

健康快乐幼儿园 幼儿园健康活动教案(实用7篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

健康快乐幼儿园篇一

1感知水果的不同味道，知道有甜的’和酸的。

2喜欢吃多种水果，知道吃水果有营养。

1不透明的袋子1个，内装洗干净的苹果、橘子、香蕉各一个。

2果盘3个，分别放干净的苹果块、香蕉块、橘子瓣；果皮盘3-4个；小餐巾人手1条。

3活动前组织宝宝洗干净小手。

1玩游戏“袋袋妙”，引发兴趣。

教师先轻轻摇一摇袋子，然后请2-3名宝宝把手伸进袋子摸摸，引导宝宝说出水果的名称。

2宝宝吃水果

将果盘放到桌子上，请宝宝围坐在一起吃水果，感知水果是什么味道，激发宝宝爱吃水果的欲望。

3提醒宝宝将果皮等放到果皮盘里，吃完水果后及时洗手、擦

嘴。

1将苹果、香蕉、橘子放到发现区，引导宝宝继续观察、感知水果的颜色和外形特征。

2制作水果图片，引导宝宝进行实物与图片的配对活动。

健康快乐幼儿园篇二

多吃水果有营养

1、初步了解水果的特征，知道对身体有益。

2、知道水果有丰富的. 营养，鼓励幼儿多吃水果。

水果若干、录音故事。

（一）谈话引出主题

1、小朋友，你们喜欢吃水果吗？

2、你喜欢吃什么水果？

3、为什么要多吃水果？

（二）通过听故事《德德不爱吃水果》，了解水果对身体的益处。

1、提出要求，组织幼儿听录音故事。

（听故事不能乱讲话，要仔细听故事里说了些什么事。）

2、提问：

（1）德德刷牙时发现了什么？

(2) 大便时觉得怎样？为什么会这样？

(3) 你吃过什么水果？为什么要多吃水果？

(三) 欣赏儿歌《排排座，吃果果》

排排座，吃果果，吃橙子，吃苹果，天天吃一个，身体好得多。

洗手吃水果，鼓励个别幼儿将自己小盘里的水果吃掉，不浪费。

健康快乐幼儿园篇三

一、教学目标：

- 1、了解苍蝇、蚊子的外形特征，知道它们是怎样传播疾病的。
- 2、知道夏天天气很炎热，有很多传染病，要养成常洗手、生吃瓜果要洗净、不喝生水的好习惯。

二、教学准备：

“夏天的卫生”的课件。

三、教学过程：

1、用谜语引出课题。

师：小朋友，今天老师带来了两则谜语，请小朋友猜一猜是什么？

飞来飞去嗡嗡嗡，爱在脏臭地方生。身上细菌千千万，到处传播传染病。（苍蝇）
嗡嗡嗡，嗡嗡嗡，身上带着小小针，
吸人血，船疾病，一定把它消灭净。（蚊子）

2、播放课件，认识苍蝇、蚊子

(1) 观察、比较苍蝇和蚊子的外形特征。

苍蝇脚上有毛刺，身上有两对翅膀。而蚊子身上有一对翅膀，它的嘴像小针。

(2) 介绍苍蝇是怎样传播疾病的。

苍蝇在臭水沟、粪坑、垃圾箱边生活，然后污染水，食物等，人喝生水或吃了不干净的食物，有时肚子痛、拉肚子、得疟疾病等。

3、如何消灭苍蝇和蚊子？

引导幼儿观看了解消灭苍蝇和蚊子的方法：可以用苍蝇拍打苍蝇，也可以用粘蝇彩带、灭蝇灯、灭蝇器等来消灭苍蝇。可以点蚊香熏、喷灭蚊水、用电蚊拍等来消灭蚊子。

4、讨论：夏天里我们应该怎样讲究卫生？

(1) 瓜果如何吃才卫生？

(2) 怎样才能健康的渡过夏天？

总结：夏天天气炎热，苍蝇蚊子都出来了，它们是害虫。苍蝇爱在又臭又脏的地方飞，它身上带有病菌，蚊子生长在阴暗潮湿的地方，会传疾病。小朋友要养成勤洗手、生吃瓜果要洗净、不喝生水等良好的卫生习惯。

健康快乐幼儿园篇四

[活动目标]

- 1、引导幼儿懂得多吃蔬菜身体好的道理，并养成良好的饮食习惯。
- 2、引导幼儿了解几种常见的蔬菜，明白不一样的蔬菜有不一样的食用部位与营养价值。
- 3、培养幼儿的观察本事、分析确定本事和语言表达本事。

[活动准备]

各种蔬菜寿光蔬菜博览会的图片蔬菜制品蔬菜教具

[活动过程]

1、谈话导入：

师：“刚才小朋友告诉我，潍坊有许多好玩的地方，潍坊是世界风筝之都。我的家乡是寿光。寿光是中国蔬菜之乡，每年的4月20日国际蔬菜博览会开幕，菜博会上有许多千奇百怪的蔬菜和蔬菜组成的美丽景色，今日教师就带你们到菜博会的展厅、超市和生态餐厅去逛一逛。我们先到展厅来看看。

2、引导幼儿欣赏菜博会的精美图片。

师：“这是什么？”“我们坐下来慢慢观赏吧。”

3、边观察图片边提出问题：

(1)、这是什么？它长在哪里？为什么架起来？（节省空间）这是什么瓜？它有二三百斤重呢！嫁接出来的不一样南瓜。是高科技的产品。胡书记也来过菜博会呢！他见寿光的蔬菜这么好，要向全国的农民伯伯推广。这是什么有什么颜色的？你能用一个好听的词来表示吗？这么漂亮的辣椒，人们给它起了一个好听的名字叫五彩椒。萝卜长在哪里？上头那是什么？我们吃的是它的什么部分？这是谁？它象什么？我们吃

的就是它的花。这么漂亮？向什么？能吃吗？它也是菜的一种，我们叫它金针菜。土豆长在哪里？土豆上头还有什么？我们吃的是它的茎。你看到什么了？农民伯伯手里拿着什么？那是藕！什么颜色的？为什么？刚从泥里拿出来呢！我们吃的是它的根茎。茎有很多种，有象西红柿、黄瓜那样的茎，也有象藕、土豆这样的根茎、块茎。你认识它吗？福娃跟我们说再见了。

(2)、师：“孩子们，展厅里的景色还有很多呢，我们今日就先观赏到那里，想一想除了这些蔬菜，你还明白什么蔬菜？”“你是怎样吃的？”

师：“小朋友明白这么多的蔬菜呢，可是，菜博会的蔬菜超市里有更多五花八门的蔬菜呢！让我们一齐到超市去看一看吧！”

4、幼儿自由观察探索蔬菜

(3)、孩子们，看看这些菜的颜色一样吗？不一样的颜色还养护我们身体里的不一样器官呢！绿色对肝脏好，能够减肥，还对失眠的人有好处。你能帮我找一找绿色的蔬菜吗？（菠菜、生菜、白菜、芥菜、芹菜、香菜、绿萝卜、绿辣椒、黄瓜、瓠子、甘蓝、西兰花……）红色对心脏好，能增强抵抗力。防感冒。最近很多宝宝感冒了，请你找一找预防感冒的红色蔬菜！（西红柿、红辣椒、）黄色对胃好，对骨头好，还能延缓衰老（金针菜、胡萝卜、南瓜、韭黄、姜黄……）白色对肺好，（花菜、蘑菇、藕、冬瓜、）紫色对肾脏有好处。（洋葱、茄子、紫菜……）

(4)、小结：孩子们，这些菜的形状、颜色、营养成分一样吗？吃的部分一样吗？但它们有一个共同的名字——蔬菜，不一样的蔬菜有不一样的营养，小朋友此刻正是长身体的时候，需要多种营养，所以不挑食的孩子才会更健康的。

(5)、分类：这么多蔬菜乱七八糟的放在一齐，客人们来参观好看吗？我们帮它们分分类吧！

(7)、幼儿分类

第一组：根第二组：茎第三组：叶第四组：花第五组：果实
第六组：食用菌第七组：芽类

5、蔬菜餐厅

(1)、师：参观完蔬菜超市，我们最终到生态餐厅去看看。

蔬菜娃娃，它们是用什么做成的？（凤凰）这是什么？它象什么？用什么做出来的？

出示蔬菜制品——引导孩子观察

蔬菜拼盘：那里面有什么？必须很好吃！

果蔬片：它是用什么做成的？为什么要这么做？待会尝尝看。

果蔬汁：这是用什么做出来的？猜一猜会是什么味道？有营养吗？

(2)、师：这么多好吃的，都是用什么做出来的？蔬菜的吃法还真多！你想吃吗？那我们买下来。到活动室里和小朋友一齐分享。

[活动延伸]

再想一想蔬菜还能做成什么？

健康快乐幼儿园篇五

活动目标：

明白食品袋上有生产日期和保质期，要食用新鲜的食物。

了解几种常见的. 保存食物的方法，如冷藏、冷冻、干燥、罐装等。

乐意参加调查实践活动，能和同伴相互配合完成调查资料。

活动过程：

1教师引导幼儿初步了解事物的生产日期和保质期。

教师组织幼儿观察大家事先收集的食品外包装。

引导幼儿讨论：你发现食品袋上有什么？包装上为什么要注明生产日期和保质期。教师小结：在购买食品时要注意看清外包装上的生产日期和保质期，这样能够保证我们吃上新鲜、卫生的食物。

2、教师和幼儿共同进行食品保存方法的调查。

教师激发幼儿的调查兴趣。

健康快乐幼儿园篇六

1、知道定时的睡觉、按时吃饭是人体的需要，常吃零食会影响身体不利。

2、初步的了解人体生物钟，能够说出什么时间该做什么事情。

3、愿意按时的'进餐，控制零食和正常的作息。

活动准备：1、闹钟一个2、熊宝宝大图片或长毛绒玩具一个，熊宝宝的肚子上有一个可以拨动时针的钟。

3、幼儿用书：《肠胃小闹钟》。

1、出示闹钟，表演熊宝宝的一天生活。

早上闹钟响了，熊宝宝起床了，该吃饭了。

中午闹钟响了，熊宝宝肚子饿了，该吃午饭了，吃完午饭该吃午觉了。

晚上的时间到了，熊宝宝肚子饿了，该吃晚饭了，吃完晚饭看一会电视熊宝宝就瞌睡了，该睡觉了。

2、引导幼儿讨论为什么要定时间睡觉、按时吃饭、让幼儿初步理解人体生物钟的含义。

熊宝宝为什么这些时候要做这些事情？

讨论：你有过到时候就想吃饭、就像睡觉的感觉吗？

3、让幼儿看小熊表演，并了解常吃零食会影响正餐的食欲。

表演：小熊早上、中午乱吃零食，老师拨动小熊肚子上的钟提示生物钟的蓄乱，到吃饭时间就不想吃。

小熊这样乱吃零食，身体会有什么感觉。

讨论：如果我们不遵守人生生物规律会怎么样？

4、引导幼儿讨论：如果爸爸妈妈饭菜还没有做好，自己肚子饿了怎么办？

可以先吃一两块饼干，但不能多吃，或在大人的允许下先吃菜，或者帮助爸爸妈妈做一些事情，争取大家能够快一点吃到饭菜。

5、让幼儿完成幼儿用书上的练习“这是该做什么”加深对人體生物钟的了解。

健康快乐幼儿园篇七

活动目标：

- 1、愿意漱口，知道漱口可以清洁牙齿。
- 2、掌握正确的漱口方法。

重点：学习正确的漱口方法。

难点：愿意漱口，知道漱口可以清洁牙齿。

活动准备：

黑饼干、盘子、手偶小羊、手偶大牙虫、镜子、杯子、水、脸盆、牙刷、牙膏等。

活动过程：

一、引起幼儿兴趣：

去小羊家作客。

二、懂得漱口的重要性

1. 小羊请客吃黑饼干：饼干是黑的，牙齿会变黑吗？
3. 小羊牙痛表演，出现大牙虫。

三、学习漱口

1. 幼儿自由讨论清洁牙齿的方法。
2. 学习正确漱口的方法：

- a. 幼儿自由表现漱口，教师进行提炼。
- b. 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，呸。
- c. 幼儿边念儿歌边学习正确漱口的方法。（空手模仿）
- d. 漱口：幼儿拿好杯子喝水漱口，吐在脸盆里。