

健康活动勇敢者之路教案大班 健康活动方案(实用9篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。优秀的教案都具备一些什么特点呢？以下是小编为大家收集的教案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

健康活动勇敢者之路教案大班篇一

为了更好的普及大学生心理健康知识，促进大学生良好的适应大学生活，合理的规划好自己的大学生活，同时也进一步加强心理健康素质培养，建设个人新风貌，促进和谐校园发展。

和谐校园健康你我他

机械系全体同学。

心理健康知识专题讲座

- (1) 认识、了解大学生心理健康教育。
- (2) 心理健康知识普及及指导。
- (3) 走进高职，面对现实，适应新生活。
- (4) 学习与时间管理能力。
- (5) 人际关系与交往能力。
- (6) 恋爱与性心理。

- (7) 情绪与自我调节能力。
- (8) 大学生心理障碍及预防。
- (9) 自我意识与自我培养。
- (10) 职业生涯规划。

更多的大学生能关注和重视自身的心理素质能力培养，友好的适应大学新生活，为新的生活和梦想而更加努力奋斗！

健康活动勇敢者之路教案大班篇二

通过康活动让幼儿在活动中养好良好的习惯，从而培养健康的意识。以下是健康活动教案范本，欢迎阅览！

- 1、教幼儿认识手帕，知道手帕的用途。
- 2、让幼儿学会正确使用手帕，养成讲卫生的好习惯。

- 1、各式手帕若干。
- 2、正方形的餐巾纸人手一张。

- 1、教师出示手帕，提问，引出课题。

小朋友，你们看，这些是什么？激发幼儿的兴趣，启发幼儿说出：这些是漂亮的手帕。

- 2、教师请幼儿谈谈手帕的用处。

手帕可以帮助小朋友干些什么事呢？（手帕可以擦汗，擦鼻涕，擦嘴等等。）

- 3、教师请幼儿谈谈怎样卫生地使用手帕。

手帕应放在身上什么地方?上幼儿园要带手帕吗?(手帕应每天换,叠好放进口袋里。每天上幼儿园都应带手帕。)

4、教师教幼儿叠手帕。

手帕打开后,边对边,角对角折一道,再折一道,最后折成一个小正方形。

5、练习叠手帕。

教师发给幼儿每人一张餐巾纸,请幼儿练习叠手帕。多练习几次。最后比一比,谁的手帕叠得又快又好。教师请叠手帕又快又好的幼儿叠给其他幼儿看。

6、教师教幼儿念儿歌,结束活动。

小手帕,四方方,

每天放在口袋里。

又擦鼻涕又擦汗,

爸爸妈妈真喜欢。

1、教师每天检查和督促幼儿带手帕上幼儿园。

2、在日常活动中,教师要提醒幼儿正确地、及时地使用手帕。

1、结合美术活动进行教育。

2、为每位幼儿准备白色正方形餐巾纸一张,彩色墨水及棉签若干。先请幼儿将餐巾纸叠成小正方形或三角形,然后用棉签蘸彩色墨水随意点,注意颜色的搭配,各种颜色交替使用。最后,将餐巾纸小心地打开,一块“印染”小手帕就设计成功了。

健康活动勇敢者之路教案大班篇三

1、练习用单脚、双脚跳过障碍物。

2、会和同伴合作游戏。

废纸箱(小沟)、小纸板(小河)

1、准备活动:

幼儿边唱《去郊游》的歌曲,边随着音乐节奏做划船、跷跷板等律动,活动身体。

2、交代任务:

——“今天我们要去郊游了,去郊游的路上,我们会遇到许多宽窄不一的小沟和小河,为了我们能顺利到达郊游目的地,先让我们一起来练习跨过‘小沟’和小河吧!”

(1)、教师演示:小沟要双脚并拢跳,小河要单腿跨跳。

(2)、幼儿每人选择小河、小沟活动,教师鼓励幼儿用自己喜欢的方法进行跳跃。

(3)、请部分幼儿为大家演示几种不同的跳跃方法。

3、去郊游:

——“小朋友,我们要去郊游啦!”

(1)、幼儿听着《去郊游》地音乐,随着教师鱼贯地沿着场地四周拼成一条长长的“小沟”“小河”游戏。

(2)、教师带领幼儿在“小沟”里蹲着走,在“小河”里游着走。

——“要下雨了,怎么办?”“刮大风了,怎么办?”“打雷了,该怎么办?”

(1)、幼儿整理纸板。

(2)、幼儿听音乐做放松动作。

健康活动勇敢者之路教案大班篇四

健康教育活动是当今日益受到重视的一种教育形式。作为一名从事健康教育工作的人员,我有幸参加了一次关于健康教育活动的培训,并从中受益匪浅。本文将介绍培训的主要内容,并分享我在学习和实践中的心得体会。

一、了解健康教育活动的基本原理

在培训中,我们首先了解了健康教育活动的基本原理。健康教育是通过宣传、教育和行动,让个人和社区建立健康生活方式和健康观念,从而提高整个社会的健康水平。健康教育应该注重实用性,因为只有让参与者真正了解和掌握相关内容,才能让健康教育的效果最大化。

二、学习健康教育活动的实施步骤

在了解了健康教育活动的原理之后,我们学习了健康教育活动的实施步骤,包括确定目标、制定计划、策划活动、实施活动、评估和改进。其中,重点是策划和实施,需要根据不同的对象和需要,选择合适的策略和方法,使参与者能够更好地接受和理解相关内容。

三、体验青少年健康教育活动的

在培训的过程中,我们还进行了一次实际的健康教育活动,通过与一些学生进行互动,帮助他们了解和认识健康饮食的

重要性。这次活动不仅让我们更加深入地了解健康教育的实际应用，还让我们认识到青少年在健康教育中的重要性。

四、分享健康教育资源和案例

在培训中，我们也分享了一些健康教育资源和案例。这些资源包括健康教育工具箱、健康教育材料和活动方案等，根据不同的实际需要，选择合适的资源可以更好地开展健康教育活动。此外，我们还分享了一些成功的健康教育案例，让大家从中汲取经验和启示。

五、总结和展望

通过这次培训，我对健康教育活动有了更加深入的了解和认识。健康教育可以呈现出多种形式，包括课堂教学、参观等活动，但无论采用何种形式，都应注重实用性和互动性。此外，健康教育活动的实施也需要详细的计划和策划，以及适当的评估和改进。未来，我将更加注重健康教育活动的实际应用和效果，努力提升自己的健康教育能力。

健康活动勇敢者之路教案大班篇五

xx城市公共交通周及无车日活动的主题是“绿色交通与健康”。

9月14日（星期五）下午□xx市八一小学的校门外已经拉起了宣传横幅。少先队大队部通过红领巾广播向全校师生进行“不坐私家车、不开私家车”的动员，并将宣传海报分发张贴至每个教室。

9月17日早晨七点半（周一），六一中队的全体少先队员在中队辅导员的带领下手执宣传小旗分别列队在西园三岔路口向行人进行宣传。当天升旗仪式的国旗下讲话就是“绿色交通与健康”，再次向全校师生进行了详细的介绍和动员，并倡

议大家回去向身边的家人和亲朋好友进行宣传。同时，在五年级中进行了主题征文比赛，最后选送了两篇进入区级比赛。

我们的“少年警校”也积极行动起来了，在大队辅导员老师的帮助策划下，设计了卡通“爱心公交劝乘卡”，在午休期间着装走上街头，向等待红灯中的私家车车主进行有礼貌的宣传和发放。

9月20日中午□xx电视台《社会传真》栏目专程前来拍摄了这一活动，并在当晚的`节目中进行了专题报道。

通过本周的宣传活动，全校师生都不同程度的提高了对“绿色交通与安全”的认识，并用自己的实际行动积极参与。

健康活动勇敢者之路教案大班篇六

近年来，健康码在中国的普及应用成为了一种生活的常态。随着新冠疫情的爆发，健康码的使用更加被重视和普及。为了检验健康码的使用情况以及推动更多人正确使用健康码，我参与了一次实践活动，其中我通过查看他人的健康码，结合自身体验和观察，收获了很多。以下是我对这次活动的感悟和体会。

首先，实践活动让我深刻认识到了健康码的重要性。在查看他人的健康码时，只要绿码灵活，我就能够对他们的健康状况产生信任 and 安全感，从而更放心地与他们交往。这也让我感慨到，健康码不仅仅是一种身份证明，更是一种社交工具，能够起到传递安全信号的作用。因此，我们应该时刻保持自身的身体健康，为自己和他人的交往提供更安全的保障。

其次，实践活动也让我体验到健康码的便捷性。在过去，很多场合和环境中，身份验证都需要繁琐的步骤和耗费时间的等待。而现在，只要打开手机上的健康码，扫描对方的健康码，就能迅速完成身份验证。这种便捷性不仅提高了工作和

生活的效率，也减少了不必要的人群聚集，降低了传染病的传播风险。利用健康码的便捷性，我们也能更好地配合和支持政府部门的疫情防控工作。

再次，实践活动还让我思考到健康码的个人信息保护问题。在活动中，我看到了很多人的健康码上不仅有自己的身份信息，还有一些个人隐私，如健康状况和近期活动轨迹等。这些信息的泄露可能会对个人的安全和隐私产生一定的影响。因此，在使用健康码的同时，我们也需要关注和保护自己的个人信息，避免个人信息被滥用和泄露。

最后，实践活动让我认识到了健康码在疫情防控中的作用。通过查看他人的健康码，我可以了解到他们是否有近期接触感染者的风险，从而减少自身感染病毒的可能性。同时，健康码的实时更新也能及时预警身边的潜在风险，帮助我们更加及时地采取措施防止疫情的扩散。因此，健康码不仅仅是个人和社交安全的保障，更是全社会防控疫情的重要手段。

综上所述，通过实践活动查看他人健康码，我深刻认识到了健康码的重要性和便捷性，同时也思考了个人信息保护和健康码的社会作用。在今后的生活中，我将更加重视自身健康，正确使用健康码，并加强个人信息保护的意识。同时，我也将积极宣传和推广正确的健康码使用方法，为疫情防控做出自己的贡献。相信通过大家的共同努力，我们一定能够早日战胜疫情，重返正常的生活。

健康活动勇敢者之路教案大班篇七

近年来，随着科技的不断发展，健康码的使用在生活中逐渐走入人们的日常。为了保障公众的健康与安全，许多地方纷纷推行健康码查询系统，以实时掌握人员的健康状况。最近我参加了一次实践活动，通过查健康码这一方式，我深刻体会到了其带来的便利与效益。下面将就此详述我的心得体会。

首先，查健康码方便快捷。在过去，人们往往需要提供大量的纸质证明，如体温测量单、核酸检测报告等，才能证明自己的身体健康状况。然而，这种方式不仅费时费力，而且携带不方便。而通过健康码，只需在手机上进行一次登记，即可随时随地查询自己的健康码状态。这大大提高了查询的便利性，使人们能够更加高效地进行身份核验。

其次，查健康码有助于做好疫情防控工作。疫情防控的一个重要环节就是快速准确地掌握人员的健康状况。利用健康码，有关部门可以实时了解个体的体温情况、核酸检测结果等，进而对人员的流动进行调控。这对于控制疫情的传播范围、追踪可能患者的接触史等都起到了重要的作用。通过查健康码这一举措，可以更好地筛查潜在风险，有效控制疫情的蔓延。

再次，查健康码加强了人们的自我保护意识。查健康码是一种公共行为，它是每个个体对自身和他人负责任的表现。在查健康码的过程中，我意识到只有确保自己的健康才能保护他人的健康，只有人人都配合健康码的查询，才能形成一个安全完善的社会生活环境。这对于我们每个人都是一次自我教育和自我约束的过程，加深了我们对自己健康的关注，培养了良好的卫生习惯。

最后，查健康码为社会运行提供了保障。尤其是随着学校、企事业单位和公共场所的陆续开放，大规模人员的流动成为了现实。而查健康码可以有效筛查并隔离不符合条件的人员，从而确保参与活动的每一个人都是安全的。这为经济的复苏和正常的社会秩序提供了坚实的保障，有助于提振人们的信心和勇气。

总之，通过实践活动查健康码，我深刻认识到其在提供便利、做好疫情防控、培养自我保护意识以及保障社会运行方面的重要性。在未来，我相信健康码会更加普及，成为我们生活中必不可少的一部分。同时，我也认识到每个个体的行动对

于整个社会来说都是至关重要的。只有大家齐心协力，才能保护自己和他人的健康，共同构建一个繁荣安全的社会。

健康活动勇敢者之路教案大班篇八

近年来，健康码已经成为人们日常生活中必不可少的一部分。尤其在疫情防控期间，各地纷纷推广健康码，帮助人们了解自身健康状况，加强疫情管控。近日，我参与了一项实践活动，查看他人健康码，收获颇多，感受良多。在这次活动中，我深刻体会到健康码的重要性，并且意识到了自己的责任与义务。

首先，我对健康码这一概念有了更深入的理解。在实践活动中，我们要求与各种人群进行接触，对他们的健康码进行核查。通过查看健康码，我们可以快速了解被核查者的健康状况，以此作为判定是否安全接触的标准。健康码的颜色代表了不同的健康状态，绿色表示身体健康，可以正常接触；黄色则代表有一定风险，需要特殊关注；红色则意味着存在较高的风险，需要立即隔离，以避免传播病毒。通过对健康码的核查，我们可以快速了解周围的健康状况，保护自己与他人的安全。

其次，我意识到了我个人在疫情防控中的责任与义务。通过查看健康码，我深刻感受到自己作为一个普通市民，在疫情防控中的责任重大。每个人的健康码都是对其健康状况的一个概括，对我来说，查看健康码就是保护自己与他人的一种方式。当我发现有人健康码为黄色或红色时，我会立即采取相应的措施，如远离他们，提醒他们意识到自身健康风险等。通过这样的做法，我不仅可以保护自己，也可以减少病毒传播的风险，对社会做出一份贡献。

此外，通过查看健康码还让我加深了对个人隐私保护的认识。健康码所涉及的信息是个人隐私的一部分，我们每个人都有权利保护自己的隐私。在实践活动中，我们要求经过核查的

人出示健康码，会涉及其个人健康状况的隐私。所以，作为核查者，我们需要尊重他人的隐私，严格保密、不泄露他人的个人信息。通过这样的实践，我进一步了解了隐私保护的重要性，明白了尊重他人隐私的道理。

最后，通过实践活动我还意识到，在疫情防控中，技术的应用不可或缺。健康码是相应于疫情防控需求而产生的一种技术手段，可以快速了解个人的健康状况，为防控疫情提供有力支持。通过查看健康码，我们可以快速筛查出有风险的个体，减少人工成本，提高防控效率。当然，技术的应用也需要与人的操作相结合，遵循相关规定与伦理，确保使用的安全性和可靠性。

综上所述，通过实践活动查健康码，我对健康码的重要性有了更深入的认识，也明白了作为一个普通市民在疫情防控中的责任与义务。同时，我也认识到了个人隐私保护的重要性，以及技术在疫情防控中的作用。希望在未来的防控工作中，我们每个人都能积极配合，共同努力，共同打赢这场疫情防控的战斗。

健康活动勇敢者之路教案大班篇九

- 1、激发幼儿积极地参与活动，并感受游戏带来的乐趣。
- 2、幼儿学习双脚站立由20xx厘米的高处往下跳。
- 3、培养幼儿勇敢和克服困难的品质。

橡皮筋、海绵垫子、各种颜色的筐、各种颜色的小花、手鼓、小红帽、塑料块。

幼儿学习从20xx厘米高的地方双脚并列地往下跳。

掌握双脚落地时的屈膝缓冲。

1、前天我们看了木偶剧小红帽，你喜欢小红帽吗？那么老师来当小红帽的妈妈，小朋友就是小红帽。

2、这是我们的家，快快进来，妈妈要给小红帽带上漂亮的红帽子。（幼儿带上红帽）

1、今天天气真好，我们一起出去玩，先跟妈妈做做运动。（音乐起）

2、幼儿跟随老师做准备运动：伸伸臂、弯弯腰、抬抬腿、提提腿、跳跳跳、蹲蹲蹲等。

1、教师示范：轻轻的站在小石头上，站稳身子，小腿一弯轻轻跳。（双脚要同时的往下跳，跳下后，小腿要弯弯的，这样就不会摔倒。）

2、集体练习从高处往下跳（鼓励幼儿大胆往下跳，纠正活动中错误的动作，注意双脚屈膝。）

3、个别幼儿展示。

4、幼儿自由练习。

外婆生病了，我们要去看看她，送些什么给她，送些小花祝她早日康复。

1、教师示范讲解游戏规则：从家门口出发，要经过三块大石头，钻过一个小山洞，爬过草地，在草地上有很多漂亮的小花，小红帽摘了花后，要快速的跑回家，回家的路上还要钻过一个山洞。

2、教师带领幼儿游戏。

强调跳下大石头的时候要屈膝（大石头，我不怕，小腿一弯，往下跳）提醒幼儿不要碰到小山洞。

3、教师带领幼儿游戏第二遍。

到外婆家的路上，有只凶恶的大灰狼，跳过大石头和钻过小山洞的时候，不要碰到山洞，否则大灰狼就会跑出来，吃掉小红帽的。

4、教师带领幼儿游戏第三遍。

大灰狼走了，赶紧去看外婆，把小花送给她。

1、到外婆家了，外婆让小红帽把花儿放到和花儿的颜色一样的筐里。

2、数一数，有几朵小花。

3、放松整理活动：我们跳一个舞给外婆看看，幼儿随教师做放松活动（音乐）

带领幼儿离开场地