总结中需要包括以下内容：

1. 本次班会具体流程。
2. 班级人数、班级实到人数。
3. 参加班会学生心得，至少3人。
4. 组织者进行总结，本次活动的优点与缺点。
5. 总结中至少包括5张班会照片，插入总结中同时打包进上交的压缩包中。