

生命 • 生态 • 安全

教 案

教师：

第一课 读书须得法

一、 导入：

同学们，随着你们年纪越长越大，你们读的书也越来越多，你们的亲人、老师、同学、朋友……他们爱读书吗？对于读书，你有哪些经验与我们分享呢？今天，我们学习第一课《读书须得法》。

二、讲授新课： 同学们会发现，不论哪个集体，都会有特别爱看书的人，我们班也不例外。现在我们就来进行一个选举，看看谁是我们班“看过书最多的人”； 分小组投票，选出你认为班里看书最多的 2-3 位同学；说说为什么他（她）们最受欢迎。（学生讨论、发言，在发言过程中提到的一些关键词，教师应及时写成副板书以给学生较深刻的印象。） 这些同学是我们班最受欢迎的人，但有些同学会想，为什么我不能当选？别人能众星拱月，为什么我却不能成为主角？老师相信，这些烦恼大部分同学都有；不过，大家不用着急，马上就有机会说出来——

分小组讨论，并且每个小组派出一名小记者向老师采访，在采访之前，把采访内容设置成一些小问题，采访回来再把材料整理整理，向大家汇报。（活动、老师点评） 多读书，注意方法，就可以使你的朋友越来越多。老师送给大家十句话，如果能在你的交往活动过程中用上，那么你就会发现，你越来越受大家欢迎。把自己最喜欢的关于读书的座右铭写出来，然后跟同学们分享。

这节课我们通过活动学到了一些读书的方法。学习的方法很多，象平时大家上网，也是一种学习。这里老师给大家几个网址，希望同学

们有空的时候上去看看。

三、布置作业：

1、谈收获： 2、见书上习题。 3、享受亲情

四、导学反思：

第二课 有效应对挫折

一、导学要求： 学生了解青春期的生理、心理知识，掌握最基本的青春期健康卫生常识，帮助学生形成健康的道德观念，有效应对挫折。

二、导学重点：青春期的健康生理、心理和道德观念及怎么有效应对挫折。

三、导学准备：、录像带。

四、导学课时： 一课时。

五、导学过程：

（一）、导入新课：

导语：同学们想一想，进入八年级以来，我们的身体都发生了哪些变化？我们心里想的又和过去有什么不一样？在成长的路上，我们遇到了哪些挫折与烦恼？（可让学生讨论，教师按照生理和心理两大类）

（二）、讲解： 1、青春期会遇见哪些挫折？

师：人的一生如同我们家里养的花草一样，春天发芽，夏天茂盛，秋天结果，冬天衰败。同学们现在正是春天的季节，如同池塘里的荷花，才露出尖尖的角来，是个非常美丽的时期。但是这个的发展变化很快，所以我们今天我们要来认识一下我们自身的发展——青春期。师：什么叫青春期呢？青春期就是由儿童发育到成年的过渡时期。这个时期一般为 10 年左右，即从 10 岁到 20 岁。其中，10 到 15 岁这五年发展速度最快。

2、挫折有什么特征呢？ 青春期的男女发展差异：

师：青春期的生理发育一般是女学生比男学生提前两年左右，所以我们经常发现小学生中女孩子比男孩子个子高，这是因为女学生发育提前的缘故，一般是到了初中，男孩子的发育速度就加快了。

（三）总结：青春期是个第二性特征开始发展的时候，在这个发展过程中还伴随着心理问题的变化，会遇到很多挫折不要灰心，树立战胜挫折的决心。

应对挫折的方法有：

（1）、正确认识挫折。

（2）、坚定信念。

（3）、提高承受能力。

（4）、运用科学方法摆脱。如：合理宣泄；调整目标；转移注意力等等。

（四）、作业：见书上习题。

导学反思：

第三课 消除厌学情绪

一、导学目标

- 1、让学生认识什么叫厌学情绪。
- 2、如何有效的预防厌学情绪。

二、导学过程

1、认识形形色色的厌学情绪。 厌学情绪 是一种消极的情绪。它的存在会降低人的学习效率和质量。

2、面对形形色色的厌学情绪，女孩应当向小刘那样，积极行动起来，勇敢面对性骚扰采取预防措施，即使面对性骚扰的现实侵害也不要一味害怕，应当调动自己的全部智慧，审时度势，判断情况，思索对策，采取不同的对策和措施。

A. 保持警惕，一身正气。

B. 明确态度、正告对方。女孩，男孩在有厌学情绪时，就应当向对方明确表明态度，这种态度的表明方式，可以是无声的断然拒绝，也可以是有言在先，要求对方检点自己的行为。

C. 疏远关系，减少接触。当女孩发现有人不怀好意，有性骚扰行为时，应主动回避，尽量疏远他，减少接触和交往。

D. 光明正大，不贪小利。

E. 敢于求助，断绝往来。

F. 以智取胜，保护自己。女孩要警惕那些行为不端的成年男性的骚扰，一旦发现有异常，可及时报告有关部门和人员。

消除厌学情绪的方法： （1）、明确学习的动机。 （2）、发现学习的

乐趣。 (3)、争取成功的经验。 (4)、保持冷静和镇定。 (5)、
学习要循序渐进。

三、作业：见书上习题。

导学反思：

第四课 坚强应对家庭变故

一、 导入新课

家庭是一个人成长的摇篮，是幸福的港湾。在这个港湾中，我们享受着亲情与快乐，但是有时天不遂人愿，不幸的事情也可能发生，影响我们的生活。当家庭发生变故时，我们要勇于承担责任，积极面对。

二、 导学新课

1、读故事《小芹的不幸》

讨论： 面对这样的变故，小芹应该怎么办？

2、举例说说，在一个人的成长过程中，还可能遇到哪些重大的家庭变故？我们应该怎么应对？

3、教师小结

接受现实， 不怨天尤人

冷静分析， 寻求帮助

调整心态， 积极应对

4、故事回放 《不一样的小林》

三、活动

我们无法预料家庭可能发生的变故，但我们可以拥有对待变故的良好心态。在面对家庭变故时，良好地心态应该是：

有效的应对办法有：

四、开列自己的责任清单

活动： 当你的父母遭遇困境时，你是怎么做的，请你写一份家庭责任清单，列出你为家庭做的事情。

五、积极应对家庭变故

故事 《塞翁失马》

《初二学生：赚钱为家出份力》

六、实践活动 1、告别悲伤。 2、寻求帮助。

导学反思：

二单元 健康指南

第五课 常见慢性疾病及其预防

一导学目标:

知识与技能:

1. 掌握慢性病的特点
2. 了解慢性病的危害
3. 了解慢性病防治原则

过程与方法过程与方法:

1. 通过对导学资料的观察分析，培养学生的观察能力、思考分析和归纳总结能力。

2. 通过调查当地常见慢性疾病，培养学生收集和整理信息的能力、在已有知识和生活经验的基础上获得新知识的能力、进行社会调查的实践能力。 情感情感情感情感、、、、态度和价值观态度和价值观态度和价值观态度和价值观：通过了解慢性疾病预防措施，建立正确的慢性疾病的预防观点。通过对慢性疾病的讨论，学生初步形成关注社会问题习惯，培养学生积极健康的生活态度的。

导学重点：掌握慢性病的特点

导学难点：了解慢性病的危害

导学时间：1 课时

导学过程:

1、 引入课题 在过去的十年中，我国青少年的饮食结构发生了巨大变化，随着人民生活水平的提高，我国冠心病、恶性肿瘤、糖尿病

等主要慢性疾病发病率呈逐年上升趋势，同学们你们还听说或者了解哪些慢性疾病吗？

2、 引导学生了解慢性病的概念 慢性病全称是慢性非传染性疾病，是无法立刻使用药物加以治愈的疾病，只能先利用药物控制病情。同学们知道哪些慢性疾病？明确：高血压、冠心病、脑卒中、糖尿病、恶性肿瘤、精神病等。让学生结合书上的几种常见的慢性病资料阅读课本，了解这些慢性疾病的知识。

3、 请同学们说说：这些慢性疾病是由哪些因素引起的？学生回答，教师小结并且明确：引发慢性疾病的主要因素，身体因素、环境因素、运动量不足、不良饮食习惯、精神因素等

4、 学生活动. 自己的家人或者亲朋好友是否患有慢性疾病，如果有，请你简单的举例介绍一下他们的病情及症状，教师注意引导学生能够说清楚主要症状。 我们学习了什么是慢性疾病以及一些常见的慢性疾病的成因，那么对于慢性疾病，我们应该怎样才能预防呢？要求学生积极举手回答。老师引导学生回答并小结应该从以下几方面预防：控制研究、合理膳食、适度锻炼、心情舒畅等几方面来预防。结合课文小资料引导学生了解慢性病三级预防措施 . 疾病的三级预防疾病，不论其病因是否确定，在不给任何治疗和干预的情况下，从发生、发展到结局的整个过程称为疾病的自然史可将疾病的自然史粗略地分为发病前期、发病期和发病后期三个阶段。

在发病前期，虽未发病，但已存在各种潜在的危害因子，如血清胆固醇高是冠心病的危险因子，吸烟是肺癌的危险因子，肥胖是糖尿

病的危险因子。发病前期也可包括某种病理生理的改变，如血管粥样硬化等。在发病期，一般都有轻重不一的临床表现。在发病后期，其结局可能是痊愈或死亡，也可能会留下后遗症以至残疾等。在疾病自然史的每一个阶段，都可以采取措施防止疾病的发生或恶化。因而预防工作也可以根据疾病的自然史相应地分为三级，第一级预防为病因预防；第二级预防为“三早”预防，即早发现、早诊断、早治疗；第三组预防为对症治疗、防止伤残和加强康复工作。这就是疾病的三级预防。

第一级预防也叫初级预防，主要是针对致病因子（或危险因素）采取的措施，也是预防疾病的发生和消灭疾病的根本措施，其中包括自我保健和健康教育。自我保健即在发病前期就进行干预，以增强人的健康状况，促进健康。健康教育是以教育手段促使人们主动采取有利于健康的行为，从而消除危险因素，预防疾病，促进健康。在致病因子或机制尚不明确或尚未出现之前，尽可能地保持健康体魄而采取的各种措施，是对健康的人和人群而言的，这又称为“原始预防”或“原级预防”。在三级预防中，它应是第一级预防的核心。第一级预防还包括保护和改善环境，旨在保证人们生产和生活区的空气、水、土壤不受工业三废——即废气、废水、废渣和生活三废——即粪便、污水、垃圾，以及农药、化肥等的污。

第二级预防，又称“三早”预防，它是发病期所进行的防止或减缓疾病发展的主要措施。为了保证“三早”的落实，可采用普查、筛检、定期健康检查、高危人群重点项目检查以及设立专科门诊等措施。

第三级预防,主要为对症治疗,防止病情恶化,减少疾病的不良作用,防止复发转移,预防并发症和伤残;对已丧失劳动力或残废者,通过康复治疗,促进其身心方面早日康复,使其恢复劳动力,病而不残或残而不废,保存其创造精神价值和社会劳动价值的能力。

5、 小结

6、 布置作业: 让学生结合今天学习的知识, 向家人宣传健康的生活方式。

导学反思:

第六课 常见传染病及预防

导学目标:

- 1、通过班会课中的看录像、看照片、知识竞赛等，让学生对传染病的发生、传播等有全面的了解；让学生知道讲究卫生的重要意义。
- 2、通过小组讨论、演讲各类发言等形式激发学生讲究卫生，培养学生养成良好的个人卫生习惯，促进学生的身心健康发展，全面提高学生身体素质的决心。

活动准备:

- 1、关于预防传染病的挂图、录像。
- 2、准备知识竞赛题十个。
- 3、前黑板上作相应布置，渲染气氛，桌椅围四周，中间空出。
- 4、每人写一篇《预防传染病》文章；
- 5、多媒体等现代化设备的准备，数码相机拍整节课活动情形，以备存档展览；

活动过程:

一、导入： 展示图片，播放录像

二、组织讨论:

- 1、学生讨论关于传染病的发生、传播和预防。
- 2、报告讨论结果

教师总结：预防传染病其实并不难，我们每个人只要做到以下要求，

就会远离传染病： 1、头发：头发整洁无异味；男生不留长发。

2、脸：洁净无污垢。

- 3、颈：脖颈、耳根干净无污垢。
- 4、手：手干净无污物；不留长指甲，指甲缝内无污垢。
- 5、红领巾：整洁，勤换洗。
- 6、衣服：衣服整洁，勤换洗；衣领、衣袖无污垢；
- 7、鞋袜：鞋子整洁，上学穿袜子，不拖鞋带。
- 8、书包：书包干净整洁，书本摆放整齐。
- 9、桌兜：整洁无杂物

三、预防传染病知识竞赛：

划分两个小组，有必答题和抢答题两类，分别给两个小组计分 1、
了解春季的常见传染病 春季的常见传染病有以下几种：

A、流感 流感是常见的呼吸道传染病，潜伏期 1—3 日，主要症状为发热、头痛、流涕、咽痛、干咳，发热一般持续 3—4 天，也有表现为较重的肺炎或胃肠型流感

B、麻疹是由麻疹病毒引起的急性传染病，潜伏期 8—12 日，主要症状为发热、怕光、流泪、流涕，眼结膜充血，出现口腔粘膜斑及全身斑丘疹

C、流行性腮腺炎由流腮病毒引起的急性传染病，伏期 14—19 日，发热，耳下或下颌角疼痛，以耳垂为中心 1—2 天内迅速肿大，张口和咀嚼时疼痛

D、猩红热是由乙型溶血性链球菌引起的急性呼吸道传染病，临床特点为发热，咽炎、全身弥漫性皮疹，疹退后伴皮肤脱屑等，潜伏期 1—7 天

2、如何预防？

不同的传染病有不同的治疗方法，但基本的预防措施是相通的，我们只要注意以下几点，就能有效地减少疾病的发生和传播。

- A、每天开窗通风，保持室内空气新鲜，避免交叉感染等；
- B、不到人口密集、空气污染的场所去。
- C、勤洗手，并用流动水彻底清洗干净，包括不用污浊的毛巾擦手；
- D、注意不要过度疲劳，防止感冒，以免抗病力下降；
- E、发热或有其它不适及时就医；
- F、避免接触传染病人，尽量不到传染病流行疫区；

四、课堂总结

导学反思

第七课 病毒性肝炎教案

导学目标

1、解什么是病毒性肝炎。了解病毒性肝炎有多少种类型及传播的基本途径。

2、教育学生注意预防传染病，加强锻炼，增强预防疾病的能力

教具 传染病传播途径挂图。

导学内容及过程

一、谈话导入，揭示课题。

1、谈话导入。

师：（问得过传染病的学生，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。今天我们要学习的内容是与传染病有关（板书课题：病毒性肝炎）

二、学习课文。

1、引导学生认识病毒性肝炎。

a) 病毒性肝炎有多少种类型？（学生回答，教师补充）

b) 传染病的病菌、病毒传染给了谁？

2、介绍病毒性肝炎发病的症状。

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。（回家宣传病毒性肝炎的知识）

第八课 肺结核

导学目标:

- 1、了解结核病的危害。
- 2、了解结核病的症状。
- 3、知道如何防治结核病。

导学过程:

一. 结核病的疫情及危害

结核病是由结核杆菌引起的经呼吸道传播的慢性传染病称“痨病”。历史上曾在全世界广泛流行。20 世纪 50 年代，由于抗结核病的化疗药物的相继问世，其流行趋势得到了一定程度的控制。近年来，由于种种原因，结核病疫情在一些国家和地区又有了较人程度的回升。1993 年 4 月 23 日世界卫生组织史无前例地宣布——全球结核病紧急状态。1998 年，世界卫生组织再次发出“遏制结核病行动刻不容缓”的呼声，号召全球紧急行动起来，加强对结核病的预防控制工作。世界卫生组织还将 3 月 24 日定为世界防治结核病日。

我国目前的结核病病人数量居世界第二位，是世界上 22 个结核病高负担的国家之一。估算全国现有活动性肺结核病人 450 万，其中传染性肺结核病人 150 万。每年新发活动性肺结核病人 145 万例，其中传染性肺结核(涂阳肺结核)63 万例。每年约有 13 万人死于结核病。 流动人口的骤增、耐药结核病的蔓延、结核菌与艾滋病病毒的双重感染,,,我省结核病防治形势十分严峻!

二. 结核病的主要症状是什么? 结核病是由结核杆菌侵入人体

引起的一种慢性传染病身体各罪官发病，但多发于肺部。肺结核的主要症状：

1. 咳嗽、咳痰；是肺结核最主要的症状
2. 咯血：是肺结核常见症状之一，从痰中带血到每次很多不一，血色鲜红带泡。
3. 胸痛：位置不定的隐痛或钝痛，有时有胸闷。
4. 午后潮热：体温一般 3 8 度左右，午后逐渐升高，期间爱出汗。

三．如何治疗肺结核病？ 我省对肺结核病治疗费用实行“收、减、免”政策，对咳嗽、咳痰超过三周的可疑结核病人实行免费检查即免去胸部 X 线和痰菌检查费用，对传染性肺结核病人提供免费的由世界卫生组织制定的统一化疗方案所需的抗结核病药品。 每次服药都要在医务人员的面视下服用，通常需要三种或四种抗结核药物一起服用，遵医嘱每日或隔日服用，但要连续月良用 6—8 个月。

抗结核治疗必须遵循的原则是：早期、联合、适量、规律、全程。通过正规治疗 85% 以上的初治结核病人都可以被治愈。经过治疗，两星期后传染性可基本消除，若在服药初期症状好转后治治停，就容易复发或产生耐药性。

四．对结核病人如何管理？ 各级卫生行政部门要进行行政干预和执法监督，确保肺结核病人归口管理工作的落实。 按照国家机关法规，肺结核病人及疑似病人应从各级医疗卫生保健单位（包

括各级各类医院、乡镇卫生院、个体诊所等) 转至当地结核病防治机构进行统一治疗和管理。 各级医疗保健单位, 个体诊所应按照《中华人民共和国传染病防治法》乙类传染病管理的要求做好对活动性肺结核病的疫情报告及肺结核病人的归口管理工作。

五. 为何肺结核病人必须到结核病防治机构就诊?

为加强结核病人的规范治疗和管理, 要求各级医疗卫生单位要将肺结核病可疑者和肺结核病人转至结核病防治机构进行统一的检查、督导化疗与管理。许多医院的医生和病人对此规定不理解, 难道医院不能治疗结核病吗? 回答是肯定的。因为结核病的正规彻底治疗必须有 6—8 个月的疗程, 且需要多种药物联合使用, 才能彻底治愈。因此, 世界卫生组织提出的现代结核病控制策略要求病人每次服药均要在医务人员的面视下服用, 以保证尽可能地治愈所有的结核病人, 减少结核病的传播。

而绝大多数结核病病人首诊于综合医疗机构, 综合医院因其本身的工作特点, 很难形成医生与病人间的固定联系, 难以实现对结核病人治疗全过程的督导管理, 很多病人由于病情好转或药物副反应而私自停药, 或由于经济原因等私自购买便宜的劣质药品, 难以得到科学规范的治疗, 滥用抗结核药品的结果是产生了大量耐药结核病人, 增加了结核病的治疗难度。

另一方面, 我国的大部分地市县都有健全的结核病防治专业机构, 能够落实病人的全程督导化疗, 因此我国提出了充分利用现有的基层结核病防治网络, 将结核病人归口到结核病防治机构统一治

疗管理，以利于“DOTS 策略”的实施。在我省，结核病防治专业机构绝大部分都设在县（市）疾病预防控制中心或卫生防疫站。

六．怎样预防结核病？ 结核病主要是通过吸入传染性肺结核病人咳嗽，大声说话时喷出的飞沫而感染。日常生活中要注意预防，以免感染。

结核病是呼吸道传染病，结核病人不要面对身边的人大声说话咳嗽，不要随地吐痰。 1．及时发现结核病可疑症状并及早治疗。

2．患者家属接受结核病相关检查。

3．初生婴儿进行卡介苗预防接种。

4．注意居住地所通风和环境卫生。

5．注意营养和休息，并适当运动。

导学反思：

第九课 流行性感

导学目标：通过学习有关内容，让同学们清楚当前是流感发生的多发性季节病，认识流感的重要性，一旦遇到感冒发烧应该及时治疗，采取措施，做到早发现，早治疗。

导学时数：一课时

导学过程： 从目前我市也逐渐进入季节性流感高峰期谈起。说一说流行病学特征，以及临床表现，做到早发现早治疗，同时学会一些预防措施。

一、导入 流感是由流感病毒引起的，分为甲、乙、丙三种类型。其中甲型流感病毒约每隔十年发生一次变异，继之会发生世界性大流行。是为常见的呼吸道传染病，有很强的传染性。型与型之间无交叉免疫力，发病后全身症状严重而上呼吸道症状较轻。流感一年四季都可流行，一般多在冬春季节，而大流行多数从夏季开始。而我国南方每年的3月至7月的是发生季节性流感的多发性季节，目前我市也逐渐进入季节性流感高峰期。

二、流行病学特征

发病突然，发病率高，常呈暴发流行并多次反复。病人是主要传染源。传播途径病毒随咳嗽、喷嚏、说话所致飞沫传播为主，通过病毒污染的茶具、食具、毛巾等间接传播也有可能。传播速度和广度与人口密度有关。

三、临床表现

潜伏期 1—3 天，起病急，症状为高热、畏寒、头痛、乏力、鼻炎、咽痛和咳嗽、全身酸疼，体温高达39—40℃， 2—5 天后热退，开始出现呼吸道症状。可分为三型：1、单纯型：最常见，症状如上所述，病程约一周。

2、中毒型：全身中毒型症状严重，具有脑炎、脑膜炎或中毒性心肌炎等临床表现。3、肺炎型：老幼患者及有慢性基础疾病患者易发生本型流感，可由流感病毒引发，也可继发于细菌性肺炎。

四、治疗

1. 一般治疗。卧床休息，多饮水，流质或半流质饮食，保持鼻腔清洁

2. 对症治疗。高热烦躁者，给解热镇静剂，高热持续伴呕吐、食欲差，适当静脉补液，并辅以物理降温。

3. 抗病毒治疗。病毒唑、板蓝根、金刚胺等。

五、预防措施

1. 早期发现，及时隔离治疗。

2. 药物治疗，中草药、大剂量 Vitc.

3. 疫苗预防，减毒活疫苗、灭活疫苗。在流感流行季节前接种流感疫苗也可减少感染的机会或减轻流感症状。

4、保持良好的个人卫生习惯及环境卫生

5、做到勤洗手，洗手时使用肥皂或洗手液并用流动水洗手，不用污浊 的毛巾擦手。双手接触呼吸道分泌物后（如打喷嚏后）应立即洗手。

6、打喷嚏或咳嗽时应用手帕或纸巾掩住口鼻，避免飞沫污染他人。流感患者在家或外出时佩戴口罩，以免传染他人。

7、均衡饮食、适量运动、充足休息，避免过度疲劳

8、每天开窗通风数次，保持室内空气新鲜。

9、在流感高发期，尽量不到人多拥挤、空气污浊的场所；不得已必须去时，最好戴口罩。

六、小结：

流感并不可怕，每年都会发生，但我们要做到的是保持良好的个人卫生习惯最重要。认识区分普通感冒和流行性感（简称流感），流感是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病。病毒存在于病人的呼吸道中，在病人咳嗽、打喷嚏时经飞沫传染给别人。流感的传染性很强，由于这种病毒容易变异，即使是患过流感的人，当下次再遇上流感流行，他仍然会感染，所以流感容易引起暴发性流行。那么我们就做到平时注意锻炼身体，增强体质

第三单元 安全生活

第十课 注重家庭安全

导学目标：让学生明白家庭用电常识，安全用电

导学重点：懂得安全用电常识 导学难点：懂得安全用电常识

导学过程：

一、 案例分析

二、 家庭安全的方方面面

三、 家庭安全需要注意生活细节

1、 在烹饪师不要随意离开厨房，用完燃气后立即关闭总开关

2、 有条件的家庭应安装烟雾报警器，并定期检查报警电池

3 家庭电话旁设“119”报警卡和其他紧急联系电话号码簿，并

写上详细家庭住址。 4、家庭灭火器既可放在厨房等火灾易发

地，也可放在卧室等方便拿取处

5、家庭取暖器等家用电器在临睡前应关闭电源或设置自动关闭
时间

6、打火机，烟灰缸等容易引起火灾的物品应远离卧室，尤其是
床边

7、雷电天气最好不接打电话，确实要接打电话应使用“免提”
方式

8、不在室内或阳台上燃放鞭炮，更不能将点燃的鞭炮向门窗外
乱扔

四、安全用电——让我们的生活充满光彩

五、安全用气——让我们的生活更加舒适

六、安全用气隐患及其处理

七、安全用气七项注意

1、注意通风

2、注意安全

3、注意点火

4 注意安全

5、注意跑气

6、注意灭火

7、注意报警

八、安全调查 家庭用电安全自查

导学反思：

第十一课 防范校园暴力

导学目标

引导学生认识和了解校园暴力，学会必要的应对措施

引导学生认识语言暴力的危害，规范个人言行

引导学生正确处理同学之间的矛盾和纠纷

教师准备

搜集、查阅相关校园暴力的资料等。制作课件，显示相关案例等内容

学生准备 搜集身边的校园暴力事件

导学注意事项 从学生身边入手，进行正面教育 要让学生认识到：同学之间要和睦相处，不要激化矛盾

导学设计

一．以学生为源，从“我”导入

课件显示本科案例及查阅相关资料，让学生讲述自己身边的类似案例。提问：当时你是怎么处理的？

师：从这些案例中你等到了什么启示？（远离校园暴力，正确处理暴力事件）

二．掌握方法，反思自我

课件展示“校园暴力”定义，阅读、理解： 校园暴力是指发生在校园内外、由学生、教职员工或校外人员针对学生生理或心理实施的、达到一定伤害程度的侵害行为 问题：如果遇到校园暴力，

我们应该怎么办？

课件出示图片 师：让我们一起来看看下面这几位同学是怎么做的

（1）刘强拿着足球在操场上玩，由高年级的大同学要抢他的球。刘强灵机一动，装出很害怕的样子，讨好的说教师里还有一个新买的足球，要把那个新的送给他们，大同学就放他走了

（2）放学时，李刚在校园一角被几个高年级的学生拦住要零花钱，李刚说钱放在教室里，并劝他们不要这么做，然后趁他们不注意，跑到老师的办公室里。

（3）课间，王园高兴地踢着毽子，高年级的同学向她要，她装出要跟她们一起玩的样子，然后用眼神暗示旁边的同伴同学，让同学赶快去告诉老师。结果，老师及时赶到解决了问题。

问：这几位同学的处理方法得当吗？谈谈自己的看法

怎样避免打架斗殴？在学生讨论的基础上，教师加以概括，并板书：

（1）不要帮同学出气打架 （2）不要“以牙还牙” （3）懂得谦让

“天天提醒” 在阅读的基础上理解

什么是语言暴力？语言暴力会带来哪些伤害？

（1）语言暴力，就是使用谩骂、诋毁、蔑视、嘲笑等侮辱歧视性的语言，或者使用肮脏污秽、奚落挖苦、刻薄侮辱的语言，使他人人的精神和心理遭到侵犯和损害

（2）讨论：语言暴力的危害

师总结：丧失生活的勇气、厌学、逃学、犯罪、自杀等 师：请同学们自我反思，有没有发生过语言暴力的情况？

集体制定“文明礼貌用语”，要求简洁明了。同学们要避免去伤害他人，解决同学之间的矛盾，同学之间要和睦相处

三．拓展延伸，加深认识

读读下面两个案例，想想会产生什么样的后果，将你的看法写出来

杨岳是个非常要强的孩子，家庭条件也很好，学习成绩始终是年纪里的前几名，唯一

让他头疼的是自己的个子很矮，班里的同学总是以此取消他“小不点儿”。为此，他很生气。

张小力将同学王天刚新买的 MP3 借去一个多星期，王天刚要求张小力还。张小力说：让我再听一周吧。王天刚不同意。无奈之下张小力只好归还了 MP3，心理却很不痛快。放学后，张小力叫来几个人，强行扭住王天刚，把他推进了女厕所。王天刚急了，同张小力打起来。

我的看法：

我的对策：

导学反思：

第十二课 体育运动安全

一、导学内容：学生体育运动安全常识

二、导学目标

1 、认知目标：了解运动伤害事故的防范常识。

2 、技能目标：知道运动伤害事故的防范方法，学会一些科学锻炼身体的方法和自我保护的技能。

3 、情感目标：对安全科学的锻炼身体有认识，有自我保护意识。

三、导学的重点、难点：

重点：知道体育运动的安全注意事项。

难点：体育运动安全意识得到深化，能在今后的体育活动中自发的运用。

四、教法与学法：

1 、让学生自主探索、想象、发现、寻求答案。

2 、启发、诱导学生进入导学情景，以学生为主体，让学生结合自己的体育锻炼经验以及活动经历突出导学的重点和难点。

五、课型：体育与健康室内理论研讨课

六、导学时间：

七、导学课时：一课时

八、导学过程：

（一）导入 1 、导言：同学们，你们看过足球比赛么？有什么

感受？有没有危险呢？（1）学生各叙己见。

（2）教师归纳出示课题。

2、引导学生自主探索：体育课与体育活动应该注意那些安全事项？

学生讨论交流，各自发表。

（二）学习新知识

1、运动前的注意事项

（1）检查自己的身体情况

参加体育活动，首先要了解自己的身体状况，要学会自我监督，随时注意身体功能状况

变化，若有不良症状要及时向教师反映情况，采取必要的保健措施。切忌有心脏病或其他不适合参与体育活动的疾病而隐瞒病情，勉强参加活动。

学生有以下疾病或症状，禁止参加体育活动：

- ① 体温增高的急性疾病；
 - ② 各种内脏疾病（心、肺、肝、肾和胃肠疾病）的急性阶段；
 - ③ 凡是有出血倾向的疾病，如肺及支气管咳血，鼻出血，伤后不久而有出血危险，消化道出血后不久等；
 - ④ 恶性肿瘤；
 - ⑤ 传染病及慢性疾病，如乙肝等。
 - ⑥ 患有心脏病、高血压等疾病的学生，禁止参加长跑等长时间剧烈运动的项目锻炼
- （2）检查场地和器材

要认真检查运动场地和运动器材，消除安全隐患。要注意场地中的不安全因素，如场地是否平整，要清除石头土块；检查沙坑的松散度、是否有石子杂物等；检查体育设施是否牢固安全可靠，器材的完好度等。不冒险，确保自身安全。

（ 3 ）做好运动准备

要穿运动服装、运动鞋，不要佩戴各种金属的或玻璃的装饰物，不要携带尖利物品等。做好热身准备活动。

为什么要做热身准备活动？（合作探究）

就是要克服内脏器官在生理上的惰性，以减低运动伤害发生的机会。

运动前不重视做准备活动，或准备活动做得不充分、不正确、不科学，是引起运动损伤的重要原因；准备活动不充分，肌肉、内脏、神经系统机能不兴奋，肌肉供血量不足，在这样的身体状态下进行活动，动作僵硬、不协调，及易造成损伤。

如果突然进行剧烈运动，就会出现心慌、胸闷、肢体无力、呼吸困难、动作失调等现象。

2 、运动时的注意事项

（ 1 ）要掌握动作要领

在体育锻炼活动中，了解和掌握动作要领及方法，不仅能够在运动过程中发挥好技术动作，达到体育锻炼的目的，而且还能消除心理上的恐惧，增强自信心，避免不必要的伤害。

（ 2 ）要正确使用器材

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：[h
ttps://d.book118.com/525013132244011331](https://d.book118.com/525013132244011331)