成都市太平小学校2021—202学年度上期

 一 年级主题班会课电子备课表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 时间 | 第 九 周 | 地点 |  一 年级教室 |
| 主题 | 我是健康小卫士 | 参加人数（年级） | 158 |
| 主题相关内容实施提纲班务要点等 | 班务常规教育部分（10分钟）1. 班长主持班务
2. 清洁委员、纪律委员、学习委员分别小结本周清洁、纪律、学习情况。
3. 班主任补充，表扬本周班级好人好事，闪光点。
4. 对教室保洁问题提出批评。

主题教育部分（30分钟）1. 运动中的卫生与健康
2. 要穿合适的衣服和鞋袜。
3. 要选择合适的场地。

3、运动后不要立马喝水或者吃东西4、如果运动过程中出汗，一定要及时擦干，并且在停止运动后及时穿上衣服，以防感冒。5、选择合适的运动时间，饭前半小时和饭后一小时不做剧烈活动。6、选择适合自己的运动项目，要根据自己的年龄、体力来选择运动项目，要适可而止，不要过度疲劳7、要注意当时的环境，如果有雾霾或者天气不好，就不要在室外运动。二、新冠防控预防措施1、避免去疾病正在流行的地区2、减少到人员密集的公共场所活动3、佩戴口罩4、保持手卫生5、健康监测6、居室勤开窗，经常通风7、注意营养，适度运动三、校园卫生1、不带零食到学校。2、不把垃圾塞进抽屉。3、不乱扔垃圾，并提醒乱扔的同学。4、看到垃圾捡起来扔进垃圾桶。5、扔垃圾一定扔进垃圾桶。6、不在墙上和桌上乱涂乱画。 |
| 活动反思 | 学生听得很专心，但实际行动才是最难做到的。一是新冠肺炎的防控，二是教室保洁很难保持，地上总有垃圾。 |
| 备课人 |  唐丽、陈怡、范超、 徐欢 |