

禁烟班会心得体会(模板6篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。那么心得体会怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

禁烟班会心得体会篇一

为了满足广大人民的需求，为了适应时代发展的潮流，为了迎接奥运建设无烟城市，中国开始禁烟了。

随着经济的发展，人们素质的提高，越来越多的人对香烟的危害的关注越来越多。西方发达国家在前些年就相继出台了法律禁止吸烟，但是中国却迟迟没有行动，这是一种趋势，是意见迟早要发生的事。北京申奥的成功，带来了绿色奥运，人文奥运和科技奥运，对环境的关注正在逐步加强，这时候中国开始禁烟了。首先是以北京为首的大城市，禁止在公共场所吸烟，被抓到就罚款十元。可是我从网上的一些新闻上看到，在北京，餐厅、网吧吸烟现象任然比较严重，而且有些专家认为罚款十元太少，要罚就多罚点，要让他们记住。虽然现在看来禁烟的效果不是很好，但是这才刚刚开始，禁烟是一项长久的过程，中国有3亿的烟民，要想让他们一夜之间把烟戒掉，那是不可能的事，所以我们每个人都得有信心，有耐心的等待，也要支持，我们相信我们政府这一伟大举措必然成就一番伟业。

纷纷摘下眼罩很郁闷的说“这烟抽的这么跟烧纸一样啊”“这烟怎么越抽越恶心啊”“怎么我一点抽烟的欲望都没有了啊”等等。像这样的产品以后肯定会有很大的市场，肯定会被人们所接受的。所以说那些从事烟草行业的人可以想想改做戒烟的行业了啊，毕竟得跟着时代的潮流走啊！

对于烟民来说，没烟抽那可谓生不如死啊，有些人半夜都得起来抽支烟才能睡得着啊。从烟民的结构来看，老年人居多，但是年轻人抽烟的比率越来越大，有些人为了应酬，有些人为了显酷等很多原因。其实在众多烟民当中还有一部分人，他们只是抽着玩的，没有烟瘾。那么当国家发出禁烟令的时候这一部分人就会很快从中解脱出来。

全国禁烟乃大势所趋，未来的中国将是一无烟国，我们期待这一天早一些到来。

禁烟班会心得体会篇二

今天下午，我们班召开了一个有关消防防火安全的主题班会。会上，班主任老师作了重要发言。他讲到火灾的危害和防火的重要性，还特别列举了近期所发生的火灾案，最后提到防火的重要性及防火的知识。

看到西区宿舍爆炸后的图片，我非常的震惊。黑呼呼的天花板，烧得一干二净的宿舍，不禁让人警醒。幸好当时无人在宿舍，否则后果不堪设想。消防安全真的不容忽视。

- 1、点燃的蜡烛、蚊香应放在专用的架台上，不能靠近窗帘、蚊帐等可燃物品。
- 2、到床底、阁楼处找东西时，不要用油灯、蜡烛、打火机等明火照明。
- 3、学生不要随身携带火柴、打火机等火种。
- 4、不能乱拉、乱拉电线，随意拆卸电器，用完电器要及时拔掉插销。
- 5、发现燃气泄漏时，要关紧阀门，打开门窗，不可触动电器开关和使用明火。

- 6、阳台上、楼道内不能烧纸片。
- 7、吸烟危害健康，学生不要吸烟，躲藏起来吸烟更危险。
- 8、使用电灯时，灯泡不要接触或靠近可燃物。

学习掌握这些防火灭火的基本道理和常识，对于维护国家，学校和同学们个人的安全是十分必要和有益的。

禁烟班会心得体会篇三

一、方案可行，组织有力

学校召开了预防溺水等安全工作专题会议，认真分析了校情，对防溺水工作进行了全面布署，制订了实施方案，成立了以校长为组长的防溺水工作领导小组，细化了各类人员工作职责，明确了预防教育的工作目标、工作内容和工作方法，制订了监督、保障措施，该项工作的开展有条不紊。

二、隐患排查及时，提醒到位

对学校内部安全隐患进行了认真自查与整改。对学校周边水域、交通隐患等分人分区域组织寻访。及时排除了大小隐患近十处。发挥了突出的警示与教育作用。

三、教育宣传到位，安全意识得到了进一步强化

学校召开了一次防溺水等安全教育主题校会，集中向学生进行了一次安全知识宣传，各班召开了主题班会，强调了安全纪律，悬挂了“珍爱生命、预防溺水”横幅，学生集中举行了宣誓。制订了严明的防溺水班级公约，进一步规范了学生行为，要求相互监督，自觉遵守。向全体学生印发了《致各学生家长一封信》，对家庭教育提出了很好的建议和要求，教育宣传工作深入到了每个学生家中，得到了家长的大力支持。

持和配合。

各班利用黑板报，以宣传防溺水基本常识为主题，进行了书面宣传，再次浓厚了教育氛围。通过防溺水教育视频，向学生进行了一次预防、急救等知识教育，给学生敲响了警钟，丰富了学生急救知识。安全教育工作常抓不懈，成立假期安全联防小组，保证即使是假期也要经常安全提醒，发现问题必究并及时通报，师生的安全责任意识长久保持。

通过学校上下的齐抓共管、师生的共同努力，全校师生安全度过夏季炎热溺水多发期，无任何安全事故发生。

禁烟班会心得体会篇四

安全教育是提高预防安全事故发生的意识，保证青少年健康成长的重要堡垒，下面是本站小编精心整理的安全教育主题班会心得体会，欢迎大家学习和参阅。

一、引言(2分钟)

“安全”——这两个字儿，不知人们都听过多少遍了，真可谓忠言逆耳的词儿了。像外出郊游，老师父母总会嘱咐我们注意安全;骑车上学，老师父母总会嘱咐我们注意车辆。我们不敢掉以轻心，我们不敢轻举妄动。因为安全第一。安全，太重要了。谁愿意以自己的损伤换来自己和亲友的痛苦?!

那么究竟什么是安全呢?

明确：免除不了可接受的损害风险的状态。

二、介绍数据(4分钟)

1.20xx年1至9月份，全国共发生道路交通事故195319起，造

成2人死亡、229484人受伤，直接财产损失7.7亿元。与20xx年同期相比，分别下降20.1%、12.7%、21.2%和14.5%。发生一次死亡10人以上特大道路交通事故23起，同比持平。奥运会期间(8月8日至8月24日)和残奥会期间(9月6日至9月17日)交通事故死亡人数同比分别下降28%和2.6%。

20xx年，全国共发生道路交通事故327209起，造成81649人死亡、380442人受伤，直接财产损失12亿元。与20xx年相比，事故起数减少51572起，下降13.6%；死亡人数减少7806人，下降8.7%；受伤人数减少50697人，下降11.8%；直接财产损失减少3.0亿元，下降19.5%。其中，发生一次死亡10人以上特大交通事故26起，造成389人死亡。与20xx年相比，事故起数减少12起，下降31.6%；死亡人数减少169人，下降30.2%。道路交通事故万车死亡率为5.1，同比减少1.1。

2. 我国每年因各类事故死亡人数约10万人，道路交通事故死亡人数占60%以上。我国的交通事故死亡人数位居世界首位，平均每天有280多人死于车祸。其中中小學生占总人数的10%左右。这个数字向人们敲响警钟，追根溯源，安全意识淡薄，麻痹大意，违章违纪是造成交通事故的根本原因。

教师提问：听了这组数据之后，同学们有什么感想？

三、辩论(14分钟)

安全事故是否可以避免的

1. 讨论(4分钟)

2. 辩论(10分钟)

四、介绍安全知识(5分钟)

让学生分成几个小组，分别进行叙说。

五、问答(10分钟)

1. 宿舍内为什么不准使用明火?

宿舍内使用明火，指点蜡烛，焚烧杂物，使用煤油炉、汽油、酒精等易燃易爆物，吸烟者乱扔未熄灭的烟蒂和火柴等。这些都容易引发火灾，所以宿舍内不准使用明火。

2. 中学生如何防止上当受骗?

在与陌生人的接触交往中，要识别一些用虚构事实或隐瞒真相方法的诈骗行为，不要轻信别人的花言巧语；不要随意将自己的家庭住址等情况告诉陌生人；要服从校园管理，自觉遵守校纪校规，不要把社会上闲杂人员带入学校。

3. 发生火灾时有哪些自救方法?

在火灾面前，被困人员应沉着冷静，选择有利的时机、路线和方向进行自救。

(1) 争取时间，尽快逃离现场。不要为一些琐碎小事延误宝贵的逃生时间，要选择与火源相反的通道迅速逃脱险境。有浓烟时，尽量放低身体或爬行，以免被被浓烟窒息。

(2) 选择通道，果断脱离。如果火势并不很猛烈时，可披上用水浸湿的衣裤或床单从楼上快速冲下。如果火势猛烈而不能通过时，可以利用绳子或把床单撕成布条连接成绳子，将一端固定，再顺着绳子从窗口滑下。若楼层只有二三层高，可以考虑从窗户跳下，先前可抛一些软质物品，要脚先落地以保证安全。

(3) 争取时间，等救援。当各种逃生之路均被切断时，应退回居室，关闭门窗不浇水，以延缓时间。要用多曾湿毛巾捂住口鼻做好个人防护。同时可向室外扔东西，夜间可向外打手

电，发出求救信号。或用手机、电话同外界联系。

4. 游戏时如何保证安全？

(1) 要选择安全的游戏来做。不要做危险性强的游戏，不要模仿电影、电视中的危险镜头，例如扒乘车辆、攀爬高的建筑物、用刀棍等互相打斗、用砖石等互相投掷、点燃树枝废纸等。这样做的危险性很大，容易造成预料不到的恶果。

(2) 游戏时要选择合适的时间。游戏的时间不能太久。这样容易过度疲劳，发生事故的可能性就会大大增加。最好不要在夜晚游戏，天黑视线不好，人的反应能力也降低了。容易发生危险。

六、教师总结(5分钟)

同学们：遵章守纪，就是尊重生命，尊重自我。当我们能做到这一切的时候，我们的社会便向文明的彼岸又*近了一步。重视交通安全，是我们每个人的义务，更是我们每个人的责任。让我们携起手来呵护这文明之花，让我们远离伤痛，珍爱彼此的生命吧。同学们一定要加强自己对安全的重视。

班会目的：通过开展以“ 珍爱生命，安全第一”为主题的安全知识教育班会，增强学生的假期安全意识，学会一些安全知识，达到积极预防危险的发生并提高学生自我保护的能力。

转瞬间今年的暑假已经到来，为了我们的安全、健康、愉快的渡过这个较长的假期，我们班针对学生的活动特点和社会形势，特搜集了部分学生安全教育和管理的知识，希望和学校共同做好学生假期的安全防范教育和管理。

一、防学生溺水。溺水是假期安全事故的高发期，我们对我们班级同学进行了防溺水知识的教育。天气慢慢热了起来，我国每年总会有中小學生溺水事故发生，学生的父母悲痛欲

绝的哭泣声，让人们心痛不已□20xx年6月9日，仅一天的时间，我国就有16名学生溺水身亡，惨痛的教训必须引起我们足够的重视。我教会了他们一定的防溺水自救知识，如抽筋、受伤时的救护或同伴溺水的救护等但同时也强烈要求学生必须做到以下几点：1、坚决不到户外有水的地方游泳或玩耍2遇到有人溺水要快速呼喊成年人，不能独自救援。3、要对防溺水安全有足够的认识，即使有家长陪同时也要注意游泳安全，防止意外事故。

二、防交通事故。如今机动车辆增多，交通事故频发，我们在校生对交通安全形势并不一定了解，在假期从行路、过马路(十字路口)、骑车、乘车、下车等方面学习常识教育。1、遵守道路交通法规，树立道路交通安全意识。2行路时遵守道路交通规则，不翻越栏杆，不在道路上开展娱乐、游戏活动，更不能扒车、强行拦车或朝车上扔石子、翻越、倚坐道路隔离设施等。横过公路、铁路时，要“一站二看”确认安全后快速通过。3、骑自行车时应非机动车道内顺序行驶，无非机动车道的，应靠路右侧行驶。不超速、逆向行驶，更不能追逐骑车、脱把骑车。4、不乘坐非营运车辆和营运超员车辆，乘车时，头、手不能伸出车窗外，以免发生意外，下车时应确认无车辆来往后再离开。

三、防暴力伤害。假期中我们接触社会的机会增多，各类社会治安和违法行为就可能出现，为此，应加以重视。1、正确认识遇到的人和事，明辨是非，提高预防各种侵害的警惕性，消除对危险的麻痹和侥幸心理。树立自我防范意识，学会正确的报警、求助，在遇到异常情况时，不意气用事，能够冷静、机智、勇敢地去应付。2、不参加打架斗殴、绑架勒索等违法活动，不到歌舞厅、酒吧等娱乐场所。

四、防中暑。中暑一般表现为头昏、头痛、恶心、口渴、大汗、全身疲乏、心慌、胸闷、面色潮红等症状，或出现面色苍白、四肢湿冷、血压下降、脉搏增快的虚脱症状。重者可表现为高热，体温超过41℃、无汗，意识障碍，手足抽搐，

甚至出现休克、心力衰竭、肺水肿和脑水肿等。预防中暑的措施：1、不要长时间暴露在烈日下；不要把温度调得过低，室内外温差太大易加重中暑；在室外活动时尽量多饮一些水等等。2、一旦出现上述症状，应立即到时阴凉通风处休息，补充清凉含盐饮料；重者送医院抢救。

五、防拐骗。1、不吃陌生人给的东西，不轻信陌生人说的话或答应给的种种好处，与非直系亲友外出一定要征得家长同意。2、不与陌生人网上视频，不要告诉对方自己的家庭住址，不与对方电话联系，不与对方相约会面，谨防上当受骗。3、在受到伤害时的应急自救办法和机智求助报警能力。

除了以上的安全教育外，还有在用电、用火、体育活动、安全自救等方面的安全知识，我们相信，在我们学校的教育和关注下，我们一定会有一个安全进步的假期！

为切实增强学生的安全防范意识和避险能力，保障学生安全，我班召开了“安全教育”主题班会。

班会结合学校“安全、文明、法纪”三项教育的主题与大学生切身安全与利益，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。为顺利开展此次班会，各班委积极参与各种安全知识的搜集与整理，并在会前到各宿舍做了充分的知识宣传工作。

班会从财产安全、地震安全、交通安全、消防安全、用电安全、水灾等多方面全面地了解了各种防灾避险知识与注意事项，并对所见所闻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。

这次会议不仅达到了预期的目标，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积极的促进作用。

会后，班长和团支书组织班委对各宿舍的卫生、用电安全以及安全隐患作了检查与排除，并向学校汇报了各宿舍的具体情况。

1. 思想上时时讲安全，事事重安全。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。

2. 我们仍要注意到我们的宿舍一些关于人身和财产安全的细节问题：宿舍里边各种电线交织，易燃物品随意堆放；有些同学邀请不熟悉的人到宿舍做客等。

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，提醒同学对自己重要物品如身份证等不时检查。

3. 除以上几点外，我们会定期召开安全主题班会，对出现的问题积极讨论，采取措施，未雨绸缪。

“生命没有彩排”，我们特别要时刻对自己的人身安全负责，因为只有我们平平安安的，那些深爱着我们和我们深爱着的人才能真正地幸福！

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

禁烟班会心得体会篇五

召开时间□20xx年x月x日（周三）

三、请同学们谈谈自己的压力，并总结出压力的来源；

同学们的发言摘要：1. 课程进行很快，使得各科作业都要在

短时间内完成，尤其对于越来越难的知识来讲，想要快速地掌握具有一定的难度，这就增加了我们的心理压力。[]xxxx[]

2. 来自家庭，老师的压力，如果不能取得优异的成绩，便会在心理产生一种内疚感，负罪感，还有与同龄人之间的竞争，最后还有即将面临的考大学的压力。[]xxxx[]

老师指点：高二是承上启下的一年，同学们一定要抓紧这段时间，有适当的压力，努力学习去消弱压力. 3. 由于越来越难的课程，熬夜已是常有的事，但这会导致第二天的学习状态不佳，听课效率低，成绩也无明显起色，从而形成恶性循环，心理压力重重。[]xxxx[]

老师指点：高一，高二要夯实基础，若能坚持努力就能在高三稳步学习，这种熬夜情况经常出现在考试前，如果平时也能刻苦勤奋，并持之以恒，相信就不会产生恶性循环. 4. 各科题目越来越难，为了心理满足，常常绕开难题只做简单题，这样很难提高能力，也会在心理产生压力。[]xxxx[]

老师指点：当遇到很多难题时，此时要注意复习基础基础知识，翻看笔记，熟悉所学知识点，在做了一些简单题巩固后再攻克难题. 5. 知识遗忘很快，使得知识衔接出现漏洞，无法解决一些综合问题，心理会产生焦虑感。[]xxxx[]

老师指点：对于容易遗忘的知识点要经常巩固，加强记忆，想不出来时，可以翻看以前的笔记，或者询问老师或同学. 6. 压力的三大来源：老师，父母的期望，快速进行的课程，同学们之间的竞争。[]xxxx[]

7. 我觉得压力有两种：学前压力和考前压力. 这可以归结为还没有准备好接受新事物的紧张感，每当面临新事物时，都会因为还没准备好而紧张。[]xxxx[]

8. 自认为平时已经掌握好的知识却在考场上发挥失常，状态

不佳，精神不好，心里焦虑，从而导致生理异常.[]xxxx[]

老师指点：这种现象是因为心里紧张而导致了生理异常，这时要学会解压，放松心态，相信自己，答题时勿慌勿燥，进行自我调整. 9. 来自老师，父母的期望，不愿辜负他们，从而使心里产生压力，类似的还有同学们之间的竞争.[]xxxx[]

10. 自己说服自己做某件事，有一种机械感，由于内心的方向感，会为了心里想要的而努力，这样才能给予自己动力. 对于现在的我们而言，凭实力多于凭智力.[]xxxx[]

11. 时间如白驹过隙，转眼间已到了能实现梦想的年龄，却没有足够的能力来实现它们，因目标不明而倍感茫然.[]xxxx[]

老师指点：要有明确的目标才能消除迷茫，找明前进的方向，这样才能一路向前，实现理想. 12. 自己爱玩，却有一位认真的同桌，每当他写完了所有作业，自己就会因还没写而产生压力，或是在老师讲题是紧张不已.[]xxxx[]

13. 当小时候学习一般的同伴表现出了天赋，看似没有努力成绩却突飞猛进，姍姍领先，自己就会有压力.[]xxxx[]

14. 对于自己没能预料的事要学会适应，一切新奇的事都是刺激的挑战，体验这写就会慢慢喜欢上它，在多边的社会中要学会适应.[]xxxx[]

15. 来自数学老师的压力，数学老师常常督促自己写笔记，做练习册并定期检查.[]xxxx[]

16. 来自期末考试的压力，眼看考试将近，最近的作业却总是做不完，更不用说复习，但没有时间复习会给自己带来压力. []xxxx[]

同学提示：要学会挤出时间去完成作业. 17. 难以理解理科老师所讲的知识，尤其是在课堂上怎么想都想不出来，这时就会很烦躁，容易走神，日积月累，知识的漏洞越来越大。

□XXXX□

18. 我的压力和我同桌的基本类似.□XXXX□

19. 课堂上老师提出一个问题后，有的同学反映很快，立马就报出了答案，常常会打断自己的思路，老师也会误以为大家都会就不再讲解.□XXXX□

20. 压力主要来自于自己，由于自己心里记挂这某些事，从而产生了压力，比如说看到别人在不断地进步，而自己却仍在原地踏步，心里就会很不舒服.□XXXX□

21. 作业很多，经常写不完.□XXXX□

22. 学习越来越难，课程越来越快，赶不上老师的节奏.□XXXX□

四、请同学们谈谈压力对自己的积极影响和消极影响；

同学们各抒己见：

：我觉得压力可以促进学习

1. 明确学习的意义，培养学习的兴趣，乐在其中，将压力化为动力；

2. 进行适当的体育运动，如：打球，跑步等；

3. 听旋律优美，使人心胸开阔的音乐；

7. 不要想别人怎么说，只走好自己的路；

禁烟班会心得体会篇六

本次班会采是讲故事的形式，考虑到若是全班同学都将的话班会持续的时间会太长，因此只能从中挑选几名同学作为代表，结合本班的实际情况，如果是要同学们自己报名将前景惨淡所以采用了最简单的抓阄的方法，每个人被选中的概率相等，避免了互相推脱的情况。

由于要给同学时间准备，而会议提交材料的时间又太紧的关系，我们利用了下课后的中午时间，或许是因为大家都想早点走，也或许是大家准备的都太充分的缘故，第一次在班会上看到同学踊跃的上台发言，从中我想到，没有调不动的积极性，就看你给什么样的动力去催动他们的积极性。

这又联系上了我工作中的做事方法的问题，同学们都是成年人了，有自己的行为标准，高压政策、强逼手段一般情况下都是行不通的，只能引起同学的反感，弄出不必要的麻烦。

因此，在工作中要好好积累经验，好好总结，摸索出团结班上同学的方法。

在班会中，各位同学都抓住了班会的主题，讲述的都是有关于树立远大志向后不断努力最终取得成功的故事，并且都发表了自己的感受。

相信同学们的心里都会对未来有一份期待，希望同学们能从本次班会中得到启发为了那份期待不断努力，最终达成梦想。