小学生健康教案全集(精选8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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来了解一下吧。

小学生健康教案全集篇一

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。

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。

学习道路交通安全，保护自己

1、《安全手册》

2、收集有关中小学生发生安全事故的案例。

1、观看因各种事故，数以万计天真无邪的儿童死于非命，给家庭带来了不幸，给父母造成无法愈合的创伤的短片。

3、教师总结，揭示主题：

是呀！天有不测风云，人有旦夕祸福！生命如此美丽，但又是如此脆弱。他们曾经是那么活泼可爱，但却因为缺乏安全意识而受到伤害，甚至失去了生命。我们要珍惜宝贵的生命，提高安全意识。“安全第一，从我做起；安全第一，从小事

做起，给危险挂上红灯！”老师和家长每天最惦记的就是我们的安全。今天我们就一起来探讨安全知识，有了它既可以保护了自己，又让家长放心。

4、交通安全大家谈：

（1）、那么我们在街道上面如何防止自己被汽车碰到？

（2）、如果出了意外我们应该怎样应付？

（3）、用哪些手段可以尽量减少自己受到的伤害？

5、七嘴八舌话安全：

6、画在路面上的交通法规

学生发言，师生共同交流。

（1）你认识哪些道路交通标线

（2）这些交通路线有什么作用

（3）出示图片：道路画线实景图，认识各种标线的用途

（4）拓展延伸

7、自评互判：

通过今天的学习你收获了什么？

你觉得自己这节课表现的怎么样？

小学生健康教案全集篇二

恐惧是学生惧怕某种物体或景象时的一种心理体验。恐惧中

往往带有厌恶、焦虑等心理反应。严重的恐惧心理对学生的成长非常不利，它不仅影响学生正常的生活和学习，还会是学生个性向软弱、胆怯方向发展。低年级学生心理恐惧现象较普遍，克服这些心理恐惧是学生心理成熟的重要过程。

帮助学生理解成长包括身体和心理两部分；激起学生一往直前，勇于克服心理恐惧的决心。

（一）创设情景

1、教师将学生分成4－6人的小组，看图讨论《小辉长大了》的故事。

（故事大意：小辉很害怕一个人睡觉，所以他总想方设法和爸爸妈妈睡同一个房间，上学后，妈妈说：“小辉，你是小学生了，要去自己房间睡觉。”小辉同意了。第一晚，小辉很怕，妈妈就开着灯让他睡。几天以后，小辉慢慢不怕了，可以关掉灯睡觉了。妈妈说：“小辉长大了。”）

2、请学生思考并回答如下问题：为什么小辉能独自睡觉，妈妈就说“小辉长大了”？

3、教师小结：小辉在心理上长大了。

（二）咨询明理

1、全班讨论：长大的标志有哪些？

2、教师小结：我们的成长是多方面的：有身体的变化，如长高、变重；更重要的是我们心理的成熟。克服心理恐惧就是心理成熟的重要表现。

3、小组交流讨论讲使自己心理恐惧的事物或情景以及恐惧体验，请别的同学为自己出谋划策。

（三）体验理解

2、分组讨论，续编《上学的故事》。

3、分组表演小品《上学的故事》。

4、教师小结：克服恐惧最重要的是要有勇气和智慧。

（四）实践活动

以填色游戏为主，让学生在代表力所能及的事情的星星上涂颜色。比比，谁涂的星星最多，谁就最能干！

小学生健康教案全集篇三

1.喜爱参加体育锻炼，养成爱运动的好习惯。

2.能为自己做简单的周运动计划，了解多运动对身体有好处。

1.户外活动器械(塑料杠铃、呼啦圈、平衡木、小推车、篮球等)。

2.学生用计划表格每人一张，教师用计划表一张。

总结预防疾病的方法，多喝水能够及时补充水分，使身体中的病菌随小便排出，多吃水果，补充维生素，多运动，能够提高身体提抗疾病的潜力，能使小朋友身体长高长结实，还能锻炼小朋友的反应潜力，变得很聪明。

二、鼓励学生交流明白的运动方式及运动器械的玩法。

1.请学生说说你都做过哪些运动。

2.鼓励学生说出塑料杠铃、呼啦圈、平衡木等器械都能够怎样玩，还有哪些不同的玩法。

三、教师介绍自己的运动计划，引导学生制定自己的运动计划。

1.教师按照一周7天的时间顺序介绍自己的运动计划，包括运动器械和运动资料。

2.引导学生说说自己想制定怎样的运动计划，要求学生计划要完整，资料包括多种器械、运动方式和在学校、家中运动的不同资料。

四、学生开始制定自己的运动计划。

1.学生制定计划，教师巡回观察学生的完成状况，适时的给予帮忙和指导。

2.引导学生相互展示交流自己的’运动计划。

五、讨论运动时要注意的安全。

1.小朋友运动的时候要注意哪些安全

2.在运动的时候就应怎样保护自己

活动延伸:

1.把学生制定的运动计划布置成班级的春季运动专栏。

小学生健康教案全集篇四

知道个人卫生习惯对健康的影响，初步掌握正确的个人卫生知识；了解保护眼睛与牙齿的知识；知道偏食、挑食对健康的影响，养成良好的饮水、饮食习惯；了解自己的身体，学会自我保护；学会加入同伴群体的技能，能够与人友好相处；了解道路交通与玩耍中的安全常识，掌握一些简单的紧急求

助方法；了解环境卫生对个人健康的影响，初步树立维护环境卫生意识。

二、基本内容

（1）健康行为与生活方式：不随地吐痰，不乱丢果皮纸屑等垃圾；咳嗽、打喷嚏时遮掩口鼻；勤洗澡、勤换衣、勤洗头、勤剪指甲（包含头虱的预防）；不共用毛巾与牙刷等洗漱用品（包含沙眼的预防）；不随地大小便，饭前便后要洗手；正确的洗手方法；正确的身体坐、立、行姿势，预防脊柱弯曲异常；正确的读写姿势；正确做眼保健操；每天早晚刷牙，饭后漱口；正确的刷牙方法以及选择适宜的牙刷与牙膏；预防龋齿（认识龋齿的成因、注意口腔卫生、定期检查）；适量饮水有益健康，每日适宜饮水量，提倡喝白开水；吃好早餐，一日三餐有规律；偏食、挑食对健康的影响；经常喝牛奶、食用豆类及豆制品有益生长发育与健康；经常开窗通气有利健康；文明如厕、自觉维护厕所卫生；知道蚊子、苍蝇、老鼠、蟑螂等会传播疾病。

（2）疾病预防：接种疫苗可以预防一些传染病。

（3）心理健康：日常生活中的礼貌用语，与同学友好相处技能。

（4）生长发育与青春期保健：生命孕育、成长基本知识，知道“我从哪里来”。

（5）安全应急与避险：常见的交通安全标志；行人应遵守的基本交通规则；乘车安全知识；不玩危险游戏，注意游戏安全；燃放鞭炮要注意安全；不玩火，使用电源要注意安全；使用文具、玩具要注意卫生安全；远离野生动物，不与宠物打闹；家养犬要注射疫苗；发生紧急情况，会拨打求助电话（医疗求助电话：120，火警电话：119，匪警电话：110）。

小学生健康教案全集篇五

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。能够说，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，现代社会的快速提高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潜力，更要有健康的个性心理品质和良好的社会适应潜力。

1、让学生明白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潜力。

3、每个人都就应以用心、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。

1、课件(名言、图片、音乐等)。

2、心理小测试题。心理专家的牌子夹

3、学生带好笔。学生奖品

4、相应材料(4x55)

5、小花50朵，大花1朵

(一)欢乐篇(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。

学生拿起教师为他们各自准备的一朵含苞欲放的花。(教师拿起花)

师:这朵美丽的小花就代表你自我花是美丽的你同样是美丽的。(教师放下花)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，欢乐篇):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我。(点击课件，回到到主界面)

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：把我们的心交给这句话，和教师一齐慷慨激昂地说，……(教师手指课题)

小学生健康教案全集篇六

1、学生了解学习和休息之间的关系。

2、学生明确应当怎样合理安排学习和休息的时间。

3、养成一个好的`生活学习作息制度。

一、导入新课

二、学习新课

2、读课文3-5小节，思考讨论。

3、让我们来想象一下，如果我们总在进行紧张的学习，是不是会有好的学习效果呢

4、谁来说一说你在生活中了解的有关同学的学习时间安排。

5、为了合理地安排学习和休息，我们应当注意哪些方面

6、讨论并小结：

1)养成良好的学习习惯；

2)掌握学习的方法和技巧；

3)列出学习计划表；

4)保证足够的睡眠时间；

5)参加各种体育、文娱活动

7、补充知识：小学生一日学习时间的标准。

三、小结

在今后的日子里，让我们来比一比，看谁在这方面做得最好。

小学生健康教案全集篇七

把握中学生的心理特点，帮助学生明确如何正确处理交友这一重要人际关系的问题，了解交朋友的意义和重要性，明确交朋友的原则和态度。

我国著名青年歌唱演员臧天朔曾经唱过一首名叫"朋友"的歌，其中有两句歌词是这样的：朋友，如果正享受幸福，请你离开我；朋友，如果你正面临痛苦，请你告诉我。真挚朴实的歌，使我们对真正的朋友有了深刻的认识。今天的班会课，就让我们一起来讨论中学生该如何交友这一重要人际关系的问题。

1、学生讨论：青少年为什么十分渴求青年朋友？

a□学校生活越发重要，朋友在学生的人际关系中成为一种重要的关系。

b□对独立的渴望，希望有更多机会发表自己的意见，而朋友是最好的听众。

c□与父母在沟通上存在困难，同龄人之间易产生共鸣。

2、教师小结：

青少年社会生活的中心从家庭转到学校，这是走向独立的一种表现，青少年需要认识自己，肯定自己，希望有更多的机会表达自己的.意见、想法，也希望有人倾听自己的话。而这种需要较少能从父母那里得到满足，所以他们只能去寻找与他们有更多共同语言的青年朋友。

学生分组讨论，每组发表至少一个代表性观点。各组观点提出后，有异议者可要求讨论，展开辩论。

1、朋友可帮助你增进对自己的了解。

2、朋友可以帮助你肯定自己的价值。

3、与朋友相处，还可以使你得到情绪上的缓解。

4、学习处理人际关系，是青少年学习适应社会的一个过程。

1、每个人的性情爱好不同，但是，真正的朋友都应该能够相互帮助，以诚相待，这是交朋友的首要原则（讨论）

2、如果抱着功利主义的目的，为了某种实际好处而去结交朋友，这种关系是不会持久的。

1、珍重友谊，与朋友相处应当学会宽以待人，严以律己。人无完人，金无足赤，每个人都会有这样那样的缺点、短处，应尽力帮助对方改正，切勿嘲笑、轻视朋友的缺点、错误。

2、当发现自己交了一个坏朋友，如果，你不能改变他们，反而在交往中受到他们的坏影响，那就要拿出决心和勇气，坚决离开他们。

愿每一位青少年朋友都能找到真正的友谊，和朋友相互鼓励，相互关心，共同提高，一起进步。

小学生健康教案全集篇八

1、认识什么是起青春期。

2、认识青春期的身体发生的变化及如何正确迎接青春期的到来。教学重点：认识青春期的身体发生的变化，正确迎接青春期的到来。

教学难点正确迎接青春期的到来。

教学过程

一导入新课

二新授

1、讨论：

你们知道什么是青春期吗？

你身体的各个部位发生了什么变化？

2、师针对学生的发言小结

3、课堂总结：

（1）迅速长高。

（2）心肺功能明显增强。

（3）肌肉的发育十分迅速

（4）体重增加。

（5）神经兴奋性加强。

4、为了今后的强健的身体，我们现在该怎么做？

归纳：

（1）养成良好的习惯。

（2）加强营养、合理安排饮食。

（3）不吸烟，不喝酒。

（4）保持正确的坐、立、走姿势。

（5）加强体育锻炼。

（6）保护好嗓子，不大声喊叫。