

# 最新卫生与健康教育教案(精选5篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。大家想知道怎样才能写一篇比较优质的教案吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来了解一下吧。

## 卫生与健康教育教案篇一

卫生健康是每个人都应该关注的重要议题，它关乎我们的身心健康和生活质量。在卫生健康教育学习过程中，我受益匪浅，不仅学到了很多关于保持身体健康的知识，还培养了良好的卫生习惯和健康生活方式。下面我将对卫生健康教育学习心得体会进行总结。

首先，在卫生健康教育学习中，我系统地了解到了身体各个系统的构成与作用。通过课堂学习和实践操作，我明白了心血管系统、呼吸系统、消化系统等器官对于身体的重要性。了解这些系统的结构和功能对于我们维护身体健康非常重要。通过学习这些知识，我明白了身体各个器官之间的相互联系，以及如何保持它们的正常运转。

其次，卫生健康教育学习还教会了我如何正确使用卫生设施和器具。比如，洗手是我们养成的最基本的卫生习惯之一，但在学习中我了解到，正确的洗手方法是十分重要的。按照正确的方法洗手，能够有效地预防疾病的传播。此外，我还学到了正确使用牙刷、洗脸巾等卫生器具的方法，并掌握了其他一些常见卫生设施的正确使用技巧。

再次，卫生健康教育学习还向我传授了一些保健知识和技能。比如，学习了一些常见疾病的预防和治疗方法，如流感、感冒、腹泻等。掌握这些知识可以帮助我更好地应对日常生活中的常见疾病，自我预防和治疗。此外，学习了一些简单的

急救和心肺复苏等技能，这些知识和技能的掌握在紧急时刻能够保护自己和他人的生命安全。

另外，卫生健康教育学习还教会了我如何养成良好的生活习惯。比如，保持良好的饮食习惯和睡眠习惯对于身体健康非常重要。学习了营养学的知识，我知道了什么样的食物对身体有益，什么样的食物应该少吃或不吃。同时，通过学习睡眠的相关知识，我明白了良好的睡眠习惯对于人的身心健康的重要性。还学会了如何正确进行锻炼，通过适度的运动锻炼，可以让身体更健康，增强免疫力。

最后，通过卫生健康教育学习，我认识到健康的重要性并开始注重个人卫生和健康。我开始主动参与学校组织的各种卫生健康活动，积极推广卫生健康知识，以实际行动影响身边的人。我也希望通过自己的努力，能为建设健康社会做出自己的贡献。

总之，卫生健康教育学习让我获益匪浅。通过学习，我不仅掌握了关于保持身体健康的知识和技能，还养成了良好的卫生习惯和健康生活方式。这对于我个人的身心健康有着积极的促进作用，同时也使我成为一个有益于社会的人。在今后的学习和生活中，我将会继续保持良好的卫生习惯，并积极传播卫生健康知识，为社会贡献自己的力量。

## 卫生与健康教育教案篇二

20xx年，在县卫生局和县疾控中心的统一部署和正确领导下，我院加强健康教育组织体系建设，认真组织开展辖区健康教育工作，坚持以人为本，广泛深入开展全民健康教育，保障人民身体健康。20xx年的健康教育工作取得了可喜成绩，现将我院的健康教育工作开展情况总结如下：

一、加强领导，进一步完善健康教育组织机构和工作网络。医院领导高度重视，及时成立了健康教育工作领导小组，加

强了对健康教育工作的领导，将其纳入医院工作重要日程，实行目标管理，明确职责，通过加强领导，层层落实。在医院建立了一支热心健康教育工作、掌握健康教育基本知识和技能的健康教育骨干队伍。医院加强了健康教育工作的规范化、制度化建设，制定了《酒房镇中心卫生院20xx年健康教育工作计划》，通过定期的检查指导和年度考核等形式，推动了医院健康教育全面开展。

二、加强健康教育宣传阵地建设，充分发挥现代化媒体作用，我院十分注重健康教育宣传阵地的建设，通过多种宣传手段普及健康知识。

1、设置健康教育宣传栏：在我院住院部门前设置2处固定健康教育宣传栏，每月定期更换宣传栏内容，广泛开展健康教育宣传工作，主要进行控烟教育、艾滋病预防知识、季节性疾病的预防及相关知识、母婴保健、慢病防治知识的普及。各临床科室结合自己的特点，对每位住院病人均开展面对面个性化健康教育，张贴宣传画，如：爱滋病、结核、禁烟宣传等□20xx年，我院共发放各类健康教育资料处方约500余份。

2、开办健康教育专题讲座□20xx年医院共举办讲座12次；开展健康教育咨询活动12次，开展多种形式的`健康教育及咨询活动，提高居民的健康意识。今年特殊主体宣传日均组织医务人员在医院及各村部开展健康教育、健康咨询等活动。如：碘盐知识，10月8日“全国防治高血压日”宣传活动，11月14日“世界防治糖尿病日”宣传活动，12月1日世界滋病日宣传活动等。

3、利用多媒体及电子屏□dvd光盘播放健康教育科普片：每周定期播放vcd科普片，内容有：糖尿病防治、高血压防治、农村基本公共卫生服务、心理健康、计划免疫、中医适宜技术等。通过各种宣传手段，增加患者的健康知识，提高健康意识及健康行为，促进不良健康行为转变，推动了健康教育工作

作的深入开展。

三、无烟医院建设有声有色。全年加大了戒烟宣传力度，在医院各楼道、出入口、病房、卫生间张贴禁烟标志，医务人员向病人及家属、探视者等进入医院的人群宣传吸烟的危害，并带头自觉执行医院禁止吸烟的有关规定，成立了控烟领导小组，无烟医院的建设开展得有声有色。

四、指导村级健康教育工作有序开展20xx年医院指导各村卫生室开展健康教育专题讲座6次，张贴宣传栏6期，同时展开个性化健康教育工作，并协助村卫生室进行资料整理和照片留存。

总之，一年来健康教育所取得的成绩是肯定的，但仍然存在许多需要解决的问题。如人员有限，宣传的深度和力度不够，一些健康教育工作无法深入开展。究其原因，我们自己的努力不够是一方面，但人员、经费限制仍然在一定程度上制约了医院健康教育工作的深入开展，全社会尤其是农民群众自身对健康教育的重视程度还不够也影响了健康教育的深入。今后我们要着重加强健康教育的规范化、制度化建设，加大宣传力度和深度，促使更多的人加入健康教育行列中来，在疾控中心的领导下，在自身的不懈努力和全社会的共同关注下，让医院的健康教育事业做得更好。

## 卫生与健康教育教案篇三

让学生了解蔬菜中含有人体需要的营养，多吃蔬菜，有益健康。

让学生学会合理膳食，营养均衡

1、导入：

我们每天都会吃到蔬菜，如果在人的膳食中缺少蔬菜行吗？

为什么？

蔬菜中含有丰富的. 维生素c[]维生素b[]胡萝卜素、无机盐等营养成分，其中维生素的含量最大。因此人体所需要的这些营养成分主要来源于蔬菜。

2、了解学生吃蔬菜情况。

3、根据挂图讲解蔬菜中的营养：

### （1）维生素c[]

缺少维生素c会得坏血病，经常牙龈出血，对疾病的抵抗力减弱。

维生素c含量高的蔬菜有辣椒、油菜、菠菜等绿叶蔬菜及西红柿、黄瓜、白萝卜等。

维生素c能溶于水、易氧化破坏，因此洗菜时不要泡的太久，要先洗后切，急火快炒，以免破坏维生素c[]我们日常吃的水果中维生素c的含量也仅为蔬菜的十分之一。

### （2）维生素a[]

在红、黄、深绿色的蔬菜中含有能转化成维生素a的胡萝卜素，维生素a可以促进儿童生长发育，维护视觉和皮肤。

人体缺乏维生素a就会影响发育，还会得夜盲症。

### （3）叶酸：

绿叶蔬菜中的叶酸，能和维生素b12共同合成脱氧核糖核酸，促进大脑发育，孕期多补。

(4) 鲜豆类蔬菜中还含有丰富的蛋白质、钙、磷、铁等无机盐和b族维生素。

(5) 纤维素：蔬菜中含有丰富的纤维素，能刺激肠蠕动，保持肠道清洁，预防疾病。

天天吃一定量的蔬菜，使得营养全面，同时还预防了疾病。

由于各种蔬菜的营养成分不一样，因此吃菜要多样化。

4、总结：合理膳食，营养均衡。

## 卫生与健康教育教案篇四

### 健康教育工作制度

- 1、在院领导的带领下，按时完成健康教育任务，及时总结汇报。
2. 卫生院与各村卫生室共同成立地区健康促进委员会，形成健康教育网络，定期召开例会，制定健康促进和健康教育工作计划，协助有关部门动员社会参与，充分利用广播、电视、报纸等新闻媒体的作用进行宣传。
3. 大力推进社区健康促进工作，对社区内健康教育宣传中存在的问题及时进行干预。定期组织专家、医务人员为辖区居民上课，普及居民健康知识，并按要求定期针对社区不同人群进行健康教育知识与防病知识讲座，开展多种形式的健康教育，定期进行效果评价，不断提高健康教育的科学性和有效性。
4. 针对高危人群和有不良生活习惯的居民，开展戒烟、限酒、限盐、指导营养合理膳食、健身等行为干预活动，提高

社区居民自我保健能力。

5. 广泛开展各种预防保健、计划生育、优生、优育知识的宣传。推广使用健康教育处方，使居民健康知识知晓率和健康行为形成率达到健康教育目标的考核要求。

6. 开展整体人群精神卫生健康和残疾预防宣传教育。

7. 开展心理咨询服务，设立健康咨询台和开通咨询服务热线。

8. 健康知识宣传栏或板报应结合社区居民的健康状况定期更换内容，

9. 应建立35岁以上人群首诊免费测量血压的制度，对辖区内高血压病人实行“医患合作式管理”，实施健康教育非药物干预和药物干预。

10. 结合世界卫生组织颁布的世界健康宣传日，进行全方位的宣传教育。

11. 定期征求村委会及村民对健康教育活动的意见或建议；随时询问社区居民对防病保健知识的知晓度，以指导健康教育工作的有效进行。

## 健康教育工作制度

二、定期开展本村居民健康知识讲座（健康教育课堂）；

三、开展村、组健康教育固定宣传栏建设，定期更换宣传内容；

四、结合卫生主题宣传日，实施专项健康教育活动；

六、开展不同人群健康教育调研和监测，推进健康教育计划的实施和评价工作；

七、开展卫生法律法规和有关知识的宣传教育活动。

## 卫生与健康教育教案篇五

近年来，随着人们生活水平的提高，安全卫生健康教育逐渐成为社会关注的焦点之一。作为一名普通学生，我也不能免俗地接受了一系列的安全卫生健康教育。通过这些学习，我深刻地认识到了安全卫生对我们的生活和发展的重要性。以下是我对安全卫生健康教育的一些个人感悟和体会。

首先，安全卫生教育是我们生活中不可或缺的一部分。在过去，我常常因为缺乏安全知识而犯错。例如，以前我不知道电源插座插坏了不能乱修，结果每次都被电流严重击打。在接受了安全卫生健康教育后，我知道了应该找专业人士来维修插座，这样可以避免电流给我们带来的伤害。安全卫生是我们生活的基础，只有做好了这方面的保障，我们才能够享受到更好的生活。

其次，健康教育对我们的身体和心理健康至关重要。经过健康教育，我了解到了人体各个器官的功能和保养方法。比如，我们应该少吃垃圾食品，多食用新鲜蔬菜水果；我们应该保持充足的睡眠，做好心理调节。这些知识对我来说都是新鲜的，但是我深刻地认识到健康的重要性。只有身体健康，我们才能够更加有效地学习和工作；只有心理健康，我们才能够更好地与人相处和处理问题。

此外，安全卫生健康教育还培养了我对团队和合作的认识。在课堂上，老师们经常给我们安排一些小组活动。通过这些活动，我们可以合作完成一些任务，同时也可以锻炼我们的沟通和协作能力。在一个合作的团队中，每个人都扮演着重要的角色，只有大家团结一心才能取得最终的胜利。这种团队合作的精神将伴随我们一生，无论是学习还是工作，我们都需要与他人合作，取得共同的成就。



最后，安全卫生健康教育让我认识到自己的责任和义务。在学习过程中，我不仅学会了如何保护自己，还学会了如何保护他人。我们应该不断提醒身边的人遵守交通规则，避免意外事故的发生；我们应该教育和帮助弱势群体，让他们能够享受到更好的生活。作为一个公民，我们有责任为社会做出贡献，这也是安全卫生健康教育的目的之一。

综上所述，安全卫生健康教育对我们的生活和发展具有重要的意义。通过学习安全卫生知识，我们能够更好地保护自己和他人，提高生活质量；通过健康教育，我们能够拥有健康的身体和心理，更好地实现人生目标；通过团队合作，我们能够锻炼协作能力，取得更好的成绩；通过履行自己的责任和义务，我们能够为社会做出贡献。安全卫生健康教育是一门综合性的科目，帮助我们全面发展，不仅影响着我们的个人生活，也关系到整个社会的发展。因此，我们应该时刻关注和重视安全卫生健康教育，将所学知识应用到实际生活中，为自己和他人创造更好的生活环境。