

2023年健康微课堂开场白和结束语 新课 堂健康校园心得体会(实用5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

健康微课堂开场白和结束语篇一

通过这次活动，让我受益非浅，来自各市不同学校的地理教师。他们带来了新颖的教学课件和教学理念，通过几天的听课，我觉得在教育教学方面收获很多。虽然各老师水平不一，风格各异，但每一节课都有很多值得我学习和借鉴的东西。参赛老师的课非常具有展示性与导向性，真实、扎实、高效。对我们的地理教学有很大的指导意义。下面谈一谈我的以下几点收获。

一、教师扎实的教学基本功和自身的良好素质是上好一堂课的重要前提和基本保证。

在听课中我发现参赛的教师都有几个共同特点：

1、教态亲切，表情丰富，在课堂上能轻松，活泼，潇洒地进行授课，富有艺术性。教师的亲和力来自教师的个性特点、对学生发自内心的挚爱以及适宜的表达方法；亲和力在一定程度上也是教师智慧的一种综合体现。在借班上课的课中，亲和力能有效地促进了师生的互动，从而顺利地营造轻松、愉快的课堂氛围。参赛教师运用多种手段与学生在短时间内拉近距离。比如有的老师课前准备了简单、易操作且学生较为喜欢的小游戏；还有的老师在课前和学生自由交流，谈论一些学生感兴趣的话题，并鼓励学生大胆发言等等。有效的拉近了师生之间的距离，为正式上课时师生之间的有效配合

打下了良好的基础。

2、善于利用多媒体、歌曲、多种手段辅助教学，有助于教师充分利用课堂教学时间，扩展课堂信息的交流容量，丰富和完善教学内容，使孩子接触到的知识更立体，更直观，更生动。

二、调动学生积极性，让学生真正成为课堂的主人。

这是新课标的重要特点，也是素质教育的要求。但是在平时上课过程中我们在这一方面做的都不够好，因此，听课时我特别注意了各地老师不同的调动孩子的方式。老师们是这样做的：

只要学生积极回答了问题，就根据学生回答问题的内容给出相应的评价和鼓励。

三、教学内容的设计扎实有效，紧扣大纲要求。

课堂内容与形式统一起来，本次评选所讲课题都是难度比较大的，教师们对难度的处理百花齐放，每个环节都着力于学生更扎实的掌握当堂课的内容，关注师生互动，生生互动，注重学生的学习过程和思维过程，注重基础知识，课堂充实。

四、教师角色的转变。

教师应该是活动的组织者，帮助者，合作者，指导者，鼓励者以及教材内容的建设者。这其中每一个角色都值得去钻研，琢磨。只有很好地把握住教师的角色才能带领学生走向知识，并非带着知识走向学生。

“学而不思则罔，思而不学则殆”是学的宗旨。“施教之功，贵在诱导；妙在转化，要在开窍”是教的宗旨。

健康微课堂开场白和结束语篇二

眼睛是人们身体上重要的器官，是大自然赐予我们的那神圣的礼物。眼睛是我们心灵的窗户，我们要做到不让眼睛受到任何的伤害，尽我们的努力去保护着它。

眼保健操，是我们人类所创造出来的一套对眼睛保护的按摩运动项目。它可以提高人们的眼保健意识，调整眼及头部的血液循环，调节肌肉，改善眼的疲劳，我们要保护眼睛就要从它做起。在这里我们要对眼睛加强卫生，不要让病毒细菌入侵而伤害到眼睛。多看绿色的事物，多吃些胡萝卜、白菜之类的蔬菜食物。保护眼睛我们义不容辞，从我做起，让我们捍卫那双神圣的眼睛吧。

对于我来说，没有眼睛的世界是一片漆黑的。我们要保护好自己的眼睛，不被伤害。

健康微课堂开场白和结束语篇三

随着社会的发展和人们生活水平的提高，生育健康问题成为现代人日常生活中需要关注的问题之一。针对这一情况，许多医院和社区都开展生育健康课堂，以帮助人们更加全面地了解生育健康知识。我最近参加了一次生育健康课堂，收获颇丰，在此与大家分享我的心得体会。

第一段：生育健康课堂的意义

生育健康课堂的目的在于让人们通过系统的学习，深入了解关于生育健康的知识。这既是一种健康的生活态度，也是保护自身的健康。在现代社会中，生育健康问题已经成为需要我们关注的重要问题。了解生育健康问题还可以加强自己的免疫力，提高自身的抵抗力，对未来的生活也有一定的保障。

第二段：生育健康课堂的内容

生育健康课堂的内容十分广泛，包括孕前保健、孕期保健、分娩准备、新生儿护理、母乳喂养等。在生育健康课堂中，还会介绍一些常见的疾病预防知识，例如乳腺炎、流感等。通过这些内容的学习，可以让我们对于自身和家人的生育健康问题有更加全面的认识。

第三段：生育健康课堂的获益

参加生育健康课堂，对于个人的健康和未来的幸福都有着很大的益处。首先，可以减少许多孕期和分娩方面的风险，对其进行科学补充和安排，最终使产妇的孕产好转，胎儿保健、新生儿保健都能得到有效的保障。其次，生育健康课堂还可以为已经生育的人有效的提供家庭和母婴护理上的指导，有助于改善家庭的健康状况，让整个家庭都能过上更加幸福健康的生活。

第四段：参加生育健康课堂需要注意的事项

参加生育健康课堂需要注意以下几点。首先，提前了解课堂时间和地点，确定自己的行程和计划。其次，携带相应的资料和学习用品，例如笔记本、笔和手机等。第三，注意个人卫生，请勿随意采用他人的生活用品，以免交叉感染。第四，听课时注意听力与注意力集中，提高精神状态，充分利用课堂时间，复习已学知识，强化学习效果。

第五段：总结

通过参加生育健康课堂的学习，我们可以更好地了解生育健康问题。在以后的生活中，我们可以通过自身的经验，帮助家人和朋友更好地解决生育健康问题。因此，我们要抓紧时间了解相关知识，提高自身的健康水平，远离生育健康的风险。生育健康问题是一个细致而又庞大的课题，我们需要在这个课堂上耐心的学习，才能更好的保护自己 and 家人的生育健康。

健康微课堂开场白和结束语篇四

身为人民子弟兵，我们始终被要求自己、对家人、对国家负责。然而，在军营中，我们时常面对紧张压抑的心理状态。近期，我们迎来了一位心理学专家，开展了一系列军人心理健康课程，从而帮助我们更好地管理自己的情绪与压力，维护良好的心理健康。

第二段：了解压力的本质

在课程中，专家首先向我们阐述了压力的本质。没有人可以完全避免生活和工作中的压力，但过多的压力会给健康和心理带来不良影响。从我们自身所处的环境与个体特点出发，专家有针对性地提供了一些减轻与管理压力的方法，例如认知重构、自我冥想等。

第三段：强调情绪管理的重要性

作为一名军人，必须时刻保持稳定的情绪以便做出明智的决策。在课程中，专家告诉我们情绪管理的重要性，并讲解了一些实用的自我情绪调节方法。例如，我们可以通过呼吸法、肌肉放松等方式来帮助调节自己的情绪，让自己更加沉稳。

第四段：阐述沟通技巧的重要性

作为一个集体，良好的沟通技巧是保持军纪的必要条件。专家告诉我们，在日常工作中，若出现摩擦、误解等情况，及时沟通是解决问题的最佳方式。因此，我们也学会了通过语言、行为等方式来表达勇气、情感、想法和关注，并促进了同事之间的相互理解与信任。

第五段：总结与收获

在心理健康课堂中，我们获得了很多宝贵的经验，不仅把握

了压力、情绪等方面的基本知识，更养成了良好的心态与习惯。这些技能和技巧将伴随我们走完军旅生涯，并在日常生活中发挥重要的作用。更为重要的是，此次课程的开展，帮助我们认识到了心理健康的价值，并保持了自身心灵的平静和健康。

健康微课堂开场白和结束语篇五

通过观看《新课堂健康校园》我知道了诺如病毒感染，持续时间大部分为两到三天。它的传播途径主要有三种。第一种是人传人；第二种经过食物传播；第三种经过水传播。我们平日要注意：用七步洗手法正确洗手，因为手卫生是最关键的；保证饮用水的清洁卫生，不喝生水；注意饮食卫生。不管是水果还是蔬菜，食用前都应该仔细清洗干净。海产品必须进行深度加工，煮熟后才能食用；少去公共场所，去人群密集的地方，要佩戴口罩。