

# 最新中班体育游戏捉影子教学反思 中班健康活动方案(实用10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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 中班体育游戏捉影子教学反思篇一

中班健康活动方案 中班健康活动方案 1 1 教学目标：

- 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。

教学重难点：

- 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。

教具准备：

- 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
- 教学过程：

## 一、组织教学：音乐律动《坐姿歌》 二、导入新课：

小朋友们，今天我们班来了两位小客人，（出示手偶）他们一个叫“壮壮”，一个叫“小小”。小朋友你们说一说他们长得怎么样？知道为什么壮壮这么“壮”，而小小这么“小”吗？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。

中班健康活动方案 2 2 一、【活动目标】 1、知道水源自于地下水和天上的雨水，经过工厂的加工、过滤等程序，才能饮用。

2、了解水中有许多我们眼睛看不见的微生物，知道不能喝生水。

3、乐意观察生活，观察各种仪器，感受观察带来的快乐。

二、【活动准备】 1、显微镜若干台。

2、带领幼儿参观自来水厂，了解水加工、处理的过程。

三、【活动过程】（一）组织幼儿进行谈话活动：水从哪里来我们喝的水是从哪里来的？（幼儿经过谈论后，得知水可以从天上的雨水那里来，也可以从江、河、湖里得来）江河里的水、天上的水可以直接饮用吗？为什么？要经过怎样的处理才能饮用？（引导幼儿结合经验水加工、处理的过程）（二）教师小结我们饮用的水是江河里的水，自来水厂的叔叔阿姨用一些特

殊的设备把这些江河里的水经过加工、过滤使水变得干净、再传输到地下水管中，水龙头和这些水管连接着，通过水龙头我们就能用到这些干净的水了。

(三)了解水中的物质成分 师：虽然这些水变干净了，但是是否可以直接饮用了呢?为什么?分组请幼儿在显微镜下观察水，知道水中有许多我们眼睛看不见的微生物，有些微生物对我们人体有益处，而有些微生物对我们身体是不利的。

我们要怎样处理才能饮用这些水呢?(四)教师小结 自来水虽然经过了加工处理，但里面有些微生物对我们身体是有害的因此要将自来水再进行高温消毒杀死一些微生物，这样的水饮用起来就很安全了。

中班健康活动方案 3 3 【活动目标】 1、初步懂得人的身体需要水分，知道白开水是的饮料。

2、养成主动饮水的习惯。

【活动准备】 ppt一桶温开水，每人一只水杯。

【活动过程】 一、导入活动。

师：小朋友我们刚锻炼过，现在你的嘴里感觉怎么样?

师：请你去倒半杯水，先观察一下水是什么颜色的?尝尝水是什么味道的? 二、欣赏 ppt

1、师：请你欣赏完 ppt 后告诉我，儿歌里讲到人们在什么时候最想喝水?(口渴时、锻炼后、劳动后、游玩时、洗澡后、起床时)2、喝水有益健康。

(1)师：我们不感觉渴时要不要喝水呢?为什么?(引导幼儿懂得，不管在什么时候，人们都需要补充水分，它可以帮助我

们将身体里面的毒素通过小便排出体外，使我们的身体更健康。) (2)师：小朋友，老师这里准备了很多饮料瓶，这些饮料你们喝过吗？喜欢喝吗？(出示各种饮料的外包装盒、瓶，向幼儿简单说明只有白开水才是的饮料。)【活动延伸】 教师在日常生活中提醒幼儿多喝水。

【活动反思】 在本次的集体生活当中，我让幼儿知道了解，引导幼儿知道，天气很热，很容易出汗，那就要及时的补充水分，就是要多喝水。

中班健康活动方案 4.4 活动目标 1、使幼儿初步了解眼睛、耳朵、鼻子这些人体器官的主要作用，掌握简单的自我保护方法。

2、培养幼儿积极思考，大胆表达自己感受的能力。

活动准备 1、课件-乐趣练习：眼睛和耳朵的作用。课件-乐趣练习：鼻子和嘴巴的作用。

2、音乐：如果感到幸福 活动过程 一、猜谜导入课题

上边毛，下边毛，中间有颗黑葡萄。(眼睛)左一孔右一孔，是香是臭它最懂。(鼻子)左边一座山，右边一座山，天天在一起，永远不见面。(耳朵)小结：眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴、眉毛是我们人体的重要器官，我们通叫做五官，如果一个人长得好看，我们就说这个人五官端正、眉清目秀。

二、让幼儿了解眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴的作用。

课件：眼睛和耳朵的作用 课件：鼻子和嘴巴的作用 1、相互观察五官，并说出它们各自的样子，丰富词汇：五官 2、小实验：哪种感官能帮你 请幼儿通过各种感官来识别糖水、盐水、白开水、酱油、食醋、香油等，了解眼睛、耳朵、鼻子的功用。

小结：五官对我们人体真是太重要了，哪一个器官出了问题，人都会很不舒服。

三、教师讲述故事引出角色游戏“动物诊所”。

教师扮演狮子医生，在给小动物治病的过程中让幼儿了解五官常见疾病的防治知识。

1、眼睛里迷进了灰尘或沙子，千万不要用脏手去揉，要用干净的纱布轻轻地擦出来。

2、不要往鼻孔里塞异物，也不要随便挖鼻孔，遇到灰尘时要用手把鼻子捂住，要学会正确的擦鼻涕方法。

3、引导幼儿讨论：

不要把异物塞入耳朵，不大声对着别人的耳朵喊叫，遇到很大的声音时要把耳朵捂住，如果耳朵里飞进了小虫，要用光亮或浓香的物品把小虫引出来，如果耳朵里进了水，可单脚侧身跳让水流出来。

4、眼睛进入灰尘或沙子、鼻子出血、时该怎么办呢？丰富幼儿经验，互相学习一些自我保护的方法。

三、我来抢答

1、吃饭以前要干什么？ 2、吃完饭必须喝口水干什么？ 3、什么时候必须刷牙？ 4、眼睛里进了灰尘应该怎么办？ 5、用手挖鼻孔好吗？应该怎样擦鼻涕？ 6、遇到灰尘或难闻的气味时应该怎么办？ 7、鼻子出血了怎么办？ 8、对着别人的耳朵大声喊叫对不对？ 9、爱生气的孩子好不好？爱发脾气孩子好不好？教师评议比赛情况，为得光荣花多的队鼓掌。

四、歌表演：如果感到幸福。

## 中班健康活动方案 5 5 活动目标：

- 1、幼儿能用恰当的方法调节自己的情绪，养成积极乐观的生活态度。
- 2、让幼儿知道愉快有益于身体健康。
- 3、学会保持愉快的心情，培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。
- 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。
- 5、初步了解健康的小常识。

### 活动重难点：

活动重点：学会赶走不开心的方法。

活动难点：逐步养成积极乐观的生活态度。

### 活动准备：

笑脸、哭脸娃娃；情景图片；课件；悄悄屋模型；音乐 活动过程：

#### 一、谈话导入，激发兴趣。

教师：客人老师来我们班做客，你们开心吗？开心的时候是什么样子呢？是不是像它一样？（出示笑脸娃娃）可是，当我们都开心的时候，有一个娃娃悄悄溜进了我们班，它是谁呢？（出示哭脸娃娃）二、认识不开心，学习赶走不开心的方法。

- 1、教师提问：你有不开心的时候吗？你遇到过哪些不开心的事情？幼儿自由表达。

2、当不开心娃娃钻进我们的身体后，会让我们乱发脾气，没有精神，还会影响我们的健康，我们要赶走它。

3、呈现情景图片，让幼儿判断图片中小朋友的做法是否正确。

4、总结赶走不开心的方法，请幼儿说说自己会怎样赶走不开心。

三、创设情境，引导幼儿帮助他人，化解不开心的事。

1、创设情境，宝宝和丫丫因为想玩同样的玩具而争吵，请小朋友来帮助他们解决问题，赶走不开心。在小朋友的帮助下，不开心溜走了，可是不开心很不甘心，它又去哪里呢？2、不开心娃娃来到了青青草原，看到了正在生气的美羊羊，和小熊猫，我们快来帮它们赶走不开心吧。

3、草原上的小动物为了感谢小朋友们，送大家一个礼物：“悄悄屋”，我们把悄悄屋放在区域角，在不开心的时候可以对悄悄屋诉说烦恼。

四、结束活动。

伴随音乐《快乐小天使》，在欢快的舞蹈中，鼓励每位幼儿做传递快乐的小天使，给更多的人带去快乐。

幼儿园中班健康活动方案

中班健康活动案例

中班活动方案

中班《真好玩》健康活动教案



## 中班体育游戏捉影子教学反思篇二

- 1、进一步认识经常食用的鱼，知道鱼含有极高的营养价值。
- 2、学习一定的吃鱼技巧。
- 3、知道人体需要各种不同的营养。
- 4、初步了解健康的小常识。
- 5、培养幼儿敏锐的观察能力。

活动前让幼儿了解并且知道各种食用鱼的名称。

1、组织幼儿讨论：

(1) “妈妈有带你们去买过鱼吗？在哪买啊？”

(2) “小朋友们都看到了哪些鱼，它们原来都是生活在哪儿的呀？”教师请幼儿观察操作卡片，启发幼儿说出生活在海洋里的鱼和生活在池塘里的鱼。

(3) “你吃过什么鱼？味道怎么样？”

(4) “鱼有什么营养？”

(5) 请幼儿观察操作卡片（二）（三）。

图上的小男孩怎么啦？

(6) 师总结鱼虽然又好吃，又有营养，但吃鱼的时候要特别小心有刺，应该吐出来，要注意嘴里有饭就不吃鱼，嘴里有鱼就不忙吃饭，千万不能讲话说笑。

课堂教学中，幼儿积极，师生配合默契，教学的设计充分尊

重了幼儿的习性和年龄特征，能根据幼儿的情绪合理组织教学过程，让幼儿获得积极的情感，能接受老师，同学的建议和意见，幼儿在活动中能自我感知，互动。收到较好的教学效果。

## 中班体育游戏捉影子教学反思篇三

活动目标：

- 1、培养幼儿对游戏的兴趣，培养幼儿的协调能力及认知能力。
- 2、锻炼幼儿走、跑、跳、蛇形走、钻等练习。
- 3、通过训练，了解了青蛙的成长过程

活动准备：

卵、蝌蚪、长出后退的蝌蚪、长出前腿的蝌蚪、青蛙图片各一张、小虫子、椅子、拱形门、青蛙头饰人手一个，两条线，（小河）

活动过程：

一、听音乐入场（小青蛙你唱吧）

二、青蛙妈妈找宝宝

三、幼儿学习游、跳、蛇形走、钻等动作

a□在锻炼时，小朋友要学会谦让，不能推挤小朋友，一个个来游戏

b□在走每个障碍时都做好我们的动作过障碍，要不，训练就不合格，就没法当青蛙宝宝。

3、小朋友都看清楚了吗？那蝌蚪宝宝现在开始锻炼吧。准备出发~！

a□小朋友做得真棒，经过第一次训练，小蝌蚪慢慢的长大了，小朋友，你们看，它发生了什么变化？（出示长有后腿的蝌蚪）

对，长出了后腿，长出后腿的小蝌蚪在水里是怎么游得，我们一起学一学（两只手在后门抖动）那好，我们一起学这长出后退的蝌蚪来训练吧！（第二次游戏）

b□小朋友，快快站好，你们看经过第二次训练小蝌蚪又有什么变化啊（出示长有前后腿的蝌蚪）对了，小蝌蚪又长出了前腿，那长出前腿的小蝌蚪在水里又是怎样游得，我们么一起学一学。（手一前一后的游），那好吧，我们赶紧训练吧（第三次游戏）

现在，我们长成了小青蛙，那我们快学这小青蛙玩跳，来完成最后的训练吧！

四、通过训练，了解了青蛙的成长过程。

五、情感教育

你们说得真棒，青蛙呀，是田里的医生，能帮助农民伯伯捉害虫，我们一定要保护他们，不能伤害他们，现在我们都变成了小青蛙，也学到了本领，我们现在就跟着青蛙妈妈一起去捉害虫吧！（撒小虫子）放音乐（小青蛙你唱吧）

六、活动结束

孩子们，快看啊，青蛙妈妈在门口等着我们一起找青蛙妈妈找朋友去吧！

活动反思：

本节课，我设计的很好，但美中不足的地方就是，活动设计的游戏很简单，孩子们很容易就学会，很简单，在我上课的时候，每个游戏之前我没有说好要求，就让孩子游戏，在游戏之前我应该找幼儿进行示范，在让幼儿游戏，再就是孩子在玩游戏的时候我应该在中间给幼儿讲解，重复游戏规则，让幼儿规范做动作。

## 中班体育游戏捉影子教学反思篇四

活动目标：

1. 能主动探索沙包的不同玩法，体验游戏的快乐。
2. 学习双脚夹物跳，增强腿部的力量。

活动准备：

1. 经验准备： 幼儿： 已知自己所属队伍的名称及队长； 教师： 活动前了解并熟悉场地的布置及场地分配； 通知家长活动当天给幼儿穿 便于活动的服装及鞋子。

活动过程：

以谜语导入活动 样子像老鼠，尾巴像把伞，爱往松林窜，忙着摘松果。（松鼠）

师幼共同活动身体，做活动前准备。 现在我们就变成小松鼠跟着妈妈一起来做运动吧！

探索尝试沙包的多种玩法（约 5 分钟）。

1. 幼儿分散玩沙包，鼓励幼儿玩出多种花样。请你跟小松鼠

玩游戏，我们来比一比，看看哪位宝宝想的玩法又多又好玩。请大家一人拿一个，找一个碰不到别人的地方去玩玩吧！

2. 幼儿集中交流，进行经验分享。（3-4种）刚才宝宝们想出了许多有趣的玩法，请你把自己的好玩法介绍给大家好吗？（头顶包、背驮包、肩顶包、自抛接包、蚂蚁运粮、扔、踢包等）原来松果还可以……，这个玩法真棒！现在请大家来试试这种好玩的方法吧！（幼儿分散尝试）还有谁的玩法跟他的不一样，来介绍一下你是怎么玩的？（除了用手玩松果，还有用身体其它部位玩的吗？）

### （一）学习双脚夹物跳的动作要领。

1. 从幼儿的多种玩法中提炼双脚夹物跳。幼儿自由探索双脚夹物跳的动作要领。××宝宝太棒了，竟然能用双脚把松果夹起来跳，你们能做到吗？试一试！看谁能用双脚夹着松果跳到妈妈这儿来！

2. 以失败的双脚夹物跳，引发幼儿发现并关注双脚夹物跳的动作要领（两脚并紧）。妈妈也想跟宝宝学学用双脚运松果，孩子们看妈妈表现的好不好，（故意夹不住沙包）咦？怎么夹不住呀？（双脚没并紧）像妈妈这样用力夹紧松果再跳一次试试！

3. 教师进行正确的动作示范，幼儿学习。原来用双脚夹起松果跳并不难，只要两脚并紧夹住松果就可以了，但是为了保护好我们的身体不受伤，在起跳前两腿要弯弯，手臂甩甩再用力跳，来，试一试！

4. 师幼共同练习正确的双脚夹物跳的动作（边说儿歌边做动作）现在请宝宝们和妈妈一起来用双脚运松果，看谁的松果不掉落。（边说边做：两脚并紧，腿弯弯，手臂甩甩向前跳）

### （二）由易到难进行双脚夹物跳练习。

## 1. 分散练习双脚夹物独立跳过一个地垫。

最近听说灰太狼和它的同伙捉去了好多小羊，你们愿意用自己学过的本领去救小羊吗？可是去狼堡的路上有很多坏狼设下的大大小的陷阱，为了安全，现在请宝宝们先和妈妈一起练练双脚夹松果跳过陷阱的本领。请宝宝每人取一个与你队伍颜色一样的地垫找一个碰不到别人的地方练习去吧！

## 2. 分组练习双脚夹物连续跳过地垫。

(1) 分组练习双脚夹物连续跳过一个地垫。请宝宝们把地垫摆到场地上的小方格上，然后按红绿黄蓝排成四队站好。

请宝宝双脚夹住松果按动作要求连续跳过所有的地垫然后回到队伍后面站好。

(2) 分组练习双脚夹物连续跳过两个地垫。这一次陷阱变宽了，难度更大了，要想跳过陷阱，就需要我们不仅动作要标准而且要使出更大的力量。有没有信心战胜难关！

——《大战灰太狼》：器械组合，玩法组合，进行竞赛游戏，增强竞争意识。孩子们太棒了，恭喜你们练成了本领，现在我们可以去救小羊了！孩子们请看，去狼堡的路上除了各种陷阱，还有独木桥和山洞，你们要头顶松果走过独木桥，然后背着松果爬过山洞，最后用力的将我们的武器松果砸向坏狼，记住砸坏狼的时候千万不要越过安全线，砸玩赶快跑回来下一位宝宝再继续。（红队的陷阱小，如果你觉得跳宽的陷阱有困难，你可以选择加入红队）。

幼儿随音乐做腿部、脚腕等身体部位的放松活动。（2分钟）宝宝们真棒！不仅想出了那么多小松果的玩法，还克服了那么多的难关去救小羊，真是聪明勇敢的好孩子。现在让我们找一个小地垫坐下来休息休息放松一下吧！

请小组长协助老师把器械送回家。

附集体游戏玩法和规则：

游戏玩法：幼儿成四路纵队站好，听到哨声后每队第一名幼儿双脚夹松果（沙包）连续跳过所有陷阱（地垫），然后把松果放在头顶，两臂平举走过独木桥（绳子），接着再把松果放在后背上爬过山洞（垫子、拱形门），取下松果砸向灰太狼，之后跑步返回击拍下一位幼儿的手以后站到队伍后面站好。被击掌幼儿继续游戏。

游戏规则：

1. 砸灰太狼的时候不要越过红色安全线。
2. 被击掌之后才可以开始 游戏。
3. 等待游戏的幼儿要做文明小观众。

## 中班体育游戏捉影子教学反思篇五

中班健康活动案例：卡不住的青菜 活动目标：1、知道青菜有营养，不再抗拒吃青菜。2、在品尝活动中喜欢吃青菜。3、用牙齿模型演示、牙齿热身操等方法练习咀嚼。活动准备：青菜人手一份；青菜做的衣服,背景音乐；牙齿模型；各种青菜烹制的食物；餐具等 活动过程：

- 1、巩固对青菜外部特征的了解，知道青菜很有营养。

教师：你们今天带来的是什么呀？青菜是什么样子的？有没有发现一样细细的东西藏在哪儿？吃青菜对我们的身体有什么好处？ 2、现场调查，了解幼儿不喜欢吃青菜的原因。

教师：但是为什么青菜这么有营养小朋友们却不爱吃呢？这是为什么？总结：大部分的小朋友都是因为吃青菜容易卡住喉咙，所以很多小朋友都不爱吃。

3、教师讲述故事，引发对此问题的兴趣和关注。

教师：青菜妈妈遇到了一件难过的事情，我们一起来听一听。

提问：青菜妈妈说那个爱捣蛋的家伙藏在哪里？它总会干什么坏事？4、通过提问和讨论，帮助幼儿找到对付“卡卡”的方法。

教师：你们有什么方法可以对付卡卡，吃青菜的时候不被卡住？教师依次请幼儿说一说自己想出的方法，并跟着音乐用动作表示出来。

小结：其实我们的牙齿也像刀一样，能把青菜切碎，更能把卡卡切断，切小，切碎！5、咀嚼游戏，加强幼儿对咀嚼的认识。

牙齿热身操，教师带领幼儿在音乐中边念儿歌边运动牙齿。

提问：这个牙齿热身操是怎么做的？你能上来做一做嘛？总结：今天我们学会用牙齿像刀一样把卡卡切碎了，美味的青菜就可以下肚了！6、幼儿品尝活动，鼓励幼儿大口咀嚼青菜。

中班艺术活动案例

中班健康活动方案

中班《真好玩》健康活动教案

幼儿园中班健康活动方案

中班健康教案



## 中班体育游戏捉影子教学反思篇六

活动目标：1、知道一些保持身体各部位整洁卫生的方法。2、了解保持个人卫生队身体健康的重要性。 活动重点：知道一些保持身体各部位整洁卫生的方法。活动难点：知道一些保持身体各部位整洁卫生的方法。

活动准备：

小猪和小兔的玩具

活动过程：

一、故事导入活动，激发幼儿活动的兴趣。

老师：小朋友们好，今天老师要给大家讲一个故事，故事的名字叫《不爱洗澡的小猪》请小朋友仔细听。

(老师讲述故事，幼儿倾听。)

老师：小猪罗罗为什么招人喜爱呢?后来小动物们为什么都不愿意和它做朋友了呢?

(请个别幼儿回答)

老师小结：小猪罗罗以前很讲卫生，后来小猪不洗澡了，身上脏脏的而且还有股难闻的味道，小动物们就不愿意和他做朋友了。

老师：小猪罗罗遇到了什么伤心的事情?后来小动物们为什么又愿意和它做朋友了呢?

老师小结：小猪看到小动物们都不愿意和自己做朋友，还将小猪罗罗“臭臭”小猪罗罗很伤心，后来大象伯伯告诉小猪：“你不爱洗澡，身上又脏又臭所以大家都不喜欢和你来

玩。”最后小猪改正了不爱洗澡的坏毛病。大家都愿意和它做朋友了。

二、让幼儿知道一些保持身体各部位清洁卫生的方法。

老师：小猪罗罗有一段时间养成了不爱洗澡的坏习惯，小朋友你们有过这种不洗澡的坏习惯吗？(请个别幼儿说说)

幼儿根据自己的生活经验回答。

老师小结：我们应该养成早晚刷牙、勤洗澡、勤洗头、勤剪指甲、勤换衣服。但是有些小朋友也有一些很不好的习惯，如没有洗手就吃东西，如上厕所以后不洗手，流鼻涕了就用衣袖擦等。今后我们一定要注意和认真改正这些坏习惯。

三、引导幼儿了解良好的卫生习惯对人体的重要性。

老师：我们为什么要养成这么多的卫生习惯呢？它会给我们带来什么好处呢？

老师小结：良好的卫生习惯可以保持我们身体的清洁、没有异味，防止病菌进入我们的身体，保护我们的身体健康。

老师：从现在开始我们小朋友要注意了，玩玩具时不能坐在地上，玩具也不能乱丢，不然细菌会随着小手进入我们的嘴巴，就不卫生了，吃饭前洗好手要注意不能乱摸了，不然洗干净的小手又变的不干净了。

## 中班体育游戏捉影子教学反思篇七

1、引导幼儿积极、主动参加体育活动，养成听指挥、守纪律的好习惯。

2、在走、跑、跳等体育活动中训练幼儿的反应能力。

- 3、发展走、跑、跳等基本动作及动作的灵敏性、协调性。
- 4、锻炼平衡能力及快速反应能力。
- 5、培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

长凳四条，哨子一枚，纸板老鼠若干，磁带、录音机、色胶、剪刀、电池等。

#### （一）准备部分：

组织幼儿自由站位，听音乐跟着老师做准备活动。

#### （二）基本部分：

1、通过《闯关》活动，在走、跑、跳等体育活动中训练幼儿的反应能力。

（1）第一关。听哨声信号跟着老师做动作□□a□跟着老师做动作□b□幼儿自由做动作□c□幼儿自由选择走、跑、跳等任何方式按指定方向触物返回。）幼儿自由站位，要求幼儿在听到哨声信号后做出停或继续的动作反应。（一声短哨声动，两声短哨声停）例如：原地踏步、并步右（左）移、单脚站立、后退走、足尖步蹲走、行进跳、行进跑、旋转等。

（2）第二关。听哨声信号沿箭头方向换位置，并同时听语言口令触摸自己身体某一部位。（鼻子、眼睛、脚尖等）幼儿分成四组，分别跨坐与四条长凳上，在听到哨声信号后做出向另一组跑动或不跑动的动作反应。（一声短哨声跑，两声短哨声不跑）

（3）第三关。按固定信号做出逃跑坐位置或抓人的动作反应。（固定信号可由教师规定或让幼儿自由选择哨声、数字、手势、颜色等）幼儿成两列横队面对面站好，选择好本组的固

定信号。当听到老师发出信号时，立刻做出逃跑或抓人的动作反应。回位信号：一声长哨声。

2、复习翻跳，要求双手撑直、双脚并跳。

(1) 幼儿自由在长凳或线上练习翻跳，教师巡回指导。

(2) 游戏《踩老鼠》。

幼儿成两路纵队站在起跑线前，听到哨声信号后各组第一位幼儿同时向前跑去，依次翻跳过四跳长凳后至“老鼠窝”处踩一脚“老鼠”，然后从两旁跑回队伍后。每组幼儿鱼贯进行。

(三) 结束部分：（将上图长凳摆成口字型）

1、组织幼儿坐在长凳上跟着音乐做放松运动。

行进甩手臂—行进深呼吸—甩手腕—抖腿—放松大腿—放松小腿等。

2、教师小结。交待课后要求：洗手、喝水、擦汗、换衣服。

整个活动的参与度高，活动量大，有个别幼儿反应也不怎么灵敏，有个别对活动热情度也不高，但在老师的示范和引导下他们也能参与其中，而且从中也到了活动的快乐！所以，在今后的活动中，我要认真注意到这点，我要从幼儿心理发展特点出发，理解他们的要求和想法，信任他们的潜在能力，让每一个幼儿都能参与活动中来，放手让幼儿在实践中锻炼、成长！

## 中班体育游戏捉影子教学反思篇八

活动目标：

1、学习使用筷子，体验活动的乐趣。

2、培养幼儿小手的灵活性和各手指配合的协调性。

活动准备：幼儿人手一双筷子、一只碟子；每组一个小筐子内放薯条、小馒头、彩虹糖。

活动过程：

1、导入活动

我在一开始就直接出示筷子引入，充分的调动了幼儿的学习情绪，并介绍它的来源和用途，激发幼儿操作筷子的欲望，为下一环节打下基础。

2、学习活动。

筷子的使用方法有一定的标准，因此，我在幼儿第一次练习前，我没有强调使用筷子的动作要领，让幼儿练习自由练习，让幼儿带着疑问进入到下一个环节，然后教师再讲解使用筷子的动作要领。落实了第一个目标。

3、实践活动。

学习筷子的目的在于在实践活动中的运用，在这环节里我为幼儿提供了薯条，小馒头、彩虹糖，让他们通过夹薯条，小馒头、彩虹糖来锻炼手部肌肉的灵活性和手指配合的协调性，落实了第二个目标，教师巡回指导，帮助有困难的幼儿。最后是小结使用筷子的好处。

活动前组织谈话活动：说说筷子的作用并介绍筷子的来历。（筷子最大的用处是作为餐具供大家使用，筷子是我们中国人最早发明的。）

在实践活动后组织讨论：为什么某某小朋友能迅速地用筷子

夹起食物，某某小朋友食物夹得很慢？他是怎么拿筷子的？结论：要用正确的姿势拿筷子、夹食物时先要张开筷子，夹住食物后要夹紧。

最后可和筷子做游戏

- 1、将幼儿分成5组，在规定的时间内看谁玻璃弹珠夹得多。
- 2、每组评出夹得最多的幼儿，鼓励其他幼儿向他们学习，平时多练习使用筷子。

活动反思：

筷子是幼儿生活中常见的物品，来自于实际生活，孩子们每天都能看到大人们用筷子吃饭。《纲要》中提出从实际出发，挖掘一切可以利用的自然和社会资源，在为幼儿提供一些必备的基础材料的同时，注意尽量和孩子们一起收集较为合理，让幼儿按自己的意愿和情感进行活动，努力促进幼儿主动性、独立性、创造性的发展。根据幼儿的发展需求，幼儿园一般安排在中班开始让幼儿学习使用筷子吃饭，为了培养孩子对学习筷子的兴趣，我选用了幼儿喜欢吃的食品，根据孩子的能力提供的食品又分不同的层次，如长条的薯条，大又圆的旺仔小馒头、小又圆的彩虹糖。让幼儿在夹夹、吃吃、说说中学会使用筷子。在活动中，我创设了民主、宽松、动态的教育环境，给予孩子自由发挥、大胆尝试的广阔空间，让孩子了解发现筷子的多种用途，激发孩子主动学习使用筷子的兴趣。

## 中班体育游戏捉影子教学反思篇九

- 1、尝试把物品夹在下肢不同位置进行行进跳，体验下肢不同力量的运用。

- 2、体会游戏的快乐。
- 3、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。
- 4、提高幼儿身体的协调能力，体验玩游戏的乐趣。
- 5、培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

饮料瓶、泡沫板、布球若干。

### 一、开始部分：

英语游戏“paper□scissors□stone”（石头剪子布）幼儿两两合作玩游戏。

### 二、基本部分：

1、孩子们，天气这么好，咱们去野餐好不好？野餐要准备什么呢？饮料、水果、饼干（饮料瓶、布球、泡沫板）

启发幼儿用下肢分别夹住饮料瓶、布球、饼干行进跳，教师巡回指导，然后回到草地上，品尝美味。

### 2、玩游戏：

野餐结束了，可是食物还剩下很多，我们不能浪费了，所以我们一起把东西送回家。

分组比赛，视游戏情况而定，可适当添加障碍。

### 三、结束部分：

我们一起把食物送到仓库去。

鼓励幼儿和老师一起整理材料后回班。

幼儿园体育活动的目标是提高幼儿对身体锻炼的兴趣，发展其基本动作，促进幼儿身体的健康发展。体育活动是一项综合教育课程，它包含了一个对幼儿进行多重心理素质和个性培养的过程。我们应在每次体育活动中都提供幼儿身体均衡发展的机会。

## 中班体育游戏捉影子教学反思篇十

- 1、学习使用筷子，体验活动的乐趣。
- 2、培养幼儿小手的灵活性和各手指配合的协调性。
- 3、培养幼儿小肌肉活动能力。

活动准备：幼儿人手一双筷子、盘子21个碗21个、豆子多个、糖多个

活动过程：

一、律动：手指操

二、教师出示筷子引入，并介绍它的来源和用途，激发幼儿操作筷子的欲望。

三、学习活动。

四、教师讲解正确使用筷子的动作要领。

握筷子，小拇指自然弯曲。夹东西时，食指和中指向内弯曲，使第一根筷子靠紧第二根筷子。（发给幼儿一人一双筷子里操作用）

五、进行巩固游戏，培养幼儿使用筷子的灵活性和协调性，培养幼儿小肌肉活动能力，落实了目标中的第二第三要求。



1、游戏《传糖比赛》幼儿接力的形式进行比赛。

3、每组评出夹得最多的幼儿，鼓励其他幼儿向他们学习，平时多练习使用筷子。