

最新小班体育健康课教案 幼儿园小班健康活动教案(汇总10篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。写教案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？那么下面我就给大家讲一讲教案怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

小班体育健康课教案篇一

活动目标：

- 1、认识眼睛、鼻子和耳朵的用处；
- 2、懂得爱护自己的眼睛、鼻子和耳朵。

活动准备：活动脸谱，“小手拍拍”音乐。

- 1、小朋友都是爸爸妈妈的宝贝，我们每个人脸上都有五个宝贝，是什么呢？
- 2、看谁最先指出我们脸上的宝贝！鼻子、眼睛、嘴巴、耳朵、眉毛。
- 4、听歌曲《小手拍拍》，作动作。
- 5、孩子们喜欢看动画片吗，我们来看看这些小朋友做得对吗？
- 6、大家一起来读儿歌吧：小小眼睛亮晶晶，不用脏手擦眼睛！鼻子耳朵和嘴巴，人人都要保护它！
- 7、填健康卡。发小红花。

8、宝贝再见！10月22日心海湾小一班开展了“家长半日活动”。以上是我给女儿所在班的孩子上课的教案。尽管课堂上有许多不满意的地方，但我感受到了女儿的积极参与，也感受到了孩子和父母一起学习的快乐！

小班体育健康课教案篇二

：感受开心，愿意当个快乐宝宝。

：神态快乐的小猫，小狗，小猪，小猴玩具及相应的头饰若干。

：幼儿活动操作材料《笑一笑》。

1、引导幼儿观赏小猫、小狗、小猪、小猴玩具。

提问：这些小动物快乐吗？你是怎么知道的？小动物们为什么这么快乐？

2、引导幼儿欣赏儿歌《笑一笑》。

3、引导幼儿玩游戏“笑哈哈”。

玩法：教师与幼儿分别戴上头饰，扮演各种小动物，当念到“你看xx也在笑”时，扮演该动物的幼儿自由表现开心的动作及表情。

4、指导幼儿看操作材料《笑一笑》，说说图上的小朋友为什么笑。

小班体育健康课教案篇三

1. 能够清晰的解释视频中小狮子身上发生的事情；

2. 准确掌握刷牙的正确方法；

3. 愿意每天早晚坚持刷牙；

导入：（不爱刷牙的小狮子）视频，提问：视频里发生了什么？想一想怎么帮助他（引入刷牙）

出示道具（狮子口腔），现在狮子的嘴巴里有脏东西，我们怎样才能用牙刷又快又好的帮他把脏东西刷出来呢？（请个别幼儿尝试）

分享经验：怎么刷不出来/怎么刷出来的？

教师小结：示范，上下刷/左右刷/横着刷

将幼儿分为两组，可请幼儿找自己的好朋友组为一队。先请一人 在小狮子口腔中尝试刷，一人在旁边观看。完后，相互交换。

分享交流：在帮小狮子刷牙的过程中都有哪些问题？你是怎样解决的？

教师小结：总结大多数问题，请一组做的比较好的幼儿上前表演

除了帮助小狮子刷牙还可以怎么办？（引出早晚坚持刷牙，坚持 用正确的方法刷牙，饭后漱口）

播放儿歌《牙刷火车》合着音乐一起做动作，强化刷牙动作记忆。家长可每天早晚播放儿歌提醒幼儿刷牙。

本节课程开始用一个小狮子的. 影片引起幼儿兴趣，再紧接着导出刷牙的方法，一环扣一环，层层紧密连接，在幼儿的兴趣内，寓教于乐的学习并愿意与小朋友分享自己的经验。既增加了动手能力也增加了语言交流。在环节二中幼儿动手操

作时间尽量控制在7分钟内，中间有幼儿自己检查并交流问题。换组后，再次进行实践，达到巩固加深的目的。

小班体育健康课教案篇四

1. 会拖拉玩具走，能在侧走、倒走中保持身体平衡。
2. 练习提高空间方位直觉的准确性，发展身体动作的协调性。
3. 培养耐心，细心等良好的个性品质。

1. 皮球（直径约25厘米）、竹圈（圈高约五厘米），幼儿人手一个，竹圈上系有一个长绳供拖拉用；大塑料筐一个；在场地上画一个大圆。

2. 平时户外体育活动时可安排类似活动，注意训练幼儿倒走、侧走的能力活动过程：

一、设置情境，准备活动，锻炼幼儿能在侧走倒走中保持身体平衡。

2. 刚才你是怎么把小猪赶回牧场的？你在赶小猪的时候遇到什么困难了？

二、介绍游戏规则及玩法，幼儿进行游戏。

1. 介绍玩法：

教师发给每位幼儿一个系有长绳的竹圈，幼儿用竹圈套住皮球后拉绳向前走，注意拖圈时不要让“小猪”跑出圈外，如果皮球跑出圈外，需重新放进圈里，然后继续玩。当教师说“小猪要回家了，请小朋友把它赶回家，送到猪圈里去”，游戏即结束。

竹圈可用铁丝圈代替，或在圈外缠一些彩色纸，增加幼儿兴趣。注意经常变换拖拉物体，以提高幼儿活动的兴趣。

2. 游戏规则：

(1) 幼儿每人手拿一个拖拉玩具四散走，相互不碰撞。

(2) 注意拖圈时不要让“小猪”跑出圈外，跑出圈外要重新放好了才能继续玩。

3. 练习几次熟练后，进行分组练习。

(1) 鼓励胆小的幼儿积极大胆的参与游戏。

(2) 熟悉游戏后，可采取比赛等形式，提高游戏趣味性。

三、活动结束，带领幼儿做整理游戏场地和材料放松运动。

小班体育健康课教案篇五

猫和老鼠是孩子们都很熟悉的动物，它们的故事更是耳熟能详，都知道猫一见老鼠就跑，干什么去？追老鼠呗！为了使幼儿掌握折身跑的技能，增强幼儿跑动中的自我保护意识，特设计了追追乐这一活动。

1、掌握折身跑的技能，提高身体动作的连贯性和敏捷性。

2、增强幼儿跑动中的自我保护意识。

3、体验与同伴分角色合作游戏的欢乐氛围。

《猫和老鼠》光碟、一个哨子、猫、鼠头饰若干

一、准备活动

- 1、幼儿看光碟《猫和老鼠》，请他们说一说猫和老鼠的故事。
- 2、教师讲述《十二生肖》的故事，使幼儿知道猫一见老鼠就追的原因。
- 3、幼儿做跑、跳、躲闪等方面的运动为游戏做准备。

二、学习折身跑

- 1、教师示范折身跑的过程。
- 2、鼓励幼儿做折身跑的练习，个别指导，注意提醒幼儿不要相互碰撞，注意安全。
- 3、讨论：在快速跑的过程中如何迅速折身往回跑？个别幼儿做示范。

三、做游戏，熟练掌握折身跑的方法

- 1、教师介绍游戏玩法及规则。

2、分角色游戏

(1) 将参加游戏的幼儿分成两组，一组扮演猫戴好头饰站在终点，一组幼儿扮演老鼠戴好头饰站在起点。

(2) 教师吹哨子，当第一次哨子声响起，扮演老鼠的幼儿立刻跑向终点，当第二次哨子声响起，扮演老鼠的幼儿立刻跑回起点，同时扮演猫的幼儿去追老鼠。先跑回起点没有被捉到的幼儿为胜。

- 3、交换角色进行游戏。

两组幼儿进行折身跑运球pk赛，也可以让幼儿回家后和爸爸妈妈一起做折身跑的游戏。

小班体育健康课教案篇六

- 1、乐于在集体面前用动作来表现生活中洗澡的过程。
- 2、体验与同伴一起模仿洗澡所带来的快乐。
- 3、培养良好的卫生习惯。
- 4、体验游戏的快乐。

重点：乐意模仿洗澡的过程。

难点：大胆的用动作来表现洗澡的过程。

录音机，洗澡歌的磁带，沐浴露瓶一个，玩具小狗一只。

- 1、复习律动《刷牙、洗脸、梳头》，导入活动。

师：我们一起来刷牙、洗脸、梳头好吗？

我们刷牙、洗脸洗好了，现在我们来洗澡，好吗？

师：爸爸妈妈平时在家给小朋友洗澡，是怎样洗的呢？

- 2、引导幼儿讲述并模仿洗澡的过程。

师请个别幼儿讲述并模仿动作，师引导幼儿一起跟做。

- 3、幼儿跟着音乐和老师一起洗澡一遍。（动作有所变化）

4、刚才我们洗澡时，忘记了涂沐浴露，我们用沐浴露再洗一次，好吗？

5、以游戏化的口吻，请小动物来检查幼儿是否洗干净了，适当的提出小手、肚皮等地方没有洗干净，要求重心再洗一次。

动作变换。

小结：小朋友洗澡洗的真干净，现在，我们和小狗一起来跳舞，好吗？

放《晚安》的音乐，幼儿和小动物一起跳舞。

在整个说课的过程中，从一开始准备我觉得自己还是挺认真的，我没有按照一般的要求的去设计这节课，我以为这会是好的，没想到这却成了偏题，说实话有一点儿伤心，不过这是第一次嘛，而且我觉得应该是我在设计的课中并不能体现我的想法，所以老师们就更不能理解了，只是会觉得我设计的课偏题了，这对于我来说是一个经验教训：在还没有把课说好的情况下就不要去一味的讲究新颖，这样反而会弄巧成拙，不但不能表达自己的本意可能还会很乱。

小班体育健康课教案篇七

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。

2、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。

活动过程：

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“自助早餐”。

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。

小班体育健康课教案篇八

1. 知道喝水对身体健康有益。
2. 在成人提醒下，愿意喝足够量的水。
3. 积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。
4. 学会在日常生活中保持乐观的情绪，逐渐养成乐观开朗的性格。

1. 有关喝水的mp3儿歌与歌曲。
2. 小口杯若干。
3. 有关喝水的ppt

一、以生活活动引入，激发幼儿兴趣。

洗洗手、喝水喽！

指导语：我们洗洗小手喝水喽！（提醒幼儿喝水前要洗手）

二、播放ppt图片，引导幼儿了解什么时候要喝水。 指导语：锻炼后、外出游玩时、洗澡后等情况下人会想喝水，睡觉起床时也会想喝水。口渴了不喝水会很难受，小朋友想喝水的时候可以自己去喝水。

三、播放有关喝水的mp3儿歌与歌曲，组织幼儿喝水。

- 1、排排队，来喝水。 指导语：用小手指勾勾小耳朵噢！（提醒幼儿握住杯子柄）今天运动你出了汗，要多和点水噢！（提醒个别幼儿多喝水）今天你拿了红牌子，嗓子有点红，也要多喝点水哦！

2、坐下来，把水喝。 指导语：找个椅子坐下来，小手捧好了喝喔！

3、放杯子，插牌子。 指导语：你今天喝了几杯水呀？ 活动延伸： 家园配合，提醒幼儿口渴时喝白开水，少喝饮料，养成健康饮水习惯。

小班体育健康课教案篇九

1、乐于在集体面前用动作来表现生活中洗澡的过程。

2、体验与同伴一起模仿洗澡所带来的快乐。

3、培养良好的卫生习惯。

4、体验游戏的快乐。

重点：乐意模仿洗澡的过程。

难点：大胆的用动作来表现洗澡的过程。

录音机，洗澡歌的磁带，沐浴露瓶一个，玩具小狗一只。

1、复习律动《刷牙、洗脸、梳头》，导入活动。

师：我们一起来刷牙、洗脸、梳头好吗？

我们刷牙、洗脸洗好了，现在我们来洗澡，好吗？

师：爸爸妈妈平时在家给小朋友洗澡，是怎样洗的呢？

2、引导幼儿讲述并模仿洗澡的过程。

师请个别幼儿讲述并模仿动作，师引导幼儿一起跟做。

3、幼儿跟着音乐和老师一起洗澡一遍。（动作有所变化）

4、刚才我们洗澡时，忘记了涂沐浴露，我们用沐浴露再洗一次，好吗？

5、以游戏化的口吻，请小动物来检查幼儿是否洗干净了，适当的提出小手、肚皮等地方没有洗干净，要求重心再洗一次。动作变换。

小结：小朋友洗澡洗的真干净，现在，我们和小狗一起来跳舞，好吗？

放《晚安》的音乐，幼儿和小动物一起跳舞。

在整个说课的过程中，从一开始准备我觉得自己还是挺认真的，我没有按照一般的要求的去设计这节课，我以为这会是好的，没想到这却成了偏题，说实话有一点儿伤心，不过这是第一次嘛，而且我觉得应该是我在设计的课中并不能体现我的想法，所以老师们就更不能理解了，只是会觉得我设计的课偏题了，这对于我来说是一个经验教训：在还没有把课说好的情况下就不要去一味的讲究新颖，这样反而会弄巧成拙，不但不能表达自己的本意可能还会很乱。

小百科：洗澡，能清除汗垢油污、消除疲劳、舒筋活血、改善睡眠、提高皮肤新陈代谢功能和抗病力。而且通过温水的浸泡，能够治疗某些疾病。热水澡水温不宜太高，一般以35~40℃的温水为宜。洗的次数也不宜太多，因为次数太多会把皮肤表面正常分泌的油脂及正常寄生在皮肤表面的保护性菌群全部洗掉，容易引起皮肤瘙痒等症，皮肤的抵抗力也会因此而减弱，反而容易得病。洗澡分淋浴和盆浴以及缸浴。

小班体育健康课教案篇十

健康的孩子，在吃饱睡足之后，总是在不停的玩。玩或者

说游戏，是小孩子最喜欢的事情，也是他们生活中一件不可缺少的事情。玩有利于孩子的身体发育与健康；玩可以使孩子增长知识。

可以使孩子的智力得到发展、可以培养孩子良好的道德品质和行为习惯、可以培养孩子活泼开朗、勇敢机智的性格，克服胆小害怕的心理。

为了提高幼儿腕指肌群和腕指关节的灵活性，还能促进手眼协调能力和全身动作的协调能力，特别是在活动中能提高幼儿的合作交往能力，我们设计了此游戏。

：大泡沫板三个，即时贴，不同形状的积木，弹球若干。

1、分别在板子的上方挖两个洞；其中一个板子在洞下分别挖两个小洞。

2、板子进行装饰。在下方贴两条起始线。

应用年龄和地点：适合3—6岁幼儿使用。

1、第一种玩法：在起始线后，用弹球向洞中弹，以进洞为胜。不加任何辅助材料。

2、第二种玩法：用辅助材料积木在板子上任意拼搭轨道，然后在起始线后，延搭好的轨道弹球，使球进洞。

3、第三种玩法：在板子的洞下方挖好的小洞中，放上弹球，在起始线后，用手里的球击中前方的弹球，使其进入洞中。