

# 面对挫折班会 禁毒班会后心得体会(实用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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 面对挫折班会篇一

毒品是影响一个社会、一个国家甚至整个地球的丧命瘟疫，严重威胁着我们每个人的安全和幸福。在这样的背景下，我所在的班级近日举行了一次以“禁毒主题班会”为主题的活动，让我更深刻地认识到禁毒的必要性和重要性，也让我对此有着更深层次的思考。以下是我在这次活动中的一些心得体会。

### 第一段：明确禁毒的重要性

首先，我们需要明确毒品是一个极具危害性的物质。它对人的身体和精神都会造成极为严重的损害，甚至导致死亡。而对于社会，毒品会导致各种各样的问题，如贩毒活动引发的暴力、犯罪活动，以及家庭破裂、青少年失足等社会问题。因此，我们必须认识到禁毒的重要性，不能让毒品侵蚀我们的社会和未来。

### 第二段：寻找解决毒品问题的根源

了解了禁毒的重要性后，我们就要寻找如何解决毒品问题。首先，我们应该注重对青少年的教育启蒙工作。青少年是最容易受到毒品侵害的群体，因此通过开展禁毒教育、宣传活动来提高他们的防范意识，是至关重要的。其次，我们应该关注贩毒活动的根源，通过打击贩毒行为、严厉打击毒品渠

道，加强边境管控等措施来割除毒品生产和贩卖链条，尽可能地减少毒品的扩散。

### 第三段：加强社会关注力度

禁毒不仅是个人和政府的责任，也是全社会的责任。因此，我们需要在全社会加强宣传、鼓励以及支持禁毒工作。比如，可以开展一些社区禁毒宣传活动、禁毒知识讲座等，让更多的人参与到禁毒工作中来。同时，我们也需要对毒品问题加强社会关注力度，提高政治意识，让政府制订更完善的禁毒政策和措施，这样才能够更好地保护自己和社会。

### 第四段：坚定抗毒决心，积极主动参与

我认为，禁毒不仅仅是口号，也不是单纯的宣传活动，更重要的是要坚定抗毒决心，积极主动地参与禁毒行动。大家可以采取多种途径，如组织义务勤工俭学劳动活动、参加禁毒知识竞赛、开展义卖活动等等，用实际行动来传递禁毒理念，让禁毒理念深入人心。同时，我们也应该自身行动，努力拓展个人兴趣和爱好，让自己远离毒品，用自己的健康与美好，为社会做出贡献。

### 第五段：结语

总之，毒品已经成为全球面临的严重挑战之一，禁毒不仅仅是个人、社会的责任，更是每一个人的使命。希望通过这次禁毒主题班会，能够让更多的人关注禁毒事业，同时也能够让我们懂得了解禁毒的重要性和意义。让我们一起拿出勇气和行动，积极参与，为禁毒宣传、抗毒事业贡献自己的力量。

## 面对挫折班会篇二

### 一、组织目的：

1. 在形成新集体时，同学之间难以融合，唯我独尊的现象严重，且同学之间还存在互不服气，相互排斥的不友好现象。针对此现象，按照校政教处的要求，组织以“我和我的集体”为中心的主题班会——《我们携手走向明天》，旨在增强集体凝聚力，唤起学生对集体的热爱、对同学的友爱之情。

2. 力争通过此次班会，调动尽可能多的同学参与到建设一个积极向上、团结协作的集体中来。并在班会中发现同学们的特长，增进彼此的了解，促进友谊的发展。

## 二、准备步骤：

1. 召开班委会，讲明以上目的。调动班委的积极性，出谋划策，着手准备。

2. 主要负责人

班长、宣委构思班会内容，注意从本班现实中搜集素材。

3. 找班内有号召力的同学谈心，激发其参与活动的热情，并引导其在某些方面作表态。

4. 审查班长、宣委的组织稿件。

5. 审查有关人员的发言稿，引导其从积极、正面的角度调动同学们爱集体、尊重他人的热情。

6. 安排擅长绘画、书法的同学布置教室。

## 三、班会的具体步骤、安排：

2. 提出第二个议题：“那么集体能不能改变个人，个人能不能改变集体呢？”——设计让持不同观点的人形成正、反方进行辩论。—— 做为此次议题的总结发言。

3. 设计几个小情景，引发全体同学参与讨论：

(1) 同桌在考试时传给你纸条，并问你题。让学生各抒己见。

4. 又一个议题：“怎样和同学搞好关系，和睦相处”？

5. “那么我们应怎样看待别人的优缺点呢？”张达送给大家几句话，‘有则改之，无则加勉’，‘择其善者而从之，其不善者而改之’，‘忠言逆耳利于行’，一定要虚心对待别人给自己指出的缺点。”——班长不断提出议题，讨论进入高潮。

四、班会效果：

由于讨论有的放矢地针对班级中的现象，使得学生在不知不觉中接受了教育，无形中形成了集体的核心，效果不错。

五、总结：

此次班会达到了预期目的，班里的气氛自始至终活而不乱，人人都满怀热情，人人都快乐、严肃地加入进来，集体有了凝聚力，人与人之间不再冷漠。

## 面对挫折班会篇三

作为一个青年学生，在考试成绩和学术能力之外，日常生活中的身体健康同样重要。基于此，学校举办了一次关于健康主题的班会，给同学们普及一些保健与健康知识。我对此次班会深有感触，以下将分享我的心得与体会。

第二段：班会内容回顾

在班会中，老师们主讲了许多与健康相关的知识，包括饮食健康、健身运动、心理健康等方面。在饮食健康方面，老师

们介绍了一些有营养的食物和吃饭的规律，让我们进一步认识到吃好对身体健康的重要性；在健身运动方面，他们教授了一些简单的运动方法，在特殊的时期下让我们也可以在家中进行调节；在心理健康方面，老师们给我们讲述了一些情境与方法，提升我们的精神状态。

### 第三段：班会收获与体会

听完老师们的讲解，我不仅认知到很多与健康有关的知识，而其中有些还是我之前从未了解过的。在我平时的学习与工作中，我一直很少关注自身的健康问题，因此受益匪浅。此外，我还意识到健康与随之而来的幸福是息息相关的，健康是幸福的前提。换句话说，投入到自己身体和心理健康的关注和调整中，才能真正地践行“健康万岁”的口号。

### 第四段：行动起来

1. 健身：由于近期考试较为紧张，时间不太充裕，我便尝试着抽出一些时间进行简单的运动，例如上楼梯等。
2. 饮食：在班会后，我进一步深入了解了一些健康饮食方面的知识，开始多关注一些有益健康的食材，例如绿色蔬菜和水果等。
3. 心理健康：经过这次班会，我发现平时承受压力太多了，很容易造成心理负担，因此我计划在未来的时间里多和身边的朋友聊天，认识更多人，增加自己的社交圈。

### 第五段：总结

通过这次班会，我真正体会到了健康对我们人的重要性。身体健康、心理健康是我们在学业与生活中都需要关注和保持的。我将认真贯彻班会所学知识，积极行动，让更多的人加入到保持健康、活力与幸福的行列中来。

# 面对挫折班会篇四

外国语学院滕庆娇08104053

4一、班会背景和目的1、现在的独生子女接受家长的太多，给予家长的爱太少。

2、让学生在活动中感受到父母的爱是世界上最伟大、最无私的爱。

3、让学生体会感恩是最幸福的,最甜美的. 二、班会形式

朗诵、游戏等

三、主持人

四、参会人员：初一（5）班全体学生

五、表演人员：班级成员

活动过程：

一、在歌曲《感恩的心》中开始本次主题班会

二、真情导入

甲：同学们大家下午好！首先，我说一个英语单词，看看大家知不知道它的中文含义[]thanksgiving day[]对，是感恩节，大家知道，在美国，把每年11月的最后一个星期四定为感恩节，在这一天，具有不同信仰和不同背景的人们，会按照习俗前往教堂做感恩祈祷，感谢上苍一年里对自己的恩赐和惠顾。我们中国也有着“感恩”的传统，像：“滴水之恩，涌泉相报”、“谁言寸草心，报得三春晖”都是很好的写照。

乙：今天我们班举行以《感恩父母回报于行》为主题的班会，希望同学们以此为契机，学会感恩，刻苦学习，拼搏进取，回报父母。

甲：世界上有一种琐碎的爱，她的名字叫母爱。

乙：世界上有一种宽容的爱，他的名字叫父爱。

慈母手中线，游子身上衣。

临行密密缝，意恐迟迟归。

### 三、拷问心灵

甲：下面进行现场调查

问题1：你知道父母的生日吗？

问题2：你知道你的父母最喜欢吃的一道菜吗？

问题3：你知道母亲节和父亲节是什么时候吗？

问题4：你知道父亲（母亲）在什么地方上班吗？什么时候上下班呢？

””

乙：通过刚刚的调查我们发现，并不是每个同学都十分了解自己的父母，可是反过来如果被问的是父母，不用调查也会知道结果，父母会对我们的一切记忆得都很深刻！

### 四、体悟亲情

甲：我们都听过一首好听的歌曲《感恩的心》，你们知道这首歌曲的来历吗？乙：其实，我们的父母也像故事中的小女

孩的妈妈一样，他们生下我们后，用一生的爱来滋润我们稚嫩的心灵。

甲：他们用火热的爱温暖我们的一生。

乙：下面请大家用真情讲述爸爸妈妈无微不至地关怀我们的点点滴滴：,,, 甲：一件件生活的小事，蕴涵着父母对我们的恩。

乙：一句句动人的话语，洋溢着父母对我们的情。

## 五、真情告白

### 1、朗诵《人生的第一次》：

甲：我第一次听到地哟, 是你的喊；

乙：我第一次看到地哟, 是你的脸；

甲：我第一次偎着地哟, 是你的胸口；

乙：我第一次熟悉地哟, 是你的眼；

甲：我第一步走地路哟, 是你把我搀；

乙：我第一次流下的泪水, 是你帮我擦干；

甲：我第一次穿地衣哟, 是你为我连；

乙：我第一次爱上地人哦, 领到你跟前；

甲：无论我走到哪里, 总把你挂念；

### 3、诗歌朗诵



我们沐浴着爱的阳光长大

我们滋润着人间的真情成长

多少次带着幸福的感觉进入梦乡

多少回含着感动的泪花畅想未来

学会感激—感激我的老师，因为他们给了我无穷的知识

学会感激—感激我的朋友，因为他们给了我克服困难的力量

有一个词语最亲切

有一声呼唤最动听

有一个人最要感谢

有一个人最应感恩

它就是一“妈妈”

聆听妈妈殷切的心愿

我们应该学会感恩，应该学会感激

如果说母爱是船，载着我们从少年走向成熟

那么父爱就是一片海，给了我们一个幸福的港湾

如果母亲的真情，点燃了我们心中的希望

那么父亲的厚爱，将是鼓起我们远航的风帆

拿什么来感谢你，我的父母

父母的爱说不完、道不尽

所有的恩情我们铭记于心

六、感恩于行

（请同学发言）

乙、为父母洗一次脚、为他们做一次饭、献给父母一朵花,,,,,虽然这些都是鸡毛蒜皮的小事，但也能表达我们的诚意。

甲：不知不觉，我们长大了，岁月的年轮写在父母的身上。

（全班齐说。）

七：班主任总结：

懂得感恩，我们要学会珍惜；

懂得感恩，我们要学会回报；

懂得感恩，我们要有自己的实际行动。

懂得感恩，老师相信同学们会越做越好。

八：结束语

甲：鲜花可以枯萎，乙：沧海可变桑田。

## 面对挫折班会篇五

鼠疫作为一种传染病，一直以来都是威胁人类健康的大敌。为了加强 广大学生的防控意识，学校在近期组织了一场关于“防鼠疫”的主题班会。通过参加这次班会，我深刻认识到了鼠疫的严重性以及预防与控制的重要性。以下是我对这

次主题班会的心得体会。

首先，班会上给我们进行了一次形式多样的鼠疫知识普及。老师通过图文并茂的PPT[]生动有趣的案例以及实践讲解，向我们详细介绍了鼠疫的传播途径和症状特点。原来，鼠疫是通过被感染鼠类或被鼠蚤叮咬的方式传播的，而且病情发展迅速，一旦感染病原体就会出现严重的发热、淋巴肿胀等症状。通过这次普及，我们学到了很多相关知识，提高了防控能力，这对我们未来的生活与工作都大有裨益。

其次，班会中给我们进行了一次实地参观，亲身感受到了防控鼠疫的工作。我们来到了学校防疫办公室和学校食堂的厨房，亲眼目睹了全方位的防疫措施。厨房工作人员在制作食物前要进行全面的个人防护，确保疫情不会通过食品传播。防疫办公室的工作人员采取多种措施，比如封堵进出通道、定期灭鼠消毒等，确保了校园环境的整洁和安全。通过实地参观，我深刻理解到了防控鼠疫需要全社会共同努力，每个人都要有自己的责任心和防控意识。

再次，班会中还邀请了一位疾病预防控制中心的专家给我们做了讲座。专家从鼠疫的防控策略和应急预案角度入手，向我们讲述了如何应对突发公共卫生事件。他强调了预防措施的重要性，特别是在早期诊断与隔离、疫苗研发与配送等方面需要加强。通过与专家的交流，我们深刻认识到防控鼠疫需要全面策略，只有全面部署才能应对复杂多变的疫情。

最后，班会的最后一部分是大家分组进行的防鼠疫应急演练。在演练过程中，我们模拟了突发鼠疫疫情的应对措施，练习了疫情发生后应当迅速行动的能力。通过这次演练，我们不仅提高了自己的应急反应能力，还加深了对防治鼠疫工作的认识。只有经过实践演练，我们才能更好的掌握应对突发疫情的方法和技巧。

通过这次主题班会，我深刻认识到鼠疫的危害以及防控的重

要性。只有全社会共同努力，每个个体都具有预防、控制和处置突发公共卫生事件意识，我们才能形成强大的防控力量，保障人类的生命安全和身体健康。相信通过这次班会的学习和实践，我们将更加有信心应对和战胜突发疫情挑战。