2023年中班纸的健康领域教案(模板10篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是小编收集整理的教案范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

中班纸的健康领域教案篇一

1．了解牙齿结构、功能及生长特点。

2．学会正确的刷牙方法。

3．从小培养爱刷牙、讲卫生的好习惯。

4．初步了解健康的小常识。

5．教育幼儿养成清洁卫生的好习惯。

关于保护牙齿的ppt□苹果若干、饼干若干、人手一把小牙刷和口杯

小小石头硬又白，整整齐齐排两排，天天早晚刷干净，结结实实不爱坏。

1．观察牙齿，数数有几颗牙。

教师小结：正常儿童嘴里有20颗牙，成人是32颗。

2．仔细观察对方牙齿的颜色、大小、形态。

师：再看看你好朋友的牙齿是什么颜色的?每颗牙齿长得一样

吗?

3．给牙齿起名字。

小结：像小铲子的牙叫门牙，像小尖刀细长形的叫犬牙(虎牙)共8颗，像一座座小山凹凸不平的叫臼牙(磨牙)。

4．介绍门牙、犬牙、臼牙吃食物时各有什么作用。

师：我们吃东西的时候，每颗牙齿分工一样吗?

请幼儿吃一片苹果，试一试不同牙齿的不同作用小结：门牙比其它牙齿薄，它们可以切开和咬断食物;犬牙比较尖、长，粗壮有力，可以撕裂食物;臼牙又宽又厚，可以磨碎食物。

1．通过故事引出龋齿的危害。

师：有一只小熊却要去拔牙，这是为什么呢?

2．找龋齿。

两个小朋友互相观察，看看对方是否有龋齿。

3．组织幼儿讨论龋齿形成的原因。

(1)发给幼儿每人一块饼干品尝，饼干什么滋味?

(2)回答问题：两个小朋友互相观察牙齿上有什么?牙缝里多了什么?(粘在牙缝上的饼干渣)(3)讲解食物残渣中的糖在细菌作用下会分解成酸，酸会腐蚀牙齿变黑，成为龋齿。

1．讨论保护牙齿的方法。

师：我们平时要怎样保护牙齿呢?

教师小结：我们应该少吃甜食，吃完东西记得漱口，把留在口腔、牙齿里面的脏东西吐出来，还要记得早晚刷牙，保护牙齿，这样我们的牙齿就能健健康康的，我们也能开开心心的生活。

2．请个别幼儿示范平时刷牙的方法。

3．教师讲解正确的刷牙方法，教育幼儿养成早晚刷牙的习惯。

教师小结：正确的刷牙方法应当是顺着牙缝上下转动地刷，即上牙从上往下刷，下牙从下向上刷，咬合面来回刷，里里外外都要刷干净。

中班纸的健康领域教案篇二

1.帮助幼儿树立保护身体健康的意识，知道牙齿健康的重要性。

2.培养幼儿在观察活动中探索学习的能力。

3.引导幼儿初步了解龋齿形成的原因及怎样预防。

1.电脑、教学光盘、教学挂图数幅挂在活动室墙上小镜子每人一个

2.了解本班幼儿得龋齿的情况

1.观察牙齿，引出课题。

请幼儿照镜子观察自己的牙齿，有什么发现？

2.了解龋齿形成的原因。

(1)带着问题看光盘。

提问：龋齿是怎么得的？是虫子咬得吗？还是其他什么原因？

“是什么东西把牙齿变成一种酸腐蚀掉的？

(2)带着问题重点看光盘边了解引起龋齿的原因。

(3)了解龋齿的危害。

得了龋齿有什么不舒服的地方？怎么保护好牙齿不得龋齿呢？

3.幼儿利用各种方式学习保护牙齿的办法。

a.小朋友讨论防止龋齿的办法b.观察图片学习。

c.请教保健医生。

老师总结:不想得龋齿，一定要养成良好的生活习惯，坚持早晚正确刷牙；健康饮食少吃糖；饭后漱口不可少；牙齿定期去检查。这样你一定会有一口健康美丽的牙齿。

4.老师表演快板诗。

《预防龋齿》：

预防龋齿牙齿健康人人夸，健康的牙齿人人需要，小朋友要记牢，不想得龋齿一定要做到：

牙齿早晚正确刷，饭后漱口要干净，健康饮食少吃糖；牙齿定期去检查；只要坚持能做到，牙齿肯定会健康。

牙好，胃口就好，吃嘛嘛香，身体倍棒！

中班纸的健康领域教案篇三

1．尝试用身体的不同部位搭大小不同的“洞”，用合适的方式钻爬“洞”，提高肌肉的耐力和身体的协调性。

2．能主动参与游戏，体验与同伴游戏的乐趣。

重点：尝试用身体的不同部位搭大小不同的“洞”，钻爬动作协调。

难点：能用合适的方式钻爬。

1．报纸一张、球一个。

2．热身活动音乐《向前冲》和放松音乐（kiss the rain）

一、热身活动

幼儿四散站立，放音乐《向前冲》，师生共同进行热身活动。

二、活动展开

（一）单人搭洞

师：刚才我们的身体做了好多的动作来锻炼身体，我们结束时的造型是怎么样的？

动作展示：老师用胳膊和肩膀搭出了一个什么?(洞)那小朋友现在也用你身体的各个部位来搭洞，看看我的报纸和小球能不能钻过去。师幼一起展示各种各样的洞，老师用球和报纸钻洞。

师：现在谁来搭一个洞让小朋友的身体钻过去？分组进行：男孩搭洞女孩钻。师：刚才小朋友合作的时候发生了什么事情？师：谁来想个办法，能钻过去，但不碰到小朋友的身体。

分组活动：女孩搭洞男孩钻洞。

（二）双人合作搭洞游戏：“城门城门几丈高”

师：接下来我们要来玩“城门城门几丈高”的游戏。首先请两位小朋友和老师一起示范一下游戏规则。

幼儿分组游戏。

放松身体：随轻音乐《kiss the rain》做深呼吸调整气息，坐下捶腿和手臂，同伴间互相捶背。总结游戏收获。

1．多人合作钻洞游戏，钻迷宫。

2．数学活动：集合与模式。

中班纸的健康领域教案篇四

五官与我们的日常生活息息相关，通过这节健康课，让幼儿知道五官的作用，让幼儿知道要保护我们的`五官，一面给我们的日常生活造成不必要的麻烦。

1、在感知活动中发现五官，知道五官的名称

2、观察五官的相对位置和外形特征，初步了解保护五官的一般常识

3、学习保护五官

重点：让幼儿在活动中了解五官，知道保护五官的重要

难点：让幼儿知道五官的名称，在学习中知道五官的重要性

五官图像若干，五官脸谱

1、讲述故事《眉毛搬家》：宝宝累了，很早就休息了。这时

房间里传来争吵声。原来是五官在争谁的本领大。谁也不让谁。眉毛一声不响，眼睛嘴巴耳朵鼻子以为眉毛一点本领也没有，就把眉毛赶走了。结果宝宝上幼儿园时，汗水流下来。一直流进眼睛里。宝宝摔倒了，鼻子耳朵嘴巴都受伤了。

2、了解五官的作用

提问：你们知道他们是因为什么吵架吗？他们先把谁赶走了？

（五官在为谁的本领大而吵架）（先把眉毛赶走了）

眉毛被赶走后发生了什么事情？

为什么没有了眉毛，宝宝为什么会摔倒呢？（因为眼睛看不见了）为什么眼睛看不见？（因为汗水流进眼睛里了）那为什么汗水会流进眼睛里？（因为眉毛不见了）

小结：眉毛有挡汗水的功能。

3、续讲故事：听了小朋友的话，它们都知道了，原来眉毛也有很大的本领，不能少了它。就赶紧把眉毛请了回来。（教师把眉毛粘回原来的位置）眉毛不能少，那到底谁本领大呢？它们一起看着眼睛：“眼睛眼睛，你最没有用了，你走吧！”眼睛被赶走了。（教师拿掉眼睛）

提问：小朋友们想一想没有了眼睛，会怎样呢？（看不见东西了）

体验：现在请小朋友们起立，向前走几步闭上眼睛，转过身来再找找自己的位置。

（黑黑的、有些害怕）（有了眼睛可以看到周围的事物）（能够看到周围的事物感觉很幸福）

小结：眼睛可以让我们看见周围的事物，眼睛不能少。（粘

回眼睛）

4、续讲故事：五官他们赶紧把眼睛请了回来，眉毛不能少，眼睛不能少，那到底谁最没有用呢？五官们你看我，我看你，他们又一起说：“鼻子鼻子，你最没有用了，你走吧！”于是鼻子被赶走了。（拿掉鼻子）

提问：鼻子真的没有用吗？

出示白酒和醋，小朋友，你们看我手中的两个小瓶中分别装着，白酒和醋，小朋友们想一想，应该用什么办法才能知道那个瓶里是白酒，那个瓶里是醋？（幼儿自由猜测）那我们用眼睛能区分出它们吗？（不能，它们都是透明的）。那到底应该怎样做呢？（用鼻子闻）我们一起来闻一闻。分别请幼儿闻白酒和醋：你闻到的是什么？(酸味、辣味)你是怎么知道的？（用鼻子闻出来的）

体验：用手捏住鼻子有什么感觉？

小结：对啊！鼻子能帮助我们辨别气味和呼吸，所以鼻子本领也很大，它能少吗？（不能）赶紧把鼻子请回来吧1（粘回鼻子）

5、续讲故事：鼻子不能少，鼻子回来了，嘴巴说：“耳朵耳朵，一定是你最没有用了，你走吧！”耳朵被赶走了。（取下耳朵）

中班纸的健康领域教案篇五

1．初步知道自己生活、活动中容易发生危险的事情。

2．能迁移已有经验，掌握避免自己受到伤害的方法。

能迁移已有经验，掌握避免自己受到伤害的方法活动准备：

1．四幅图片、生活中常见的尖尖的物体等。

2．《幼儿画册》（第一册第46、48）

一、创设情境，引出话题。

教师：贝贝的手受伤了，你知道是为什么吗？

二、出示图片讨论，知道生活中容易发生的危险的事情。

图一：贝贝在教室里拿尖尖的棍子与同伴嬉闹。

图二：贝贝从家里的阳台上往下扔瓶子。

图三：贝贝在玩爸爸的打火机；图四：贝贝在公园里从高高的地方往下跳。

教师：贝贝这样做对吗？为什么？生活中你像他这样做过吗？

三、迁移生活经验，掌握避免发生危险的做法。

提问：在家和幼儿园里，还有哪些容易引危险的东西？（如：尖尖的物体、易碎的器皿、煤气灶、电源插头等）讨论：在生活中，我们怎样做才能不受到伤害？使用尖尖的东西时要小心，不要将易碎的东西摔坏，不玩煤气开关，不把手指伸进插头，关门、时要手握把手轻轻地开或关上。

四、为班级制作危险警示卡，提醒大家遵守。

教师带领幼儿在班级教室和周围寻找发生危险的地方，引导孩子画下来作为标记，提醒大家注意。

选择几幅有代表性的警示图，和孩子一起贴在相应的需要提示的地方。

教后反思：在平日里，孩子们总是跌跌撞撞，磕磕绊绊，小伤难免的，所以整个活动孩子们沉浸在故事画面里，听得很专注。知道了以后哪些东西不能碰，不能做哪些危险的事情，知道自己已经长大了，要学会保护自己。通过故事画面，孩子能准确判断是与非，增强自己的安全意思。其实，也提醒老师在平常生活里要比较注意孩子的安全。

中班纸的健康领域教案篇六

《送你好运气》选自主题活动“红彤彤的年”，“红彤彤的年”活动的主题内容是让幼儿了解我们中国的传统节日，知道我们在过年的一些活动，《送你好运气》是这个主题里的一个健康活动，围绕主题情景送您好运气，带领幼儿游戏，中班幼儿已经能连续抛接球了，活动的重点在于让幼儿感受玩气球的欢快气氛，能抛接气球，不让球掉下来，在活动中采用情景性的方式吸引幼儿的活动兴趣。

1.感受玩红气球的欢快气氛。

2.练习抛接气球，不让球掉下来。

1.旋律活泼欢快的音乐磁带。

2.红气球每人一个。

一、好运在手中

教师带领幼儿做热身运动

师：红彤彤的气球象征着新年的好运，让我们手拿好运气球，一起来活动身体吧。（随着音乐，幼儿手拿气球活动身体各个部位，如四肢运动、体侧运动、腹背运动等。）

二、我传你接好运气。

教师讲述活动内容和游戏规则

师：现在，我们留下了两个好运气球。我们要把好运气送给朋友。这样，一个人有了好运气，大家都会得到好运气。我们送运气球和接运气球的时候，不能让好运气球掉在地上，也不能弄破好运气球。

师：现在我们小朋友分成两组，围成圆圈，以我传你接的方式传接气球。传接时，幼儿一边传接，一边说“好运送给你”。

教师在传接气球时，播放放音乐，以渲染气氛。

游戏进行两到三遍。

小结：我们的小朋友都把好运传给了别的小朋友。

三、我抛你接送好运。

师：好运气还可以用“我抛你接”的办法来送给朋友。

教师讲述游戏规则

师：我们小朋友分成若干小组，4—5名幼儿围成圆圈，一名幼儿站在中间手拿气球。围成圆圈的幼儿问：“好运送给谁?”持球幼儿一边喊“好运送给xxx”□一边尽力往上抛出气球；与此同时，被喊到名字的幼儿迅速跑到中间来接住气球。

教师在游戏时，播放音乐，渲染气氛。

教师根据幼儿的兴趣决定游戏次数。

四、教师带领幼儿回教室

我们的小朋友都接到了好运，那现在我们一起带着好运回教

室吧。

中班纸的健康领域教案篇七

1、初步认识牙齿的构造，知道牙齿不仅可以咬碎食物，帮助消化，还能帮助咬准字音，使我们说话清楚。

2、懂得牙齿的用处很大，要注意保护好牙齿。

3、培养良好的卫生习惯。

4、知道一些保持身体各部位整洁卫生的方法。

1、每四个人一个苹果，虾条每人1~2根。

2、牙齿的模型一副。操作卡片《白白的牙齿》六张。

1、让幼儿吃苹果，初步认识牙齿的用处。今天请小朋友吃点苹果，请你们慢慢地吃，边吃边动脑筋想想看，你是怎么把苹果吃下去的？引导幼儿大胆说出自己的体验，知道是用牙齿帮助咬断嚼碎苹果，吃下去的。

2、让幼儿认识牙齿的构造。

（1）你们都有牙齿吗？张开嘴巴让我们们看一看牙齿是什么颜色的？让幼儿相互看一看，知道每人都有牙齿，牙齿是白白的。

（2）出示牙齿模型（或看卡片1—4）并提问：我们每个人都有一副白白的牙齿，让我们来看看牙齿是什么样的？它是什么地方一样？什么地方不一样？教师讲解并演示：牙齿有上下两部分，上下两部分是一样的，前面的牙齿是扁扁的，旁边的牙齿是尖尖的，后面的牙齿是方方的。

（3）这些不一样的牙齿有什么用呢？请幼儿看卡片1—4讨论，在教师的讲解和提问的帮助下，知道扁扁的牙齿可以切断食物，尖尖的`牙齿可以撕拉食物，而方方的牙齿力量最大，可以压碎食物，它们各有各的作用，共同帮助我们把食物咬断嚼碎。

3、让幼儿尝尝虾条，再次体验一下不同牙齿的作用。

4、讨论：牙齿除了可以帮助我们吃食物，它还有什么用呢？让幼儿练习发音如：“师”、“四”、“字”，等教师着重强调发这些音时上下牙齿分开、并拢等情况。知道牙齿还可以帮助我们正确发音，使我们讲话清楚。

5、师生共同看操作卡片5—6讨论并小结：牙齿有很多用处，那么我们应该怎样保护自己的白白的牙齿呢？饭后漱口、早晚刷牙、睡前不吃糖和其他东西、不吃过硬的东西等等，牙齿才能不发黄，不发黑，让我们的牙齿一直是白白的，天天为我们服务。

1、结合进餐活动，让幼儿谈谈怎样用牙齿吃牛肉，芹菜等难嚼的食物，不包、不吮饭菜，养成正确使用牙齿进食的习惯。
2、利用日常活动，让幼儿谈谈这些问题：你的牙齿为什么发黑了？为什么你的牙齿烂掉了？这样有什么不好？让幼儿懂得牙齿清洁整齐，不但美观，而且能减少疾病。

中班纸的健康领域教案篇八

1、帮助幼儿了解各种食物的营养价值。

2、通过情景创设、故事让孩子了解健康饮食的重要性。

3、帮助幼儿形成健康饮食的习惯。

4、知道人体需要各种不同的营养。

5、初步养成良好的卫生习惯。

1、让幼儿了解身体需要多种营养，不挑食才健康。

2、了解各种食物的营养价值。

1、相关课件

2、手偶

3、幼儿课前准备的食物贴

4、班级互动墙面"我们爱吃的食物"大表

一、组织教学：音乐律动《坐姿歌》

二、导入新课：

他们之间还有一个小故事，现在让老师讲给小朋友听好吗？

故事：（出示手偶壮壮）我叫"壮壮"，什么东西都爱吃，爱吃萝卜、西红柿、白菜，还爱吃苹果、香蕉，爱吃好多东西，你们看！我长得壮壮的。（出示手偶小小）他叫"小小"，他看到萝卜摇摇头，说我不爱吃；看到西红柿又摇摇头，说我不爱吃；好多蔬菜都不吃，苹果不爱吃，香蕉不爱吃，人长得很瘦小，而且总生病。

结合故事内容，提出问题："壮壮长得这样壮，说一说他爱吃什么？""小小长得很瘦小，是因为什么？""你们要想身体棒，怎么办呢？"引导幼儿知道想要身体棒，就要吃各种食物。

三、播放幻灯片，观看日常生活视频片段。

1、结合实际生活，出示一段日常生活视频片段。视频主要内容为：一位妈妈到幼儿园接孩子回家，经过超市，孩子哭闹

着，要去买零食。孩子回到家后，只吃零食不吃饭。

提问："看了这段录像，小朋友来说一说这位小朋友做得对不对？""你们平时是不是也和这位小朋友一样呢？"教育幼儿不能把零食作为主食，否则就会像小小一样，身体瘦弱，还会经常生病。要想有健康的身体，就要像壮壮一样各种食物都要吃。

2、出示互动墙面"我们爱吃的食物"大表，教师组织幼儿交流最喜欢吃的食物，并将最喜欢吃的食物粘贴在互动墙面上。

"我们爱吃的食物"大表中，教师和幼儿共同统计出哪些食物是幼儿最喜欢吃的，多少幼儿爱吃这种食物。教师引导幼儿讨论："爱吃的东西能不能吃很多？""哪些东西要少吃？"

3、老师向幼儿介绍各种食物的营养成分。（蔬菜和水果中含有大量的维生素，含有从其他食物中补充不到的营养成分。并且有预防和治疗疾病的`功效。）总结：不同的食物有不同的营养成分，吃不同的食物就能获得不同的营养，有了丰富的营养，身体才能更加健康。

四、延伸活动家园配合：

1、让家长记录幼儿饮食情况，反馈给老师。

2、根据记录情况，开展"不挑食的好孩子"颁奖会，可以邀请家长参加，鼓励挑食的孩子做到各种食物都要吃，养成不挑食的好习惯。

中班纸的健康领域教案篇九

1、通过游戏发展幼儿的走、跑、跳、跨和滚接的能力。

2、引导幼儿一物多玩，发展幼儿想象、创造性能力。

3、体验合作游戏的.乐趣。

活动准备皮球、网兜、障碍物若干。

一、师幼一起和"雪球"做热身运动师：冬天来了，我们一起和雪球来做游戏。

教师带领幼儿绕着"雪球"走、跑、跳、跨等运动。

二、我和"雪球"一起玩

1、传"雪球"师：可爱的"雪球"很喜欢旅游，让我们一起带着它去旅游吧幼儿排成一排依次从侧身、头顶、胯下传"雪球"。

2、我和"雪球"来比赛师：接下来"雪球"想和我们的小朋友来比赛谁跑的快。

幼儿分成两组，一幼儿向前滚"雪球"的同时另一幼儿向前跑，努力追上"雪球"并接住。

3、运"雪球"师："雪球"要融化了，我们赶紧送它回家吧！

幼儿两人合作将"雪球"放在网兜中来回运送。

三、放松活动"雪人融化了"师：我们一起变成小雪人，当太阳照在我们的身上，手指融化了，手臂融化了…（幼儿逐渐将保持动作的手放落下来）

中班纸的健康领域教案篇十

1、在情境中观察并进一步了解我们每天生活的地方——家。

2、感受家的温馨和家人的关爱，能大胆地在集体面前表达自己的想法。

【活动准备】“家”ppt□音乐。

【活动过程】

一、情境导入。

1、指导语：我有一个快乐的家，今天我请你们到我的家去看看。

2、请幼儿结合生活经验观察门牌，说说我“家”住在几零几。

3、让我们走到里面去看看。

二、了解“家”的组成。

1、观察餐厅，从餐桌摆设上猜测我家共有几个人吗。

2、鼓励幼儿说说自己家有几口人，分别是谁?每天吃饭时要摆几双碗筷。

3、讨论：你最喜欢吃什么菜，是谁为你们烧的?——初步感受家人的爱

4、猜猜小游戏：用小耳朵听听哪扇门后面是我家的厨房并说说厨房里有什么。

5、教师总结：家是香香的厨房，那里永远有家人为我们准备得可口的饭菜。

6、观察卫生间、客厅，说说自己家里的这两个房间里都有些什么?

6、请幼儿由结婚照局部图猜测所到的`房间——爸爸妈妈的房间

7、讨论：爸爸妈妈在干什么?——感受爸爸赚钱的辛苦和妈妈照顾宝宝的辛苦

8、观察小朋友的房间，请幼儿谈谈自己的小房间，并说说是谁为我们布置了这么棒的家。

9、总结：我们都很喜欢自己的家，这么漂亮舒适的家都是我们的家人辛苦为我们创造的，我们要谢谢他们。

三、提升情感，朗诵诗歌《快乐的家》。

1、今天你们看了我的家也说了你们的家，现在就请你们听一首好听的诗——《快乐的家》。

2、放背景音乐，朗诵诗歌《快乐的家》。

3、请幼儿说说听完诗歌的感受，并尝试跟念诗歌。

四、延续活动：鼓励幼儿回家感谢自己的家人。