

未来出版社四年级健康成长教案(汇总5篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？那么下面我就给大家讲一讲教案怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

未来出版社四年级健康成长教案篇一

(一)生理发育的特点

- 1、四年级学生一般为9-11岁,属于人体发育的童年时期,总的说来,身体发育处于相对平稳阶段,身高、坐高、体重、胸围、肩宽、骨盆宽等指标男生均自9-10岁开始突增,女生均自8--9岁开始突增,女生均早于男生。四年级学生相对比较是属于身体发育最快的时期。
- 2、四年级学生安静时脉搏均值比三年级相对减少;女生血压指标10岁时增长迅速;肺活量均值男女生都有递增但差异不大,男生稍大于女生。
- 3、四年级学生身体素质指标均有提高,50米、立定跳远和50米乘8往返跑男生优于女生,差异不明显;立位体前屈女生优于男生且差异明显;速度、腰腹力量、柔韧、速度耐力素质指标为四年级学生的敏感期,既关键发展时期。灵敏素质发展也极为敏感,学习和掌握技术动作较快。

(二)生心理发展的特点:

- 1、四年级学生感知觉的无意性和情绪性比较明显。身体练习时容易被新颖的内容所吸引,经常忘记练习的主要目的。兴趣十分广泛,几乎那项体育活动都喜欢,感知动作的要领比较笼

统,容易把相近的动作混淆起来,时间和空间感较差。

2、四年级学生注意力不够稳定,不易持久,有意注意虽有发展,但还很不完善。集中注意力的能力较好,交换练习的时间应控制在20分钟内。

〈1〉使学生初步认识自己的身体和掌握锻炼身体的简单知识及方法,学会一些体育、卫生保健的安全常识,培养认真锻炼身体态度。

〈2〉初步学习田径、体操、小球类、民族传统体育、韵律活动和舞蹈等项目的基本技术,掌握简单的运动技能,进一步发展身体素质,提高身体基本活动能力。

〈3〉培养学习各项基本技术的兴趣和积极性,以及勇敢,顽强,胜不骄、败不馁,自觉遵守规则,团结协作等优良品质。

(一)、教师方面:

1、认真备课,精心写好教案,不备课,无教案不准上课。

2、认真学习和贯彻教学大纲,钻研教材,明确教材目的与任务,掌握教材重点、难点明确本课的教学任务、几为完成任务而采取的教学原则、教学方法,组织措施等。

3、根据教学任务,提前准备和布置好场地、器材、及教学用具、教师不准旷课、丢课的因故不能上课,必须经学校领导同意,并做好妥善安排。

4、在教学中,加强与重视“三基教学”同时要注意对学生能力的培养,努力完成体育三个方面的任务。

5、教学原则、教学方法的运用,要从增强学生体质出发,根据青少年的心理生理特点及学生的实际情况,科学地安排好、密

度和运动量。

6、教师要注意仪表整洁,举止大方,教态严肃、自然、注意精神文明的建设,并在课前三分钟前换好服装。在上课现场等候上课。

7、认真做好学生的学期、学年体育成绩的考核和评定,重视资料的积累和保管,并且定期进行科学的分析和归纳,指导和改进教学工作,不断提高教学质量。

8、教学中要有严密的组织纪律,严格的安全保护措施与要求,严防伤害事故的发生一旦发生伤害事故要及时向领导汇报并作好妥善处理。

(二)、学生方面:

1、学习目的明确,积极自觉的上好体育课。注意听讲,积极学习掌握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体的方法,逐步养成自觉锻炼的习惯。

2、上体育课,着装要轻便,整齐,做到穿轻便运动鞋上课,不带钢笔,小刀等提前按教师要求,在指定地点等候上课。站队时要做到快、静、齐。

3、不得无故缺课,不迟到、不早退,服从领导,听从指挥,遵守课堂各项规定。

4、在课堂上严格执行教师的各项要求,未经允许不得随意移动器材教具要严格执行教师规定的各项保护措施。

5、要爱护体育器材,不得有意损害各种体育设备和用品,课后要按教师的要求如数送还各种器材。

6、目的明确,积极自觉的上好体育课。注意听讲,积极学习掌

握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体的方法,逐步养成自觉锻炼的习惯。

周次计划进度

一引导课, 体育常识, 游戏是儿童的良师益友。

二1、队列队形; 2、游戏:穿过小树林;

三1、基本体操;2、游戏:守卫红旗;

四1、基本体操;2、游戏:报数比赛

五1、基本体操;2、游戏:春种秋收;

六游戏课:1、穿城门;2、夹球接力;

七1、技巧:前滚翻起立接球;2、游戏:绑腿接力;

八1、技巧:不同开始姿势的前滚翻:2、复习前滚翻

九游戏课:1、端水平衡:2、障碍赛跑

十1、技巧:复习前后滚动;2、游戏:绕木棒接力

十一1、韵律活动;2、走:各种姿势的走

十二1、队列:报数;2、复习各种姿势的走

十三1、技巧:前滚翻;2、游戏:跳垫子游戏

十四1、劳动模仿操;2、游戏:迎面接力

十五1、队列:齐步走-立定;2、复习劳动模仿操

十六1、队列:走圆形;2、十字接力

十七1、队列;行进间走;2、复习韵律操;

十八考核

未来出版社四年级健康成长教案篇二

健康教育是学校工作的一项重要内容。下面我们来看看四年级上册健康教育教学计划，欢迎阅读借鉴。

开设生命与健康常识课，无论对学生还是教师，这都算是一个崭新的事物，学生对本课程有较大兴趣，且教材内容都是和生活、和学生的身体健康、心理健康密切相关的'知识，对学生各方面的发展起着非常重要的作用。

本册教材分主题编排。全册共分10个主题。分别是科学饮食每一天；选择安全食物；肠胃，你好吗；我们去爬山；你打预防针了吗；居室卫生有讲究；远离烧烫伤；我是小小包扎员；植物朋友告诉你；魔法兔子的网络日志。以传授健康知识，提高学生自我保健能力，培养学生良好的卫生习惯为主，让学生懂得尊重生命，珍视健康，懂得远离危险，防范伤害。

- (一) 通过学习让学生养成良好的饮食习惯，做到科学饮食。
- (二) 通过学习让学生了解哪些食物可以吃，哪些不能吃。
- (三) 通过学习让学生了解自己的消化器官，培养良好的护胃习惯。
- (四) 通过学习让学生了解爬山的技巧，并且学会处理伤口。
- (五) 通过学习让学生了解打预防针的重要性。

(六) 通过学习让学生了解居室有哪些污染，养成良好的卫生习惯。

(七) 通过学习让学生远离烫伤并且学会紧急处理伤口。

(八) 通过学习让学生学会如何包扎和处理伤口。

(九) 通过学习让学生们了解哪些植物会对我们造成伤害。

(十) 通过学习带学生走进神奇的网络世界，正确引导学生如何利用网络增进知识。

1、教学中运用多种教学手段，因材施教，如录像、投影、挂图、模型表演等激发学生的学习兴趣，指导学生进行实际操作训练，巩固教学效果，促进能力的培养。

2、通过各种形式进行健康知识、卫生常识的宣传，为学生创造一个优美健康的生活环境。利用各种检查、竞赛促使学生行为习惯的形成。

3、联系实际结合课本内容对学生进行心理健康教育，促进同学们提高社会适应能力，突发事件的应变能力。

4、利用家长学校、个别谈心、父母问卷、家访等形式，了解学生在家中的生活学习情况，家庭与学校共同培养学生的健康行为。

未来出版社四年级健康成长教案篇三

一、指导思想：

提高学生的心理素质，提高学生心理健康的水平是教改的重要内涵，国家新制定的中小学德育大纲中已明确将心理健康教育作为中小学德育的重要组成部分。因此要通过多种方式

对学生进行心理健康教育和辅导，帮助学生提高心理素质，健全人格，增强承受挫折、适应环境的能力。

为了更好的促进学生健康成长，推进素质教育，贯彻教育部颁发的《中小学心理健康教育指导纲要》，根据学校心理健康教育工作的要求，本学期的计划如下：

二、具体工作：

（一）加强学校心理健康教育工作的领导和管理。

1、完善心理健康教育体制。形成在校长领导下，由政教处牵头，以班主任和心理辅导教师为骨干，全体教师共同参与的心理健康教育体制，在全校广泛宣传。

2、继续做好心理健康教育的教师培训工作。

（二）进一步完善心理咨询室的硬软件配置，使心理健康教育工作更具规范性、科学性。

1、进一步对心理咨询室的硬件进行完善。

2、进一步完善学生心理档案，做好资料收集工作、个案研究的搜集整理工作和个案跟踪研究工作。

3、发展校园网络资源优势，利用网络平台和学生实现对话与沟通，及时引导并解决学生的心理问题。

（三）开展多种形式的心理健康教育活动。

1、在开展心理教育常规工作外，加强学校心理咨询室的宣传工作，通过黑板报、宣传栏等出一期心理健康知识专栏，普及心理健康知识。

2、邀请有关专家为全校教职工进行1—2次有关教师心理健康

及心理健康教育技能的讲座，减轻教师的精神紧张和心理压力，让他们学习一些调节心理的技巧，增强应对问题的能力，提高心理健康水平。

3、根据不同年龄学生的发展需要，在不同年级举办心理健康知识讲座，开展心理健康教育工作。对毕业年级学生进行1—2次考试焦虑的心理辅导。

4、对有较严重心理问题的学生进行跟踪调查，并提出建议，以帮助问题学生真正从心里阴影中走出来。

（四）加强学校与家庭的联系，营造适合学生身心健康发展的社会、家庭环境。

结合家长学校有针对性举办1—2期的亲子教育等心理辅导专题讲座，对家庭教育加强指导。

未来出版社四年级健康成长教案篇四

1、学会与人交往，愿意与别人交流，朋友间互相了解。

2、引导学生正确处理同年人际冲突的方法。

3、培养学生的自理能力，懂得自己的事情自己做是爱劳动的表现，培养学生做个爱劳动的好孩子。

4、通过本课的教学，培养学生的家庭观念，加强学生良好习惯的养成。

5、培养学生积极思考的习惯，使学生懂得在学习和生活中积极动脑，用自己的智慧去发现，去创造，做个有心人。

6、教育学生养成良好的时间观念。

7、教育学生正确面对挫折，勇于接受别人的批评。

8、通过教育，让学生感受到家的温暖，使他们爱家、爱自己的长辈。

10、让学生了解近视是怎样形成的，学会保护视力的方法。

总之，加强学生的体育、卫生健康教育，培养学生强壮的体格、健康的生理和心理、勇敢顽强的毅力、艰苦奋斗、团结合作的精神，是学校教师的职责；学校体育、卫生工作，必须抓紧抓好，使学生不仅能学到知识，而且身心健康，体格健壮，使我校的健康教育工作及卫生管理工作再上一个台阶。

2

什么是甲型“流感”，这种病对人群的危害及预防方法

4

沟通化解小矛盾

6

自己的事情自己做

8

家庭小帮手

10

谁想得最多

12

做守时的小学生

14

当受到批评的时候

16

幸福家庭

18

怎样测量身高、体重、脉搏

备注：5周放“十一”假，11周期中复习考试，17—22周期末复习考试。

未来出版社四年级健康成长教案篇五

（2016---2017学年

第一学期）

一、学情分析：

四年级学生在思维与心理方面相对三年级都有了很大的变化，他们开始转变自己的思想方法，从过去笼统的印象判断转变为较具体的分析。这些分析主观性较强，偏重对自己喜欢的事物认真分析。

但是四年级的孩子这时候的爱好兴趣表现还不稳定，这时候表现出来的爱好还不稳定，无论是学习科目还是游戏项目。说明四年级学生在这个阶段处于一个集中发展的初步阶段。

二、教材分析：

本册教材共12课，前两课心灵嘴巧、耳聪目明主要教育学生合理科学的运用感官提高自己的认知能力，并通过生动的游戏对学生的认知能力进行锻炼；第三课去掉思维的框框，引导学生勇于冲破传统束缚发散思维，培养学生的创新思维能力；第4、5、6课着重于引导学生建立合理的自我评价机制，形成正确的自我认知；第7、8、9课是对学生的意志水平进行磨练，帮助学生形成坚毅的人格；第10、11课让学生意识到生命的珍贵和精彩，提高学生自我保护意识；第12课帮助学生发掘自身的优势提升自我价值感。

1. 学习心理与智能发展指导。

(1) 帮助学生了解自己，认识自己的潜能，激发其学习的信心。

(2) 引导学生形成强烈持久的学习动机。

(3) 引导学生养成良好的学习习惯。

(4) 学习策略的辅导。阅读、记忆、思维、问题解决、自我监控等策略。

(5) 特殊时段的学习心理调适。如竞赛前夕、升学考试前夕。

2. 情绪、情感、情操教育。

(1) 认识情绪的丰富多样性与易变性。学会认识自己与他人的情绪。

(2) 掌握控制、表达、发泄情绪的适当方式与合理途径。

(3) 学会保持积极心境的方法。

3. 坚强意志与耐受挫折的教育。

- (1) 培养坚持不懈、坚忍不拔的意志品质。
- (2) 培养学生形成处事果断的良好习惯。
- (3) 培养学生良好的自我控制力。
- (4) 引导学生正确应对挫折与困难。

四、教学措施

1. 坚持以人为本，根据学生心理、胜利的特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。
2. 立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，迈向全体学生，关注个别差异，以学生为本，尊重学生、理解学生。
3. 提高全体学生的训练素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。
4. 对少数有心里困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。