

最新二年级健康教育教案计划 二年级心理健康健康教育教案(优质6篇)

教案是教师对教学目标、内容和方法进行科学设计的重要工具。以下是小编为大家准备的一些五年级教案范文，希望能对大家的备课工作有所启发。

二年级健康教育教案计划篇一

一、设计理念：

现实和未来都要求人们从小学会认知，学会做事，学会共同生活，学会生存。这些都与人的心理品质有关。可以说，如果没有较高的心理素质，就很难适应21世纪的激烈竞争。另外，现代社会的快速进步和发展也使得小学生的心理健康面临着更多更大的压力和挑战。社会的发展变化对学校培养的人才提出了更高的要求。

设计此次活动，旨在让学生懂得不但要有强健的体魄，有获取信息、加工信息和应用信息的能力，更要有健康的个性心理品质和良好的社会适应能力。

二、活动目标：

- 1、让学生知道在学习和生活中常常会遇到挫折，人人都不可避免。
- 2、初步掌握战胜挫折的方法，培养学生战胜挫折的能力。
- 3、每个人都应该以积极、健康的心态正确对待挫折，用勇于挑战自我的勇气和毅力战胜挫折，取得成功。

三、活动准备：

- 1、课件(名言、图片、音乐等)。
- 2、心理小测试题。心理专家的牌子夹
- 3、学生带好笔。学生奖品
- 4、相应材料（4 * 5 5）
- 5、小花5 0朵，大花1朵

四、活动过程：

（一）快乐篇（学生绘画，背景音乐一）

导入，揭题。

1、师：同学们，万物滋润，百花盛开，听，大自然中花开的声音，多么美妙，充满生机，充满活力，你的桌上也有一朵这样的花。

学生拿起老师为他们各自准备的一朵含苞欲放的花。（老师拿起花）

师：这朵美丽的小花就代表你自己，花是美丽的，你同样是美丽的。（老师放下花）人人都说生命如花，让我们来观赏一下花开的情景。

2、（点击课件，快乐篇）：大屏幕上出现一朵、多朵开得绚烂无比的花(要有花开过程的动感美)

师（手指画面）：花儿在阳光、雨露的滋养下开得是如此美丽。生命如花，你手中那朵美丽的小花仿佛就是你自己。（点击课件，返回到主界面）

3、揭示主题：风雨后，花儿绽放得更美丽（教师口述课题，

贴大花)

师：把我们的的心交给这句话，和老师一起慷慨激昂地说，……（教师手指课题）

二年级健康教育教案计划篇二

教学目标：

- 1、懂得调控自己的情绪对于个人行为和生活的重要性。合理宣泄不良情绪，持续用心、向上的情绪状态。尊重他人，关注他人的感受，适时适当地表达个人的情绪。
- 2、逐步掌握一些情绪调节的有效方法，构成自我调适，自我控制的潜力，能够较理智地调控自己的情绪。
- 3、了解儿童时期易于波动、不稳定的特点，明白情绪需要个人主动调控的道理。学会情绪调控的一些有效方法。

教学重点和难点：学会排解不良情，在自我喜怒哀乐时，不忘关心他人。

教学准备：

一些反映不一样情绪的图片。

教学过程：

一、暖身活动：（5分钟）

大风吹，小风吹，台风吹：活动程序：所有人围成一个圆圈，先由一人站在团体中说：“大风吹。”，旁人问：“吹什么？”，如果那人说：“吹穿红衣服的人。”，那么所有穿红衣服人就务必离开位子重新寻找位子。没有位子的人就着

站到中间继续进行活动。如果说：“小风吹。”就反着进行。如果说：“台风吹。”则所有人都需要离开位子重新寻找。

二、主题活动：（30—35分钟）

（一）正常的情绪是人们心理活动的反应

导入：在我们的学习和生活中，有些事情会让我们产生高兴或不高兴的情绪，这些情绪正常吗它们会给我们带来多大的影响呢大家看图片想一想：

出示图片：小明和小红的情绪表现。

分小组合作讨论交流，最终抽代表汇报。

总结出：情绪与个人的态度是紧密相连的。

同样一件事，会因所持的人生态度不一样而有不一样的感受。要想用心地对待生活，就应改变自我的观念，使自我能够以乐观的态度去看待问题、思考问题。另外，生活的视角也需要调整。人的眼睛就像是一部摄像机，随时拍摄生活的各个场面，如果不调整“拍摄”的视角，总是悲观地盯着生活中的阴暗面，看不到光明的一面，就会感到烦躁、忧愁、焦虑，许多不良情绪就会产生。如果你能够关注生活中用心的、完美的一面，你就会从中体会到生活的完美，从而使你感受到生活的乐趣。乐观的生活态度也就会在潜移默化中构成。

（三）排解不良情绪

（情景）：小明画画十分好，曾获得美术比赛一等奖，他是班级的宣传委员。一天中午，他正在出版报，很多同学围观，不少同学赞叹，小明听后心里美滋滋的，脸上始终洋溢着微笑，画得更起劲。这时，小刚过来，对板报提出了一些批评，小明不高兴了，回头生气地看着小刚，小刚还在说，小明扔

下粉笔，冲着小刚大声地说：“你行，我不干了。”剩下小刚和其他同学尴尬地站在那里。

总结：小学生情绪容易冲动，多随情境的变化而变化，“破涕为笑”之类的表现时常见到。

讨论：小学生情绪的特点会对我们产生那些不良影响？

多变的情绪，不能使我们专心做事；这不仅仅影响自我的精神状态，并且影响人际交往。甚至有些小学生不能摆脱情绪的干扰，凭着一时的冲动，做出一些违纪、违法的事情。所以，我们更就应对情绪进行调节。

此刻大家想想自我在日常生活中有没有过不良情绪发生过请举例说明。

活动：1、烦恼大本营

例：1、和朋友闹矛盾，他误会了我，我十分痛苦；

2、考试成绩不理想，感到悲哀；

3、教师表扬别人而自我不如别人，嫉妒他人；

4、父母、教师批评自我，情绪烦闷；

5、别人有好朋友，自我没有，感到郁闷；

6、别人在背后说自我坏话，心生怨恨；

7、上课回答问题出错，觉得自我好笨；

（给学生几分钟时间，让他们“倾诉”，同时我们教师可明白他们的真实心理）

2. 活动名称：烦恼大拍卖

师：一节课时间毕竟有限，这个“倾诉”的环节就先到此结束，如果大家还有什么要跟我说，能够写在本子上。

过程：分组竞赛。学生大胆发言，各抒己见，且言之有理

预设目的：

1、让学生理解我们儿童时期情绪的主要特点：学生情绪容易冲动，多随情境的变化而变化。

2、讲解在有不良情绪后的一些常用的调节方法：心理放松法(如深呼吸，笑乐放松法，肌肉放松法等)、注意力转移法、合理发泄法、理智控制法、升华法、心理换位法、自我激励瑜自我暗示等。

3、明白情绪是能够调节的，是能够控制的。

（四）喜怒哀乐，不忘关心他人

创设情境，分析交流（课件展示）

教师提问：他们的情绪表达适宜吗？为什么？

小组讨论：

1、在你悲哀难过时，有没有人安慰过你？

2、你是否也很善解人意，照顾过别人的情绪？

3、在我们表达自我情绪时，怎样照顾别人的情绪，做一个善解人意的人？

三、活动总结：这天我们共同探讨了关于情绪调节的话题，

从活动中同学们明白了情绪是人们心理活动的反应，不正常的情绪会给自我带来不一样程度的影响，期望大家学会运用我们掌握的方法去排解这些不良的情绪，仅有这样你的生活才会永远充满阳光。

辅导推荐：1、正确认识地震等自然灾害。

2、学会调节这种恐慌情绪。

学生讨论：我们该如何克服这种恐慌情绪呢？

讲解方法：

第一步：把能引起你紧张、恐惧的各种场面，按由轻到重依次列成表（越具体、细节越好），分别抄到不一样的卡片上，把最不令你恐惧的场面放在最前面，把最令你恐惧的放在最终面，卡片按顺序依次排列好。

第二步：进行松弛训练。方法为坐在一个舒服的座位上，有规律地深呼吸，让全身放松。进入松弛状态后，拿出上述系列卡片的第一张，想像上头的情景，想像得越逼真、越鲜明越好。

第三步：如果你觉得有点不安、紧张和害怕，就停下来莫再想像，做深呼吸使自我再度松弛下来。完全松弛后，重新想像刚才失败的情景。若不安和紧张再次发生，就再停止后放松，如此反复，直至卡片上的情景不会再使你不安和紧张为止。

第四步：按同样方法继续下一个更使你恐惧的场面（下一张卡片）。注意，每进入下一张卡片的想像，都要以你在想像上一张卡片时不再感到不安和紧张为标准，否则，不得进入下一个阶段。

第五步：当你想像最令你恐惧的场面也不感到脸红时，便可再按由轻至重的顺序进行现场锻炼，若在现场出现不安和紧张，亦同样让自我做深呼吸放松来对抗，直至不再恐惧、紧张为止。

学生按上述方法进行练习，直到感觉情绪舒畅为止。

文档为doc格式

二年级健康教育教案计划篇三

出示课件：童话剧《到大自然爷爷的怀抱中去》

二、咨询台

- 1、谁是大自然爷爷喜欢的孩子，为什么？学生可以点击这些孩子的图像，然后进行回答。
- 2、你做的哪些事是大自然爷爷喜欢的，哪些不是大自然爷爷喜欢的？学生可以自由发言。
- 3、先给自己在大自然中的表现打上等级（甲、乙、丙、丁），再与同位交流为什么给自己评上这一等级，并取得对方认可。
- 4、老师总结：爱惜小生命，因为我们都是大自然的孩子。

三、活动区

出示课件：连环画《大熊想要什么？》。

大熊的家很漂亮，窗外有在大片树林。但他还嫌不好，他最想要的是一座大大的新房子。大熊猫砍掉了大树林，造起了新房子，大熊的新家更漂亮了，可是窗外没有树林。一天，大熊早餐想吃煮鸡蛋。他一打开鸡蛋柜，哇！这是怎么回事？

原来树被砍光了，太阳把房子晒得跟烘箱一样，鸡蛋变成小鸡了。春天，大熊开始种树了，这回，大熊最想要的是一片树林。

- 1、说说大熊先想要的是什么，后来又想要什么？
- 2、你从大熊的故事中明白了什么？
- 3、教师总结：爱惜小生命，与其和谐共存，共建大自然美丽的家园。
- 4、组织学生表演课堂剧《大熊想要什么？》
- 5、自编小故事，教师相机指导并选取几则有趣的小故事讲给大家听。

四、实践园

出示课件：“谁先获得大自然爷爷赠予的花环”大棋盘。

- 1、学生观看，教师讲解环保游戏棋的游戏规则。
- 2、学生分小组进行此项游戏，教师给每个小组发棋盘、骰子、棋子。
- 3、活动时，教师巡视，评出若干最先到达终点的同学。
- 4、教师请一两位最先到达终点的同学谈谈他们如何到达终点的过程。
- 5、请学生自行设计与此类似的棋局，回家与父母同玩。

第十七学会问为什么

二年级健康教育教案计划篇四

一、 教学目的：帮助学生掌握一些对待应激事件的方法，学会自我保护和一些紧急救助的方法。

二、 教学过程

（一） 导入

师：在现实生活中，常常会有些意想不到的事情发生。比如你不小心，被开水烫了；走路不小心，摔了一跤；有时外出迷路等等。遇到这些特殊情况，都需要采取自救措施和方法。今天我们学习新的一课，题目是《遇到危机要冷静》。

（二） 学文明理

1、 教师找同学读一遍课文。

2、 引导同学讨论。

小刚在遇到楼房失火后，他是怎么做的？如果不这样做会有什么样的危险？在学生讨论的基础上，教师要结合课文讲清以下观点：

a□ 遇到危机情况，不要慌张，要

一、 教学目的：通过表演和活动，让学生看到任性的危害，帮助学生克服任性的毛病，塑造良好的个性。

二、 教学过程

（一） 导入

同学们，我们大都是独生子女，独生子女有很多优点，生活

条件比较好，营养比较充足，脑子就比较聪明，知道的信息也比较多，但独生子女也有不足之处，有的同学比较娇气，比较任性，今天我们就学习新的一课，题目是《不要任性》。

(1) 让学生默读一遍课文，然后找同学再朗读[档案馆]和[咨询台]两部分内容。

(2) 说一说[档案馆]里边的小a是怎么任性的？

(3) 议一议

师：你们知道任性是怎么形成的吗？

教师小结

(1) 家庭环境的影响，比如家长比较溺爱。

(2) 自身缺少约束，比如以自我为中心，我行我素。

(3) 还有先天的'遗传因素，与气质和神经类型有关。

(4) 讨论。

师：任性是不是不能克服呢？怎样克服自己的任性呢？

教师小结同学的讨论，并提出如何克服任性：

(1) 靠集体约束

(2) 靠自我约束

(3) 靠舆论压力和帮助

(1) 按剧情要求，找两名女同学分别榜眼娟娟和妈妈，找一名男同学榜眼旁白。

(2) 表演时要认真，特别是把娟娟的任性要表现出来，这样同学们才会对任性的危害有理解。

5、 讨论

师：娟娟任性有什么结果，为什么？

此题可让同学发散思维，从不同角度讲。

师：同学们为娟娟的主意真不错，如果你是娟娟，就要接受同学的建议。

二年级健康教育教案计划篇五

一、设计理念：

现实和未来都要求人们从小学会认知，学会做事，学会共同生活，学会生存，小学生心理健康教育教案3。这些都与人的心理品质有关。可以说，如果没有较高的心理素质，就很难适应21世纪的激烈竞争。另外，现代社会的快速进步和发展也使得小学生的心理健康面临着更多更大的压力和挑战。社会的发展变化对学校培养的人才提出了更高的要求。

设计此次活动，旨在让学生懂得不但要有强健的体魄，有获取信息、加工信息和应用信息的能力，更要有健康的个性心理品质和良好的社会适应能力。

二、活动目标：

1、让学生知道在学习和生活中常常会遇到挫折，人人都不可避免。

2、初步掌握战胜挫折的方法，培养学生战胜挫折的能力。

3、每个人都应该以积极、健康的心态正确对待挫折，用勇于挑战自我的勇气和毅力战胜挫折，取得成功。

三、活动准备：

- 1、课件（名言、图片、音乐等）。
- 2、心理小测试题。心理专家的牌子夹
- 3、学生带好笔。学生奖品
- 4、相应材料
- 5、小花50朵，大花1朵

四、活动过程：

（一）快乐篇（学生绘画，背景音乐一）

导入，揭题。

1、师：同学们，万物滋润，百花盛开，听，大自然中花开的声音，多么美妙，充满生机，充满活力，你的桌上也有一朵这样的花。

学生拿起老师为他们各自准备的一朵含苞欲放的花。（老师拿起花）

师：这朵美丽的小花就代表你自己，花是美丽的，你同样是美丽的。（老师放下花）人人都说生命如花，让我们来观赏一下花开的情景。

2、（点击课件，快乐篇）：大屏幕上出现一朵、多朵开得绚烂无比的花（要有花开过程的动感美）

师（手指画面）：花儿在阳光、雨露的滋养下开得是如此美丽。生命如花，你手中那朵美丽的小花仿佛就是你自己。

（点击课件，返回到主界面）

3、揭示主题：风雨后，花儿绽放得更美丽（教师口述课题，贴大花）

师：把我们的.心交给这句话，和老师一起慷慨激昂地说，……（教师手指课题）

二年级健康教育教案计划篇六

教学目标：

- 1、体会眼睛在自己和他人生活中的重要作用,对盲人以及其他患有眼疾的人表现出初步的同情心。
- 2、学习正确的用眼常识,了解不良的用眼习惯对眼睛可能造成的损坏,养成爱护眼睛的良好习惯。

教学重点和难点：

- 1、体会眼睛在自己和他人生活中的重要作用,学习正确的用眼常识。
- 2、了解不良的用眼习惯对眼睛的损坏,养成爱护眼睛的良好习惯。

德育目标:教育学生爱护眼睛,同情、帮助盲人及其他患有眼疾的人。

课前预备：

请同学们课前向四周的人了解眼睛在他们生活中的重要作用。

若家中有近视的人,观察近视给他们的生活带来的不便。教师课前预备社会为盲人提供的有关设施,如盲道、残疾人专用厕所等图片资料。

教学设计:

一、引入:

1、屏幕出示谜语:上边毛,下边毛,中间有颗小黑豆?有它可以看书报,有它可以看世界。

师念生猜。谜底(眼睛)

2、教师提问:眼睛在人们的生活中有什么作用?请同学们结合自己的体会以及在家中的小调查在班内分组交流。各组选出代表汇报本组意见。

3、体验活动:每个学生用事先预备好的围巾蒙住眼睛。在老师发的脸形图片上画上眼睛、鼻子、嘴。然后打开围巾看看画的结果如何?找10位同学,两两一组,蒙上眼睛由不蒙眼睛的拉着他在教师里走一走,看看有何感受?其他同学蒙上眼睛在书包里找出一张纸写上自己的名字,看看结果如何?体验一下没有眼睛有什么不方便。全班举手交流一下自己的感受。

4、教师小结:眼睛在我们每个人生活中都非常重要。眼睛近视、受伤、或失明都会给我们的生活带来极大的不便。

二、新授:

1、师:同学们刚才已经体验到没有眼睛的不方便了。不过你们才体会了几分钟,却有一种人要一辈子体验眼睛看不见东西的痛苦。你们能猜出来他们是谁吗?(猜:盲人)

2、师:猜猜盲人没有眼睛是什么心情?你们能帮助他们吗?出

示盲道,残疾人专用厕所、人民币上的图案等图片资料。(让学生同情盲人及眼部有疾病的人,并愿意帮助他们。)

3、出示课件动画:“眼睛的哭诉”学生观看动画后谈谈我们该怎样保护眼睛?

4、出示课件:“这样做对吗?”以小组为单位,边看课件,边试着研讨,什么光线、什么距离下看书,眼睛最舒适。(教师可作一些错误的看书举动,请学生判定)

5、教师在学生充分研讨的基础上进行归纳,说明看书的正确方法。

教儿歌:一尺一寸一拳远,不得驼背近视眼。

6、出示课件:“眼睛对我说”请学生根据课件所出图片,联系个人实际,以眼睛为主人公,对眼睛的主人说几句话,并演示如何改正坏毛病。

7、教师示范:(播放眼保健操音乐)全体学生做眼保健操。谈感受。

8、请学生看图片,讨论这样做,对眼睛会造成那些伤害?应该怎样做?

三、拓展活动:

1、出示课件:“漂亮的风景”意在让学生感受眼睛可以看到如此漂亮的风景,也可以看到危险而躲开,从而保护自己。

2、屏幕出示护眼歌:

人体眼睛是件宝,

生活学习离不了,

保护视力我牢记，
眼镜不会把我找，
手不揉眼讲卫生，
红眼沙眼得不了。

3、宣传爱护眼睛及用眼卫生。

四、结束语：眼睛是心灵的窗户，让我们从现在起养成爱护眼睛的好习惯，让每一个人都有一双明亮的眼睛。

小学心理健康教育之一挫折教育教案

活动设计：

挫折是人们在从事有目的的活动时受到阻碍和干扰，因获取成功的心理需要得不到满足而产生的一种消极的情绪反应。如果处理不当，它会给人造成心理压力，损害身心健康从而影响学习和生活。对学生进行挫折教育，帮助学生健康成长，有利于他们将来更好地适应社会生活。

目标要求：

1. 情感、态度与价值观：帮助学生以积极的态度面对挫折，学会正确面对人生中的艰难困苦。正确认识挫折，勇于挑战困难，从而形成能够经受考验的健康心理。

2. 知识与能力：

学会战胜困难和挫折的方法，迈向成功。

通过活动，了解挫折对个人成长的重要性，体会感受挫折，掌握承受挫折、战胜困难的一些方法。

3. 过程与方法：运用体验法、情景教学法、发放《自我确认表》等，通过音乐营造情景，图片展示情景、语言描绘情景等，引导学生在具体情景中体验、领悟。通过小组成员的独立思考、合作、讨论交流等，使学生不仅在知识上，而且在情感、合作技能等方面都得到提高。

教学重点：

通过情感的交流，让学生发泄内心积压的痛楚，并对挫折有一个正确的认识。

活动准备

1、课件《两只小兔》等

2、歌曲《阳光总在风雨后》等活动过程

一、游戏导入，感受挫折

1、同学们，今天我们要进行一次扳手劲比赛

2、请胜利的同学做一个表情动作，请失败的同学也做一个表达你此刻心情的表情

3、小结：伤心、难过、遗憾、失落在我们生活中是一种很正常的情绪表现。今天我们一起来聊聊“挫折”这个话题。
(课件出示“挫折”)

二、认识挫折

1、在刚才的暖身活动中，我们有部分同学已感受到了失败，这就是挫折，我们在生活中常会遇到。请你把学习中、生活中、人际交往等方面中遭遇的挫折用笔写下来。

2、倾心交流：（小组讨论）

你遭受过哪个方面的挫折？

遭遇挫折以后有什么样的感受？

3、学生代表发言

过渡：同学们，你别小看这些挫折，如果没有解决，藏在心里，那就会越积越多，直接会影响人的身心健康，我们怎样战胜挫折呢？请听故事《两只小兔》（课件出示）

三、战胜挫折

1、故事天地

故事第一部分：两只小兔在森林快乐的玩耍，不小心掉进了路边的陷阱里，陷阱离地面还有一定距离，但这足以让两只小兔体验到什么是灭顶之灾。

提问：如果你是那只掉进陷阱里的小兔，你会怎么想？怎么做？请学生发言

故事第二部分：一只小兔想：“完了！完了！离地面这么高，我是永远也出不去了。唉”另一只小兔却没有沮丧、放弃，而是不断地告诫自己：“上帝给了我坚强的意志和战胜困难的勇气，我一定能够跳出去。”它每时每刻都在鼓足勇气、鼓足力量，一次又一次奋起、跳跃ddd生命的力量与美展现在它每一次的搏击与奋斗中。

故事第三部分：不知过了多久，勇敢的小兔经过不懈的努力和奋斗终于换来了自由的那一刻，它从陷阱里奋力地跳了出来，重新回到了地面，而那只悲观失望的小兔，却没有机会逃离险境，永远留在了陷阱里。

提问：听了这个故事后，你想对其中的哪一只小兔说些什么呢？

请学生发言

小结：在故事里，我们要像那只逃生的小兔一样，勇敢面对挫折，面对失败。在生活中，当我们遇到困难时，应多动脑筋，想出最佳的解决困难的办法，并在挫折中振作起来。

2、心灵撞击

同学们，你知道有哪些人勇敢面对挫折，在挫折中奋起这样的事例吗？

师举例：

1、张海迪 2、洪战辉例子

过渡：向张海迪、洪战辉等许多人都能在困难面前不低头，以积极的心态去面对，你们呢？

3、同组交流：说说自己遭遇了挫折后，你采用什么方法让自己快乐起来？

4、学生代表发言

5、读一读自己喜欢的抗挫名言

四、总结

在一个人漫长的生命历程中，没有人能永远成功。不经历风雨怎么见彩虹。只要我们以积极健康的心态去面对困难和挫折，就可以做到“不在失败中倒下，而在挫折中奋起”。没有登不上的山峰，也没有趟不过去的河流。最后徐老师送大家一首《阳光总在风雨后》，让我们一起勇敢的去迎接人生的风雨吧。

请同学们体会歌曲中所蕴涵的道理。让我们在歌声中结束我

们的学习。

四勤四不教案

活动筹备

- 1、绘制一枚放大的《小白鸽》章。
- 2、请大个子小朋友扮演“白鸽姐姐”。
- 3、事先排练舞蹈。
- 4、“四勤”“四不”等要求。

“四勤”

1、勤洗手剪指甲；2、勤洗头理发；3、勤洗澡换衣；4、勤刷牙漱口。

“四不”

1、不喝生水；2、不吃不洁食物；3、不随地吐痰；4、不乱扔果皮纸屑。

一、活动导入。

1、出示放大的《小白鸽》章。

师：今天，我们来上一堂争章启动课，《小白鸽》章，大家看看，上面是什么图案？

生：小白鸽。

师：对！是一只展翅飞翔的小白鸽。

小白鸽一身洁白，它最爱清洁，讲卫生，小朋友愿和它交朋友吗？

（出示课题：“争做讲卫生的好儿童”）齐读。

那么，争得小白鸽章要做到哪些目标呢？我们请白鸽姐姐来讲讲。

二、启发达标，揭示达标要求。

三位扮演白鸽的大姐姐跳着优美的舞姿在音乐的伴奏下上台了。

音乐停。

白鸽姐姐一：我是“四勤”小白鸽。小朋友，你们要和我交朋友，要做到：勤洗手剪指甲，勤洗头理发，勤洗澡换衣，勤刷牙漱口。

（白鸽边说边演示动作，教师出示板书条幅）

白鸽姐姐二：我是“四不”小白鸽。你们如果和我交朋友，要做到：不喝生水，不吃不洁食物，不随地吐痰，不乱丢纸屑。

（白鸽边说边演示动作，教师出示板书条幅）

白鸽姐姐三：我是“护眼”小白鸽。你们如果和我交朋友，要做到：读写姿势要正确，

用眼卫生要注意，认真做好眼保健操。

（白鸽边说边演示动作，教师出示板书条幅）

三只白鸽同挥手：小朋友们。愿和我们交朋友吗？

生：愿意。

白鸽：请你们快快行动。从今天起，只要认真学，我们相信你们一定能争得小白鸽章。

（白鸽下）

三、激励争章。

师：“四勤”“四不”常牢记，用眼卫生要记住，眼保健操认真做，读写姿势要正确。这几项要求就是争得《小白鸽》章的要求。我们再来把达标要求齐读一遍。（生齐读）

师：接下来，我们一起来学习一首儿歌。

好孩子，讲卫生，“四勤四不”要牢记。每天带好小手帕，读写姿势要正确，用眼卫生要注意，我们从小爱清洁，身体健康乐哈哈，乐哈哈！

小结：刚才的儿歌大家念得很好，其实，有些本领我们早在《小蜜蜂》自理章中就学会了，重要的是要把它们养成长久的习惯。老师祝愿大家都能尽快得到《小白鸽》章。

四、活动效果

通过本次活动，让学生懂得了讲卫生的重要，争做卫生清洁的好少年。同时，也了解了《小白鸽》章的达标要求，激发了学生争《小白鸽》章的兴趣。