

# 二年级健康教育教案(汇总8篇)

教案是教师在教学过程中用来指导课堂教学的一种书面文件，对于高中教师来说，教案的编写是教学工作的重要环节之一。接下来是几份注重教学方法和策略的初一教案范本，供大家学习和借鉴。

## 二年级健康教育教案篇一

活动目的：

### 1、情感、态度与价值观：

让学生重视期末复习。保持良好的心理素质，充分地准备，保持自信，沉着应对。

### 2、知识与能力：

学会如何复习的方法，能获得一些好的复习方案，迈向成功。

通过活动，了解考试对个人成长的重要性，体会感受考试成绩是对你一学期的学习情况的鉴定，所以我们要高度的重视，不能掉以轻心。但也不要有过重的心理负担，造成精神上压力，可能对考试还会产生不好的影响。

### 3、过程与方法：

运用故事法、经验介绍法、通过小组成员的独立思考、讨论交流等，使学生在情感心理等方面都得到提高。对自己的复习有一个总体规划。

教学重点：

通过情感的交流，让学生轻松应对考试，并对考试有一个正

确的认识。

活动过程：

快乐的生活和学习是分不开的，当我们静下心来，聆听时间，猛然发现，期末考试已经悄然而至，学习生活也似乎变得紧张和忙碌起来。对于考试，乐观的同学把它看成一次又一次的挑战，在挑战中肯定自己，超越自己；而悲观的同学则把它视为苦役，在苦役中消沉自己，丢失自我。在这里，我来讲一个“帝王蛾”的故事。

在蛾子的世界里，有一种蛾子名叫“帝王蛾”。帝王蛾的幼虫时期是在一个洞口极其狭小的茧中度过的，当它的生命要发生飞跃时，它必须在这个及其狭小的洞口用力挤压，如若不然，它便无法冲出洞口。而若是谁将洞口剪开，幼虫虽然能毫无困难爬出，却会永远丢失飞翔的能力。那是为什么呢？那是因为只有通过用力挤压，血液才能顺利送到蛾翼的组织中去，惟有蛾翼有血，帝王蛾才能振翅飞翔。

在生活中，我们不可能成为统辖他人的帝王，但是我们可以做自己的帝王！面临考试时，别让烦躁、不安侵蚀自己的内心，既然我们已经来到了这个洞口，既然现实告诉我们，也许你现在只有通过洞口才能飞翔，那么，我们就安然地勇敢地穿越这洞口，带着呼啸的风声，携着永不坠落的梦想，走出这一段也许有那么一些艰苦，有那么一些枯燥、乏味的岁月，从而拥有飞翔的快乐时刻。

同学们，面对日益临近的考试，难免让人既兴奋又紧张。保持良好的心理素质，充分地准备，保持自信，沉着应对，你就一定能考出你的最佳水平。梅花香自苦寒来，宝剑锋从磨砺出。用一个好心情，用一种平常心去投入到期末复习迎考中。“暴风雨过后不一定会见彩虹，但是至少会万里晴空”。

1、四人一小组讨论交流每门功课的复习方法和经验。

1)有效复习知识，查漏洞补不足：

2)养成良好习惯，提高学习质量

3)沉着应试，正常发挥考试时，首先是要合理地分配时间，先易后难，不要因为某一个题目浪费太多的时间；其次是要认真地读题，分析题目的意思，找出关键的词、句和已知条件，排除一些干扰因素，正确答题；第三是认真地检查，不提前交卷。

劳逸结合，有善用脑

4)保证睡眠事半功倍

5)增加营养和锻炼

2、小组代表分别发言，分别说说语文、数学、英语、科学的学习方法。

3、请学困生谈谈自己的一些困惑，同学一起来帮助他们。

4、制定期末目标，针对目标，你如何进行期末复习。

5、班主任小结。

## 二年级健康教育教案篇二

一、展章导入。

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。

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。

## 二年级健康教育教案篇三

一、教学目的：

情绪对人的学习和生活影响很大，教育学生要做情绪的主人，

才能适应社会生活；学会控制自己的情绪，掌握调控情绪的方法，做一个快乐的小学生。

## 二、教学准备

准备活动中所要用的各种情景问题。

## 三、教学过程

### 1. 导入

五年级小学生还不能控制自己的情绪，而对交往过程中的纠纷、误会不善于处理，表现为遇事容易冲动，感情用事，从而影响同学关系，自己也很苦恼。教师应引导学生认识控制情绪的重要性，这样才能做一个令人喜欢的人。

我们每个人都有自己的情绪情感，遇到不同的事，就会有不同的感受，但我们要学会控制自己的不良情绪，这样在与同学的交往中，才不会感情用事，在学习和生活中，保持乐观的情绪，今天我们学习《做情绪的主人》这一课。

### 2. 学文明理

(1) 读遍课文，让学生思考。

a关成的学习成绩为什么退步了？

b小花是怎么对待跳绳失利的？

分组讨论，然后派代表在全班发言。

(2) 议一议

如何调控自己的不良情绪呢？

a□宣泄法□b□转移法□c将心比心□d□挫折不一定是坏事。

### 3、活动明理

#### (1) 演一演

建议6位小品扮演者提前进行排练，尤其要挑选好女主角王小燕，以确保表演成功。议论时，如果时间允许，可多请几位同学谈谈看法。

师：王小燕爱生气好不好？为什么？

生：不好，生气影响身体健康。

生：生气容易使人得病。

生：生气容易影响同学关系。……

### 6、自主学习巧安排

活动目标：

- 1、知道要合理安排时间，培养时效观念。
- 2、学会在生活中合理安排时间，提高学习和工作效率。

活动过程：

#### 一、谈话导入，揭示课题

总结：：时间对每个人都是公平的，如果一个人活一百岁，也不过活了36500天，时间是多么宝贵。

2、现在老师想了解一下，昨天晚上5：30~8：30这段时间里，你做了那些事情？今天早上7：30~8：00这段时间里，你做了

哪些事情？（交流）

在同样的时间里，有的同学收获多，有的同学收获少，所以，时间是公平的，又是不公平的，为什么在同样的时间里，有人收获多，有人收获少？所以我们从小要学会合理安排时间，做时间的主人。

## 二、学习名人，明白道理

1、你知道哪些关于名人珍惜时间的故事？

2、这些名人是怎样巧用时间的？

总结：这些人珍惜时间，善于利用时间，取得了很大的成就，而且，许多人给后人留下了珍惜时间的格言。

3、全班交流惜时格言。

## 三、联系实际，指导行为

2、总结方法。

（1）、完成家庭作业要专时专用，不能在写作业时干别的事情，不然，玩得不痛快，学得也不扎实。

（2）、打扫卫生时，可以一边劳动，一边背课文，做到劳动、学习两不误。

（3）、课间活动一定要积极参加，这样才能在下节课中有充足的精力，这也是提高学习效率的一种方法。当堂任务及时完成了，就能有更多的精力干别的事情。

（4）、中午吃完饭可以休息一下，然后再利用课前时间看一些课外书。



### 3、亲身体验

给大家五分钟自习时间，自己安排学习内容，然后汇报在五分钟内时间里都干了些什么。

4、同学们总结出了很多巧用时间的方法，但我发现，有的同学放学后几个小时的时间都不能完成家庭作业，有的同学早晨到校后，把半小时的课前时间白白浪费了。现在我们都来动手，根据自己的实际情况把放学后到睡觉前这一段时间、到校后和上课前这一段时间安排一下，定一个时间安排表。

5、挑选同学展示自己的时间安排表，其他同学提出修改意见。

### 四、教师小结，提升认识

时间是由一分一秒组成的。打字员一分钟可打150个字，纺织工人一分钟可打120个结，话务员一分钟可以接25个电话，护士一分钟可以给三个病人打针，教师一分钟可以改5本作业，装订员一分钟能订书20本。正是这一分一秒的时间组成了人的一生，节约了时间就等于延长了生命。希望同学们在今后的学习、生活中合理安排时间，巧妙驾驭时间，学习更多的知识和本领。

## 二年级健康教育教案篇四

### 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篇五

1、知道日常生活中会遇到许多的困难，能充满信心动脑筋想出各种方法克服困难、解决困难。

2、能体验自己解决困难的喜悦。

3、学会保持愉快的心情，培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。

4、让幼儿知道愉快有益于身体健康。

5、培养幼儿健康活泼的性格。

## 活动重难点

知道日常生活中会遇到许多的困难，能充满信心动脑筋想出各种方法克服困难、解决困难。

## 活动准备

童话故事树林里的动物，头饰：小熊、小猴、小鹿、小羊、啄木鸟。

## 活动过程

（一）、借助童话故事，把幼儿引入一个充满问题的世界。

师：在茂密的树林里，生活着许多的动物。你猜，都有些什么动物呢？(激发幼儿的兴趣)

师：有一天，小动物在树林里玩，你看他们发生了什么事情？

师：树林里有什么动物？它们遇到了什么困难？

（二）、鼓励幼儿通过实践活动动脑筋想办法解决困难。

1、激发幼儿解决困难的信心。

2、幼儿分组讨论解决困难的方法。

师：假如羽毛球被挂在了树上，小羊能用什么方法把它取下来呢？

师：假如小球滚进了树洞，小猴能用什么方法把它取出来呢？

师：哎呀！小熊的裤子给刮破了，如果你是小熊，你有什么方法呢？

师：啄木鸟喝不了水，只有半杆水小啄木鸟们，你们有什么方法喝到水呢？鼓励幼儿讲出自己解决问题的方法，初步体验成功乐趣。

（三）、引导幼儿感知生活中有许多困难问题，鼓励幼儿大胆想出解决方法。

师：你在家里、幼儿园、路上或其他地方遇到过什么困难？

（四）、游戏（过河）。

用蓝色的布或纸设置一条宽大的河流，在河的对面设置一座大山，山里藏着各种各样的宝物—玩具。

引导幼儿通过各种不同的方法过河，获取自己喜爱的宝物。

活动反思

在这一节课上，学生始终在一种轻松和谐的气氛中接受心理健康的教育。我相信，学生会在这节课上找到了自信，学会以良好的心态克服生活中将要出现的困难，为学生今后的学习、生活加上新的动力源。

## 二年级健康教育教案篇六

为了提高师生的心理保健意识和心理健康水平，进一步营造校园的心理教育氛围，加强我校学生心理素质教育，促使学生科学地认识、了解心理健康知识，形成正确的心理健康观念，学校决定开展首届以“关注心理，快乐生活”为主题的心理健康教育宣传月活动。

活动目的：通过主题活动，宣传心理健康教育知识，明确心理健康教育的意义与作用，培养学生的参与意识和乐观向上的心理品质，促进学生人格的健全发展，在全校掀起维护心

理健康的热潮。

活动宗旨：

- 1、教会学生管理自己的情绪，使其拥有积极稳定的情绪，避免患各种情绪障碍。
- 2、帮助学生学会正确认识自我和周围世界，从而使学生能与同学、老师、父母融洽相处。
- 3、使学生拥有健全的人格，摆脱不良心态，从而更好地投入到学习和生活中去。

关注心理健康，积极快乐生活。

20xx年6月

（一）心理健康活动周启动暨国旗下讲话（具体内容如下）：

- 1、宣布心理健康活动月开始
- 2、宣读实验小学心理健康活动月方案
- 3、以“关注心理健康，积极快乐生活”为主题进行国旗下讲话

（二）黑板报

各班以“关注心理健康，积极快乐生活”为主题出一期黑板报，低年段以学生的学习为内容，比如：如何养成良好的行为、学习习惯，怎样让孩子们快乐学习；中年段以如何调节情绪，快乐每一天，或认识自我，增强自信心为内容；高年段以沟通、互动、和谐以及良好的人际关系为内容。

（三）心理健康讲座

1、教师心理健康讲座

2、学生青春期卫生讲座（五、六年级女生）

#### （四）心理辅导课

各班的辅导员在团体辅导室上一节心理辅导课，并做好相关的心理健康教育记录。（上传教案和照片2个至ftp□

各任课老师上传2个渗透心理健康教育的教案。

#### （五）广播站

在红领巾广播站推出“心灵之约”栏目。（知心姐姐）

#### （六）心理健康教育主题队会

活动主题：“关注心理健康，积极快乐生活”

活动目的：通过主题班队活动课让学生懂得如何以积极的心态去面对生活和学习，不要有过多的思想负担，珍惜今天，把握今天，争取做生活的舵手。（活动方案请在课后交给心理辅导站）

#### （七）心理健康知识展示活动

1、各班出一期有关小学生心理健康知识为主题的黑板报。

2、心理健康知识手抄报比赛。（3—5年级每班推荐五份）

3、心灵日记（6年级每班10份）

4、以《快乐的生活》为主题的美术作品展（1、2年级每班推荐5份）

## 二年级健康教育教案篇七

教学目的：

训练学生认识基本的学习方法，懂得学习方法的意义和作用，养成良好的学习习惯。结合学习内容和要求，发现影响自己学习的主要问题，不断选择适合自己的学习方法。

教学过程：

### （一）引入

同学们，你们的学习成绩如何，在学习上讲究方法吗？下面老师给你们讲个小故事。

### （二）学文明理

1、听了这个故事，你有什么想法？戈强的学习成绩开始为什么总也上不去？后来为什么提高了？学生谈谈自己的看法，请几个人回答。小结：看来只靠死记硬背是不行的，必须在理解的基础上记忆，掌握一定的方法才行。

2、什么是学习方法？怎么样才能掌握一定的学习方法呢？

a□学习分五个环节，它们是：预习、听课、作业、复习、考试。每个环节各有特点，各有不同的方法，只有掌握了各个环节的学习方法，灵活运用，才能提高学习成绩。

b□下面咱们搞一个小测试，符合你的情况的画勾：谁来说说你画的情况？指名找几个人说。谁还知道一些没有正确学习方法的现像？计划性训练应加强监督和检查。

c□小组讨论：都可以用什么方法学习？如：计划性训练应加强监督和检查。预习：教给学生预习步骤：读、划、批、写、



思、做。听课要专心。复习要系统。做作业要仔细审题、认真解题、耐心检查、及时改错、提高创新。

### （三）活动明理

1、下面咱们做一个小测试，请你根据自己的情况，实事求是做出选择。小组讨论并派代表发言。我们一起做个小游戏：小猫钓鱼。

2、下面几种情况，请你想一想议一议。请你读读下面几句话，并把它记下来。

### （四）总结全课

今天我们了解了几种学习方法，希望大家能灵活运用，使自己在在学习上取得更大进步。

## 二年级健康教育教案篇八

1、教师：我们都会有自己的课余生活，生活中有我们喜欢的玩具、故事书、电视节目。想想在你的课余生活中经常和哪些事物相关，就请介绍3种吧！

2、学生发言、交流

3、过渡语：可是我们的课余生活中不一定全是快乐，让我们来看看小华所遇到的事吧。

### 二、咨询台

1、弄清小华生活中遇到的事，小华该怎么办？

2、小组讲座帮助小华找到解决办法。

3、师生交流，制定时间安排表。

### 三、活动区

1、明确要求，指定或选派小组代表。

2、播放音乐，小组活动。

3、小组表演，教师充分鼓励小朋友参与。

4、教师总结：接待伙伴时要运用礼貌用语，不仅要让伙伴感到快乐，同时也要使伙伴们在一起玩时有收获。

### 四、实践园

1、教师：欢迎小朋友把在课余生活中学到的知识、本领给大家表演一下。

2、小朋友表演。

3、播放音乐：在愉悦、轻松的环境中读记儿歌。