最新健康教育教案一年级电子版(优质10篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。优秀的教案都具备一些什么特点呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

健康教育教案一年级电子版篇一

1、知道坐、立、走的姿势可以表现出人的精神面貌、正确姿势有利于健康。

2、能基本掌握正确的坐、立、走姿势。

3、培养学生热爱生命、积极向上的情感和态度。

掌握正确的坐、立、走姿势。

一课时

一、导入：

1、观图，你知道这些人们在做什么吗?(锻炼身体)无论男女老少，无论生活在什么地方，人们都可以采取各种不同的方法锻炼身体。

2、播放《健美之操》学生跟着音乐动起来。

二、新授。

1、你的"坐、立、走"姿势正确吗?

请二生表演坐、立、走，评一评，谁做得更好?

2、注意要点：坐如钟，身子正;腿并拢，脚放平。立如松，挺胸膛;抬起头，看前方。走如风，脚步轻;头不摇，身不晃。

3、我们一起来练一练坐、立、走，看看谁的姿势正确，有精神。

活动：边读儿歌，边做好动作。"小腿脚跟站一起，双肩后脑靠整齐"。

4、说一说：坐立走姿势的正确与错误对我们有什么影响?

看图说话。

总结：从小就正确地坐立走姿势，长大了才会有好举止、好风度;坐立走姿势的`正确不仅有益于身体健康，而且也是对别人的尊重。

5、比赛。比比谁的姿势美?

三、小结

健康教育教案一年级电子版篇二

1、让学生知道课间活动有哪些好处？

2、教育学生课间养成外出活动的良好习惯。

1、知道课间活动的.好处。

2、养成外出活动的良好习惯。

一课时

一、谈话导入

同学们，下了课，我们该在教室看书或者玩好呢，还是走出教室在校园里玩好呢。学习了第11课就知道了。

二、学习课文

1、听师范读课文。

生边听边思考：你听到了什么？

2、指名学生说一说。

3、教师讲解。

4、让学生同桌间互相说一说。

5、小结：课间出去让大脑轻松一下，眼睛眺望一下远方，可以增强记忆力，但不要活动太剧烈，不然会影响听课的。

三、加深影响

1、说一说

课间活动有那些好处？

2、做一做

3、坚持参加课件活动。

健康教育教案一年级电子版篇三

使学生了解洗手的好处多。为了就自己的’身体健康，从小养成勤洗手，正确洗手的良好习惯。

从小养成勤洗手的良好习惯。

自己正确洗手。

媒体、黑板

1、介绍手的作用。

可由学生来说，总结到手对人是很重要的，我们要保护好手。

2、说一说手易感染细菌

让学生说，在哪些地方手容易感染细菌，所以要勤洗手。

3、正确的洗手方法，分三步，并示范给学生看。

4、勤洗手

饭前便后要洗手，手脏了就洗手，养成勤洗手的习惯。

请同学们在前面做一做，看谁最正确，由老师和同学们来评说一下做得较好和做的不够的地方。

健康教育教案一年级电子版篇四

（一）知识与能力目标：让学生体验刷牙的乐趣，把刷牙时的有趣样子表现出来。

（二）过程与方法：通过结合书本上的图片，让学生明白正确刷牙的

方法

（三）情感态度与价值：激发绘画兴趣，感受绘画乐趣；通过绘画练习，培养良好的卫生习惯。

培养学正确刷牙的习惯

1课时

一、导入

播放音乐“刷牙歌”，感悟歌词，这是一首什么歌，“刷牙歌”，揭示本课学习内容：你会刷牙吗？（板书课题）

二、新授

2、学一学，做一做。

（播放《刷牙歌》）结合音乐引导学生进行即兴刷牙表演，让学生拿着自制的牙刷、杯子，一起表演刷牙歌，说一说刷牙的动作、模样、姿势等，教师给予及时表扬。

3、表演、观察：

引导同桌学生用哑剧的形式做一做动作，互相观察，深刻感受刷牙时的动作、模样、姿势等，欣赏刷牙的美感。

4、好好保护牙齿，就能有效的防治蛀牙的形成，进行良好的卫生教育。

三、全课总结，课后延伸：

请学生对自己周围的亲戚朋友进行爱牙护牙宣传活动。做个爱牙护牙“小卫士”。

四、布置作业

今天回家后把这些事复述给家长听

健康教育教案一年级电子版篇五

让学生知道正确的坐、立、行姿势，要求他们养成良好的行为习惯，从而促进身体健康。

掌握正确的坐、立、行的`姿势。

正确的坐、立、行的姿势，让我们能保持良好的精神面貌。

媒体、黑板。

今天我们一起学习一首儿歌！

坐要直、立要正

走路抬头又挺胸。

从小养成好习惯，

做个健康好儿童。

大家知道这首儿歌的意思吗？

师：对了，这首儿歌教育大家在坐、立、走的时候都要注意姿势，养成好习惯，这样对我们的健康是非常有益的。

师：老师来看一下哪些小朋友坐得正，站得直。（找几个学生站到讲台上）

老师提示坐姿：上身保持正直，坐满整个椅子面，两脚摆在地上，平平放好，两肩膀放平，双臂自然下垂，两手抱臂平放在课桌上，防止驼背与斜肩。会着看书、写字时还要做到“三个一”（眼睛离桌面约一尺、胸离课桌约一拳、手离笔端约一寸）。

提示站的姿势：上身保持正直，挺胸抬头，两眼平视或稍稍仰视，两臂自然下垂。立正时，手的五指并拢，自然下垂放在腿外侧，脚跟靠拢，脚尖分开。

走路姿势：身体正直，两臂前后自然摆动，不要缩头耸肩地走路，步子要稳健有力，脚步要轻巧。在学校里，上下楼梯要靠右走。在路上，过街要走人行道，靠右行。

学生在老师指导纠正下做到正确的坐、立、行姿势，再次示范巩固。

同学们自己能说出一首关于坐、立、行的儿歌吗？

坐如钟、站如松、行如风

很好，坐要像钟一样正，站要像棵松树一样笔直，行走要抬头挺胸，像一阵风一样有力。

这是一首从电视里学来的儿歌，讲的也是坐、立、行的姿势。希望同学们平常要自觉做到。

健康教育教案一年级电子版篇六

使学生们了解眼睛的功用

1课时

一、导入

一双眼睛一对宝，

生活学习离不了，

爱护眼睛讲卫生，

预防近视和眼病

二、板书课题：第四课了解眼睛的.功用

三、教师带读第16页的课文

（学生齐读，分组读）

四、新授

1、出示图片1

提问：图上你看到什么？怎样保护眼睛？

小结：眼睛可以帮助我们看到美好的大自然。

2、出示图片提问：看图说说眼睛有哪些功用？

五、课堂总结

健康教育教案一年级电子版篇七

1、明确定期体检的必要性。

2、知道体检哪些项目。

3、了解定期体检前后应注意什么。

定期体检的.重要性

一课时

一、导入：

1、我们为什么要体检呢?

2、体检可以使我们了解自己的身体是否健康

二、我们体检检查哪些项目

身高

体重

胸围

肺活量

血压

脉搏

查视力

查沙眼

听力

查口腔

听心肺摸肝脾

三、体检前、时、后应注意什么

四、如果体检时发现自己身体不够健康就应到医院做进一步检查或治疗

健康教育教案一年级电子版篇八

1、知道坐、立、走的姿势可以表现出人的精神面貌、正确姿势有利于健康。

2、能基本掌握正确的坐、立、走姿势。

3、培养学生热爱生命、积极向上的情感和态度。

掌握正确的坐、立、走姿势。

一课时

一、导入：

1、观图，你知道这些人们在做什么吗?(锻炼身体)无论男女老少，无论生活在什么地方，人们都可以采取各种不同的方法锻炼身体。

2、播放《健美之操》学生跟着音乐动起来。

二、新授。

1、你的"坐、立、走"姿势正确吗?

请二生表演坐、立、走，评一评，谁做得更好?

2、注意要点：坐如钟，身子正;腿并拢，脚放平。立如松，挺胸膛;抬起头，看前方。走如风，脚步轻;头不摇，身不晃。

3、我们一起来练一练坐、立、走，看看谁的姿势正确，有精神。

活动：边读儿歌，边做好动作。"小腿脚跟站一起，双肩后脑靠整齐"。

4、说一说：坐立走姿势的正确与错误对我们有什么影响?

看图说话。

总结：从小就正确地坐立走姿势，长大了才会有好举止、好风度;坐立走姿势的正确不仅有益于身体健康，而且也是对别人的尊重。

5、比赛。比比谁的姿势美?

三、小结

健康教育教案一年级电子版篇九

1.通过绘本的学习，让学生知道什么是困难，在遇到因难时应该怎么办。

2.教育学生在生活和学习中遇到困难时，不慌张、不急躁，寻找解决问题的办法。

3.培养他们独立意识和应对困难的勇气，使孩子具有应付困难的心理承受能力。

重点：培养他们独立意识和应对困难的勇气，使孩子具有应付困难的心理承受能力。

难点：教育学生在生活和学习中遇到困难时，不慌张、不急躁，寻找解决问题的办法。

绘本ppt□电网。

一、出示绘本封面，激发学生的学习兴趣。

二、欣赏绘本

1．出示书面，问“书的名字叫什么？”看着画面猜一猜是讲了的故事呢？我们一起来看看。

——小熊为什么会掉进洞里？

弗洛格挖的洞深深的，小熊听不到弗洛格的声音便把身子探到洞口，“扑通”一声掉到了深深的，黑暗的洞里。

——弗洛格和小熊被困在洞里时都做了什么？

小熊哭着喊道：“我饿了，我再也不能和老鼠钓鱼了，再也看不到野兔朋友了。”弗洛格没有哭。他非常平静的安慰小熊，还告诉小熊要勇敢些！弗洛格又和小熊一起喊：“救救我们吧！”和小熊一起唱歌鼓励自己。

——大家是怎么把他俩从洞里救出来的？

鸭子发现了，叫来老鼠，老鼠扛了一把长梯子到洞里，把他们救出来了。

小结：其实没有什么困难是我们解决不了的，遇到困难我们应该深呼吸、静下来思考，怎么样做才能解决困难。事情往往没有我们想象的那么糟糕。我们要用积极的心态去面对困难，并且战胜困难。

三、挑战困难（过电网）

1．介绍游戏内容

——弗洛格要去小兔家做客，可是它在路上遇到了一个困难，弗洛格试了好几次都没通过，请小朋友们来试试，看小朋友们能不能顺利通过。

2.组织学生进行讨论，随后进行游戏。

——现在，老师请小朋友们一起讨论怎么样才能安全通过这条电网路，请认真思考后，就可以大胆试试了。

3.稍加难度（间隔缩小），请学生进行挑战。

4.请成功过关的学生分享成功的经验，帮助未通关的`学生总结原因，请失败的学生再试一次。

——这次的“电网”，有些小朋友不小心就触碰了，但还是有小朋友通过了，我们来听一听，他有什么通关秘诀。

5.在“电网”两边加上障碍物（钻圈），再次邀请学生尝试。

——还有最后一段路，通过这段路，我们就能安全了。

小结：你们都是热心肠的好孩子，帮助弗洛格成功的通过了这条障碍重重的小路。你们敢于挑战困难，遇到过不去的难关时，会静下来思考想办法。弗洛格有你们这些好朋友，它可真幸福。

通过本次活动让学生知道生活中会遇到一些想不到的困难，而困难是能克服的，教育孩子克服依赖思想，明白困难并不可怕，重要的是鼓励孩子独立面对困难，正视困难，树立自信，不慌张、不急躁，心平气和的以良好的心态去寻找解决问题的办法。从而克服困难，战胜困难，“经历风雨才难见彩虹！”

健康教育教案一年级电子版篇十

1、学生逐渐适应集体生活，乐意去学校。

2、乐意和老师、小伙伴亲近，体会一起做游戏的快乐。

3、在活动中，让学生体验与同伴共游戏的快乐，乐意与同伴一起游戏。

4、喜欢帮助别人，与同伴友好相处。

5、培养学生健康活泼的性格。

1、学生知道自己已经长大了，乐意去学校和小朋友、老师们一起做游戏，学知识。

2、爱上学校，每天都开开心心地来学校。

1、布偶小鸭、用积木搭建的学校大门。

2、布偶表演《开开心心上学校》。

一、出示布偶，引起学生兴趣。

1、老师拿出布偶小鸭，请学生与小鸭打招呼。

2、教师表演《小鸭上学校》。

二、学生长大了，要像小鸭子一样到学校里学知识、学本领。

2、总结：爸爸妈妈工作去了，小朋友也长大了，要开开心心的来学校学知识。

3、学习儿歌《上学校》。

在这个过程中学生所学的经验和表现出的积极探究的热情，比传统教学中学生学到的知识更有效和更有意义。学生与教师之间平等、和谐的.关系，是学生健康快乐的成长保证。因此，我们在实施教育时注重为学生创设宽松、平等、自由发展的精神心理环境，经常和孩子们一起玩，一起笑，一起学习，让学生在轻松、宽松的氛围中学得开心、玩得愉快。