

# 健康教育教案中学(汇总7篇)

作为一名教职工，总归要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。优秀的教案都具备一些什么特点呢？以下是小编收集整理教案范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 健康教育教案中学篇一

了解早恋现象的实质危害性及怎样正确处理早恋现象。

活动一：学生举例说出“早恋”现象，讲述自己对异性的感觉，“早恋”是单纯、幼稚的非理智的，“早恋”的人是不懂得责任的，不懂得透过情爱的面纱客观地评价自己所爱的人的个性品质，不懂得爱情是要有附加的，爱情以外的天空依然是广阔的、美好的。

活动二：讨论早恋具有极大的危害性。

- 1、早恋严重影响正常学习。
- 2、早恋增加了父母的思想包袱和精神负担，影响家庭关系和谐。
- 3、会使青少年缩小社会范围，因为爱有排他性，专注性。
- 4、少年心理发展很不成熟，加上外界的压力，早恋多半是不成功的，而失败给双方带来严重创伤，处理不好对以后的婚恋产生消极作用，甚至有的少男少女，因此轻生或者终生不再婚嫁。

活动三：讨论怎样正确处理早恋。

- 1、当收到异性有求爱信时，要拒绝但要有策略，不要侮辱挖

苦，伤害对方自尊心，不要张扬，能自己处理就自己处理，不能自己处理的交由老师和家长处理，要原谅对方鲁莽之举，大可不必因此而拒绝同任何异性来往。

2、正在早恋的，要理智地告诉自己，让童心再次驻留心间，把对异性的美好的感觉珍藏在心底，让友谊长存，同时加强男女不同的正常交往，扩大兴趣。

活动四：

思考：

1、什么是友谊？

2、什么是爱情？

3、如何正确区分两者之间的区别及从友谊发展到早恋的大致过程？

活动五：

在思考的基础上，能加强友谊、杜绝早恋。

## 健康教育教案中学篇二

“我积极，我自信”

准备：播放歌曲《让我们荡起双桨》

(一)主持人宣布开会，说明班会的意义

小组讨论：在日常生活中，你对健康是怎样理解的？

(学生交流讨论)

明确：健康不仅仅是没有疾病，而是包括人身体的、心理的、社会的完全良好状态。它已经超出了疾病的范围，而是把人体的健康与心理和社会的关系紧密地联系起来。

(二) 在日常生活中，你有哪些问题感到束手无策或让你背上思想包袱？

学生交流

(三) 帮帮你的小伙伴。

1. 主持人说话：给大家讲一个故事：

某个小伙伴，平时表现还不错，比如尊敬师长，团结同学，也爱讲卫生。但是做起事情来总无精打采，集体活动、干什么的都不愿赶在前面，问他为什么？他说自己也做不太好，班上有那么多好同学去做，还用得上我吗？请你劝劝这个小伙伴。

2. 学生交流，劝劝这个小伙伴。

3. 班主任小结，肯定好的发言，指出不足。

(四) 传授克服消极心理的方法

1. 主持人讲话：要克服消极的态度，不光在自己的意识上注意自己提醒自己，另外还有很多方法，这里有两个小故事，大家听后就明白了怎么样使自己的情绪常处于积极的状态。

2. 两个同学分别讲故事：

(1) 《谁做得对》

(2) 《做自尊向上的人》。

3. 主持人和大家一起归纳方法。

(1)学会关心别人

(2)学会宽容

(3)学会控制自己的情绪。

## 二、总结

1.通过本次活动，你有什么收获？

2.写一篇今后在积极态度上该如何行事的小感想。

本次班会取得了良好的效果，通过明理、讨论，学生纷纷提出了自己感到困惑的一些问题能畅所欲言，这证明学生走出了自闭的心理。在第三个环节后，一部分学生仿佛有所感悟，情绪变得积极，本次班会取得了预期的效果。

## 健康教育教案中学篇三

20xx年5月31日是世界卫生组织(who)发起的第二十一个世界无烟日，主题为“无烟青少年”，口号是“禁止烟草广告和促销，确保无烟青春好年华”。自1988年世界卫生组织确定世界无烟日以来，每年的5月31日全球都开展同一主题的控烟活动。20xx年的世界无烟日具有更加特殊的历史意义：今年我国将举办第29届奥运会，无烟奥运是“绿色奥运”的组成部分，因此今年的“5.31”无烟日活动应起到广泛宣传为“绿色奥运”，提供保障的作用。

烟草是造成人类死亡的第二大原因，全球大约有一半吸烟者最终死于吸烟所导致的疾病。青少年更是其中受害严重的群体。为了贯彻无烟奥运的理念，进一步推动青少年控烟工作，促进全民健康，我校开展以无烟奥运理念推动学生控烟的系列活动。我校组织全体学生认真参与本次活动。

## 全校学生

- 1、根据世界无烟日的主题，积极开展“无烟校园”健康教育主题活动，结合健康教育广播，电视，黑板报等多种形式开展，在校园内营造戒烟，拒绝吸烟的健康氛围。
- 2、组织各班开展“拒吸第一支烟，做不吸烟的新一代”主题活动。
- 3、高中年级组织学生开展“无烟奥运”的征文活动。
- 4、初中年级组织各班开展“小手牵大手，共同创建无烟环境——致亲人戒烟一封信”活动。

### 1、签名活动要求：

各班以主题仪式等形式，动员全班学生做“拒吸第一支烟，做不吸烟的新一代”。

### 2、征文活动要求：

(1)主题：我的无烟生活

(2)内容：：围绕身边的“无烟奥运”故事，青少年拒绝吸烟，对烟草危害的认识，对学校控烟的看法，对教师吸烟的看法，对无烟家庭的看法，对戒烟的建议等。

(4)时间：6月x日前年级组长统一上传至教导处。

### 3、《致亲人戒烟一封信》活动要求：

5月31日，动员学生以写信的方式劝阻家人戒烟，小手牵大手，共同创建无烟环境。

## 健康教育教案中学篇四

- 1、了解归因的重要意义。
- 2、指导学生学会积极的归因，树立自信。

### 引言

如果你最喜欢的电影演员演了一部非常糟的电影。你会怎么解释呢？有几种可能的理由，例如：也许他那阵子身体状况不佳，也许他家里突然发生了什么不幸的事，也许他因为搭档太差劲，而不能发挥如意。也许他本身就是一个并不高明的演员。他以前的成名全是偶然。如果你选择了前三个之类的非赏演技的原因，你还会喜欢那个演员，如果是最后一个归因，你肯定不会再像以前那么喜欢他了。

对自己更有信心。

这两例都说明了同一行为不同归因的不同效应。

将认为自己失败的与认为自己成功的分开。根据反馈来分析，向学生解释正确归因的方法。能力、努力、运气和任务难易是分析学习或工作成败的主要因素。一般来说，有自信心的人把成功的原因归为自己的能力强，而把失败的原因归结为自己不努力。认为自己要努力程度到了自己必定成功。相反，缺乏信心的人，常把成功的原因的归为运气好，任务容易、自己无法决定的外部因素，而把失败归结为自己能力差甚至无能。（积极归因：当失败时，要告诉自己“这次失败是因为我的努力不足，我的能力是足够的，只要我努力了，无论下次任务有多难，我都可以战胜困难”）

指导学生阅读林肯的故事，并在每次失败中找出可能的原因。

讨论两个问题：

1、最终是什么原因导致主人公最终坚持不懈？

2、揭示主人公就是著名的美国总统林肯。这时，你会怎么归因？

分享：故事《沉香与木炭》

引导：每个人都是一座金矿，调整自己的归因倾向，学会积极归因，走向成功。

## 健康教育教案中学篇五

1、培养学生积极健康的心理。

2、引导学生展示自己的个性和特长，让他人看到自己优秀的一面。

3、引导学生明确每个人都拥有独特的才华，才华可以使我们变得更出众，让我们活得更精彩。

引导学生展示自己的个性和特长，让他人看到自己优秀的一面。

引导学生把隐藏的个性和特长展示出来。

### 一、导入新课

你有过“追星”的经历吗？你崇拜演艺圈的哪位明星？让我们走进第二课“我行我秀”，试着演一演，过一把明星瘾吧！

### 二、学习新课

#### （一）心理剧场

1、简单介绍一下你喜欢的明星，可以用有代表性的语言、动

作表现明星的特点。

2、文学作品中的哪个人物或哪个情节给你留下了深刻的印象？学生自由组合，试着演一演。

3、谈一谈表演之后的感受。

## （二）活动体验

1、演完文学作品里的人物，再来演一演学校生活里的情景剧吧！

(1)学生自选学校生活中的一个场景，试着演一演。

(2)小演员自动结组练习表演。

2、小结：

在表演中，很好地展示了每一个人的个性和特长，希望你们在以后的活动中展示更精彩的一面。

## （三）案例分析

每个人都有自己的个性和特长，而有的同学却把它们隐藏起来了。

1、出示课本中的两个案例进行分析、讨论：你喜欢谁的做法？说明理由。

2、集体交流看法。

## （四）心动行动

1、活动一：个性校服设计大赛

活动提示：我们现在的校服样式是统一的，如果要设计本校的校服请你来当设计师你会有哪些大胆、新颖的创意呢？快来画一画。

学生设计后进行交流。

## 2、活动二：才艺大赛

活动提示：可以以个人或小组为单位，将你的才艺展现给大家。

### （五）指点迷津

世界上没有完美的人，但是每个人都拥有独特的才华。才华可以使我们变得更出众，让我们活得更精彩。让我们勇敢地展示自己的才华，向成功人生迈进！

## 健康教育教案中学篇六

授课年级：八年级

授课人：徐建新

教学目标：

- 1、明白安全的重要性，掌握一些自我防范的技能、技巧。
- 2、能够运用已有的知识，发挥创造力，进行简单的设计。
- 3、培养通过仔细观察和思考发现隐患的能力。

教学重、难点：

- 1、明白安全的重要性，掌握一些自我防范的技能、技巧。

2、培养通过仔细观察和思考发现隐患的能力。

教学方法：演示法、讨论法、动手实践法

教学过程：

活动一：放学路上保平安

1、调查回家方式。师：大家是怎样回家的？

小组同学作调查，统计全班同学回家的方式。

2、寻找路上危险。

师：根据不同的回家方式，讨论一下路上可能存在的危险。  
学生讨论，汇报。

3、讨论如何安全回家。

师：针对这些危险，我们想想要做怎样的安全做法？ 学生讨论。

4、我的放学路线图。师：每位同学把自己回家路上经过的地方画出来。

5、制作安全地图。

师：你们将应对危险的办法一个个放在回家的路线图中，制作一个安全地图。学生制作安全地图。

活动二：家中水、电、煤的安全

生1：报纸上经常听说有的地方煤气中毒，有的地方着火了。

生2：看来家里安全也很重要。

1、应该怎么做。

师：要保证家里的安全，我们该怎么做呢？学生讨论，汇报。

2、观察记录。

师：同学们可以对家里进行一周的观察，看看我们平时做得怎样，并做好记录。学生活动，填写观察记录。

说说自己哪里做得好，哪里做得不好。

3、讨论居家安全。

师：我们可以找出哪些日常容易被忽视的问题？学生汇报。

生：针对家里的这些隐藏的危险，我们可以用“岗位责任制”来解决。

活动三

自制校园安全标志

生1：我们白天在校园里也需要注意安全。比如，下雨天时，湿漉漉的楼梯口就很危险。生2：是啊，上次我差点摔一跤。我们应该在这些容易发生危险的地方制作一些安全标志。

## 健康教育教案中学篇七

二年级的小学生，正处于自我意识发展的一个上升时期。经过了一年的学习生活，学生体验到成长和荣誉，也会经历一些挫折和失败，因此，很多学生容易产生自己认识不全面，自我评价偏颇的现象，这对于儿童来说，是很不利的。本次辅导活动，针对学生的这一现象，首先让学生看到“我不行”和“我能行”两个具体形象的对比，并引发讨论；然后通过各

种方式让学生找到自己的长处和优点，赞扬自己，让学生体会到自己是能干的，能做好很多事情，从而培养自己的自信心。

1、了解学生自己认识的程度，引导学生学会积极评价自己的方法。

2、帮助学生了解自己的长处和优势，并学会正确看待自己的优点和缺点。

3、通过活动引导学生树立自信心。

帮助学生肯定自己积极的方面，引导学生充分发挥自身的长处。

提高自我理解，自我评价的水平，增强学生前进的信心。

1、了解学生自信的程度及学生的长处。

2、了解学生与学生之间的相处情况及看待同学优缺点的态度。  
适合年级：二年级

一、课件导入：

1、课前互动：瞧，大家的桌面整洁，书本摆放整齐，坐姿端正，精神抖擞。（教师伸出大拇指）小朋友们，你真棒！

看看同桌，他坐得怎么样你要怎样夸夸他（向同学伸出大拇指□xxx□你真棒！

2、教师过渡语：有两位小朋友，一个叫“我能行”，还有一个叫“我不行”，我们一起来看看，他们是怎么样面对自己的成功与失败的。

### 3、角色扮演：《我能行和我不行》

我能行：小朋友们，你们好，我的名字叫“我能行”。

我不行：小朋友们，你们好，我的名字叫“我不行”。

我能行：我是一个能干的小朋友，我朗读课文可棒了，经常得到同学的称赞；我会帮爸爸妈妈做家务，我会照顾邻居家的小弟弟；我还是一个很喜欢旅游的人，爬山，游泳，样样都难不倒我。

我不行：可我什么都干不好，做事总不成功。写作业时，老是会有错误；帮妈妈洗碗不小心打破了一只碗，被妈妈批评了一顿，真不高兴；本来唱歌是最拿手的，可一到台上，心里就紧张，连歌词都忘了，唉，我这人，做什么都不行！

我能行：其实我也有遇到困难的时候，但我总是想，我肯定行，我准能做好这件事！有时候，虽然事情并没有做得很成功，但我想，我已经认真去做了，已经是尽了自己最大的努力，所以我仍旧很高兴。（蹦蹦跳跳地下场）

我不行：有时候，我也会得到大家的赞扬，但那又有什么呢，比我做得好的人多的是呢（垂头丧气地下场）

4、小组讨论交流：这两个小朋友的情况，你遇到过吗你觉得自己有些像谁呢

## 二、找一找，说一说

1、教师过渡语：其实，我们每个人都能做很多事情，只是有时候，可能你认为有些事情太小，不值一提。请认真想想你会做的事情，你会发现，其实你是一个很能干的人呢！

2、和同桌说说你会做这些事吗

(1) 我会洗红领巾，也会洗手帕，袜子。

(2) 我会补书，也会包书皮。

(3) 我会弹琴，画画，打电脑等等。

(4) 我会整理房间。

(5) 我会自己叠被子。

3、教师引导：你还有哪些能干的本领，和大家说说，或者表演一下，好吗

4、请学生现场表演自己的特长。

三、小品：小明真的是“我不行”吗

2、小品表演。

小明真的是“我不行”吗

3、讨论：

(1) 小明真没用吗

(2) 那小明做什么事情最棒

(3) 给小明提提意见：他哪些地方需要改正

5、请这部分同学再来夸夸自己，同学之间相互夸一夸。

四、活动：自信奖状

2、讨论：遇到下面这些情况，你会怎么做

(1) 下雨了，路很滑，你摔了一跤。手摔破了，衣服也脏了，你会试着去

(2) 上课了，你打瞌睡了，没把老师的话记住，下课了，你会试着去

(3) 你写的字总得不到老师的小红花，你该

3、交流：你认为在日常的学习生活中，自己哪件事能做得最好，给自己发一张奖状。

4、小组里分享各自的自信奖状带来的快乐。

## 五、小结

生活中的每一个人，不可能只有优点，没有缺点，也不可能只有缺点没有优点。重要的是有了缺点要正确对待，要让自己有一份好心情；当然，有了优点也不要骄傲，要化作前进的动力。希望我们都能像“我能行”一样，做事有信心，经常对自己说一句：“我能行，我真棒！”

来，大声对自己说（对自己伸出大拇指☺☺xxx☺你最棒！