2023 健康教育教案(15 篇)

健康教育教案 1

教学资料：

吃饭要细嚼慢咽

教学目标：

1. 使学生明白一些科学进食的卫生常识。

2. 让学生养成良好的进食习惯。

教学重点难点：

要细嚼慢咽而不能狼吞虎咽的原因及平时生活中，应当怎样养成良好的进食习惯。

教学过程：

一、导入新课：

上一次课我们学习了一日三餐，同学们还记不记得我们一日三餐应当怎样吃？这一次我们继续学习，一日三餐当中，我们到底应当怎样来进餐呢？

二、学习新课：

吃饭时要慢慢的的吃，不能边吃边讲话，也不能狼吞虎咽：

健康教育教案 2

活动目标

1.亲自感受，让幼儿知道我们要穿大小合适的鞋。

2.在穿正鞋子后，体验到成功的快乐，培养良好的自理能力。

3.在念儿歌过程中，学会穿鞋子。

4.让幼儿知道愉快有益于身体健康。

5.能够将自己好的行为习惯传递给身边的人。

活动准备

1.爸、妈、婴儿的图片及线板、脚。

2.录音机、磁带(歌曲：《大鞋与小鞋》、欢快的音乐)、地毯。

3.各种大小的鞋若干。

4.幼儿会边念儿歌边脱鞋子。

活动过程

(一)脱鞋子

师：“今天，请你们跟小脚做做朋友，把你们的小脚露出来吧!”

“脱下这个鞋宝宝，脱下那个鞋宝宝，小脑袋靠一起，放在边上多整齐。”

幼儿边念儿歌边脱鞋子，并放整齐。

(二)通过看图、穿大鞋，知道要穿大小合适的鞋

1.看图感知。

(1)展示大小的脚图。

“瞧，这些是什么?”(脚)

“猜猜，这是谁的脚呢?”幼儿猜测。

(2)出示人像图。

“我们来看看，你们猜的对不对?”“哟，真棒，猜对了，表扬表扬我们自己。”

(3)给宝宝穿大鞋。

“老师这儿有双鞋子，我们给宝宝穿上吧!”让幼儿说好不好。

2.幼儿穿大鞋。

“请你们去穿穿大鞋，试试舒服吗?”

在“大鞋与小鞋”的歌声中幼儿去穿大鞋。

“你的小脚会做什么?”(走路、跑步、蹦跳等)请幼儿分别做动作，感受穿大鞋后的不适。集中幼儿，脚跳舞、讲感受。

小结：穿上了大鞋，我们会摔跤，不方便，要穿大小合适的鞋子才舒服。

(三)穿小朋友的鞋。

1.试穿正好的鞋。

“现在，请你去找双合适的鞋子穿上，穿好了到教师这儿来。”

检查幼儿穿鞋情况，指出不合适的，并让幼儿讲感受。

2.边学儿歌边学穿鞋。

“请你们把鞋子脱下来吧!”幼儿边念儿歌边脱鞋。“老师编了一首穿鞋子的儿歌，我们来边念儿歌边穿鞋。”教师指导。“拿起这个鞋宝宝，找到那个鞋宝宝，小脑袋，靠一起，小脚丫，钻进去，鞋儿弯弯往里靠，两边搭扣扣扣好。”

3.总结：今天我们学会了穿鞋子的本领，以后在家中你们的鞋子要自己穿，不要麻烦爸爸妈妈，相信你们都是能干的好孩子。

4.穿自己的鞋子。

“现在请你们把这双鞋脱下来，要边念儿歌边脱鞋，然后去穿上自己的鞋子吧!比一比谁最能干。”幼儿边念儿歌边穿鞋，老师检查。

(四)跳舞。

“穿上了自己的鞋，舒服吗?”让我们高兴一下，让小脚同鞋子朋友来跳个舞吧!”

在欢快的音乐中脚跳舞。(踢、走、跑、跳、跺、蹦、弯、伸等。)

(五)活动延伸

继续练习穿脱鞋子技能。

教学反思：

教学过程中，幼儿积极配合，认真尝试，在自主练习里获取了经验，又在集体练习里感受到了快乐和喜悦，达到寓教于乐的目的，教学目标也得到了圆满的完成。

健康教育教案 3

活动目的：

1、引导幼儿知道蚊子给我们的生活带来的危害。

2、引导幼儿要讲卫生，爱清洁。

活动准备：图片：小明生病了、挂图《蚊子叮人的过程》

活动过程：

一、出示图片：小明生病了引导幼儿思考：小明为什么生病了？

二、出示图片《蚊子叮人的过程》，引导幼儿思考被蚊子咬了会怎样？教师介绍小明生病的情况。

三、启发幼儿讨论：蚊子喜欢生活在什么地方？引导幼儿了解蚊子喜欢生活在脏、乱、臭的地方。如：垃圾堆里、地上、脏水中等

四、以竞赛的形式，让幼儿懂得怎样才能作健康娃娃？

1. 不去脏、乱、臭的地方

2. 每天出门要涂驱蚊的药水。

3. 出门要穿长袖长裤。

4.家里要清洁，喷洒杀虫剂。

五、请小朋友一起总结，并回家告诉爸爸妈妈。

教学反思：

在整个活动过程中,我应提供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。

不足之处：

没有完全激发他们讨论的积极性，以至于讨论时间很短，讨论得不够深刻。

幼儿健康教育是根据幼儿身心发展的特点,提高幼儿健康认识、改善幼儿健康态度、培养幼儿健康行为，维护和促进幼儿健康的系统的教育活动。本着以健康领域教育为主，加深了解健康教育特点的目标开展了此次健康领域教育活动。使我对健康领域教育这一块有了深层的理解。

最后在以后的工作中我将根据幼儿不同的发展水平和特点，制定不同的目标，使每个儿童在金色的阳光下健康发展。

健康教育教案 4

一、教学目标：

1、明白水源自于地下水和天上的雨水，经过工厂的加工、过滤等程序，才能饮用。

2、了解水中有许多我们眼睛看不见的微生物，明白不能喝生水。

3、乐意观察生活，观察各种仪器，感受观察带来的快乐。

二、教学准备：

1、显微镜若干台。

2、带领幼儿参观自来水厂，了解水加工、处理的过程

三、教学过程：

1、组织幼儿进行谈话教学：水从哪里来。

我们喝的水是从哪里来的？（幼儿经过谈论后，得知水能够从天上的雨水那里来，也能够从江、河、湖里得来）

江河里的水、天上的水能够直接饮用吗？为什么？

要经过怎样的处理才能饮用？（引导幼儿结合经验水加工、处理的过程）

2、教师小结：

我们饮用的水是江河里的水，自来水厂的叔叔阿姨用一些特殊的设备把这些江河里的水经过加工、过滤使水边得干净、再传输到地下水管中，水龙头和这些水管连之后，透过水龙头我们就能用到这些干净的

水了。

3、了解水中的物质成分。

教师：虽然这些水变干净了，但是是否能够直接饮用了呢？为什么？

分组请幼儿在显微镜下观察水，明白水中有许多我们眼睛看不见的微生物，有些微生物对我们人体有益处，而有些微生物对我们身体是不利的。

我们要怎样处理才能饮用这些水呢？

4、教师小结：

自来水虽然经过了加工处理，但里面有些微生物对我们身体是有害的因此要将自来水再进行高温消毒杀死一些微生物，这样的水饮用起来就很安全了。

健康教育教案 5

教学目标：

1、理清议论文三要素，掌握几种论证方法。

2、把握题目的深刻含义，从而理解责任的重要。

教学重点：

理解论点、论据和论证方法。

教学难点：

理解责任感的重要性。

教学过程：

(一)新课导入：

1、同学们，今天我们要学的是一篇议论文：学习有苦也有乐，

2、看到这个题目，大家脑子里第一个想法，一定是：什么是最苦?什么是最乐?请大家先不要打开课本，在我们正式开始讲解课文之前，老师要请几个同学来说一说，你们认为在平时的生活和学习当中，什么事情让你们感觉最苦 ?又是什么让你们感觉最乐?(生答)

(二)分析课文：

1、看来，大家对与最苦与最乐的看法都不尽相同。有的人认为……有的人认为……现在我们回到课文中来，我们一起来看看，我认为的最苦与最乐是什么。先请几个同学分段朗读这篇课文，其他同学认真体会这篇__。文中有一些字词大家需要注意一下。

2、请同学们思考一个问题：文中的苦指的是什么，乐指的又是什么?能从文中找出一些具体的语句。

大家归纳得很好，也都从文中找出了苦与乐。没错，未尽责任是人生的痛苦，尽责任是人生的快乐。这也就是我们要学习的中心，

苦与乐，无疑与大家的不大一样。大家可能不理解，为什么没有尽到责任是最苦的事情?为什么尽到责任是最快乐的事情?现在就请同学们带着这个问题再归纳一下，并且在文中找一找，为什么没有尽到责任最苦，尽到责任是最乐?(几分钟后)有谁先来回答一下，文中为什么认为最苦是没有尽责?都回答得很好。我们学了课文才知道，原来没有尽到责任有这这样的不快乐。

健康教育教案 6

活动目标：

1.引导幼儿学习正确的刷牙方法，喜欢刷牙。

2.教育幼儿少吃甜食，注意个人卫生，保护牙齿。

3.初步了解健康的小常识。

4.学会保持愉快的心情，培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。

活动重点、难点：

引导幼儿学习正确的刷牙方法，喜欢刷牙。

活动准备：

图片

活动过程：

一．开始部分稳定幼儿情绪，谈话引入活动。

二．基本部分

1.看图片，听故事。

2.提问： 故事中的花花为什么一直捂着脸哭呢?他的牙怎么了？

3.小结：蛀牙及其原因。

4.请幼儿说一说自己的刷牙方法。

5.教师讲解、示范正确的刷牙方法。

6.大家一起来刷牙。

三．结束部分

教学反思：

通过本节课的学习，幼儿知道了刷牙的好处，掌握了正确的刷牙方法，养成了保护牙齿的良好习惯,达到了本节课的活动目标。幼儿能参与活动兴趣很重要，因此在这节课中我准备了许多教具来吸引孩子的眼球,让幼儿在每个环节都有可尝、可看、可动手的教具，孩子们在课堂中积极性很高，课堂气氛也很活跃，来听课的老师们评价不错。

7

教学资料：

睡眠好身体好

教学目标：

1.让学生懂得按时作息的好处，每一天能保证10小时。

2.使学生掌握正确的睡觉姿势，养成早睡早起的好习惯。

教学重点难点：启发引导学生，由学生自己说出，应当怎样睡眠

教学过程：

一、导入新课：

在我们学校里，同学们你们都几点睡觉，几点起床？算一算，你们每一天都睡了几小时？

二、学习新课：

1.睡前不要做：

a.不要吃得太饱

b. 不要贺浓茶

c. 不要看惊险电视节目，不要听恐怖故事

d. 要用温水洗脚

2. 睡觉时要：

a. 盖的被子要根据季节和天气而适当

b. 持续室内空气流通（要打开一扇小窗户）

c. 不要蒙头睡觉

3. 卧如弓：

睡眠的姿势很重要，你们明白我们的的心脏长在人体胸部的左边还是右边呢？当然是左边了，那么我们睡觉时应当向左边还是右边，或者是平躺着睡？那么原因又是什么呢？

身体向左侧弯曲，像弓箭一样，“卧如弓”

三、巩固新知：

1. 组织学生自己给自己评价一下，我们在平时生活中都做到了吗？

2. 请学生到讲台，发表一下，今后我们打算怎样来睡眠？

3. 总结该课使学生明白：

睡眠是恢复（精神）和（体力）的最好休息方法，是（长身体）的重要时刻。每一天我们要睡足（10）小时，养成（早睡早起）、（按时起床）的好习惯。

课程题目：

近视怎么办?

教学目标：

1、让学生了解近视是怎样形成的。

2、学会保护视力的方法。

教学重点：

造成近视的主要原因，如何预防。

教学难点：

为什么说患了近视的同学，一定要到医院验光检查，配戴一幅合格的眼镜。

教具(课前准备)：

眼球构造图

教学过程：

1.产生近视眼的原因很多，也是很复杂的，但是可以肯定，绝大多数近视眼是由于用眼卫生习惯不好而引起的。

(1)阅读和写字的姿势不正确。

(2)在阅读或写字时不注意光线的强弱。

(3)生活与学习制度不健全。

(4)先天的因素。

2.预防近视眼。

(1)看书写字时，眼睛与书本的距离应保持30厘米，特别要注意写字姿势的正确。

(2)看书写字持续时间不要过长，应1小时休息15分钟。

(3)不要躺着、坐车、走路看书。

推荐：

(4)光线和：照度不可过强，不能过暗，光线不要直接照射在书本上。

(5)生活要有规律、要究竟卫生，加强体育锻炼、增强体质，并养成良好的用眼习惯，平时，还要注意合理营养。

(6)坚持认真做好眼保健操。

3.患了近视眼一定要到医院验光检查，配戴一副合格眼镜。

(1)配戴眼镜前应作散瞳验光，确诊是否近视眼。

(2)配戴眼镜，应该是度数合适的眼镜，度数不要过深或过浅。

(3)配戴眼镜后，仍然要注意用眼卫生，防止加深。要定期旧上检查视力，如有发现视力下降，就要重新配戴。

课堂小结：

师：今天我们一起学习了近视后怎么办?现在谁能说一说得了假性近视该怎么办?(学生回答)

师：得了真性近视又该怎么办?(学生回答)

师：配戴眼镜应该注意哪些问题呢?(学生回答)

反馈检测：

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/658051133050006030