

生命教育

教师班会活动指导手册

肖川 主编

杨柳芳 张亮 左春红 编著



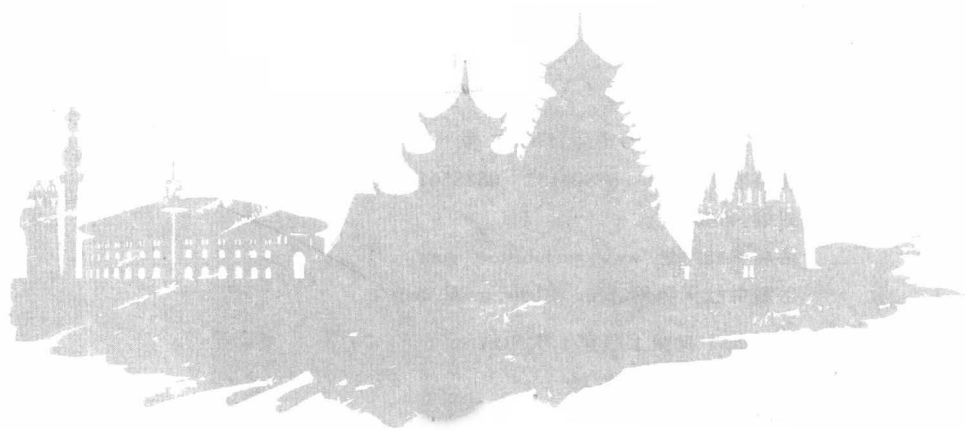
80个 活动设计，
150个 游戏互动，激活**生命**课堂！

生命教育

教师班会活动指导手册

肖川 主编

杨柳芳 张亮 左春红 编著



CNS
PUBLISHING & MEDIA
中南出版传媒



岳麓書社·长沙

图书在版编目(CIP)数据

生命教育教师班会活动指导手册/肖川主编;杨柳芳,张亮,左春红编著.

—长沙:岳麓书社,2016.1

ISBN 978-7-5538-0509-2

I. ①生... II. ①肖... ②杨... ③张... ④左...

III. ①生命哲学—班会—小学—教学参考资料 IV. ①G623.103

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 288238 号

SHENGMING JIAOYU JIAOSHI BANHUI HUODONG ZHIDAO SHOUCHE

生命教育教师班会活动指导手册

主 编:肖 川

编 著:杨柳芳 张 亮 左春红

责任编辑:皮朝霞 蔡 晟

责任校对:舒 舍

封面设计:刘 峰

岳麓书社出版发行

地址:湖南省长沙市爱民路 47 号

直销电话:0731—88804152 88885616

邮编:410006

岳麓书社网址:www.yueluhistory.com

岳麓书社天猫网:http://lzfts.tmall.com

2016 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开本:787×1092 1/16

印张:23.75

字数:513 千字

印数:1—5 000

ISBN 978-7-5538-0509-2/G·1186

定价:59.00 元

承印:长沙三仁包装有限公司

如有印装质量问题,请与本社印务部联系

电话:0731—88884129

朝向幸福的努力

肖 川

为了在基础教育阶段深入、系统地开展生命教育，十年前我和我的好友张文质先生共同主编了从小学一年级到高中三年级的《生命教育》一书（已由人民教育出版社出版）。在此基础上，三年前我和我的好友郭元祥教授又共同主编了从小学一年级到高中三年级的生命教育教材（已由人民教育出版社出版）。现在，《生命教育教师班会活动指导手册》也面世了，它将给开设生命教育课程的老师们在设计教学乃至开发校本教材方面提供有价值的参考。

生命教育是一项年轻的事业，方兴未艾。我相信，在教育世界里它将如喷薄而出的朝阳冉冉升起。因为，更为美好的生活，一直是我们人类不懈努力与追求的目标。可以说，探索与开展生命教育的努力就是朝向幸福生活的努力。开设生命教育课程是在学校中落实生命教育的主要途径，将使学生更好地理解生命，理解社会生活，理解各种人际关系，掌握处理各种挑战的技巧与策略。这对于今天的学生——未来的生活者与建设者来说，具有非同寻常的价值。

从事生命教育课程建设与教学的教师，从生活的美满到事业的成功都应该是这门课程近水楼台的受益者。这本手册也仅是生命教育团队探索的阶段成果，参加手册编写的几位作者也都是一线执教生命教育这门课程的老师。现将其出版，一为供大家参考，二也为鼓励更多的有志于生命教育的探索者后来居上，奉献更多更高品质的生命教育课程教学资源。

生命教育课程教学的重要特征就是学生的深度参与，让学生获得丰富与深刻的生命体验。因此，活动在教学中有着至关重要的地位。设计何种活动？如何设计活动？国内外已积累了一些宝贵经验，但探索永无止境，我们还可以做得更好：让课堂更加温暖而有活力，智慧火花有更多的闪烁，生命体验更刻骨铭心并转化为健康的人生态度，这都需要更多的探索。我真诚地期待同仁们提出建设性的意见，以便改进我们这项造福千千万万孩子与家庭以及广大教师的工作。

2015年9月22日

目 录

一年级

第一单元——拉响安全的警铃·····3

第一课 快乐游戏我做主·····3

（教学目的：使学生懂得游戏中的安全隐患，丰富学生的课余生活。）

第二课 鞭炮声声响，安全放第一·····6

（教学目的：使学生学会正确燃放烟花爆竹，感受烟花爆竹所带来的乐趣。）

第三课 安全使用文具和玩具·····11

（教学目的：使学生懂得正确使用文具和玩具，知道爱护文具及玩具。）

第四课 出行路上记安全·····16

（教学目的：使学生学会自觉遵守交通规则，懂得井然有序的出行对生活的益处。）

第五课 不玩“火魔头”·····20

（教学目的：使学生学习与火相关的知识，懂得火的作用及危害，学会正确对待火。）

第六课 不惹“电老虎”·····25

（教学目的：使学生学习与电相关的知识，懂得电的作用及危害，学会正确对待电。）

第二单元——我健康，我快乐…………… 29

第七课 争当保洁小卫士…………… 29

（教学目的：使学生了解保护环境的重要性，懂得如何保护环境，养成良好的个人习惯。）

第八课 小小行为我来赞…………… 34

（教学目的：使学生明白日常生活中的个人习惯会影响大家的身心健康，通过咳嗽、打喷嚏时遮掩口鼻的教育，让学生明白有效防止疾病传染应从自身做起。）

第九课 讲卫生，让我们更健康…………… 39

（教学目的：使学生了解疾病的传播方式，懂得如何搞好个人卫生，增强自我动手能力。）

第十课 洗洗澡，乐哈哈…………… 42

（教学目的：使学生明白洗澡的作用，了解如何正确地洗澡，养成自觉洗澡的好习惯。）

第十一课 把小手洗干净…………… 46

（教学目的：使学生了解手的作用，懂得如何爱护小手，掌握洗手的方法，养成自觉洗手的习惯。）

第十二课 学习休息两不误…………… 51

（教学目的：使学生明白有规律的作息有利于人的身心健康，自觉养成早睡早起的好习惯。）

第三单元——心里的小秘密…………… 55

第十三课 甩掉“小粗心”…………… 55

（教学目的：使学生认识到粗心给我们的生活带来的不利影响，了解粗心的根源，懂得如何克服粗心。）

第十四课 集体友爱力量大····· 60

（教学目的：使学生感受团结互助的氛围，增强集体荣誉感，学会团结同学，帮助同学。）

第四单元——认识生命····· 65

第十五课 我们从哪里来····· 65

（教学目的：使学生认识生命的由来，感受生命的异同，学会珍爱生命。）

第十六课 独特的我····· 68

（教学目的：使学生认识自己，学会取长补短，做一个快乐健康的儿童。）

二年级

第一单元——吹响安全号，扬起生活风帆····· 77

第一课 快乐游泳我最行····· 77

（教学目的：使学生增强游泳的安全意识，不私自游泳、玩水，掌握安全游泳的注意事项，学会简单的自救方法。）

第二课 课间活动需谨慎····· 84

（教学目的：使学生了解课间活动需要注意的事项，选择安全有意义的课间活动。）

第三课 日常物品安全使用····· 88

（教学目的：使学生懂得日常物品的安全使用，增强学生在日常生活中的安全意识，学会自我保护和爱护日常物品。）

第四课 危险标志识别····· 93

（教学目的：使学生认识危险标志，了解它们所代表的含义，学会根据危险标志调整自己的行为，安全有效地避免险情，并懂得正确地利用危险标志，给生活中的突发险情标上容易让人识别到的标志。）

第二单元——学一学，更健康····· 96

第五课 有些东西不能共同分享····· 96

（教学目的：使学生了解传染病，懂得如何预防传染病的发生，不共用毛巾和牙刷等洗漱用品。）

第六课 良好的个人卫生习惯····· 102

（教学目的：使学生学会建立良好的环境，懂得良好环境是身心健康的保证，从点滴做起，养成不随地大小便、饭前饭后洗手等好习惯。）

第七课 保持良好的体态····· 106

（教学目的：使学生了解正确的坐立行姿势对身体发育的影响，预防脊柱弯曲异常，知道正确的读写姿势，学会正确地做眼保健操。）

第八课 刷一刷，牙齿好····· 111

（教学目的：使学生了解牙齿的重要性，学会正确选择牙膏和牙刷，懂得如何预防蛀牙和正确刷牙的方法，养成每天早晚刷牙、饭后漱口的好习惯。）

第三单元——揪出心里的小坏虫····· 116

第九课 小蛮牛不见了····· 116

（教学目的：使学生认识到蛮横给生活带来的影响，了解蛮横的根源，懂得如何克服蛮横的心理。）

第十课 把谎话丢掉····· 120

（教学目的：使学生懂得撒谎的不良影响，了解撒谎的原因动机，克服撒谎的坏习惯。）

第四单元——争当小君子····· 125

第十一课 有礼貌，人人夸····· 125

（教学目的：使学生了解无礼对生活的影响，掌握基本的礼貌用语，养成懂礼貌的好习惯。）

第十二课 学会欣赏他人的优点····· 131

（教学目的：使学生懂得如何有效地赞美，感受赞美带来的乐趣，学会自我赞美，增强自信心，陶冶学生热爱生活的美好情感。）

第十三课 架起一座沟通的桥梁····· 135

（教学目的：使学生学会与父母有效沟通，增进与父母的情感。）

第十四课 公共场所彰显文明风范····· 139

（教学目的：使学生懂得公共场所秩序的重要性，养成在公共场所不影响他人、不破坏环境的好习惯，学会做文明人、行文明事。）

第十五课 和书成为朋友····· 143

（教学目的：使学生了解阅读的好处，学会有效阅读，养成良好的阅读习惯，在增长知识的同时增强自我探究的能力。）

第十六课 与残疾人交往····· 146

（教学目的：使学生学会尊重他人，感受残疾人的坚强精神，培养自身的坚忍意志。）

三年级

第一单元——学会自助自救…………… 153

第一课 防范可疑陌生人…………… 153

（教学目的：使学生学会辨识可疑陌生人，掌握自救的基本方法，从而有效地保护自己的生命安全。）

第二课 学会正确使用求助电话…………… 158

（教学目的：使学生懂得求助电话的意义，学会正确使用求助电话。）

第三课 安全乘车…………… 162

（教学目的：增强学生乘车时的安全意识，使他们懂得乘车常识，并能在乘车时注意保护个人的生命财产安全。）

第四课 在公共场所内遇到危险时的避险与自救 …… 166

（教学目的：教学生有效识别在公共场所内，哪些情况是危险的，并能在危险发生时，采取有效的保护措施，进行逃生。）

第二单元——我的健康我做主…………… 170

第五课 饮水与健康…………… 170

（教学目的：使学生懂得喝水与健康息息相关，不容忽视，了解相关的饮水常识，懂得应该如何喝水。）

第六课 厕所卫生大家维护…………… 175

（教学目的：使学生懂得厕所卫生关系到人的身体健康，养成讲究卫生的好习惯，自觉维护公共卫生。）

第七课 虫牙快走开····· 178

（教学目的：使学生明白虫牙的危害，懂得虫牙是如何形成的，注意饮食卫生，避免虫牙的形成。）

第八课 我们身体所需的营养····· 183

（教学目的：使学生懂得人体需要各种营养，认识营养素的作用，学会合理安排自己的饮食。）

第三单元——我自信，我快乐！····· 187

第九课 谁说我不行····· 187

（教学目的：使学生懂得自信的作用，了解一个人如何才能自信，从而走向成功。）

第十课 学习自主乐趣多····· 191

（教学目的：使学生感受学习自主带来的快乐，以快乐的心态面对学习，挑战学习中的困难。）

第四单元——一起感受生命的灿烂····· 196

第十一课 我会接纳与赞美····· 196

（教学目的：使学生学会接纳他人、赞美他人，学会与他人和谐相处。）

第十二课 学会向老师、长辈寻求帮助····· 200

（教学目的：使学生懂得遇到难题时寻求帮助，并懂得如何寻求帮助。）

第十三课 倾听是个好习惯····· 204

（教学目的：使学生懂得，倾听他人既是一种礼貌，更是一种品德，使他们学会欣赏他人，倾听他人。）

第十四课 理解和原谅····· 208

（教学目的：使学生懂得，对他人犯下的过错，应当采

取理解和原谅的态度，而不应冰冷地拒绝和打击。)

第十五课 有些事就是不可以…………… 211

(教学目的：使学生明白，生活当中不是什么事都可以去做，意识到必须遵守一定的规则和底线。)

第十六课 爱从珍惜自己做起…………… 215

(教学目的：使学生懂得，爱他人，要从爱自己做起，只有学会爱惜自己了，才能更好地去爱这个世界。)

四年级

第一单元——自我保护，从身边小事做起… 223

第一课 野外辨识有毒、有危害的生物…………… 223

(教学目的：在丰富学生课外生活的同时，增强他们在野外游玩过程中的安全意识。)

第二课 骑自行车时的安全注意事项…………… 228

(教学目的：增强学生在骑自行车过程中的安全意识，同时培养他们讲规则的意识。)

第三课 化学物品有时候很可怕…………… 232

(教学目的：使学生认识生活中常见的化学物品及化学有毒物质，引导他们在生活中学习，关注生活中的事物。)

第四课 小心“网络与电话(手机)骗子”…………… 236

(教学目的：提醒学生对网络、电话(手机)诈骗提高警惕，谨防受到伤害。)

第二单元——身体健康最重要…………… 240**第五课 我们班的“小胖子”…………… 240**

（教学目的：使学生了解造成儿童肥胖的原因，合理膳食，锻炼身体，远离肥胖，走向健康。）

第六课 预防常见的呼吸道传染病…………… 243

（教学目的：使学生了解常见呼吸道传染病的预防措施，提高自我保健意识，养成讲卫生的好习惯。）

第三单元——内心强大，才是真正的强大… 247**第七课 不做“小拖拉”…………… 247**

（教学目的：使学生感受到时间的可贵，明白有效率做事的重要性。）

第八课 我是坏情绪的主人…………… 251

（教学目的：使学生了解负面情绪对身心的伤害，培养情绪管理能力。）

第四单元——呵护生命，爱惜自己…………… 254**第九课 神奇的疫苗…………… 254**

（教学目的：使学生认识疫苗，意识到疫苗的作用，消除对疫苗不必要的恐惧和担心。）

第十课 认识肠道寄生虫病…………… 260

（教学目的：使学生了解肠道寄生虫病，知道预防寄生虫病，养成良好的卫生习惯。）

第十一课 生活中的益虫与害虫…………… 265

（教学目的：使学生了解生活中常见的益虫与害虫，关注与我们息息相关的生命。）

第十二课 身体的“加工厂” 270

（教学目的：使学生初步认识身体消化系统中的消化道部分。）

第十三课 家务劳动我分担 273

（教学目的：通过让学生做家务，使学生懂得主动做家务是爱劳动和敬爱父母的表现，还能培养生活自理能力。）

第十四课 不要勉强自己去做超体力的活动 278

（教学目的：使学生懂得在做体力活动时，活动强度不宜过量、活动时间不宜过长。“过犹不及”，超体力的活动会损害自己的健康。）

第十五课 身体语言传递的信息 284

（教学目的：使学生感受身体语言在生活中的重要性，让学生学会在特定环境中使用恰当的身体语言来更好地表情达意，帮助学生提高人际交往的能力，增进人与人之间的情感交流。）

第十六课 良好习惯的养成 288

（教学目的：使学生明确养成良好学习、生活习惯的重要性，提高学生养成好习惯的自觉性。培养学生良好的生活、学习习惯，激发学生热爱生活、积极向上的情感。）

五年级

第一单元——我身边的危险 295

第一课 动物朋友也有危险 295

（教学目的：使学生懂得身边的动物朋友会给人类带来伤害，在与它们相处时，要避免受到伤害。）

第二课 意外伤害应急处理·····	299
(教学目的:使学生学会一些简单有效的意外伤害应急处理方法。)	

第三课 预判自然地质灾害·····	304
(教学目的:使学生了解自然地质灾害的种类及其带来的影响。)	

第四课 如何应对自然地质灾害·····	308
(教学目的:教学生懂得一些实用的应对自然地质灾害的方法和措施,使他们在灾害发生时,能够保护自己的身体。)	

第二单元——擦亮心灵的窗户····· 313

第五课 预防近视·····	313
(教学目的:使学生懂得一些有效的保护眼睛的方法,能够科学地使用眼睛,预防近视。)	

第六课 健康的睡眠方式·····	318
(教学目的:使学生懂得健康睡眠的好处,使他们学会正确睡觉,从而保持旺盛的精力。)	

第三单元——认清自我,走向成功····· 323

第七课 我的优点和缺点·····	323
(教学目的:使学生懂得人无完人的道理,学会正确对待自己的优点和缺点。)	

第八课 快乐学习,体验成功·····	328
(教学目的:使学生明白学习的目的,从而在快乐的氛围中学习,开发智慧,体验成功的乐趣。)	

第四单元——拥有健康心态，快乐成长…… 332

第九课 直面挫折…… 332

（教学目的：教学生正确地应对挫折，懂得只有面对它，才能打倒它。）

第十课 自尊用什么来维护…… 336

（教学目的：使学生明白维护自尊的必要性和正确态度，教会学生维护自尊。）

第十一课 用好情绪感染他人…… 340

（教学目的：教学生拥有健康的心态，并能用自我的好情绪去感染他人、激发他人。）

第十二课 杜绝不良嗜好…… 344

（教学目的：使学生明白哪些嗜好是不良的，并能杜绝它们，从而培养良好的学习和生活习惯。）

第十三课 珍爱生命…… 348

（教学目的：使学生懂得生命是可贵的，应当好好珍惜，绝不能轻视，更不能轻易放弃。）

第十四课 遇到难题怎么办…… 352

（教学目的：使学生明白遇到难题后，应当采取何种办法，不能因为遇到一点困难，就沮丧灰心。）

第十五课 合理保护自己，防止侵害…… 357

（教学目的：使学生懂得一些必要的青春期常识，并懂得在何种情况下应当保护自己的身体，避免伤害。）

第十六课 平安度过叛逆期…… 360

（教学目的：使学生了解叛逆期的不良行为，从而有效克服，健康成长，平安度过叛逆期。）



一年级

