

2019 版 粤教版 高中体育与健康 必修 全一册《第二章 健康教育》大单元整体教学设计[2020 课标]

学校：dxyc2360

指导教师：张元方

一、内容分析与整合

二、《普通高中体育与健康课程标准（2017 年版 2020 年修订）》

分解

三、学情分析

四、大主题或大概念设计

五、大单元目标叙写

六、大单元教学重点

七、大单元教学难点

八、大单元整体教学思路

九、学业评价

十、大单元实施思路及教学结构图

十一、大情境、大任务创设

十二、单元学历案

十三、学科实践与跨学科学习设计

十四、大单元作业设计

十五、“教-学-评”一致性课时设计

十六、大单元教学反思

一、内容分析与整合

（一）教学内容分析

《普通高中体育与健康》必修全一册中的《第二章 健康教育》涵盖了多个重要主题，旨在通过系统性的教育，帮助学生形成健康的生活方式，掌握科学的饮食习惯，提升疾病防控能力，培养群防群控意识，同时强化自尊自爱、防范艾滋拒绝性病、选择适宜锻炼空间、掌握安全自救方法、传承中华传统医学、促进心理健康以及建立和谐的人际关系。这些主题紧密围绕学生的身心健康展开，既注重理论知识的传授，又强调实践技能的培养，旨在全面提升学生的健康素养。

本章内容具体分为十节，每节都有其独特的教学重点和目标。例如，第一节“体育健康——形成良好生活方式”旨在帮助学生理解体育与健康的关系，掌握形成良好生活方式的方法和途径；第二节“吃动平衡——养成科学饮食习惯”则着重于培养学生科学的饮食习惯，理解吃动平衡的重要性；第三节至第六节则分别聚焦于疾病防控、远离疾病、防范性病以及选择适宜锻炼空间等方面，旨在提升学生的健康意识和自我保护能力；第七节至第十节则进一步拓展到应急避险、保健养生、体育健心以及体育交往等领域，旨在促进学生的全面发展。

（二）单元内容分析

本单元内容具有高度的综合性和实践性，不仅涵盖了健康教育的多个方面，而且注重理论与实践的结合。各节内容之间既相互独立又相互联系，共同构成了一个完整的健康教育体系。

体育健康与生活方式：本节内容作为基础，引导学生认识体育在健康生活中的重要性，理解并实践形成良好生活方式的方法和途径。

饮食习惯与吃动平衡：本节内容关注学生的日常饮食和运动习惯，强调吃动平衡对于维持健康的重要性，培养学生科学的饮食习惯。

疾病防控与群防群控意识：本节内容聚焦于疾病的预防和控制，提升学生的健康意识和自我保护能力，同时培养群防群控的社会责任感。

自尊自爱与防范性病：本节内容旨在帮助学生树立正确的性观念，增强自尊自爱意识，学会防范性病和艾滋病等传染性疾病。

锻炼空间与安全自救：本节内容关注学生的锻炼环境选择和安全自救能力的培养，确保学生在体育锻炼中的安全和健康。

保健养生与心理健康：本节内容传承中华传统医学的精髓，注重学生的身心健康和保健养生，同时关注心理健康的维护。

体育交往与人际关系：本节内容通过体育活动促进学生之间的交往和合作，建立和谐的人际关系，提升学生的社会适应能力。

（三）单元内容整合

本单元内容整合遵循以下原则：

系统性原则：将各节内容按照逻辑顺序进行排列，形成一个系统完整的健康教育体系。

实践性原则：注重理论与实践的结合，通过案例分析、实践活动等方式，增强学生的实践能力和健康意识。

综合性原则：各节内容之间相互关联、相互补充，共同促进学生的身心健康和全面发展。

针对性原则：针对不同学生的特点和需求，设计多样化的教学活动和评价方式，确保每位学生都能从中受益。

在具体实施过程中，可以采用主题式、项目式等多样化的教学方式，激发学生的学习兴趣 and 积极性。注重家校合作和社会资源的利用，形成教育合力，共同促进学生的健康成长。

二、《普通高中体育与健康课程标准（2017年版2020年修订）》分解教学目标

（一）运动能力

掌握基本运动技能：学生能够熟练掌握基本的运动技能，包括各种体育项目的基本动作、技术和战术。

提高体能水平：通过系统的体育锻炼，学生的体能水平得到显著提高，包括心肺功能、肌肉力量、柔韧性和协调性等方面。

运用运动技能解决问题：学生能够在实际情境中灵活运用所学的运动技能，解决遇到的问题，如应对比赛中的突发情况、调整运动策略等。

培养运动兴趣和习惯：激发学生对体育活动的兴趣和热爱，培养终身参与体育锻炼的习惯。

（二）健康行为

养成科学饮食习惯：学生能够理解并实践科学的饮食习惯，合理安排膳食结构，控制热量摄入，保证营养均衡。

注重吃动平衡：学生能够理解吃动平衡的重要性，合理安排日常饮食和运动量，维持健康的体重和身体形态。

掌握疾病预防知识：学生能够了解常见疾病的预防知识和方法，包括传染病、慢性病等，提高自我保护能力。

培养健康生活方式：学生能够养成良好的生活习惯，包括充足的睡眠、规律的作息、远离烟酒等有害物质等。

增强环境保护意识：学生能够认识到环境保护对于健康的重要性，积极参与环保行动，选择适宜的锻炼空间和环境。

掌握应急避险技能：学生能够了解并掌握基本的应急避险技能，包括自然灾害、突发事件等情况下的自救和互救方法。

（三）体育品德

培养自尊自爱意识：学生能够树立正确的自我认知和价值观，尊重自己、爱护自己，形成积极向上的生活态度。

增强团队合作精神：通过集体体育活动，学生能够理解并实践团队合作的重要性，学会与他人协作、共同完成任务。

培养公平竞争意识：在体育活动中，学生能够遵守比赛规则，尊重对手和裁判，形成公平竞争的良好风尚。

锻炼坚韧不拔的意志：面对困难和挑战时，学生能够保持冷静和坚韧不拔的意志，勇于克服困难、追求卓越。

传承中华体育精神：了解和传承中华体育精神中的优秀传统文化和内涵，如自强不息、厚德载物等，形成积极向上的精神风貌。

树立社会责任感：通过参与体育活动和志愿服务等活动，学生能够增强社会责任感，关注社会公益事业和他人健康福祉。

三、学情分析

（一）已知内容分析

进入高中阶段的学生，已经具备了一定的体育与健康知识基础。在初中阶段，学生们已经学习了一些基础的体育技能，了解了一些健康知识，并且参与了一定

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/115144221041012002>