

# 德育班会活动方案 母亲节班会内容发言稿 (大全10篇)

确定目标是置顶工作方案的重要环节。在公司计划开展某项工作的时候，我们需要为领导提供多种工作方案。方案的格式和要求是什么样的呢？下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 德育班会活动方案篇一

大家早上好！今天我很高兴能站在这里为大家做国旗下讲话，我讲话的题目是“感恩母亲”。今天是五月十一日星期一。同学们知道昨天是什么日子吗？五月的第二个周日就是我们的母亲节。

有一个人，她永远站在你内心最深处，你愿意用自己的一生去爱她；有一种爱，她让你肆意的索取、享用，却不要你任何的回报……。这个人，叫母亲；这种爱叫母爱。

母亲节是我们天底下无数个伟大母亲的共同节日。这个节日是对母亲的赞美和颂扬，是提醒我们时刻记住，感恩我们的母亲。

母亲给予我们生命的体验，我们感激；母亲是我们茁壮成长，我们感激；母亲给予我们教育和开导，是我们获取知识和力量，我们感激。在我们的生命里，总会有困难和曲折，是母亲给予我们关怀和帮助，所以我们更应该感激。

现在电视上有段公益广告，是一位小男孩为自己的母亲洗脚的片断，我看了很感动。可是在现实生活中，能有几个儿女能做到呢？“滴水之恩，当涌泉相报”，我们或许有时会对一个陌生的人的一点关怀而铭记于心，却对母亲的博爱熟视无

睹，嫌她唠叨，或因一些小事就大发雷霆……然而，母亲却从不放在心上，永远在一旁默默地忍受；当我们做错事时，耐心地开动教育我们，当我们遇到挫折时给予我们支持和鼓励。

同学们，可能你以前也嫌母亲唠叨，对母亲发脾气，不如让我们今天开始，从孝顺母亲开始，学会感恩，让我们记住天下母亲共同的节日——母亲节。当母亲空闲的时候为母亲洗一洗脚，为她捶捶被沉重的家务压弯了的脊背，给母亲一个暖暖的拥抱，一句温馨的祝福，一脸感恩的微笑吧！

可能会有同学很快想到，我要给妈妈买一份礼物，妈妈一定会喜欢的。这想法是不错的。但是，我们还没有出来工作，现在我们用的都是爸爸妈妈的钱，买礼物给妈妈，这显然不是表达自己对妈妈的孝心的最好方式。其实，有时候，表达孝意只需一些简单的话语，在妈妈忙完回到家里时，向妈妈问一声：妈妈，今天辛苦你了；在去上学的时候，向妈妈道一声“妈妈，我上学去了。”在回到家的时候，向妈妈说一声：“妈妈，我回来了。”在妈妈做了好菜给咱们吃的时候，别忘了说一声：“妈妈，谢谢你做了这么美味的菜给我吃。有时候，表达孝心只需一些简单动作：在吃饭之前帮妈妈盛饭，吃饭时先夹菜给妈妈，在吃完饭之后帮收拾碗筷，在妈妈忙碌时帮她分担一下家务，在妈妈忙碌完回到家里帮妈妈捶捶背……有时候，认真做好我们自己，努力学习，积极向上，知错能改，取得好成绩，对妈妈来说，就是多一份欣慰。也有时候，多和妈妈谈谈心，和妈妈一起分享欢乐与忧愁，对妈妈来说，就是一种温暖。

我相信，只要我们能回家试试，向妈妈感恩，你的妈妈一定会为你而骄傲，你一定能体会到做孝敬妈妈的孩子的欢乐。同学们，从今天开始就赶紧行动吧！老师相信懂得感恩的你一定能赢得大家的称赞。

## 德育班会活动方案篇二

- 1、使学生充分认识什么是煤气中毒,对此决不能掉以轻心,了解并掌握煤气中毒的抢救法。
- 2、通过这次的主题班会,提高学生的防煤气中毒的思想意识,养成一个良好的生活习惯。
- 3、学会如何应急、自救与保护。

- 1、了解什么是煤气中毒。
- 2、煤气中毒的抢救措施及应急方法。

煤气中毒的患者应如何抢救?

一、导入新课:

二、学习新课:

1、煤气中毒的季节和原因

(1) 每年的冬天,人们烤火或用热水器洗澡的时稍不注意,就会发生煤气中毒的现象。

(2) 因为天气的问题,关闭所有窗户,导致空气不流通引发煤气中毒。

(3) 由于用户的忽略,导致煤气瓶的阀门没有关闭,从而引发煤气中毒。

2、煤气中毒的过程

3、煤气的症状

如果发现煤气中毒的患者，首先应该立即打开门窗，将患者移到空气新鲜、通风透气的地方，紧接着通知医院派车和医生前来抢救。

### 三、过程提要

#### 1、问答题

(1) 假如你煤气中毒了，你该怎么办？

煤气中毒考研女生挣扎打开一扇门救了三条命，3个在校外租房准备考研的女生煤气中毒。所幸其中一女生及时打开门，3人幸免于难。小李是原西师文学院的自考生。7月份毕业后，她和另外两个同样准备考研的校友合租了一套三室一厅的房子。昨下午4时许，3人在有空调的客厅里看书，厨房在烧开水。“不知过了多久，我们都觉得头晕，全身没力气……”小郭说，她和另一个同学渐渐没了力气，趴在书桌上动不了；小李则用虚弱的声音问是不是煤气中毒了，刚说完，她也瘫倒在地。但小李并没放弃希望，她慢慢往门边爬去，两米不到的距离，爬了很久。她终于站了起来，门被打开了，一股新鲜空气进来。“我当时只有一个念头，不打开门大家都要完蛋。”小李说。约过了10分钟，小李体力有所恢复，打电话叫来同学，她们被送往校医院。事后发现，因当时刮大风将窗户关死，并将炉火吹熄，造成屋中3人中毒。

(1)、小组讨论，这个实例说明了什么现象？

(2)、假如这种现象发生在你身上，你怎么处理？

### 四、课后小结

1、通过这次主题班会，同学们都基本掌握了什么是煤气中毒，以及发生了煤气中毒该采取的措施。

2、让学生在思想上，意识上要懂得自我保护、提高应急、自救与保护能力3、提高常生活的保护意思，从小事做起。养成良好的生活习惯。减少安全隐患发生的频率。

## 德育班会活动方案篇三

天气逐渐炎热，防溺水安全教育又成为学校安全教育的头等大事。为了扎实有效的开展防溺水安全教育工作，六月中旬我校各班开展了“防溺水安全教育主题班会”活动。

在主题班会上，各班主任向学生介绍了预防溺水常识和溺水救护方法等各类安全知识。同时为安全教育深入人心，我校经过“致家长的一封信”的形式，向学生家长宣传防溺水安全知识，要求家长注重对孩子游泳技能的培养，提醒学生家长强化对孩子的防溺水教育，在节假日期间异常注意对孩子加强管理与监督，防止孩子私自下水事件发生，切实肩负起监护人的职责。

### 一、导入

1、大家听一听有关溺水事件的报道。

听了这个故事，我想在座的每一位同学心里都不会感到简便。你是否感叹，是否惋惜，一个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：人，应当珍爱生命。今日这节班会我们就来学习“珍爱生命，防止溺水”的安全教育。

### 二、探讨溺水的原因

1、什么是溺水？

讨论，归纳：溺水是常见的意外，溺水后可引起窒息缺氧，

如合并心跳停止的称为“溺死”，如心跳未停止的则称“近乎溺死”这一分类以病情和预后估计有重要意义，但救治原则基本相同，所以统称为溺水。

引导：溺水已成为我们小学生的“头号杀手”，随着天气逐渐变热，溺水的危险将增加。

2、问：溺水原因主要有哪几种？

学生讨论，小结：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。

引导：在炎热的夏季，许多人喜欢游泳，因为缺少游泳常识而溺水死亡者时有发生。

3、如何保证游泳的健康和安全，避免溺水事件的发生？

我们不要擅自下水游泳，不擅自与同学结伴游泳，不在无家长或教师带领的情景下游泳，不到无安全设施、无救护人员的水域游泳，不到不熟悉的水域游泳，不到沟渠、溪边、池塘、水库、海边、在建工地的积水坑等有水的地方玩耍，戏水，洗手。请同学们必须要互相监督，互相提醒，若发现有同学漠视生命，要及时通知家长和教师。必须要记住血的教训，珍爱生命，防止溺水。

三、学习自救及抢救的方法

1、讨论，讲解自救及抢救的方法：

对水情不熟而贸然下水，极易造成生命危险。万一不幸遇上了溺水事件，溺水者切莫慌张，应坚持镇静，进取自救，对于溺水者，除了进取自救外，还要进取进行陆上抢救。

2、学习自救及抢救方法

## 四、怎样珍惜每一天？

### 2、讨论，总结：

同学们，生命的全部意义在于无穷地探索尚未明白的东西，在无穷的探索里，你会看到光辉、灿烂的前景。让我们珍爱生命，防止溺水。祝愿大家今日好，明天会更好！

## 德育班会活动方案篇四

幸福的奥秘是什么？怎样保持生命的状态？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20\_\_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。

### 二、班会目的

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。

### 三、前期准备

#### (一)方案策划

1、20\_\_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、20\_\_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、20\_\_年\_\_月23日宣传委员借dv机及副班长借教室

3、20\_\_年\_\_月21日-22日班会ppt制作

## 四、班会流程

### (一) 暖身游戏：\_\_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：\_\_蹲。

\_\_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。

#### 附录一：紫手环运动简介

美国最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。

#### 附录二：“紫手环运动”规则及誓词

## 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/心生活！

### 附录三：《不抱怨的世界》一书精彩片段

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。”

这是你想要赢得的抱怨比赛吗？那好，去吧，继续发牢\_，直到每个人都放弃，宣布你是全世界最厉害的抱怨鬼。胜利的奖品则是不快乐的人际关系，充斥着大惊小怪的情绪、健康的挑战、金钱的焦虑，以及其他数不清的问题。如果你对这些没兴趣，当你听到牢\_时，就不要涉入其中。大家在用言语曳引你，而你也在曳引他们。当你和其他人在一起，而你们的对话开始移转成负面内容时，只要往后一坐，好好观察就行。不要跃跃欲试或想去改变他人。如果有人问你为什么不

抱怨，只要把紫手环给他们看，告诉他们你正在“接受训练”，成为一个不抱怨的人。

## 德育班会活动方案篇五

培养高素质学生，让学生了解在学校中能做的与不能做的。

班会口号：

行为决定习惯，习惯决定品质，品质决定命运。

统一要求：

- 1、见到客人统一问老师好。
- 2、进入校门不拥挤，要慢走，上下楼梯不拥挤，要互相谦让。
- 3、在规定的地点玩耍做有益游戏，不在楼道内追跑打闹。
- 4、注意自己的仪表，每班要专门派一名同学每天检查学生的个人卫生情况。学校每个星期不定期检查。
- 5、具有良好的卫生习惯，不乱丢东西，见到废纸等垃圾物能够主动捡起来放到垃圾桶里。
- 6、升、降国旗时，立正、行规范礼(队礼或注目礼)。

具体要求：

遵照由易到难、分层递进原则，促使学生养成良好的习惯。

第一层次：

(一)行为习惯

- 1、使用文明礼貌用语：请、您、您好、谢谢、对不起、没关系、再见。
- 2、对老师有礼貌，见到老师要问好(老师好)。
- 3、诚实，不说谎话，不说脏话，知错就改。不打架，不骂人。
- 4、不做危险游戏，课间休息不追跑。
- 5、爱护公物，不在墙壁和课桌上乱写乱画，不随地吐痰。

## (二)学习习惯

- 1、按时上学，不迟到，不早退。
- 2、课前准备好学习用品。
- 3、上课注意听讲，爱动脑筋，大胆发言，不交头接耳说话，不做小动作。
- 4、按时、独立完成作业，回家后先做作业，不用家长督促。
- 5、书写规范，读写姿势要端正，达到三个一(一尺、一寸、一拳头)。

## (三)生活习惯

- 1、认真及时的做值日。
- 2、自己的物品摆放整齐，自己整理书包。
- 3、不吃零食，不带零食，不买零食。
- 4、不乱扔东西，见废纸、垃圾等东西要捡起来放入垃圾桶。

## 第二层次：

### (一)行为习惯

- 1、不打架、不骂人、不起、叫绰号。
- 2、课间不在教室和楼道内追逐喧哗，做有益的游戏。
- 3、礼貌待客，学校来客人时主动问好，并为客人引路。
- 4、爱护绿化，不攀折花木，不践踏绿地。
- 5、同学有困难要热情帮助，不欺负弱小。

### (二)学习习惯

- 1、课上专心听讲，自觉遵守课堂纪律，不做与课堂无关的事，老师不在时也能自觉遵守纪律。
- 2、学会课前预习，课后认真复习，不懂就问。
- 3、按时、独立完成作业，书写工整，卷面整洁。
- 4、自觉阅读有益的课外读物，并做摘记。
- 5、认真做广播操、武术操、眼保健操。

### (三)生活习惯

- 1、积极主动做值日，自己的东西自己整理。
- 2、体贴父母，帮父母做扫地、擦窗、刷碗等力所能及的家务活。
- 3、勤洗头、洗澡，自己洗各种衣物，把干净的衣物叠好。

- 4、不乱丢东西，见到废纸等垃圾物要捡起来放到垃圾桶里。
- 5、不乱花零钱，不在校外小摊上买零食等东西。

第三层次：

### (一)行为习惯

- 1、认真听取父母、老师的教育，不任性，与长辈有不同意见时要多沟通。
- 2、不说粗话、脏话；不打架、不骂人、不起、叫绰号。
- 3、热心帮助别人，能主动帮助其他同学，遇事多为别人着想，不欺负弱小。
- 4、爱护公共设施，不在学校墙壁、课桌或建筑物上涂抹乱画，爱护绿化，不攀折花木，不践踏绿地。
- 5、不做危险游戏：不在楼梯扶手上滑，不拿危险物品打闹，不从高处下跳等等。

## 德育班会活动方案篇六

会议地点：3108

出席人员：10级应电全体同学

缺席人员：无

主持人：张淘

记录人：潘正意

会议内容：

一. 班主任对上学期工作总结及布置近期即将展开的工作。

1. 对上学期期末考试作总结并分析以及对需要补考的同学给予相应的提醒。

2. 新学期学费问题。

3. 对学院评比工作而制造成的同学们的作解释。

4. 对学生及财产安全提醒。

5. 提醒同学们更应关注学习。

二. 班委对各自工作做总结：

1. 班长对自己上学期的工作做分析及对新学期的工作做计划。

2. 团支书对自己上学期的'工作做分析及本学期相应工作通知大家。

3. 学委对上学期学习方面给予相应的批评和奖励。

4. 生活委员对上学期班级消费作总结。

5. 宣传委员对宣传工作进行相应宣传。

6. 心理委员对同学们的心理健康做出相应的安慰。

7. 体育委员对上学期体育活动做分析。

2. 抓紧时间做好经济困难学生的认定工作，请各位评审成员注意评选细则，并于25日下午5点前完成。

3. 本学年助学贷款项目已经启动，请各位同学协助做好本班续贷、新贷的统计工作。



4. 为预防出现甲型h1n1流感病例，我班将继续实行健康检测及上报机制，希望各位同学对此引起重视。
5. 国庆节将至，生活委员做好国庆放假的人员动向统计，并做好表格尽快交给辅导员。
7. 本期党校拟定于10月11日开班，请团支部干部尽快将选举产生的学员名单上报辅导员张老师处。
8. 今年是中华人民共和国建国60周年，希望各班能积极开展并参与建国60周年主题实践活动。
9. 本年度奖学金的评比活动即将开展，请同学们关注学工办发布的《奖学金评比细则》。

## 德育班会活动方案篇七

教学内容：学习一些家居安全、交通安全、消防安全等知识。

教学要求：通过学习有关安全知识，使学生树立自护、自救观念，形成自护、自救的意识，使学生安全、健康成长。

教学时数：一课时

教学过程：

一、谈话引入：

1、用电安全

随着生活水平的不断提高，生活中用电的地方越来越多了。因此，我们有必要掌握一些基本的用电常识。

(1) 认识了解电源总开关，学会在紧急情况下关断电源。

(2) 不用湿手触摸电器，不用湿布擦拭电器。

(3) 电器使用完毕后应拔掉电源插头。

(4) 使用中发现电器有冒烟、冒火花、发出焦糊的异味等情况，应立即关掉电源开关，停止使用。

(5) 发现有人触电要设法及时关断电源；或者用干燥的木棍等物将触电者与带电的电器分开，不要用手直接救人。

## 2、安全使用煤气

(1) 燃气器具在工作时，人不能长时间离开，以防被风吹灭或被锅中溢出的水浇灭，造成煤气大量泄露而发生火灾。

(2) 使用燃气器具(如煤气炉、燃气热水器等)，应充分保证室内的通风，保持足够的`氧气，防止煤气中毒。

## 二、游泳时要注意安全

1、游泳需要经过体格检查。

2、要慎重选择游泳场所。

3、下水前要做准备运动。

4、饱食或者饥饿时，剧烈运动和繁重劳动以后不要游泳。

5、水下情况不明时，不要跳水。

6、发现有人溺水，不要贸然下水营救，应大声呼唤成年人前来相助。

## 三、交通安全

## 1、行走时怎样注意交通安全

(1)在道路上行走，要走人行道，没有人行道的道路，要靠路边行走。

(2)集体外出时，要有组织、有秩序地列队行走。

(3)在没有交通民警指挥的路段，要学会避让机动车辆，不与机动车辆争道抢行。

(4)穿越马路时，要遵守交通规则，做到“绿灯行，红灯停”。

2、骑自行车要在非机动车道上靠右边行驶，未满十二岁的儿童不准骑自行车上街。

## 四、发生火灾怎么办

1、要打火警电话119报警，报警时要向消防部门讲清着火的地点，还要讲清什么物品着火，火势怎么样。

2、一旦身受火灾的威胁，千万不要惊慌，要冷静，想办法离开火场。

3、逃生时，尽量采取保护措施，如用湿毛巾捂住口鼻、用湿衣物包裹身体。

## 五、小结：

只要我们处处小心，注意安全，掌握自救、自护的知识，锻炼自己自护自救的能力，机智勇敢的处理遇到的各种异常的情况或危险，就能健康地成长。

## 德育班会活动方案篇八

为切实增强学生的安全防范意识和避险本事，保障学生安全，

6月21日16:30我班全体同学在2教207室召开了“学生安全教育”主题班会，会议由曲海明同学主持，班主任宁利红教师出席了会议并作重要讲话。

班会以结合学校安全教育的主题，对学生进行安全教育，学习安全知识，认识到安全的重要性为目的召开。

会上宁教师首先结合近期发生的学校火灾案例展开讲话，又结合所见所闻对我校曾发生的真实安全事故作出分析。所例问题涉及同学人身安全和财务安全，重点强调了外出交通安全、宿舍电器使用安全等人身安全，手机、现金、身份证及银行卡等财务安全。

而后，分别由四五六班宣传委员对宿舍安全、学校安全、校外安全应注意的问题作出说明以及必要提醒，使同学在平时意想不到之处有了进一步的认识。

然后，由每班上演由同学自我排演的节目，生动而又风趣的表演使同学们在得到欢娱的同时对平时易出现的不安全因素有了更深刻的理解。

这次会议不仅仅到达了预期的目标，生动活泼，使“关注安全，珍惜生命”这一主题深入人心，也为同学之间互帮互助和班级的团结等方面起到了进取的促进作用。

我们在工作学习中不能掉以轻心，不能麻痹大意，要警钟长鸣，长抓不懈，确保学生安全。

我们仍要看到我们的宿舍仍存在不足之处：

宿舍阳台大多有同学平时未及时清理掉的饮料瓶，这成为宿舍火灾之源。以后每周做到废物必清，使杂务不至于很多积留。

预计宿舍在年后部分宿舍将会装备电脑等较大功率用电器。我们班委会进取宣传用电安全，并做定时线路电源等方面的安全检查。

我们会在以后的班会上不时提醒同学注意宿舍个人财务安全，提醒同学对自我重要物品如身份证等不时检查。

在天气渐冷之际，进取提醒同学注意保暖，注意平时运动安全。

由于我校人口密度较大，车辆路上行进不便，我们会提醒同学在学校行走注意避让车辆。

对外出路上安全做进一步强调，对重点路口做进一步提醒，且时时提醒。

对网吧财务安全进取提醒，使同学不至于在鱼龙混杂的网吧丢失手机，钱包等贵重物品，并注重人身安全。

总之，我们会尽我们最大的努力确保同学们在学校安全欢乐的生活，使每个同学都能感到一个完整、幸福的“家”的温暖。

## 德育班会活动方案篇九

幸福的奥秘是什么?怎样保持生命的状态?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20\_\_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。

## 二、班会目的

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。

## 三、前期准备

### (一)方案策划

- 1、20\_\_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、20\_\_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、20\_\_年\_\_月23日宣传委员借dv机及副班长借教室
- 3、20\_\_年\_\_月21日-22日班会ppt制作

## 四、班会流程

### (一)暖身游戏：\_\_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：\_\_蹲。

\_\_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。

#### 附录一：紫手环运动简介

美国最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。

## 附录二：“紫手环运动”规则及誓词

### 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！

## 附录三：《不抱怨的世界》一书精彩片段

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。”

这是你想要赢得的抱怨比赛吗？那好，去吧，继续发牢\_，直到每个人都放弃，宣布你是全世界最厉害的抱怨鬼。胜利的奖品则是不快乐的人际关系，充斥着大惊小怪的情绪、健康的挑战、金钱的焦虑，以及其他数不清的问题。如果你对这些没兴趣，当你听到牢\_时，就不要涉入其中。大家在用言语曳引你，而你也在曳引他们。当你和其他人在一起，而你们的对话开始移转成负面内容时，只要往后一坐，好好观察就行。不要跃跃欲试或想去改变他人。如果有人问你为什么不抱怨，只要把紫手环给他们看，告诉他们你正在“接受训练”，成为一个不抱怨的人。

## 德育班会活动方案篇十

- 1、充分认识安全工作的重要意义。
- 2、在学习和生活中注意人身安全，饮食安全，交通安全等。
- 3、进行预防灾害，防肺结核的教育。

一、导入：列举出生活中的安全事例。

二、安全工作的重要性

- 1、公路上的交通事故时有发生，是因为安全意识不强。
- 2、班级举例学校发生的事故及后果。
- 3、国家、政府狠抓安全教育工作。

4、目前学校抓的几项工作。

三、小学生应注意安全的地方：

1、学生讨论。

2、团体归纳。

(1)人身安全，在学校内或公路上不追逐打闹，不爬围墙，不爬树，不接近有电等危险地点，劳动时，注意安全，不与社会上不三不四的人交往，异常是吸毒者，课外不玩火，不玩火。

(2)交通安全，在公路上不追逐打闹，自觉遵守交通规则，交叉路口要注意行人车辆，骑自行车宁慢勿快，上、下坡要下车，经过公路要做到一停二看三经过。

(3)财产安全，保管好自我的物品、钱财，如有遗失或遇偷盗、敲诈等应向教师及时反映或报警。

(4)饮食安全，不饮生水，不吃不卫生的食品，不吃有病的鸡肉、猪肉等，饭前便后要洗手，不吃霉变或过期食品。

四、学生自查哪些方面未做好，今后要加强注意。

五、安全教育总结

新学期开学以来，为提高六(2)班全体学生的安全意识和自护自救本事，预防和杜绝各类事故的发生，我进取采取有效措施，认真上好新学期第一堂安全课：在开学第一天对学生进行安全教育。

安全教育资料紧扣学生实际，主要从以下三方面展开教育：

一是教育学生时刻注意交通安全，平时外出严格遵守交通规

则，不乘坐无安全保障的黑车、病车等。

二是教育学生谨防发生在身边的伤害事故，用血淋淋的事例教育学生平时严格遵守《守则》《规范》，远离学生伤害事故。

三是教育学生做好个人卫生，严防水痘、腮腺炎等春季传染病的发生，若有发烧症状的及时自觉就医等。

同时，给学生上的安全第一课，坚持安全第一，落实安全措施的原则，着重进行防水、防电、防火、防毒、防骗、防病等知识的宣传及交通法规、卫生知识、安全常规等知识教育，切实提高了孩子们的安全意识和安全防范的本事，为全学期学校教育教学工作的顺利开展打下了扎实的基础。