

大班常规教育教案 20 篇

《大班常规教育教案 20 篇》这是优秀的幼儿园教案设计文章，希望可以对您的学习工作中带来帮助，快来看看大班常规教育教案20 篇！

（1）大班安全教育活动教案反思《如何保护自己》

活动目标

1. 初步懂得要注意安全，保护自己，知道不做危险动作。
2. 学习履行一些简单的安全行为。
3. 能积极参加游戏活动，并学会自我保护。
4. 培养幼儿敏锐的观察能力。
5. 加强幼儿的安全意识。

重点与难点

重点：使幼儿初步懂得在日常生活中要注意保护自己的身体安全。

说明：幼儿年幼无知，缺乏安全意识，只有“动之以情，晓之以理”，才会引起幼儿积极主动地学习自我保护方法的愿望和动机，才会真正地“导之以行”。

难点：使幼儿分辨安全行为与危险动作，学习日常生活中的一些基本的安全行为和保护自己的方法。

说明：由于幼儿生活经验贫乏，很难预见自己各种行为的后果，也不会分辨安全行为与危险动作，以致于在学习中感到困难。（. 本文来源：快思老师教案网）因此，应将分辨安全行为与危险动作，以及学习保护自己的方法视作难点。

中班幼儿仍然保留着直觉行为性思维的特点，对自己行为的计划性、预见性较差。因此，生活中的安全事故时有发生。据此对幼儿进行自我安全保护方面的教育是十分必要的。

活动流程

感知讨论——操作实践——强化巩固

1. 引导幼儿感知讨论

建议教师利用区角活动、园内观察活动、视听活动等环节，引导幼儿感知讨论，引起幼儿对安全问题的重视。

例一：在语言区角内，增设《橡皮膏朋朋》图书若干册和录音带，供幼儿阅读、倾听。并适时设问，引导幼儿讨论。如：朋朋的鼻子怎么会又红又肿呢？它的头上为什么经要贴橡皮膏了？朋朋应该怎样做就不会变成橡皮膏朋朋了呢？（新故事在《生活》教第 90 页）

例二：带领幼儿观察他班幼儿的体育锻炼，让幼儿找找哪些是安全行为，哪些是危险动作（老师作好记录）。并及时组织幼儿讨论：“做这些危险动作容易造成怎样的伤害？”“如果是你在玩，该怎么做？”等

2. 幼儿集体或分组操作实践，教师因人而异地进行指导。

教学反思

中班幼儿仍然保留着直觉行为性思维的特点，对自己行为的计划性、预见性较差。

因此，生活中的安全事故时有发生。据此对幼儿进行自我安全保护方面的教育是十分必要的。

从幼儿的实际情况看，他们对安全方面的知识并非一无所知。在前几年的生活中，有意无意，或多或少地积累了安全方面的知识。在此基础上，若能进一步运用他们的原有经验，并从情感激发入手，引起幼儿对安全的“警觉”，这样，才能使教育的要求真正地转化为幼儿自觉的安全行为。

首先，从设计多种情境，提供多方信息着手，引起幼儿对安全问题的关注，让他们在看看、听听、讲讲、议议中初步懂得自我保护的重要性，为以后的教育作好铺垫。

其次，结合日常生活、或创设特定的情景帮助幼儿了解什么情况下易发生安全事故，了解哪些是危险动作，怎样做才是安全行为，通过一些实践活动和操作，以学习一些简单地自我保护身体的方法。

(2) 大班健康教育教案自评《白开水，益处大》

【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、知道检查身体的重要性。
- 4、培养良好的卫生习惯。

【活动准备】

电脑、搜集短片(世界各地、生命之源-水)图片、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

师：你们最喜欢喝什么？

幼：果汁、可乐、雪碧、杏仁露、椰汁、茶、牛奶、豆浆、酸奶....

(二)白开水，益处大

师：户外活动和剧烈活动后会出很多汗，(教案出自：)应该喝什么？

幼：喝白开水

师：让幼儿了解为什么喝白开水?请幼儿再次欣赏短片：“生命之源-水”

教师小结

A：白开水含有丰富的矿物质

B：能帮助人身体进行代谢

C：白开水也是一种营养素

鼓励幼儿日常多喝白开水促进身体健康

延伸活动：利用幼儿自制饮水记录表，每周五评比喝水标兵

【活动自评】

幼儿通过观看短片直观的了解白开水对人体的好处，在两次游戏后通过对比法，由第一次喝水 30%人到第二次游戏喝水人数上升到 80%，这样使幼儿进一步了解到白

开水对人的益处多。在引导幼儿自制饮水表中，鼓励幼儿大胆设计并制作，延伸活动中满足大班幼儿好竞争的意识，提高了幼儿的自我评价能力，培养幼儿能自觉主动进行饮水，使幼儿逐渐从教师的被动提醒督促转化为一种自觉地行为。

活动反思：

幼儿通过观看短片直观的了解白开水对人体的好处，在两次游戏后通过对比法，由第一次喝水 30%人到第二次游戏喝水人数上升到 80%，这样使幼儿进一步了解到白开水对人的益处多。在引导幼儿自制饮水表中，鼓励幼儿大胆设计并制作，延伸活动中满足大班幼儿好竞争的意识，提高了幼儿的自我评价能力，培养幼儿能自觉主动进行饮水，使幼儿逐渐从教师的被动提醒督促转化为一种自觉地行为。

（3）大班美术教育教案《美丽的树》

一、活动内容：《美丽的树》

二、活动要求

- 1、通过身体表现，激起幼儿徒手制作去表现树干的形态。
- 2、巩固泥塑中的搓条、捏接的技能技巧，并尝试用落叶来装饰树干。
- 2、发展幼儿的创造思维和想象力，体验陶艺制作的乐趣。

三、材料及环境创设

- 1、泥、泥工板每人一份。
- 2、课前幼儿去户外观察过树，并拾好大量的叶片小的落叶。

四、活动指导

（一）带领幼儿赏树，并进行游戏“变变变”，引导幼儿用身体将树干的各种形态表现出来。

“小朋友，树是千姿百态的，树上的树枝也是向各个方向伸展的。现在我们来做一个树的游戏“变变变”，用我们的身体来表现树的形态。小朋友可以一个人做，也可以找伙伴一起来做一棵树，看看哪棵树最漂亮。”幼儿游戏，教师引导幼儿大胆的用身体表现各种树的各形态，并及时给予肯定及表扬。

（二）幼儿大胆的动手尝试制作树干，教师巡回查看。

（三）教师请个别幼儿示范制作树干。（搓条成树干的；双手捏泥做成树干的）教师在请个别幼儿示范时，教师在旁给予适当的解释说明，告诉其他幼儿这种方法的技能技巧，及注意的问题。（如个别表达能力强的，教师可以直接请该幼儿边示范边说明。）

（四）幼儿再次制作树干，并加树枝及树叶。

- 1、要求幼儿大胆的去取泥塑造树干的外型形态，表现出树干的千姿。
- 2、鼓励幼儿用泥来做树枝并与树干连接，提醒幼儿注意树枝与树干的关系。
- 3、幼儿用在户外地上拾来的树叶插到树枝上。

（五）将幼儿展示出来，大家互相欣赏，讲评。

（六）以开一个树的展览宣传会将幼儿带出活动室。

“小朋友做的树都很好看，那你们知道树对我们人类有什么用吗？”幼儿自由发

言，“哦，原来树对我们人类有这么多的好处，那我们可得好好宣传宣传。走，我们用我们做的树去开个树的展览宣传会。”

活动反思：

春暖花开的季节，孩子们对周围花草树木的变化产生了浓厚的兴趣，几个小伙伴在一起说着聊着，我想可以顺着孩子们的兴趣来一次活动，最后确定为美术活动《美丽的大树》。开始的谈话活动，孩子们根据自己的生活经验，讲述着自己亲眼看到的大树的变化：树干粗了、发出了新芽、枝条变长了……通过谈话活动，孩子们将自己的已有经验进行总结，将他人的经验进行提升，为之后的环节进行奠定了良好的基础。接下来，为孩子们出示精心挑选的线描图片，意在让孩子们在绘画过程中将多种技巧运用到作品中，丰富画面，让孩子们收获成功感和喜悦感。孩子们通过欣赏线描图片，对图片中的种种线描技法表现出浓厚的兴趣，针对各种线条进行梳理和总结，孩子们基本掌握后，随后欣赏老师挑选出的不同风格的大树图片：粗粗树干发出新芽的大树、大树和小树错落排列的树图片、周围添加鸟和白云的大树……

孩子们观察着不同大树的图片，在心中勾画着自己将要绘画大树的样子，我穿梭在孩子们周围，欣赏着孩子们稚嫩小手笔下的大树，很欣慰：每一张画都是与众不同的，每一个孩子都在享受着这段时光，看着孩子们和画儿，我慢慢翘起了嘴角。接下来的分享点评环节，我一改往日的方式，将所有作品粘贴起来，带领孩子们巡回在作品周围，我想这样可以让孩子仔细观察到每幅作品，点评环节才会真正让孩子们有的说，并且说到点上。果不其然，每个孩子在点评环节中，都有自己的想法，我们采取小组发言的方式，每小组一名代表收集小组信息进行发言，发言代表语言组织流畅，点评有针对性，并根据画面布局和线描技法给出了建设性的意见，我惊奇孩子们的想法，真有大家风范的感觉！

（4）大班健康教育教案《科学味道王国》含反思

活动目标

- 1、感受不同的味道，并尝试运用图表记录，大胆表述自己的发现。
- 2、了解各种味道是靠舌头品尝出来的，发展对食物的辨别能力。
- 3、了解多运动对身体有好处。
- 4、喜爱参加体育锻炼，养成爱运动的好习惯。

活动准备

- 1、设置“味道王国”的情境，摆设各种味道的食品，如柠檬、糖果、山楂、咸鸭蛋、辣椒、咖啡、咸菜、苦瓜等。
- 2、为幼儿准备每桌一套分别装有白开水、白糖水、白醋、咖啡、白酒、盐水的品尝杯和品尝棉签。
- 3、味道记录表

活动过程

一、出示各种表情，导入活动。

- 1、今天老师请来一些表情宝宝，让我们一起来认识一下。（出示表情图片）
- 2、这是甜宝宝，和甜宝宝打个招呼，（教案出自：）看看甜宝宝的表情是怎么样子的？

你吃到什么东西时会有这样的表情?(引导幼儿模仿表情)

这是咸宝宝，和咸宝宝打个招呼，看看咸宝宝的表情是怎么样?你吃到什么东西时会有这样的表情?

这是酸宝宝，和酸宝宝打个招呼，看看酸宝宝的表情是怎么样?你吃到什么东西时会有这样的表情?

这是苦宝宝，和苦宝宝打个招呼，看看苦宝宝的表情是怎么样?你吃到什么东西时会有这样的表情?

二、品尝各种食品，感受不同味道。

1、今天老师要带你们到“味道王国”去，那里有好多有趣的味道，请你们尝一尝，在品尝之前先洗洗手。小朋友可以自由地去品尝，在品尝的过程中，你要记住自己品尝的是哪一种食品，它是什么味道，把你尝到的味道记录下来，等一下大家说一说。(教师示范品尝的方法)

让我们一起去探索味道的秘密吧!(幼儿自由品尝食品味道)

2、组织幼儿谈自己品尝的感受。

小朋友，“味道王国”里都有什么食品?刚才小朋友品尝了什么食品，它是什么味道的?尝到酸味时，(教案出自：)你有什么感觉?这种味道会使你想起什么事情?尝到甜味、苦味、辣味、咸味时，又有什么感觉?你会想到什么?

二、通过操作感受，使幼儿了解舌头的品尝作用。

1、小朋友，咱们刚才品尝了那么多的味道，这些味道是怎么尝出来的?

2、下面老师为每个小朋友准备了一些品尝杯，请小朋友再尝一尝，它们分别是什么，你是怎么尝出来的?(为幼儿提供实验材料，教师示范并指导幼儿运用正确的方法来进行品尝)

3、小朋友告诉老师刚才你是怎样实验的?各种味道是靠什么品尝出来的?

4、小朋友真聪明，通过实验我们知道味道是靠舌头品尝出来的，舌头为什么会尝出味道呢?原来我们的舌头表面有许多小突起，这些突起叫味蕾，味道就是通过味蕾品尝出来的。(教案出自：)别看我们的舌头不大，可是它的各个部位却有不同的分工。舌尖对甜味比较敏感，舌头的两侧前端对咸味比较敏感，舌头两侧后端对酸味比较敏感，舌根对苦味和辣味比较敏感。

三、进行发散思维，了解更多的味道。

1、你还吃过什么东西，它是什么味道的?(引导幼儿说出更多酸、甜、苦、辣、咸味道的东西。)

2、除了甜、咸、酸、苦，你还知道其它的味道吗?(引导幼儿说出更多的味道，如先苦后甜、又酸又甜等。)

四、结束活动。

小朋友，刚才咱们说出了许多的味道，下面咱们来做“小小调味师”来制作各种不同味道的饮料，看谁调的饮料味道美。(鼓励幼儿大胆尝试，制作出和别人不同的味道。)

教学反思：

此次活动圆满结束!活动前我为幼儿创设了宽松自由的活动氛围，让幼儿在宽松自由的氛围中轻松获得锻炼与提高。活动过程中，幼儿表现的积极主动，都能用较完整的语言回答老师提出的问题，并能主动与同伴交流。

（5）大班健康教育教案反思《蔬菜自助餐》

【活动目标】

1. 进一步了解蔬菜有不同的味道和多种制作方法，知道多吃蔬菜有益健康。
2. 能用语言较清楚地介绍菜肴的名称、特点。
3. 体验与同伴共同分享吃蔬菜的快乐。
4. 教育幼儿养成清洁卫生的好习惯。
5. 引导孩子乐于接受治疗。鼓励、培养小朋友不怕打针的勇敢精神。

【活动准备】

1. 活动前幼儿在家和父母商量共同制作一道菜，并参加买菜、择菜、洗菜、烧菜的制作全过程。
2. 每人一套餐具：碗、筷子、共用的勺子若干。
3. 各种常见蔬菜的图片，多媒体。
4. 教师提供菜肴，有：香菇青菜，青菜粉丝汤，凉拌黄瓜等。

【活动过程】

一、教师出示各类蔬菜的图片，引导幼儿认识蔬菜的名称。

二、教师准备的六道菜肴，了解蔬菜的作用。

1. 引导幼儿认识蔬菜名称、教师介绍制作方法等(可用幻灯片展示制作过程)。

2. 提问：人们为什么要吃蔬菜呢?能不能光吃荤菜不吃蔬菜?

三、分类摆放菜肴。

引导幼儿根据菜肴的制作方法来分类：将菜肴按凉拌菜、炒菜、汤，分类摆放在餐桌上。

四、参加品尝蔬菜自助餐。

1. 了解一些自助餐的礼仪。如：用共用的勺子盛菜，吃多少、盛多少，不浪费等。

2. 幼儿拿好自己的餐具，自选菜肴品尝，在快乐的气氛中进一步激发幼儿对蔬菜的热爱。主要引导幼儿品尝更多品种的蔬菜，相互欣赏、品尝同一种蔬菜的不同制作方式。

五、小结。

1. 介绍自己吃了哪几样蔬菜，是什么味道的?

2. 有没有同一种蔬菜有不同的做法的?

3. 小结：各种蔬菜有不同的味道，同一种蔬菜还可以由不同的吃法。多吃蔬菜可以让我们的身体更健康。

修改理由：本次活动本来是请每位幼儿都自己从家中带一道菜肴来，(教案出自：)考虑到是国庆后的第一天，一些家长可能会忘记，所以我和保育员一起准备了几道简单的菜肴，如：凉拌黄瓜等，这样既能开展活动，也让幼儿活动中初步体会自助餐的乐趣。

活动反思：

以身引导，多吃蔬菜。

《指南》健康领域中指出：“帮助幼儿了解食物的营养价值，引导他们不偏食不挑食、少吃或不吃不利于健康的食品;多喝白开水，少喝饮料”，本次活动中发现孩子对各种常见的蔬菜还是有一定的了解，他们能说出蔬菜的名称以及用这种菜能做

什么菜肴，我想这是活动前孩子们和家长一起制作菜肴积累的经验。整个活动中孩子们学会了按蔬菜的制作方法分类，另外还让幼儿从吃蔬菜自助餐的活动中体验到与同伴分享的快乐，从而让幼儿懂得我们要多吃蔬菜，这样我们的身体才会更加的健康。通过活动的引导，孩子们对蔬菜的营养价值有了更多的了解，一些平时挑剔食物的孩子也表示愿意尝试一下那些平时不太敢不爱吃的食物，对他们来说也是一次改进的机会吧。同时我们也希望家长平时在家也要多多鼓励孩子们去注意吃蔬菜，养成爱吃蔬菜的好习惯还要家长以身作则，树立好榜样。我们会进一步做好这方面的沟通工作的。

（6）大班健康教育教案《冷饮要少吃》

一、目标：

- 1、了解吃冷饮的卫生常识，知道贪吃冷饮的危害。
- 2、懂得天热也要少吃冷饮，应多喝水。
- 3、了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。
- 4、让幼儿知道愉快有益于身体健康。

二、准备：情境表演

三、过程：

1、幼儿观看情境表演。

明明在家吃了一盒冰淇淋后就下楼拍球去了，拍了一会儿球后，觉得又热又渴，就回去吃了一根大雪糕。

吃完雪糕，他说：“我怎么还是觉得渴呢，再吃一点冷饮吧。”（教案出自：）说着明明又在冰箱里拿了一罐冰可乐“咕咚咕咚”喝了起来。明明边喝可乐边看书。一会儿妈妈下班回来了，开心的迎上前去帮妈妈拿包，还向妈妈汇报在家的表现。说着说着，明明的肚子疼了起来，妈妈赶快帮明明揉肚子，扶他到床上休息，明明刚躺下，就哇的一下吐了好多东西，身上还直冒冷汗，妈妈赶紧带明明去了医院。医生看了看，摸了摸，又用听诊器听听说：“你吃了太多的冷饮，伤了肠胃。冷饮要少吃，热了渴了多喝水才对。”

2、组织幼儿讨论：

- (1)明明为什么肚子疼？
- (2)妈妈带他到医院干什么？
- (3)医生对明明说了些什么？
- (4)能不能一下吃很多冷饮？

3、小结：向幼儿介绍吃冷饮的卫生常识。

夏天天气很热，可以少吃一点冷饮，每天只能吃一点。因为冷饮都是冰冷的，吃多了会伤肠胃，肚子会疼，严重的还会呕吐、腹泻，甚至发烧，影响我们身体健康。

4、教育幼儿很热很渴的时候，应多喝白开水，也可喝点新鲜的果汁。白开水是最适合小朋友喝的饮料。

5、请个别幼儿谈谈在又热又渴的时候，自己是怎样做的，或准备怎样做。

活动反思：

《细则》中提到“幼儿园应与家庭密切合作，综合利用各种教育源，共同为幼儿的

发展创造良好的条件。”本活动利用家长资源使活动发展的更加深入。在活动中，不是让家长单纯地讲述，而是以家长演示为切入点，教师适时介入引导幼儿操作为主，真正使资源发挥它的教育作用，实现了深层次的家园共育目标。

（7）大班健康教育教案《保护心脏》含反思

【活动目标】

- 1、知道心脏是人体重要的器官，了解心跳与身体健康的关系。
- 2、懂得保护心脏的正确方法。
- 3、知道生病了不怕打针吃药，做个勇敢的孩子。
- 4、了解生病的症状，知道生病后身体不舒服要及时告诉家长和老师。

【活动准备】

- 1、心脏图片；2、听诊器。

【活动过程】

一、感知心脏的特征

- 1、引导幼儿观察心脏图片。
- 2、让幼儿了解心脏在人体中所处的位置，并将手放在自己或同伴的胸前感觉心脏的跳动。

二、让幼儿了解心脏的功能。

心脏是身体的重要器官，它像人身体的发动机，（教案出自：）日夜不停地跳动，这样将血液送到全身各个地方，使身体得到营养物质和氧气，使我们的身体保持健康。

三、看一看，摸一摸

让小朋友观看自己手背、腕部，看到一条条蓝色的管子是静脉，摸一摸腕部跳动的是动脉。

四、发现运动后的变化：

教师带领小朋友跑两分钟，让小朋友相互听听心脏的跳动，摸摸动脉与安静时有什么不同。

（心跳变快，脉搏也快，而且比刚才更有力。）

五、心脏的保护

心脏是我们人体的重要器官，心脏停止了跳动，人就会死亡，所以要很好地保护心脏。

六、启发小朋友说出：

锻炼身体能使心脏健康，但又不能长时间做剧烈的运动，否则心脏会劳累。发热或害怕时，心跳加快。因此，不要看恐怖的动画片，发烧时要及时治疗，睡觉时不要趴着睡。

教学反思

优点：1、活动思路较详细，清晰。

2、在本节课中，大部分幼儿的掌握情况较好，课堂气氛很活跃，幼儿的兴趣很浓，整个活动进行较流畅。

3、给幼儿提供了分组讨论，思考的空间，让幼儿学会通过思考，从中找到答案

4、从中培养幼儿正确的睡眠姿势，培养幼儿自我保护的能力。

缺点：在活动准备上，能更加多样化，能运用多媒体更加形象的吸引幼儿。

（8）大班健康教育教案《揭密饮料里的秘密》含反思

一、教学目的

教会孩子们树立健康观念，爱人爱己、健康饮水，白开水最健康，远离食品添加剂。

二、教学道具

食品揭秘箱、一瓶橙味饮料、半瓶纯净水、方糖、一次性手套、卡片、试喝杯。

三、教学提纲与步骤

1、自我介绍：略

2、以讲故事《地狱与天堂》方式，引入爱人爱己、爱健康的理念，并引入正题。

地狱与天堂

一个好人死了，上帝让他去天堂，但他很好奇，对上帝说，我想看看天堂和地狱有什么区别？(教案出自：)上帝就让天使先带他到地狱去参观。到了地狱，在他们面前出现一张很大的餐桌，桌上摆满了丰盛的佳肴。他想地狱的生活看起来还不错嘛。过了一会，只见一群瘦骨如柴的饿鬼鱼贯而入。每个人手上拿着一个长十几尺的勺子，可是由于勺子太长了，每个人都吃不到，因为吃不到，还会互相碰掉其他小鬼的食物，他们于是互相打起来。

天使又领他到了天堂，同样的情景，同样的满桌佳肴，每个人同样用一个长十几尺的长勺子。不同的是天堂里的人，每个人都很健康，面色红润不同，围着餐桌吃饭的人都把勺子里的食物喂给其他的人。而且很谦让，轮流着吃，每个人都笑容满面，很开心的样子。

3、揭示故事的寓意：有爱的世界，就是天堂，我们要爱家人、老师、同学及身边的每个人，我们的生活就像故事的天堂一样快乐！

4、提问：小朋友们，是不是都明白了爱的意义？上面说的这些人我们都爱了，还有一个人，非常需要爱，小朋友知道这个人是谁么？那就是你自己！有一个健康的自己，才能去爱爸爸、爱妈妈，爱身边所有的人，对不对？那么问题来了，我们怎样才能健康？今天我给小朋友带来的是《揭秘饮料里的秘密》，目的是让大家学会健康地喝水。

5、提问：展示一瓶橙味饮料，提问小朋友，这是什么？小朋友举手回答，一般会回答，桔子汽水、橙子饮料。提问是什么做的：小朋友会回答：桔子或橙子。

6、魔术配饮料：很好，下面就为小朋友们做一个魔术。用食品揭秘箱，为小朋友配制一瓶饮料，过程中加入互动，比如，看颜色、闻气味、听声音，品尝则由自己或幼儿园老师进行，然后把口感告诉小朋友们。

7、讲解食品添加剂的利与弊，正确认识食品添加剂：

利：是食品工业的革命，正常按国家标准添加、少量食用，不会有危害。食品添加剂不是违法添加物。

弊：正常应用和必要时食用无害，无害不代表有益，越少喝越好，正规超市、正规商家比较有安全保证。

8、互动：看配料表，指出含糖量，相当于多少糖，（教案出自：）请一个小朋友参与，用方糖摆成金字塔形状。

9、喝饮料的危害：龋齿、肥胖、长不高、不爱吃饭、爱生病。

10、那么健康的水怎么喝：

喝什么：白开水最健康，出门在外喝纯净水、天然水等无人工添加成份的。

喝多少：4-6岁儿童每天要喝约4杯水，800ml，加上食物中的含水量，应该达到约1600ml。

不喝什么：不喝甜饮料等含食品添加剂的饮料。

11、课程回顾：三个问题

(1)小朋友渴了喝什么？

(2)小朋友以后还会喝甜饮料么？

(3)喝甜饮料危害有哪些？拿卡片(肥胖、龋齿、不爱吃饭、生病、小矮个)一个小朋友说一个。备礼物(小笑脸)

12、分享一句话：有爱的地方才是天堂，有健康的人才幸福和快乐！

活动反思：

这个活动结束后，孩子们对自己身体中的小秘密都基本了解，知道了保护自己身体的简单方法。特别是讨论小新随便脱裤子这一环节，孩子们的积极性很高，都说出了自己的看法，从中知道随便脱裤子是不对的，是不尊重自己的表现，在日常生活中不仅要尊重自己的身体，也要尊重别人的身体。在玩游戏“找朋友”时，个别幼儿不遵守纪律，还是有不友好现象，通过讲解知道自己的行为是不对的。我觉得在活动开展之前，对幼儿对此相关知识的了解程度还不是很充分，形式还应该再丰富些，要力求与各个领域相结合，可以配上琅琅上口的儿歌、形象有趣的谜语等，来唤起幼儿对自己身体的了解欲望，效果会更好。

（9）大班幼儿安全教案《“防溺水、防汛、防雷”安全教育》含反思

活动目标：

为全面深入地推动我校安全教育工作，杜绝学生溺水伤亡事故的发生，增强学生的安全防范意识，提高学生的自护自救能力。

活动过程：

当前，学生溺水死亡已成为中小学生非正常死亡的头号杀手，给家庭、学校和社会造成了不可挽回的损失，令人惨痛、教训深刻，同时，也给我校的安全工作进一步敲响了警钟。游泳安全常识学好防溺水安全知识是防止溺水的最好措施，因此我校针对游泳的特点对学生开展了如下有用知识学习：

一、游泳小常识：

1、必须在家长(监护人)的带领下游泳。单身一人去游泳最容易出问题，如果你的同伴不是家长(成年人)，在出现险情时，很难保证能够得到妥善的救助。

2、身体患病者不要去游泳。中耳炎、心脏病、皮肤病、肝、肾疾病、高血压、癫痫、红眼病等慢性疾病患者，及感冒、发热、精神疲倦，身体无力都不要去游泳，因为上述病人参加游泳运动，不但容易加重病情，而且还容易发生抽筋、意外昏

迷，危及生命。传染病患者易把病传染给别人。另外女同学月经期间均不宜游泳。

3、参加强体力劳动或剧烈运动后，不能立即跳进水中游泳，尤其是在满身大汗，浑身发热的情况下，不可以立即下水，否则易引起抽筋、感冒等。

4、被污染的(水质不好)河流、水库、有急流处、两条河流的交汇处以及落差的河流湖泊，均不宜游泳。一般来说，凡是水况不明的江河湖泊都不宜游泳。

5、恶劣天气如雷雨、刮风、天气突变等情况下，也不宜游泳。

二、游泳前要做好准备活动。

1、在游泳之前一定要做充足的准备活动。夏季天气炎热，不做准备活动马上入水，水温、体温、气温相差很大，聚然入水，毛孔迅速收缩，刺激感觉神经，轻则引起肢体抽筋，重则引起反射性心脏停跳休克，很容易造成溺水死亡。

三、溺水的急救

方法一：可将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边；(教案.出自：)

方法二：若没有救护器材，可以入水直接救护。接近溺水者时要转动他的髋部，使其背向自己(为什么?)然后拖运。拖运时通常采用侧泳或仰泳拖运法。

特别强调：未成年人发现有人溺水，不能冒然下水营救，应立即大声呼救，或利用救生器材呼救，未成年人保护法也规定：“未成年不能参加抢险等危险性活动。”这也是我们学校为什么要强调学生去游泳要由家长带领。

四、面对洪水时如何避免溺水

1、发洪水时应注意往高处逃；

2、尽力躲避大浪；

3、尽量抓住浮托物；

4、挥动鲜艳衣物呼救

；5、洪水来之前要准备好食品、药品、手电筒等，并选好转移的路线和地点。洪水来时要听从街道、乡村政府干部的指挥，全家带上食品和衣服转移到安全的地方去。

6、洪水来时，如正在教室上课，要听从老师的指挥，有秩序地转移，紧急时要抓牢课桌、椅子等漂浮物，尽可能与老师、同学在一起，等待营救，千万不要独自游泳回家。山区山洪暴发，山沟、河滩中水深齐膝，水流又急时，学生不能单身过河。如学校未停课，上学、放学必须通过时，可在家长、老师护送下，几个同学手拉手，与水流方向斜叉过河，当水深过膝时，几个学生一起也不能过河，放学路上遇桥梁、道路坍塌，不能冒险通过，可返回学校留宿或请老师想别的方法。

五、防雷知识

1、在室内怎样防雷？关好门窗，尽量远离门窗、阳台和外墙壁。在无防雷设施的房间里尽量不要使用家用电器。发生雷击火灾时，要赶快切断电源，并迅速报警。

2、打雷时，在家怎样使用电器？切断电源，拔掉电话插头，同时不要接触煤气管道、自来水管以及各种带电的装置，更不要在雷电交加时用喷头冲凉，因为巨大的雷电回沿着水流袭击淋浴者，不要使用设有外接无线的收音机和电视，不要接打电话，强雷鸣闪电时，一定不要使用手机。

3、如果打雷、闪电时，我们在户外，那该怎么办？不要停留在高楼平台上，不要进入孤立的棚屋，不要在大树下躲避雷雨，万不得已，则必须与树干保持3米的距

离，下蹲并双腿靠拢。

六、总结

教学反思：

活动前，我准备了相关图片，以直观图片让幼儿了解在水边玩很危险以及如何避免溺水。导入活动时，我先用谈话的方式引导：谁知道怎么保护自己才不会发生溺水事件；然后通过出示不同情况下有可能出现的溺水危险，逐图出示，让孩子先讨论后回答，问孩子图中的小朋友做得对不对，应该注意什么，该怎么做。简易的图画，简易的语言可以让幼儿更加方便理解，加深印象。

（10）大班安全教案《防溺水安全教育》含反思

现在是夏季，天气多变，雨水多，河里、小溪里经常会涨水，很多小朋友喜欢去河边、溪边玩水，很容易出现安全事故。而且，夏天天气很热，有的同学就悄悄地去河里、池塘里洗澡，而发生溺水身亡的事件，失去了生命，爸爸妈妈很伤心、老师也很伤心。

教学目标：

- 1、为全面推动我校安全教育工作，杜绝学生溺水伤亡事故的发生。
- 2、提高学生的安全意识，学习防汛、防溺水的有关知识，在学习中提高自救自护的能力。
- 3、初步了解防汛、防溺水安全的有关内容，要求每一个学生提高安全意识。
- 4、学习后，能改变自己在生活中不遵守溺水安全的不良习惯，提高对生活中违反安全原则的行为的辨别能力。

教学重点：学习了解防汛、防溺水方面的基本知识，培养防范能力。

教学过程：

一、防汛知识教育

- 1、不到河里、沟边去玩耍，下雨天，不去河边、沟边洗手洗脚，以免滑落水中。
- 2、发洪水时应注意往高处逃；
- 3、尽力躲避大浪；
- 4、尽量抓住浮托物；
- 5、挥动鲜艳衣物呼救；
- 6、洪水来时，如正在教室上课，要听从老师的指挥，有秩序地转移，紧急时要抓牢课桌、椅子等漂浮物，尽可能与老师、同学在一起，等待营救，千万不要独自游泳回家。
- 7、山区山洪暴发，山沟、河滩中水深齐膝，水流又急时，学生不能单身过河。放学路上遇桥梁、道路坍塌，不能冒险通过，可返回学校留宿或请老师想别的方法。

二、防溺水知识教育

（一）、游泳小常识：（五点）

- 1、必须在家长(监护人)的带领下去游泳。单身一人去游泳最容易出问题，如果你的同伴不是家长(成年人)，在出现险情时，很难保证能够得到妥善的救助。
- 2、身体患病者不要去游泳。中耳炎、心脏病、皮肤病、肝、肾疾病、高血压、癫痫、红眼病等慢性疾病患者，(教案出自：快思.教案网)及感冒、发热、精神疲

倦，身体无力都不要去游泳，因为上述病人参加游泳运动，不但容易加重病情，而且还容易发生抽筋、意外昏迷，危及生命。传染病患者易把病传染给别人。

3、参加强体力劳动或剧烈运动后，不能立即跳进水中游泳，尤其是在满身大汗，浑身发热的情况下，不可以立即下水，否则易引起抽筋、感冒等。

4、被污染的(水质不好)河流、水库、有急流处、两条河流的交汇处以及落差的河流湖泊，均不宜游泳。一般来说，凡是水况不明的江河湖泊都不宜游泳。

5、恶劣天气如雷雨、刮风、天气突变等情况下，也不宜游泳。

(二)、游泳前要做好准备活动。

1、在游泳之前一定要做充足的准备活动。夏季天气炎热，不做准备活动马上入水，水温、体温、气温相差很大，聚然入水，毛孔迅速收缩，刺激感觉神经，轻则引起肢体抽筋，重则引起反射性心脏停跳休克，很容易造成溺水死亡。

2、如何：通过跳跃、慢跑使身体发热但不出汗至 2-4 分钟。其目的是使身体内各个器官进入到活动状态。

3、做徒手操：使身体各关节、韧带及身体肌肉做好充分活动准备，以防受伤。

4、入水前用冷水淋浴一下，以适应水温，然后下水。

5、水上准备工作。入水后不宜马上快速游泳，更不宜马上流入深水区。应在浅水区适应一段时间后，再逐渐加速。

(三)、游泳过程中应注意的问题：(四点)

1、应该相互关照、相互关心，而不应该相互嬉水，或捉弄对方。一起去游泳，如果有人提前上岸，要告诉同伴，一起去游泳应该一起回家。

2、到天然游泳场所(如江河、水塘、水库)游泳，应该有家长、亲人或老师的带领。特别强调初学者不要到野外去游泳。

3、要注意休息，不要长距离游泳，不要远离伙伴。如果感到身体不适，要告诉同伴并上岸休息，在岸上观看同伴游泳，留心他们的安全。

4、中小學生不游潜泳，更不能相互攀比潜水的时间谁更长，潜水的距离谁更远。这样做很容易发生危险。

(四)、游泳中的紧急情况及自救。

1、抽筋：是肌肉不自主的强直性收缩，水温过低或游泳时间过长，都可能引起抽筋，发生抽筋时最重要的是保持镇静，不惊慌。

2、一般处理办法。

(1)如果发现有抽筋现象，应马上停止游泳，立即上岸休息，并对抽筋部位进行按摩。

(2)如果在深水中发生抽筋，且自己无力处理，而周围又无同伴时，应向岸边呼救，千万不要慌张。

再次强调：不管发生什么样的抽筋，都先向同伴或其他游泳者呼叫：“我抽筋了，快来人呀！”

(五)、溺水的急救

1、发现溺水者如何将其救上岸。

可将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边;特别强调：发现有人溺水，我们不能冒然下水营救，应立即大声呼救，或利用救生器材呼救，未成年人保护法也规定：“未成年不能参加抢险等危险性活动。”这也是我们学校为什么要强

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/986233144001011005>