

2024-2025 学年初中道德与法治粤教版（ 2016）七年级下册教学设计合集

目录

一、第五单元 热爱生命

1.1 5.1 大自然的奇迹

1.2 5.2 保护自我

1.3 5.3 健康的生活

1.4 单元综合与测试

二、第六单元 拥抱青春

2.1 6.1 花季雨季

2.2 6.2 男生女生

2.3 6.3 让青春绽放

2.4 单元综合与测试

三、第七单元 乐观坚强

3.1 7.1 调控情绪

3.2 7.2 磨砺意志

3.3 7.3 自立自强

3.4 单元综合与测试

四、第八单元 与法同行

4.1 8.1 法律保护我们

4.2 8.2 明辨是非，远离犯罪

4.3 8.3 学会防卫和避险

4.4 单元综合与测试

第五单元 热爱生命 5.1 大自然的奇迹

课题：		
科目：	班级：	课时：计划 <u>3</u> 课时
教师：	单位：	
一、课程基本信息		
1. 课程名称：初中道德与法治粤教版（2016）七年级下册第五单元 热爱生命 5.1 大自然的奇迹 2. 教学年级和班级：七年级（1）班 3. 授课时间：2022 年 3 月 15 日 星期二 上午第二节课 4. 教学时数：1 课时		
二、核心素养目标		
1. 生命意识：培养学生对生命的敬畏感和珍惜生命的态度，认识到生命是宝贵的，是大自然赋予我们的奇迹。 2. 生态道德：引导学生树立正确的生态道德观念，认识到人与自然和谐共生的重要性，尊重自然规律，保护生态环境。 3. 爱国情怀：通过学习大自然的奇迹，激发学生对祖国大好河山的热爱之情，增强民族自豪感和责任感。 4. 批判性思维：培养学生运用批判性思维分析问题，理解生命现象的规律，形成科学的自然观。 5. 实践能力：通过实践活动，如实地观察、探究大自然中的生命现象，提高学生的动手能力和实际操作能力。		
三、学习者分析		
1. 学生已经掌握的相关知识： 学生在进入七年级下册之前，已经对生命的基本概念有一定的了解，如生命的起源、生命的特征等。然而，对于“大自然的奇迹”这一主题，学生可能了解较少，主要停留在对自然现象的直观感受上，缺乏系统性的科学认识。		
2. 学生的学习兴趣、能力和学习风格： 七年级学生对新鲜事物充满好奇心，对自然界中的生命现象有浓厚的兴趣。他们的学习能力强，能够通过观察、实验等方式获取新知识。学习风格上，学生倾向于通过直观体验和实践活动来学习，对于需要动手操作和合作探究的课堂活动较为适应。		
3. 学生可能遇到的困难和挑战： 在学习“大自然的奇迹”时，学生可能会遇到以下困难和挑战： - 理解生命现象背后的科学原理，如生物多样性、生态平衡等概念可能较为抽象。 - 在观察和实验过程中，如何准确记录和描述观察结果，以及如何从实验中得出结论。 - 如何将所学知识应用于实际生活中，提高环保意识和生态保护能力。		

对于一些复杂或难以理解的生命现象，学生可能感到困惑，需要教师提供适当的引导和帮助。

四、教学资源

- 软硬件资源：多媒体教学设备（投影仪、计算机）、实物教具（植物标本、动物模型）、实验器材（放大镜、显微镜）。
- 课程平台：学校网络教学平台、道德与法治课程专用教学软件。
- 信息化资源：网络视频资料（关于生物多样性、生态系统保护的纪录片）、在线学习资源（相关的科普文章、动画演示）。
- 教学手段：课堂讨论、小组合作学习、角色扮演、实地考察、实验操作。

五、教学实施过程

1. 课前自主探索教师活动：
- 教师布置预习任务，要求学生收集关于大自然中生命现象的资料，如动植物图片、自然奇观等。
 - 学生通过家庭作业或网络资源进行自主学习，了解生命的多样性和自然界中的奇迹。
2. 课中强化技能教师活动：
- 教师通过多媒体展示大自然的图片和视频，激发学生的兴趣，引导学生观察和思考。
 - 组织学生进行小组讨论，分享课前收集的资料，引导学生从不同角度理解生命的奇迹。
 - 进行角色扮演活动，让学生扮演不同的生物角色，体验生物之间的相互关系和生态平衡的重要性。
 - 通过实验操作，如观察植物的生长过程或使用显微镜观察微生物，让学生亲身体验生命的奥秘。
3. 课后拓展应用教师活动：
- 布置学生完成一份关于“我眼中的自然奇迹”的小论文，要求学生结合所学知识和个人观察，表达对生命的理解和感悟。
 - 安排一次实地考察活动，如参观植物园或自然保护区，让学生将课堂所学应用于实际环境中。
 - 鼓励学生在家庭中开展环保活动，如节约用水、减少塑料使用等，培养学生的环保意识和责任感。

六、学生学习效果

- 学生学习效果主要体现在以下几个方面：
1. 生命意识提升：
- 通过本节课的学习，学生对生命的认识得到了深化。他们开始理解生命的多样性和宝贵性，认识到每个生命都是自然界中不可或缺的一部分。学生能够从课堂活动和实际观察中感受到生命的奇迹，从而培养出对生命的敬畏感和珍惜生命的态度。
- 2.

生态道德观念形成： 学生通过学习大自然的奇迹，逐渐形成了正确的生态道德观念。他们了解到生态平衡的重要性，认识到人类活动对生态环境的影响，并开始意识到自己作为地球公民的责任。在日常生活中，学生能够表现出更加积极的环保行为，如节约资源、减少污染等。 3. 知识体系构建： 学生在课程学习中，不仅掌握了关于生命现象的基本知识，如生物多样性、生态系统等，还学会了如何从科学的角度分析生命现象。他们能够运用所学的知识解释自然界的奇观，如物种的演化、生物适应性等。 4. 实践能力增强： 通过实验操作和实地考察，学生的实践能力得到了显著提升。他们学会了如何进行科学观察、记录和实验，以及如何从实验中得出结论。这种实践能力的培养有助于学生将理论知识与实际应用相结合，为将来的学习打下坚实的基础。 5. 批判性思维发展： 在学习过程中，学生需要运用批判性思维分析问题，如探讨人类活动对生态系统的影响，评估不同环保措施的效果等。这种思维能力的培养有助于学生形成独立思考的能力，提高解决问题的能力。 6. 爱国情怀激发： 通过学习祖国大好河山中的生命奇迹，学生的民族自豪感和责任感得到了激发。他们更加珍惜自己的家园，愿意为保护生态环境贡献自己的力量。 7. 合作能力提升： 小组讨论和角色扮演等活动促进了学生之间的合作。学生在合作中学会了倾听、尊重他人意见，以及如何有效地沟通和协调。这些合作能力的提升对学生的未来发展具有重要意义。 8. 个性化发展： 教师根据学生的个体差异，提供了多样化的学习资源和活动，满足了不同学生的学习需求。学生在课程学习中展现出了自己的个性和特长，如善于观察、善于表达、善于动手操作等。
七、课堂小结，当堂检测 课堂小结： 在本节课的学习中，我们共同探索了大自然的奇迹，了解了生命的多样性和宝贵性。以下是对本节课内容的总结： 1. 我们学习了生命的起源和特征，认识到生命是地球上最宝贵的财富。 2. 通过观察和讨论，我们了解了生物多样性的重要性，以及人类活动对生物多样性的影响。 3. 我们探讨了生态系统的基本概念，包括生态平衡和生物之间的相互关系。 4. 通过实验操作，我们亲身体验了生命现象的奥秘，如植物的生长过程、微生物的观察等。 5. 我们学习了如何保护生态环境，包括节约资源、减少污染、尊重自然等。 为了巩固今天的学习内容，以下是对课堂小结的检测： 1. 请列举至少三种生物多样性的表现。

2. 解释什么是生态系统，并说明生态平衡的重要性。

3.

描述你参与的一个实验，并说明你从中学到了什么。 4. 提出至少两种保护生态环境的方法，并解释为什么这些方法重要。 5. 分享你对生命的理解和感悟，以及你将如何珍惜生命。 当堂检测： 1. 名词解释：生物多样性 2. 简答题：为什么保护生物多样性对人类至关重要？ 3. 讨论题：如果地球上所有生物都消失了，会对地球环境产生什么影响？ 4. 实践题：设计一个环保活动，并说明你将如何实施。 5. 写作题：以“我眼中的自然奇迹”为题，写一篇短文，表达你对生命的理解和感悟。 。
八、重点题型整理 1. 题型：填空题 题目：以下哪项不属于生物多样性的表现？ 答案：A. 植物种类丰富 B. 动物种类减少 C. 植物开花结果 D. 微生物种类繁多 说明：生物多样性包括遗传多样性、物种多样性和生态系统多样性，而动物种类减少并不直接体现物种多样性。 2. 题型：简答题 题目：简述生态系统中的食物链和食物网。 答案：生态系统中的食物链是由生产者、消费者和分解者组成的能量流动链条。食物网是由多个食物链相互交织形成的复杂网络，它展示了生态系统中生物之间的相互依赖关系。 3. 题型：分析题 题目：分析人类活动对生态系统的影响。 答案：人类活动对生态系统的影响包括正面和负面影响。正面影响如植树造林、保护野生动植物等；负面影响如过度开发、污染环境、破坏生物栖息地等。 4. 题型：应用题 题目：如何通过日常行为保护生态环境？ 答案：可以通过以下日常行为来保护生态环境：节约用水、减少一次性塑料制品的使用、垃圾分类、不乱扔垃圾、支持环保组织等。 5. 题型：论述题 题目：论述保护生物多样性的重要性。 答案：保护生物多样性对人类至关重要，因为： - 生物多样性是地球生态系统稳定性的基础； - 生物多样性为人类提供了丰富的遗传资源和药物来源； - 生物多样性有助于维持生态平衡，减少自然灾害的发生； - 生物多样性有助于促进经济发展，如旅游业、农业等。

第五单元 热爱生命 5.2 保护自我

课题：		
科目：	班级：	课时：计划 3 课时
教师：	单位：	
一、设计思路		
本节课以“热爱生命 5.2 保护自我”为主题，紧密结合初中道德与法治粤教版（2016）七年级下册教材内容，旨在引导学生树立正确的生命观，提高自我保护意识。通过案例分析、小组讨论等形式，让学生了解自我保护的重要性，掌握自我保护的方法和技巧。课程设计注重理论与实践相结合，通过互动式教学，激发学生的学习兴趣，培养他们的实践能力。		
二、核心素养目标		
1. 思想道德：培养学生尊重生命、珍惜生命、敬畏生命的价值观念。 2. 法律意识：提升学生对法律法规的认识，增强法律意识，学会依法保护自己。 3. 实践能力：通过实践活动，提高学生自我保护的实践能力，包括安全意识、防范意识和应急处理能力。 4. 社会责任：培养学生关爱他人、勇于担当的社会责任感，学会在困境中关爱自己和他人。 5. 合作精神：在小组讨论中，培养学生与他人合作、交流、分享的良好习惯，提高团队协作能力。		
三、学习者分析		
1. 学生已经掌握了哪些相关知识： 学生在进入本单元学习之前，可能已经对生命的基本概念有一定的了解，如生命的宝贵、生命的权利等。但在自我保护方面，他们的知识可能较为有限，对法律保护自身权益的认识也可能停留在基础层面。 2. 学生的学习兴趣、能力和学习风格： 七年级学生对新知识充满好奇，对自我保护这一主题有较高的学习兴趣。他们的学习能力逐渐增强，能够通过阅读、讨论等方式获取信息。学习风格上，部分学生可能更倾向于独立思考，而另一些学生则更喜欢在小组活动中学习。 3. 学生可能遇到的困难和挑战： 学生在理解法律保护自身权益时可能遇到困难，尤其是如何将理论知识应用于实际生活中的具体情境。此外，学生在面对突发情况时，可能缺乏有效的自我保护意识和应对策略。因此，课程设计需注重理论与实践相结合，通过案例分析和角色扮演等方式，帮助学生克服这些困难和挑战。		

四、教学资源
1. 软硬件资源：多媒体教学设备（投影仪、电脑）、音响设备、教学白板。 2. 课程平台：学校网络教学平台，用于发布课程资料和在线作业。 3. 信息化资源：网络资源库中的相关案例、视频资料、法律法规文本。 4. 教学手段：实物教具（如安全标志）、图片资料、角色扮演道具。
五、教学过程设计
1. 导入新课（5 分钟） 目标：引起学生对自我保护的兴趣，激发其探索欲望。 过程： 开场提问：“同学们，你们知道如何保护自己吗？在日常生活中，你们遇到过哪些需要自我保护的情况？” 展示一些关于自我保护的图片或视频片段，让学生初步感受自我保护的重要性。 简短介绍自我保护的基本概念和重要性，为接下来的学习打下基础。 2. 自我保护基础知识讲解（10 分钟） 目标：让学生了解自我保护的基本概念、方法和原则。 过程： 讲解自我保护的定义，包括其主要目的和意义。 详细介绍自我保护的方法，如如何避免危险、如何应对紧急情况等。 3. 自我保护案例分析（20 分钟） 目标：通过具体案例，让学生深入了解自我保护的特性和重要性。 过程： 选择几个典型的自我保护案例进行分析。 详细介绍每个案例的背景、特点和意义，让学生全面了解自我保护的多样性或复杂性。 引导学生思考这些案例对实际生活或学习的影响，以及如何应用自我保护的方法解决实际问题。 4. 学生小组讨论（10 分钟） 目标：培养学生的合作能力和解决问题的能力。 过程： 将学生分成若干小组，每组选择一个与自我保护相关的主题进行深入讨论。 小组内讨论该主题的现状、挑战以及可能的解决方案。 每组选出一名代表，准备向全班展示讨论成果。 5. 课堂展示与点评（15 分钟） 目标：锻炼学生的表达能力，同时加深全班对自我保护的认识和理解。 过程： 各组代表依次上台展示讨论成果，包括主题的现状、挑战及解决方案。 其他学生和教师对展示内容进行提问和点评，促进互动交流。 教师总结各组的亮点和不足，并提出进一步的建议和改进方向。 6.

课堂小结（5 分钟） 目标：回顾本节课的主要内容，强调自我保护的重要性和意义。 过程： 简要回顾本节课的学习内容，包括自我保护的基本概念、方法和原则、案例分析等。 强调自我保护在现实生活或学习中的价值和作用，鼓励学生进一步探索和应用自我保护的方法。 7. 课后作业（5 分钟） 目标：巩固学习效果，提高学生的自我保护意识。 过程： 布置课后作业：让学生结合自身经历，撰写一篇关于自我保护的心得体会，以巩固学习效果。 在整个教学过程中，教师应密切关注学生的参与度和学习效果，适时调整教学策略，确保教学目标的实现。
六、知识点梳理
1. 生命的价值 - 生命的独特性：每个人都是独一无二的，生命具有不可替代的价值。 - 生命的有限性：生命是有限的，我们应该珍惜每一刻。 - 生命的尊严：每个人都有生存的权利，应该受到尊重和保护。 2. 自我保护的重要性 - 防范侵害：了解可能面临的危险，学会预防和避免侵害。 - 保障安全：在日常生活中，注意安全，减少意外伤害的发生。 - 增强法律意识：了解相关法律法规，依法保护自己的合法权益。 3. 自我保护的方法和技巧 - 提高警惕：保持警觉，对陌生环境和人物保持警惕。 - 避免危险：避免前往危险的地方，不随意透露个人信息。 - 应对突发情况：学会应对突发事件，如火灾、地震等。 - 法律援助：了解如何寻求法律援助，保护自己的合法权益。 4. 自我保护的心理素质 - 冷静应对：在面对危险时，保持冷静，迅速做出判断。 - 勇敢面对：勇敢面对困难，不畏惧挑战。 - 沟通技巧：学会与人沟通，表达自己的需求和想法。 5. 家庭保护 - 家庭教育：家长应加强对孩子的安全教育，培养其自我保护意识。 - 家庭环境：创造安全、和谐的家庭环境，减少孩子受到伤害的风险。 6. 学校保护 - 学校教育：学校应开展安全教育课程，提高学生的自我保护能力。 - 校园安全：加强校园安全管理，确保学生在校期间的安全。 7. 社会保护 - 法律法规：国家制定相关法律法规，保护公民的合法权益。 - 社会力量：社会各界共同关注和参与，为公民提供保护。

8. 自我保护的心理调适

—

调整心态：面对困难和挑战，保持积极的心态，勇敢面对。

- 寻求支持：在遇到困难时，主动寻求家人、朋友或专业人士的帮助。
- 增强信心：相信自己有能力应对各种困难和挑战。

七、课后作业

1. 实践作业：设计一份家庭安全检查清单，与家长一起检查家中可能存在的安全隐患，并记录下来，提出改进措施。

答案示例：

家庭安全检查清单

- 检查电器：确保所有电器在使用后都拔掉插头，避免长时间插电。
- 检查燃气：定期检查燃气管道是否有泄漏，确保燃气阀门关闭。
- 检查楼梯：确保楼梯扶手稳固，照明充足，无障碍物。
- 检查门窗：检查门窗是否安装牢固，窗户是否容易打开。
- 检查厨房：确保厨房无油污，燃气灶关闭，无易燃物品靠近火源。

2. 写作作业：以“我的自我保护故事”为题，写一篇短文，描述一次自己或他人遇到危险时如何自我保护的经历。

答案示例：

我的自我保护故事

上周末，我和朋友一起去公园玩。突然，一只狗从草丛中冲了出来，向我们扑来。我立刻停下脚步，保持冷静，后退几步，避免直接面对狗。同时，我大声呼救，并寻找附近的成年人求助。幸运的是，附近的一位叔叔及时出现，帮我赶走了狗。这次经历让我意识到，在遇到危险时，保持冷静和寻求帮助是非常重要的。

3. 小组讨论作业：分组讨论以下问题，并准备一份报告。

- 如何在网络上保护自己的个人信息？
- 在学校中，如何避免欺凌和暴力？
- 面对自然灾害，我们应该如何进行自我保护？

答案示例：

小组讨论报告

- 网络个人信息保护：不在社交媒体上透露个人信息，使用复杂的密码，定期更换密码。
- 学校欺凌和暴力预防：增强自我保护意识，勇敢拒绝欺凌行为，寻求老师和家长的帮助。
- 自然灾害自我保护：了解灾害预警信号，学习基本的自救和互救技能，准备应急物资。

4. 角色扮演作业：模拟以下场景，进行角色扮演，以练习应对不同情况下的自我保护。

- 在回家路上，遇到陌生人询问个人信息。
- 在家中，发现煤气泄漏。
-

在户外活动时，遇到突然的暴雨。 答案示例： 角色扮演场景一：在回家路上，遇到陌生人询问个人信息。 角色：A（陌生人），B（学生） A：你好，小朋友，请问你家在哪里？ B：不，我不能告诉你，我有我的隐私权。 5. 反思作业：阅读以下案例，思考如何提高自我保护意识，并撰写一篇反思日记。 案例一：小明在放学回家的路上，因为低头玩手机，没有注意到前方有车辆，差点发生交通事故。 答案示例： 反思日记 今天我读了一个关于小明的案例，他因为低头玩手机而差点发生交通事故。这让我意识到，我们在日常生活中要时刻保持警惕，尤其是在行走时，要避免分心。从现在开始，我会更加注意自己的行为，特别是在路上行走时，要时刻保持清醒的头脑，注意观察周围环境，确保自己的安全。同时，我也会提醒身边的人，让他们也意识到自我保护的重要性。
八、教学反思 今天上了“热爱生命 5.2 保护自我”这一节课，我觉得整体效果还不错，但也发现了一些需要改进的地方。 首先，我觉得学生在课堂上的参与度很高，他们对自我保护的话题很感兴趣，这让我很欣慰。在案例分析环节，同学们能够积极思考，提出很多有创意的观点，这证明了他们对知识的吸收和应用能力。但是，我也注意到，有些学生在讨论时显得比较拘谨，可能是因为他们对这个话题还不够熟悉，或者是不太敢在大家面前表达自己的看法。 此外，我还发现，虽然学生们对自我保护的重要性有了认识，但在实际操作层面，他们可能还是缺乏一些具体的技能和方法。例如，在应对突发情况时，他们可能不知道如何正确地报警或者寻求帮助。因此，我在接下来的教学中，可能会增加一些实践环节，如模拟演练，让学生在实操中学会如何保护自己。 最后，我觉得在教学过程中，我还可以更加注重学生的个体差异。每个学生的学习能力和接受程度都不尽相同，我需要根据学生的实际情况来调整教学策略，确保每个学生都能有所收获。
内容逻辑关系 ①本文重点知识点： - 生命的价值与尊严 - 自我保护的重要性 - 自我保护的方法和技巧 - 家庭、学校和社会保护的作用 - 心理调适与应对策略 ②关键词：

- 生命、尊严、安全、防范、法律意识、心理素质、教育、责任

③重点句子：

- “生命是宝贵的，我们应该珍惜每一刻。”
- “自我保护是每个人都需要掌握的基本技能。”
-

“在危险面前，我们要保持冷静，迅速做出正确的判断。”
– “家庭、学校和社会都有责任为我们的安全提供保障。”
– “面对困难，我们要有勇气和信心，积极寻求解决方案。”

第五单元 热爱生命 5.3 健康的生活

课题：		
科目：	班级：	课时：计划 3 课时
教师：	单位：	
一、课程基本信息		
1. 课程名称：初中道德与法治粤教版（2016）七年级下册第五单元 热爱生命 5.3 健康的生活		
2. 教学年级和班级：七年级（1）班		
3. 授课时间：2023 年 3 月 15 日 上午第二节课		
4. 教学时数：1 课时		
二、核心素养目标分析		
本节课旨在培养学生的核心素养，具体目标如下：		
1. 增强生命意识：通过学习健康的生活方式和态度，使学生认识到生命的宝贵，培养对生命的敬畏之心。		
2. 提升法治观念：了解法律对健康生活的保障作用，使学生学会用法律维护自身权益，增强法治意识。		
3. 培养健康行为：引导学生养成良好的生活习惯，如合理饮食、适量运动、充足睡眠等，提高学生的健康素养。		
4. 增强社会责任感：通过学习健康知识，使学生认识到个人健康与社会健康的关系，培养对社会负责的态度。		
5. 培养良好心理素质：引导学生学会调节情绪，保持乐观心态，提高心理承受能力，促进学生全面发展。		
三、学习者分析		
1. 学生已经掌握的相关知识：学生已经初步了解了健康的概念，对健康生活方式有一定的认识，但具体到健康饮食、运动和心理健康等方面的知识掌握程度不一。		
2. 学生的学习兴趣、能力和学习风格：七年级学生对新知识充满好奇，对健康生活的话题有较高的兴趣。他们的学习能力强，能够接受新信息，但部分学生可能对抽象概念的理解存在困难。学习风格上，有学生倾向于通过实际操作学习，也有学生喜欢通过阅读和讨论来获取知识。		

3.

学生可能遇到的困难和挑战：部分学生可能由于家庭环境、个人习惯等因素，对健康生活方式的理解和实践存在障碍。此外，学生在面对健康饮食和运动等具体内容时，可能缺乏实践经验和指导，需要教师提供适当的帮助和指导。
四、教学资源
- 软硬件资源：多媒体教学设备（电脑、投影仪）、音响设备、实物教具（如健康食品模型、运动器材图片） - 课程平台：学校内部教学平台、班级微信群、家校联系平台 - 信息化资源：健康生活相关的视频资料、健康知识科普文章、在线健康测试工具 - 教学手段：互动式教学、小组讨论、角色扮演、案例分析
五、教学过程设计
1. 导入新课（5 分钟） 目标：引起学生对健康生活的兴趣，激发其探索欲望。 过程： 开场提问：“你们认为健康的生活是什么样的？它与我们的日常生活有什么联系？” 展示一些关于健康生活方式的图片或视频片段，如均衡饮食、适量运动、充足睡眠等，让学生初步感受健康生活的魅力或特点。 简短介绍健康生活的基本概念和重要性，为接下来的学习打下基础。 2. 健康生活基础知识讲解（10 分钟） 目标：让学生了解健康生活的基本概念、组成部分和原理。 过程： 讲解健康生活的定义，包括其主要组成元素或结构。 详细介绍健康生活的组成部分，如合理膳食、规律运动、心理平衡等，使用图表或示意图帮助学生理解。 3. 健康生活案例分析（20 分钟） 目标：通过具体案例，让学生深入了解健康生活的特性和重要性。 过程： 选择几个典型的健康生活案例进行分析，如成功减肥案例、健康饮食计划等。 详细介绍每个案例的背景、特点和意义，让学生全面了解健康生活的多样性或复杂性。 引导学生思考这些案例对实际生活或学习的影响，以及如何应用健康生活理念解决实际问题。 4. 学生小组讨论（10 分钟） 目标：培养学生的合作能力和解决问题的能力。 过程： 将学生分成若干小组，每组选择一个与健康生活相关的主题进行深入讨论，如“如何制定健康饮食计划”、“如何提高睡眠质量”等。 小组内讨论该主题的现状、挑战以及可能的解决方案。 每组选出一名代表，准备向全班展示讨论成果。

5.

课堂展示与点评（15 分钟） 目标：锻炼学生的表达能力，同时加深全班对健康生活的认识和理解。 过程： 各组代表依次上台展示讨论成果，包括主题的现状、挑战及解决方案。 其他学生和教师对展示内容进行提问和点评，促进互动交流。 教师总结各组的亮点和不足，并提出进一步的建议和改进方向。 6. 课堂小结（5 分钟） 目标：回顾本节课的主要内容，强调健康生活的重要性和意义。 过程： 简要回顾本节课的学习内容，包括健康生活的基本概念、组成部分、案例分析等。 强调健康生活对现实生活或学习中的价值和作用，鼓励学生进一步探索和应用健康生活理念。 布置课后作业：让学生撰写一篇关于健康生活的短文或报告，以巩固学习效果，并提出以下具体要求： - 结合自身实际，谈谈对健康生活的理解和感悟。 - 提出至少两个改善自身健康生活的具体行动计划。 - 分享一些建议，帮助同学们共同营造健康的生活环境。
六、教学资源拓展
1. 拓展资源： - 健康生活相关的书籍推荐：《健康生活指南》、《营养与饮食》、《运动与健康》等。 - 健康生活视频资源：国内外健康专家的讲座视频、健康生活方式的纪录片、健康饮食和运动的演示视频。 - 健康生活网站资源：国家卫生健康委员会官方网站、国内外知名健康生活网站，提供健康资讯、健康食谱、运动指导等。 2. 拓展建议： - 鼓励学生阅读健康生活相关的书籍，了解更多的健康知识，提高自我保健意识。 - 建议学生观看健康生活视频资源，通过直观的方式学习健康饮食和运动技巧。 - 建议学生定期访问健康生活网站，获取最新的健康资讯和实用建议。 - 组织学生参加社区健康活动，如健康讲座、健身比赛等，亲身体验健康生活。 - 建议学生记录自己的健康日记，记录饮食、运动和心理状态，以便自我监测和调整。 - 鼓励学生与家人和朋友分享健康生活知识，共同营造健康的生活氛围。 - 建议学生参与学校或社区的健康教育活动，如健康知识竞赛、健康宣传等，提高健康意识。 - 鼓励学生利用课余时间进行户外运动，如跑步、游泳、骑行等，增强体质。 - 建议学生关注心理健康，学习心理调适方法，保持良好的心理状态。 - 鼓励学生参加志愿者活动，如关爱老人、帮助弱势群体等，培养社会责任感。

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/165201023320012123>