幼儿园大班健康教案(通用 15 篇)

幼儿园大班健康教案 1

设计意图：

本次幼儿活动的生活阅历。“搭洞′幼儿平常也常常会做，所以幼儿会觉得很简单。此活动还有助于拓展幼儿的阅历和视野。或许，平常搭的“洞′就这么几种，可是通过这次活动理解到还有许多种方法搭“洞′。

活动目的：

1、熬炼平衡力量及快速反响力量。

2、进步动作的协调性与灵敏性。

3、幼儿能自主结队进展嬉戏，学会与别人协作，进步团结协作力量。

4、乐于参加体育嬉戏，体验嬉戏的乐趣。

5、加强幼儿的平安意识。

活动过程：

在教学活动中，课堂的气氛较好，幼儿的心情饱满，活动乐观，对活动的爱好特别深沉。但由于乐观性很高，显得课堂纪律不是很好，有些乱，教师没有把握好一个度。我在此活动中深入感悟到，要上好一堂课要让幼儿感爱好当然重要，但是在感爱好的同时要让幼儿遵守肯定的规章，要做到收放自如，而且每一个环节都要紧扣。我上次上的这节课的最终一个就会消失的有点突然，感觉上了一大半的课突然要玩嬉戏了，假设加上一句“我们刚刚每个小伴侣都试过钻山洞了，那我们如今来玩钻山洞的嬉戏，好不好?′，那么就使得上下会自然的连接下来。因此，教师的过度句在一个个环节的连接上有着很重要的作用。一个一个环节要

紧凑，不能在某个环节上停留过多的时间，而且重点的局部要明显，不能每一步都平平淡淡。

在选课、设计课的时候，应留意每个年龄段的需求，要让幼儿觉得有肯定的挑战性。假设一堂没有挑战性的课，幼儿会简单厌倦，而且会沾沾自喜。在此次活动中，我选的课对于大班的幼儿来说，难度是不够的。许多幼儿很轻而易举的就完成了内容，而且完成的较好。在这种状况下，我只能缩短教学时间，因为再反复也是多此一举。我在设计合作搭洞、钻山洞的时候：

(1)应当给他们一点难度。如：在搭洞的小伴侣必需保持姿态不动，看看谁搭的洞洞最大，谁的洞洞和别人不一样，谁能用一个手和一个脚来搭洞。钻洞的人必需不遇到洞，遇到就算失败，看看哪一组能最成功的完成。

(2)不必规定是两人一组，可以三人、四人一组，这样的话更能拓宽幼儿的视野，从中幼儿还能想出各种玩的嬉戏。

(3)做的比拟好的饿，可以让他们做示范，避开有些幼儿始终重复一个动作。

从整堂课来看，活动目的很明确，但是对于大班的幼儿显得有些浅，活动预备比拟简洁有效，活动过程为每个幼儿供给了公平参加的时机，也能根据活动方式创设适当的问题情景，从用报纸到用身体再到合作钻、爬身体搭的洞，奇妙迁移，层层递进，但是后来的活动，思路不是很明确。因为幼儿显得有些太兴奋而杂乱，教师为维护纪律会比拟吃力。因此，教师的合理支配对活动有很重要的作用。

教学反思：

通过了这次的课，让我明白了要上好一堂课，不仅要在上的时候全身心的投入，教态亲切，设计时定好准确的目的，对教案的理解也尤其重要。只有教师思路清楚，目的明确，才是上好课的前提条件，在做好前提条件的状况下才能更有信念。

幼儿园大班健康教案 2

一、活动目标

1、培养幼儿主动关注天气变化的好习惯。乐意适时穿衣。

2、透过活动使幼儿能根据运动状况或天气变化穿适宜的衣服。

3、能使用汉语描述天气。

二、活动准备

1、“刮大风”“下大雨”“闪电”图片各一幅。

2、经验准备：夏季在家时、帮父母亲干活。

3、气象栏图片一幅。

三、活动过程

导入部分

教师出示气象栏，引导幼儿在气象栏内看“天气预报”，鼓励幼儿用汉语描述天气：“这天是晴天(阴天、雨天、、、)”“这天变热(冷)了”。

展开部分

1、请幼儿说一说：“你这天穿了什么衣服热(冷)吗为什么”

2、谈一谈夏季干活会怎样样

教师引导幼儿说说经验：“小朋友们你们在帮父母做过家务吗夏季干活觉得热不热”“出汗了，就应怎样办”“要不要脱减衣服”

3、组织讨论

教师出示下大雨的图：“小朋友们，图上发生了怎样回事了”“下雨了我们出外面是就应穿什么、带什么呢”“下雨了你出外面时带伞吗”

教师出示闪电的图：“小朋友们，图上发生了怎样回事了”“闪电时我们就应怎样样做”“我们能够随意地出外面吗”

4、组织幼儿玩“天气变变变”游戏。

教师任意出示“刮大风”“下大雨”“闪电”图片，引导幼儿找避风，躲雨和正确的躲避雷电之处。

5、游戏结束，教师小结幼儿的活动状况。

四、活动延伸

教师引导幼儿户外活动，在活动过程中使幼儿体验到夏季天气怎样样并谈一谈夏季户外活动感觉怎样样

幼儿园大班健康教案 3

活动目标：

1．让幼儿知道感冒了抵抗力会减弱，身体会不舒服。

2．让幼儿了解简单的预防感冒的知识。

重点难点：

让幼儿懂得感冒症状和预防方法。

活动准备：

图片、幼儿用书

活动过程：

一、谈话导入。

你们听听这是什么声音?小朋友什么时候发出这些声音?发出这些声音表明他生了什么病?感冒以后除了咳嗽、打喷嚏还会怎样?(喉咙干痛、头痛、发烧、鼻塞、严重时要挂水等，打人病了不能上班，小朋友病了就不能上学、上幼儿园了)

小结：感冒了会使我们感到浑身不舒服，打人得了感冒会影响工作，小朋友们得了感冒会影响学习。

二、讨论感冒的起因。

提问：人们为什么会感冒呢？

1.着凉：天气凉了没有及时加衣服，晚上睡觉蹬被子，运动前不脱衣服，出了很多汗，被冷风一吹就会受凉感冒了。

2.不注意卫生，昆虫在空气不流通的房间里活动，到生病的人家里去玩，被传染感冒了。

小结：平时受了凉和不注意卫生都会得感冒。

三、教师拿出感冒的一些特征图片。

提问：感冒了怎么办呢?让幼儿边看边讲述。(及时到医院去看病，按时打针吃药，注意休息，多喝开水)

小结：感冒了以后要积极治疗，除按时打针吃药以外，还要注意多休息，多喝开水，身体才能还起来。

四、学习预防感冒的方法。教师出示图片。

1.注意气温变化、及时增减衣服。

2.注意锻炼身体，身体健康能抵抗疾病。

3.注意卫生，不到病人的家里去玩，要经常开窗让空气流通，感冒流行季节可以经常吃点大蒜、预防药等，冬天外出要戴口罩。

小结：我们知道了，有的时候人们会生一种病，就是感冒，得了感冒会是我们不舒服，会影响我们的学习和生活，所以我们要积极电联身体，提高抵抗力。还要注意为什么，在感冒流行季节尽量不到公共场所去玩，并吃一些预防感冒的食物和药物，这要我们就会不感冒或少感冒，使我们的身体更健康。

幼儿园大班健康教案 4

设计意图：

一般的幼儿运动上的教学发展着源于下肢力量锻炼，而上肢锻炼在教学活动当中比较难设计，比较容易忽视。针对这一现象，特设计了本次教学活动，以孩子们熟悉的动画人物形象——大力水手，为情景主线贯穿活动的始终，让孩子们开心的、主动地去运动，促进幼儿手臂力量的发展。

活动目标：

1、锻炼幼儿的手臂力量，促进幼儿身体的协调性的发展。

2、在游戏中幼儿能够互相帮助、互相协作，共同完成游戏。

3、体验人多力量大，同伴间应该相互合作的情感。

4、培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

5、喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

活动准备：

1、地垫 5 块，拉力绳 10 根，音乐（热身音乐、放松音乐各一段），口哨一个。

2、幼儿已有独立推、拉或拎 5—7 公斤重物的经验。

活动过程：

一、热身部分

幼儿随音乐入场绕地垫一圈站好。

热身操。（着重上肢部分的热身）

二、基本部分

1、游戏：侧爬练习。

师：“现在每一个水手要从‘船’的一头侧爬到另一头，但是身体不能碰到‘船’”。

师：“接下来就看你们的反应快不快，请你们以最快的速度站到‘船’的两边；每个方格前只能站一位小水手；请你们迅速调整一下，男孩对男孩，女孩对女孩”。

2、游戏：大力水手。

师：“现在，我请小水手们一起来玩一个游戏，叫做大力水手，我先和这个水手做示范：一只脚踩在‘船’上，另一只脚后退半步，面对面的两个小水手双手握住绳子的一端，听到指令后用力往后拉，谁先把对方拉过‘船’，谁就是大力水手”。

（1）幼儿第一次游戏

小结：谁是大力水手呢？记住：大力水手要注意安全，还要讲友谊。

（2）幼儿第二次游戏

师：水手们，这次谁又是大力水手呢？

（3）幼儿第三次游戏

师：水手们，最后一次机会，看谁能获得最后的“大力水手”的称号。

3、大力水手分组操练。

（1）将幼儿分成 5 组，以小组来探索如何用“小船”锻炼手臂力量的多种方法。

教师巡回指导，辅助幼儿安全、科学的进行尝试、锻炼。

教师根据幼儿探索情况进行小结。

师：刚才，我观察了一下，发现很多水手都会动脑筋、想办法。谁来说说你们刚才是怎么用‘船’锻炼手臂力量的。我觉得这个运人的方法很好，也就是运你们水手。想不想试试？

（2）师：现在你们还是 4 人一组，每次一个水手坐上去，其他水手一起合作，齐心协力，把他从这边运到对岸去，然后再换一位水手坐上去，轮流每个人被运一次，操练结束。（运一个人）

小结：是不是每个水手都被运了一次呀？为什么有的船开的快，有的船却开的慢呢？那一次运 2 位水手，可能吗？

（3）师：现在你们还是 4 个人一组，两位轻的水手坐上去，开始操练吧。（强调运的方法：前面的拉，后面的推。注重合作。）（运两个人）

4、大力水手分组竞赛

师：现在我们来开大船，1、2 组水手把船身重叠放在一起，3、4 组一样，每组 10 个人，我请 3 位水手坐上去，其他水手要抓住船底，无论是拉还是推，看哪一组先到对岸。（分两组运）

师：现在教练也想坐上去试一试，你们能帮助我吗？（运老师）

小结：虽然刚才在比赛中大家是对手，但是比赛结束后，大家还是好朋友，你们相互握握手，抱一抱吧！

三、结束：放松活动。

小结：我们的操练结束了，现在我们一起来踢踢腿，弯弯腰、甩甩手，敲敲背。。。（老师带领幼儿做下肢上肢放松动作）

活动反思：

在活动中，我们努力为孩子们创造条件，给他们提供了广阔的活动空间。孩子们不仅能充分发挥自己的思维能力、观察力，而且发展了动作的协调性和敏捷性，体验到了成功的快乐。

幼儿园大班健康教案 5

活动目标

1、知道每个人都有情绪，并能辨认几种基本情绪。

2、能对自己的情绪作出确切的表达。

3、了解不同情绪对人身体健康的影响，初步知道调节自己的情绪。

活动准备

1.课件-表情(兴奋、高兴、悲伤、愤怒、害怕、烦恼)。

2.做有六个情绪脸谱的大色子。

3.每个幼儿一个纸盒。

活动过程

一、幼儿听两段音乐(高兴和悲伤的)。

1.今天老师给小朋友带来了一个好听的曲子，请小朋友仔细听，听好后告诉老师你的感觉怎么样?

(听曲子"赶花会"。)

2.提问：听后你的感觉怎样?(高兴、快乐)

再请小朋友听一首曲子，告诉老师听的感觉怎样?

(听曲子"北风吹，扎红头绳"。)

3.提问：听后你的感觉怎样?(伤心、难过)。

4.教师小结：伤心、高兴都是人的情绪，今天教师给小朋友带来了几张表情脸谱。

小朋友看一看，说一说你看到的是什么情绪，并学一学。

5.提问：说出你什么时候兴奋?什么时候高兴?

二、游戏：玩色子。

1.请小朋友上来扔色子，色子扔到一处情绪时，这位小朋友要试着做也这种表情，

并说说在怎样的情况下会有这种情绪。

2.玩色子的'小朋友根据指到的情绪，做相应的表情，让其他小朋友猜猜，他扔到的是什么表情。

三、讨论如何调节不良情绪。

1、你喜欢哪一种情绪，哪些情绪你不喜欢?

2、如果你生气、害怕、难过的时候，你会怎么做呢?怎样才能让自己有个好心情?

3、教师小结：每个人遇事都会产生不同的情绪，那是很自然的现象。

但是愤怒、悲伤、痛苦等不良情绪对人的身体健康是不好的，而愉快、平静等良好的情绪是有利人的身体健康的。当我们生气难过的时候，要想想快乐的事情，或找别人谈谈自己

的心情、感受，

让自己保持一个好心情。

4、教师介绍方法：（气球、情绪垃圾箱）

四、制作情绪垃圾箱。

1、教师：现在我们要拿出盒子，你们都知道了盒子有什么用吧？

那现在就请你们装饰一下自己的情绪垃圾箱。这样，以后也可以帮助我们保持快乐的心情。

2、结束语：我们小朋友快要离开幼儿园变成一个小学生了，在以后的学习和生活中还会遇到

许多的困难，发生许多不开心的事，小朋友要想办法让自己保持一个好心情。

老师希望我们小朋友能够天天高高兴、快快乐乐。

幼儿园大班健康教案 6

活动目标：

1、继续学习正确的站姿，训练幼儿对口令的快速反应。

2、通过练习，帮助幼儿分清各种颜色。

3、在游戏的过程中，遵守游戏规则，培养幼儿的团队精神。

4、让幼儿初步具有不怕困难的意志品质，体验健康活动的乐趣。

5、喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

活动准备：

泡泡糖桶 5 个、拱门、平衡木、红黄蓝绿四色彩旗若干。

活动过程：

（一）准备过程

1、复习站姿：稍息、立正、向前看齐。

2、幼儿随音乐做热身运动。

3、报数分队：讲解 1——2 报数的方法，通过报数把两队分成四队，并分别命名为红黄蓝绿队。然后幼儿随教师口令做动作，熟悉团队和队友。

4、给幼儿发带数字的小贴，以示鼓励，并让幼儿记住自己的号码，为游戏做准备。

（二）游戏过程

1、介绍游戏的名称，玩法及规则：

（1）、名称是《夺红旗》。

（2）、玩法是，游戏开始时，教师把一面彩旗插到幼儿对面的桶里然后教师叫任意一个数字，每队里有这个号码的小朋友听到信号就去抢夺桶里的彩旗。

（3）、规则：钻山洞时，如果把拱门碰倒了，要扶起来再跑。如果从独木桥上掉下来了，要重新去桥上走。

（4）游戏可反复进行多次，教师要不停换数字，尽量让幼儿都有机会参与，提醒幼儿要注意安全，防止脚滑。

2、开始游戏：现在我们开始游戏吧。

3、游戏结束后，各队清点彩旗个数，评选获胜组，个数多的为胜，大家祝贺，体验胜利的快乐。

三、游戏结束，放松身体。

活动反思：

体育是幼儿园教育的重要组成部分。是促进幼儿全面发展的重要手段，利用健康向上的体育游戏形式，促使幼儿各方面素质和个性发展，开展丰富多彩的户外游戏用幼儿感兴趣的方式发展基本动作，培养幼儿的攀爬、手脚协调的能力，有效促进幼儿的体能发展。使体育文化更加丰富多彩。

幼儿园大班健康教案 7

活动目标

1、培养幼儿的注意力和敏捷、迅速的反应能力。

2、引导幼儿练习头上、胯下传球。

活动准备

1、音乐：如果感到幸福

2、红旗一面、皮球 4 个。

活动进程一、活动开始

1、听教师口令做跑步热身活动。

2、随音乐创编动作(重点做上肢运动)

二、游戏：玩球

1、自由传球。

将幼儿分成 4 组，自由探索多种传球方法。

2、请一组幼儿示范头上传球，集体学习、练习。

动作要求：第一位幼儿双手抱球，双臂从头上向后传给第二位幼儿，依次后传。

3、请一组幼儿事发胯下传球。

动作要求：第一位幼儿双手抱球，双臂从胯下向后传给第二位幼儿，依次后传。

4、请一组幼儿示范头上胯下间隔传球。

要求:第一位幼儿头上传给第二位幼儿,第二位幼儿胯下传球给第三位幼儿,依次后传。

5、集体做游戏。

(1)教师讲解游戏玩法及规则。

幼儿分成 4 队，前后间隔一臂距离，两腿分开站立。按要求做游戏。

规则：要手递手传球，不能抛或滚球，传球失落，由接球者拾起，在失落处重新传球。

(2)幼儿共同游戏一次。

(3)教师游戏，再次强调规则。

(4)第二次集体进行游戏。

三、活动结束

游戏活动情况。放松，自由玩球。

幼儿园大班健康教案 8

活动目标：

1、知道换牙是一种正常的生理现象，不用害怕。

2、能围绕换牙话题进行讨论，并大胆、清楚的表达自己的见解。

3、了解换牙时应注意的卫生，并学会保护新长出的牙齿。

活动准备：

1、活动前了解本班幼儿换牙的情况，部分幼儿已开始换牙。

2、牙齿图片、模型

活动过程：

一、讲故事，引起兴趣。

1、看图听故事

2、奇奇的牙齿怎么了？好好的牙齿怎么会掉下来呢？谁来说说换牙是怎么回事？

二、经验交流：结合自身经验，掌握换牙的卫生知识。

1．请班上个别牙齿松动的或脱落长出新牙的小朋友，分别让大家看看。

2．提问：

①如果你的牙齿活动了，能不能用手摇摇让它快一点掉下来？为什么？

②有的小朋友喜欢用舌头去舔刚长出来的牙齿，这样做对吗？为什么？

③有些小朋友，乳牙还没掉，新牙就在旁边长出来了，这时该怎么办？

有些小朋友的牙齿掉了很长很长时间了，还没有长出新牙，怎么办呢？

三、讨论：如何保护新牙。

1、当我们换牙齿的时候，应该怎样保护新牙齿呢？

2、交流幼儿的护齿方法。

3、教师与幼儿共同总结。

幼儿园大班健康教案 9

活动目标：

1、知道白开水是儿童最佳的饮品

2、鼓励幼儿多喝白开水，促进身体健康

3、初步学习设计和制作表格的方法

活动内容：常识活动

活动准备：

电脑、搜集短片(世界各地、生命之源-水)图片、粘贴版、纸、笔。

活动过程：

(一)欣赏短片世界各地

师：你们看到短片中各地区和各民族的人们都喜欢喝什么饮品

幼：蒙古人-奶茶，藏族-青稞酒、酥油茶，西方人-咖啡、可乐、啤酒，东方人-茶

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：https://d.book118.com/166235001243011004