

# 最新喜迎十九班会教案(优质9篇)

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。写教案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的教案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 喜迎十九班会教案篇一

近年来，人们对心理健康的重视程度不断提高。为了帮助学生更好地了解自己的情绪、认识自己的需求，并学会有效地处理压力和挫折，心理班会心得体会活动成为了校园中普遍开展的一项重要活动。在这次活动中，我深刻体会到心理班会对同学们的积极影响和重大意义。

首先，心理班会为我们提供了一个开放的交流平台。在这个活动中，每个人都可以毫无保留地分享自己的烦恼和困惑，倾诉自己内心的真实感受。在班会中，我注意到同学们充满了耐心和理解，每个人都能倾听并给予建设性的意见和支持。这种开放的交流环境不仅有助于我们更好地认识自己，还能够让我们彼此理解和关心，增进班级之间的友谊和凝聚力。

其次，心理班会为我们提供了学习心理技巧和应对策略的机会。在班会活动中，我们常常会邀请学校的心理老师来为我们讲解和演示各种心理技巧，如情绪调节、压力管理和有效沟通等。这些知识和技能能够帮助我们更好地面对学业、人际关系和压力等问题，提升自己的心理健康水平。并且，在班会中，我们还会参与各种互动游戏和小组活动，通过这些活动，我们不仅能够锻炼自己的合作能力和情商，还能够在娱乐中收获心理健康的知识和智慧。

再次，心理班会活动帮助我们更好地认识自己。通过各种心理测试和讨论，我们能够更深入地了解自己的个性特点、优

缺点以及自己的潜力和发展方向。这些了解不仅能够帮助我们更好地认识自己，还能够指导我们进行个性化的学习规划和人生规划。同时，通过班会活动，我们还能够了解到同学们的共同经历和感受，从而更好地与他人建立连接和互助，培养自己的社交能力和人际关系。

最后，心理班会活动让我们体验到归属感和成就感。在班会活动中，我们能够感受到老师和同学们的关怀和支持，这让我们感到温暖和安心。同时，在活动中，我们还能够克服困难和挑战，不断成长和进步。这种成长和进步的过程让我们倍感自豪和满足，培养了我们的自信心和自尊心。而这种归属感和成就感，不仅对我们个人的成长有着重要的影响，还能够促进整个班级和谐发展。

在这次心理班会心得体会活动中，我深刻体会到了心理班会对我们心理健康的重要作用以及在校园中的推广价值。通过心理班会，我们能够获得更好的情绪管理能力、提升人际交往能力、促进班级凝聚力和和谐发展。我希望心理班会能够得到更多学校和班级的关注和推广，让更多的学生受益于心理健康教育，迎接未来的挑战和成就更好的自己。

## 喜迎十九班会教案篇二

心理班会是指通过一系列的活动和讨论，帮助学生们增进心理健康，提高情商和生活质量的一种集体活动。在这次心理班会中，我感受到了许多地方的独特之处，也从中获得了不少的收获和启发。

首先，在心理班会中，我们进行了许多有趣而富有挑战的团体活动。其中一项特别让我难忘的活动是“说话之间”，活动中我们被分成小组，每个小组都有一个话题进行讨论，但是我们需要尽量控制自己的言语，只能通过表情、眼神和手势来传达意思。这项活动锻炼了我们的沟通技巧和表达能力，让我们更加注重非语言交流，也培养了我们的耐心和倾听能

力。

其次，在心理班会中，我们还进行了一些关于情绪管理和自我调节的讨论。这些讨论帮助我们更好地认识自己，并学会了如何应对和管理自己的情绪。在讨论中，我们分享了自己的经历和感受，倾听了其他同学的建议和观点。通过这些讨论，我学会了如何冷静下来，如何正确表达情绪，以及如何通过自我调节来改变自己的心情。

第三，心理班会中的游戏环节也给我留下了深刻的印象。其中一项游戏是“橡皮圈接力赛”，我们需要分成小组，并在有限的时间内将橡皮圈传递给队友。这个游戏看似简单，但是需要团队合作和默契，也考验了我们的眼力和反应速度。通过游戏，我意识到团队合作的重要性，也学会了如何与他人共同努力，达到共同目标。

第四，在心理班会中，我们还进行了一些自我认知和自我反思的活动。例如，我们通过填写一份个性测试问卷，了解自己的性格特点和优点缺点。这让我更加清楚地认识到自己的特点和需要改进的地方。在接下来的活动中，我们还进行了一些反思和探讨，让我更加深入地了解自己，并提升了自我认知的能力。

最后，在心理班会中，我们还进行了一些心理健康知识的学习。通过观看宣传片和听讲座，我们了解了一些有关心理健康的重要知识。这让我意识到，心理健康同样重要于身体健康，并且我们每个人都应该为自己的心理健康负责。在班会结束后，我开始更加关注自己的心理状态，寻找适合自己的放松和调节方式，提高了自己的生活质量。

总之，参加心理班会是一次非常有意义的经历。通过一系列的团体活动、讨论和学习，我更加清楚地认识到了自己，提升了沟通能力和情绪管理能力，也学会了关注自己的心理健康。这些珍贵的经验和收获将对我未来的成长和发展产生积

极的影响。我相信，只要我们保持对心理健康的重视和关注，我们一定能够过上更加幸福和健康的生活。

## 喜迎十九班会教案篇三

为形成厉行节约，反对浪费的良好风尚，教育引导师生继续保持和发扬艰苦奋斗的优良传统和作风，教育和培养孩子养成勤俭节约的良好品德，圆玄小学在全校开展了以“节约资源，从一做起”为主题教育读书活动。为了确保教育实践活动取得实效，我校结合实际，采取多项措施力促活动深入开展。活动一个多月以来效果明显，现将活动情况总结如下：

我校利用每周国旗下讲话、校园板报、校园广播、班会等多种方式，大力开展勤俭节约宣传教育活动，充分调动学生参与此次实践活动的积极性与自觉性，营造了浓厚的活动氛围。

1、开展资源节约教育课程。对学生开展资源节约教育，在教育中进行节能、节水、节地、节粮等内容的课程教育，介绍我国的资源利用形势及节约潜力，使广大学生了解节约资源的重要性和紧迫性，形成“节约资源从我做起”的观念，自觉养成节约资源的良好习惯。

2、利用学校一切可利用的资源，对学生进行教育，使学生养成节约意识。可进行节约知识问答；办以节约为主体的板报，倡导节约光荣，浪费可耻的观念。

3、开展“校园节约一日行”活动，同学们在老师的领导下组织有纪律的进行节约知识小讲座，让同学们查资料，了解我国的资源国情及资源利用形式，使同学们自觉养成节约的好习惯。

4、开展以“节约”为主题的征文活动。让同学们更加深入的理解节约的重要性，以便养成节约的好习惯。

5、组织学生开展主题宣传活动。例如，校园节约周，帮助同学们养成节约的好习惯。

6、开展节约大评比，对不能自觉节约资源的班级进行处罚。

7、开展了“厉行节约，从我做起”签名活动。师生们以班级为单位开展了签字活动，用这种方式表达自己厉行节约，从我做起的决心，引领学生树立勤俭节约的思想意识。

8、开展了校园“十大浪费行为”大搜寻调查活动。通过调查学校的“十大浪费行为”并及时的给予公布。同学们找到了浪费的根源，认识到了学校浪费行为对学校乃至社会的负面影响。大家还积极商量对策，制定措施，用实际行动杜绝了此类浪费行为，营造了建设节约型校园的良好氛围。

9、在师生中开展了节约用水，用电，节约粮食实践活动要求全校教育系统师生应提高“勤俭节约”意识，提倡“从我做起”，养成良好的生活习惯，不得开无人灯、白日灯；各办公室、教室的各种电器设备，无人或不用时要及时关闭。要求人人做到勤关水龙头，勤关电源开关。以免造成不必要的浪费。

学校成立了勤俭节约督查领导小组，对所要求执行情况经常性随机检查，发现有违反者，学校将给批评教育等必要的处理，并作为班级、个人学期考核的重要内容。自“节约资源，从一做起”实践活动开展一个月以来，同学们增强了节约意识，规范了行为习惯，促进了增源节流，“节约光荣，浪费可耻”的理念在圆玄小学蔚然成风，每位师生都以实际行动为构建节约型和环境友好型社会做出了积极的贡献。

## 喜迎十九班会教案篇四

每年的三八节、母亲节或父亲节，作为班主任我都要给学生布置一项任务，那就是为父母做一件自己力所能及的事情，

比如洗一次脚、洗一次头发，为父母按摩，洗衣服、学做一道菜、整理房间或亲手做一件小礼物送给自己的父母等并以此写一篇周记，父母签字反馈，父母很赞同这种做法，我觉得效果也不错，这样做不仅能增进父母与子女之间的感情，而且更能让孩子体谅父母的艰辛。因为现在的孩子大多数是独生子女，父母对孩子千般宠爱，要什么给什么。然而，孩子对于父母的付出并没有意识到，反而认为是理所应当的，形成了以自我为中心、不尊重父母的现象。

为增进子女与父母间的了解，使学生体悟亲情便显得尤为重要，因此设计本次班会活动。通过这次主题班会，启发教育学生学会感恩、理解父母的心意，感受父母在自己成长中付出的心血，懂得要感激和报答父母的养育之恩。

本节班会课本着以“学生为主体”的教学理念，体现小组合作学习的方式，由师生共同设计完成。

1、让学生了解父母之爱，感受父母之情，体验亲情的无私和伟大

2、让学生学会如何去理解父母、尊敬父母、体谅关心父母，与父母和谐相处，从现在做起以实际行动来回报父母。

1、为父母做力所能及的事情并制作幻灯片

2、收集、整理父母关心自己的故事

3、制作感恩卡，设计手抄报，表达对父母的感恩之情。

主持人：刘子琦(女)、高兆俊(男)

一、创设情境，导入班会

多媒体课件：欣赏配乐诗朗诵《游子吟》

女：这是同学们熟悉的一首诗，

男：更是一首母亲的赞歌，

女：母爱如水，清澈细腻

男：父爱如山，深沉伟岸

合：让我们用心诉出对他们的情，说出对他们的爱！

女：首先让我们以热烈的掌声欢迎各位领导、老师亲爱的爸爸妈妈参加我们

初三一班的主题班会。

合：《知恩于心，感恩于行》

女：我们对父母心存感恩，因为他们给予我们生命，让我们健康成长。

男：最能激起我们心底最深的感恩的字眼莫过于“父母”。

女：是的，无论走得有多远，母亲总会站在门口眺望

男：无论发生什么，父亲总会站在我们的身后。

女：我们不断地接受着父母给予我们的爱的雨露。

男：即使是在生死抉择的时候，他们也会毅然的舍弃自己的生命，把生的希望留给子女。

女：下面请欣赏一个真实的催人泪下的故事：《天亮了》

二、观看视频《天亮了》，学生谈感受

男：请同学们谈谈看后自己真实的感受

同学们自由发言

女：在生和死的瞬间，父母想到的并不是自己，他们用双手把生的希望留给了儿子，这就是最伟大的父母之爱。同学们，从小到大父母为我们的成长付出了太多，太多。此时此刻你们是否想到了自己的父母，请同学们敞开胸怀把你们感受到的爱都一一说出来吧！

三、活动一：诉说父母的爱

男：下面小组之间先交流一下自己与父母之间的故事

女：哪一位同学来讲述自己与母亲(父亲)之间的故事

1、母亲的故事

2、父亲的故事

女：听了两位同学的故事，我被深深的感动了，这就是我们的父母，为了我们的成长、为了我们的学习，操碎了心，我们唯一可做的就是努力学习，用优异的成绩来报答他们。更应该用我们的实际行动去感恩父母。

四、活动二：感恩父母

男：其实，父母并不需要我们为他们做什么轰轰烈烈的大事，我们只需要从现在做起，从点滴做起，就足以让我们的父母高兴！下面让我们一起看一下我们班同学在三八妇女节那天为父母做到的一些小事。

播放学生制作的幻灯片(同学发表感言)

有请赵华箏、吕沛跃、李文静上台发言



女：感谢三位同学，为我们做了好的榜样，你们用实际行动证明了你们对父母的爱，你们是最棒的！其实我们还能父母做很多力所能及的事情，请看幻灯片(主持人解说)

同学们你们也做到了吗？如果还没有，请赶快行动起来吧，做一个懂得感恩的人。

### 五、活动三：亲子互动

女：下面请同学们走到自己的父母面前说出自己此时最想对父母说的话，并向他们赠送自己精心制作的感恩卡。

家长代表发言

女：无论哪个孩子在家长心目中永远是最棒的，谢谢家长对我们的表扬与鼓励，我们一定会努力的，请您放心！

女：感谢父母，因为他们给了我们生命，让我们健康成长

男：感谢老师，因为是您让我们在知识的海洋里遨游

男：感谢朋友，因为他们给了我们友爱，让我们不再孤寂无助

女：感谢曾帮助过我们的人，因为他们用暖暖的心灯让我们发现生命是如此美丽而富有。

合：常怀感恩之心的人永远是最幸福的，让我们学会感恩，去感恩所有我们值得感恩的人！

女：下面有请我们的班主任邱老师进行总结发言

班主任：表扬学生并表示感谢

### 六、全班齐颂《心存感恩》

班主任：今后就让我们一起努力用真心和实际行动去感恩父母、感恩生活、

感恩社会！下面请同学们全体起立，让我们共同诵出我们心中的赞歌：《心存感恩》

母爱是船，载着我们从少年走向成熟；

父爱是海，给了我们一个幸福的港湾；

母亲的爱，点燃了我们心中的希望；

父亲的爱，鼓起我们远航的风帆。

拿什么来感谢您，我的父母

父母的爱说不完、道不尽

所有的恩情我们将铭记于心

从这一刻起，让我们心存感恩，感恩父母，感恩老师，感恩社会

感恩我们现在所拥有的一切、一切！

七：集体承诺，结束班会

男：此刻我相信在座的每位同学的心情一定和我一样，特别的激动，特别的不平静。

女：那么为了再次表达我们对父母的恩情，请同学们全体起立，举手握拳做出承诺：

亲爱的爸爸妈妈：

从现在开始，

在思想品德上让你们安心；

在学习上让你们放心；

在生活上让你们省心；

我们决不辜负父母心！

谢谢爸爸妈妈！我们会努力学习用优异的成绩来回报你们的恩情。

活动反思：

为了上好这节课，课前同学们做了大量的工作：以小组长为首布置相关的任务：利用节日，帮父母做力所能及的事情并制作幻灯片；整理学生与父母之间的感人事件；设计手抄报、制作感恩卡；教室的黑板布置装饰等，同学们积极参与，做了充分的课前准备。

学生是活动的主人，从主持、表演、到展示等我都放手让学生自己去设计、去展现。而作为班主任，我只是在幕后默默的支持、及时地指点，引导学生积极参与自主策划、自主主持、总结评价等活动，充分挖掘学生的潜能。

这次活动让每个学生都动起来了，每个学生都能参与其中，去体验，去实践，大部分的学生都表现出了高涨的热情。学做家务、搜集故事、整理信息、交流讨论、设计手抄报、制作感恩卡，一个个的活动，不仅培养了学生的合作意识，而且也增强了集体的凝聚力。

班会课上同学们诚恳的发言、真情的流露，深深地感动着我、震撼着我。他们用不同的形式表达了对父母的感恩之情，在

讲述与父母之间的故事时，两个女生泣不成声，充分表达了不理解父母的忏悔；为父母精心制作的感恩卡和手抄报写满了学生对父母的祝福语；一曲《妈妈的吻》唱出了学生对妈妈的依恋和感谢；一首包含深情的诗朗诵蕴含了他们所有的爱；一个温暖的亲子拥抱化解了多少误会与矛盾。整节班会课洋溢着感动的浓浓的气氛，在场的所有领导老师、家长、同学都流下了感动的泪水。

本次活动，使同学们对自己的父母有了更多的了解和更深的理解，并能深切的体会到父母工作的艰辛；因此全班同学都真心表示今后要更加努力地学习来回报父母的恩情。作为他们的班主任我确实觉得自己是幸福的！我也为有这样一群懂事、明理的学生而感到骄傲！同时通过形式多样的活动如制作感恩卡、设计手抄报、诗歌朗诵、演唱歌曲、亲子互动等，让同学们有了更多的交流机会，也为他们提供了表达感情和展示才能的舞台。

我相信即使活动结束了，同学们“感恩父母，感恩社会”的心还会在生活中继续延续下去。

## 喜迎十九班会教案篇五

提出的开展全民阅读活动为指导，积极构建“书香校园”的文化氛围，丰富语文主题学习实践活动，培养“爱读书，读好书”的习惯，积极践行“阅读生活化，学习终生化”的学习理念，着力培养学生的阅读兴趣，组织开展暑期读书活动。

### 二、活动主题

亲近阅读 丰盈生命

### 三、活动时间

20\_\_年7月6日至9月15日

## 四、读书活动领导小组

组 长：

副组长：

成 员：

### (一)制定计划

语文教师根据方案要求，制定班级的读书计划，让学生充分利用暑假的闲散时间进行阅读，使读书成为一种习惯，一种乐趣。

### (二)加强领导

1. 副组长负责跟踪各班活动的开展情况，组织好活动结束的评比、展示，汇编成册工作。

2. 语文教师做本班学生课外阅读的“第一责任人”，负责组织、布置、落实、检查、反馈班级课外阅读组织情况，积极策划引领，引导全班学生在假期认真读书、养成良好的的读书习惯，按要求完成作业。

### (三)具体措施

各班语文老师应倡议家长支持配合学校的活动，为学生的课外阅读提供物质保证。希望每个家庭都能够保证一定的藏书量，营造家庭读书氛围，在家中与孩子共赏，也应当鼓励孩子到周边书店自由阅读。

确保每位学生在家每天有足够的读书时间，低年级有半小时以上，中年级40分钟以上，高年级一小时以上，家长督促。

## 五、阅读安排

1. 开展主题阅读活动。各班依据推荐目录，以学习小组为单位开展同读一本好书、同议一个读书话题、同讲一个读书故事、同写一篇的读书体会活动，激发学生阅读兴趣，提高阅读成效。

2. 每位学生必须进行国学经典书背诵。使用《小学生必背75首古诗词》，1-2年级背诵50首，3-5年级全部背诵。学生给家长背诵后，家长于8月15日开始在班级群里签字。

3. 家长抽时间带孩子到晋园曲沃县图书馆参观、读书(图书馆全年开放，上午8：00—12：00，下午15：00—18：30)。

## 六、展示评比

新学期开学后各班语文老师组织检查、评比，开学第一周全班学生的作品在班级展示读书墙。每班将学生每类至少上交10份优秀作品给学校汇编成册。

开学第2周开展古诗词背诵竞赛，每班报20名学生，2人一组，抽5首古诗词背诵，依据背诵情况进行评比。

## 喜迎十九班会教案篇六

为使广大师生更多地了解中华民族传统节日的文化，广泛挖掘与诠释中华传统节日的文化，使学生在活动中感受到中华民族的优良传统。大祝泽小学于9月19日——26日利用一周的时间开展了丰富多彩的活动，弘扬优秀传统文化，唱响“我们的节日”——中秋节主题活动。

活动中，学校结合自身实际情况，利用校园广播站、宣传栏、主题班会、黑板报、手抄报等形式，精心设计内容，广泛宣传传统节日，营造出了浓厚的民族节日氛围，以此弘扬民族精神和传统文化。

各班级开展了“知中秋，话传统”主题班会。特别是六年级很有创意。活动以智力比拼的形式进行，老师巧妙地将有关中秋节的来历、传统习俗、诗歌等以智力题的形式呈现给学生，采用比赛的形式。看哪个组对中秋节的知识了解的\*多。获胜者老师给大家分发奖品——圆圆的月饼。同学们惊奇地接受这节日的礼物。品尝着甜甜的月饼，分享着节日的祝福。

与此同时，各班还开展了“知中秋，话传统”手抄报评比活动。活动中学生们精心设计，用自己独到的见解画出了自己心目中的中秋节。绘图过程中，同学们小组间团结合作，利用周围图书资源搜集有关中秋节传统文化知识，以手抄报的形式向大家展示了中秋节的由来、风俗习惯、灯谜等传统文化。

学校广播站则播出了学生们精心准备的中秋特别节目——我们的节日——中秋节。节目中通过讲中秋的故事、说中秋的习俗、赏中秋的诗篇、送中秋的祝福等，让全校师生了解中秋节的相关文化，感受到了中秋节的美好氛围。

除此之外，各个班级通过组织农民工子女、留守学生打亲情电话、吃月饼、参加中华经典诵读、小品、歌舞等活动，让同学们知道了中秋节的风俗习惯，感受到了节日的温暖。

总之，通过弘扬优秀传统文化，唱响“我们的节日”——中秋主题活动的开展，丰富了中华民族传统节日的，同时也进一步激发了广大师生了解学习中华优秀传统文化的热情！增强了其民族自信心、自尊心和自豪感。

## 喜迎十九班会教案篇七

### 第一段：引言（120字）

心理班会是一种帮助学生提升心理健康的重要活动。在这个活动中，学生可以互相分享和倾诉自己的心理问题，并得到

指导和支持。我参与了一次心理班会活动，收获颇丰，对心理班会的意义有了更深的理解。

## 第二段：活动介绍（240字）

这次心理班会活动由学校心理辅导老师组织。活动的主题是“情绪管理和压力释放”。在班会开始时，老师分享了一些关于情绪的基本知识和方法，如愿望清单、情绪日志等。接着，我们被分成小组进行讨论和分享。每个小组由一名心理辅导老师带领，以确保良好的交流氛围。

## 第三段：心得体会1-情绪管理（240字）

在小组中，我们分享了我们在情绪管理方面的困惑和问题。通过倾听他人的经历和建议，我明白了情绪管理的重要性。我学会了更有效地面对压力和负面情绪，例如通过深呼吸和自我放松来缓解压力。我还意识到情绪管理不仅适用于个人生活，也可以在学业和人际关系中发挥重要作用。

## 第四段：心得体会2-压力释放（240字）

另一个让我受益匪浅的主题是压力释放。在交流中，我了解到不同的人有不同的压力释放方式。有人喜欢运动，有人喜欢听音乐，还有人喜欢写日记。通过这次班会，我意识到压力释放不应该只是消耗体力，还可以通过艺术、音乐、写作等方式来表达自己的。

## 第五段：总结和感悟（360字）

这次心理班会活动让我收获颇多，对心理健康问题的认识更加深入。我意识到，人人都需要关注和维护自己的心理健康。在日常生活中，我们常常忽视自己的情绪和压力，导致累积的不良情绪。通过和其他同学的交流，我明白了与他人分享、倾诉心声是解决问题的一种重要途径。而班会则提供了一个



安全和支持的平台，使我们能够积极面对心理问题，并学会应对和释放压力。

从这次心理班会活动中，我看到了心理健康对每个人的重要性。尤其是在如今竞争激烈的社会环境中，良好的心理状态是取得成功的关键。通过心理班会这样的活动，学生们有机会学习情绪管理和压力释放的技巧，促进彼此的成长和发展。我建议学校继续组织这样的活动，并加强对学生心理健康的关注和支持，以提高学生整体的幸福感和学业成绩。

以上是我对心理班会心得体会活动的介绍和总结。通过这次活动，我不仅收获了知识和技巧，还深刻体会到关心和维护心理健康的重要性。我期待在未来的学习和生活中，能够充分运用这些心理健康知识，实现自己更全面的发展。

## 喜迎十九班会教案篇八

在全国范围内爆发的新冠疫情，给我们的生活带来了巨大的冲击和变化。为了加强对新冠疫情的了解，提高同学们的防控意识，我们学校开展了一系列的疫情主题班会活动。这次班会活动从疫情的原因、传播途径、防控措施等多个方面进行了全面的解析，为同学们提供了宝贵的疫情防控知识。

### 二、疫情主题班会活动的意义

这次疫情主题班会活动不仅仅是一次知识的传递和学习，更是培养同学们团结合作、积极应对困难的意识和能力的良机。通过学习疫情防控知识，我们深切体会到，只有从人人共同防护做起，才能最大限度减少疫情带来的危害。这不仅是对我们自身的保护，更是对家人和社会的责任。通过参与疫情主题班会活动，我们不但了解了防控知识，还懂得要主动宣传、传递疫情防护知识，帮助他人增加防控意识。

### 三、疫情主题班会活动的启示

这次疫情主题班会活动让我认识到，疫情防控与我们每个人的日常生活息息相关。从彻底洗手、佩戴口罩、保持社交距离等基本防护习惯的养成，到参与义务劳动、监督他人落实防控措施等行动，都是我们应该做好的事情。疫情的爆发是一个警钟，提醒我们要养成良好的卫生习惯，做到个人防护与公共安全的无缝对接。

#### 四、疫情主题班会活动的收获

通过参与疫情主题班会活动，我们不仅增加了对疫情的了解和防控意识，还收获了很多宝贵的体验和启示。首先，我们懂得了团结合作的重要性。只有人人齐心协力，才能共同战胜疫情，重返正常生活。其次，我们认识到个人的行为对他人的安全有着重要的影响。只有自觉做好个人防护，才能最大限度地避免疫情传播。最后，我们明白了危机时刻团结友爱、互助勇敢的重要性。在疫情期间，我们看到了许多医护人员抛家舍业、奋战在一线，他们的无私奉献给我们带来了无尽的力量和感动。

#### 五、疫情主题班会活动的展望

这次疫情主题班会活动为我们提供了重要的指导和思考。面对疫情，我们不能放松警惕，依然需要保持高度的警觉和防控措施。同时，我们也应该发挥好宣传党和政府防控措施的积极性，将所学知识传递给身边的人，帮助更多人增加防控意识。

总之，这次疫情主题班会活动是一次宝贵的经历，让我们深刻认识到了疫情防控的意义和我们每个人的责任。通过这次活动，我们不仅增加了对疫情的认识，还提高了自身的防护意识和能力。希望通过我们每个人的努力，疫情会尽快得到控制，我们的生活能够恢复正常。同时，我也期待未来学校能够继续开展更多主题班会活动，让我们更深入地了解更多社会问题，培养出更多有责任感和能力的优秀青年。

## 喜迎十九班会教案篇九

随着新冠疫情的全球爆发，我们的生活发生了巨大的变化，学校也随之采取了一系列的防控措施。在这个特殊的时期，我班举行了一次以疫情为主题的班会活动。通过这次活动，我深刻地认识到了疫情对社会和个人的巨大影响。以下是我对这次活动的心得体会。

首先，通过班会活动，我了解到了疫情对我们生活的各个方面所带来的冲击。在活动中，班导师详细介绍了疫情的起源、传播途径和防控措施。我了解到，疫情的蔓延不仅对人们的身体健康造成了威胁，还使得经济、教育等各个领域遭受了严重冲击。很多企业倒闭，很多人失去了工作，很多学生因为停课而影响了学习进度。通过了解这些信息，我更加清晰地认识到了疫情对我们的生活带来的巨大影响，进一步增强了我对疫情防控的重要性的认识。

其次，活动中的互动让我更深入地思考了面对疫情应做出的行动。在活动中，班导师提出了一系列提高防控意识的问题，要求我们用实际行动来回答。这使得我深入思考了自己平时是否做好了个人防护，是否科学地洗手、佩戴口罩等。我还反思了自己在疫情期间是不是积极响应社会号召，尽自己的力量为防疫工作做出贡献。通过这些思考，我明确了未来应该如何做才能更好地保护自己和他人的健康。

第三，班会活动让我进一步认识到了社会责任和团队意识的重要性。在活动中，班导师强调了个人行为对于疫情的传播起到的关键作用，倡导我们积极践行社交距离、不传谣言等责任行为。我明白了作为一个成员，在疫情期间，我应该主动履行社会责任，加入到防疫工作中。只有我们每个人都积极遵守防控措施，才能共同战胜疫情。同时，我也认识到了班集体的力量是不可小觑的。无论是在学习上还是在生活中，我们都应该团结一致，互相帮助，共同度过这个困难时期。

第四，活动中我了解到了一些疫情期间的心理调适方法。疫情带来的各种压力很容易导致人们的负面情绪，所以活动中班导师向我们介绍了一些有效的心理调适方法。如多与家人交流沟通，保持积极乐观的心态，找到适合自己的放松方式等。通过这些方法，我们可以更好地应对疫情带来的种种困难，保持良好的心理状态。

最后，通过这次活动，我深刻认识到了疫情对我个人成长的机遇和挑战。疫情使得我不得不适应线上学习，我把握这个机会，学会了自主学习和时间管理的能力，这对于我今后的发展将有着积极的影响。同时，疫情也让我面临着与抑郁和焦虑等负面情绪的斗争。但正是这些挑战，让我更加坚强和成熟。

总之，通过这次疫情主题班会活动，我受益匪浅。我深刻认识到了疫情对我们的生活所造成的巨大影响，明确了应对疫情的必要行动，增强了社会责任感和团队意识。我也学到了一些心理调适的方法，锻炼了自主学习和时间管理的能力。这些都是我在这次活动中得到的宝贵经验，将对我的成长起到积极的推动作用。我相信，在这次特殊的经历中，我会变得更强大和坚韧，适应这个多变的世界。