

# 最新清明节教育班会教案中班(通用9篇)

作为一名教职工，总归要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

## 清明节教育班会教案中班篇一

### 一、班会背景：

在日常生活中，学生顶撞家长、怨恨家长甚至逃避家庭的现象屡见不鲜；一些学生对老师的帮助、教育很不耐烦，情绪对立的现象时有发生；在我们周围也有一些人，怨天尤人，颓废消极，对社会、对人生充满抱怨，总觉得人生不如意，命运太不公平。为此，我觉得有必要对我们的同学进行“学会感恩父母”的教育。因为家是社会的一个单元，是组成国家最小的单位。一个人成长的环境小是家，大是国。所以先贤梁启超先生说“忠孝二德，人格之要件也。孝于亲，忠于国，皆报恩之大义也。”在学生成长的过程中，先让他们认识父母，了解父母，“孝于亲”；并在此基础上进而了解祖国，认识祖国，“忠于国”，这是符合人成长过程的认识规律的’。“可怜天下父母心”主题班会的召开，无论对学生现阶段的成长，还是漫漫的人生之路，都有着重大作用。

### 二、班会目的：

此次班会，要求学生先采访父母，再与父母进行心与心的交流，就是在为父母和子女之间搭建一个互相沟通，互相理解的平台，在这个平台上，父母完成教育子女的义务，子女在父母的教育下健康成长，孩子在成长中变得成熟。这种成熟表现在他们理解父母的爱心，苦心和用心，从而对父母感恩感德上。这种感恩心会由小到大蔓延开来，当孩子们感谢他

人的善行时，第一反应常常是今后自己也应该这样做，这就给孩子一种行为上的暗示，让他们从小知道爱别人、帮助别人。为了让学生懂得感恩，并不断体验和感悟到在感恩中成长的快乐和收获，本班特以“可怜天下父母心——学会感恩”为主题举行此次班会。让我们学校和家庭携起手来，共同完成对未成年人的教育任务；愿未成年人在我们的共同教育下健康成长。

### 三、班会准备：

- 1、日常生活中请学生熟诵《弟子规》。联系实际，让学生深刻体会到父母对自己的爱，引导学生关心父母、热爱父母、理解父母，教育学生从小有一颗感恩的心。
- 2、以“可怜天下父母心”为主题学生自己设计题目采访父母。（班会前一周完成）
- 3、学生给爸爸妈妈写一封信。（班会使用）
- 3。搜集部分学生及家长的照片及成长经历中的一些感恩事件。
- 4、阎维文的歌曲《母亲》，《父亲》、《感恩的心》、《天下父母心》、《烛光里的妈妈》歌曲磁带和录音机。
- 5、印制家长邀请函，请家长们前来参加我们的班会活动。班长准备好dv记录下我们的班会全过程。\_\_×等同学精心准备主持人稿。同学们也都十分积极配合地合唱“感恩的心”。

### 四、班会内容及过程：

#### （一）才艺表演

#### 1、情景剧“家有儿女”

## 2、配乐诗朗诵《感恩》。

### （二）心灵对话：

主持人：上一周老师布置了一项作业，要求大家以“可怜天下父母心”为主题自己设计题目采访父母。采访完毕，大家的心情久久不能平静，第一次发现自己那么不懂事、那么固执、那么的不理解父母的良苦用心！那么的不应该———首先请听一位同学对父母的的心声：（一生上台朗读“给爸爸妈妈的一封信”）

## 清明节教育班会教案中班篇二

### 一、活动目的：

通过观看图片的内容，结合生活实例展开讨论，使学生认识毒品的危害，提高抵御毒品的能力，促进学生身心健康发展，养成良好的行为习惯，牢固树立“一生远离毒品”的信念。

### 二、活动准备：

禁毒宣传图片。

### 三、活动过程：

观察图片，让学生认识毒品种类。

结合自己所见所闻、生活实例，讨论青少年吸毒的主要原因。

（学生热烈讨论，分小组汇报讨论结果）

投影出示：（学生齐读）

吸毒的原因之一：精神空虚。

吸毒的原因之一：好奇心强，分辨是非能力差。

吸毒的原因之一：无辜上当受骗。

班主任：对毒品的危害，我们必须有非常充分的认识，增强防毒能力。为此，我们要做到：

- 1、在毒品面前不能存在一丝一毫的好奇心。
- 2、树立积极进取的人生观。
- 3、请注意交友及社会场合的选择
- 4、增强心理承受能力，战胜学习中的困难。
- 5、除了提高自身的防毒能力外，还应为全社会禁毒工作贡献。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 清明节教育班会教案中班篇三

一、活动目的：

清明节是祖国传统文化节日，经学校研究决定，将开展“民族精神代代传——家乡英雄知多少”主题活动，切实加强传统文化教育，不断增加学生修养、提升素质。重要的是通过这次主题教育，让学生来缅怀先烈，知道自己现在的幸福生活是来之不易的。

二、活动主题：民族精神代代传——家乡英雄知多少

三、活动时间：4月3日下午第三节课

四、活动地点：教室

五、参加人员：四年级五班全体师生

六、活动程序：

1、唱队歌

2、班主任宣布活动主题：同学们，本月的班队会主题是：民族精神代代传——家乡英雄知多少。4月4日，就是我国传统的节日——清明节了。你知道清明节扫墓的来历吗？说到清明节扫墓，我们也一定回想起那些用生命和鲜血换来我们今天幸福生活的革命先烈们。我们利用清明节三天的时间开展“网上祭英烈”活动，了解“我们的节日——清明节”活动的意义，并利用“网上祭英烈”互动平台，进行网上祭奠、发表祭奠感言、开展网络访谈。清明过后，写出祭奠体会，发表感言心声。

3、主持人献词：

男：又是一个清明节，我们缅怀革命先烈。

女：天空为今天垂泪，松涛为今天呜咽。

男：为了祖国的解放和人民幸福美满的生活，有多少革命先

烈长眠于地下。

女：历史不会忘记他们，共和国不会忘记他们，我们更不会忘记他们。

男：曾几何时，我们的祖先以先进的科学和灿烂的文化矗立在世界民族的峰巅。

女：而近百年黑暗与屈辱的历史，又将她推向深渊。

男：为了改变这一切，多少仁人志士在苦苦探索与奋斗中含恨而去。

女：只有在中国共产党的领导下，烈士们的鲜血才点亮了中国的天。

男：今天，我们在这里以革命的名义想想过去。

女：以现代化建设飞速发展的现实来告慰英魂。

合：先烈们，你们安息吧！

(奏哀乐，全体默哀3分钟。)

主持人发言：在我们身边就有一位名人——张玉华将军，课前我们都收集了有关张玉华将军的资料，哪位同学能给大家介绍一下。

学生交流所了解的名誉校长张玉华将军的事迹。

4、主持人发言：我们的家乡，还有许许多多的英雄，你还了解哪些英雄的感人事迹，给大家介绍一下。

家乡英雄事迹会

(讲故事、交流搜集资料、图片等)

女：不，他们希望的是受过深重灾难的祖国在我们的手中变得更加强盛、美丽。

男：如果说昨天我们还是不懂事的孩子，但今天我们要意识到我们肩上也担负了沉重的担子。(集体背诵《少年中国说》节选)

男：少年不单单是人生旅途的一个站点，更是一个转折点。

女：我们的肩上将挑起：男：建设祖国，保卫祖国的重担。

女：我们的双手将托起：男：21世纪希望的太阳。

女：历史将革命的接力棒传给了我们这一代人，

男：同学们，让我们继承先烈的遗志，为家乡的建设、为祖国的繁荣富强而努力学习，共创美好明天！

6、倡议：“植树祭故人”：如今的我们要更新祭扫观念，倡导文明祭祀，逐步放弃焚香、烧纸等传统的祭祀方式，推崇“植树祭故人”“鲜花表情思”“心语寄深情”等环保、文明的祭奠方式，走近自然，关爱自然，促进人与自然的和谐相处。

7、班队会总结：

通过活动的开展，我们大家深深感受到，今天的幸福生活来之不易，是无数革命先烈用生命和鲜血换来的，先烈们的精神永远值得我们学习。在这清明时节，让我们缅怀学习他们，做好我们应该做的事情。珍惜幸福生活，从身边的小事做起，养成良好习惯，将来为建设祖国贡献自己的一份力量。

# 清明节教育班会教案中班篇四

## 一、设计理念：

现实和未来都要求人们从小学会认知，学会做事，学会共同生活，学会生存。这些都与人的心理品质有关。可以说，如果没有较高的心理素质，就很难适应21世纪的激烈竞争。另外，现代社会的快速进步和发展也使得小学生的心理健康面临着更多更大的压力和挑战。社会的发展变化对学校培养的人才提出了更高的要求。

设计此次活动，旨在让学生懂得不但要有强健的体魄，有获取信息、加工信息和应用信息的能力，更要有健康的个性心理品质和良好的社会适应能力。

## 二、活动目标：

- 1、让学生知道在学习和生活中常常会遇到挫折，人人都不可避免。
- 2、初步掌握战胜挫折的方法，培养学生战胜挫折的能力。
- 3、每个人都应该以积极、健康的心态正确对待挫折，用勇于挑战自我的勇气和毅力战胜挫折,取得成功。

## 三、活动准备：

- 1、课件(名言、图片、音乐等)。
- 2、心理小测试题。心理专家牌子夹
- 3、学生带好笔。学生奖品
- 4、相应材料(4\*55)



5、小花50朵，大花1朵

#### 四、活动过程：

##### （一）快乐篇（学生绘画，背景音乐一）

导入，揭题。

1、师：同学们，万物滋润，百花盛开，听，大自然中花开的声音，多么美妙，充满生机，充满活力，你的桌上也有一朵这样的花。

学生拿起老师为他们各自准备的一朵含苞欲放的花。（老师拿起花）

师：这朵美丽的小花就代表你自己，花是美丽的，你同样是美丽的。（老师放下花）人人都说生命如花，让我们来观赏一下花开的情景。

2、（点击课件，快乐篇）：大屏幕上出现一朵、多朵开得绚烂无比的花（要有花开过程的动感美）

师（手指画面）：花儿在阳光、雨露的滋养下开得是如此美丽。生命如花，你手中那朵美丽的小花仿佛就是你自己。（点击课件，返回到主界面）

3、揭示主题：风雨后，花儿绽放得更美丽（教师口述课题，贴大花）

师：把我的心交给这句话，和老师一起慷慨激昂地说……  
（教师手指课题）

故事：如何战胜挫折（从海伦·凯勒身上得到启发） 课件：图片话语话

请学生回答。

那海伦看到了什么？（点击课件）老师请班里朗读最好的同学来读海伦凯勒的内心独白。

师：你读到了海伦的内心世界里了，这就是海伦心中看到的世界。一个盲人眼中的世界。让人心动，让人感动。

名人的故事激励我们积极向上，让我们再次认识了海伦姐姐，你一定感受很深，讲出来与大家共享。

师引导：海伦面对人生挫折，没有自暴自弃，选择了与命运抗争，取得了成功。正因为如此（点击课件出示话）

6、教师小结：海伦姐姐，你不屈不挠的奋斗精神永远留在我们的心中。

师：接下来这个故事是老师听来的，听后，深深地打动了我的心。这是个关于帽子的故事。（点击课件）

7、听老师讲故事：苏珊的帽子学生交流，教师引导。

苏珊在担心什么呢？

苏珊为何轻松自如了呢？

你想对苏珊或他的老师或他的同学说些什么吗？

师：当别人遇到挫折时，应该伸出援助之手，帮助别人战胜挫折。

8、师：小组讨论，假如你的同学遇到挫折，你会教他一招战胜挫折的方法吗？

（点击课件）

战胜挫折解决的办法有:a□发泄法：打枕头，写日记……

b□转移法：到外面玩，做别的事……

c□换位法：别人遇到此事，会怎样做……

d□安慰法：塞翁失马，焉知非福……

e□求助法：找人倾诉，寻找办法……

……

教师根据学生的回答点击相应点，并引申拓展。

师：战胜挫折有那么多方法，如果你遇到了挫折，就可以用上这一招半势。

#### （四）彩虹篇

1、师：如果每次你都能战胜挫折，那挫折将成为你成长的宝贵财富，我们相信，风雨后，花儿绽放得更美丽！看！

2、（点击课件）女排姑娘的故事（三个阶段）音乐：《阳光总在风雨后》

师：中国女排重新登上世界最高领奖台，靠的是女排姑娘们顽强的毅力、奋力拼搏的精神和一次次不怕输的良好心理素质。听说教练和女排姑娘们最喜欢唱一首歌！

师：对！《阳光总在风雨后》

#### （五）升华篇

师：老师课前收集了一些关于挫折的名人名言。

### 1、点击课件：

千磨万击还坚韧，任尔东南西北风。——郑板桥

我觉得坦途在前，人又何必因为一点小障碍而不走路呢？——鲁迅

卓越的人一大优点是：在不利与艰难的遭遇里百折不挠。——贝多芬

学生朗读。读给自己，从你们的读中老师感到了你们战胜挫折的勇气和信心，为自己鼓掌！

### 2、名言是我们的指路明灯，激励自己勇敢地与挫折作斗争，

你能创作一句吗？送与好朋友共勉。拿出你的小花，请写上一句，并在末尾署上你的姓名，使此句成为你的名言。举一例后，互赠名言！

### 3、总结（背景音乐《阳光总在风雨后》）

师：成长的路上有阳光，有风雨，就看我们如何面对，要学会与命运抗争，笑着完成每一次作业，笑着面对每一次考试，笑着度过每一天，让挫折成为你成长的阶梯，挫折就会为你更为精彩的人生喝彩！

勇敢面对生活，有你、有我、有他，让我们共同面对。

（点击课件）听，熟悉的旋律又充盈我们的课堂，让我们在歌声中结束这节课吧！

5、师：同学们、亲爱的少先队员们，张开双臂，挥动手中的小花，一起哼唱这首歌吧！笑着拥抱挫折吧！

# 清明节教育班会教案中班篇五

活动设计说明：

通过班会，让学生对我国的传统节日——清明节有更具体、详细的了解。通过讲故事知道我们今天的幸福生活来之不易，我们要努力学习，担负起建设祖国的重任。

活动目标：

通过活动能认清自己的不足，学会好好学习、热爱生活、爱父母、爱同学、爱老师、爱班级、爱社会。

活动准备：

有关资料

活动过程：

## (一) 了解清明节

1、清明节由来，清明节习俗，清明节食品，清明节纪念方式及国外清明节。

2、让学生知道清明节的日期；清明节的别名；随着网络发展，清明节有了不同的纪念方式；我们家乡清明节的食品和习俗。

## (二) 学会去爱

1、故事《刘邦祭祖》

汉高祖刘邦在功成名就后想到谁？如果是你，你是怎么想的？

汉高祖刘邦在功成名就后想到的是自己的父母、祖宗。身体发肤受之父母，只有爱父母的人，才会爱同学、爱老师、爱

班级、爱社会。

2、录像片段：解放战争

(1)看片段

(2)谈体会：

3、诗朗诵《站在烈士纪念碑前》

活动总结：

通过本次班会，同学们对清明节有了更深的认识，知道我们今天的幸福生活来之不易，懂得了要努力学习，担负起建设祖国的重任。

## 清明节教育班会教案中班篇六

1、让学生了解文明礼仪的知识，了解文明礼仪都包括哪些方面：

(1) 语言上讲文明 (2) 行为上讲规范 (3) 生活中讲卫生

(4) 活动中讲参与 (5) 集体中讲团结 (6) 待人上讲礼貌

(7) 处事上讲谦让 (8) 时时处处讲安全

2、引导学生自觉遵守“守则”和“规范”，养成一个合格中学生的文明习惯以实际行动继承中华民族的文明礼仪传统。

1、提前布置主题班会内容，选出主持人，主持人准备好讲稿，叫同学们查阅有关文明礼仪的相关知识。

2、叫同学们结合校园中文明与不文明的现象做好发言准备，

说明班会基本的流程，并把全班分成五个小组，安排好小组长。

3、吩咐班干部设想好班会课时课室的布置情况，找好与班会相关的资料。

通过本次主题班会使同学们认识自己的行为习惯，意识到文明礼仪的重要性，并在生活与学习中不断学习应用和改进，做一个表里一致，内秀外美的文明中学生。

宣布“文明礼仪”主题班会现在开始

### 一、班长讲话

纪律、生活俭朴，是对同学们的起码要求。同学们应该保持天生的自然美和质朴美。其次，同学们要注意语言文明，不说粗话、脏话，不在公共场所大声喧哗。同学们在和自己的老师、同学、朋友、家人交往时要有礼貌，要懂得尊重他人，还要待人真诚，做到诚实守信，因为这些能够体现出你的素养，体现出你对别人的尊重。

同学们，礼仪强调的是“尊重人本”，想让他人尊重你，你首先要尊重他人，陋习图的是一时之快，丢的是自己的人格和尊严，所以我希望每一个同学都能养成良好的文明行为习惯，争做文明好学生。

### 二、观看文明礼仪教育片第一节《仪表举止》（老师播放）

### 三、介绍文明礼仪知识：

#### 坐姿礼仪：

优雅的坐姿传递着自信、友好、热情的信息，同时也显示出高雅庄重的良好风范。给大家介绍几种坐姿，请一位同学示

范，一位讲解，其他同学可以跟着做。

站姿礼仪：

优美的站姿能衬托出一个人的气质和风度，站姿要挺直、舒展、线条优美、精神焕发。给大家介绍几种站姿，请一位同学示范，一位讲解。

走姿礼仪：

无论是日常生活中还是社交场合，走路往往是最引人注目的形体语言，也是最能表现一个人的风度和活力。请一位同学示范，一位讲解。

#### 四、交往礼仪

一人讲解，几个人表演

- 1、不要言而无信
- 2、不要恶语伤人
- 3、及时沟通，消除彼此矛盾。
- 4、不要随便发怒。
- 5、不要叫人外号。

#### 五、交谈礼仪

1、介绍交谈惯用语：（两个人表演）

电话礼仪

（两个人表演）



## 六、文明礼仪

我们要规范自己的言行，更加注重文明礼仪、

### 1、从我做起

我的文明礼仪从校园做起，校园文明礼仪从我做起。

校园文明礼仪是为维系校园正常秩序而要求广大师生共同遵守的最基本的道德规范良好的礼仪，有利提高自身的修养，改善人际关系，净化校园风气。

### 2、分组介绍

在学习弘扬文明礼仪的过程中，我们班，分三个小组展开了讨论和研究

六、交流感受和想法。

### 七、班主任讲话

宣布主题班会结束。

## 清明节教育班会教案中班篇七

1. 观察图画内容，初步了解学校生活，感受教师的亲切，同学的友爱，共同学习的快乐。
2. 依据画面提示，懂得要尊敬老师、热爱学习、遵守纪律、团结友爱，并养成良好的读书、写字习惯。
3. 通过观察、说话、演练，愿意与老师和同学友好交谈。
4. 学生能感受到学习语文是快乐的，学生有主动学习的兴趣。

- 1、向学生介绍语文课的一般规程，提出上课的要求。
- 2、学生能模仿教师和书上的小朋友学会正确的读写姿势。并懂得正确的姿势能保护视力。

### （一）联系实际，启发谈话

1. 教师以谈话形式引入：今天早晨来上学，是自己来的，还是家长送来的？
2. 进一步引导：在学校门口，你看见了什么？（可以说看见的人，也可以说看见的物，还可以说看见的事。）

### （二）仔细看图，指导观察

1. 引导学生进行对比：你觉得小学和幼儿园有什么不一样的地方？可以联系实际说，也可以看图后比较说。
3. 教师小结：小朋友来到学校学习，老师是你们的好朋友。老师爱小朋友，小朋友也爱老师。

### （三）说话演练，体会情感

谈话：早晨，老师见到你们，问：小朋友早！你们应该怎样回答呢？平时见到老师怎么说呢？放学了，怎么和老师、同学道别？指名学生说一说。

### （四）创设情境，进行表演

早晨上学、下午放学或平时，不同的时间，有不同的问候语，教师可以创设多种情境，让学生表演，学习日常礼貌用语。

### （五）学习读儿歌。

上课了

铃声响，进课堂，  
学习用品摆放好，  
等着老师来上课。  
老师讲课认真听，  
提出问题多动脑。  
回答问题声音响，  
大家夸我学习好。

（一）看图导入（投影第4、5页的图），进行坐、看、举手的训练。

2、你们瞧，图画上的同学多认真啊，那我们和他们比一比，看谁上课更认真，好吗？谁做的好，老师就送他一个小奖片。

3、行为训练：

（1）老师讲话时同学们就不能再讲话，而且要做端正，眼睛看着老师。

（2）有问题要举手发言。

（3）课堂上不能随便走动，也不能随便讲话。

4、行为练习：做端正，眼睛看老师。

行为练习：举手

（二）训练读书写字的姿势。

1、小朋友们真能干，学会了坐端正，还知道了该如何举手发言。接着老师要给你们讲个故事，听的时候，可千万别讲话，也不能走上来噢。

（出示啄木鸟头饰）大家好，我是一只可怜的啄木鸟。从前我也和你们一样，有一双明亮的眼睛。可是我读书、写字不注意姿势，有时躺着看书，有时走路看书，写字时，身子趴在桌子上，时间一长，就成了近视眼，整天戴着眼镜，真不方便。别的啄木鸟能飞能停，天天能捉害虫吃。我一飞眼镜就要掉，虫子根本捉不到。一出汗，热气就沾在镜片上，什么都看不见，天天饿肚皮。我真后悔啊！小朋友，你们可不要像我一样，要从小注意读书、写字的姿势啊！

2、同学们，老师今天就要教会你们正确的读书、写字姿势。姿势正确了，对我们学知识，长身体有很大的好处。

3、（出示投影片）读书的时候我们应该向图上的小朋友一样，做到

1) 身体坐直，

2) 头放正，

3) 肩放平，

4) 再把书拿起来，眼睛离书本一尺远。（边说边指点投影）

4、教师分解动作示范

教师巡视，一一纠正。

5、出示儿歌，教师领读：

小朋友，爱读书，

读书姿势要做到：

身直，头正，肩要平，

眼离书本一尺远。

6、 同学们，我们在学校学习，不仅要读书，还要写字。写字姿势不正确，字就写不好了，时间长了，视力就会变差，身体也会长不好的。

看，正确的写字姿势就是跟图上的小朋友一样，做到：

1) 身体坐正，书本放平，

2) 手离笔尖一寸，

3) 眼离书本一尺，

4) 胸离桌边一拳。（边说边指点）

7、 教师示范分解动作

握笔时，把拇指和食指放在离笔尖一寸的位置，中指抵在下面，笔杆靠枕虎口的位置。（教师演示）另外，无名指和小拇指钩起来，垫在中指下面。（重复两次）

8、 出示儿歌，教师领读：

写字姿势要端正，

身体坐正书放平，

一寸一尺和一拳，

学好知识身体健

9、在语文书的第一页写上名字和班级，教师纠正握笔姿势。

（三）课后作业：

1、回家把儿歌念给家长听， 并做给家长看。

2、教师，同学，家长观察一星期，评出读写姿势正确的好学生。

## 清明节教育班会教案中班篇八

1、使学生了解有关生命的来之不易与宝贵，感悟生命的可贵。

2、使学生学会珍爱生命，学会自救的方法教学过程：

一、安全问题是学校一贯以来极其重视的问题。安全问题永远大于一切。在班会中主要从防地震、防溺水、防食品安全、防交通事故和防挤踏，等安全方面来展开宣传教育，提高学生的安全意识。

1、防溺水溺水已成为全国中小学生的“头号杀手”，今年5月以来，已发生数起中小学生在节假日溺水事件。随着天气逐渐变热，溺水的危险将增加。因此，学校规定全校学生不能外出游泳洗澡，不能去有水的地方玩耍。

在炎热的夏季，许多人喜欢游泳，因为缺少游泳常识而溺水死亡者时有发生。据有些地区统计，溺水死亡率为意外死亡总数的10%。

溺水原因主要有以下几种：不会游泳；游泳时间过长，疲劳过度；在水中突发病尤其是心脏病；盲目游入深水漩涡。

如何保证游泳的健康和安全，避免溺水事件的发生？对水情不熟而贸然下水，极易造成生命危险。万一不幸遇上了溺水

事件，溺水者切莫慌张，应保持镇静，积极自救：

（1）对于手脚抽筋者，若是手指抽筋，则可将手握拳，然后用力张开，迅速反复多做几次，直到抽筋消除为止；（2）若是小腿或脚趾抽筋，先吸一口气仰浮水上，用抽筋肢体对侧的手握住抽筋肢体的脚趾，并用力向身体方向拉，同时用同侧的手掌压在抽筋肢体的膝盖上，帮助抽筋腿伸直；（3）要是大腿抽筋的话，可同样采用拉长抽筋肌肉的办法解决。

2、食品卫生安全外出购物时一定要检查购买食品是否存在质量问题，不能在外面买三无食品和流动摊点上的食品，对于来路不明和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。

3、地震时的自救方法：

（1）、大地震时不要急：破坏性地震从人感觉振动到建筑物被破坏平均只有12秒钟，在这短短的时间内你千万不要惊慌，应根据所处环境迅速作出保障安全的抉择。如果住的是平房，那么你可以迅速跑到门外。如果住的是楼房，千万不要跳楼，应立即切断电闸，关掉煤气，暂避到洗手间等跨度小的地方，或是桌子，床铺等下面，震后迅速撤离，以防强余震。

（2）、人多先找藏身处学校，商店，影剧院等人群聚集的场所如遇到地震，最忌慌乱，应立即躲在课桌，椅子或坚固物品下面，待地震过后再有序地撤离。教师等现场工作人员必须冷静地指挥人们就地避震，决不可带头乱跑。

（3）、远离危险区：如在街道上遇到地震，应用手护住头部，迅速远离楼房，到街心一带。如在郊外遇到地震，要注意远离山崖，陡坡，河岸及高压线等。正在行驶的汽车和火车要立即停车。

(4)、被埋要保存体力：如果震后不幸被废墟埋压，要尽量保持冷静，设法自救。无法脱险时，要保存体力，尽力寻找水和食物，创造生存条件，耐心等待救援人员。

4、交通安全：给学生讲一则交通事故的新闻，提醒学生们要特别注意交通安全，上学和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。不闯红灯、不乱穿马路。

5、下楼时遇紧急情况应注意几点：

(1)、下楼道楼梯时靠右走，不要奔跑、拥挤、推搡、说笑打闹，以免发生危险。

(2)、万一学生在楼道、楼梯发生摔倒时，摔倒者周围的学生立即将其搀扶出危险区，后面行进的学生立即原地站立停止行进，不得拥挤、起哄，待危险解除后再按顺序下楼。

结束语：同学们，生命的全部意义在于无穷地探索尚未知道的东西，在无穷的探索里，你会看到光辉、灿烂的前景。祝愿大家今天好，明天会更好！

## 清明节教育班会教案中班篇九

1培养学生的基本法律意识，帮助学生树立守法观念。

2增强学生的自我保护意识让学生了解并知道如何运用法律的武器来保护自己。

3通过案例分析与学生的讨论增强学生的法制观念。

据统计，在我国，25周岁以下的人犯罪占犯罪总数的70%以上，青少年犯罪日渐攀升，每年新产生的少年犯人数竟高达15万。这些犯罪行为形成，除了受某些外界因素影响外，青少年



违法犯罪的自身原因很重要。那么怎样才能预防未成年人犯罪呢？未成年中小学生应认真学习法律知识，依法自律，正确对待父母和学校的教育，运用法律武器保护自己的合法权益则十分必要。

1、说出你所知道的法律法规。

2、师总结并出示课件。

法律词典：

犯罪——指严重危害社会，触犯刑法，应当受到刑罚处罚的行为。

问题1哪些行为属于不良行为？自己有没有不良行为？

问题2、青少年违法犯罪的自身原因还有什么？

自我预防——勿以恶小而为之，勿以善小而不为。

大量事实证明，不良行为习惯正是走向违法犯罪的开始。青少年要从小事和日常生活做起，堂堂正正走好人生每一步，坚决摒弃不良行为。