**《体育与健康》理论课课时计划**

 年级 生 任课教师

|  |  |
| --- | --- |
| 教学内容 | 了解疫情防控知识及上课安排 |
| 教学目标 | 1、了解疫情下最美逆行者的故事，让学生树立正确的学习观。2、学习疫情防控知识，让学生了解和掌握更多的安全常识、自护知识，树立自护意识。3、明白疫情当下我们可以做什么，学会科学健身18法。4、了解疫情期间体育课的教学内容及要求。 |
| 重点难点 | 掌握更多的安全常识、自护知识 |
| 教学准备 | PPT和相关视频 |
| 教学过程设计 | 一、导入新课：2020年初的这场始料未及的疫情和这个特殊的春节假期，让我们宅在家里，让好友相会变成视频聊天，亲朋相聚变成隔空拜年。这节课我们就来认识新型冠状病毒、学会判断感染症状，并知道在现在的情形下如何预防病毒感染，学习自我保护的方法。二、了解新冠肺炎疫情形势1、教师出示国内及全球疫情形势图及数据，带领学生分析对比，引导学生关注全球疫情情况，树立人类命运共同体意识。2、教师播放最美逆行者视频，注重讲“英勇抗疫”英雄——钟南山，培养学生学会担当。小结：目前国内疫情形势已基本控制，无需过度恐慌，但不可掉以轻心，仍需严防输入型病例，要做好自己。三、学习新冠病毒及防控知识（一）认识新冠病毒什么是新型冠状病毒肺炎 出示课件，（二）新冠病毒入侵途径我们要想预防病毒的入侵，首先就需要了解病毒是如何进入人体的，其入侵途径主要有以下几种常见方式：1.直接传播:是指患者喷嚏、咳嗽、说话的飞沫，呼出的气体近距离直接吸入导致的感染。2.气溶胶传播：是指飞沫混合在空气中，形成气溶胶，吸入后导致感染。3.接触传播：是指飞沫沉积在物品表面，接触污染手后，再接触口腔、鼻腔、眼睛等黏膜，导致感染。此外，创伤感染时通过创口的破口直接接触了病原菌也会造成感染。（三）、如何做好防护工作消毒防护方法、自我保护方法、保持自身抵抗力1. 我们可以做什么？

对于国家和省、市委发布的有关疫情的科学防治知识和措施等消息，我们要及时进行学习，实施正面宣传。不听信谣言，不传谣。保持心态平和，减少焦虑。要让自己的心平静下来，不要过度焦虑。（管理好自己情绪，己所不欲勿施于人）。有写作能力的同学可以积极创作有益于疫情的充满正能量的作品，为奋战在一线的勇士们加油鼓劲，为打赢此次疫情阻击战营造积极向上的舆论环境，构筑万众一心、众志成城抗击疫情的万里屏障。五、上课内容及要求上课内容:肩颈操、健身术、体育赛事分析、季节性传染病知识和健康知识、室内武术操及身体素质练习。上课方式：操场的固定上课地点，每个学生都有对应的活动范围六、观看钟南山、李兰娟开学寄语视频钟南山：有国才有家，做对社会有贡献的人，复学后要继续保持高度警惕。李兰娟：疫情就是课堂，学习抗疫精神，成为有理想的中国特色社会主义接班人。小结：亲爱的同学们，乌云遮不住太阳，疫情挡不住春天的来临，让我们继续做好个人防护工作，好好学习，锻炼身体，长大为我们的祖国做贡献。 | 反思与收获 |
|  |
| 板书设计 | 历尽千帆，归来是更好的少年 |  |