

幼儿园健康活动教案集锦 15 篇

幼儿园健康活动教案 1

目标：

- 1、初步了解不同情绪对人身体的影响，懂得要保持良好的情绪。
- 2、能正确对待自己的各种情绪，积极寻找调节自己情绪的方法。
- 3、体验理解、帮助等积极行为给自己及他人带来的愉悦感受。

准备：

轻缓的背景音乐、表情娃娃 3 个（高兴、伤心、生气）、多媒体课件、磁性圆片若干、笑脸贴花、自制迷宫图

过程：

一、音乐导入，激发幼儿参与活动的兴趣。

1、播放轻缓的音乐请小朋友随意找个位置，摆个舒适的姿势坐下来。老师配乐解说：

“让我们听着音乐，闭上眼睛，放松小手，放松小脚，让快乐来到我们中间吧。”

（幼儿睁开眼睛）

2、出示三个表情娃娃，引导幼儿为表情娃娃起自己喜欢的名字，并引导幼儿进行猜想，激发幼儿参与活动的兴趣。

二、引导幼儿为表情娃娃投票，了解不同情绪对人身体健康的影响。

（1）鼓励幼儿根据自己的情绪为表情娃娃投票，初步了解自己的情绪。

（2）引导幼儿看录像，帮助幼儿了解不同情绪对人们的影响。

三、引导幼儿积极地寻找各种调节情绪的方法，培养幼儿乐观向上的生活态度。

（1）帮助同伴调整心情

请 2-3 个心情不好的幼儿讲述令自己心情不好的原因，集体讨论找出帮助其调整心情的好方法。

提问：你有什么好方法？你认为他该生气（伤心）吗？为什么？怎样能让他开心起来？

（2）寻找自我调整心情的方法

①出示心情迷宫图，请幼儿选择正确的方法让自己心情好起来，并走完迷宫。

②幼儿介绍自己的迷宫走法，并针对可能出现的争议进行讨论，找出调整心情的正确做法。

（3）分享快乐的心情

①幼儿互相分享让自己快乐的事情。

②教师和幼儿分享自己的好心情。

小结：心情是藏在我们每个人心中的小精灵，只要你少生气，多关心别人、帮助别人，你的快乐就会变成大家的快乐，就能天天拥有好心情，我们的身边就会充满快乐！

四、结束活动

在歌曲《歌声与微笑》中提升快乐的气氛，送给幼儿每人一个开心笑脸，希望所有人都有好心情。幼儿园健康活动教案 2

设计意图：

在日常活动中，我发现幼儿对牙齿的了解并不深入，有坚持早晚刷牙习惯的幼儿并不多，蛀牙问题在幼儿中也严重存在，根据本班幼儿的认知特点和兴趣，我设想通过具体的牙齿模型、幼儿日常的生活经验，使幼儿在活动中整理和提升自己的经验，并寻找保护牙齿的方法。

活动目标：

- 1、了解牙齿的重要性。
- 2、通过活动使幼儿了解蛀牙形成的原因。
- 3、了解换牙的常识，学会保护恒牙，养成坚持每天刷牙的习惯。

活动准备：

- 1、牙模、牙刷；
- 2、蛀牙形成的图片两张；
- 3、事先浸泡在醋里的蛋壳和未浸泡过的蛋壳；

活动重难点：

重点：了解牙齿的重要性，学会正确的刷牙方法。

难点：蛀牙形成的原因。

活动过程：

(一)以猜谜语的形式引出主题

1、T：今天老师请小朋友猜一个谜语，我请小朋友们猜到的小朋友上来轻轻的告诉老师，健康卫士穿白衣，上下两排真整齐，口中饭菜它磨碎，早晚用刷把澡洗。（牙齿）

如何改掉孩子挑食的习惯

健康活动《我是快乐跳跳糖》幼儿园健康活动教案 3

一、活动目标

- 1、通过谈话、游戏让幼儿巩固方案的内容。知道绿色食品、朋友、好习惯、运动组成了健康的身体。
- 2、通过游戏让幼儿体验成功感。
- 3、培养良好的卫生习惯。

4、了解生病给身体带来的不适，学会预防生病的方法。

二、活动准备

套套娃一个，纸条（上面分别写有习惯、朋友、绿色食品、运动、健康身体）

三、活动过程

1、出示套套娃，请幼儿寻宝，引起幼儿闯关兴趣。

师：在套套娃的'身体里藏有一个宝藏，你们想拥有吗？

2、通过闯关，让幼儿巩固方案健康身体的组成

（1）第一关：习惯

师：你们有习惯吗？习惯有两种你们知道是那两种？哪些是坏习惯？好习惯有哪些？

你们喜欢好习惯还是坏习惯？

（大家一起用坐得好的习惯打开套套娃）

（2）第二关：朋友？

师：你们有朋友吗？跟朋友见面你们会怎么样做？你是怎么样交到朋友的？如果和朋友吵架你会怎么做？

（和朋友互相拥抱，用朋友的力量打开套套娃）

（3）第三关：绿色食品

师：什么样的食品称为绿色食品？绿色食品有哪些？你们喜欢绿色食品吗？为什么？

（请幼儿用身体摆出一种喜欢吃的水果来，用绿色食品的力量打开套套娃）

（4）第四关：运动

师：你们喜欢运动吗？平时都有运动吗？都在哪里做些什么运动？做运动对身体有哪些好处？

（请小朋友做一种运动的动作，用运动的力量打开套套娃）

3、找出宝藏，知道宝藏的秘密就是让我们拥有健康的身体

师：原来宝藏的秘密就是健康的身体，我们怎样才能拥有健康的身体呢？

4、结束

师：我们得到了宝藏，要懂得与别人分享，现在我们就出去跟你们的好朋友说说，让他们也拥有健康的身体。

教学反思

以幼儿的兴趣为主，从幼儿的实际出发，开展“快乐的寻宝行动”。虽然寻宝路途艰难。但孩子们热情高涨，男女队员进行比赛，都顺利完成“寻宝”任务，活动培养了幼儿跑跨跳的能力及勇敢和克服困难的品质。幼儿园健康活动教案 4

活动目标：

1、了解患红眼病发病的原因，学会保护自己的眼睛。

2、知道处理眼睛里进入异物的基本方法。

活动准备：小猫玩具一个，猫妈妈一个，场景一个，皮球一个，幻灯 4 张。

幼儿园大班健康活动教案：红眼咪咪

活动过程：

一、游戏：贴鼻子。

1、（目的是通过游戏让幼儿体会眼睛的重要性），教师在黑板上画小猫图，栩栩如生的小猫缺少鼻子，让人感到可爱又可笑。

教师准备用纸做的猫鼻子，（粘贴双面胶备用），让幼儿在眼罩蒙眼睛的情况下做“贴鼻子”游戏。让 3-5 名幼儿参与，其他小朋友指挥并能深切体会——眼睛的重要性。

2、师：眼睛重要吗？小朋友，如果眼睛出了问题会怎样呢？

（幼：看不见东西）3、师：对！没有眼睛眼前就是黑暗一片，好可怕呀！眼睛生病了同样是可怕的事情，下面听老师将《红眼咪咪》的故事。

二、教师引导幼儿了解得红眼病的原因及病征。

1、听故事引入活动：

师：（出示小猫）有一天，小花猫咪咪的眼睛突然变红了，到底发生了什么事？

（场景）：一块大黑板画上绿草地，作为背景，请同班的另一

位老师藏在黑板后边表演，“木偶剧”，《红眼咪咪》，根据故事内容表演。

2、师：咪咪的眼睛为什么变红了？（是由于灰沙进入了眼睛，不该用手揉，用脏手帕擦。这样会把细菌带进眼睛，使眼睛发炎，眼睛充血变红）师：妈妈眼睛怎么也变红了？（妈妈是被咪咪传染的，红眼病是能传染病）老师介绍患红眼病的感受：得了红眼病眼睛会流泪、怕光、不敢睁开，还会疼，会传染给别人。（看图片，幻灯展示）师：得了红眼病我们应该怎么办呢？（幼：我们应该及时去医院，请医生帮忙）。

3、医生（同班老师穿上白大褂）上台为幼儿介绍预防红眼病，保护眼睛的常识。

红眼病是一种传染病。知道自己得了红眼病，应及时去医院治疗，按时滴眼药，用干净的手帕擦眼睛，不到公共场所去，还应好好休息，眼睛好好休息，才能尽快好起来。（看图片，幻灯展示）

三、拓展延伸：我们为什么要爱护眼睛？爱护眼睛应该怎样做？

师：眼睛是心灵的窗户，是最重要的'感知世界的器官，我们应该好好爱护我们的眼睛。如果不小心灰沙吹进了眼睛，我们可以闭上眼睛，让泪水慢慢和灰沙一起流出来，如果不行，可请大

人帮忙，千万不能使劲挤眼或揉眼睛。

四、“不做红眼睛”宣传画。

幼儿在眼睛形状的纸上制作预防红眼病、保护眼睛的宣传画。鼓励幼儿利用宣传画向全园幼儿介绍有关红眼病的知识。幼儿园健康活动教案 5

一、活动目标：

- 1、让幼儿初步了解自己的眼睛的结构、特点。
- 2、使幼儿懂得眼睛的用途、重要性，进而培养保护眼睛的意识。
- 3、在轻松地氛围中，让幼儿获得知识的同时，获得快乐。
- 4、通过看眼睛、说眼睛，增进互相了解和交流。

二、活动准备：

每人一面小镜子 大大的眼睛 画面两幅。

三、活动过程：

（一）、老师出谜语 上边毛，下边毛，中间一颗黑葡萄 让幼儿猜一猜这是小朋友身上的一样什么东西？

（二）、让幼儿用小镜子观察自己的眼睛是什么形状的？引导幼儿在镜子里仔细看看，或用手轻轻摸摸自己的眼睛，知道眼睛像一个小圆球。

（三）、提问：眼睛什么地方会动？幼儿边摸边感知眼球会动。

1、眼睛里有什么？是什么颜色的？

2、眼睛长在哪里？

（四）、让幼儿互相观察眼睛，并进行比较。进一步感知眼睛的结构。

教师引导幼儿说出自己的想法，感受一下自己的'眼睛和别人的有什么不同。

（五）、引导幼儿讨论眼睛有什么用？（幼儿互相讨论、交流）

教师小结眼睛对我们的重要性，强调在日常生活中要注意保护我们的眼睛。

（六）、出示画面并提问：

1、眼睛有什么用？

2、我们怎样爱护、关心自己的眼睛？

让幼儿知道画画时要坐端正，不用脏手揉眼睛，要用干净手帕擦眼泪等。

四、活动结束：

对本次活动进行总结，表扬和鼓励在活动中变现积极的幼儿。

幼儿园健康活动教案 6

活动目标：

1、初步了解健康日，明白爱牙日、爱眼日、爱耳日都是和健

康有关的宣传日。

2、阅读图文标记，明白健康日的具体日期，协商分配工作，尝试和大家一齐制作健康日的宣传栏。愿意向大家宣传健康知识，尝试设计健康日的宣传用语。

活动准备：

- 1、准备制作宣传专栏的材料，笔、纸、图片、照片等材料。
- 2、师生与健康日有关的一些资料。

活动过程：

一、念谜语，猜测五官，记录五官的形象

- 1、教师念谜语，幼儿猜测，
- 2、教师在黑板上画出五官的形象。

二、讨论五官的重要，引出健康日。

- 1、教师：眼睛、耳朵、牙齿这些器官有什么重要的作用？
- 2、教师：五官太重要了，没有眼睛我们就看不见周围的一切，成了瞎子；没有耳朵我们就听不见周围的一切，成了聋子；没有牙齿我们吃东西就咬不动，就没有办法吃东西。怎样让大家都能来关注我们的眼睛、耳朵和牙齿呢？

三、阅读图文，了解健康日的由来。

- 1、教师在眼睛、耳朵和牙齿图片的上方写上具体的日期，并鼓励幼儿阅读，告诉幼儿这是健康日，启发幼儿想一想：写在眼

睛上方的日期表示选床什么日子呢？鼓励幼儿讲述爱眼日、爱耳日、爱牙日。

2、教师小结。

3、带领幼儿完整讲述，如：6月6日是爱眼日，3月3日是爱耳日，9月20日是爱牙日。

四、带领幼儿观察健康日教育方面的. 图片或影像资料，加深对健康日的认识。

五、组织幼儿讨论，加深认识。

启发幼儿设计健康日宣传栏。

活动反思：

在课前，我准备了形象的五官图片，以及人们在健康日所开展的各项活动图片，让幼儿对五官以及健康日有更全面的了解。以猜谜的方式引发幼儿的学习的兴趣，并积极参与到活动中。为了加深幼儿对健康日的

认识，我组织了幼儿进行讨论，但没有完全激发他们讨论的进取性，以至于讨论时间很短，讨论得不够深刻。最终，组织幼儿每组设计一幅健康日宣传画，使幼儿在向大家宣传健康日的同时，学会分工合作，从中得到愉快的体验。在整个活动过程中，我应供给给幼儿更多发言的机会，扩大幼儿的思维空间，让幼儿回答问题能够更全面。幼儿园健康活动教案 7

活动目标：

- 1、初步了解预防感冒的方法。
- 2、了解感冒的症状，明白感冒后身体不舒服要及时告诉大人。
- 3、明白感冒了不怕打针吃药，做个勇敢的孩子。

活动准备：

- 1、自拍录像小片段。
- 2、小叮当手偶一个。
- 3、小叮当音乐。
- 4、预防感冒方法的图片(洗手、吃饭、锻炼……)。

活动过程：

- 1、设置情景——引发兴趣，导入活动。

出示小叮当手偶：“这天我给小朋友请来了一位小客人，小朋友看看他是谁”小叮当：“大家好！我是小叮当，这天我给大家唱一首歌曲(唱两句后不停的打喷嚏)，我怎样了我不能给大家表演节目了，小朋友再见！”

- 2、组织讨论了解感冒的症状及原因。

问题一、你们感冒过吗感冒了会有什么感觉

教师总结：鼻子不透气、流鼻涕、嗓子痛、头痛、咳嗽、打喷嚏、有时候会发烧，当身体不舒服的时候要及时告诉大人。

问题二：小叮当怎样了为什么会感冒

教师总结：穿衣服少了、蹬被子了、到人多的地方被传染了都容易引起感冒。

3、观看录像小片段——渗透情感，懂得不怕打针吃药。

讨论：小叮当到哪里去了他打针的时候哭了没有小朋友打针的时候是怎样做的

教师小结：小朋友也是勇敢的孩子，如果你感冒了，要赶紧去看医生，不怕打针吃药，这样感冒很快就会好了。

4、结合图片展开讨论——初步了解预防感冒的方法。

(1) 讨论：小朋友想一想，怎样样就不感冒了

(2) 看图片提升经验，了解预防感冒的方法：勤洗手、多喝水、不挑食、睡觉盖好被子、天冷了及时穿衣服、不到人多的地方去、多锻炼身体……

活动延伸：随着小叮当的音乐与幼儿一齐外出锻炼身体。幼儿园健康活动教案 8

【活动意图】

幼儿喜欢做游戏，但与父母一起做游戏的机会却比较少，为了使幼儿体验与父母一起参与活动的乐趣，培养幼儿的合作意识和坚持到底的精神，特开展了摘苹果这一游戏活动。

【活动目标】

- 1、引导幼儿体验与父母一起参与活动的乐趣。
- 2、培养幼儿的合作意识和坚持到底的精神。

【活动准备】

模拟果树、筐子、《苹果歌》音乐光盘等

【活动过程】

一、热身运动

幼儿齐唱《苹果歌》并随音乐做热身运动。

二、游戏活动

1、讲解游戏玩法及规则

游戏玩法

游戏开始，父母一同用手臂抬幼儿跑至约 8 米处的'果树跳一跳摘果子，幼儿每次只能摘一个，然后再由父母抬幼儿跑回起点，将果子放入筐内。如此反复，在规定的时间内，以摘果子多者为胜。

游戏规则

- (1) 幼儿的脚不能着地。
- (2) 幼儿每次只能摘一个果子。

2、幼儿与父母一起在《苹果歌》音乐的旋律下做游戏。

游戏结束时表扬胜利的幼儿，同时鼓励失败的幼儿坚持到底

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/256224005154011030>