

# 小学六年级健康课教案(大全10篇)

合理的初三教案可以帮助学生建立系统化的知识结构，提高学习能力。探索幼儿园教案的创新之路，让每一堂课都充满惊喜和启发。

## 小学六年级健康课教案篇一

培养学生正确的人际交往态度，帮忙学生掌握人际交往的基本技能，提高学生与人交往的实际潜力，培养学生做一个欢乐的健康的人。

### 1、课件设计

### 2、小品编排

#### 一、导入：

你有朋友吗?你喜欢交朋友吗?在生活中，有的'人拥有很多朋友，与朋友一齐学习，一齐生活，遇到问题一齐商量，一齐解决，说说笑笑，真开心呀!这节课将伴随你一齐探索怎样才能交上更多的朋友!

#### 二、活动：

#### 1、找朋友游戏

要求：以组为单位，每组出一名学生，数到“一”。

第一次：3个同学一组迅速抱成团。

第二次：4个同学一组迅速抱成团。

第三次：5个同学一组迅速抱成团

(学生分组做“找朋友游戏”。游戏之后数一数：我赢了次，我输了次。)

## 2、谈一谈

(1)我找到朋友时心里感到。

(2)我没找到朋友时心里感到。

(学生谈心里感受)

## 3、交朋友的秘诀

(1)仔细观察你身边的好伙伴是怎样交上好朋友的?

(学生归纳交朋友的秘诀)

看课件：

课件1：萍萍热情、开朗、乐于助人，同学们都愿意和她交朋友。(性格好)

课件2：周梦和胡云都是航模小组成员，他俩合作一艘小帆船，你锯我粘，很快就做成了，共同享受着成功的喜悦。(合群)

课件3：遇到开心的事，受了委屈、遇到困难等愿意把心里话告诉朋友，增进沟通和理解。(善于开放、表露自我。)

(2)你的交友秘诀呢?

快记下大家的绝招，让大家一齐交流分享吧!

(学生归纳：交朋友的秘诀。)

(3)请看小品：

问题1：请你帮帮小陈，让他也能交到朋友。

问题2：不知你在交朋友中有没有遇到什么困难呢？

问题3：请大家帮他出出主意，让他交到更多的朋友。

(学生进行小品表演：

小磊和小涛是好朋友，他们互相关心、互相帮忙，说说笑笑玩得多开心啊！可是，小陈不敢和同学接近，他没有朋友，一个人十分孤独。)

三、总结：

有朋友真好！高兴时，有朋友来分享；悲哀时，有朋友来分忧；困难时，有朋友来帮忙。朋友能给人带来欢乐、带来勇气、带来信心。教师相信，在你的努力下，一定会交到更多的好朋友！

文档为doc格式

## 小学六年级健康课教案篇二

1、学生认识到电磁污染对人类的危害。

2、学生了解导致烧伤或烫伤的几个主要原因。

略。

随着现代科学技术的迅猛发展，人们的物质文化生活水平不断提高，各种家用电器已经进入了千家万户，给人们的生活带来了极大的方便和乐趣，然而，你考虑过它们是否给你的身体健康产生过危害呢？这节课我们就来学习这方面的有关知识。

- 1、听故事。(介绍国际象棋大师被电磁波伤害致死的故事)同学们，你们有什么想法？
- 2、读课文第1-5节，讨论什么是“电磁污染”以及对人类的威胁。
- 3、阅读课文，回答问题。
- 4、怎样才能减轻电磁污染及其危害呢？
- 5、针对这些，我们应该注意些什么？
- 6、学生讨论回答。

电磁辐射会给人的身体健康带来哪些危害呢？

### **小学六年级健康课教案篇三**

- 1、学生了解学习和休息之间的关系。
- 2、学生明确应该怎样合理安排学习和休息的时间。
- 3、养成一个好的生活学习作息制度。
- 2、读课文3-5小节，思考讨论。
- 3、让我们来想象一下，如果我们总在进行紧张的学习，是不是会有好的学习效果呢？
- 4、谁来说一说你在生活中了解的有关同学的学习时间安排。
- 5、为了合理地安排学习和休息，我们应该注意哪些方面？
- 7、补充知识：小学生一日学习时间的`标准。

在今后的日子里，让我们来比一比，看谁在这方面做得最好。

## 小学六年级健康课教案篇四

1、学生认识到在有充分思想准备的情况下进入中学，会比较容易进入状态。

2、学生了解进入中学前应做好哪些思想准备工作。

3、养成良好的心理素质和积极的心态。

一、导入新课

二、学习新课。

1、明确做好充分的思想准备进入中学，会比较容易进入状态，否则的话，既浪费时间，又会对学生的心理产生不良的影响。

2、那么，进入中学前就做好哪些思想准备呢？

3、你们知道中学和小学的区别吗？你最关心哪一个方面？

4、从优秀学生身上汲取经验。

1) 要真正把学习当作是自己的事，从学习中锻炼意志。

2) 在学习方法上要做到课前预习、课后复习，遇到不明白的问题及时弄懂，不能积累下来。

3) 为了使自己的身心得到全面发展，进入中这后还要多参加各项活动，在活动中锻炼自己的能力。

4) 正确面对生理和心理上的变化。

你即将成为一名中学生了，做好足够的心理准备了吗？有些什么具体的打算？请写下来

## 小学六年级健康课教案篇五

随着现代科学技术的迅猛发展，人们的物质文化生活水平不断提高，各种家用电器已经进入了千家万户，给人们的生活带来了极大的方便和乐趣，然而，你考虑过它们是否给你的身体健康产生过危害呢？这节课我们就来学习这方面的有关知识。

## 小学六年级健康课教案篇六

- 1、教会小学生区别高矮，初步掌握高矮的相对关系。
- 2、教小学生一些简单的比较方法，发展小学生观察、比较、判断能力。
- 3、帮助小学生了解身体结构，对以后的成长会具有一定的帮助。
- 4、初步了解健康的小常识。

区别高矮和一样高及学习比较高矮的方法。

理解高矮的相对关系。

课件三副、布一块、日常生活中能比较高矮的实物若干

### 一、教小学生区别高矮和一样高

1、出示课件一，图为由于生活习惯不同，健康情况不同，长得高矮不同的两个孪生姐妹，让小学生通过观察比较，找出

她们的不同点（结合卫生习惯教育引入高和矮）。

2、逐一出示实物，让小学生比一比，谁高谁矮，还是一样高。

3、请两个小朋友上来比比谁高谁矮，还是一样高，再请全体小学生互相比比，谁高谁矮，还是一样高。

4、请小学生说说自己熟悉的東西中什么是可以比较高矮的。

## 二、教小学生一些比较高矮的方法

1、请一高一矮两个小朋友，矮的站在凳子上，前面用一块布遮住，让小学生判断，谁高谁矮。当小学生发生错觉时，揭开谜底，并告诉小学生比较高矮时要把物体放在同一高度。

2、出示课件二，图上有一棵树距离近，一棵树距离远，让小学生判断树的高矮，当小学生发生争论时，拉回较远的那棵树，让小学生再次进行比较，然后告诉小学生比较高矮时，要把物体放在相近的地方，否则不确。

## 三、告诉小学生简单的高矮的相对关系

1、请一高一矮两个小朋友比较，再让高的小朋友跟老师比较或让矮的跟更矮的小朋友比较，使小学生知道：高的小朋友跟矮的小朋友比是高的，跟老师比是矮的，矮的小朋友跟高的小朋友比是矮的，但跟更矮的小朋友比是高的。告诉小学生单独的某样东西是不能定高矮的，要看它跟什么比较。

2、请三个小朋友上来，再请一个小学生为他们从高到矮排队，并说出谁高谁矮，谁比谁高，谁比谁矮。

3、发给每个小学生纸和笔，请每个小学生依次画高矮不同的三棵树。

激发了小学生参与活动的兴趣，使小学生“无心”的好奇转

化成了“有意”的求知动力，促使小学生对活动的探索欲望。

## 小学六年级健康课教案篇七

- 1、让学生知道血液的组成成份有哪些。
- 2、使学生了解血液的主要作用。
- 3、使学生了解人怎样才能拥有健康的心脏和血管。

### 投影

你受过伤吗?受伤之后流血了吗?形容一下平时我们见到的血液，好吗?这节课我们就来了解有关血液的'知识。

- 1、大家知道血液为什么是红色的吗?
- 2、血液除了红血球之外，还有哪些成分呢?
- 3、师述：血液中各种成分都有一定的限度，是人体自身调节的，如果某种成分的多少超出了限度，就会生病，医生就是通过成分检验来分析病情的。
- 4、读课文，说说血液在体内主要的任务是什么?
- 5、为什么血液能够不断地流动，周而复始呢?
- 6、为了拥有健康的心脏和血管，我们平时可采取哪些措施呢?
- 7、学生回答，教师小结。
- 8、补充介绍知识：(1)血液的主要成分;(2)血液也是有寿命的;(3)血型的种类。



## 小学六年级健康课教案篇八

一天早晨，东东妈妈九点多钟才带东东来小学生园，原本开朗、外向的东东见了我不但不打招呼，反而藏在妈妈身后，说什么也不愿意进班。东东妈悄悄告诉我：“昨天晚上，东东做了个噩梦，说是梦见了一个怪兽把小学生园的小朋友都踩死了。东东哭闹了很长时间才勉强入睡。今天说什么也不来小学生园了，总是说害怕。”东东的情况让我想起了自己小时候做了噩梦不愿也不敢再睡觉的情景，几天之内一想起噩梦还心有余悸，总也忘不了。还有一些小学生怕蛇、老鼠、青蛙、蟾蜍等这些小动物，每次见到这些小动物都会吓得大惊失色，失声尖叫。由此，我意识到每个人都有自己害怕的东西或事物，尤其是小学生时期经验缺乏，或者受到过不良的暗示之后会更害怕，甚至这种恐惧会持续一生。怎样有效地消除小学生的恐惧心理呢？我认为要从培养小学生的勇敢品质着手，让小学生逐渐地消除恐惧，变得勇敢。于是，我和孩子们一起开展了这次活动。

- 1、帮助小学生了解自己害怕的事物，认识到勇敢的重要性。
- 2、通过各种脱敏训练使小学生认识到变勇敢的方法。

活动准备：绘画纸；蜡笔；垃圾筒或纸箱。

“昨天晚上，我在厨房里发现了一只老鼠。觉得好害怕呀！老师最害怕老鼠了，害得我一晚上都没有睡好觉。”

“小朋友们，你们有没有害怕的事情或东西？”鼓励小学生大胆发言。小学生轮流发言，互相讲解过去的经历，教师注意倾听。

“害怕好不好？这些东西真的很可怕吗？”“你们想不想变得勇敢？”

“怎样才能变得勇敢？”小学生自由发言。教师总结：

1、多学习知识，了解事物的本来面貌，了解某些小动物和我们人类的关系。

2、每天对着镜子说“我最勇敢！”

3、害怕时，自己对自己说：“我不怕、我不怕！”

4、勇敢地把自己害怕的事情告诉爸爸、妈妈或老师。

1、利用绘画纸和蜡笔画出自己害怕的东西或事情。

2、画好后，老师请小学生拿着自己的作品，老师问：“咱不怕？”，小学生要大声回答：“心得体会我不怕！”。反复数次。

3、小学生拿着自己的画排好队，前方放置一个垃圾筒或大纸箱。

4、小学生将手上的作品揉一揉，把害怕的东西或事物包在纸里头。然后大家一起喊“一、二、三”，该小学生将自己手中的纸团丢进垃圾筒或大纸箱，让小学生大喊：“我不怕啦！”直至每个小学生都投完为止。

活动延伸：大家一起收拾整理掉在地上的纸团及垃圾筒或大纸箱。

活动反思：在这次活动的开始，我首先问小学生：“你最害怕什么？”结果我发现约有1/3的小学生出现了害怕和怯懦的表情，全班的孩子都鸦雀无声，无人举手回答问题。我知道这个问题刺激了孩子们的心理。我马上用一种轻松的略带自嘲的语气讲了自己害怕老鼠的事情，听完我的故事，孩子们的神态一下子放松了。接下来很多孩子讲了自己害怕的事情，

他们的心理负担已减轻了一半。画出自己害怕的事物，包在纸里投进垃圾箱，扔掉恐惧，许多孩子都感觉这像是真的一样，我可以从他们轻松的神态上看出来。最后，我感觉到孩子们变得坚强勇敢了，对自己过去害怕的那些东西也都不怕了。这次教育活动达到了预定的活动目标。

本次教育活动从小学生的实际出发，引导小学生进行了一次克服恐惧、使自己变得勇敢的心理训练活动，效果很好。教师从提问开始，一步步引导小学生交谈、游戏、绘画等，都围绕着帮助小学生克服恐惧、变得勇敢的目标来进行，整体教育活动环环相扣，顺畅自然，有效体现了心理健康教育活动的内涵。

首先，教师的教育活动来源：于小学生的实际。她从小学生的实际情况出发，发现了很多小学生都存在的问题，于是萌发了本次教育活动。其次，在教育活动中，教师采用了系统脱敏的训练方法，通过让小学生讲述自己害怕的经历、做游戏、绘画并把自己所害怕的东西抛掉等方法帮小学生逐渐克服害怕的心理，取得了较好的教育效果。再次，教师注意教给小学生一些切实可行的克服恐惧的方法，例如暗示、大声喊、取得的支持等，使小学生从活动中得到了启发和收获。

教师还可以多启发小学生认识一下各种事物的本来面貌和令人恐惧的原因，从根本上帮助小学生认识事物的本质。还应该注意家园合作，发挥家长的力量，使小学生在不同的环境中都能得到良好的暗示和影响。

## 小学六年级健康课教案篇九

- 1、知道生病了就要去就医。
- 2、了解就医的心理筹备和安全留意事项。

- 3、培养良好的卫生习惯。
- 4、初步了解健康的小常识。
- 5、初步了解预防疾病的方法。

1、动画视频《不怕看医生》

2□ppt课件(关于小朋友看病的图片)

(一) 教师请小学生观看动画视频《不怕看医生》，引出活动主题。

1、教师：小朋友们好，我是刘老师，今天老师带来了一个很好看的动画片，小朋友们想不想来看一下呀？那是什么动画片呢，我们赶紧来看看吧！

2、教师播放动画视频《不怕看医生》，看完后请小学生来说一说视频中发生了什么事情，他们又是怎么做的。

3、小学生简单描述视频中的内容，教师继而引导小学生知道生病了就要去就医，医院和医生并不可怕，我们要做个勇敢的孩子，不怕打针。

(二) 观察图片，了解就医的心理筹备和安全留意事项。

2、教师请小学生说说自己的`看病经历，并依次播放小朋友们看病的图片，让小学生看看这些小朋友在医院的表现，并引导小学生知道就医的安全事项。

3、克服惧怕医务人员心理。

4、做个勇敢的孩子，配合医生做检查。

5、不乱动诊疗室的物饰。

6、留意清洁卫生，不到处乱摸。

7、耐心等待就医。

这次心理健康活动——《不怕看医生》，是想让小学生通过活动了解一些就医的心理筹备和安全留意事项，春季是传染病多发季节，小学生由于年龄小，抵抗力差很轻易感染，而他们又非常怕打针，只要家长说带他们去医院看病他们就很反抗，因而这次活动对小学生有很好的教育意义。

活动中小学生观看了动画故事《不怕看医生》，并观看了很多小朋友们看病的图片，知道生病了就要去就医，也了解了一些关于就医的安全事项，从图片和动画故事中小学生体会到医院和医生并不可怕，我们要克服惧怕医务人员的心里，做个勇敢的孩子，配合医生做检查，活动中孩子们都很积极地发表自己的看法，也都说要做个勇敢的孩子，不怕看医生。

但活动中不足的是没有筹备看病的用具，若能给小学生看一些医用材料，如，棉签，纱布，口罩，听诊器等，小学生会更感爱好，我想在以后的活动中尽量提供一些实物给小学生，让小学生能更清晰直接地接触到，小学生把握起来也会更快更好。

## 小学六年级健康课教案篇十

《找凉快》是一节探究避暑方式的健康活动。小学生的体温调节功能还不成熟，炎炎夏日如果不注意保健就有可能中暑。本次活动通过讨论、总结生活中已知的避暑经验，通过图片、视频丰富喝温开水、树下乘凉等小学生不常用经验。最后通过情景再现感受喝完温开水后慢慢展开的丝丝凉爽，知道温开水比冷饮更利于避暑，从而获得健康的避暑方法。

1、知道喝温开水、洗澡、树荫下乘凉、适当吹空调等主要的避暑方法。

2、初步掌握夏天自己保护的方法，增强自己保护的意识。

3、引导小学生乐于交流，激发小学生的想象力，培养小学生的安全意识。

4、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

能防暑、凉快方法（洗澡、喝温开水、吹空调等）的图片笔、纸等。

一、教师与小学生共同讨论，了解夏天避暑的好方法。

三、请小学生相互交流让自己变凉快的方法，教师将根据画面内容集中归纳摆放图片。如：洗澡、喝温开水、适当吃冷饮、少运动、适当吹空调和风扇等。

四、观察图片，引导小学生说出能让自己凉快的各种方法。

洗澡或游泳；应在有阴凉的地方活动；少穿些衣服，穿吸汗性强的棉汗衫、短裤以及凉鞋等；适量地吃冷饮、吃西瓜，多喝水、绿豆汤；适当地吹空调和电扇；少剧烈活动等。

五、和小学生讨论吹空调、电扇和吃冷饮都应注意什么？让小学生了解夏天自己保护的基本常识。

六、引导小学生在小学生园找凉快。说说自己在哪里找到了凉快。

七、活动延伸

教师可带领小学生在小学生园的树荫下讲故事，感受树荫的凉爽，知道绿化给人类带来的好处。

本次活动中，孩子们通过对“凉快招数”的研究，在不断的尝试操作、探索感知、体验分享来发现热水变冷的不同方法，

并进一步发现里面的科学道理，并让小学生从中体验到了科学探索的兴趣，培养小学生从小爱科学。同时也达到同伴相互合作的能力。在活动中，老师观察孩子们的的生活，将生活中的常见现象与小学生进行讨论，让孩子们结合生活经验进行交流，贴近小学生生活，将小学生的已有生活经验进行提升。在活动中孩子以自己不同的记录方法进行记录，并进行解读、交流，让孩子们自己用记录的方法来寻找答案，充分调动了孩子们探索的积极性。