

2024-2025 学年小学地方、校本课程团结版 健康教育教学设计合集

目录

一、五年级（上）

- 1.1 第一课 身体健康的标准
- 1.2 第二课 健康的生活方式
- 1.3 第三课 合理营养的膳食结构
- 1.4 第四课 健康的饮食习惯
- 1.5 第五课 购买食品有讲究
- 1.6 第六课 防范食物中毒
- 1.7 第七课 体育锻炼中的自我监护
- 1.8 第八课 发现视力异常该咋办
- 1.9 本册综合

五年级（上）第一课 身体健康的标准

一、教材分析

本节课选自小学地方、校本课程团结版健康教育五年级（上）第一课《身体健康的标准》，主要围绕健康的定义、身体健康的标准以及如何保持身体健康等方面进行讲解。教材内容结合学生生活实际，通过生动的案例和图片，引导学生认识健康的重要性，教育学生关注身体健康，养成良好的生活习惯。本节课旨在培养学生的健康意识，提高自我保健能力。

二、核心素养目标

- 1. 让学生能够理解并描述身体健康的标准，培养健康观念。
- 2. 通过案例分析，提升学生运用健康知识解决实际问题的能力。
- 3. 激发学生关注个人健康，形成自我保健的良好习惯。

三、学情分析

五年级的学生正处于身心发展的关键时期，对健康知识有一定的认知基础，但尚未形成完整的健康观念。在知识方面，学生已掌握一些基本的健康知识，如个人卫生、饮食平衡等，但需要进一步深化对身体健康的认识。

在能力方面，学生的逻辑思维和分析能力逐步增强，能够通过案例分析理解健康标准，但解决问题的能力还需培养。在素质方面，学生具备一定的合作和探究精神，但需要引导他们在学习过程中主动参与和思考。

在行为习惯上，部分学生可能存在不规律的作息、挑食偏食等不良习惯，这些习惯对课程学习产生了一定影响。因此，本节课的教学需要关注学生实际生活中的健康问题，激发他们的学习兴趣，引导他们形成良好的生活习惯，从而更好地吸收课程内容。

四、教学资源

1. 教材《身体健康的标准》章节内容
2. 多媒体教学设备（投影仪、电脑）
3. 相关健康知识视频资料
4. 互动式白板
5. 学生健康手册
6. 课堂讨论引导问题清单
7. 小组讨论记录表

五、教学过程设计

1. 导入新课（5 分钟）

目标：引起学生对身体健康的兴趣，激发其探索欲望。

过程：

- 开场提问：“你们知道什么是身体健康吗？它我们的生活有什么关系？”
- 展示一些关于身体健康的图片或视频片段，让学生初步感受健康的重要性。
- 简短介绍身体健康的定义和重要性，为接下来的学习打下基础。

2. 身体健康基础知识讲解（10 分钟）

目标：让学生了解身体健康的基本概念、组成部分和标准。

过程：

- 讲解身体健康的定义，包括其主要构成要素。
- 详细介绍身体健康的组成部分，如生理健康、心理健康、社会适应能力等。
- 通过实例或案例，让学生更好地理解身体健康的实际应用或作用。

3. 身体健康案例分析（20 分钟）

目标：通过具体案例，让学生深入了解身体健康的特性和重要性。

过程：

- 选择几个典型的身体健康案例进行分析，如运动与健康、饮食与健康等。
- 详细介绍每个案例的背景、特点和意义，让学生全面了解身体健康的多样性或复杂性。

- 引导学生思考这些案例对实际生活的影响，以及如何应用健康知识解决实际问题。
- 小组讨论：让学生分组讨论身体健康的未来发展或改进方向，并提出创新性的想法或建议。

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，每组选择一个与身体健康相关的主题进行深入讨论，如营养均衡、运动与健康等。
- 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，同时加深全班对身体健康认识和理解。

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，强调身体健康的重要性和意义。

过程：

- 简要回顾本节课的学习内容，包括身体健康的定义、组成部分、案例分析等。
- 强调身体健康在现实生活和学习中的价值和作用，鼓励学生进一步探索和应用健康知识。
- 布置课后作业：让学生撰写一篇关于身体健康的短文或报告，以巩固学习效果。

六、教学资源拓展

1. 拓展资源

- 《中国居民膳食指南》：提供关于合理膳食结构和饮食习惯的详细信息，帮助学生了解如何通过饮食促进身体健康。
- 《小学生健康行为习惯手册》：详细介绍小学生应养成的健康行为习惯，如个人卫生、运动锻炼等。
- 《心理健康常识》：包含心理健康的基本知识，帮助学生识别和应对常见的心理问题。
- 《身体运动与健康》：介绍不同类型的运动对身体健康的益处，以及如何制定科学的运动计划。
- 《社交适应能力培养》：探讨如何通过参与社会活动和交流提高社交适应能力。

2. 拓展建议

- 阅读拓展：鼓励学生在课后阅读《中国居民膳食指南》和《小学生健康行为习惯手册》，了解健康饮食和日常习惯的具体建议。
- 实践活动：要求学生根据《身体运动与健康》的内容，制定个人运动计划，并在家长监督下实施，记录运动后的感受和身体变化。
- 观察记录：让学生观察身边的社交场景，结合《社交适应能力培养》的内容，分析

社交行为对心理健康的影响，并撰写观察报告。

—

家庭作业：布置学生根据《心理健康常识》的内容，设计一份心理健康自我检测表，定期进行自我评估。

- 小组研究：组织学生分组研究身体健康的某个方面，如运动与健康、饮食与健康等，要求每组通过查阅资料、调查访问等方式，形成研究报告，并在课堂上分享。
- 主题演讲：鼓励学生选择一个与身体健康相关的主题，进行演讲练习，提高表达能力，同时加深对健康知识理解。
- 健康知识竞赛：举办健康知识竞赛，让学生在准备和参与过程中，巩固和扩展健康知识，增强健康意识。

七、板书设计

1. 身体健康的定义与标准
 - ① 身体健康的定义
 - ② 身体健康的标准（生理、心理、社会适应能力）
2. 身体健康的组成部分
 - ① 生理健康（饮食、运动、休息）
 - ② 心理健康（情绪管理、压力应对）
 - ③ 社会适应能力（人际关系、社交技巧）
3. 保持身体健康的方法
 - ① 均衡饮食
 - ② 适量运动
 - ③ 良好作息
 - ④ 心理调适
4. 健康习惯的养成
 - ① 个人卫生习惯
 - ② 安全意识
 - ③ 定期体检

八、作业布置与反馈

作业布置：

1. 写作作业：要求学生根据本节课学习的身体健康的标准，结合个人实际情况，撰写一篇短文，题目为《我的健康计划》。短文中需要包括以下内容：
 - 目前个人在身体健康方面的优势和不足。
 - 制定一个改善身体健康的计划，包括饮食、运动、休息等方面。
 - 计划实施的预期效果和可能遇到的挑战。
2. 实践作业：鼓励学生在家长的协助下，记录一周内的饮食和运动情况，分析自己的生活习惯是否健康，并尝试提出改进措施。
3. 阅读作业：布置学生阅读《中国居民膳食指南》中关于健康饮食的部分，并写出阅读心得。

作业反馈:

1.

写作作业反馈：

- 批改学生的短文，重点关注学生是否能够结合自身情况制定健康计划。
- 给出具体反馈，如计划的实际可行性、目标的明确性等。
- 提出改进建议，如如何更科学地制定饮食计划，如何选择合适的运动项目等。

2. 实践作业反馈：

- 审阅学生的饮食和运动记录，检查记录的完整性。
- 对学生的自我分析进行评价，指出其识别的健康问题和提出的改进措施的合理性。
- 提供个性化的建议，如如何改善饮食习惯，如何增加运动的趣味性等。

3. 阅读作业反馈：

- 检查学生的阅读心得，关注其是否能够理解并吸收《中国居民膳食指南》中的健康饮食知识。
- 对学生的理解程度进行评价，对阅读心得中的亮点和不足进行反馈。
- 提出进一步学习的建议，如如何将指南中的建议应用到日常生活中。

五年级（上）第二课 健康的生活方式

科目		授课时间节次	一年一月一日（星期一）第一节
指导教师		授课班级、授课课时	
授课题目 (包括教材及章节名称)	五年级（上）第二课 健康的生活方式		
设计意图	本节课旨在通过讲解和实践相结合的方式，让学生了解并掌握健康的生活方式，提高他们对健康生活的认识和自我管理能力，帮助他们养成良好的生活习惯，为健康成长打下坚实基础。课程内容与课本紧密关联，结合五年级学生的认知水平，通过生动的案例、互动讨论等形式，让学生在轻松愉快的氛围中学习健康知识，增强自我保健意识。		

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/418117074021006134>