

# 最新预防常见病班会教案(优质5篇)

作为一位兢兢业业的人民教师，常常要写一份优秀的教案，教案是保证教学取得成功、提高教学质量的基本条件。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

## 预防常见病班会教案篇一

主题：预防肥胖

主题班会目标：

- 1、了解什么是肥胖，了解如何预防肥胖。
- 2、了解肥胖和营养不良的危害。班会过程：

现状：近年来,中学生肥胖的人数呈上升的趋势，究其原因，除了一些中学生肥胖是因内分泌失常、神经系统疾病、长时间服用激素药物或遗传等因素引起之外，主要原因是由于饮食、生活习惯造成的，现在的中学生，特别是独生子过于肥胖，是由于中学生从食物中摄取的热量超过了生长发育和日常活动所需消耗的热量，多余的热量在体内转变成过多脂肪储存起来形成肥胖，即营养过剩。

中小学生学习时期是由儿童发育成青年人的过渡时期。青春发育跨越中中学生两个年龄段，是生长发育最为关键的阶段。青春发育开始的年龄在男女孩子之间是不同的，女孩子比男孩早，一般在10岁左右开始，17岁左右结束；男孩一般在12岁前后开始，22岁左右开始。在这个时期体格生长加速，身体各系统逐渐发育成熟，是人一生中长身体、长知识最关键的时期。中小学生学习生长发育迅速，新陈代谢旺盛，所需要的能量和各种养素的数相对要比成年人高。如果饮食不合理，营养摄入不均衡，就会出现一些营养问题，从而影响他们正常的生长

发育。

肥胖对健康有以下影响：

增加负担，使人感到活动不方便。肥胖者一般又不愿意活动，结果肥胖更加严重。

增加心脏负担，造成缺氧。

肥胖的人得脂肪肝、心血管疾病、某些癌症的危险性明显大于体重正常的人。

引起心理问题。肥胖的孩子往往成为同伴取笑、捉弄的对象，容易产生心理上的问题。一项调查显示，为数不少的中学生患上了高血压、糖尿病、颈椎病等成年人才患的病。专家指出，“成人病”提早光顾孩子，对孩子的身体发育和学习都会带来负面影响，家长、学校等各方面应该采取措施，让孩子健康成长。

龄化甚至儿童化的现象引起了医学工作者的担忧。

有关医学人士分析，营养过剩、运动不足是造成这种状况的主要原因。课业负担的日渐加重，学生们的双休日被各种培训班挤占，体育课则常常被其它课取代，室外活动时间少得可怜，运动越来越少，运动量远远跟不上身体成长的需求。

专家说，肥胖是滋生很多成人病的土壤。有关统计显示，脂肪肝在肥胖症孩子中发病率高达50%—60%，肥胖儿童患高血压的几率是正常儿童的三倍，肥胖还容易诱发血糖升高。

中学生如何预防肥胖

1、提高认识：充分认识肥胖对人体的危害，了解各年龄阶段易发胖的知识及预防方法。

2、饮食清爽：采取合理的饮食营养方法，尽量做到定时定量、少甜食厚味、多素食、少零食。

3、加强运动：经常参加慢跑、爬山、打拳等户外活动，既能增强体质，使体形健美，又能预防肥胖的发生。

4、生活规律：养成良好的生活规律是很有必要的，每餐不要太饱，合理安排和调整好自己的睡眠时间。

1、了解如何预防肥胖。

2、了解肥胖和营养不良的危害。

## 预防常见病班会教案篇二

提高学生遵纪守法观念和自我防范能力，增强学生的安全意识，使学生做到居危思安、防患于未然，度过一个平安、愉快的春节和寒假。

教育重点：

让学生清楚假期中哪些事不能做，哪些地方不能去，牢固树立“安全第一”的思想。

课前准备：

1、搜集以往在春节和寒假期间发生的不安全事例并画成图。

2、拟定假期安全注意要点。

课时：

1课时。

教育过程：

一、讲明安全守法的重要性，使学生牢固树立“安全第一”的思想。

1、谈话引入：紧张而又忙碌的一学期快要结束了，同学们盼望的寒假即将到来，在假期中你们不仅有了更多自己的空间和时间来放松一下，而且还要过欢乐喜庆的春节，你们可以走亲访友，可以穿新衣、放鞭炮……总之，这一段时间时你们一年中最轻松、最愉快的日子。但是这期间最容易发生一些不安全事故。现在就请几位同学介绍一下你们搜集到的在这一期间曾发生的不安全事例。

2、出示在以往寒假和春节期间发生过的不安全事例，并由画图学生介绍事例。

一：几名少年在游戏厅玩时，因游戏厅失火无路可逃而丧生。（略）

二：几名少年在燃放鞭炮时，一男孩被炸伤眼睛。（略）

三：几名少年在河上滑冰，一个小孩不幸溺水。（略）

四：一个小孩横穿马路，被车撞伤。（略）

五：一个小朋友在家中看电视，自己插电源不幸触电。（略）

3、小结：从以上几件事例中，我们应深刻认识到，在寒假和春节期间如果放松警惕，如果不懂得自我保护，就会酿成大祸，令自己和家长悔恨终生。因此，同学们无论是在家中还是外出，都要做到不安全的事不做，不安全的地方不去。

二、师生讨论：结合课前学生自拟的注意要点，共同制定具体的安全措施。

（一）在家中

- 1、不要接近和随便触摸带电物件，以防触电。
- 2、不要自己动燃气灶、热水器等，以防烫伤或煤气中毒。
- 3、不能沉迷上网和玩游戏。
- 4、不许参与迷信赌博及不利身心健康的活动。
- 5、不看黄色书刊、影视片和不健康网页。
- 6、注意饮食卫生，不暴饮暴食，防止食物中毒。
- 7、科学，合理的安排作息时间。

## （二）户外游戏

- 1、不到坑河滑冰。
- 2、不到偏僻、危险处玩耍。
- 3、不攀登电线杆、树木或高墙等。
- 4、外出乘车或过马路，由家长陪同，遵守交通规则。
- 5、到公共场所要遵守公共秩序，爱护公共设施，保护环境卫生。
- 6、不进网吧和游戏厅、歌舞厅。
- 7、放假期间一律不许到校活动。

## （三）介绍有关安全的知识。

- 1、认识防火、防电、交通标志。

- 2、记住119、110、120等特殊电话号码。
- 3、记住家中、父母、老师的电话号码，如遇危险情况尽快联系。
- 4、无论在家中还是在外边，如果是自己不得和陌生人说话。

三、学生共同制定寒假安全守法责任书并签字。（略）

四、教师总结：通过本次班会，同学们明白了安全守法的重要性，也知道了哪些事不能做，哪些地方不能去。希望你们加强自我保护，记住并认真按学校及本次班会提出的各项要求去做。

最后，祝同学们度过一个平安、愉快的春节和寒假！

## 预防常见病班会教案篇三

- 1、掌握艾滋病的基本知识。
- 2、了解我国艾滋病的发展情况，认识到问题的严峻。
- 3、掌握艾滋病的传播途径，增强自我保护意识。
- 4、了解生活中哪些行为不会传播艾滋病，消除恐惧心理。

x年级学生

学生交流和教师讲解。

比较浅显、比较实用的知识。

学生：课前布置学生自己上网查有关艾滋病的资料；以小组为单位编制3~与艾滋病有关的问题；每个小组想一句宣传预防

艾滋病的口号。

1985年6月，一位美籍阿根廷人，来中国旅游，因得了怪病住进北京协和医院5天发病后死亡，这是首先报告中国境内第一例艾滋病病人。

20xx年9月30日止，全国艾滋病病毒感染者共报告28, 133例，其中艾滋病病人1, 208例，死亡641例。专家估计□20xx年底，全国实际感染艾滋病病毒的人数已超过60万。艾滋病已经遍及全国31个省、自治区和直辖市。

2、学校预防艾滋病健康教育的内容：

1、有关艾滋病的基本概念如：什么是aid□什么是hiv(艾滋病病毒human的略称)?hiv这种病毒有哪些生物特性?等。

3、艾滋病的流行状况：

可重点介绍两方面。一是它在世界和中国的蔓延情况，如：

(1) 艾滋病被发现迄今仅20年，可已导致全世界7000多万人感染，300多万人死亡。

(2) 蔓延波及世界各国，我国各省区市也无一幸免；

(3) 我国已进入艾滋病快速蔓延阶段，截止20xx年底全国hiv感染者已超过100万。介绍目的是让学生认识：艾滋病就在自己身边；预防艾滋病工作已迫不及待，现在就应该行动起来。

4、艾滋病的严重危害

可侧重于以下内容：

(1) 尽管全世界的科学家都在日以继夜研究，但迄今为止还没

有找到可根治的药物，也没有能有效预防其发生的疫苗。

(2) 人一旦感染hiv□大多数将迟早发病、死亡。

(3) 艾滋病造成的损失不仅局限于个人，且牵连到家庭、子女和亲友。

(4) 艾滋病不是简单的疾病问题，而是危及人类生存发展的重大社会问题。它导致的社会发展迟滞、劳动力损失、医疗费用急剧增加，社会福利水平下降等灾难性影响，波及整个国家和民众。

## 5、艾滋病的传播方式

内容可分两类，具同样的重要性。

(1) 性接触传播。通过混乱的男女间、男性(同性恋)间的性交传播。

(2) 血液传播。通过输入被病毒污染的血液;使用未消毒的注射器;在纹身、穿耳朵眼、共用剃须刀等时使用污染的器械，因刺破皮肤或黏膜而感染。

(3) 母婴传播。母亲若感染hiv病毒，其所生婴儿有半数以上将在胎儿时，或通过母亲产道分娩，或出生后吃母乳而感染，绝大多数在5岁前死亡。其次，应明确告诉学生，一般日常生活接触不传播艾滋病。内容尽量具体，如：咳嗽、打喷嚏、握手、礼节性接吻;同在一个教室上课，一起吃饭，一起玩;共用电话、茶杯、马桶垫、游泳池、毛巾等;蚊子等昆虫叮咬;都不会传播艾滋病。懂得这些知识后，将使青少年明白艾滋病的传播途径明确，从而增强预防的信心;同时有助于消除对艾滋病的恐惧，转而向患者提供必要的关爱和帮助。

## 6、艾滋病的症状



下列概念和临床表现十分重要：

(1) 人感染hiv后，一般经历多年后才出现症状。他表面上可是完全健康的，但血液、精液和阴道分泌液中存在着大量hiv病毒，有很强的传染性。

(2) 若某人发生上述危险行为后，出现长期低热、体重急剧下降、盗汗、慢性腹泻和咳嗽、全身淋巴结肿大等症状，应注意排除艾滋病。

(3) 进入发病阶段后，患者体内免疫系统受到全面破坏，所以会出现肺炎、脑炎、结核、乙肝、病毒性疱疹、口腔霉菌感染等“条件性感染”（对正常人不会致病的病原体能在他们身上引起感染），以及恶性肿瘤等。

## 7、艾滋病的诊断

重点介绍两个概念。第一，因为不同hiv感染者的潜伏期（从感染到发病）长短不同，短则2-3年，长则10年以上。这段时间没有表面症状。若有怀疑应尽快到医院，通过hiv血清检测来确诊。这样做，不仅使自己能通过服用药物等，使生存期明显延长，且可避免使他人受害。第二，在感染hiv初期，可能因身体产生的hiv抗体数量还少，尽管已被感染但检测不出来。这段时间称“窗口期”。他应该一两个月后再去检测一次，真正确定是否感染。

## 8、预防措施：

(1) 遵守性道德，洁身自爱，不发生婚前和婚外性行为；

(3) 不输用任何未经检测的血液和血制品；

(4) 坚决拒绝吸毒，尤其不共用注射器静脉吸毒；

(5) 接受任何注射或验血，使用一次性器具；

(6) 不到未经许可的医疗单位进行注射、拔牙、针灸和手术；

(7) 不用未经消毒的器具穿耳朵眼、纹身、美容，不与他人共用牙刷、剃须刀等。

(1) 不随意泄露患者和感染者的姓名、地址和个人隐私；

9、交流宣传预防艾滋病的口号：《关爱他人，共享生命》。

## 预防常见病班会教案篇四

学习溺水安全的基本常识，培养有关防范意识。

教学目标：

1、了解有关溺水安全相关知识，感悟生命的可贵。

2、培养学生养成遵守防溺水安全的习惯，掌握溺水救护方法。

教学重难点：

重点：溺水安全自救与预防措施。

难点：溺水安全自救方法的指导。

教学准备：收集有关溺水的文字、图片资料，并制作多媒体课件。

教学形式：多媒体教学。

教学设计：

一、导入新课

【新闻回放】2011年4月24日下午，莆田市秀屿区东庄镇西温村小学2名学生，到笏石镇温东村下尾盐场附近一养虾池戏水时，不慎溺水死亡。2011年5月26日下午，重庆开县长沙镇再次发生这样的悲剧，当地陈家小学10余名小学生一起私自下河洗澡，结果4名男生溺亡。

(师)听了这个案例，我想在座的每一位同学心里都不会感到轻松。针对这起事件，你想到了什么呢?请同学们谈谈你的看法。

学生思考后举手回答自己的想法。

(小结)生命只有一次，每个人都应该注意安全，珍爱自己的生命。

(师)今天这节课我们就一起来学习预防溺水的相关知识(板书课题：防溺水安全教育)。

## 二、新课教学

### (一)溺水原因

在炎热的夏季，大家都想到河里或池塘里游泳。然而，因为缺少游泳常识而溺水死亡者时有发生。

【幻灯片放映】图片展示近六年全国0——14周岁儿童溺水死亡情况柱形图。(引导学生明白)溺水在所有意外伤害死因中所占的比重，6年来持续保持在一半以上的水平，趋势有增无减。图片展示近六年全国0——14周岁儿童溺水死因构成图，(让学生明白)溺水在所有意外伤害死因中的比例在半数以上。图片展示2011年4月24日下午，莆田市秀屿区东庄镇西温村小学2名学生，到笏石镇温东村下尾盐场附近一养虾池戏水时，不慎溺水死亡。2011年5月26日下午，重庆开县长沙镇再次发生这样的悲剧，当地陈家小学10余名小学生一起私自

下河洗澡，结果4名男生溺亡。据相关媒体报道，每年暑假，医院急诊科都会遇到大量因遭遇溺水意外事故求救的病例，而其中有相当一部分就因现场急救措施不得力而错失抢救时机，令人痛心。

学生思考后回答，教师根据学生回答作简要总结。

**【幻灯片展示溺水原因】**1、可能是在河道、水渠、池塘、水井、水池、水库中嬉水落水引起的;2、也可能是街道下水道无井盖，下大雨时看不清，致使人落入下水道，建筑工地水沟积水、开放性水域无明显警告标志和隔离栏;3、不会游泳，游泳时间过长，疲劳过度，在水中突发病尤其是心脏病，盲目游入深水漩涡。

(师)因此多学一些自救与互救的知识和技能，可以给自己与他人的生命多一份保障。下面我们就一起来学习有关专家对溺水致死原因和溺水症状的描述。

## (二)致死原因

**【幻灯展示】**据医学专家解释，溺水致死原因主要是气管内吸入大量水分阻碍呼吸，或因喉头强烈痉挛，引起呼吸道关闭、窒息死亡。

## (三)溺水症状

**【幻灯展示】**据医学专家解释，溺水症状主要表现为呼吸困难，嘴唇和指甲青紫，嘴唇和口鼻四周有泡沫，重者则昏迷或呼吸心跳停止。

## (四)如何自救

生作讨论后，师鼓励其列举各自想法。

(师)同学们所谈的想法都相当不错，我觉得刚才大家的想法可以归纳为以下两个方面。

### 【幻灯图片展示】

(1)发现溺水者如何将其救上岸。

1、可将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边。

2、若没有救护器材，会游泳者可以入水直接救护。接近溺水者时要转动他的髋部，使其背向自己(为什么?)然后拖运。拖运时通常采用侧泳或仰泳拖运法。

**【角色扮演】**学生按照以上方法，全班学生每2人分成一个小组，进行模拟演示，1人扮演溺水者，1人扮演救护者。抽几个小组轮流上台表演，其他同学细心观察，最后做出总结，并指出优点和不足。

(2)如何开展岸上急救

### 【幻灯图片展示】

**第一步：**当溺水者被救上岸后，应立即将其口腔打开，清除口腔中的分泌物及其他异物。如果溺水者牙关紧闭，要从其后面用两手的拇指由后向前顶住他的下颌关节，并用力向前推进。同时，两手的食指与中指向下扳颌骨，即可搬开他的牙关。

**第二步：**控水。救护者一腿跪地，另一腿屈膝，将溺水者的腹部放到屈膝的大腿上，一手扶住他的头部，使他的嘴向下，另一手压他的背部，这样即可将其腹内水排出。

**第三步：**如果溺水者昏迷，呼吸微弱或停止，要立即进行人

工呼吸，通常采用口对口吹气的方法效果较好。若心跳停止还应立即配合胸部按压，进行心脏复苏。心肺复苏的目的在于尽快挽救脑细胞，避免因缺氧引起细胞坏死。因此施救越快越好，同时注意要在急救的同时，要迅速打急救电话，或拦车送医院。

**【角色扮演】**学生按照上述方法，全班学生每2人分成一个小组，进行模拟演示，1人扮演溺水者，1人扮演救护者。抽几个小组轮流上台表演，其他同学细心观察，最后做出总结，并指出优点和不足。

### (五) 预防措施

(师)为了不让溺水事故侵害我们的生命，加强预防是关键。如何预防溺水事故，同学们有什么好的想法不妨为老师出几个点子。

根据学生出的点子归纳小结。

- 1、学习溺水相关知识，知道溺水的危害性，了解一些溺水的预防和急救措施。
- 2、未经家长、老师同意不去游泳。不要单独到河边、池塘边玩耍。年龄小的儿童外出玩耍一定要有家长带领，不能单独乱跑，以防跌入下水道和粪池。
- 3、初学游泳时，可参加游泳学习班，由老师辅导。不要在标示禁止戏水的区域游泳和嬉水，若在江、河、湖、海游泳，则必须有伴相陪，不可单独游泳。
- 4、学会游泳后也不能忽视水上安全，下水前做好充分的准备活动，游泳时要根据自己的体力和能力量力而行，饥饿、太饱和疲劳时不能下水。

5、发现下水道无井盖，应及时与有关部门联系以便尽快检修。

## (六) 倡议书

### 【幻灯展示】

1、对自己负责：树立安全意识，加强自我保护。绝不参与没有家长陪同的游泳活动，绝不到危险、陌生的河塘游泳，绝不在河塘边垂钓鱼虾，绝不做危险举动，绝对远离溺水杀手。

2、对家人负责：如果游泳，一定要在自己的家长陪护前提下，到安全的、正规的游泳场所游泳，并要做好相应准备活动，防止溺水事件的发生。

3、对学校负责：要遵守学校的各项规章制度，不断强化安全防范意识，以血为鉴。积极参加学校组织的“珍爱生命，谨防溺水”安全教育活动，学会相关的预防溺水知识，并能将所学的知识运用于实际，掌握溺水自救的基本知识和技能。

4、对他人负责：在加强自我安全意识的同时，要努力做好说服教育工作，对于那些违反学校纪律，私自外出游泳的行为，要坚决抵制、劝阻。

## 三、总结结束

同学们，今天我们通过学习，掌握了一定的溺水自救与预防知识，大家在以后的学习、生活中要加强学习，经常模拟演练，巩固所学知识，要随时提高警惕，特别是在比较危险的地方，严防溺水事故的发生。祝愿大家今天好，明天会更好！

## 预防常见病班会教案篇五

### 一、防溺水

假期是溺水事故的高发期。中秋期间，天气依然很热，需要时刻加强对溺水的防范意识。我们对班级同学进行了防溺水知识的教育。

- 1、不私自外出游泳，不到无安全防护或不熟悉水情的河、湖、海滩等地方游泳，不在水中潜游、跳水、和同伴过分玩笑等。
- 2、掌握一定的防溺水自救知识，如抽筋、受伤时的救护或同伴溺水的救护等。
- 3、家长要配合做好防范教育，让学生对防溺水安全有足够的认识，防止发生意外事故。

## 二、防交通事故

如今机动车辆增多，交通事故频发，在校生对交通安全形势并不一定了解，为此，我们从行路、骑车、乘车等方面做了一些强调。

- 1、遵守道路交通安全法规，树立道路交通安全意识。
- 2、行路时遵守道路交通规则，不翻越栏杆或横穿马路，不在道路上开展娱乐、游戏活动。
- 3、骑自行车时应在非机动车道内顺序行驶，无非机动车道的，应靠路右侧行驶。不超速、逆向行驶，更不能追逐骑车、脱把骑车。
- 4、不乘坐非营运车辆和营运超员车辆，乘车时，头、手不能伸出窗外，以免发生事故，下车时应确认无车辆来往后再离开。

## 三、防暴力伤害

假期中，我们接触社会的机会多，各类社会治安和违法行为



就可能出现，应该加以重视。

1、正确认识遇到的人和事，明辨是非，提高预防各种侵害的警惕性，消除对危险的麻痹和侥幸心理。

2、树立自我保护和防范意识，特别是女生不要单独夜行等。能学会正确的报警、求助。

3、不参加打架斗殴、绑架勒索等违法活动，不进歌舞厅、酒吧等娱乐场所。

#### 四、防拐骗

社会是一个复杂的环境，同学们离开象牙塔式的校园，就要对自己的人生安全有一定的保护能力，重点提高防拐骗安全意识。

1、不轻信陌生人说的话或答应给的种种好处，与非直系亲友外出一定要征得家长同意。

2、不与陌生人网上视频，不要告诉对方自己的家庭住址，不与对方电话联系，不与对方相约会面，谨防上当受骗。

3、在受到伤害时，学会自救，要机智求助报警。

除了以上的安全教育外，班主任在用电、用火、体育活动、安全自救等方面作了说明。他同时指出，假期安全一直是学校高度重视的事情，每个同学都不能忽视这个问题，希望大家在假期注意自己的人生安全和财产安全。我们相信，在大家的共同努力下，我们一定会有一个愉快、安全的假期！