

# 小学生健康教育 小学生健康教育教案(汇总7篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 小学生健康教育篇一

课程题目：怎样测量身高、体重、脉搏。

教学目标：

- 1、让学生学会测量身高、体重、脉搏的方法，观察自己的生长发育状况。
- 2、教育学生经常测量身高、体重、脉搏，关心自己的生长发育状况。

教学重点：测量身高、体重、脉搏的正确方法和有关注意事项。

教学难点：测量身高、体重、脉搏的意义。

教具(课前准备)：人体测量器、脉搏测量器。

教学过程：

1. 身高测量；

(1)使用器材：身高坐高计。

(2)测试方法：受试者赤足，立正姿势站在身高坐高计的底板上（上肢自然下垂、足跟并拢，足尖分开成60度）。

2. 体重测量；

(1)使用仪器：为杠杆秤。

(2)测试方法：同上。

3、脉搏测量：

(1)使用的仪器：脉搏测量器

(2)测量方法：测量的部位在一手腕上挠动脉的位置

注意事项；

1)测量体重前受试者不得进行体育活动和体力劳动。

2)受试者站在秤台中央，上、下杆秤动作要轻。

3)杠杆秤使用前均需校正，对砝码重量应校对，避免差错。

4)测量脉搏心情要保持平静，身体要保持安静状态，

课堂小结：

生：明白了！

反馈检测：

1、让学生解释什么叫脉搏？

2、回答：测量身高、体重、脉搏有什么作用？

### 3、判断对错：

- (1) 背书包测量体重 ()
- (2) 穿着鞋子或戴着帽子测量身体高 ()
- (3) 测量正常脉搏要在身体平静时 ()

文档为doc格式

## 小学生健康教育篇二

案例上个学期初，我班转来了一位新同学张伟。他是我多年前邻居张先生的小孩。张伟在许多人的眼里是不折不扣的笨学生。记得他上学的第一天放学时，她母亲问：“这天老师教什么？”他想了半天说：“脚板印。”母亲不解，便问一齐回来的同班同学。同学言辞清晰地回答：“老师要我们脚踏实地，好好学习。”旁人听到后，都朝他大笑。在一年级放寒假时，他母亲看到其他同学个个喜洋洋的拿着奖状回家。便问张伟：“你得奖状了吗？”他回答道：“老师说买的不多，不给我了。”从小学到中学，老师都说其“不行”、拖班级后腿，甚至有的老师找张先生发牢骚，说小孩“智力有问题”。再加上贪玩，张伟的学习成绩总不理想，每况愈下。

教师的评语我在张伟进班的第一次课外作业上打了批语，没想到短短的一句话，发挥了很大的作用。现将张伟周记中一段话摘录如下：

当我怀着对自己的些许肯定和对以前不务正业的否定的情绪，交上我上高中以来第一次认认真真地做好的数学作业时，我就在等待着。我明白老师如果还有一丝情绪想管我的话，就会对那前半本不著一字的“风流”好好批判一翻，而对我后面的努力，也会有一丝满意。

期盼中的我翻开了练习册，在那个别人都打“优”的地方，老师给我写了个“好”字，还加了一句评语：“坚持下去，必须会有好收获。”这是对我的肯定，这是我多年来首次得到的老师的肯定啊！那时的我几乎百感交集，我想起天真幼稚的过去，此刻的感觉竟如此的相似。麻木了这么久的灵魂最后有了一丝触动，如果当时旁边没有同学的话，我必须会哭的。虽然按时做作业对别人来说，是如此稀松平常，但是我，我很久没这么认真了，我真的很高兴。

我明白我的感觉也许很幼稚可笑，可我终究要写出来，就为那心中好久不曾荡起的涟漪。

多一点鼓励在新学校，没有人明白张伟曾是“弱智生”，老师和同学们像对待普通学生那样对待他。张伟的自信心恢复了，他刻苦努力，很快就赶上了大家。老师对他很满意。不仅仅如此，他还在同学中荣获了“聪明人”的雅号。

事情是这样的。一天，语文老师利用最后的几分钟时间，给大家出了条谜语，活跃气氛。并且说，谁要是先猜对，那他就是这天班里最聪明的人。谜面是：楼下客满。打一成语。

谁知，张伟第一个站起来答道：“之后居上！”

老师满意地笑笑说：“对，张伟是我们班这天最聪明的人。”

我们班的老师耐心个性好，不仅仅不批评学生，相反，只要学生有一点进步，老师就会给予适当的称赞表扬。在每一次考试之后，老师总要和每一位同学进行谈话，帮忙他们分析成功和失败的原因，并给予鼓励，促使上进。张伟在这样的环境中进步个性快，不但成绩到达中等，而且在期末还破天荒捧回了一张“学习用心分子”奖状。张先生感慨地对我说：“看来不是孩子的智力有问题，而是老师的态度有问题啊！”

探究原因为什么同样的学生，在不同的学校表现却判若两人呢？从教育心理学看，张伟的经历，体现了“心理惩罚”对青少年求学带来的“隐性障碍”。如今体罚已引起教育界的重视，但“心理惩罚”由于对学生的伤害不易被人察觉而长期被忽视。“心理惩罚”主要是指由于学校老师教育方法、管理方式、措施等不完善或失当，给学生精神上带来的伤害，最常见的是学生自尊心的伤害。据了解，这类事件在学校平时教学中并不少见。正是如此，虽然面临着考试、升学等压力，但学生在校最害怕的并不是考试，而是“被老师批评”、“被人瞧不起”，尤其是被老师瞧不起。因为老师的行为与态度在学生成长过程中具有导向性，被老师瞧不起，在同学中就会受到轻视或遭冷遇。

总之，不管采用什么样的教育理论、教学模式，老师首先要有一颗爱心，尊重学生，莫让“心理惩罚”给学生在求学道路上背上沉重的包袱。

### 小学生健康教育篇三

二十世纪八十年代末出生的独生子女，目前已逐步升入到九年义务教育阶段的初中学习。伴随他们的成长，除了生活、学习上的问题外，接踵而至的青春期情感问题不经意间就撞上了他们单纯、幼弱的心灵。

当前，中学生恋爱日渐成风，并且呈现一种上升趋势。尤其值得注意的是，在他们当中成绩好的学生占了相当大的比例。由于青少年生理成熟的提早，加上社会上性信息的猛增，使学生的恋爱年龄提前，在初中一、二年级就开始萌生爱的幼苗。

针对此类现象，本人透过搜集信息，从社会、学校、家庭诸方面状况入手，正面疏导，使学生正确认识恋爱问题及本质，正确对待此类问题，争取早日摆脱，重新振作，建立起乐观、向上的心态，重新扬起他们的笑脸，扬起生命的风帆。

1学生简介：冷某某，初二女生，性格内向、文静。曾与本班男生透过写信的方式互诉爱慕之情，此信被遗忘在校图书馆，被同学拾到后交给班主任。于此次谈话前，班主任已与她有两次交流。

2学生自述摘要：冷某某：“我的父母在我小学三年级的时候已经离异，我一向想让他们复婚，但是此刻已经没有用了，他们都有了各自新的归宿，我一向一个人住在外公外婆家；每次当我看到同龄人与父母开心交谈，我就会莫名悲哀！我一向有一个问题，为什么他们会离婚？既然如此，当初干嘛还要结婚。”

冷某某：“刚开始，我们并没有什么，我理科不太好，于是有一有问题我就请教他（他理科好），每次问题被他解决，我会很开心，觉得他很棒！”

冷某某：“大家看见了，常常起哄，我很烦，见到他反而尴尬了，于是就偷偷写信，交流多了，我发现他对我也有好感，就这样我们定期通信……”

冷某某：“此刻，我真的感觉到自己很喜欢他，因为只要哪天见不到他，我就会心神不宁……”

3教师分析：虽然，此类恋爱行为具有明显的隐蔽性，但还是比较健康，没有任何越轨行为。

从家庭原因分析，该名女生是出生于八十年代末的独生子女，按常理，她就应生活优越、幸福。可事实上，她的家庭比较特殊，父母在她三年级就离异，她与外公外婆生活多年，导致情绪一向低落，使得她的性格孤僻、冷漠、自卑感强。失去了父母的关爱与保护，使得她期望在生活中寻找一个温暖的一个受关爱的港湾。这是她过早恋爱的内因。

从生理和心理分析：青少年的身体尤其是性器官正处于发育

的关键时期，由此产生朦胧的性意识直指异性。再一点，青少年人格正处在一个相对不完善的阶段，学习压力，父母压力乃至社会压力都会给他们正处于成长的心灵的天平向异性倾斜。最后，他们这个年龄对异性充满好奇，对自身变化急于了解，可得不到教师、家长的引导，而且他们缺乏经验，缺乏是非的决定潜力，往往深陷其中而无法自拔。

从社会、学校环境出发：不健康的大众传媒的影响，枯燥单调的校园生活，同学之间的调侃、起哄，都是导致学生过早恋爱的外因。

#### 4教师疏导：采用先扬后抑再扬的疏导方法

扬：这件事情发生至今，你的学习未受影响，说明你能控制学习与恋爱的心态，自我控制潜力较强，处理得不错。你父母的状况老师了解不够，对你的关心不够，也就应向你表示歉意。但是你在这种特殊状况下，不靠别人帮忙，取得学习上的成绩，老师要再表扬你。（肯定她的学习、生活不受恋爱、家庭影响）

抑：你是一个初中生，年龄还很小，正处于长身体、长知识的黄金时期；你的前途很光明，但是，老师却看到了你的前面将会有一座冰山，阻挡了你前进的步伐。也许别人说你们是早恋，可老师认为不，这是一种十分正常的现象，你们处于各个器官成长发育的时期，对异性产生好奇，并被深深吸引也是正常的。但是，分析你的状况，你对他还有一种崇拜的成分。你们之间并不是真正的感情，感情需要承担职责与义务，可你们有这份潜力吗？你们之间的精力超多花费在这件事情上，久而久之势必影响学业。因为这而失去完美的前程与光明的未来，你认为怎样？你的外公外婆他们年纪大了，他们需要你的照顾，你行吗？（从学生本人、家庭、社会各方面启发，阐明危害。）

扬：要正确对待这件事情，该结束的时候就结束，把这完美

的记忆深藏心底，待到以后再去回味，珍惜记忆，珍惜生活。

5事例分析：美国《健康和行为》杂志最近对800名青少年进行调查，结果发现，早恋对他们来说，可能变成地狱。青少年之间的早恋，很有可能使他们患抑郁症，一些人还会自杀。前不久，美国加州山地高中枪杀两名同学的的学生安迪-威廉姆斯称，他就是因为失恋精神压抑才杀人。

恋爱，会是成年人变得年轻，身体更加充满活力，生活更为丰富多彩。然而，青少年之间的恋爱则不然，他们的早恋容易导致情绪的抑郁、自杀甚至杀人，所以已成为了严重的社会问题。

对于学生恋爱问题，教师在处理过程中，切忌粗暴辱骂。苏霍姆林斯基说过：“教师的大喊大叫，不能收到预想的效果，有时反而会引引起学生内心的消极反抗，有时则使学生觉得教师无能。”应采用疏导的方法，做到：帮忙学生树立远大理想，建立正确的世界观、人生观；“尊重、理解、关怀、引导”是法宝；加强教育，可展开分类活动，使少男少女会有价值地使用自己的精力，有好处的释放自己的能量；注重区别对待，个别指导。

## 小学生健康教育篇四

直到进入了心理治疗室，父母方恍然大悟。小强一口气问了医生一大堆问题：为什么我住在路边的房子里，同学们都能住高房子？为什么同学们都要叫我“民工”？为什么他们不到我家去玩，也不请我到他们家去玩？我到底和他们有什么不一样？反正，我此刻看到上海同学高兴，就想打他们！

评述：上海有40万儿童青少年需要心理卫生服务。据统计：1985年外地患儿约占全年患儿的7%，自1994年外地患儿呈增加趋势，以后增长最快，从起，这一比例超过了10%，近年高达12%，是1986年的4倍。外来务工者的子女由于周围环



境发生变化，成年人群体之间的文化、观念冲突，让孩子生长在一个不平等的心理环境中。此外，一部分外来务工者生存环境恶劣，脏、乱、差并存，孩子耳濡目染，如不及时、耐心仔细的引导，小问题将成为大麻烦、大隐患。在少儿心理疾病中，物质成瘾的现象越来越多。虚拟的完美、媒体的造星运动、儿童社会规范制度空白，让越来越多的孩子离开了正常的人生轨迹。

良好的心理素质是人的全面素质中的重要组成部分。中小學生正处在身心发展的重要时期。随着生理、心理的发育和发展，社会阅历的扩展及思维方式变化，个性是应对社会竞争的压力，他们在学习、生活、人际交往、升学就业和自我意识等方面，会遇到各种各样的心理困惑或问题。坚持育人为本，根据中小學生生理、心理发展特点和规律，运用心理健康教育的理论和方法，培养中小學生良好心理素质，促进他们身心全面和谐发展。

## 小学生健康教育篇五

同学们：

大家好！

当你面对自己的成长时，你是不是会感到又兴奋又不知所措，还常常有一些烦恼和痛苦呢？不知道怎么与异性交往呢？这些都不要紧张，人人都有青春期，就从现在开始，我们一起来了解，一起来学习。因此，我们要自尊，自爱，自律，健康安全的渡过青春期。今天我们要讲的是生殖健康教育系列之异性交往。交往策略有六不：不拘谨、不随便、不冷淡、不亲昵、不卖弄、不严肃。

1、自然交往。在与异性交往的过程中，言语、表情、行为举止、情感流露及所思所想要做到自然、顺畅，既不过分夸张，也不闪烁其辞；即不盲目冲动，也不矫揉造作。消除异性交

往中的不自然感是建立正常异性关系的前提。自然原则的最好体现是，像对待同性同学那样对待异性同学，像建立同性关系那样建立异性关系，像进行同性交往那样进行异性交往。同学关系不要因为异性因素而变得不舒服或不自然。

2、适度交往。异性交往的程度和方式要恰到好处，应为大多数人所接受。既不为异性交往过早萌动情爱，又不因回避或拒绝异性而对交往双方造成心灵伤害。当然，要做到为大多数人所接受有时也并不容易，建议你只要做到自然适度，心中无愧，就不必过多顾虑。

3、真实坦诚。这是指男女生交往的态度问题，要像结交同性朋友那样结交真朋友。

4、留有余地。虽然是结交知心朋友，但是异性交往中，所言所行要留有余地，不能毫无顾忌。比如谈话中涉及两性之间的一些敏感话题时要回避，交往中的身体接触要有分寸等。

5、自信、自强、自爱和自我防范。

同学们！用你们青春的画笔，把真诚、纯洁、美丽、幻想都画进你绚丽的人生画卷！使自己的青春真的无悔！

## 小学生健康教育篇六

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！

小朋友们，我们每天吃饭吃点心前，上完厕所后和玩完游戏后都要洗手，如果手脏了就及时洗干净。洗手时要先卷起袖子，然后用洗手液或肥皂，最后用流动水把泡泡冲干净。

希望小朋友们都养成讲卫生勤洗手的好习惯。再见！

## 小学生健康教育篇七

同学们，大家好！

当你面对自己的成长时，你是不是会感到又兴奋又不知所措，还常常有一些烦恼和痛苦呢？不知道怎么与异性交往呢？这些都不要紧张，人人都有青春期，就从现在开始，我们一起来了解，一起来学习。因此，我们要自尊，自爱，自律，健康安全的渡过青春期。今天我们要讲的是生殖健康教育系列之异性交往。交往策略有六不：不拘谨、不随便、不冷淡、不亲昵、不卖弄、不严肃。

1、自然交往。在与异性交往的过程中，言语、表情、行为举止、情感流露及所思所想要做到自然、顺畅，既不过分夸张，也不闪烁其辞；即不盲目冲动，也不矫揉造作。消除异性交往中的不自然感是建立正常异性关系的前提。自然原则的最好体现是，像对待同性同学那样对待异性同学，像建立同性关系那样建立异性关系，像进行同性交往那样进行异性交往。同学关系不要因为异性因素而变得不舒服或不自然。

2、适度交往。异性交往的程度和方式要恰到好处，应为大多数人所接受。既不为异性交往过早萌动情爱，又不因回避或拒绝异性而对交往双方造成心灵伤害。当然，要做到为大多数人所接受有时也并不容易，建议你只要做到自然适度，心中无愧，就不必过多顾虑。

3、真实坦诚。这是指男女生交往的态度问题，要像结交同性朋友那样结交真朋友。

4、留有余地。虽然是结交知心朋友，但是异性交往中，所言所行要留有余地，不能毫无顾忌。比如谈话中涉及两性之间的一些敏感话题时要回避，交往中的身体接触要有分寸等。

5、自信、自强、自爱和自我防范。

同学们！用你们青春的画笔，把真诚、纯洁、美丽、幻想都画进你绚丽的人生画卷！使自己的青春真的无悔！