

最新中班体质健康工作计划(实用5篇)

在现实生活中，我们常常会面临各种变化和不确定性。计划可以帮助我们应对这些变化和不确定性，使我们能够更好地适应环境和情况的变化。通过制定计划，我们可以将时间、有限的资源分配给不同的任务，并设定合理的限制。这样，我们就能够提高工作效率。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来看看吧。

中班体质健康工作计划篇一

认真贯彻《3-6岁儿童学习与发展指南》精神，着力提高全园保教人员的业务素质和专业水平，提高幼儿的生活质量，保障幼儿健康成长。认真组织学习保健保育知识，做好幼儿园各项卫生保健和保育工作，不断健全幼儿园各项常规制度。

1. 加强安全工作管理力度，落实各项安全制度和安全措施。防范于未然，杜绝责任事故的发生，做好意外伤害事故的预防和处理工作。
2. 抓好食品卫生工作，加大食堂管理工作力度，把好食品卫生关、进货关，严禁不符合卫生要求的食品进入园内，杜绝食物中毒事故。同时要在保证幼儿平衡膳食的基础上想方设法降低成本，努力克服物价上涨等不利因素，保持伙食收支平衡，伙食盈亏不超过2%。
3. 严格按照《宁波市幼托机构卫生保健工作标准》的要求，在鄞州区妇保所及镇儿保科医生指导下，规范各项卫生保健工作，使保健工作做得更加规范。
4. 落实卫生保健制度，做好班级日常保育管理的各项工作、加强安全健康教育。

(一)做好幼儿一日生活常规的培养

1. 加强对保育工作的检查、督促，加强跟班指导，定期召开保育员工作例会，学习保育业务知识、卫生保健常识，反馈工作情况，指出存在问题，总结经验，提出更高要求，不断提高保育员的业务素质。

2. 努力做好保中有教、教中有保、保教结合，加强对幼儿生活各环节的管理，培养幼儿良好的生活、卫生、学习习惯。加强保教人员的保育意识，认真学习“保育员工作职责”，明确保育工作目标。保教人员要做到人到、心到、眼到、口到，在组织活动中，注意观察幼儿的神态、情绪，发现异常及时询问。保教人员认真做好每周一次玩具的清洗消毒工作，活动室、午睡室空气消毒等。平时做到每日一小扫，每周一大扫，园内无纸屑、果壳，室内物品摆放整齐，窗明地净，走廊、楼梯地面整洁、无死角，厕所无污垢、无臭味，节约水电，勤俭持园。

3. 在管理幼儿的午餐、午睡等保育工作中，要因班而宜，因人而宜采取一些行之有效的方式方法，要注重幼儿良好行为习惯的培养。纠正幼儿偏食、挑食、边吃边玩等问题，要注重以饱为先的正面教育。幼儿进餐时，保教人员要精力集中，注意观察，精心照顾幼儿，轻声地、和蔼地指导和帮助幼儿掌握进餐的技能，培养文明行为习惯和吃完自己的一份饭菜。根据幼儿的进餐情况向伙食委员会提出合理的意见和建议。提醒幼儿多喝开水，学会节约用水，让幼儿学会使用、收放自己的物品。指导幼儿用正确的方法洗脸。饭前、便后要將小手洗干净，不吃不干净的东西。精心照顾好幼儿午睡，做到不离岗，及时帮幼儿盖被子等。在各种活动中激发幼儿的活动兴趣，加强幼儿的自律性，培养幼儿良好的活动习惯。

4. 根据鄞州区妇保所要求做好幼儿的卫生保健工作，消毒按时到位，做好对多发病、传染病的防范工作，特别是紫外线灯管每周一次的擦灰工作并记录。加强对幼儿一日活动的观察。重视幼儿生活常规的管理，继续抓好对幼儿生活常规的检查与评比工作。

5. 合理安排饮食，每周合理制定菜谱，必须每两周有新花样。和食堂人员也要经常讨论，研究出符合幼儿需要的菜谱。做好膳委会记录，平时把反馈的情况传给家长，提高菜谱的质量。

(二) 重视幼儿户外活动，幼儿的户外活动是增强幼儿身体素质，提高身体抗病能力的重要活动，确保幼儿2小时以上活动的时间，保证活动的质量，增强幼儿的体质。坚持在活动前给幼儿带好汗巾，活动中及时帮幼儿擦汗，根据气候的变化为幼儿增减衣服，教师做个有心人。

(三) 强化安全防范意识，确保幼儿安全。

开学前，全体教职员工对大型玩具、桌椅、床、玩具等进行全面检查，发现问题及时改进，并落实各项安全措施，强化及时的防范意识，杜绝事故隐患，让家长放心。认真做好晨检工作，做到一问二看三摸四查，并作详细记录。坚持早、午、离园时的检查工作，发现不安全因素及时处理。有病的幼儿及时通知家长，做好有病幼儿的隔离工作。做好体弱幼儿的护理，按时填写出勤报表，做好各项卫生保健的记录工作并做到按时上交。每月坚持让家长清洗(或暴晒)幼儿的被褥，进行消毒。

(四) 保教措施经常化

1. 做好幼儿常见病、多发病、传染病的预防检疫工作，把好幼儿入园关、防治关、隔离关。按照物品消毒常规要求定期定时进行消毒，控制疾病发生率。贯彻“预防为主”的方针，做好经常性的疾病预防工作。

2. 期初做好幼儿预防接种的统计查验工作。

3. 及时了解疫情，发现情况及时报告，做好早预防，早发现，早报告，早诊断，早隔离，早治。采取及时正确的检疫措施，

对所在班级进行严格彻底的消毒。对接触传染病的儿童立即采取必要的预防措施。

4. 向家长宣传在传染病流行期间不带幼儿到公共场所去。

5. 加强体格锻炼，增强幼儿体质，提高对疾病的抵抗力。

6. 加强体弱儿的日常管理，对他们的衣、食、睡、行等给予特别照顾和护理。

7. 落实健康教育的内容，全面做好保育工作，重点做好幼儿卫生习惯、一日生活管理、班级日常卫生、班级日常消毒等项工作。检查抽查相结合，提高保育管理的水平。

(五) 家长工作

采用多种方式同家长加强联系，争取家长配合，定期召开家长会，经常向家长宣传幼儿卫生保健知识。建立健全儿童接送制度，幼儿接送严格使用接送卡，以防止发生幼儿接错、丢失现象。如发现家长未带接送卡的让家长签字确认方可接走，如发现陌生人持卡的教师要细心询问，以免误接。

中班体质健康工作计划篇二

时间是箭，去来迅疾，相信大家对即将到来的工作生活满心期待吧！是时候抽出时间写写工作计划了。相信大家又在为写工作计划犯愁了吧！下面是小编精心整理的中班健康教学工作计划，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

幼儿健康教育是幼儿教育整体结构的重要组成部分，也是健康教育的基础。本学期，根据《幼儿园教育指导纲要》，结合本园实际，针对中班幼儿年龄特点，我们将积极开展身体保健和身体锻炼活动，养成良好的个人生活、卫生习惯，形成健康的初步意识。同时，根据幼儿的生长发育和体育活动

规律，以身体练习为基本手段，并充分利用空气、阳光、水等自然因素，锻炼幼儿的身体，增强幼儿的体质，促进其身心健康发展。

1. 生活习惯：知道盥洗的顺序，初步掌握洗手、洗脸的正确方法；会用手帕、纸巾擦眼泪、鼻涕；遵守幼儿园的生活作息制度；有个人卫生、生活环境卫生的初步意识。

2. 饮食与营养：会自己用筷子吃饭，保持桌面、地面的整洁；知道饭前洗手；爱吃幼儿园的饭菜，不挑食，细嚼慢咽；主动饮水，按要求取放茶杯。

3. 人体认识与保护：进一步认识身体的主要外部器官，知道名称；愿意接受疾病预防与治疗。

4. 保护自身安全：了解玩大型玩具、坐自行车时的安全常识；懂得不把异物放入耳、鼻、口内。

5. 身体素质和活动技能：练习走、跑、跳等基本动作；学习简单体育器材的使用方法；形成活泼开朗的性格。

6. 基本体操练习：保持正确的身体坐、立、行姿势；学习一个跟着一个走；练习模仿操、拍手操；爱做体育游戏，遵守游戏规则，感受体育活动的愉快。

九月：预防龋齿、可爱的小脚丫

十月：能干的小手、好吃的芹菜

十一月：了解烫伤、胖胖兔减肥

十二月：太阳起床、进餐顺序

一月：我会整理、吃饭的时候

中班体质健康工作计划篇三

《国家体质健康标准》是促进学生体质健康发展，激励学生积极进行身体锻炼的教育手段，是学生体质健康的个体评价标准，也是学生毕业的基本条件之一。因此要把实施《标准》作为对学生进行德、智、体全面教育的一项重要内容，为此特制定计划如下：

成员：刘正付、柴拣修及各班班主任

以增强学生身体素质、提高学生《标准》达标能力为主，提高达标合格率，完成合格率98%以上，优秀率在35%以上的目标。

在实施《标准》工作中，向学生进行经常性的宣传教育，深入进行思想发动，帮助学生了解健康的意义和锻炼目的。让学生了解实施《标准》的目的是为了促进他们加强锻炼，提高体质健康水平，让学生意识到健康对人一生的进步发展的重要性，拥有一个健康的体魄是迈向成功的重要基础，让学生懂得只有坚持经常参加体育活动，养成坚持锻炼身体的良好习惯，才能增强提高健康水平。

学校全体学生，如果有特殊原因，须出示医学证明申请免试。

学校保证学生每天有一小时的体育锻炼时间，学生要上好体育课，早操或课间操，每周参加两次以上课外体育锻炼。对出勤率高、认真锻炼者，可奖励《标准》成绩加5分，对出勤率低、不认真锻炼者，该学年《标准》最高记为59分。因此，实施《标准》的重点应放在促进学生日常的坚持锻炼上，防止突击训练。真正做到“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”。

1、体育教师要加强对学生的指导，因人而异地安排运动量和强度，讲究科学，发挥学生的特长。

2、各班级应积极开展达标训练，利用早晨活动时间，体育活动课时间进行达标训练，一定要保证学生练习时间。

3、定9月份为学校《学生体质健康标准》达标月，月内体育活动以开展达标项目训练为主，全面发动，抓好重难点项目，男1000米、女800米项目多练、多测，对一些比较容易的项目如坐位体前屈、立定跳远等可以以布置家庭作业的形式进行练习。

4、班主任要协助体育教师作好测试工作，提供一学年来各班学生参加体育比赛的成绩，落实加分政策。各体育教师为了提高学生的成绩，在体育中加强对学生身体素质的练习。

5、经常开展《标准》测试评比活动，利用学校宣传栏对活动进行报道，加强宣传。

6、通过对《标准》测试结果的评价，及时指导学生科学合理的锻炼，并及时向学生家长反馈信息，从而得到家长的支持和帮助。

7、认真组织测试，及时统计上报。

涧沟中心学校

中班体质健康工作计划篇四

在培养幼儿健康行为过程中，要集体与个别教育相结合。先针对群体进行教育，改变整个群体的行为卫生习惯，来影响个体行为的形成，“大家都这样，我也要这样”。再针对个别特殊幼儿多提醒、多关心、多指导，使整体幼儿获得全面的健康教育。

在制定本计划的同时，还要考虑到幼儿健康教育必须得到家庭的积极配合，才能使幼儿健康教育起到事半功倍的作用。

附具体的健康教育内容如下：

1、能运用各项基本动作做游戏，在走、跑、跳、钻、爬、攀等各种体育活动中，发展幼儿动作的协调性、灵活性。

2、基本体操

会听音乐做模仿操；会一个跟一个走圈；会和同伴合作完成简单的集体舞。

3、体育器械的运用及操作

会玩滑梯、荡椅、攀登架等大型体育器材；会拍球、接拍球。会一物多玩。

4、愿意参加各项体育活动及游戏

1、生活自理能力的培养

会愉快进餐，不挑食，初步培养良好进餐习惯；会主动喝水，初步懂得不吃零食的道理；能按时睡觉、起床、进餐等；不害怕健康检查和预防接种，生病时愿意接受治疗。

2、生活卫生习惯的培养

会保持身体各部位的清洁卫生、学会盥洗方法；会使用自己的毛巾、杯子；能保持周围环境清洁、初步知道环保的意义；认识身体器官的名称及作用，初步了解保护方法；养成良好的生活作息时间。

有初步的安全和健康知识，知道关心和保护自己；了解过马路、坐车、玩户外活动器材时要注意安全；帮助幼儿了解生活起居方面的安全知识；知道不把异物放入耳、鼻、口内；知道不轻信陌生人的道理。

中班体质健康工作计划篇五

幼儿健康教育是幼儿教育整体结构的重要组成部分,也是健康教育的基础。本学期,根据《幼儿园教育纲要》,结合本园实际,针对中班幼儿年龄特点,我们将积极开展身体保健和身体锻炼活动,养成良好的个人生活、卫生习惯,形成健康的初步意识。同时,根据幼儿的生长发育和体育活动规律,以身体练习为基本手段,并充分利用空气、阳光、水等自然因素,锻炼幼儿的身体,增强幼儿的体质,促进其身心健康发展。

1、生活习惯:知道盥洗的顺序,初步掌握洗手、洗脸的正确方法;会用手帕、纸巾擦眼泪、鼻涕;遵守幼儿园的生活作息制度;有个人卫生、生活环境卫生的初步意识。

2、饮食与营养:会自己用筷子吃饭,保持桌面、地面的整洁;知道饭前洗手;爱吃幼儿园的饭菜,不挑食,细嚼慢咽;主动饮水,按要求取放茶杯。

3、人体认识与保护:进一步认识身体的主要外部器官,知道名称;愿意接受疾病预防与治疗。

4保护自身安全:了解玩大型玩具、坐自行车时的安全常识;懂得不把异物放入耳、鼻、口内。

5、身体素质和活动技能:练习走、跑、跳等基本动作;学习简单体育器材的使用方法;形成活泼开朗的性格。

6、基本体操练习:保持正确的身体坐、立、行姿势;学习一个跟着一个走;练习器械操;爱做体育游戏,遵守游戏规则;感受体育活动的愉快。

二月份:

《建设我们的家园》、《游山玩水》、《预防感冒》、《鼻

子出血怎么办》

三月份：

《赶小猪》、《抛球和接球》、《保护皮肤》、《做一个爱干净的孩子》、

四月份：

《春游》、《蚂蚁搬豆》、《看看我们的身体》、《谁的眼力好》

五月份：

《蝴蝶传花粉》、《好玩的圈》、《动物是怎样睡眠的》、《会闻味道的鼻子》

六月份：

《小乌龟运粮》、《送小动物去玩》、《打针、吃药我不怕》、《乐乐不高兴了》