生命教育教学设计 二 年级

课题：青春期保健知识和技能

1. 教学目标

1.了解青春期性的身体变化以及性发育，增强性道德观

念。

2.了解青春期异性交往的方式。

3.摆正心态，学会正确地与异性相处。

4.提高自我防范意识，学会自爱、自立、自强。

1. 教学内容

### 1.教学重点：了解青春期的变化及注意要点。

2.教学难点：教学中要使学生在知识、能力、情感、态度和价值观方面有所发展，引导学生主动学习，注意培养健康的心理状态。

### 3.教学方法：谈话法；讨论法；演示法等。

1. 教学流程

1.导入：

同学们，可以告诉我你们今年几岁了吗?你了解自己的身体吗?你知道自己现在处于什么时期吗?了解这个时期自己应该注意哪些问题吗?目前有同学因为自己身体发育感到很困惑的吗?

2.介绍青春期

青春期是一个人从儿童过渡到成年,逐步达到生理上和心理上成熟的阶段,它是人生各方面变化最大的阶段。一般情况下,青春发育期从10岁开始，到20岁结束。女孩子早至8、9岁，晚至13岁开始发育，平均多在10到11岁。

3.青春期生理发育

大体上说，少女青春期发育的正常范围是12~18岁。然而，由于受身体状况、营养条件、气候因素等方面的影响，少女的青春期持续的时间会有所差异，这属于正常现象，没有必要过分担心。

青少年进入青春期的一个明显标志是生理迅速发育,突出表现在三个方面;

①体格发育，器官功能身高和体重迅速增长,其他逐渐完善。②第二特征出现发育。③性发育和性成熟

4.青春期的自我身体保健

女生：①月经期间卫生②乳房保健③不穿高跟鞋、不过分打扮、④不穿紧身衣⑤不刻意减肥节食

男生：男生六要①要懂得男女是有差异的②要学会尊重女生③要主动帮助女同学③要有保护女生的责任感④要自觉抵制黄色诱惑⑥要有道德约束能力

5.青春期心理发育

一般来说，青少年的性心理发展大体经历三个阶段: 1、异性疏远期2、异性吸引期3．异性眷恋期在青春期，对于自己身体的变化，特别是性器官的发育，第二性特征的出现，往往会产生一些疑惑不解的问题，但又常常羞于向老师或家长询问，求教，如何消除这种矛盾的心理，男女之间又如何正当交往呢?

(一)自尊自爱

青少年正处于青春发育期,生理的变化为心理的发展奠定了基础,当然也包括生殖系统的渐趋成熟所带来的性意识的发展。处于青春发育期的青少年,具有很多的长处和优秀品质,如精力充沛,朝气蓬勃,思维敏捷,感情丰富,富于理想,积极进取等等。但也要看到,由于生理的变化优于心理变化,性意识萌动与道德法制观念淡薄等等的矛盾,而使心理经常处于不稳定与多变之中。"端庄自爱,洁身如玉",由于封建残余思想,此话好像专对女性而言,其实不然,对男性,女性均应如此。与异性交往要掌握分寸,要懂得尊重自己,不要整天与人嬉笑打闹,不拉拉扯扯,不要出现一些不检点的,甚至超规行为。

(二)互尊互爱

任何人都应该有人格,有尊严感。不仅自己要尊重自己,也要求别人尊重自己,同时自己也要尊重别人。自尊与互尊是相互统一的。在人与人相处的过程中,不随意干扰别人的学习和生活,这是人们彼此应该遵守的行为准则。

四、 课堂小结

师总结