

2023年小班健康出汗了教学反思 小班健康活动教案(通用7篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

小班健康出汗了教学反思篇一

让幼儿掌握正确漱口的方法

小班幼儿刚刚进入幼儿园，在生活自理能力和卫生习惯方面比较欠缺，缺乏自我服务的意识，而小班第一学期的培养目标主要是培养其良好的生活习惯和卫生习惯的养成，然后针对我们班幼儿在近阶段出现的饭后、点心后不会主动擦脸、漱口等现象，并根据我园近阶段的要求，因此我设计了本次活动。本次活动利用请客的方式激发幼儿参与活动的兴趣，并利用儿歌的形式帮助幼儿了解正确的漱口方法。

1、“今天老师给小朋友带来了礼物想不想知道是什么呀？（教师出示芝麻糖，让幼儿品尝）

“老师带来的糖好吃吗？哎呀，你们的牙齿怎么了呀？（引导幼儿发现牙齿上的黑芝麻，引导幼儿之间相互观察自己的牙齿）。

2、幼儿自由讨论清洁牙齿的办法。

3、教师总结：

牙齿脏了可以用牙刷刷牙，也可以用漱口的办法，可是幼儿园里没有牙刷，就让我们来漱口吧。那谁在家里漱过口的，

请你来试一试。（请个别幼儿示范漱口）

4、请幼儿讨论漱口的方法是否正确。

5、集体学习：正确漱口的方法

（1）、教师演示：手拿小杯子，喝口清水，抬起头，闭起嘴，咕噜咕噜吐出水。

（2）、幼儿边念儿歌边学习正确漱口的方法。（空手模仿）

（3）、请个别幼儿听口令做动作。

（4）、集体听口令，做动作。

6、漱口，幼儿拿好杯子喝水漱口，吐在水桶里。

7、照照镜子，比一比，谁的牙齿最干净。

小班健康出汗了教学反思篇二

1、在吃吃、玩玩中，认识了解干豆类的营养价值。

2、初步产生对豆制品的喜欢。

1、各种各样的干豆。

2、豆制品。

3、贴有红、黄、绿、白、黑颜色标记的盒子。

4、小盆、小碗、小勺。

认识了解干豆类的营养价值。

1、听听猜猜：

出示装有混杂各种各样干豆的盒子，摇出声响，让幼儿猜一猜盒子里装的是什么？

打开盒子让幼儿找找自己所认识的豆宝宝。

2、拣拣分分：

让幼儿说说自己最喜欢哪种颜色的豆宝宝。

在不同的桌上分别放置红、黄、绿、白、黑五座“小房子”，并每人分发一小盘五颜六色的豆宝宝，让幼儿拣出不同的豆宝宝，把它们送回相应颜色的“家”。

告诉幼儿，豆宝宝回“家”后会做出许多好吃的东西来。

3、吃吃尝尝：

分别出示不同的豆制品，让幼儿看看、猜猜这些食品是哪一种豆宝宝做的？

幼儿吃吃、尝尝、说说喜欢吃的豆制品。

让幼儿了解豆制品味道好、营养好、吃了身体更好。

小班健康出汗了教学反思篇三

1、能干稀搭配地选择早餐，知道吃好早餐的重要性。

2、培养每日吃早餐的良好习惯。

1、面包、牛奶、蛋、豆浆、稀饭等常见早餐食物。

天线宝宝（丁丁、拉拉）布偶，《营养早餐》电子图片。

3、自助餐：各类干稀早餐食物、餐具。餐厅环境布置、音乐磁带。

1、布偶情景对话，激发幼儿兴趣。

丁丁：哎呀，我今天好难受呀！

拉拉：你怎么了？早上都吃了些什么呀？

丁丁：我今天早上吃了一大块大面包！呃……呃……（打嗝）

拉拉：真是奇怪，今天我也很难受，早上因为快迟到了，只喝了一杯牛奶就来幼儿园了。

丁丁、拉拉：这是什么原因呀？为什么会这样？（设疑）

2、提问：你们会不会难受呀？（不会）那你们早上都吃了些什么呢？

3、幼儿回答，教师一一出示幼儿所说的食物。

4、引导幼儿将出示的各种食物按干稀分类。

通过观察、比较、分类，发现食物这些可以分成“干”“稀”两类。

5、讨论解疑：为什么丁丁和拉拉会难受呢？结合生活经验理解科学早餐的基本搭配方法——干稀搭配。

6、欣赏活动：营养早餐。

（1）知道早餐的食物很丰富，可以有多种的“干稀”搭配方法，还可以在早餐后吃一点水果，均衡营养。

（2）师生讨论、总结：知道吃早餐的重要性，每天都要吃早

餐才会身体健康。

7、品尝、交流：自助餐。在柔和的音乐声中，幼儿根据干稀搭配原则，自由选择“自助餐”。

8、活动延伸：家园配合，在日常生活中，帮助幼儿形成每天吃早餐的健康意识，并与幼儿一起合理搭配营养早餐。

最近，我们发现有一部分幼儿早上起床晚了，随便吃点东西填饱肚子（甚至不吃早餐）就来上幼儿园了，这严重地影响了幼儿的身体健康。为了帮助幼儿了解早餐的重要性，养成每天吃早餐的良好习惯，我通过健康领域与科学领域的有效整合，开展了这一活动。

这个活动，根据小班幼儿的年龄特点，选择以“能干稀搭配地选择早餐”为活动重点，开展活动。在活动中，通过直观地对各种早餐食物进行“干稀”分类，幼儿对“干”与“稀”这两个类别的概念有了较好的认识，基本上能正确分辨、判断“干”与“稀”，并掌握科学早餐的基本搭配方式——“干稀搭配”。同时通过欣赏各种营养早餐的电子图片，给幼儿直观的视觉感受，使幼儿知道“早餐还可以吃这些食物，可以这样搭配吃”，巩固培养健康饮食的意识。在活动最后，引导幼儿干稀搭配地自选“早餐”，并在轻松、愉悦的氛围中品尝、分享与交流自己所选的食物及感受，效果不错。

小班健康出汗了教学反思篇四

- 1、在吃吃、玩玩中，认识了解干豆类的营养价值。
- 2、初步产生对豆制品的喜欢。

- 1、各种各样的干豆。
- 2、豆制食品（豆腐、香干、豆浆等）。
- 3、贴有红、黄、绿、白、黑颜色标记的. 盒子。
- 4、小盆、小碗、小勺。

认识了解干豆类的营养价值。

1、听听猜猜：

出示装有混杂各种各样干豆的盒子，摇出声响，让幼儿猜一猜盒子里装的是什么？

打开盒子让幼儿找找自己所认识的豆宝宝。

2、拣拣分分：

让幼儿说说自己最喜欢哪种颜色的豆宝宝。

在不同的桌上分别放置红、黄、绿、白、黑五座“小房子”，并每人分发一小盘五颜六色的豆宝宝，让幼儿拣出不同的豆宝宝，把它们送回相应颜色的“家”。

告诉幼儿，豆宝宝回“家”后会做出许多好吃的东西来。

3、吃吃尝尝：

分别出示不同的豆制食品，让幼儿看看、猜猜这些食品是哪一种豆宝宝做的？

幼儿吃吃、尝尝、说说喜欢吃的豆制食品。

让幼儿了解豆制食品味道好、营养好、吃了身体更好。

小班健康出汗了教学反思篇五

- 1、幼儿探索爬的方法，掌握手膝着地爬的基本动作。
- 2、幼儿在“帮小狗搬家”等游戏活动中，巩固手膝爬的动作，进一步锻炼手脚动作的协调性和灵活性。
- 3、幼儿乐意参与体育活动，感受游戏带来的快乐。

重点：幼儿探索爬的方法，掌握手膝着地爬的基本动作。

难点：幼儿在“帮小狗搬家”等游戏活动中，巩固手膝爬的动作，进一步锻炼手脚动作的协调性和灵活性。

1、小乌龟玩偶；小狗图片

1、教师带领幼儿热身活动《太阳咪咪笑》教师：今天的天气真好呀！我们一起来锻炼锻炼身体吧！

2、创设情境，激发兴趣。教师：小朋友们表现的太好了！连小动物都想来和你们一起玩了，有一个小动物，身上有个重重的壳，走起路来慢吞吞，你们知道它是谁吗？（幼儿回答）教师：你们快看，小乌龟来啦！小乌龟想请你们去它的好朋友小花狗家去做客呢！乌龟宝宝们快跟妈妈出发吧！

3、设置游戏场地，教师带领幼儿练习手膝着地爬

（1）教师扮乌龟妈妈，幼儿扮乌龟宝宝

（2）教师带领幼儿自由爬：注意观察幼儿爬的方法，讲解一些爬的动作要领（有的孩子用手脚着地的方法爬行；有的孩子用“匍匐前进”的方法爬行；有的孩子用手膝着地的方法爬行）

教师总结：刚才我看到有一些小乌龟宝宝爬的又快又稳，他们是手和膝盖着地进行爬行的，我们都来和他们一起学一学吧！

(3) 个别幼儿示范正确的手膝爬行，教师请所有幼儿一起练习手膝爬行。

4、游戏“帮小狗搬家”

(1) 小组竞赛游戏：教师：宝贝们，小狗要搬家了，家里有好多的玩具搬不完想请你们一起帮忙，你们愿意吗？幼儿分两组，每人背上一个安装好肩带的小筐，从起点拿起一块泡沫积木放入背上筐中，爬行钻过桌子，到达终点将积木放入大筐中，幼儿依次出发，比比哪一队幼儿运得快。

(2) 集体游戏：

教师：乌龟宝宝们太能干了，小狗说：谢谢你们，快给自己鼓鼓掌吧！接下来我们一起来比比看，哪个乌龟宝宝爬的最快吧！设置好起点和终点线，所有幼儿起点准备，开始时一起爬向终点。

5、整理及延伸

教师：乌龟宝宝们真能干，而且还特别团结，老师真为你们感到骄傲。今天你们还帮助了小狗，小狗很开心，你们是不是也很开心啊？那以后回到教室希望小朋友们也能主动去帮助别人，这样自己也会很快乐的，现在让我们来放松放松，休息休息吧。

整个活动下来幼儿的参与性很强，采用小背筐为道具，增强了幼儿的参与兴趣；活动设计由易入难，层层递进，让幼儿在参与中自然掌握了手膝爬行的方法；另外，游戏情景的设置不仅增加了活动的趣味性还让幼儿在分组活动中感受到了

合作带来的快乐。

小班健康出汗了教学反思篇六

- 1、在说说、动动、玩玩中初步了解感受锻炼，可以使自己不怕冷，激发幼儿愿意参加体育锻炼及不怕冷的勇气。
- 2、引导幼儿乐意开口说话及尝试用较清楚的话来表达自己的意思。

(一)情景感知

- 1、出示一个穿着许许多多衣服的娃娃“兰兰”一个，引导幼儿说说

提问：

- (1) 谁愿意问问他为什么穿这么多衣服？
 - (2) 兰兰为什么会穿这么多衣服呢？
 - (3) 有什么好办法让他不怕冷？（引导幼儿了解体育锻炼可以让自己不怕冷）
- 2、幼儿说出哪项活动，就让幼儿一起做做、动动。

(二)体验理解

- 1、兰兰不知道怎样运动，也不知道体育锻炼会不会真的可以使自己不怕冷。（带领幼儿自选运动器材玩玩）

随机提问：(1)你在玩什么？(2)你还冷吗？

- 2、幼儿摸摸幼儿的小手，小脸，请幼儿互相摸摸，感受暖呼呼的。

3、听“呼————”北风爷爷吹来了，现在你们还怕不怕冷，我们一起对北风爷爷说“北风爷爷，我不怕冷”。

总结分享：理解体育锻炼可以不怕冷。

延伸活动：带领幼儿进行户外锻炼。

小班健康出汗了教学反思篇七

1、知道项链，玉坠。手链等小饰物可能会给幼儿带来的危险。

2、做到入园时不佩戴可能会给幼儿带来危险的小饰物。

1、小兔子的毛绒玩具一个，项链，玉坠，手链，发卡，扎辫子用的各种皮筋等小饰物若干。

2、多媒体教学资源或幼儿用书第20—23页：《小兔美美不美了》。

1、出示小兔子的毛绒玩具和小饰物，引导幼儿用小饰物来装扮小兔子，激发幼儿参与活动的兴趣。

请几位幼儿用这些小饰物来装扮小兔子。

2、播放多媒体教学资源：《小兔美美不“美”了》。教师讲述故事，帮助幼儿理解故事内容。

3、引导幼儿了解小饰物可能带来的危险。

教师：小兔美美戴的这些小饰物会给自己和其他小动物带来危险的。小朋友上幼儿园的时候，有时妈妈也会给女孩儿的头上戴一些漂亮的发卡等，但是像小兔美美身上的这些项链，玉坠，手链是不能戴的，它们会给自己和别的小朋友带来许多危险。