

最新六年级健康教案及反思 六年级心理健康教育教案(实用7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。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

六年级健康教案及反思篇一

帮忙学生明白什么是真正的自己，什么是对自己的正确认识，懂得什么是悦纳自己。通过活动，引导学生正确地评价自己。明白正确评价自己有利于身心健康。能够接纳自己的优缺点，充分利用自己的长处，使自己快乐地学习和生活。

写有关人物的形容词题板、格言条幅、个人小时候的生活照片、森林动物演出大会故事配乐录音及录音机。

1. 导入

同学们，老师明白大家都是乐于助人的好学生，这天，老师为大家带来了一个小朋友，它最近的情绪不好，请大家帮忙它。

2. 学礼貌理

(播放课文录音故事)

请每个同学对小黄莺说句话，老师把大家说的话录下来带给小黄莺。

(学生轮流发言的同时老师为学生录音)

在我们的生活中在许多人，他们也有过小黄莺这样的烦恼，但是他们能正确的对待自己的问题。书中的课文就给同学们介绍了一名美国残疾人的故事，请一名同学给大家读一读。

3. 活动明理

(1) 分主角表演“小马过河”。表演结束后

a□请小马说说开始时为什么不敢过河？

b□请观众说说之后小马为什么又敢过河了，完成了妈妈交给的任务？

c□请演员与观众共同分析：如果小马不了解自己的身高与潜力，结果会怎样？

(2) 模仿人物：请参加表演的同学尽量表现出被表演同学的特点与优点，然后请问同学们猜一猜被表演的同学是谁？这个同学还有什么优点？再请这位同学说说自己的优缺点以及自己的特点。

(3) 发给每个学生一张图画纸，并将写有形容词的条幅贴在黑板上，请同学们参照词语为自己画像。

要求：画得不好没关系，但要在图画上表现出自己的优点。

冲动 顺从 好奇 助人 独立 爱争论 细心 沉着 节约的 周到 合作 文静
乐观 固执 有效率的

这天，同学们在活动中开始学会怎样正确地找到自己的优缺点，回家后请你将课后[实践园]中的话读给妈妈听听，再把[实践园]中的小报作好，把它贴在你的床头，每一天看看自己的长处，增加一份信心，就会增加一份前进的力量。

最后老师送给同学们一句话：要记住，不论美丑，世界上只有一个你。

六年级健康教案及反思篇二

一、教学目的要求

- 1、帮助学生进一步了解毒品的危害。
- 2、让学生初步了解毒贩们的狡猾手段。
- 3、使学生明确了解我国政府禁毒的立场，并教育学生坚决拥护我国政府的禁毒立场。

二、教材重点难点

面对毒品的进攻，如何保护自己

三、教具和学具

有关禁毒的宣传资料

四、教学过程

1、导入新课

师：五年级时我们已经学习过一篇关于毒品的课文，大家还记得内容吗？（学生回忆，回答）

师：今天，我们将进一步学习有关毒品危害性的知识。

2、学习新课

（学生讨论，回答）

师：这两个数字对于全世界的总人数来说，还只是一个小部分。但竟有这么多人遭受毒品的危害，已经是触目惊心了。为什么这两个数字会引起如此的震惊呢？让我们来进一步了解毒品的危害。

（学生阅读，讨论）

师：为什么毒品会“毁灭自己”？你有没有这方面的材料，介绍给大家听听。（学生举例，介绍）

师：我这里也有一些例子介绍给大家。（介绍毒品危害家庭的案例）

通过这些例子，我们可以看出吸毒者完全不能自拔，为了满足自己的需要，他们什么都能做得出来，为了毒品，他们可以不顾一切。因此说毒品会害一个家庭，根本不足为奇。

师：可以说毒品一旦进入人体，就会对人体的每一个系统，每一个部分带来毁灭性的打击，当然这种打击不是在瞬间完成的，而是有一个逐步加深的过程。

为什么又说毒品“祸及家庭”呢？（学生举例，介绍）

这样一讨论，大家对于毒品“危害社会”的说法应该就不难理解了吧？（学生举例，介绍）

师：吸毒者必须走上犯罪道路，这样的例子举不胜举。请大家说说这方面的事例。

（学生举例，介绍）

师：我这里也有一些例子介绍给大家。（介绍吸毒者走上犯罪道路的案例）所以说“吸毒已成为社会的痼疾，在全世界蔓延，人类社会因此背上了沉重的包袱”毒品问题已经引起

了全世界的高度关注。

大家可能认为毒品离我们还很远，其实在全国各地都有贩毒分子在推销毒品，他们利用各种手段，不仅拉拢吸毒的人，而且还把目光投向不吸毒的人，尤其是年轻幼稚的青少年。在全世界各地，每年都有一些青少年上当受骗。总结各地贩毒分子的各种手段，不外乎课外介绍的几种。请大家仔细阅读课文中贩毒分子的五大“毒招”，并相互交流一下看法。

（学生阅读，议论）

师：当然，贩毒分子拉拢人，不会像书上写的这样，背诵给你听，但基本就是这样诱像手段，因此我们应该提高警惕，提防贩毒分子的各种卑鄙手段。

毒品还曾经是外国侵略者入侵我国的武器，谁给大家介绍介绍林则徐的故事？

（学生介绍）

（学生阅读，回答）

师：那我们青少年应该如何加入到毒品斗争的行列中来呢？

（学生回答）

师：对，我们从小就要利用法律这个武器，坚决的毒品做长期的斗争！

第二课 青春期的心理健康

一、教学目标

- 1、教育学生认识青春前期提哦于锻炼的重要性。
- 2、使学生懂得青春前期体育锻炼主要有那些方面？

二、教学重点难点

- 1、懂得青春初期体育锻炼主要有哪些方面。
- 2、懂得青春初期体育锻炼主要有哪些方面。

三、教学准备

- 1、教师准备：人体挂图
- 2、学生准备：在日常生活中的体育项目照片。教学时间：一课时

四、教学过程

（一）、导入新课

- 1、学习了前面的知识，我们就知道青春期的体育锻炼非常重要。
- 2、板书课题：青春期的心理健康

（二）、讲解新课

1、出示挂图：

我们先来看看我们身边都有那些体育锻炼项目。

2、生：讨论交流

师：指名回答，青春初期体育锻炼主要哪些方面。生：讨论回答。

3、师：重点讲解三个方面的锻炼都有哪些项目？ 生：总结。

4、女生的锻炼的注意点。

（三）、课外拓展

要使自己心理健康，我们应该怎样做？

板书设计：

青春前期的心理健康 耐心听取指导 遇事要冷静 集体活动

第三课 生活方式与健康

一、教学目标

- 1、使学生知道健康的生活方式对个人成长相当重要。
- 2、让学生懂得健康的生活方式应该做到哪些？

二、教学重点难点

- 1、让学生知到有哪些健康的生活方式。
- 2、让学生知到有哪些健康的生活方式。

三、教学准备

课前让学生准备一些资料，并说说对健康生活方式的认识。
教学时间：一课时

四、教学过程

（一）、导入新课

- 1、师：谈话：同学们，你们知道在生活上，我们应该注意什么吗？ 生：回答。

2、师：同学们，今天我们就来学习健康的生活对我们的重要性。

3、揭题（板书课题）

（二）、讲解分析

1、师：哪些是健康恶毒社会方式呢？ 生：回答。

（1）戒烟戒酒（2）合理饮食（3）适量活动（4）心理平衡
生：回答。

（三）、师生总结

（四）、课外拓展 哪些是健康的社会方式？

板书设计：

第三课 生活方式与健康

戒烟戒酒 合理饮食 适量运动 心理平衡

第四课 青春前期的生理变化与保健

一、教学目标

- 1、教育学生正确认识与理解青春前期的生理正常变化。
- 2、让学生了解基本的保健知识。
- 3、知道学生掌握一定的保健方法。

二、教学重难点

- 1、正确认识青春前期的生理正常变化。

2、正确认识青春前期的生理正常变化。

三、教学准备

挂图

教学时间：一课时

四、教学过程

（一）、导入新课

师：同学们你们知道你们正处在生理发展的什么时期吗？

师：你知道此刻你会有哪些生理变化吗？今天我们就来研究这个问题。

（二）、讲解分析

1、讲解并提出问题。

师：生理上的变化是各种各样的。生； 讨论交流。

2、生：思考：

第一性征：（指刚出生的婴儿从生殖器外形就能识别是男还是女。）第二性征：（男女在身体外形上的性别差异。）生：回答。

3、师：我们应该怎样保健呢？

（三）、师生总结：

（四）、课外拓展

想一想自己的身体发生了哪些变化？

板书设计：

青春前期的生理变化与保健 第一性征

第二性征 内脏功能 性机能成熟

第五课 吸烟的危害

一、教学目标

- 1、通过学习，使学生认识到吸烟对人体有那些危害。
- 2、引导学生不吸烟，并能主动劝说身边吸烟者自觉戒烟。

二、教学重难点：

- 1、怎样做到自觉不吸烟，宣传吸烟对人体危害性。
- 2、怎样做到自觉不吸烟，宣传吸烟对人体危害性。

三、教学准备

四、教学过程

（一）、导入新课：

1、吸烟危害健康已是全世界公认的事实。青少年正处于生长发育的旺盛时期，身体的各部分，都比较娇嫩，尤其不能吸烟。

2、板书课题：吸烟的危害

（二）、讲解分析

1、师：出示挂图：

我们先来看看身边豆油有哪些吸烟的危害。

2、师：指名回答，吸烟的危害主要有哪些？（1）引起尼古丁慢性中毒：

7（2）引起肺癌：

（3）浪费金钱，牙黄口臭： 生：讨论回答。

3、再读课文第四段，重点了解世界为宣传戒烟工作所做的努力。生：总结。

4、学生自主讨论内化。5月31日“世界无烟日” 商店不出售香烟 不做香烟广告

（三）、师生总结。

（四）、课外拓展。

1、吸烟对人体造成那些危害？

2、你准备怎样劝他人戒烟？

板书设计：

第五课 吸烟的危害

患肺癌 浪费金钱 牙黄口臭 引起火灾

第六课 饮酒与健康

一、教学目标

1、通过学习，使学生认识到饮酒对人体的危害。

2、引导学生不饮酒，并主动劝说身边的人 饮酒 要做到适度、适量不酗酒。

二、教学重难点

1、了解酗酒对体会造成那些危害？引导学生建立良好的生活方式和卫生习惯。

2、了解酗酒对体会造成那些危害？引导学生建立良好的生活方式和卫生习惯。

三、教学准备

教师准备：出示一组吸烟带来的危害挂图。

（打架斗殴）（带来疾病）（酿成车祸）（影响仪表）学生准备：收集在日常生活中饮酒所带来的危害。

四、教学过程

（一）、导入新课

1、在精神文明建设不断取得成效的今天，为了促进健康，我们青少年很有必要认识饮酒与人体健康的关系。

2、板书课题：饮酒与健康

（二）、讲解分析

1、出示挂图：

师：过度饮酒会给我们的生活带来极其严重的危害。

3、认识青少年千万不要学喝酒。生：总结。

（三）、总结课文：

（四）、课外拓展：

1、酗酒会造成那些危害？

2、你对醉酒的人有什么样的印象？

板书设计：

第七课 饮酒与健康

打架斗殴 带来疾病 酿成车祸 影响仪表

六年级健康教案及反思篇三

培养学生正确的人际交往态度，帮忙学生掌握人际交往的基本技能，提高学生与人交往的实际潜力，培养学生做一个欢乐的健康的人。

1、课件设计

2、小品编排

一、导入：

你有朋友吗？你喜欢交朋友吗？在生活中，有的'人拥有很多朋友，与朋友一齐学习，一齐生活，遇到问题一齐商量，一齐解决，说说笑笑，真开心呀！这节课将伴随你一齐探索怎样才能交上更多的朋友！

二、活动：

1、找朋友游戏

要求：以组为单位，每组出一名学生，数到“一”。

第一次：3个同学一组迅速抱成团。

第二次：4个同学一组迅速抱成团。

第三次：5个同学一组迅速抱成团

(学生分组做“找朋友游戏”。游戏之后数一数：我赢了次，我输了次。)

2、谈一谈

(1)我找到朋友时心里感到。

(2)我没找到朋友时心里感到。

(学生谈心里感受)

3、交朋友的秘诀

(1)仔细观察你身边的好伙伴是怎样交上好朋友的？

(学生归纳交朋友的秘诀)

看课件：

课件1：萍萍热情、开朗、乐于助人，同学们都愿意和她交朋友。(性格好)

课件2：周梦和胡云都是航模小组成员，他俩合作一艘小帆船，你锯我粘，很快就做成了，共同享受着成功的喜悦。(合群)

课件3：遇到开心的事，受了委屈、遇到困难等愿意把心里话告诉朋友，增进沟通和理解。（善于开放、表露自我。）

(2) 你的交友秘诀呢？

快记下大家的绝招，让大家一齐交流分享吧！

(学生归纳：交朋友的秘诀。)

(3) 请看小品：

问题1：请你帮帮小陈，让他也能交到朋友。

问题2：不知你在交朋友中有没有遇到什么困难呢？

问题3：请大家帮他出出主意，让他交到更多的朋友。

(学生进行小品表演：

小磊和小涛是好朋友，他们互相关心、互相帮忙，说说笑笑玩得多开心啊！可是，小陈不敢和同学接近，他没有朋友，一个人十分孤独。)

三、总结：

有朋友真好！高兴时，有朋友来分享；悲哀时，有朋友来分忧；困难时，有朋友来帮忙。朋友能给人带来欢乐、带来勇气、带来信心。教师相信，在你的努力下，一定会交到更多的好朋友！

文档为doc格式

六年级健康教案及反思篇四

第一课 度过小学阶段最美好的时光 教学目的：

- 1、情感目标：培养学生自信心，提高学生的自我认识。
- 2、知识目标：清楚地同学生一起认识六年级学生的身份与地位，正确对待学习，处理好师生、同学等之间的关系。能力目标：正确处理所有事情，培养独立自主的性格。3教学重点、难点：

重点：培养学生的自信心，提高学生的自我认识。难点：正确处理所有事情，培养独立自主的性格。对策：通过书籍、网络、经验等来解决实际遇到的问题。课前准备：材料收集。教学过程：

一、导入新课

同学们，在小学后期和初中阶段你们进入了青春期，你觉得自己和以前有什么不同？学生讨论、交流。教师小结。

二、学习新课

遇到以下问题你们会怎么做？

（互相交流，通过介绍与观察，了解身边的你我他，互相讨论，得出正确判断。）同学之间： 1. 与低年级学生： 俯视、傲视 2. 男女同学之间：

躲躲闪闪，窃窃私语，独立性很强。（安排小组内自由讨论） 3. 父母、师长之间：

不屑于停留在父母面前，对于父母不赞成的事反而会去尝试。关心集体，勇于面对事情，充满自信。4. 社会之间：

通过了解、收集到的事情，请同学描述。学生交流回答。

小结：易于激动、冲动。很容易做出过激的事情。

三、总结：

同学们，你们一定能够发扬自己的长处，克服自身的缺点与不足，在学校、社会和家庭的关爱下茁壮成长。祝你们在六年级度过小学阶段最美好的时光！

第二课 青春初期人体的变化 教学目的：

1、使学生知道人的一生要经过两个生长高峰期，第二个生长高峰期就是青春发育期，以及男女进入青春发育期各自的年龄，2、使学生了解男女进入青春发育期各自的主要变化和不同，男女进入青春发育期各自应该注意些什么。

教学重点难点：学生知道进入青春期的主要变化是：身体外部的改变、性的成熟和内脏机能的健全，并能正确的认识和对待。课前准备：图片 教学过程：

一、导入新课

谈话：你们现在几岁了？知道现在处在一个什么阶段吗？学生自由回答。

讲：人的一生要经过两个生长高峰，一个是我们刚出生一个月的时候，另一个就是现在，目前我们正处在第二个生长高峰期——青春期。那怎样过好青春期，照顾好自己呢？今天，我们就来学习《青春初期人体的变化》。

二、学习新课

讲：要过好青春期，首先要了解青春期人体的变化情况和特点，然后要知道青春期要注意的问题。我们先来了解一下男女生进入青春期的年龄差异。学生看课文后回答。

学生比较、回答。

讲：我们先来看看内脏方面的第一个变化——心肺功能的增强。

讲：内脏方面的第二个变化是——造血功能的变化。（看图——血液成分图）

讲：在我们的血液里有这几种血细胞。在这时期里，人的血红蛋白和红血球数在明显增加。所以这时期，我们就要注意补充铁和蛋白质，特别是女生，由于生理现象，要特别注意。

学生看课文有关内容，说说男女在运动方面有何不同。讲：

最后，我们来看一下内脏方面的第三个变化——运动功能的变化。

学生读课文有关内容。小结：

刚才我们学习了整个青春期人体的变化，在这个时期特别要注意讲究健康科学，提高身体素质，也是为了国家，为了未来。在这个时期要注意更多的问题，但基本的是课文中讲到的注意营养，注意锻炼。

第三课 吸烟喝酒对身体的危害

教学目标：向学生介绍吸烟对自己、对别人身体健康的危害。2 喝酒对儿童少年的生长发育的危害。

教育学生从小就养成不吸烟、不喝酒的良好习惯。教学难点：

香烟中有哪些有害物质，对身体有那些危害？教学重点：

使学生懂得吸烟与喝酒对身体健康的危害 教学课时：1课时

教学用具：人体肺部器官模型 教学过程：

一、引导语

吸烟与喝酒是一种不良嗜好，烟与酒都含有对身体有害的物质。长期吸烟、喝酒会引起多种疾病，危害身体健康影响生长发育对小学生来说，正处在生长发育时期，身体的内脏器官还比较弱嫩功能还不完善，同时又正处在学习知识阶段。所以，从小就应该养成不吸烟、不喝酒、讲卫生、讲文明的好习惯，争做社会主义新时代的好学生。

二、香烟中含有哪些有害物质呢？

其中主要有烟碱（又名尼古丁）、烟焦油、亚硝胺、一氧化碳等，同时还有 α 放射形核素 ^{210}Po 、 ^{90}Sr 等。一支香烟点燃后能产生2—4毫克的烟碱；亚硝胺再点燃后的烟雾中含有较高的浓度；一支香烟点后还能产生一氧化碳110—120毫克；总之，烟草中的有毒物质几乎对身体各系统器官都有毒害，可引起疾病。尤其能破坏脑神经的正常功能，引起头痛、失眠、思维能力下降、记忆力减退。

三、吸烟不仅危害自身健康，而且还会污染人的生活环境，是他人被动的吸烟，危害他人的健康，是一种不道德的行为。

四、酒对身体健康的危害

酒对人体来讲，适量饮用可能舒筋活络，延长中枢神经的兴奋过程。但饮酒过量或饮用高浓度的烈性酒，对身体则是有害的。因为酒中的主要成分是酒精，烈性酒中含有酒精高达40—60度。酒精对肝脏、大脑都有毒害作用。经常饮酒，不断对肝细胞产生毒害作用，可引起肝硬化。同时，损伤胃粘膜，引起胃炎使消化功能下降。

五、效果考查 在下次课之前进行提问学生，吸烟喝酒对身体有那些危害？ 2 统计学生中吸烟、喝酒的人数，并对这些学生进行批评教育。

第四课：青春初期的体育锻炼

教学目的：

- 1、知道为更好的促进青春初期的发育要科学的锻炼和注意几个问题。
- 2、女生能根据自己的生理特点选择合适的项目。并注意月经期的保健。

教学重点难点：学生在锻炼过程中能根据自己的生理特点选择合适的项目。课前准备———教学过程：

一、导入新课

问：为了在青春期长的更加强壮，除了注意营养外，还要注意什么呢？

学生说到体育锻炼时，出示课题。

二、学习新课

讲：对，这节课我们就来进一步研究青春初期的体育锻炼的问题。3《青春初期的体育锻炼》。

谈话：你最喜欢哪些项目？为什么？

问：刚才同学们说的这些项目中，哪些适合你们的身体发育的特点？为什么？ 学生回答

问：哪些项目不太适合你们？为什么？ 学生讨论后回答

问：谁来说说你们适宜哪些体育活动？为什么？ 学生回答

问：在锻炼过程中应该注意什么呢？ 学生回答

讲：你们讲的很好。那男生和女生在体育锻炼方面有什么不同呢？ 学生回答

学生看课文最后一段后回答 小结：

通过今天的学习，你懂得了在青春期的体育锻炼中，应注意些什么？

讲：希望同学们把今天学到的知识运用到今后的体育锻炼中，使自己的青春期发育正常。

第五课 常见的肠道传染病

教学目标：

1、了解什么是传染病及传染病的传播途径。

2、传染病的预防措施。 教学时间：一课时 教学过程：

一、谈话导入，揭示课题。

1、谈话导入。师：（问得过传染病的同学，说一说当时的得什么病，怎么会生这种病的。）这些病有什么共同之处？
（学生讨论，交流）

2、揭示本课学习内容。

这些因传染而生的病叫传染病。（板书课题：

5、传染病是怎样预防的）

二、学习课文。

1、引导学生认识传染病。

2、介绍传染病的四条传播途径

出示：传染病传播途径挂图。问：你们知道传染病传播病菌、病毒有哪四条传播途径？（学生回答，交流）

3、怎样预防传染病。

师：传染病的传播主要有，动物传播，空气传播，饮食，接触传播四条途径，只要阻断传播途径，健康人就不会被传染。怎样阻断传播途径呢？（学生回答）

三、教师总结预防传染病的方法。

四、号召加强锻炼，提高抵抗力。

只要我们积极行动起来，阻断传播途径，增强体质，讲究卫生，大家都可以少得甚至不得传染病。

五、作业。

第六课消化系统的作用及保健

教学目标

1、认识消化系统的构成及基本作用。

2、了解认识消化系统在人的生命活动中的重要意义。

3、知道要注重消化系统的保健，养成良好的饮食习惯。教学时间：一课时 教学过程

一、谈话导入，揭示课题。

1、谈话导入。

师：你们知道人为什么每天要吃食物？这些食物又是怎样被消化，人又是怎样活的营养的吗？（学生讨论，交流）

2、揭示本课学习内容。

今天我们就来了解消化系统的作用及保健（板书课题：

6、消化系统的作用及保健）

二、学习课文。

1、引导学生认识消化系统的各器官。

a)出示：消化系统的解剖挂图。消化系统是由哪些器官组成的？它们各在什么位置？（学生回答，在图中指出各消化器官的位置。）

b)了解消化器官的作用。学习课文第一自然段[c)了解消化液的作用。人是怎样消化食物的呢？说说消化液在消化过程中各自的作用。（学生交流，教师小结）

2、保护消化器官的方法。（1）消化器官缺一不可。

我们消化系统中少了或损坏了一样器官，会怎样？（学生讨论，交流）

（2）学习维护消化器官健康的方法。

三、教师总结

四、作业。（课后 检测站。背出12种不宜吃的食物）

第七课 变声期的保健

教学目的：

情感目标：接受青春期的一大正常生理变化。知识目标：1了解变声期的由来、一系列变化及发展。

2掌握正确渡过变声期的方法。

能力目标：合理地使用嗓子，养成良好的饮食习惯，减少刺激。

教学重点难点、重点：保护好自己的嗓子，合理使用。难点：变声期的过程及变化的生理现象。对策：阅读与教师讲解共同解决问题。

课前准备：了解同学中有无“变声期”嗓子变化的实例。教学过程：

一、导入新课：师：通过上两堂课的学习，我们已经知道青春期会出现的一些变化，也明白了适当的体育锻炼会给我们带来益处。今天我们将继续探讨青春期的另一变化——变声期的保健。板书课题。

二、学习新课

（帮助学生迅速在大脑中归纳整理所学知识，使知识系统化、条理化。）

问：我们班已经变声的学生呢？ 1. 变声案例。

课前了解的现象向同学们作介绍。学生介绍。2. 变声期：

师：在五年级的时候我们曾学习过人体的发声器官，谁来回答？ 学生回答。

不同男生喉部软骨迅速增长，形成“喉结”声带增长、增宽因而变声。3. 保健方法：

师：变声期是每个人都会经历的，但每个人不会完全一样，不同的变化，不同的承受力，导致每个人的反应变化不同，如果你不好好对待这个特殊时期，则会破坏声带，导致不良后果。因此我们应该掌握怎样的正确保健方法？ 学生回答。

第八课注重自己的能力的发展

教学目标：

1、了解自己的能力。

2、树立自信心。 教学时间：一课时 教学过程

一、谈话导入，揭示课题。

1、谈话导入。

你觉得自己有能力吗？你有哪些能力？

2、揭示本课学习内容。

这节课我们学习第八课——板书课题：

8、注重自己的能力的发展

二、学习课文。

1、介绍自己的能力。说说这些能力是怎么培养起来的。

2、如何培养自己的能力。（1）培养自己的兴趣爱好。（2）多读书，开阔视野。（3）“天才出于勤奋”。

三、教师总结。

第九课时预防艾滋病常识

教学目的：

情感目标：明确自身所处的特殊地位，了解自己身负的重任。

知识目标：

1. 通过学习使学生初步了解艾滋病的病因，明确艾滋病对人类的危害性，同时掌握艾滋病的英文名称及全称。

2. 掌握艾滋病的预防方法，尽可能切断或减少艾滋病的传播。

能力目标：做一名预防艾滋病的宣传使者。教学重点难点：

重点：艾滋病的传播途径。难点：艾滋病的危害及全球性的

预防与重视。对策：通过举例、叙述故事的方法来解决难点。

课前准备：网上收集资料。教学过程：

一、导入新课

1、板书[aids]这是什么？

学生回答。（各种各样的答案）

这就是艾滋病[aids]是它的英文字母的缩写，艾滋病的医学名称叫获得性免疫缺陷性综合征。

2、提问：你们对这种疾病知道多少？ 学生回答。

二、学习新课

3、揭题：我们就一起来学习一下有关艾滋病的知识,今天我们先来了解艾滋病的危害。

（一）艾滋病的危害：

1、起源：艾滋病源发于非洲，后由移民带入美国。1982年正式命名为“艾滋病”。1985年有一名美籍游客因此病住院，

并死亡而造成我国出现首例艾滋病。至今我国的艾滋病已有十万人。而且预测“发展中国家呈上升趋势”。所以同学们作为青少年，就负有艰巨的任务，做好艾滋病的预防工作。

学生讨论并回答。

学生互相交流，并进行全班性综合交流。

4、讨论：同学们听到这儿，对艾滋病也有个初步了解，那同学们有什么感想，相互交流一下？（学生回答）

5、总结：艾滋病是一种相当严重的传染病，它严重威胁着人类的生命与健康，请同学们要时刻准备担当起“预防大使”的重任。

（二）艾滋病的传播：

1、性传播：这是一条最主要的传播途径。性行为的方式可以使男、女感染，性接触者越多越危险。当患有性病时，或有溃疡时，会增加感染hiv的感染危险。

2、血液传播：

提问：请同学们考虑一下，在哪些情况下可能造成aids的血液传播？ 学生回答。

3、母婴传播：如果母亲是艾滋病感染者，那么她可能在怀孕、分娩过程或是通过母乳喂养时使她的孩子受到感染。（老师提前准备一至两个实例）

4、易感人群：通过学习艾滋病的传播途径，同学们能不能试着来说说艾滋病的易感人群？ 学生回答。

主要是一些性滥交者或同性恋者、血液疾病的人、吸毒者。

5、小结：艾滋病的传播途径较为狭窄，一般来说日常活动是不会感染艾滋病的。

讲一个小故事来证明。（学生听故事）学生利用故事中的证明来验证自己的生活。

请同学们来说说看生活中哪些活动是不会传播艾滋病的？

6、小结：正因为艾滋病的传播较为局限，所以我们可以很好地进行预防。只要洁身自爱，养成良好的积极向上的生活习惯，我们就可以远离艾滋病。

（三）具体预防方法：

1、洁身自爱、遵守性道德是预防经性途径传染艾滋病的根本措施。

2、共用注射器吸毒是传播艾滋病的重要途径，因此要拒绝毒品，珍爱生命。

3、避免不必要的输血、注射、使用没有严格消毒器具的不安全拔牙和美容，避免和别人共用牙刷、剃须刀、毛巾、浴巾等，使用经艾滋病病毒抗体检测的血液和血液制品。

4、加强锻炼，提高身体抵抗力。

三、总结：

师：应该讲只要我们每个人提高了意识，艾滋病是不会泛滥下去的，艾滋病是关系我们家庭中每一个成员的安全的。

第十课时 同情和关心残疾人

教学目的：

让学生了解残疾人由于身体不健全，有正常人无法想象和体会的痛苦，再了解一些为祖国争光的残疾人，从而知道应怎样对待残疾人。教学重点难点：

在生活中做到尊重、关心、同情、爱护、帮助残疾人。课前准备：事例的收集 教学过程：

一、导入新课

讲：残疾人的残疾表现是多方面的，在我们身边也会经常见到残疾人，他们身体不健全，他们是不幸的。那么作为一个健全的人，应该怎样正确对待残疾人呢？就是今天我们要学习的内容。

二、学习新课

问：他们又是怎样工作、学习、活动的呢？ 学生回答

问：对于肢体不健全的人，如失去双臂、失去双腿,,,他们又是怎样生活的呢？

请同学们四人为一小组讨论

讲：尽管各种残疾表现不同，各自的不便和痛苦很难想象，但他们都面对现实生活。古今中外无数的残疾人中出现了许多身残志坚的强者。

讲：刚才同学们讲的这些残疾人的事迹确实非常感人。他们的精神值得我们学习。下面请同学们把课文第三自然段集体朗读一遍。

学生朗读课文

问：今后你应该帮助残疾人？举例说明？ 学生回答 教师小结

三、巩固新知 议一议□ p51 说一说：你收集

六年级健康教案及反思篇五

- 1、学生了解学习和休息之间的关系。
- 2、学生明确应该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。

XXX

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，我们应该注意哪些方面？
- 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) 积极参加各种体育、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。

六年级健康教案及反思篇六

1、让学生了解自己的观察能力。

2、通过观察训练，提高学生的观察能力。

1、准备若干盒印泥

2、准备活动用图片。

3、准备一首小诗歌。

一、引题

《西游记》里的美猴王孙悟空有一双火眼金睛，什么都瞒不过它的双眼。当然，那是神话。但是一个人的眼力却是可以锻炼出来的，眼力好，就是我们平常说的观察能力强，也就是看得清晰，看得准确，看得细致，看得完整。今天，我们就通过游戏来练练自己的观察力。

以孩子喜欢的人物——孙悟空，谈话引入，能激发学生学习的兴趣

二、活动（一）游戏

游戏方式：

准备一只印泥盒，学生每组也准备一只印泥盒，然后要求同学们注意观察教师的一举一动并尽量进行模仿，看谁模仿得最正确。

教师用食指蘸上印泥给学生看一下，然后快速把中指按在脸上，要求学生也照着教师的样子去做。当学生们把手指按在脸上后，教师又低下头快速重复了三次上述的动作。学生模仿。（这时很多学生的脸上出现了红印泥）

小结：

老师在按脸的时候，以将有印泥的食指换成了干净的中指。脸上按上红印的同学正是由于观察不细致，只注意到老师按脸的大动作，而没有看到换指的小动作。有些同学途中发现，为时以晚，脸上已经按上红印了，而脸上没有按红印的同学观察就比较细致。他们不仅认真看，而且注意到了老师的每一个细小动作。这才是正确的观察方法。

此活动的目的是测测学生的观察能力

通过游戏，

脸上一点印泥也没有的学生说明观察最细致，脸上按了红指印的学生说明观察就不够细致了。

三、活动（二）看图，出示奇怪的公鸡图

- 1、先不同别人商量，想想图上画的是什么？把答案写在括号里（）
- 2、再仔细看看，这幅图有那几种动物组成。答案（）
- 3、跟同伴交流，你的答案对不对，对了几个？
- 4、与同伴交流得高分的原因：

a□因为看的时候能按一定的顺序。

b□因为看的时候能集中注意力。

c□因为看的时候比较仔细。

d□因为看的时候能展开合理的想象。

通过看图，再测学生的观察力。同时让学生明白：提高观察能力，观察时要集中注意力，并能按一定的顺序进行认真仔细的观察。

四、活动（三）观察力训练

1、观察细致性训练

(1) 说出下面图画画的是什么？各处于什么状态？

指名说

(2) 说出下面各图中少了什么东西，并把缺少的部分画出来。

填表：在两分钟内，我画出了幅图中缺少的部分。

其中画对了幅，画错了幅。

奖励：教师给全对的同学戴上“红”帽子，称他们为“火眼金睛”。

小结：戴上小“红”帽的同学观察最细致。

2、观察概括性训练

(1) 把下面两幅画的内容用一个成语写下来。

你写对了吗?(学生把写好的成语举起，让教师检查)。

奖励：教师给写对的学生戴上“小奖牌”。

(2)把下面三幅画的内容用一个成语说出来。

你说对了吗?说对了请你也戴上“小奖牌”。

小结：戴上“小奖牌”的同学能把观察到的东西概括出来，真能干!

3、顺序性观察训练

(1)今天是安安的生日。她请了英英、美丽、小凤和贝贝来她家吃蛋糕。她们都来了，4个人的脚印清清楚楚的印在地上。请您当一回侦探，通过观察地上的脚印，弄清4个人到达安家的先后顺序。

填表：先来到安安家的是、接着、然后是、最后是。

你填对了吗?

奖励：教师给填对的同学奖励一面“小红旗”。

(2)下面四幅画的顺序标号不对，请你仔细观察一下，重新排列它们的顺序。

正确的排序是：

你排对了吗?排对了请你也拿出一面“小红旗”。

提高要求：

重排后，根据图中内容说一个小故事。

小结：拿到小红旗的同学，你们观察时都能按一定

5、情绪卡片。

六年级健康教案及反思篇七

1、让幼儿知道经常受不良情绪的困扰会有损身体健康。

2、让幼儿学会排解不良情绪的一些方法。活动准备轻音乐带一盒，录音机一台。

教师：请小朋友告诉老师，你喜欢什么样的表情？不喜欢什么样的表情？

幼儿自由表达。

教师：高兴、快乐是好的情绪，难过、生气是不良的情绪。好的情绪、不好的情绪对我们的身体健康有什么影响呢？让幼儿大胆表达自己的想法。

教师：小狐狸是个爱生气的小家伙，让我们一起听听她的故事吧。

教师：小狐狸有个什么坏毛病？结果怎么了？

幼儿自由讲述

教师：小狐狸唱歌比赛没有得到奖，她生气了，她是怎样让自己高兴起来的？

幼儿自由讲述

教师：小狐狸漂亮的花瓶被小猴子不小心打碎了，她生气了，她是怎样让自己高兴起来的？

幼儿自由讲述

教师：小朋友也会经常遇到不开心的事情，你还有哪些办法能让自己的心情变得好起来呢？鼓励幼儿自由表达自己的思想。

教师与幼儿共同小结排解不良情绪的多种方法。（轻轻地哭，听听轻音乐、向好朋友诉说，做运动…）

教师播放轻音乐，师生共同欣赏，体会音乐给人带来的快乐。活动延伸设置拳击区，为幼儿提供发泄不良情绪的场所。结合美术活动，将自己的心情用绘画形式表现出来，布置成“心情区”。日常生活中注意观察幼儿的不良情绪，指导、帮助幼儿学会摆脱不良情绪的困扰。