

2023年青春期卫生健康教育讲座 卫生班会讲卫生班会教案(汇总7篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

青春期卫生健康教育讲座篇一

二、班会主题：搞好班级卫生

三、班会目标：

- 1、通过本次班会，明确搞好卫生的重要性。
- 2、制定出具体的搞好卫生的计划、措施。
- 3、让班级卫生面貌焕然一新。

四、班会主持人：于春映(卫生委员)

五、班会方式：合作讨论，各抒己见。

六、参加人员：全班同学、班主任。

七、班会程序：

(一)复习：

同学们，上节班会的主题是《班级盛开友谊花》。通过班会，全班同学增加了友谊，同学之间互帮互学的友谊之花盛开。

出现了可喜局面。今天，我们在开一节班会，主题是《搞好班级卫生》。

板书主题：怎样搞好班级卫生

(二) 导入：

1、看小品：放录像对比：

(1)、放一个环境整洁的教室：一个班级课桌整齐，窗明几净，墙上《小学生守则》整齐排列，地面洁净无物，一尘不染。同学们个个精神焕发，活泼可爱。

(2) 放一个垃圾场镜头：污秽之物流淌，废纸遍地，尘土飞扬，蚊蝇乱飞。蛆蛹遍地。(画外音，恶臭难闻，令人作呕)

2、评录像：

(1)、说出教室整洁的情况。

(2)、说出垃圾场的肮脏情况。

(3)、两相对比，哪种情境适宜人生。

(4)、谈出感受。

(三) 展开：高潮。

1、主持人宣布班会开始。

2、主持人讲名人讲卫生的事例：作家老舍先生虽有腿病。但每天坚持打扫室内、院子，稿子中有废掉的，宁肯起身走几步丢进纸篓。

3、学生举出名人讲卫生的例子：毛主席很讲卫生，他烟抽得

很厉害，但从没乱丢一个烟蒂，甚至烟灰都不掉到地上。

4、谈出本班室内、卫生区现状；

(1) 成绩方面：地面干净……

(2) 不足之处：维持干净的时间短……

5、指名说出个人的卫生状况(习惯方面)

6、集体交流、总结：

(四)结束：

1、各人根据交流，整理出适合自己实施的具体措施，条款。

2、卫生委员整理写出倡议书，张贴教室。号召同学从我做起，搞好班级卫生。

(五)总结：

同学们，这次班会开得非常成功，同学们发现了优点不足之处，并制定了可行的措施。愿同学们从我做起，从现在做起，搞好我班卫生。

(六)作业：

1、 班级卫生从我做起。

2、 互相监督，揭发违纪。

青春期卫生健康教育讲座篇二

大家晚早上好，有人说青春是一瓶可乐，激情而澎湃；有人说青春是一杯绿茶，馥郁芬芳；也有人说青春是一杯白开水，在平淡中默默耕耘；而我要说，青春是一支神奇的画笔，画出青春的绚丽，画出梦想的轮廓，画出青春与梦想在岭南的土地里萌芽，开花并结果。

在极速发展的社会中，在事过境迁的现实里，青春是我们拼搏的资本；在忙碌无常的生活中，在钢筋水泥的建筑物里，梦想是我们奋斗的'动力！青春一瞬即逝，或许在你的一眨眼间，青春的列车已经轰轰隆隆的从这一站驶向了下一站；青春如沙，在指尖慢慢流逝，当你发现青春流逝完的时候，岁月的伤疤已在你的身心结下了疤痕，屈原有言“百金买骏马，千金买美人；万金买高爵，何处买青春？”李大钊说“青年者，人生之王，人生之春，人生之华也”古人又言“有智者，事竟成。破釜沉舟，百万秦关终属楚，苦心人，天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。”所以，把握青春，把握年华，我们尽情地举起梦想的双手，在岭南的花季里，实现梦想。

残奥会游泳冠军何军权以隐形的双臂战胜了众多对手，站在世界冠军的舞台上，他的故事让每个人心灵深受震撼，感动了中国，感动了世界！我们不禁要问，为什么一个无臂残疾人也可以实现自己璀璨的梦想？何军权说“我要在我仅有的青春里做正确的事，超越自己”他把握了自己的青春，以有限的青春，实现辉煌璀璨的奥运冠军的梦想，留给我们无限的遐想与佩服。

反观我们，我们有青春，我们有梦想，我们更加有岭南的默默支持，那我们还在等什么？也许你还在挣扎人生得失，徘徊于高考失败的边缘，或是苦苦等待，但请记住，其实这一切都不重要，重要的是我们拥有青春，我们拥有梦想！

爱迪生曾经说过：拥有梦想者方能在革命的暴风雨中奋斗！

我们要做有梦想的人，要学会面对。海明威曾经说过：人可以被毁灭，但决不能没有梦想。面对大学，我们要自强不息、坚强不屈、顽强拼搏。路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。在前进的道路上，我们在哪里跌倒，就要在哪里爬起来，做个永不被打败的人！做个把握青春的人！

我要告诉所有的人，“青春的号角已经吹响，梦想的烽火已经点燃，我们指点江山，激扬文字，并且用青春的年华载着青春的梦想，青春的我们在青春的芬芳里拾梦岭南。

青春的我们在青春的芬芳里拾梦岭南。

青春期卫生健康教育讲座篇三

1. 知识与技能目标：通过学习培养学生们的良好饮食行为习惯和安全预防。
2. 过程与方法目标：学习相关食品安全知识，通过图片与文字结合。
3. 情感态度与价值观目标：引导学生树立正确的食品安全意识，增强学生安全知识，提高学生食品安全自我保护能力。

增强食品安全知识，能够认真看待食品安全并保护自己。

通过学习真正把食品安全意识记心中，在生活中运用。

（导入、新授课、巩固练习、课堂小结、作业布置、板书设计等）

导入：

提出问题：大家喜欢吃的食物有哪些？你认为什么样的食物属于安全的，今天咱们就一起来学习一下食品安全如何预防。

讲授新课

1、前提：食品安全一直是全民关注的话题，而对于我们学生，我们更要注意食品安全，因为它关系到我们的身体健康，也关系到我们的学习成绩。

2、什么是食品安全？

食品无毒、无害，符合应当有的营养要求，对人体健康不造成任何急性、亚急性或者慢性危害。

3、同学们身边熟知的不安全食品？

路边摊点：不健康包子、烤串、鱿鱼、串，死猪肉等。

4、大家喜欢吃的这些食物分析？

从危害度、公众喜欢程度、危害信息去分析。

5、食品中添加的哪些化学物质会危害我们的身体健康，对该问题进行逐步的剖析。

6、根据案例对食物安全的重要性进行分析。

7、食物中毒的内容：

(1) 细菌性食物中毒，真菌中毒。

(2) 有毒动植物食物中毒。

(3) 化学性食物中毒。

8、如何注意食品安全？

认识安全的食品、购买有正规标志的食品、选择正规商店、

选择安全卫生的餐馆。

巩固练习：

- 1、同学们之间进行学习，探讨日常生活中如何调理自己的饮食。
- 2、知道哪些食谱并与大家分享。

课堂小结：

- 1、食品安全的含义。
- 2、对大众喜欢吃的食品应该进行系统的认知，并有效的预防。
- 3、对危害我们身体健康的食品添加化学物质进行分析。
- 4、对食物中毒的认识并预防。

作业布置：

将本节课知识点进行整理，下节课进行提问。

板书设计：

安全卫生知识——食品安全预防

- 1、问题导入
- 2、前提条件
- 3、食品安全的含义
- 4、身边熟知的不安全食物

5、对不安全食物进行系统的分析探讨

6、发生食品安全问题案例分析

7、食物中毒内容

8、如何有效的预防食品安全

教学设计

时间分配

导入：

以问题进行导入，让学生思考，谈感受5分钟

新授课：

教师对食品安全预防的知识进行详细的讲解20分钟

巩固练习：探讨研究并笔记10分钟

课堂小结：学生讨论，小组合作探究，教师讲解7分钟

作业布置：将作业布置下去3分钟

青春期卫生健康教育讲座篇四

“讲卫生”是社会主义精神文明建设的一项重要任务。对于二年级的学生来说，他们都知道要讲卫生，但是要求学生知道讲卫生是文明行为，并且具体地该怎样去做，就有一定的难度。普遍的学生缺乏卫生习惯、卫生知识和卫生素质。长此下去，势必会影响少年儿童整体素质的提高，影响学生德、智、体、美、劳的全面发展。因此，有必要利用队会时间向全班学生宣传卫生方面的常识，用小故事、科学数据等形式，

使学生认识到讲究卫生的重要性，在全班学生中形成“以讲究卫生为荣，以破坏卫生为耻”的良好舆论氛围。

设计理念：

活动目的：让每个学生不仅知道个人卫生的基本要求，同时还懂得爱清洁、讲卫生是文明行为，使学生愿意做个讲卫生的好孩子，培养学生从小养成爱清洁、讲卫生的好习惯。

活动准备：

- 1、有关图片
- 2、资料收集
- 3、版面设计
- 4、节目编排
- 5、课件制作

活动形式：小品、故事、讨论等

活动过程：

中队长：队员们，活动就要开始了，请各小队汇报人数。

（各小队长向中队长汇报人数，中队长向辅导员老师报告人数）

中队长：接受你的报告。

中队长：报告辅导员老师，本中队应到人数，实到人数，报告完毕。

辅导员：接受你的报告，预祝今天的活动取得圆满成功。

中队长：稍息，立正。出旗——敬礼

中队长：唱队歌。

中队长：坐下。下面有请主持人主持今天的活动。大家欢迎！

甲：三月的空气格外清新。

乙：三月的春光充满活力。

甲：在这万物复苏的三月，我们关注与我们息息相关的课题。

乙：在这花的海洋的三月，我们共同架设卫生健康环保之桥。

合：尊敬的各位领导，老师，同学们，大家好！我们班《我讲卫生，我健康》主题队会现在开始。

甲：我们现在正是长身体，学知识的重要阶段，要想成为一名健康、聪明、讲卫生、有教养的学生，平时就要养成良好的卫生习惯。

乙：有的同学对这一点认识不足，觉得卫生习惯好坏无关紧要。

乙：良好的卫生习惯并不是小事，它能反应一个人的精神面貌。

甲：讲究卫生，人美景美，环境美。

乙：携手健康，生命之树，春常在。

甲：是的，卫生与健康同性。然而，在生活中，不难发现这样的邋遢大王。

乙：请听歌曲《邈邈大王》（播放歌曲）

甲：同学们喜欢邈邈大王吗？为什么？（学生自由发表看法）

（听完歌曲后）

乙：预防传染病其实并不难，我们每个人只要做到以下要求，就会远离疾病或传染病：（课件出示）

a□早晚刷牙和洗脸。

b饭前便后要洗手。

c睡前洗脚。

d勤洗头，勤洗手，勤剪指甲。

e生吃瓜果要洗净。

f不喝生水，不吃零食。

g保护眼睛不躺着看书。

甲：你说得对，我们就是要做一个讲究卫生的好孩子。

甲：请同学们帮他们分析一下肚子疼的原因。（学生讨论分析）

（放图片）

乙：我们的手看似干净，其实上面布满了细菌。手经常会摸很多东西，有很多细菌。有人计算过，一只手上有4—40万个病菌。再加上指甲缝里的隐藏的细菌，那就更多了，他们随时危害着我们的健康。

甲：手的卫生很重要，一定要勤洗手勤剪指甲。如果手脏了不洗干净，既影响健康，和别人交往时也不文明。希望同学们要做一个讲卫生的好孩子，养成良好习惯。

乙：邋遢大王可真是吃到不讲卫生的苦头了，但邋遢大王他终于知道了不讲卫生的坏处，那他是怎样成为卫生标兵的，小品里面没演，我们同学谁能补充一下？（学生自由发言）

同学交流怎样养成良好的卫生习惯

学生1：他饭前便后要洗手了。

学生2：他会经常洗澡了

学生3：他不会喝生水了，不会再吃不干净的食物了。

学生4：饭后不马上剧烈运动了。

.....

甲：我也喜欢吃零食，难道吃零食对我们有害？

乙：请听同学带来的《零食的自述》（生讲故事）

附《零食的自述》

小明同学：

你好，我先向你道声对不起，因为我是让人又爱又恨的油炸食品。我虽然很好吃，但我不利于你的健康成长，因为我是十大垃圾食品之一，为了你的健康，请不要再吃我哦！

我可在食品界有着响当当的名声哦，是世界上数一数二的受欢迎的食品之一。我还有许多手下如薯条、薯片等，都是些油炸食品。有些同学几乎都把我当成了早、中、晚餐，不吃

饭，一个星期吃好多包，把声音都给弄沙哑了。其实我对你们的身体有很大的危害，虽然我很好吃，但比起水果这些营养食品，我可差多了。其实很多家长认为，都是我们的错。其实是孩子的自制力不够强而已。

小明啊！为了你的健康，请你离开我吧！你的体重已经严重超标了，如果再不在意，你就会营养不良，引发身体上的很多毛病，为了你的未来，请不要再吃我了。

希望你能早日摆脱我的诱惑，祝你身体健康，学业进步！

甲：听了故事，你想说什么？（生自由说）

一边拍手一边念：

食品安全真重要，病从口入要记牢。

良好习惯要养成，挑选食品有学问。

三无食品莫食用，有害物质在其中。

小摊小贩莫相信，过期食品不食用。

变质食品认得清，油炸食品少食用。

饮料冷饮要节制，多喝开水益无穷。

乙：希望大家在今后的生活中牢记，做到健康饮食。

甲：我们现在正是长身体，学知识的重要阶段，要想成为一名健康，聪明，讲卫生的学生，平时就要养成良好的卫生习惯。

乙：你还知道我们读书学子有哪些讲卫生的好习惯？比如读写卫生？

甲：读写卫生：眼离书本一尺远，身离桌子一拳远，手离笔尖一寸远。

乙：用眼卫生呢？

甲：：不要在强光下看书，不要在行走的车上看书，不要躺着看书，不用脏手揉眼睛。

甲：让我们把卫生知识牢记在心中。

乙：让我们把讲究卫生落实到行动。

合：今后，我们大家互相帮助，互相监督，做一个爱清洁、讲卫生的‘好孩子，让我们为创建一个卫生整洁的校园多做贡献。

甲：下面请我们班主任朱老师讲话。

师总结：看了你们每一个人的表现，老师很高兴。我们今天的队会开得很成功。这是我们全体同学共同参与、共同努力配合的结果。通过今天的班会课，使同学们知道了讲卫生的重要性。养成良好的卫生的习惯，要我们从小事做起，时时刻刻来完美自己的行为。记得有这么一句话：说到不如做到，要做就做最好！让我们一起努力吧！用我们的行动传播绿色，才能沐浴绿色。让我们行动起来争做卫生环保健康的好孩子！

甲：一节课的时间是短暂的，但讲究卫生的活动是长久的，健康的旋律是永恒的。

乙：让我们把今天的主题延伸到课外，延伸到校园，延伸到校外。

甲：习惯的养成是一个持之以恒的过程。养成良好的卫生习惯，建立清静、美丽的校园。让我们从自身做起，当新时代

的文明、幸福的小学生。

合：因此，为了我们的健康，为了校园的美丽，我们向全班同学发出倡议：

倡议书

同学们，健康是人生的第一大财富，拥有健康与快乐是我们一生的幸福！我们要从小学习卫生知识。从我做起，从身边做起，从现在做起，从点滴小事做起，讲究卫生，爱护环境，养成良好的卫生环保习惯，自我约束，相互监督。成为一名既文明又讲卫生的小天使，让我们的生活环境变得更加美好。

合：二（5）班《讲卫生，从我做起》主题队会到此结束。谢谢大家！

退旗：敬礼

青春期卫生健康教育讲座篇五

1、通过表演、讲故事、朗诵、智力竞赛等形式，使学生意识到我们周围的环境正在逐渐被人为地破坏，清楚环境的危机带给人类、动物、植物的危害。

2、增加学生的责任感，培养学生良好的卫生习惯，并发出倡议，保护环境。

二、活动准备

排练小品《环境保护，人人有责》、散文朗诵《节约用水》

三、主题班会实录

(队仪式略)

主持人甲乙：各位同学，各位老师，下午好！二1环保主题会现在开始！对在座的老师和同学的参与我们表示最热烈的欢迎！

甲：李建坤，你知不知道环保对人类的重要呢？

乙：知道，现在污染环境正是对人类的最大的危害。

甲：来个环保知识智力竞赛吧。

回答问题：

2、你家的药箱里有许多过期的药，你会怎么办？

3、如果你家楼上有人扬石灰，你会怎么办？

5、在学校里，你一不小心踩到香蕉皮，摔了一跤，接着你会怎么做？

6、用20秒的时间，让老师提出一个关于环保的题目，同学们回答。

甲：接下来让我们评比我们班的“最佳劳动奖”和“最佳环保奖”。他们是谁呢？谁都不知道！现在有请四位组长评比一下。

(颁奖仪式)

乙：恭喜李雪怡同学荣获“最佳劳动奖”，恭喜徐扬同学荣获“最佳环保奖”，甲：向你们表示最衷心的祝贺！

乙：同学们，让我们学习他们的精神吧！

甲：现在进行游戏：《快乐在其中》，看一看示范员是怎么做的吧！

乙：我来宣布游戏规则：

- 1、每组各派两人参加比赛。
- 2、一个人拿袋子，另一个拿球，进行比赛。
- 3、拿球的同学，背对着，拿袋子的同学，进行投球。
- 4、两人在线内进行比赛，超线者此球不算。
- 5、以落入带子中的球数多少来决定胜负。

甲：我们玩得真开心，让我们一起听听徐扬同学写的一篇关于环保的原创散文《节约用水》。

乙：没想到，她的文章真棒呀！一定和她丰富的环保知识分不开吧。

甲：那么同学们，通过今天的这个班会，你对环保有什么新的意识？说一说吧！（学生自由讨论，自由发言）

乙：同学们说得真不错，让我们记住：环保对家庭、学校、社会、世界，都是那么的重要！

甲：让我们一起爱护周围的环境吧！

甲乙：预备二1中队环保队会到此结束！

整队、辅导员讲话、呼号、退旗。

青春期卫生健康教育讲座篇六

- 1、知道食品卫生与饮食安全相关知识。
- 2、了解在学校应注意的一些食品方面的安全。

以问答、竞赛、游戏为形式，以竞赛小组为单位。

- 1、让学生查阅食品卫生方面的资料，以备小组交流，做好参赛准备。
- 2、制作道具、准备奖品。
- 3、选定主持人和参赛队员，搞好班级布置。

竞赛规则

- 1、全班同学除6名评委和一名主持人外，其余分两组，每组指派4人作为代表进行比赛。
- 2、在活动过程中尊重参赛同学和评委，不能大声喧哗，中途不能无故离开座位，整个活动时间为40分钟。
- 3、在比赛的每一个环节，都要听清主持人所说的答题注意事项，再进行答题。
- 4、竞赛结束后，当场公布比赛成绩，颁发奖品。

1、预防食物中毒，首先要讲究个人卫生，做到勤洗澡、勤洗衣服、勤剪指甲、勤理发，勤换床单和被盖（一月一次）。

2、保持教室、宿舍及环境的清洁卫生，养成饭前便后洗手、不暴饮暴食的良好习惯。

3、做到“六不吃”：不吃生冷食物、不吃不洁瓜果、不吃发霉变质食物、不吃未经高温处理的饭菜、不喝生水、不吃零食。

4、要从食品标签上注意识别食品质量，选择安全的食品是守住“病从口入”的第一关。

主持人：下面进行第一个环节。这个环节是必答题，每道题目都有4个选项，其中只有一个正确。每个小组回答一道题目，答对加3分，答错不扣分。

1、绿色食品指什么食品□□c□

2、哪些食物不能一起吃□□a□

a□豆腐和菠菜 b□葡萄和苹果 c□面包和牛奶 d□馒头和豆浆

主持人：好了，第一回合的比赛就到此结束，现在让我们一起来看看得分情况吧！

主持人：下面要进行第二轮的比赛，同学们加油呀！这一轮的比赛是抢答题，同学们只要回答是或不是、能或不能。在我问完题目后，就可以举手抢答。每答对一题加3分，答错不扣分。举手抢答者答错后不再继续抢答，直接进行下一题的抢答。

1、发霉的花生能吃吗？（不能）

2、油炸的食物是不是可以常吃？（不是）

3、方便面是不是可以作为主食？（不是）

4、我们是不是可以天天吃快餐？（不能）

5、能空腹喝牛奶吗？（不能）

主持人：现在是辩论赛环节。小组讨论（可以离开座位和组内其他成员进行讨论交流），每组派一个代表说出你们的意见和结论，组内其他成员可补充。说得好的小组加5分，次之加3分。

青春期卫生健康教育讲座篇七

1) 通过教学让学生了解到看电视应注意的问题。

2) 让学生了解怎样注意看电视的卫生。

让学生了解怎样注意看电视的'卫生。

怎样注意看电视的卫生。

1课时

一、谈话启发，引入新课。

二、学生讨论：你电视对我们眼睛的影响吗？我们应怎样预防？抽取相关的学生作发言。

三、启发引导，教学新课。

(1) 谁知道自己为什么要注意看电视时的用眼卫生？

(2) 通过观察图片及视频了解怎样注意看电视时的用眼卫生。

(3) 提问：图中的小朋友这样看电视对不对？为什么？

(4) 结合插图，教会学生怎样注意看电视的用眼卫生。

四、讲讲自己以后应该怎样做？

五、课外活动：与父母商量如何才能预防看电视对眼睛造成的伤害。

板书设计：第三课看电视的卫生屏幕的位置略低于两眼的水平线与屏幕的距离至少保持两米远观看时间不超过两小时，中间有半小时的休息室内光线不要太暗，荧光屏亮度不要太

强，坐姿正确，不躺着看电视。

教学后记：通过教学让学生了解到看电视的用眼卫生。