附件4：

**教学设计**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 课程基本信息 | | | | | |
| 学科 | 体育与健康 | 年级 | 一年级 | 学期 | (秋季) |
| 课题 | 第1课：良好的个人卫生习惯 | | | | |
| 教科书 | 书 名：义务教育教科书体育与健康  出版社：科学出版社 出版日期：2024年7月 | | | | |
| 教学目标 | | | | | |
| 1. 爱清洁、讲卫生，学习卫生小知识。  2. 学会正确的七步洗手步骤，知道请假的程序。  3.从小培养良好的个人卫生习惯。 | | | | | |
| 教学内容 | | | | | |
| 教学重点：良好的个人卫生习惯 教学难点：七步洗手法。 | | | | | |
| 教学过程 | | | | | |
| **一、故事导航**  良好的个人卫生习惯  **二、学一学**  卫生小知识  （1）早晚要刷牙。清洁口腔卫生，保护牙齿。  （2）勤剪指甲，不啃手指，  （3）经常洗澡  （4）着装要整洁，衣服要勤换 。  （5）饭前便后要洗手，减少细菌，避免传染。  **三、想一想**  什么情况下应洗手？   1. 感觉手脏时 2. 外出回来时 3. 吃饭前 4. 上厕所后 5. 接触眼、鼻、口前 6. 咳嗽或打喷嚏后 7. 佩戴口罩前和摘口罩后 8. 接触高频次使用的公共设施后 9. 接触动物后   **四、看一看**  学习七步洗手法  师：你知道如何科学的洗手吗？让我们一起学习七步洗手法吧。用流动的水和肥皂（或洗手液）洗手。洗完后用干净的毛巾或纸巾擦干。  **五、练一练**  让我们一起来动手练一练七步洗手法吧！  内：掌心对掌心相互搓揉  外：掌心对手背两手交叉揉搓。  夹：掌心对掌心十指交叉揉搓  弓：手指弯曲半握拳转动揉搓  大：拇指握在掌心转动揉搓  立：指尖在掌心揉搓  腕：清洁手腕  行为建议  1.不要用未清洁的双手触摸口、鼻、眼。  2.不能与他人共用毛巾和洗漱用品。  **六、考一考**  我们应养成哪些个人卫生习惯？对的画“√”，错误画“×”。  （1）早晚洗脸（\_\_\_\_\_\_）。（2）早晚刷牙（\_\_\_\_\_\_）。  （3）饭前要洗手（\_\_\_\_\_\_）。（4）睡前洗脚（\_\_\_\_\_\_）。  （5）勤洗澡（\_\_\_\_\_\_）。（6）勤剪指甲（\_\_\_\_\_\_）。  （7）打喷嚏时避开他人（\_\_\_\_\_\_）。（8）生吃瓜果要洗净（\_\_\_\_\_\_）。  **七、问一问**  师：你知道请病假的程序吗？  如出现身体不适，不能去学校时，应按照学校和老师规定的程序请父母协助请病假。   1. **课堂小结**   总结回顾本节课所学内容  1.学习卫生小知识。  2.学会七步洗手法。  让我们一起来练习！爱清洁、讲卫生健身操。  **九、课后练习**  1.亲子阅读P5，请孩子总结一下什么时候需要洗手。  2.回到家中，在家长陪同下进行七步洗手法。  **十、结束语**  爱清洁、讲卫生是中华民族的优良传统，良好的个人卫生习惯是健康成长的基础，我们要从小培养良好的卫生习惯，做一名讲卫生的好少年。 | | | | | |

备注：教学设计应至少含教学目标、教学内容、教学过程等三个部分，如有其它内容，可自行补充增加。