

最新健康成长班会演讲稿(汇总10篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

健康成长班会演讲稿篇一

现在独生子女自私、任性的特点，展开，让学生在的人生观、价值观。养成友好、合作的品质。

小黑羊和小白羊的头饰；在班级里的几件不团结、不谦让的事情的录象。

（请两位学生表演小黑羊和小白羊不谦让，最后跌落在独木桥下的故事。）

师：故事看完了，大家来说说做对吗？

生：做是不对的。小黑羊和小白羊不懂得谦让，结果落到了河里，结果多不好啊！

师：应该怎样做？

生：应该互相谦让。

生：应该说话和气，谁有事情谁先过桥。

师：办法真好。谁愿意来表演一下？

学生表演两只小羊互相谦让，过桥的场景。

师：小山羊的事情帮着解决了。可是最近老师的调查，在班级也着不谦让、不团结的事情，应该怎样呢？请看这几件事情的情景再现。

播放情景

健康成长班会演讲稿篇二

通过本节教学，使学生懂得同学之间如何相处，培养学生人际交往的能力。

师：小芳她们为什么玩不到一块？小英又为什么会哭呢？谁来说说？（生充分说）

生：小芳不合群，说别人因为小芳说她，嘲笑她，她受不了

师：面对这种情形，应该怎样解决呢？

生：小芳不应该说别人的缺点，同学之间应该和和气气（生充分说）

2. 情境表演：

师：孩子们看完了表演，大家来说说，王小燕做得对不对？为什么？（生充分说）

生：她爱生气不好，对身体有害

生：那个男同学已经说对不起了，她还生气，谁愿意和这样的同学玩呢！

师小结：是，我们应该有宽容之心同学之间遇到了矛盾，不要斤斤计较，要有宽容之心原谅他人，即使别人有做得不当的地方，在他意识到了自己的错误，并向你到了歉，我们就

应该原谅他，更何况，常生气对身心健康没有好处，只有与同学和谐相处，你才能拥有更多的快乐下面(出示)我们一起来看看以下同学之间友好相处的正确做法，老师给大家的建议是：(1、师读、2、生齐读、3、男女生读)

同学之间

学会友好，不嘲笑缺点

学会尊重，不欺小凌弱

学会宽容，不斤斤计较

学会理解，不撒娇任性

师：同学们每天生活在一起，难免磕磕碰碰，有了上面的原则，遇到下列情况，你又该怎样做?相信你会正确处理(出示)

(1)你的同桌要在桌子中间画一条“三八线”

(2)考试时，你的同桌没带橡皮，可是昨天你跟他借笔，他没有借给你

(3)选班长时，你的好朋友当选，你却落选了

生：遇到这种情况我会这样做：

生：遇到这种情况我会这样做：

同学之间：

学会关爱热情大方

学会体贴细致入微

学会调节消除嫉妒

学会激励互相进步

过渡：接下来，老师还给大家带来了故事，边看边想，你有什么感触？

看着这一切，小慧低下了头。晚上回到家中，吃过晚饭，他对正在打扫的妈妈说：“给我买套耐克装吧！”妈妈急忙问：“那得多少钱呀？”“不贵，就三百多吧！我们好多同学都有，我一定要买一套！”妈妈听了有些为难：“孩子，咱不和别人比好吗？你爸这个月的工钱还没发呢，家里就等着你爸这点钱生活呀！”（小慧家妈妈下岗在家，爸爸在外打零工，还要供小慧上学，生活比较拮据。）

视频：《糖葫芦的故事》

讨论：看到上面内容此时此刻你想到什么？

生充分说：（不要爱慕虚荣…）

师总结：虚荣之心也是一种不健康的表现，在生活当中，老师希望大家（出示）

面对普通不盲目攀比

面对平凡不爱慕虚荣

面对困难坚强应对

面对挫折顽强拼搏

过渡：接下来老师给大家带来了几道有趣的检测题，通过这个检测游戏，主要自我评价以下，自己的心理是否健康，在a.b.c.三项中进行选择，希望大家实话实说（出示检测题）

请你仔细阅读下面的问题，选择答案

(1)、当你与同学在班级发生矛盾时，你采取的解决办法是：

a□谈话解决b□找老师解决c□用武力解决

(2)、每天出入教学楼，能谦让小同学，给他们提供方便吗

a□能谦让b□有时能做到c□不能谦让

(3)、当看到同学有困难能主动帮助吗？

a□能b□有时能c□不能

(4)、你愿意参加集体活动吗，并在活动中力争为集体争光？

a□愿意参加，并能为集体争光b□有时愿意参加c□不愿意参加

a□参加“学雷锋”活动b□和家人一起去亚武山

(6)、你经常为学校或班级做好事吗？

a□经常做b□有时做c□没做过

(7)、课间上下楼你是否能自觉靠右行，为其他同学提供方便？

a□能做到b□有时能做到c□做不到

(8)、你能主动捡拾学校或公共场所的垃圾吗？

a□一定能b□有时能c□不能

选a得24分选b得16分选c得8分

选a□人际关系协调，具有合群、同情、爱心、助人的精神；

选c□加强学习，多交朋友，多向别人请教人际交往的知识

小学生的心理健康标准

- (1) 具有良好的认识自己，接纳自己的心态意识；
- (2) 能调节、控制自己的情绪、使之保持愉悦、平静；
- (3) 能承受挫折；
- (4) 能较正确地认识周围的环境，适应环境和改造环境；
- (5) 人际关系协调，具有合群、同情、爱心、助人的精神；
- (6) 具有健康的生活方式与生活习惯；
- (7) 思维发展正常，并能激发创造力；
- (8) 有积极的人生态度道德观、价值和良好的行为规范

健康成长班会演讲稿篇三

1、知法——了解法律对青少年犯罪的处罚规定。

2、守法——用生动的案例给学生以警示和启悟。

教学时数

一课时。

配乐播放一组少年犯的图片，给学生以心灵上的震撼。

人们常把青少年比喻成“花朵”，生机勃勃，昂然向上。在这个令人羡慕的黄金年龄段，本应刻苦学习，展现自身才华，实现人生价值。然而，一部分青少年却由于种种原因，陷入了违法犯罪的泥潭，在人生的履历表上留下了挥之不去的污点，有的甚至付出了生命的代价。

“花儿”凋谢了，它让我们痛惜，更让我们深思——前事不忘，后世之师，我们一定要遵纪守法，健康成长，走好青春的步伐！

遵纪守法的第一步是知法、懂法。当代社会，青少年犯罪出现了令人警惕的“十七岁现象”，这个现象的出现固然有多方面的原因，但一个很重要的原因就是不知法造成的，因为大多数青少年认为，十八岁以下都属于未成年人，触犯法律不需要承担刑事责任。事实并非如此，《刑法》对未成年人犯罪做了以下几方面的规定，也就是说少年违法也判刑，满十四周岁就要承担刑事责任了，更别说我们现在都十七八岁了。

知法，就要守法，下面我们就通过生动的案例，就几种常见的`犯罪现象，来谈谈如何自律、守法。

（一）财物犯罪

钱财诚可贵，青春价更高。勒索已为甚，害命不可饶。

（二）性格犯罪

1、忍耐忍耐，人情常在；不忍不耐，事情常败。

2、忍一时风平浪静，退一步海阔天空。

3、欺人是祸，饶人是福；心胸狭隘，会把人害。

4、世界是最宽阔的是海洋，比海洋更宽阔的是天空，比天空更宽阔的是人的胸怀。

（三）嗜网犯罪

网络是把双刃剑，偏嗜成癖万事残。一念成魔泯良知，杀害亲人暗无天。

（四）交通违法

自行车行驶“六不准”

- 1、转弯时须减速慢行，前后注意，伸手示意，不准突然猛拐。
- 2、超越前车时，不准妨碍被超车的正常行驶。
- 3、通过陡坡，横过四条以上机动车道或途中车闸失效时，须下车推行。下车前须伸手上下摆动示意，不准妨碍后面的车辆行驶。
- 4、双手不准离把，攀扶其他车辆或手中持物。
- 5、不准牵引车辆或被其他车辆牵引。
- 6、不准扶身并行。
- 7、不准互相追逐或曲折竞驶。

行人行走的安全区域

（1）在有人行道的道路上，除道路施工不能通行外，行人必须在人行道上行走。

（2）在没有人行道的道路上，要靠右侧的路边行走。按道路

设计标准规定，一人通行道路所需活动空间的宽度：行人徒手时为0.7米，手提负荷时为0.9米。行人在路边没有遇到不利的地形、地物时，在上述活动空间内行走的，应认为是靠路边行走。

（3）高速道路、汽车专用道路禁止行人进入。其他禁止行人进入的道路上，设有禁止行人通行标志。

花残花落花满地，留给我们的是无尽的痛惜。在上学期的“与法相伴，健康成长”的作文竞赛中，20班的李云霞同学就针对青少年犯罪写了一篇优秀的作文，题目为《花落·落花》，下面就请我们班几位同学来朗诵这篇文章，让我们在聆听中去反思。

正如文章中所说“花总是要落的，但要等到尽情绽放之后”，如何使自己尽情绽放，绽放精彩呢？我觉得我们要心中有爱——爱他人，爱自己，爱生活，爱生命，爱这个世界，只要心中有爱，我们就不会让美丽而消遁。

健康成长班会演讲稿篇四

1、迎接xxxx年新学期。

2、针对现在独生子女自私、任性的特点，展开讨论，让学生在讨论中形成正确的人生观、价值观。养成友好、合作的良好品质。

1、让孩子们自己制作小黑羊和小白羊的头饰；

2、准备小故事：

发生在班级里的几件不团结、不谦让的事情。

一）齐唱《团结就是力量》

二) 笛子表演

三) 课本剧表演

(请两位学生表演小黑羊和小白羊不谦让，最后跌落在独木桥下的故事。)

学生以小组为单位修改剧本：

学生表演两只小羊互相谦让，顺利过桥的场景。

1、两个同桌同学，小赵要向小王借铅笔，并且在小王没有同意的情况下自己动手去拿。小王一把抢下铅笔，小赵毫不犹豫地打了小王。

2、两个同学因为一盘碟片是谁的发生争执。甲说是他的，乙说他吹牛，彼此之间发生争吵以至动手打了起来。

3、有一个学生拿着篮球走出教室，有个同学想要和他们一起玩，遭到那个同学的拒绝，因为他想单独玩儿。

乙：我们大家来讨论一下这些事情，你们认为这样做好吗？

乙：大家来说说怎样做才能在集体中健康成长？

同学有困难要互相帮助。

遇到事情要为他人着想。

不能自私。

对待同学要宽容大度，不能小气。

应该遵守纪律。

甲：能说说怎样做才是守纪律？

遵守课堂纪律，老师在不在都一样。

走廊要站排，不讲话。

吃饭不讲话，按要求排队，这也是守纪律。

按照学校的要求戴好红领巾。

乙：同学们说的对，我们每个人都这样做，我们的集体就是个优秀的集体，我们每个人在这样的集体中成长就会茁壮成长。

五、游戏《copy不走样》。

六、游戏贴鼻子。

七、朗诵儿歌

小朋友，要记牢

遇事要为别人想

宽容大度是美德

团结互助讲谦让

遵章守纪为集体

甲：新的一学期又到来了！

乙：丰收的秋天，就要到来了！

合：让我们在团结互助、谦虚礼让的集体中健康成长。愿我

们伟大的祖国在新的一年里更加繁荣，昌盛！

甲：请听，《国旗、国旗，我爱你！》

乙：最后，让我们

祝老师教师节快乐，工作顺利！

祝同学们学习进步，天天快乐！

合：“在三（1）班中健康成长--2xxxx迎新学期班会”主题会到此结束！

四、活动后记

在本次活动中，我班本着“人人参与，共同进步”的原则，使每位同学能力得到锻炼与提高，通过合作表演，培养协作意识及团队精神。不仅扩大了学生们的知识面，又增强了他们的动手实践能力，同时又使其集体主人翁意识得到加强，可谓受益匪浅。

健康成长班会演讲稿篇五

- 1 主持人给出本期讨论话题：如何看待父母亲的教育。
- 2 各小组分别收集父母亲的基本要求，以及有哪些教育手段。并谈谈自己对父母亲教育的方式方法的想法。
- 3 各小组进行讨论，把同学们的意见看法收集起来。然后小组长总结本组情况。
- 4 全班每个小组小组长作情况总结，将本组情况作陈述，将学生意见加以小结。

- 5 主持人收集各组同学的情况。并对每组情况作出小结。
- 6 全班同学讨论，然后结合自己家庭实际，谈谈自己想法，谈谈自己对父母亲教育的看法。
- 7 讨论哪些负面情绪，以及该如何正确对待父母及老师的教育。
- 8 主持人作总结性发言。

效果及体会：通过这次班会活动，全班同学的积极参与，让同学们能认识拥有健康的心理，就要有正确的认识，以及积极向上的精神。每个人都应该有一股正能量，才能正确对待父母，老师的教育，同学们的帮助。

健康成长班会演讲稿篇六

“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，我先向你说声对不起，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！

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！

退旗：敬礼

健康成长班会演讲稿篇七

班会目的：经过这次主题班会，使学生能够体谅父母，能缩短与父母的心理距离，学会如何与父母沟通，真正走近父母。

班会准备：调查问卷、课件制作

开展方法：讨论法，说说、议议。

班会程序：

一、课前填写调查问卷

发一纸条，调查学生与自我父母的关系，不需写名字，请真实填写。

a亲密b比较紧张c疏远和一般

填完立刻收齐，统计。

二、根据课前统计情景，

导入：是谁，把我们带到这美丽的世界是谁，呵护我们、保护我们、照顾我们是我们的父母！可是，此刻你是否觉得父母

和你们的距离已经慢慢地拉大。你和父母是否已经没有了亲密感今日，就让我们来学习如何走近父母。

三、出示一些图片，资料是

1. 不顾父母劝阻，长时间上网，荒废功课；
2. 放学迟迟不愿回家，贪玩。
3. 经常“煲电话粥”

如果你有以上情景，父母会如何惩罚自我请同学们讲讲并说说被惩罚后的感受。

四. 从父母角度看

投影毕淑敏的“孩子，我为什么打你”。

健康成长班会演讲稿篇八

安全是生存的基本保障，是所有儿童的基本权利，但因为受生理心理条件的限制，他们对危险的认识不足，自我保护能力差，生命安全时时受到意外的伤害。我们发现，许多家长自己的安全意识就很淡薄，他们只重视幼儿的知识而忽略了这一方面的教育。多年的家园合作经验告诉我，这种活动，只有通过家长、幼儿、教师三者之间轻松愉快的探讨交流，才能使安全教育更加生活化、具体化、清晰化，并能在具体生活中去指导、影响幼儿的行为，以达到实质性的作用。

- 1、了解日常生活中存在的各种危险，学习初浅的安全自救的。
- 2、乐于在集体中表述自己的感受与见闻。
- 3、增进教师、家长、幼儿之间的情感。

4、考验小朋友们的反应能力，锻炼他们的个人能力。

5、加强幼儿的安全意识。

1、磁带、纸、笔、心形气球。

2、录象片段。

一、播放警笛声，引出话题——安全的重要性

1、如果你家着火了，你一个人在家，你会怎么办？

2、请幼儿尝试自己想出来的自救方法。如拨打119等(游戏)

3、幼儿现场演习“火场”逃生。(放火警声音，幼儿与家长人手一块湿毛巾捂住鼻子，下蹲逃生)

二、了解日常生活中身边存在的各种危险

1、你发生过危险事故吗?或者你看过听说过哪些危险的事?(先请幼儿讲述，后请家长讲述)

2、生活中什么事是有危险的，我们不能做或者要当心的？

3、教师根据幼儿讲述内容作记录，加深幼儿对各种危险的警惕。

三、了解在幼儿园中如何保护自己和他人的安全。

1、你知道在幼儿园里那些事情也是危险的，我们不能做或者是要当心的？

2、放录象，请幼儿判断什么行为是错误的，进一步了解危险随处可见。

3、如果你看见有小朋友正在做危险的事，你该怎么办？

四、家长、老师互相交流自己的想法及需要相互配合的问题。

你觉得在安全教育中，有什么需要老师配合或帮助的问题吗？(家长)

五、教师小结：危险在我们身边随处可见，但是只要我们知道它是危险的，远远的离开它，那么我们会减少一些受伤的机会。我们希望小朋友们爱护自己的生命，远离危险，每一个人都能健康茁壮的成长。

六、音乐起，送给幼儿每人一个爱心气球。

布置安全主题板，家长、幼儿、老师及时将自己搜集的相关资料、感想展示其中，加强幼儿的安全防范意识。

活动：

在整个教育活动中，坚持面向全体，尊重、关注每个幼儿，给所有幼儿提供开放的环境，同他们一同探索，始终做幼儿的支持者、参与者、引导者、合作者，丰富了幼儿，提高了自我保护能力。当然，活动也存在一些不足，如对中班年龄普遍偏小的特点，把握不到位，活动难度稍有些偏大。在引导幼儿自主探索、互助合作方面的能力有待进一步提高等等。

健康成长班会演讲稿篇九

1主持人给出本期讨论话题：如何看待父母亲的教育。

2各小组分别收集父母亲的基本要求，以及有哪些教育手段。并谈谈自己对父母亲教育的'方式方法'的看法。

3各小组进行讨论，把同学们的意见看法收集起来。然后小组

长总结本组情况。

4全班每个小组小组长作情况总结，将本组情况作陈述，将学生意见加以小结。

5主持人收集各组同学的情况。并对每组情况作出小结。

6全班同学讨论，然后结合自己家庭实际，谈谈自己想法，谈谈自己对父母亲教育的看法。

7讨论哪些负面情绪，以及该如何正确对待父母及老师的教育。

8主持人作总结性发言。

效果及体会：通过这次班会活动，全班同学的积极参与，让同学们能认识拥有健康的心理，就要有正确的认识，以及积极向上的精神。每个人都应该有一股正能量，才能正确对待父母，老师的教育，同学们的帮助。

健康成长班会演讲稿篇十

一、教学内容：

健康心理、身体

二、教学目标：

学生知道健康的含义、中学生心理健康的内容和要求、懂得心理健康与身体健康的辩证关系。

三、教学重点：

健康的含义、中学生心理健康的内容和要求、心理健康与身体健康的辩证关系。

四、教学难点：学生心理状况的分析

五、教学方法：设问法、归纳法、讨论法、讲授法、范例分析法

六、教学过程：

(一) 导入课题

提出问题：你认为生活中最重要的是什么？

备选答案（健康、事业、爱情、亲情、友情、美貌、品质等）

组织形式：小组讨论、汇总（学生发言后教师总结如下）：

同学们：随着新世纪的来临人们对健康的要求越来越重视，健康是全人类的头等大事。

每个人都希望自己健康，只有拥有健康才能拥有一切。

可是什么是健康呢？人们总是习惯上把不生病的人说成是完全健康的人，这是不完全正确的，还有人认为身体强壮就是健康，这种理解也不够完整，究竟怎样才算是健康呢？联合国世界卫生组织提出健康的含义是：健康的含义：在心理上、身体上和社会交往上保持健全的状态。

人体是一个统一的整体，这不仅指身体各器官、各系统经过神经系统的整合作用而形成一个相互影响、相互制约的统一体，而且还指人的心理和生理相互作用、相互影响而构成一个整体。

(二) 研讨课的内容：“心理健康与身体健康”

1、身体健康是指无身体疾病和缺陷，体格健壮，各器官系统

机能良好，有较好的适应的能力和对疾病的抵抗能力等。

(1) 心理健康是指较长时间内的，持续的心理状态不是短暂的。

(2) 心理健康是个体应有的状态，反映社会对个体心理的最起码要求，而不是最高的心理境界，就像健康还不是身体健美一样。

(3) 心理健康是个体在适应社会生活方面所表现出来的正常、和谐的状态，包括身心知觉明确，能正视自己的生理和心理特质，情绪稳定、乐观、有生活目标，乐意和胜任工作，人际关系和谐等。

3、中学生心理健康的内容和要求：

(1) 自觉——心理健康的学生不把学习看成是负担，愿意学习，努力掌握知识技能，自觉完成学习任务，经刻苦努力取得优秀的成绩，能从自己的实际出发，不断地追求新的学习目标。

(2) 自持——心理健康的学生情绪稳定，乐观，表现适度易控，不为一时的冲动而学校的纪律，不为学习中遇到的困难而焦虑重重，始终保持活泼、开朗、稳定、豁达，充满朝气。

德和智慧等方面都有比较全面的了解，而且清楚地知道自己的优点和缺点。

(4) 自爱——心理健康的学生对自己的生理特征，心理能力及自己与周围现实的关系有的认识，个人的理想、目标、行动能够跟上时代的发展，并与社会要求一致，既不欣赏，也不自惭形秽，不论自己长得美丑，有无生理缺陷，有无疾病，智力能力的水平高低，都能喜欢，悦纳自己，不管周围优劣，条件好坏，都能从实际出发，努力适应。