

2023年初一健康教育教案详细(汇总7篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？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。

初一健康教育教案详细篇一

1、充分利用宣传栏、黑板报、多媒体等传媒开展健康教育。计划开展“视力保护宣传周”、“3.3爱耳日”、“5.31世界无烟日”、“6.6爱眼日”、“9.20全国爱牙日”、“12.1世界爱滋病日”等进行有关卫生知识宣传。

2、用讲座、参观、图片等形式对干部职工及广大群众进行艾滋病预防及禁毒教育、自我保健教育、健康生活方式教育、饮食卫生、保健等教育。

3、利用墙报、宣传窗、健康教育培训班等多种形式，广泛开展呼吸道、肠道传染病的预防知识宣传教育，及时印发预防“麻疹”、“甲流”等健康教育系列资料，提高职工及居民对“麻疹”、“甲流”等传染病的认识，增强自我防病意识。

1、以创建全国卫生城市为契机，优化美化卫生单位环境。

2、进一步健全卫生管理制度，责任到村，充分发挥村内卫生管理网络的作用，加强检查、监督。

3、继续开展常规竞赛活动，对村干部群众进行健康教育、控烟活动考核。

4、积极开展“爱国卫生活动，坚持一日两扫，经常检查与突击检查相结合。每月对卫生进行检查，使卫生面貌达到彻底

改观。

5、认真贯彻《食品卫生法》，加强对食堂、临街店面的监督、检查。加强饮用水的管理，保证村民饮食卫生安全，防止病从口入，杜绝食物中毒事件的发生。

1、严格执行传染病防治法，消除可能导致传染病流行的各种隐患，做到“早发现、早报告、早诊断、早治疗”。

2、对村内的公共场所如办公室、食堂、宿舍、厕所等定期进行消毒处理，落实各项预防措施。

完善控烟措施，散发控烟宣传资料，主要公共场所张贴禁烟标志，在各村委会、文化场所积极开展“无烟日”活动。

初一健康教育教案详细篇二

中学生肩负着培养跨世纪人才的重任，青少年时期是一个心理、生理发育的关键时期，不仅要重视培养青少年思想文化道德素质，还要关注他们的心理健康，健康教育是中学素质教育的一项重要内容，也是现代基础教育的一个显著特点。从小培养学生良好的心理素质，开发学生的潜能，塑造学生的健康人格，这对于提高中华民族的整体素质，提高未来人才的质量，有着极其深远的意义。

二、教材简析八年级心理健康教育的内容，

主要有：第一节：关爱生命远离。

第二节：防治近视。

第三节：合理饮食，强身健体。

第四节：肥胖症与减肥。

第五节：常见意外伤害的预防。

第六节：初中生常见心理障碍——自我意识发展。

第七节：青少年主要传染病及其预防。

第八节：10年后的我。

这部分内容，帮助学生建立良好的卫生习惯，适应现代社会生活具有重要价值，增强学生社会交往的主动性，克服交往中存在的心理障碍。

三、教学重点、难点

1、重点：使学生了解健康教育的重要性，了解，加强预防传染病。强调和学生讨论和沟通的过程，更多的以心灵的感化来促进学生的自我反省和自我完善。

2、难点：增强学生自控能力，不受的危害，使身体健康成长。

四、教学目标：

从小培养学生良好的心理素质，培养学生遇到不愉快的事，学习冷静思考。巩固学生各方面常识的理解，让学生可以进行自我检测。开发学生的心理潜能，塑造学生的健康人格，提高中华民族的整体素质，提高未来人才的质量。运用心理学、教育学的原则与方法，以中学心理健康教材为载体，对青少年进行有关心理健康方面的教育、咨询和行为训练，培养他们良好的心理素质，提高他们的心理健康水平，促进他们全面和谐的发展。

五、教学措施

健康教育课教材具有自身特点，因此，在课堂教学中，以活动课为主淡化理论，强化行为为指导和行为训练，教学各种

心理健康教育渗透。通过多种途径，多种手段，有目的、有计划地对学生的心理发展施加影响。同时注意结合运用现代的教学手段辅助教学，使之更加生动形象直观，从心理咨询、心理讲座入手，进而将心理健康教育贯穿于全部教育教学活动中。采用如下方法进行：1、利用心理咨询室，通过心理咨询，纠正心理上的不平衡，使学生对自己与环境有新的认识，以达到对生活有比较良好的适应；2、利用现代教育手段，通过多媒体向学生展示现实生活中形形色色的问题事例，教育警示学生。3、开展主题教育活动，确立主题后，学生分别准备材料，集体展示，进行总结；从主题设计始，经活动实践，最后交流体会；4、利用故事，创设情境，讲解点拨。讲解中有信息、有知识、有思想、有新的语言；5、讲述生动故事，使学生从中明白事理，要求故事真实、贴切、新颖、灵活；6、把大的主题分成几个小专题，每组学生只讨论一个小专题，最后集中交流；7、将心理健康教育的内容渗透于小品之中，确定主题后，由学生自编节目，自行分配角色，自己演出，然后大家讨论，升华主题。小品可以是情景剧，也可以有音乐、唱歌、舞蹈、相声、快板、比赛、游戏穿插其间。

六、教学进度第一节：

关爱生命远离第二节：防治近视第三节：合理饮食，强身健体第四节：肥胖症与减肥第五节：常见意外伤害的预防第六节：初中生常见心理障碍——自我意识发展第七节：10年后的我第八节：青少年主要传染病及其预防。

初一健康教育教案详细篇三

皮亚杰也曾说过，儿童是自己的哲学家，教育的'第一条件就是要尊重主体、认识主体、热爱主体只有充分地尊重幼儿，使其发挥应有的主体性，幼儿才有可能主动、积极、创造性地活动。幼儿健康教育既然将促进幼儿的健康作为最直接的目的，其教育过程就不应使幼儿感到压抑或受到伤害。幼儿健康教育工作者应充分发挥幼儿自身的主动性和积极性，努

力将幼儿的兴趣与必要的规则相结合，使幼儿尽早建立起各种健康行为。

1. 懂得一些简单的健康常识，初步形成健康、安全的生活所需要的行为习惯和态度，具有初步的生活自理能力。

2. 身体正常发育，机能协调发展，愿意参加体育活动，积极进行力所能及的体育锻炼，体质不断增强。

3. 情绪愉快，活泼开朗，愿意克服困难，无心理卫生问题。

(1) 会正确的洗手、刷牙，并自觉的做到早晚都刷牙，餐前、便后洗手；

(2) 勤剪指甲，保护好自己的小手不受伤害；

(3) 养成独立穿脱整理衣服得好习惯；

(4) 知道正确的站、坐、行、睡等姿势；

(5) 有良好得作息习惯，早睡早起，按时午睡；

(6) 知道保持玩具的整洁，会整理玩具。

(1) 情绪愉快、会独立进餐，不挑食；

(2) 会主动饮水，少吃零食，对常见得食物会辨别；

(3) 按时进餐，保持清洁，进餐习惯好；

(4) 关心周围环境得卫生；

(5) 了解不同的运动给身体带来不同的变化

(1) 五官的保护及功能的了解；

(2) 换牙、保护牙齿知识的基本掌握；

(3) 懂得保护视力的基本常识和方法。

(4) 少吃冷饮

(5) 了解感冒会给身体带来影响，影响正常的学习生活

(1) 在集体生活中表现出自信，规则意识增强.

(2) 喜欢和同伴共同游戏，增强合作行为

(3) 能主动的轮流和分享

第二周：勤剪指甲，保护好自己的小手不受伤害；

第三周：养成独立穿脱整理衣服得好习惯；

第四周：知道正确的站、坐、行、睡等姿势；

第五周：有良好得作息习惯，早睡早起，按时午睡；

第六周：知道保持玩具的整洁，会整理玩具。

第七周：情绪愉快、会独立进餐，不挑食；

第八周：会主动饮水，少吃零食，对常见得食物会辨别；

第九周：按时进餐，保持清洁，进餐习惯好；

第十周：关心周围环境得卫生，不随地扔垃圾；

第十一周：五官的保护及功能的了解；

第十二周：换牙、保护牙齿知识的基本掌握；

第十三周：懂得保护视力的基本常识和方法；

第十四周：少吃冷饮；

第十五周：了解感冒会给身体带来影响，影响正常的学习生活；

第十六周：了解不同的运动给身体带来不同的变化；

第十七周：在集体生活中表现出自信，规则意识增强；

第十八周：喜欢和同伴共同游戏，增强合作行为，能主动的轮流和分享。

初一健康教育教案详细篇四

以《中小学生心理健康教育指导纲要》为指导，通过心理健康教育，不断转变教师的教学理念教学方法，为学校实施素质教育营造良好的心理气氛。坚持以人为本，根据初中生生理、心理发展特点和规律，运用心理健康教育的理论和方法，培养中学生良好的心理素质，促进学生人格的健全发展。

培养学生自信、自立、自强的奋发精神和高尚的人格以及良好的心理素质，最终促进学生人格的健全发展；使心理健康教育成为我校开展德育工作的一大特色。

1. 积极乐观的学习心理：培养学生创新能力和实践能力，激发学生的学习动机和学习兴趣，学会微笑面对困难，树立积极乐观的学习心态。

2. 稳健的情感和意志心理：让学生学会控制自己的情绪，正确处理理智与冲动，个人和社会，挫折与磨砺的关系，形成良好的心理素质和性格特点。

3. 和谐的人际关系心理：培养学生能够正确认识、评价自己的能力，掌握人际交往的基本规范和技巧，养成宽宏大度，自我克制；尊重他人、乐于助人的良好品质。

4. 正确的个性心理：把塑造个性与树立正确的价值观念有机地结合起来，让学生形成正确的世界观和人生观、价值观。

5. 健康的青春期心理：让学生形成自我调节的控制能力，正确处理好男、女同学间的交往，做到自尊与互尊。

1. 七年级学生青春期心理健康教育专题讲座。

2. 开展针对部分特殊学生的心理讲座。

本学期担任七年一班班主任工作，同时兼任他们的心理健康教育工作，这届学生在初中学习生活一学期了，大部分学生需要逐渐养成良好的学习习惯，少数学生自控力较差，学习效率低，本学期继续培养学生良好的学习习惯，争取引导个别学生有明显进步，大胆放手让学生自己干力所能及的事，并做好组织引导工作，最大限度的营造一个团结，积极，先进的班集体。

1. 加强班风建设，形成一个健康积极的班集体。

2. 加强学风建设，营造良好的学习氛围。

3. 继续加强法制教育，综合整治管理。

4. 与家长保持正常、经常化的沟通，力争家长的配合，共同管理好学生。

根据实际情况每周两周上一节健康课。新的学年，新的开始，我会积极学习，不断探索，着重班级的德育，积极协调各科教学，全面提高学生素质。

初一健康教育教案详细篇五

为了加强学校卫生工作，促进学生正常发育，增强对疾病防疫的知识和体质及提高学生健康水平。我校以陈思廉校长为首的行政班子及全校教师坚持以人为本，感悟巴金教诲、学习巴金品质，让全体学生全面发展的理念。把心交给孩子！牢固树立卫生安全责任重于泰山的意识，要狠抓细节，主动排查隐患，狠抓落实，完善管理措施，建立学校卫生工作的长效机制，让学校卫生工作落到实处。

一、我们卫生室和大队部相互配合，根据上级部门、学校、辖区及教学内容，开展丰富多彩的活动。

1、 加强对校园卫生、食品卫生、安全的检查及校园卫生的美化。

2、 开展xx秋季卫生宣传月暨“预防肠道传染病，远离甲型h1n1流感”活动。

3、 狠抓学校卫生常规教育，促进学校健康课的健全实施。

4、 加强学生养成良好的卫生习惯教育。

5、 严格做好传染病的防控预防措施。“从系从严，制度管理”的宗旨。

1、 开展狂犬病的宣传教育。

2、 保护视力、预防近视。（开展讲座及护眼保眼专刊）

3、 一年级开展口腔卫生的讲座。

4、 “均衡营养、身体才强壮”。

1、 进一步加强学生对传染病的预防知识的宣传教育，重点从学生个人卫生行为习惯的养成入手，并开展学生个人卫生和班级环境卫生的评奖活动，强化学生的卫生意识。

2、 开展“预防肺结核传染病”知识的宣传活动。

3、 加强对学生正确使用饮用水的卫生及节约用水的思想教育。

4、 开展学生心理健康教育的引导。

1、 开展心理健康教学讲座。（心理教师）

2、 开展“关注自己，预防艾滋病”的宣传活动。（讲座和板报形式）

3、 开展“考试期间的心理健康教育”活动。

一、 抓好健康教育课的教学计划和备课，提高教学质量。

二、 进一步配合防疫部门做好学生的体检、防龋、常见病、传染病、预防接种等工作并及时将学生体质健康检查情况通知家长。

三、 培训好各班的生活委员、劳动委员，使他们成为保健教师的好助手。

四、 做好教材循环使用的消毒工作。

初一健康教育教案详细篇六

高中是人生教育中最重要时刻，在高中时刻，只要你努力学习，用功读书，考上大学，那么你的人生转折点就好了，开始慢慢的走向成功，实现自己的梦想。如果你不努力，读

书不用功，考不上大学，那你的人生很有可能是暗淡无光的，这是几十年来的前辈总结出来的经验，很少有人逃过这个经验。

在高中学习中，文化课固然重要，可是身体素质也是很重要的，这就是体育锻炼和健康教育的问题了，所以说在高中的时候，体育和健康教学必须要实行下去。

根据这个思路，我制定了高一体育与健康教学工作计划：

我所带的班级的学生大多数来自乡村中学，他们的体育成绩参差不齐，有些同学的身体素质非常差，大部分同学没有养成自觉锻炼身体的习惯。存在的问题比较多，需待解决的问题也比较多，这些给本学期的教学带来了很大的困难。这些是这次计划制定的依据。所以总体本着严格要求学生，少批评，多鼓励，抓基础，促能力，由浅入深，注重培养学生锻炼身体的习惯。

根据以上的特点，在教学时进度尽量放慢些。课堂上主要教会锻炼的方法和技术，采取由浅入深的方法，循序渐进，课堂上教学主抓双基教学，要能力培养。多结合所学知识与社会实践相结合，让学生认识到学体育与健康课程的重要性。多结合体育人物和事物，让学生多了解体育的历史背景，激发学生学习体育与健康课的兴趣。

本学期教学内容为高中体育第一册：体育与健康基础知识、田径、体操、球类、武术等内容。学生虽然进入了高中，对体育与健康课程有了一定的了解，但学生学习体育与健康课的自觉性、主动性仍较差。为此，在教学中，要让学生从被动学习到主动去练习，提高学生的体育与健康素养。因此在教学中应注重能力的培养。

1、注重能力培养。根据新课程标准的要求注重培养能力。学习的过程就是能力养成的过程，不教学生读死书，而应教学

会学生如何学习。

2、遵循“教育要面向现代化，面向世界，面向未来”的战略思想，贯彻教育必须为社会主义现代化建设服务，必须与生产劳动相结合，培养德、智、体、美、劳全面发展的社会主义事业的建设者和接班人的方针，以推进素质教育为宗旨，全面提高教学质量。

3、主抓“双基”教学。依据教学大纲要求进行教学，不搞过多的引申和推广，不增加学生的学习负担。

很多高中学校为了片面的追求学生的学习成绩，很少有开设体育课和健康教育课，或者只是高一开设，而高二以后就不开设了，这是不对的。国家在深化教育改革，这种教学方法应该改正，但是很多学校并没有意识到这个问题，还是以成绩为上的理论教授学生，这就需要我们的大范围宣传了。

教育好学生，提高他们的身体素质和我所要想的，不过这当然是有难度的，这当中有学校的原因，不开设课程或是开设的很少。还有学生方面的原因，很多学生并不愿意上体育课或是健康课，认为这是在浪费时间，不如上自习自己学习，这都是我多面对的困难。

不过我相信，只要我认真努力的工作，我会将学生的身体素质带上去的！

初一健康教育教案详细篇七

在新学期认真贯彻学校心理健康的有关精神，积极配合院阳光心理工作部的各项工作，推动我系心理健康教育工作的开展。

二、工作思路：

以扎实开展心理危机预警工作为基础；

以朋辈辅导与心理委员辅导相结合为辅导模式

以寝室信息员、班级心理委员以及朋辈心理工作部为信息链做好日常工作；

重点以“新生适应”为主题全面开[20xx最新幼儿园教师工作计划)展心理健康教育课外活动。

三、工作要点：

1、做好心理危机干预的常规工作，严格落实“五早”信息预警机制，做好学生心理危机干预工作的月通报与周通报工作，确保心理预警学生稳定。

2、配合学校院系，认真开展xx级新生心理健康教育系列活动，认真做好心理普查、心理访谈、心理档案的建设工作；完成新生班级心理委员、寝室心理健康信息员的选拔与培训工作；完成新生心理拓展训练活动等。

3、加强对我系新进学生辅导员与新任心理委员的培训与指导，通过座谈会、案例交流、知识讲座等形式，提升我系心理健康教育工作专业水平。

4、加强班级心理委员与寝室信息员的队伍建设，围绕主题，召开朋辈辅导员经验交流会，构架沟通、交流的平台，加强对新生班级心理健康教育工作的指导。

5、进一步加强班级心理委员建设，通过严格考核等形式，增强朋辈辅导员的角色归属感与责任感。

九月份： 1、制定本学期我系心理健康工作计划。

- 2、准备系阳光心理部招新工作。
- 3、上交《9月份心理健康月报表》与《心理危机排查表》。
- 4、做好系朋辈心理工作部招新宣传工作。
- 5、建立好心理委员与寝室信息员的飞信群。
- 6、做好节假日心理危机干预与辅导工作。

十月份： 1、组织系朋辈心理工作部干部干事招新。

- 2、召开10月份班级心理委员与寝室信息员例会。
- 3、开展第一期朋辈辅导员小讲坛。
- 4、做好“新生适应”的前期准备工作。
- 5、开展“新生适应”活动。
- 6、开展新生心理健康主题班会，组织各班进行评比。
- 7、配合院阳光心理工作部完成新生心理拓展训练。
- 8、上交《10月份心理健康月报表》与《心理危机排查表》。

十一月份： 1、配合学院做好xx级新生心理普查。

- 2、配合学院做好xx级新生心理回访工作。
- 3、在本系做好“朋辈辅导员有约”座谈会与心理情景剧活动的宣传工作。
- 4、开展第二期朋辈辅导员小讲坛。

5、召开11月份班级心理委员例会。

6、上交《11月份心理健康月报表》与《预警库表》。

十二月份：1、更新预警库的信息。

2、召开12月份班级心理委员例会。

4、上交《12月份心理健康月报表》与《预警库表》。

5、对本学期开展的各项心理健康工作进行总结。

一月份： 1、召开1月份班级心理委员例会。

2、做好心理预警学生的寒假辅导安排工作。

3、组织好本系新生参加班级心理委员、寝室信息员心理健康知识培训。