

清新空气是个宝

第一课时



目录

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

01 猜一猜

02



谁最有想象力

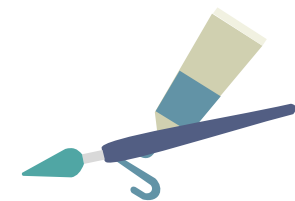
闭上眼睛，想象一下，你现在正躺在一块柔软的草地上，阳光暖洋洋地照在你的身上，在你的身后，是一片开得灿烂的鲜花，你听到了小鸟啾啾的说话，你听到河水哗哗地唱歌……

在这样的环境下，你闻到了空气里有_____的味道，这

样的空气真

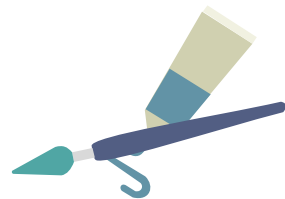
阳光、鲜花、青草、河水

清 新



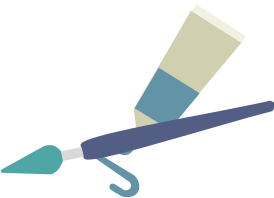
说一说

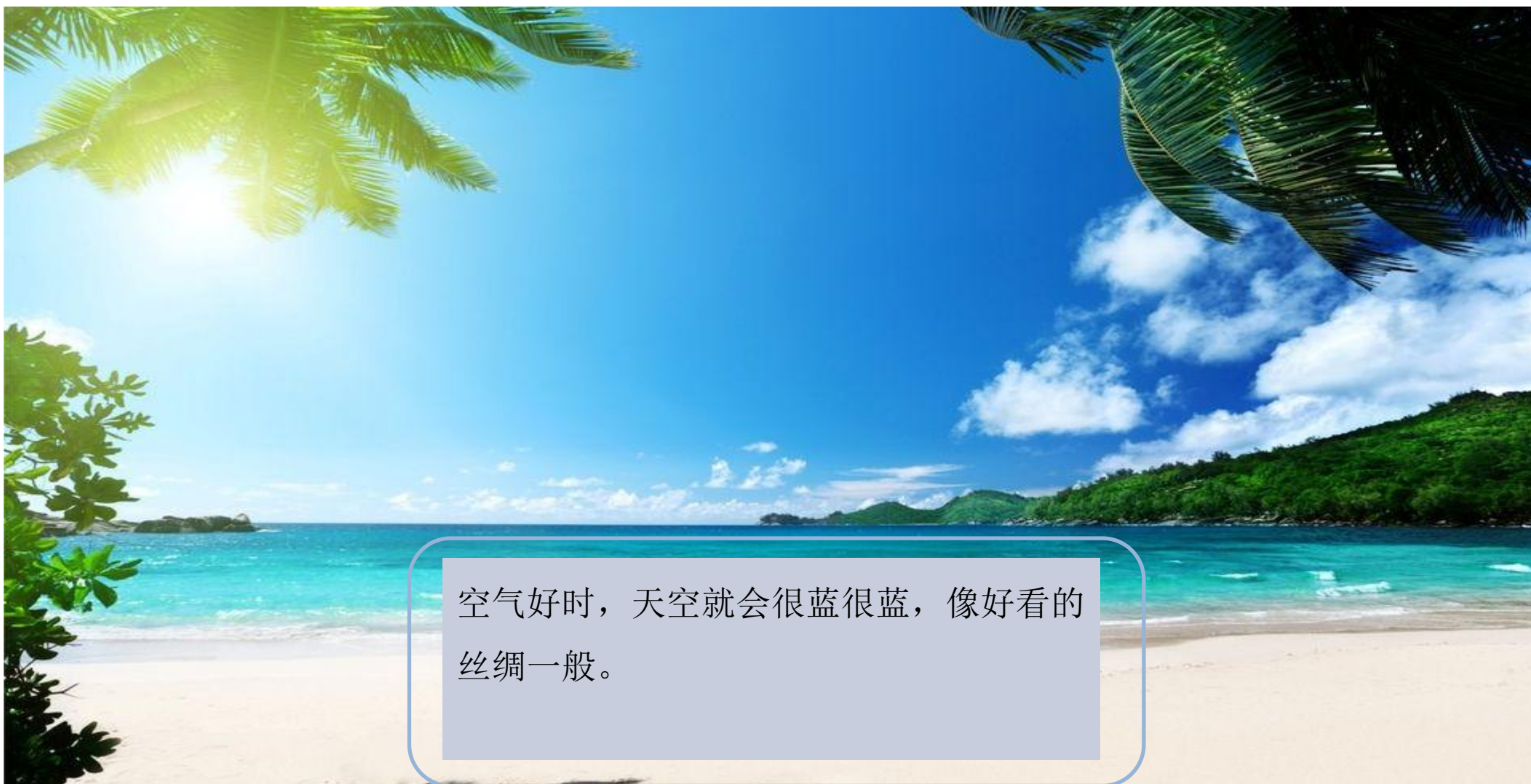
我们经常说这里的空气真好！
但是空气我们既看不见也摸不着，
你是怎么知道空气好的呢？



小诸葛

- (1) 你感觉视频中的地方空气好吗？为什么？
- (2) 你认为空气好有哪些表现？能跟我们描述一下吗？

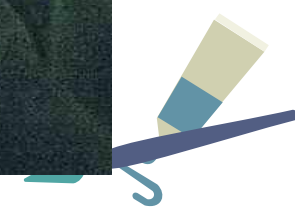




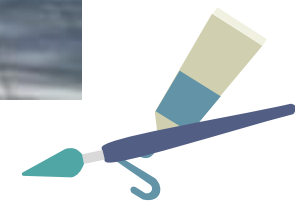
空气好时，天空就会很蓝很蓝，像好看的
丝绸一般。



刚下完雨出太阳的时候空气最好，我都能闻到青草沾着露珠的味道。



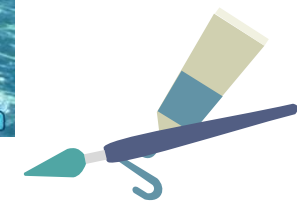
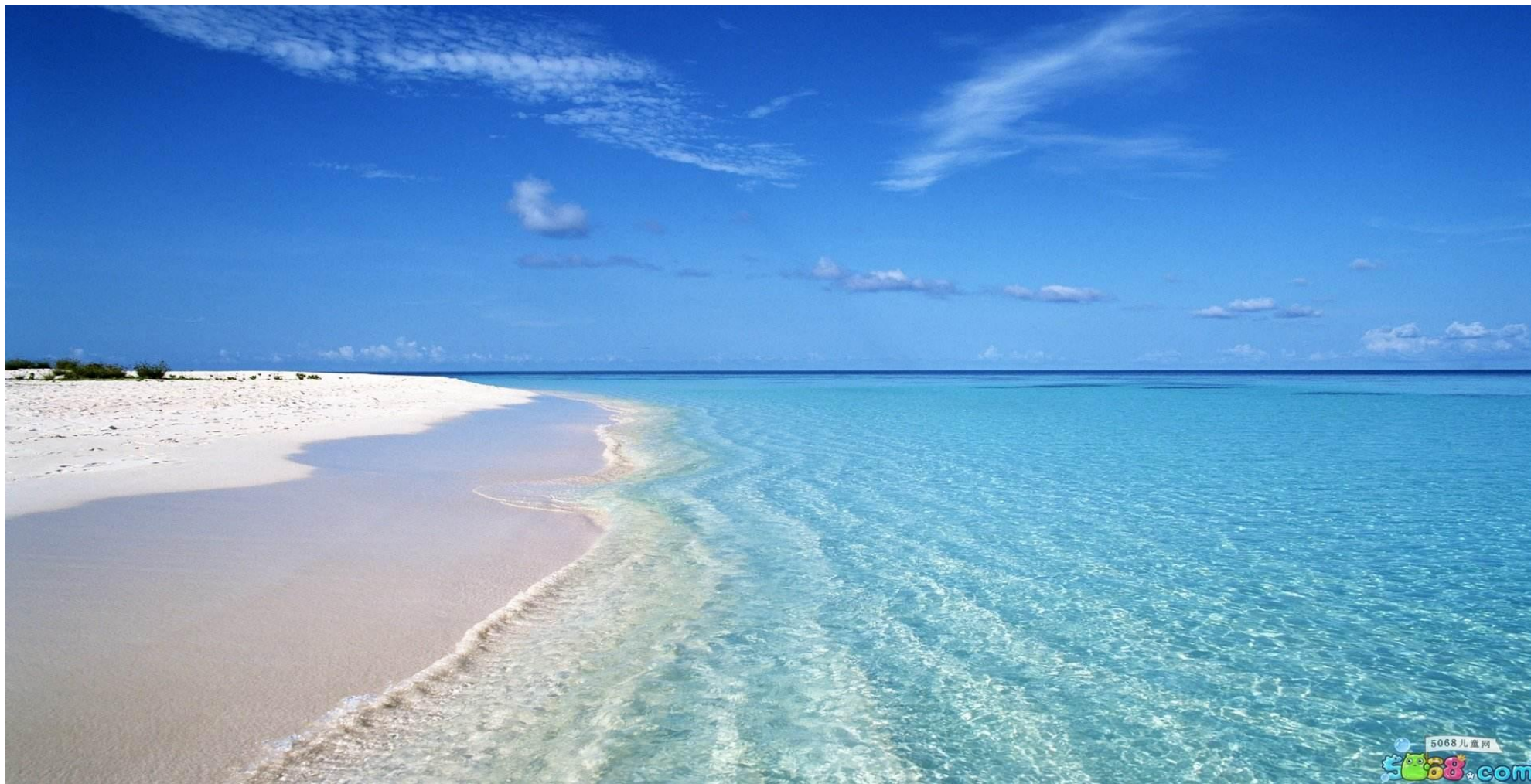
公园里的空气最好，清晨跟着爷爷去晨练的时候，总是忍不住多吸几口。



没有废气排放，空气就会好。



清新的空气能够让人心情愉快、身体健康。



知识拓展·空气质量

空气质量按照空气质量指数大小分为六级，相对应空气质量的六个类别，指数越大、级别越高说明污染的情况越严重，对人体的健康危害也就越大，从一级优，二级良，三级轻度污染，四级中度污染，直至五级重度污染，六级严重污染。



时间：_____至_____

优_____天；

良_____天；

轻度污染_____天。

星期一 空气_____

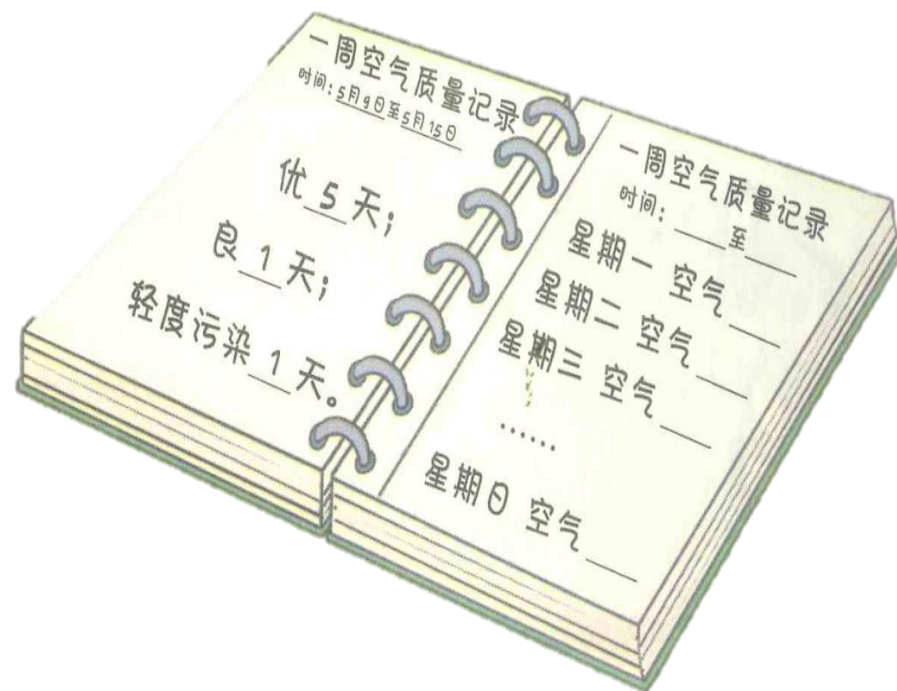
星期二 空气_____

星期三 空气_____

.....

星期日 空气_____

一周空气质量记录



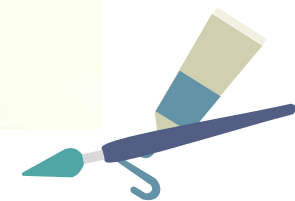
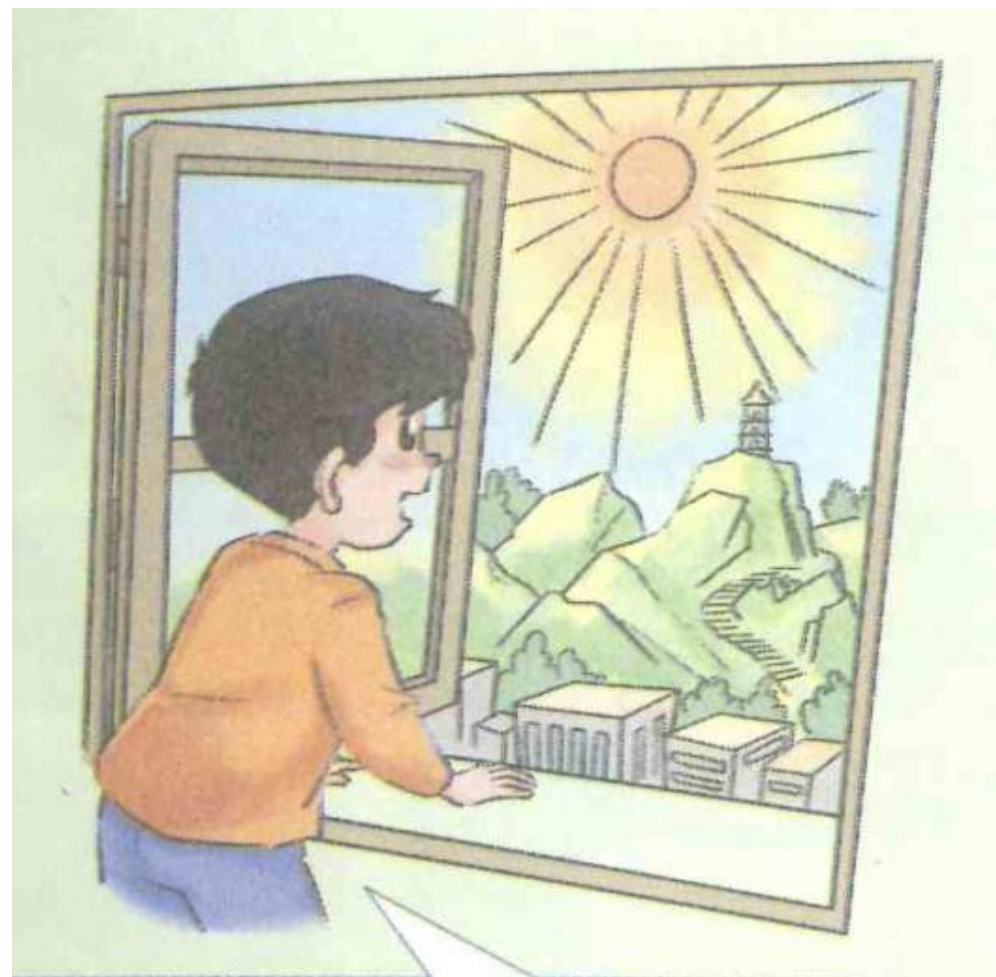
说一说

这几天我们身边的空气质量怎么样？



今天天气怎么样？

今天天气真不错，终于又可以看到远处的小山了。



今天天气怎么样？



今天发布了空气重污染红色预警，学校都停课了。



今天天气怎么样？



今天空气很好，刚下了一场雨，万里碧空，空气清新。



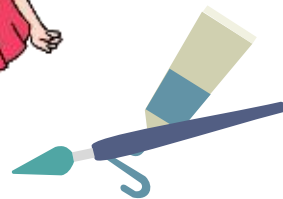
今天天气怎么样？

今天天气不太好，有霾，灰蒙蒙地看不清楚远处。



今天我想出去爬山。

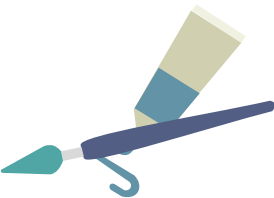
今天空气不好，有霾，最好不要去爬山，你可以在家里看看书。



想一想

空气好的时候，我们可以做些什么？

如果空气不太好，又可以做些什么呢？



当空气好的时候

空气好，可以到户外多运动……



你知道吗？

一天中什么时候空气最好？

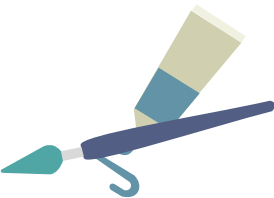
一天中空气质量最好的时间是上午10点左右至
下去14点左右。



当空气不好的时候



空气不好，尽量在室内活动，比如看书、画画……



空气质量对我们的影响

一个人不吃饭可以活20天，不喝水可以活7天，不睡觉可以活5天，不呼吸只可以活10分钟！很显然，空气比食物和水更重要。

现代医学研究表明，呼吸自然新鲜的空气能促进血液循环，增强免疫能力，改善心肌营养，消除疲劳，提高人体的神经系统功能，提高工作效率；反之则将导致头晕、乏力、烦闷、精神不振、注意力不集中等症状，日积月累，还将引发各种人体疾病。



呼吸新鲜空气



促进血液循环



增强免疫力



提高学习效率



不呼吸新鲜空气



头晕、乏力



学习效率低下



诱发疾病



当空气不好的时候，我们要注意些
什么呢？



小贴士

空气污染严重需要注意些什么

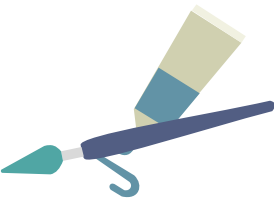


千万不要进行户外运动。

室内尽量多放置些绿色植物，如果可以的话使用空气净化器

课后作业

请你选择一周中空气最好的一天，拍下你认为最能体现当天空气质量好的画面。下节课与同学一起分享。





谢谢观看

