

# 最新第二学期班会记录 春季学期班会工作计划(模板9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？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。

## 第二学期班会记录篇一

我校少先队工作以《中央关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》的精神为指导，依据少年儿童的心理特征，按照新课程的基本理念进行，努力由约束性德育向发展性德育转变，由单项式德育向互动式德育转变，由单一的德育模式向多样化和个性化德育模式转变，由封闭式德育向开放式德育转变，让学生在实实在在的活动中感受、体验，从而使学生的道德认识、道德意志和道德行为得到良好的发展。

本班学生共有学生44个，其中男生24。学生在学习习惯上的养成还不尽如意。主要表现在1、作业的拖拉现象时有发生，责任心不强，时间观念没有，这样的学生有两三个表现得比较严重。2、课堂发言，以五六人为多举手，一部分人上刘茫然。3、个性化发展较少，很多学生没有自己的特长，也没有培养的想法，学习上得过且过。4、男女生之间互不帮助的情况时有发生。学习成绩中下生较多，他们的学习没有主动性，被动依赖比较严重。班干部的作用不明显，没有团队意识，岗位职责不强。

1、向学生进行思想品德教育，端正学习态度，明确学习目的。提高学习兴趣，使学生主动学习，提高学习成绩。

2、向学生进行行为习惯养成教育，使学生成为有礼貌、讲文

明、守纪律、讲卫生的好少年

3、积极参加学校组织的各项活动，使学生在活动中受到教育。

（一）行为规范教育：

1、明确小学生日常行为规范，做到人人知晓

2、继续开展“人人争当六好生”活动。本学期的具体安排如下：

\*由原来的六好生组成评委，对新学期的工作进行开展。因为我们班级上学期共评出六个六好示范生，人员比例并不高，根据这个特点，这个学期他们的工作从被评转为帮助班级开展工作。

\*根据学生的喜欢，由大家讨论出自己喜欢的操作方式，考虑班级实际，进行开展。

\*考虑班级实际，把写好字，扫好地当作这个学期的主要工作。其他的四个好由学生每月评出，综合评委的意见上报。这两个工作的过关由任课教师和班级干部负责。

\*关于扫好地，首先制定出每个值日生的工作范围和工作时间，因为上个学期在洗小黑板和倒垃圾上，经常有大家都忘记了的事，详细的列表要张榜公布。然后由班长和民事卫生委员进行分别考察，结合自评，公布每月学生卫生工作达标情况。

\*关于写好字。每周安排一节或半节写字课，重点写钢笔字。

一学期进行四次钢笔字上墙，一次作业展览。大力表扬作业认真的同学，并结合大队部的活动，给予优先。

3、用班会、晨会进行常规教育，抓好纪律、礼貌、劳动、学

习等方面的常规，使行为规范训练经常化、规范化。

4、从小事做起，从身边做起。今天你的朋友好吗？今天你读书了吗？根据学校人文化校园的建设要求，从上下楼梯的小脚，课桌下的没有纸屑，排队集合时不讲话，不靠边墙等小事做起，根据学校的要求，分时间对此作专项的训练。

## （二）后进生辅导

1、学生行为习惯养成是小学教育的重头戏。后进生不良行为的改变更是难于上青天。小学高年级老师想改变他们不做作业的恶习真比打仗还难。虽说攻心为上，攻城为下，对于“野火少不尽，春风吹有生”般的坏习惯时，教师必须有痛打落水狗的决心，攻城攻心双管齐下，坚持持久战，方可有效。如对小钱，把中午时间当成考验他习惯的时间，建立一个评价过程表，要他自己记录：完成时间，完成态度，完成心情。

2、对其他的后进生，课堂上选择难度较小的问题，多提问他们，回答有了差错，做好安慰工作，让他们很体面地坐下去思考。常与他们交心，启发他们倾吐自己的苦衷，发表自己的一些看法。想方设法从多方面关心和帮助他们，使他们亲身体会到老师的善意，相信老师的真心，把老师当成知心人。努力使自己成为学生最信赖的人。“你的心情我能理解！”“一切从头做起，好坏看今后的实际表现！”

## 第二学期班会记录篇二

新的学期开始，为了让学生得到全面发展，也有了新的气息，特制定\_\_\_\_\_年级班主任工作计划如下：

### 一、指导思想

以学校总体工作计划为指导，以深入开展素质教育和创新教

育为目标，围绕学校主题教育活动，提高学生的思想素质和科学文化素质，以爱国主义教育为主线，以学生的行为习惯的养成为主要内容，注意培养和提高学生的基本道德，上好每一堂课，规范班级日常管理工作，开展丰富而有意义的少先队活动，实施切实有效的学生心理健康教育、努力探索班级工作的新特色。

## 二、学生概况

本班共有\_\_位学生，其中男生\_\_人，女生\_\_人，学生在纪律、劳动等方面表现较好，但在个别方面如团结协助、展现自己的勇气、敢于创新方面仍有待锻炼和培养。

## 三、工作目标

本学期我班的基本目标是：建立一支有进取心、能力较强的班干部队伍，全体同学都能树立明确的学习目标，形成良好的学习风气，培养学生良好的行为规范，弘扬正气，逐步形成守纪、进取、勤奋的班风，培养一个团结、向上、文明的集体。

## 四、工作重点

- 1、继续抓学生的常规养成教育，培养良好行为。
- 2、搞好班级卫生工作管理、学生的日常行为培养。
- 3、搞好每位学生的自我保护教育，增强安全意识，形成一定的能力。

## 五、具体工作

### (一)常规教育方面

- 1、充分利用班队会和晨会的时间学习《小学生守则》和《小

学生日常行为规范》，并在日常学习的过程中让学生指导什么行为是对的，什么是不对的，使学生养成良好的学习和生活习惯。

2、利用升旗仪式、班会，加强学生的德育教育。通过主题班会，使学生懂得做人的道理，培养其爱国主义情感。

3、充分发挥各项活动中的教育阵地的作用，增强学生的荣誉感，使学生心中有他人、有集体。

## (二) 班级纪律方面

一个班级，要想有良好的班风，必须要有有良好的纪律才行。因为，我从以下几点入手：

### 1、课堂纪律

首先，师生共同制定班规班纪，并制定相应的奖惩颁发，这样学生既感到有趣，又有动力，而且可以在不知不觉中遵守纪律，由于是孩子们自己制定的，这样变被动的各种要求为主动的行为，有助于学生将文字内化为行为，我们班的宗旨是“说到就要做到”。

### 2、课间纪律

课间是学生轻松休息的时间，良好的课间纪律将会给整个校园带来活跃而轻松的气氛。然而，丰富多彩的课间活动，就是解决课间纪律乱的法宝。我将针对学生的年龄特点，采用师生共同参与的方式，开展“跳绳、做游戏、拍球”等活动，使学生既健体又受教育，还能增进师生之间的感情，扩大交流的空间，同时，随时提醒学生要注意的危险活动和场地，寓教于乐。

### 3、午间纪律

中午学生来校有的比较早，为了安全，我让学生轮流值日管理班级，每人带一本课外书或字帖。学生有的看书，有的练字，有的讨论问题。轮流值日既让全体学生得到了锻炼，又可以让调皮的学生感受到管理的不容易，从而认识到自己的不足。

### (三) 卫生方面

讲究卫生很重要。俗话说，病从口入。整理好卫生，既能使身体健康，又能养成良好的生活习惯，还能创设一个良好的学习环境。

1、个人卫生：要求衣着整洁，做好“三勤”，桌洞勤清，物品勤摆，两操勤做。

2、班级卫生：每天早、中、晚分派值日生清扫，设立卫生监督岗，进行检查与监督。对于主动、及时打扫卫生的同学或小组，进行奖励。同时利用黑板报，专栏美化班级环境。

### (四) 班干部的培养方面

班级管理光靠班主任一人来管理是不够的，而班干部却是班级管理的小助手。充分的挖掘孩子的能力，培养有个性的人，使孩子们学会学习，学会生活，学会合作和学会管理。

这学期，我将会蹲下身子和学生说话，用心去交流，用欣赏的眼光寻找孩子身上的每一处闪光点。我相信，只要关爱孩子，尊重孩子，宽容孩子，我们就能找到开启学生心灵的钥匙。上述措施只是我对班级本学期的初步打算，在今后的工作中，我将不断地加以改进。

## 第二学期班会记录篇三

时间总是很匆匆，转眼就到了期末复习迎考的日子了。期末

考试对于班级里的学生来说，是一次总结，是一次考验。我们都很希望通过扎实的细致的复习，为了使期末复习取得最好效果，五年级二班召开了“如何搞好期末复习”主题班会。

班会上同学们先分小组说一说自己整体的复习方法或某一科的复习方法。然后各个小组派两名代表上来说一说自己的复习心得。最后同学们就如何搞好期末复习达成了共识。

1、认真仔细地完成老师布置的复习作业。

2、要把那些学过的知识理一理，记一记，做一做。

3、在复习时，如有一知半解的地方先自己去分析和理解，如有自己理解不了的，就向老师提问和请教。

4、做到劳逸结合，放松精神，该复习时认真复习，该休息时好好地休息。

一，在学生中“造势”。我一直觉得好状态是好成绩的保证。所以复习期间，我首先想做的就是学生在中造出期末迎考的势头来。煽动学生情绪，调动学生积极性，我想利用班会课的时间，通过各种方式来营造一种迎考的氛围。比如说，我打算让我们班级的学生找一个比自己强些或者实力相当的对手，让她向对手“下战书”，来刺激一种良性的竞争；我还打算在班级展开“小试牛刀”活动，其实就是让学生重视考前的每一次练习，把小考当大考来做，关注自己在每次考试中的进步或者是退步。但是，我知道，复习时间其实对学生来说还比较漫长，弦一直绷得太紧，很容易会断，因此我将继续我的“快乐班会”，通过每天向学生讲述一个故事的发放，让学生在故事中学习道理。复习迎考期间班会课的故事，我会着重在心理的调节上，让学生快乐的结束一天的复习，再充满活力的迎接下一天的复习工作。

二，和任课老师紧密配合，合理安排辅导时间。通过和任课

老师们的事先沟通，配合默契，那么，复习工作就能事半功倍。我一致认为，虽然现在是在复习时间，但是高效的课堂比多花时间重要得多，多以我们还是会把精力最多得投注在课堂上，看重学生的课堂表现和掌握度，及时查漏补缺。课余时间，我们除了偶尔的个别辅导之外，一直都是留给學生自己复习的，这次期末期间，我们也是这样的打算。放学后的个别辅导，我们每天都会及时协商，做到不留同一人，不打持久战，注重这段时间的效率。

三，发动家长的力量。我想家长们都是知道期末考试的重要性的，只是她们不知道怎样帮助孩子复习。我想做的，首先是教会家长怎样帮助自己的孩子复习。首先，我想让学生当老师，去教自己的家长，因为，学生要想说动家长，首先她自己就要能明白如何复习。然后我通过家校联系本，反馈家长们的学习情况，对于个别感到迷惑的家长，再打电话，或者发短信，进行沟通，务必把家长们都调动起来，积极主动的配合我们的工作。

四，“循序渐进、阶段侧重、精讲精练、知能并存”。把期末复习分成四个阶段：（1）基础复习（用一半的时间，对这些内容一项一项地归纳、整理，真正搞清楚，弄明白）；（2）强化能力（侧重能力测试题型的解题思路、技巧的练习）；（3）查漏补缺（查漏补缺，以求尽善尽美）；（4）模拟练习（做两三套期末考试模拟试题，熟悉考试题型、考场规则）。

总之，期末复习的方法是多种多样的，有些方法可能需要在实践中灵活运用。

## 第二学期班会记录篇四

通过对上学期的工作总结，让全体同学意识到这个学期来班级的优缺点。懂的发扬优点，改正缺点，促进一起进步。同时也让大家明白，时间过的很快，我们刚入学，现在一个学期过去了，我们要把握有限的时间去学习无限的知识。同时

对上学期表现优秀的同学进行表彰奖励，促进大家一起努力，让大家在学习上有动力，也是对大家一学期来努力的肯定。最后，希望能够通过对上学期的总结来展示班级文化和回顾过去班级一起举行过的活动来团结同学们，使他们更具有凝聚力以及对班级的荣誉感，让他们能够明白班级里最重要的事情就是同学们能够感受到班级的团结和温馨。让他们懂的我们在同一个班级里生活和学习，就应该一起努力，一起张扬火红的青春。

20xx年9月14号

人力资源管理专2班

赞助单位：第一范文

活动对象：人力资源管理专2班31人总人数31人

2313多媒体课室

ppt演讲和视频播放

1、7：10—7：20班长发表讲话

2、7：20—7：30回顾过去

3、7：30—7：35颁奖活动

4、7：35—7：50展望未来

1、班长发表讲话：总结班级的优缺点，优点应继续发扬，缺点要及时改正。对班级的期望。把班级建设成更加团结和更具有凝聚力。

2、回顾过去：通过观看过去同学们参加班级活动的照片和视

频，把那些珍贵的回忆留住，不仅是对过去日子的美好回忆，也是对未来学习生活的激励。

3、颁奖活动：对上学期表现优秀的同学进行表彰奖励，促进大家一起努力，让大家在学习上有动力，也是对大家一学期来努力的肯定。

项目

单价（元）

数量

小计（元）

笔记本

2

7

14

学期全勤奖：共2人每人奖笔记本1本

学习优胜奖：共5人每人奖笔记本1本

以上为本次活动那个的明细分类，敬请院领导、指导老师审批！

此致

敬礼

xx届人力资源管理专2班

20xx年9月4日

## 第二学期班会记录篇五

以科学发展观为引领，以党的十八大精神为宗旨，认真贯彻中央关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》和《少先队辅导员工作纲要（试行）》，按照区科教局工作的总体要求及学校工作计划的思路，充分发挥少先队在全校未成年人思想道德建设中的重要作用，以培养学生良好的思想素质和行为规范为主线，以强化行为规范养成教育为重点，以特色活动为平台，不断增强德育工作的主动性、实效性，形成全员、全方位、全过程参与的德育模式，促进全体学生勤奋学习、快乐生活、全面发展，力争使学校德育工作更上一层楼。

2、加强班主任（辅导员）队伍建设。树立责任意识。班主任是班级工作的第一责任人，本学期进一步健全和完善班主任岗位职责、工作条例、班主任工作考核评估激励机制，坚持从形式和内容两方面公正、客观地衡量班主任工作，鼓励班主任（辅导员）主动认真地开展工作。针对存在的问题和取得的成绩及时提出批评或表扬。本学期将定期召开班主任工作例会，达到相互学习、相互促进的目的。

3、充分发挥少先队工作的作用，扩大学生干部的影响。少先队将定期对学生干部进行培训，充分发挥他们的积极性，使他们带动更多的同学一起学习，共同进步。同时，各班通过每月一评，选出各方面的优秀学生，使学生学有目标，赶有方向。

本学期，大队部将队员的常规教育和中队的常规管理作为工作的重心，多管齐下，培养广大少先队员良好的行为习惯，建立良好的班级风貌。

一是构建学生管理机制，实施自主管理。进一步巩固完

善“值日制度”，通过常规检查、随机抽查等方式，抓好“进校礼仪规范”、“放学队伍规范”、“两操规范”、“课间文明安全规范”、“班级卫生规范”，在队员中形成“知礼仪、明是非、学规范、讲文明”的良好氛围。

二是以争创“四好少年”、“文明班级”、“特色中队”为激励手段，开展各项文明评比活动，积极树立正面典型，发挥榜样示范作用。重点开展“文明礼仪中队”评比活动，大队部牵头，各部门携手，以竞争促进步，用评比抓落实，扎实推进中队常规建设。

三是发挥阵地作用，加强宣传力度。充分利用红领巾广播、黑板报、橱窗等宣传阵地，开展宣教和互动，营造文明氛围。

本学期，大队部将一如既往地重视少先队员的思想道德建设。坚持育人为本，德育为先，切实把树立和践行社会主义核心价值观融入到少先队活动的各个环节，融入学校、家庭和社会教育的各个层面。与此同时，进一步提高少先队工作的针对性和有效性，丰富德育内涵，深化少先队工作特色建设。

### 1、各月教育有主题有中心

详见第三部分主要工作及活动安排。

### 2、加强心理健康教育

心理健康教育是新形势下必须重视的重要内容，要开展好学生的心理健康教育、青春期教育。做好学生心理的疏导，教师要积极创设良好的课堂氛围和保证学生心理健康发展的人文环境。保证心理健康教育活动的正常化、规范化，促进学生身心全面健康地发展。

### 3、提高学科德育渗透功能

继续开展学科德育渗透教育活动，充分发挥各学科自身的特点，做到传授科学文化知识与加强学生思想修养相统一，灵活机动地对学生进行思想教育，引导学生树立崇尚科学，追求真理的科学态度，提高他们识别真善美的能力，逐步形成理想与信念，进而转化为发愤学习，积极向上的内在动力。

#### 4、加强问题学生的教育与转化

问题学生转化工作做到有计划，有措施，勤总结，重在落实，班主任要建立问题学生档案。要求教师耐心细致地做好待进步生的思想工作，做到不讲过头话，少批评、多鼓励，少指责，多帮助。

#### 5、继续深化家校合作制度

班主任要发挥家校联系的积极性，及时与家长沟通，尤其要利用“校信通”平台，协同教育，形成学校、家庭、社会共同抓好德育工作的合力，有效提高德育教育效果。深入开展“家访进万家”活动，班主任一学期家访不少于5人次，其他语数英教师家访不少于3人次。

#### 6、法制教育紧抓不放

充分利用法制教育知识讲座、班会课、国旗下讲话等进行普法教育，增强法律意识和法制观念，使学生知法、懂法、守法。

#### 7、安全教育常抓不懈

## 第二学期班会记录篇六

本学期，我校在岗教职工31人。有11个教学班，在籍学生405人。

全面贯彻党的教育方针，大力推进素质教育，深化课程改革，狠抓高效课堂建设，全面提高教育教学质量，加强教师队伍建设，促进各项工作健康协调发展，围绕把学校建设成“求知进取的学园、生命成长的乐园、温馨和谐的家园、环境怡人的花园”的办学目标，积极践行“全面关注、多元发展”的办学理念，努力打造“经典文化润育心灵、个性特长成就人生”的办学特色，努力培育以“爱、纯、博、拓”为核心精神的校园文化，办人民满意的教育，创建特色学校而努力奋斗。

总体目标：

办人民满意的教育，教育教学科研工作争创一流。

具体目标：

- 1、不断提高教育教学质量，期末调研考试各学科成绩争进前列。
- 2、班级建设水平不断提高，学校表彰的文明班、示范文明班的比例达到90%以上。
- 3、实现学生的快乐、健康发展，个性得以张扬，兴趣爱好得以满足，学业不断进步，受到学校及以上表彰、奖励的学生比例达60%，巩固率达100%。
- 4、实现教师的持续专业成长，提升教师的职业幸福感。
- 5、构建安全和谐校园。确保校园食品、教育教学活动、师生人身和校园财产安全。安全责任事故及重大安全事故为零。

(一)坚持“教师发展第一”，努力建设高素质的教师队伍。

- 1、加强教师职业道德建设，提高思想道德素质。全体教师要

深入学习时事政治、党的方针政策、法律法规和《中小学教师职业道德规范》，弘扬和践行社会主义核心价值观，增强事业心和责任感，争做党和人民满意的“四有”（有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心）好教师，严格执行“义务教育规范办学行为九不准”，坚决制止有偿家教和办班补课现象，树立良好的小学教师形象。不断完善学校管理制度，建设民主、科学的校园文化，打造“严谨、协作、开拓、奉献”的教风和“求真、至善、尚美、和谐”的校风。

2、践行“全面关注、多元发展”的办学理念，促进每一位教师的专业成长。

## 第二学期班会记录篇七

1. 通过活动，使学生了解更多的爱眼知识。
2. 引导学生正确对待眼保健操。
3. 培养正确的读书、写字姿势和良好的读写习惯。

活动准备：

眼罩一个，《爱眼健康歌》

班会过程：

### 一、 游戏“蒙眼走直线”

采访体验者。你有什么想说的？

导入：同学们，眼睛对我们这么重要，我们是不是应该爱护呢？

出示班会主题：我有一双明亮的眼睛

## 二、眼睛的重要性

主持人a□

眼睛是人类感观中最重要器官，大脑中大约有80%的知识和记忆都是通过眼睛获取的。读书认字、看图赏画、看人物、欣赏美景等都要用到眼睛。眼睛能辨别不同的颜色、不同的光线。眼睛是我们获取大部分信息的源泉。

主持人b□眼睛不仅是重要的视觉器官，还是容貌的中心，是容貌美的重点和主要标志。

主持人a□人们对容貌的审视，首先从眼睛开始。

主持人b□一双清澈明亮、妩媚动人的眼睛，不但能增添容貌美使之更具魅力和风采，而且能遮去或掩饰面部其它器官的不足和缺陷。“一语道破”这句成语，体现了眼睛生理功能中的美学意义及其重要性。眼睛的形态、结构比例如何，对人类容貌美丑具有重要的影响，因此美学家称人的双眼是“美之窗”。

主持人a□除了“一语道破”这个成语，关于眼睛的成语可多了，你还知道哪些？

主持人b□除了成语还有很多关于眼睛的名言警句，你知道有哪些？

主持人b□眼睛如此重要，我们国家专门确定了全国爱眼日，你知道是哪一天吗？

## 三、讨论交流：怎样保护我们的视力呢？

(1) 小组讨论，选代表汇报。

(2) 交流:

## 四、“爱眼知识”小常识

### (一)消除眼疲劳

眼睛疲劳和眼睛充血，要立刻休息，然后做下面眼部保健操体验一下，可能会消除您的眼睛疲劳。

#### 1、按压眼球法

闭着眼睛，用食指、中指，无名指的指端轻轻地按压眼球，也可以旋转轻揉。不可持续太久或用力揉压，20秒钟左右就停止。

#### 2、按压额头法

双手的各三个手指从额头中央，向左右太阳方向转动搓揉，再用力按压太阳穴，可用指尖施力。如此眼底部会有舒服的感觉。重复做3~5次。

#### 3、按压眉间法

拇指腹部贴在眉毛根部下方凹处，轻轻按压或转动。重复做3次。眼睛看远处，眼球朝右—上—左—下的方向转动，头部不可晃动。除此以外，用力眨眼，闭眼，也能消除眼睛疲劳。

### (二)饮食养眼

应多吃些胡萝卜、白菜、豆芽、豆腐、红枣、橘子以及牛奶、鸡蛋、动物肝脏、瘦肉等食物，以补充人体内维生素a和蛋白质。平时多喝绿茶可起到一定的保护眼睛的作用。

## 五、实践活动：做眼操。

六、学唱《爱眼健康歌》

七、请五月阳光生演讲自己的阳光故事。

八、学习阳光报。

九、活动拓展：发倡议书、制作爱眼宣传手抄报。

班主任讲话：通过这次活动，同学们又学到了很多爱眼常识，相信大家在今后的学习生活中一定能保护好自己心灵的窗户。

## 第二学期班会记录篇八

1、通过活动，使学生了解更多的爱眼知识。

2、引导学生正确对待眼保健操。

3、培养正确的读书、写字姿势和良好的读写习惯。

活动准备：

眼罩一个，《爱眼健康歌》

班会过程：

一、游戏“蒙眼走直线”

采访体验者。你有什么想说的？

导入：同学们，眼睛对我们这么重要，我们是不是应该爱护呢？

出示班会主题：我有一双明亮的眼睛。

二、眼睛的重要性

主持人a□

眼睛是人类感观中最重要的器官，大脑中大约有80%的知识和记忆都是通过眼睛获取的。读书认字、看图赏画、看人物、欣赏美景等都要用到眼睛。眼睛能辨别不同的颜色、不同的光线。眼睛是我们获取大部分信息的源泉。

主持人b□眼睛不仅是重要的视觉器官，还是容貌的中心，是容貌美的重点和主要标志。

主持人a□人们对容貌第\_\_个全国爱眼日主题班会教案第\_\_个全国爱眼日主题班会教案的审视，首先从眼睛开始。

主持人b□一双清澈明亮、妩媚动人的眼睛，不但能增添容貌美使之更具魅力和风采，而且能遮去或掩饰面部其它器官的不足和缺陷。“一语道破”这句成语，体现了眼睛生理功能中的美学意义及其重要性。眼睛的形态、结构比例如何，对人类容貌美丑具有重要的影响，因此美学家称人的双眼是“美之窗”。

主持人a□除了“一语道破”这个成语，关于眼睛的成语可多了，你还知道哪些？

主持人b□除了成语还有很多关于眼睛的名言警句，你知道有哪些？

主持人b□眼睛如此重要，我们国家专门确定了全国爱眼日，你知道是哪一天吗？

三、讨论交流：怎样保护我们的视力呢？

(1) 小组讨论，选代表汇报、

(2) 交流：

## 四、“爱眼知识”小常识

### (一)消除眼疲劳

眼睛疲劳和眼睛充血，要立刻休息，然后做下面眼部保健操体验一下，可能会消除您的眼睛疲劳。

#### 1、按压眼球法

闭着眼睛，用食指、中指，无名指的指端轻轻地按压眼球，也可以旋转轻揉。不可持续太久或用力揉压，20秒钟左右就停止。

#### 2、按压额头法

双手的各三个手指从额头中央，向左右太阳穴的方向转动搓揉，再用力按压太阳穴，可用指尖施力。如此眼底部会有舒服的感觉。重复做3~5次。

#### 3、按压眉间法

拇指腹部贴在眉毛根部下方凹处，轻轻按压或转动。重复做3次。眼睛看远处，眼球朝右——上——左——下的方向转动，头部不可晃动。除此以外，用力眨眼，闭眼，也能消除眼睛疲劳。

### (二)饮食养眼

应多吃些胡萝卜、白菜、豆芽、豆腐、红枣、橘子以及牛奶、鸡蛋、动物肝脏、瘦肉等食物，以补充人体内维生素a和蛋白质。平时多喝绿茶可起到一定的保护眼睛的作用。

## 五、实践活动：做眼操。

六、学唱《爱眼健康歌》

七、请五月阳光生演讲自己的阳光故事。

八、学习阳光报。

九、活动拓展：发倡议书、制作爱眼宣传手抄报。

班主任讲话：通过这次活动，同学们又学到了很多爱眼常识，相信大家在今后的学习生活中一定能保护好自己心灵的窗户。

附：《爱眼健康歌》歌词

蓝蓝的天，

我爱看蓝蓝的天，

青山绿水，

我爱看青山绿水。

看近看远看近看远，

看看美丽的世界，

不要太累，

让眼睛休息一会。

不要怀疑，

若是你觉得好累，

闭上眼睛闭上眼睛。

做做深呼吸，  
看上看下看左看右，  
眼睛转一圈，  
举手弯腰深呼吸几遍，  
放松你的眼睛。  
远视近视还有闪光眼，  
离我远一点，  
青菜水果不要忽略。  
做好视力的`宝健，  
最重要最重要。

## 第二学期班会记录篇九

教学课题：

自护、自救安全教育 教学目标：

- 1、 通过一系列的知识性的活动，让学生们树立安全意识，从精神上远离安全隐患，加强自身的素质培养。
- 2、 提高学生的安全意识，使学生学会一些自救的方法，让学生在遇到危险时能采取一定的措施，保护自己。
- 3、 让学生了解交通、活动、意外事件中必备的安全知识，懂得安全的重要，并把自己学到的知识传达给周围的人们，做安全教育的小小宣传员活动目的。

教学内容：

学习一些家居安全、交通安全、消防安全等知识。安全教育主题班会教案教学要求：

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。

活动准备：

- 1、 《安全手册》
- 2、 集有关中小學生发生安全事故的案例。

教学时数：

一课时

教学过程：

同学们生活在幸福、温暖的家里，受到父母和家人的关心、爱护，似乎并不存在什么危险。但是，家庭生活中仍然有许多事情需要备加注意和小心对待，否则很容易发生危险，酿成事故。下面就谈谈家居安全要注意什么：

安全用电 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。

## 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。

## 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、在水中玩耍或游泳时，一定要有成年人的陪伴。
- 6、水下情况不明时，不要跳水。
- 7、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。

## 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”。

(5) 骑自行车要在非机动车道上靠右边行驶。

全国平均每天发生交通事故1600起，死亡257人，受伤1147人，直接经济损失731万。真是令人痛心。所以提醒同学们要特别注意交通安全，上放学时一定要遵守交通规则，过马路时要提高警惕，注意来往的车辆，及时消除交通隐患。

防火 学校是人群密集的地方，防火是学校安全的重要问题，学生宿舍是学校放火重点。

(1) 禁止在校园、宿舍内吸烟、点蜡烛。

(2) 是禁止使用电炉、电褥等电器。

(3) 定期检查防火设施发现损坏应立即修复。希望大家能齐抓共管。共同参与到校园安全防范的活动中来。

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。

## 防盗

保管好个人财务。在上机、下课期间要锁好门窗。住宿人员要遵守宿舍条例，禁止到他人宿舍乱串，坚决杜绝外来陌生人员进入宿舍。在外乘车或外出期间要看管好自己的钱财，对可疑人员要提高警惕，加强防范意识，发现盗窃事件即时报警。

## 防校园暴力

## 食品卫生安全

内宿、中伙生一律在校内就餐，外出购物时一定要检查购买食品是否存有质量问题，对来路不明有卫生问题的食品不要购买，发现有质量问题的食品要及时上报，饮食后如有不适及时就诊。

## 体育运动安全

在体育运动中一定要做好准备活动，听从体育教师的安排和调度，不可私自活动或打闹。老师讲解动作要领时要认真听讲，在做有一定难度的动作时要学会自我保护，加强保护意识。在做器械运动时要检查好器械是否存有安全隐患问题。

## 小结