决不做

d□ 自觉遵守未成年人保护法的一些禁止性规定，不做违反法律的事情

(4) 未成年人自我保护能力很弱，甚至缺乏自我保护的能力，因此，需要法律给予(a)

a□特殊保护 b□ 特殊关注 c□ 特殊照顾 d□特殊援助

(5) 人民法院是(c)

a 国家权力机关 b 国家行政机关 c 国家审判机关 d 公安机关

(6) 我国的国家结构形式属于(b)

a 民族区域自治 b 单一制 c 联邦制 d 邦联制

(7) 中央军事委员会的领导体制是(c)

a 集体负责制 b 双重从属制 c 主席负责制 d 合议制

a□要加强对未成年人的社会保护

b□未成年人既要依法自律，又要学会自我保护

c□我国刑法惩治犯罪，保护人民

- a 青少年的身心健康需要法律特殊保护
- b 青少年正处在长身体、长知识时期
- c 青少年的健康成长关系重大，需要国家给予特殊关注
- d 目前社会上存在着许多不利于青少年健康成长的因素。

(10) 下列事例中属于违反学校保护规定的有(ac)

- b 贯彻国家的教育方针
- c 某校校长仍坚持让学生在已是“危房”的教室中上课
- d 某校校长规定每学期要给学生进行一次体检

4) 法制小品表演

小品名称：《道口的一天》

表演者：邱瑾 钱晓洁 费晨曦 张嘉莹 张莹

5、班会总结

通过今天的法制教育主题班会的开展，使大家深刻认识到法制的重要性，作为在校学生，安全问题与我们的生活、学习、成长息息相关。掌握必备的安全知识，提高防范能力，是学生自身的重要使命。

接受法制教育，不仅是依法治校的需要，更是学生自我完善和提高综合素质的需要。每位在校生都应提高自己的安全防范、防卫能力和对突发性事件的应急、应变能力，以及抵御违法犯罪的能力，保证自己身心健康地完成学业，并能成功的就业、创业。

生命教育班会案例篇四

- 1、增强学生游泳安全意识，提高学生自我保护能力。
- 2、了解和掌握游游安全知识。
- 3、掌握如何预防溺水和溺水急救措施。

二、活动重点

- 1、夏天游泳如何防溺水
- 2、溺水急救方法

三、教学难点

溺水时如何自救、急救

四、活动准备：

录像

五、教学内容

1、导入：

同学们，夏天来了，暑假快到了，游泳是各位喜爱的消暑解热的活动。对同学们来说，游泳不但可以锻炼身体，增强体质，还可以提高身体的协调性。游泳的场所除了室内室外游泳池，还有迷人的海滨、河流和小溪，但是游泳必须要注意一定的安全。为了让同学们掌握必备的游泳安全知识，增强自救、自护意识，本周我们举行关于游泳安全的主题班会。

2、首先，请各位看视频有关溺水方面的新闻

6月21日，陕西省紫阳县发生一起5名女学生溺水死亡事故。在死亡的5名学生中，的14岁，最小的只有7岁。

6月25日，福建省福安市的三名小学生在溪畔游泳时溺水身亡。

6月29日，四川省达州市3名10岁左右的女学生在水塘玩耍时溺水身亡。

7月1日，河南省商都市3名女学生在水库游泳时溺水身亡。

7月4日，4名16岁左右的初中生在吉林省松花江游泳，3人溺水身亡，一人生还。

看了听了这些实例，我想在座的每一位同学心里都不会感到轻松。你是否感叹，是否惋惜，一个生命就这样在世界上转瞬消失?此刻，你在想什么?请同学谈谈你的看法。

小结：

3、授课内容：

一、先向学生讲几点防溺水的知识要点

(1)教育学生周末、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。不能独自或结伴到池塘边钓鱼、游泳、玩水。

(2)教育学生在来校、离校的途中千万勿去玩水,游泳。

(3)我们是小学生，很多同学都不会游泳，如果发现有学生不慎掉进水库、池塘、水井里等，未成人不能冒然下水营救,应大声呼唤成年人箭来相助或拨打“110”。

二、游泳安全事项要点

(1) 保持自身良好的身体状态

下水时切勿太饿、太饱。饭后一小时才能下水，以免抽筋；饮酒不宜游泳；有开放性伤口、皮肤病、眼疾不宜游泳；感冒、生病、身体不适或虚弱不宜游泳。

(2) 做好充足准备工作，预防抽筋

三、溺水自救和急救方法。

1、自救

万一不幸遇上了溺水事件，同学们切莫慌张，应保持镇静，积极自救：

2、急救方法

a□将伤员抬出水面后，应立即清除其口、鼻腔内的水、泥及污物，用纱布(手帕)裹着手指将伤员舌头拉出口外，解开衣扣、领口，以保持呼吸道通畅，然后抱起伤员的腰腹部，使其背朝上、头下垂进行倒水。或者抱起伤员双腿，将其腹部放在急救者肩上，快步奔跑使积水倒出。或急救者取半跪位，将伤员的腹部放在急救者腿上，使其头部下垂，并用手平压背部进行倒水。

b□呼吸停止者应立即进行人工呼吸，一般以口对口吹气为。急救者位于伤员一侧，托起伤员下颌，捏住伤员鼻孔，深吸一口气后，往伤员嘴里缓缓吹气，待其胸廓稍有抬起时，放松其鼻孔，并用一手压其胸部以助呼气。反复并有节律地(每分钟吹16~20次)进行，直至恢复呼吸为止。

c□心跳停止者应先进行胸外心脏按摩。让伤员仰卧，背部垫一块硬板，头低稍后仰，急救者位于伤员一侧，面对伤员，右手掌平放在其胸骨下段，左手放在右手背上，借急救者身

体重量缓缓用力，不能用力太猛，以防骨折，将胸骨压下4厘米左右，然后松手腕(手不离开胸骨)使胸骨复原，反复有节律地(每分钟60~80次)进行，直到心跳恢复为止。

四、总结

同学们，经过今天的学习，我们掌握了游泳的安全知识和急救基本常识，在炎炎夏日的长假中，各位同学不能一人没家长陪或相关专业人员同下去游泳，希望各位出外游泳时要时刻保持安全保护的意识，要选择安全的游泳场所进行游泳。万一不幸遇到溺水时要保持冷静，积极自救，同时没有把握时不要盲目下水施救，应在陆上采用其他方式或及时报警和寻求他人进行救护。希望各位度过一个开心、安全的暑假。

生命教育班会案例篇五

- 1、增强学生游泳安全意识，提高学生自我保护能力。
- 2、了解和掌握游泳安全知识。
- 3、掌握如何预防溺水和溺水急救措施。

二、活动重点

- 1、夏天游泳如何防溺水
- 2、溺水急救方法

三、教学难点

溺水时如何自救、急救

四、活动准备：

录像

五、教学内容

1、导入：

同学们，夏天来了，暑假快到了，游泳是各位喜爱的消暑解热的活动。对同学们来说，游泳不但可以锻炼身体，增强体质，还可以提高身体的协调性。游泳的场所除了室内室外游泳池，还有迷人的海滨、河流和小溪，但是游泳必须要注意一定的安全。为了让同学们掌握必备的游泳安全知识，增强自救、自护意识，本周我们举行关于游泳安全的主题班会。

2、首先，请各位看视频有关溺水方面的新闻

6月21日，陕西省紫阳县发生一起5名女学生溺水死亡事故。在死亡的5名学生中，的14岁，最小的只有7岁。

6月25日，福建省福安市的三名小学生在溪畔游泳时溺水身亡。

6月29日，四川省达州市3名10岁左右的女学生在水塘玩耍时溺水身亡。

7月1日，河南省商都市3名女学生在水库游泳时溺水身亡。

7月4日，4名16岁左右的初中生在吉林省松花江游泳，3人溺水身亡，一人生还。

看了听了这些实例，我想在座的每一位同学心里都不会感到轻松。你是否感叹，是否惋惜，一个生命就这样在世界上转瞬消失？此刻，你在想什么？请同学谈谈你的看法。

小结：

3、授课内容：

一、先向学生讲几点防溺水的知识要点

(1)教育学生周末、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。不能独自或结伴到池塘边钓鱼、游泳、玩水。

(2)教育学生在来校、离校的途中千万勿去玩水,游泳。

(3)我们是小学生,很多同学都不会游泳,如果发现有学生不慎掉进水库、池塘、水井里等,未成人不能冒然下水营救,应大声呼唤成年人箭来相助或拨打“110”。

二、游泳安全事项要点

(1)保持自身良好的身体状态

下水时切勿太饿、太饱。饭后一小时才能下水,以免抽筋;饮酒不宜游泳;有开放性伤口、皮肤病、眼疾不宜游泳;感冒、生病、身体不适或虚弱不宜游泳。

(2)做好充足准备工作,预防抽筋

三、溺水自救和急救方法。

1、自救

万一不幸遇上了溺水事件,同学们切莫慌张,应保持镇静,积极自救:

2、急救方法

a□将伤员抬出水面后,应立即清除其口、鼻腔内的水、泥及污物,用纱布(手帕)裹着手指将伤员舌头拉出口外,解开衣扣、领口,以保持呼吸道通畅,然后抱起伤员的腰腹部,使

其背朝上、头下垂进行倒水。或者抱起伤员双腿，将其腹部放在急救者肩上，快步奔跑使积水倒出。或急救者取半跪位，将伤员的腹部放在急救者腿上，使其头部下垂，并用手平压背部进行倒水。

b□呼吸停止者应立即进行人工呼吸，一般以口对口吹气为。急救者位于伤员一侧，托起伤员下颌，捏住伤员鼻孔，深吸一口气后，往伤员嘴里缓缓吹气，待其胸廓稍有抬起时，放松其鼻孔，并用一手压其胸部以助呼气。反复并有节律地(每分钟吹16~20次)进行，直至恢复呼吸为止。

c□心跳停止者应先进行胸外心脏按摩。让伤员仰卧，背部垫一块硬板，头低稍后仰，急救者位于伤员一侧，面对伤员，右手掌平放在其胸骨下段，左手放在右手背上，借急救者身体重量缓缓用力，不能用力太猛，以防骨折，将胸骨压下4厘米左右，然后松手腕(手不离开胸骨)使胸骨复原，反复有节律地(每分钟60~80次)进行，直到心跳恢复为止。

四、总结

同学们，经过今天的学习，我们掌握了游泳的安全知识和急救基本常识，在炎炎夏日的长假中，各位同学不能一人没家长陪或相关专业人员同下去游泳，希望各位出外游泳时要时刻保持安全保护的意识，要选择安全的游泳场所进行游泳。万一不幸遇到溺水时要保持冷静，积极自救，同时没有把握时不要盲目下水施救，应在陆上采用其他方式或及时报警和寻求他人进行救护。希望各位度过一个开心、安全的暑假。