

幼儿小班健康教育计划 幼儿园小班健康 活动教案(实用6篇)

计划可以帮助我们明确目标、分析现状、确定行动步骤，并在面对变化和不确定性时进行调整和修正。我们在制定计划时需要考虑到各种因素的影响，并保持灵活性和适应性。以下我给大家整理了一些优质的计划书范文，希望对大家能够有所帮助。

幼儿小班健康教育计划篇一

知道戴口罩是预防很多病毒的关键办法之一。能用正确的方法戴口罩，并愿意主动戴口罩。

能理解口罩具有隔绝空气中漂浮的飞沫和病毒的作用。

1、口罩小卫士ppt

2、幼儿正面大照片或自画像、白纸、彩笔、练习用的口罩1个。

3、幼儿对新型冠状病毒和其预防方法已经有一些了解

一、复习冠状病毒的传播方法和预防措施导入出门要戴口罩

教师引发思考：“小朋友们，你们还记得今年冬天新来的这个病毒叫什么名字吗？谁能告诉老师，你在家里都做了哪些预防病毒的措施呢？”可以请两三位幼儿说说自己在家为预防病毒所做的措施有哪些。

继续提问：“看来小朋友们在家里都做好了充分的抗病毒的准备。老师想问问，有没有哪位小朋友近期家里有人出门去的呀？老师知道，一定有一些不得不出门的原因，才会出门

去的，那么小朋友们有没有发现他们和平时出门有什么不同呢？”引导幼儿发现爸爸妈妈出门都会戴口罩。

“小朋友们有戴过口罩吗？戴口罩是什么感觉呢？”可请有戴口罩经验的幼儿讲讲戴口罩的感觉。“有的小朋友说，戴口罩的时候会挂在耳朵上，呼吸也没有平时顺畅了，那么我们为什么还要戴口罩呢？一起来看看小小的口罩到底有什么作用吧！”

二、介绍口罩作用

演示ppt口罩小卫士的部分，解释“这个圆滚滚戴皇冠的就是病毒了，病毒最愿意看到小朋友们生病了，打针、吃药、离开爸爸妈妈住进医院。病毒是小小的，眼睛都看不到，住在生病的人身上，啊啊啊，啾！随着他们的喷嚏，一下子就飞到空气中了。空气中的病毒会迅速找到其他身体健康的人，顺着他们的鼻子嘴，跑到人们身体里面。结果健康的人也生病了，开始发烧、打喷嚏、流鼻涕、呼吸困难，住进医院。这可怎么办？要把嘴巴鼻子捂住吗？”可以请幼儿说说，要怎么挡住病毒进入鼻子嘴巴。

“当当当，口罩小卫士登场了！我就是保护人类的口罩小卫士！我能把病毒挡在外面~我能撑起小伞，为你的鼻子遮风挡雨；我能拉起防护网，为你的嘴巴拦住病毒。和我在一起，病毒就会远离你啦~哇！原来小小的口罩卫士这么厉害！我也要戴起口罩，远离病毒！看，小朋友和小动物们都戴上了口罩！”

三、学儿歌，用正确方法戴口罩

演示戴口罩方法的部分，“小朋友们，小口罩本领这么大，能够抵挡病毒的入侵，那么，你知道要怎么戴口罩吗？”可请幼儿表演戴口罩的方法。

演示正确的戴口罩的方法，先要洗手，保证手部清洁，用颜色或标志分清口罩的里外，有鼻贴的方向朝上，把口罩挂在两边耳朵上，扯开口罩罩住鼻、口、下巴，最后把鼻梁压紧。

学儿歌，记牢戴口罩的步骤“先洗手、戴口罩；分清理外很重要；鼻、口、下巴都罩好；压紧鼻梁莫忘掉。”

四、一起来给自己的照片画个小口罩

进行小结：“今天，我们认识了可爱的口罩小卫士，它能保护我们免受病毒的袭击。口罩是保卫我们健康的小卫士，在这个特殊的冬天里，请你一定要相信它。当然，疫情很快会被医生叔叔阿姨打败的，希望你一直保持健康，等到春暖花开，我们再与小口罩告别，去大自然里痛快呼吸一口新鲜空气！”

“接下来，老师想请小朋友拿出准备好的照片，我们一起给自己的小照片画一个可爱的大口罩吧！首先，我们来观察一下，口罩是由几个部分组成的，老师请一位小朋友来说说这几个部分分别长什么样子。”可以请1名幼儿介绍口罩外观，并用正确的步骤试一试，看看口罩戴在脸上的样子是什么样的。

幼儿小班健康教育计划篇二

小班幼儿特别喜欢模仿小动物的动作，无论是在游戏中还是在其它活动中，我们常能见到孩子在地上爬来爬去，乐此不疲，稚拙可爱的样子。

他们有时两两头碰头，有时几位小朋友在绕着圆圈爬……每当这时，我都要提醒他们地上很脏，不能随地乱爬，他们总是表现出非常失望的样子。之后我总在想：我这样做有效吗？这可是孩子们的乐趣呀！为了满足孩子的乐趣，我就常常带他们到舞蹈房，让他们尽情地、自由自在地在爬中寻找乐趣；

在爬中我和孩子融入一起，由此也产生了“后退爬”的活动。

- 1、在游戏中，幼儿初步学会后退爬的基本技能。
- 2、培养幼儿动作的协调性、灵活性，能体验活动带来的快乐。
- 3、引导孩子乐于接受治疗。鼓励、培养小朋友不怕打针的勇敢精神。
- 4、知道检查身体的重要性。

两种颜色的花、大灰狼头饰、小乌龟和大灰狼的音乐。

1、放松活动

(1) 小朋友，你们喜欢小乌龟吗？小乌龟把头、尾巴和脚缩到贝壳里是什么样子的？请小朋友找一个空地学一学小乌龟的样子，教师鼓励学得认真、学得像的小朋友。

(2) 小乌龟为什么要把头、尾巴和脚缩到贝壳里呀？

教师小结：小乌龟真能干，会用伸缩的本领来保护自己。

2、听信号爬

(1) 小乌龟还有什么本领？

(2) 你们能学小乌龟听信号爬吗？（教师带领幼儿一起听信号爬）

3、幼儿尝试各种爬的方法

(1) 小朋友都很了不起，能听着老师的信号向前爬。小朋友除了会向前爬，还会怎样爬呢？我们一起来试一试，看谁最爱动脑筋，爬的方法和别人不一样。（放音乐，幼儿自由地

爬)

(2) 刚才老师发现有一位小朋友是这样爬的，（请会向后退爬的幼儿示范）我们也来试一试，好吗？教师仔细观察幼儿后退爬的情况。

(3) 幼儿讨论：你觉得这样向后爬与向前爬有什么不一样？

(4) 幼儿再试一试后退爬。

教师小结：脸朝前面，一步一步向后退着爬，这就叫着后退爬。

(5) 刚才小朋友向后爬地非常棒！老师也想和你们一起学这个本领，你们一起教教我好吗？（幼儿练习）

4、在游戏中练习后退爬

(1) 游戏一“比比谁的本领大”

游戏规则：老师向前爬时，你们就后退爬，想法不让我抓着你们，如果我快要抓着你时，你就像小乌龟一样用伸缩的本领保护自己；当老师后退爬时，你们就向前爬来抓我，看看是你们的本领大，还是老师的本领大？不让对方抓着。

(2) 游戏二“看标志爬”

老师这儿有两朵什么颜色的花？当你看到红花时，就必须向前爬；当你看到黄花时，就必须后退爬，看谁先到终点拿到小兔娃娃，谁就是冠军。

5、放松活动

教师小结：后退爬也是小动物用来保护自己的一种办法。

(2) 你们看谁来了？大灰狼想抓几只小乌龟当点心，它就躲在离我们不远处的树林里，小乌龟在沙滩上玩耍时，要注意听音乐的变化，当听到可怕的音乐时，就表示大灰狼来了，大家赶快把自己的头、脚和尾巴缩到贝壳里藏起来，不让大灰狼抓着。

(3) 放音乐，教师和幼儿进行游戏。（看幼儿理解音乐的情况，可以进行两次游戏）

这节课通过幼儿模仿喜欢的动物——小乌龟练习不同方式的爬，其活动方式非常适合活泼好动的小班幼儿学习。针对幼儿的年龄特点来设计这节课，让幼儿在体验模仿小乌龟爬行的乐趣的同时，锻炼和提高幼儿四肢的协调能力，并促进幼儿的大脑发育。活动过程中，结合游戏进行了活动练习，调动了幼儿的积极性，让幼儿在学习体验到很多快乐。

幼儿小班健康教育计划篇三

- 1、使幼儿萌发保护眼睛的意识
- 2、引导幼儿了解眼睛的功能，知道保护眼睛的方法
- 3、了解眼睛的外观结构
- 4、初步了解预防疾病的方法。
- 5、培养良好的卫生习惯。

引导幼儿初步了解眼睛的功能，知道保护眼睛的方法。

让幼儿意识到保护眼睛的重要性、让孩子学会爱护自己的眼睛。

万花筒、望远镜、图书、图片若干张。

1、教师猜谜语引起幼儿的学习兴趣

教师请幼儿猜谜语：上边毛、下边毛中间有颗黑葡萄（通过猜谜语吸引孩子的注意力，很自然的引出了课题的内容）。

2、请幼儿相互观察小朋友的眼睛，引导幼儿认识一下眼睛的外观结构

（1）眼睑：它分上眼睑和下眼睑，找一找我们的眼睑在哪里？摸一摸我们的眼睑还会眨呢，我们平时说的眼皮就是眼睑。

（2）眼睫毛：眼睑上长着一些小细毛，有的黑黑的、长长的，有的短一些，你可以摸一摸自己的眼睫毛在哪里。

（3）眼球：眼睛里还有什么呢？在里面还有一个眼球，请小朋友告诉老师眼球是什么形状的，并请小朋友转一转自己的眼球，，让幼儿知道我们只有两只眼睛，一只左眼一只右眼，眼球会转。（这个环节中在老师的指导下幼儿通过自己的观察，了解了眼睛的外观结构。孩子们很直观地观察同伴的眼睛，参与积极性很高，有观察开始，引导幼儿关注自身，内容贴近生活，让幼儿在观察交流的过程中发现了解眼睛的简单结构，教师的指导也及时有效）。

3、让幼儿了解眼睛的功能

（1）请小朋友闭好眼睛，可不能睁开呀。老师手拿一本图书，请小朋友们看看老师手里拿的是什么？看见了吗？为什么。

（2）现在赶快睁开眼睛来看看老师手拿的是什么？看见了吗？为什么？

（3）请小朋友自由选择一种，老师准备好的万花筒、望远镜，图书等物品看一看、玩一玩。

小结：眼睛闭上后看不见任何东西，眼睛睁开，眼球转一转，看清楚所有东西，我们的生活、学习、劳动处处离不开眼睛。

（本环节通过游戏了解到眼睛的重要作用，这个小游戏很简单，直观激发幼儿的兴趣，同时也能让幼儿自己发现眼睛的主要作用。幼儿通过看万花筒、望远镜等更加意识到眼睛的重要作用。）

4、教育幼儿保护好眼睛。

（1）、眼睛那么重要，我们应该怎样保护它们呢？为什么有的人带眼镜或生眼病呢？

（2）、出示图片指导幼儿观察图片，联系自己说一说平时是怎样做的。

图1、写字画画座姿要正确。

图2、看书看电视时间不要过长，看完后闭上休息一会。

图3、不用脏手揉眼

图4、看电视离的不要太过近

图5、不要在阳光灯光下看书

小结：小朋友们可要爱护好自己的眼睛，保护好视力注意用眼的正确方法（运用图片让幼儿知道自己该怎样做才能保护好眼睛，而且内容源自幼儿的生活，幼儿理解掌握起来也容易）

5、儿歌《保护眼睛》

请幼儿闭上眼睛休息一会，欣赏儿歌内容：小眼睛，亮晶晶，样样东西看得清，好孩子讲卫生，不用脏手揉眼睛。（这个

环节似呼可有可无，但它既对整个活动内容起到巩固、小结的作用，而且又让孩子在非常轻松的状态下进行结束环节。孩子们闭上眼睛，让眼睛得到休息，这也是上个环节刚刚进行的保护眼睛的方法之一）。

让幼儿了解一些有关盲人的知识，激发幼儿关爱他人帮助他人的愿望。

在这个活动过程中教师先引导幼儿了解眼睛的外观结构，然后通过一个闭眼、睁眼的小游戏让幼儿深刻去体会眼睛的重要作用，最后很自然地过渡到如何保护好自己的眼睛，整个活动过程流畅重难点突出，教师在组织幼儿认识眼睛的时候让幼儿看看、摸摸等形式充分感知了眼睛的特性，又通过游戏和观看图书很直观地感知到眼睛的功能和保护眼睛的方法，在这个过程中孩子们积极性很高，教师运用的启发式提问充分体现了幼儿的主体地位。

《明亮的眼睛》是省教材小班上册主题六《我自己》中的一个教育内容。

三至四岁的孩子是自我认知、植物意识初步形成的时期，他们对自己的身体，自己的事和物越来越感兴趣，他们对自己的五官也很感兴趣，也有所熟悉，但由于他们年龄小，在玩耍中，因缺乏生活经验，容易受到伤害，不知如何去保护好自己的五官。现在的孩子到了小学里戴上眼镜的就很多给生活、学习带来了不便，有必要让他们了解有关眼睛的知识及保护眼睛的重要性，因此我设计了这样一个活动以帮助幼儿了解有关知识和保护视力的一些方法。

幼儿小班健康教育计划篇四

- 1、初步懂得保持周围环境整洁的重要性。
- 2、养成不乱扔垃圾的文明习惯。

教育挂图，《不乱扔垃圾》

2、教师请幼儿继续观察画面的内容，说一说：小孩子为什么摔倒了？后来他怎么样做？（西瓜皮，把它扔到了垃圾箱不乱扔了）

3、教师引导幼儿实地观察并讨论：怎么样做才能是我们的教室幼儿园都干净、整洁呢？

师：小朋友想一想我们要怎么做呢？（不乱丢垃圾）。

4、教师请幼儿倾听《窗外的垃圾》让幼儿更加知道乱丢垃圾）是破坏环境的行为是不文明的习惯。

（2）教师和幼儿一起回忆故事。

小鸡小狗小猴兔住在一起，他们开始都乱扔垃圾把吃完的东西都丢到窗户外面去，不久发出难闻的味道，原来是他们丢垃圾。

（3）他们把垃圾清扫干净后，马路上都变得很干净，空气也好多了。

5、活动总结：小朋友们！那以后你们要不要丢垃圾拉？小朋友乱丢垃圾摔交了，小动物们乱丢垃圾空气很难闻了。那我们是不是不能那样做。要把垃圾啊都丢的丢垃圾的垃圾箱里对不对！做一个文明的乖孩子。

6、活动结束。

幼儿小班健康教育计划篇五

1. 知道男孩女孩上厕所的区别，并掌握上厕所的姿势2. 教育幼儿当厕所人多时，不争抢，学会谦让。

1. 本班厕所图片、公共厕所图片 2. 贴好男女标记。

一、参观厕所，引起幼儿兴趣 教师带领幼儿参观本班活动室的厕所（让幼儿知道厕所是大小便的地方）。

我们发现原来男孩女孩小便的时候是不一样的，站着小便的是男孩子，用便池；坐着小便的是女孩子，用便桶。

你是怎么知道的？

穿裤子的小人表示男厕所，穿裙子的小人表示女孩子；短头发的小人表示男厕所，长头发的小人表示女厕所；香烟表示男厕所，高跟鞋表示女厕所。以后去外面游玩的时候，我们小朋友可以看看哪个是男厕所，哪个是女厕所，可不能走错厕所哦！

3. 讨论：男孩怎么上厕所？

男孩子上厕所的时候要怎么上？需要注意什么？怎样上厕所才不会将小便弄到便池外？

小便时，不要离便池太远，避免小便弄到便池外，不要离便池太近，以免弄湿裤子。小便的时候肚子向前倾。

4. 讨论：女孩怎么上厕所？

女孩子上厕所的时候要怎么上？需要注意什么？怎样上厕所才不会弄湿裤子？

小便时，要将裤子脱低一些，一只手扶好栏杆。

教育幼儿在集体活动前、饭前、睡觉前上厕所，有小便时应及时告诉老师或阿姨，去上厕所小便，不要憋尿，尿湿裤子。

小便时厕所里人多怎么办？小便急怎么办？（厕所人多时不

争先，不拥挤，依先后顺序小便。小便急时，可与其他幼儿协商，让自己先用厕所。)五、我会上厕所请想上厕所的幼儿去小便。教师观察幼儿入厕情况，及时予以评价。

幼儿小班健康教育计划篇六

1、知道小脚会随着身体的成长而长大。

2、喜欢跟着老师做小脚的游戏。

3、初步了解怎样保护自己的小脚，养成勤洗脚的好习惯。

1、请爸爸妈妈在家带领小朋友们学习怎样正确脱袜子、穿袜子。

2、地垫每人一块。

3□ppt课件、《幸福拍手歌》音乐、《给妈妈洗脚》广告视频。

4、活动前一天请爸爸妈妈在家给宝宝们洗干净小脚，并穿上干净的袜子。

1、《幸福拍手歌》律动导入。

2、认识小脚，感知小脚的特征与特点。

(1)感知小脚的的特征，初步了解小脚由脚趾、脚面、脚心、脚跟等部分组成。

引导语：刚才身体哪个部位和我们一起跳舞了?(小手，小脚)脱掉袜子，真舒服，和你的小脚玩玩吧。你的脚上有什么?动一动。(脚趾，脚面，脚心……)

师：哦，我们的'脚趾哪一个长得最胖啊?(大拇脚指)好，让

我们从大拇指开始数一数每只脚上有几只脚趾?(幼儿数脚趾)另一只呢?(幼儿数脚趾)对,也是5个脚趾。

师:挠一挠脚心,挠挠自己的脚,挠挠别人的脚,有什么感觉?(提前渗透)

幼:很痒!

小结:我们的脚由脚趾、脚面、脚心、脚跟等部分组成。

(2)游戏巩固:“点一点、玩一玩”。

过渡语:我们的小脚可高兴了,因为小朋友们今天特别认真的去认识它、了解它,它想邀请我们来玩一个“点一点”的游戏。听到老师说什么,就用小手去点一点吧!

你的脚趾点点头、点点头;你的脚跟点点地、点点地;你的脚面碰一碰、碰一碰;你的脚心挠一挠、挠一挠。

1、通过讨论来了解小脚的本领。

2、观看课件,进一步了解小脚的本领。(看课件)

走路:你的小脚可以带你去你想去的地方。

跑步:你的小脚可以帮你锻炼身体。

玩沙:你的小脚可以和你做游戏。

跳舞:你的小脚可以让你学会一项特长。

玩水:你的小脚可以在夏天玩水的时候,带给你清凉的感觉。

爬楼梯:你的小脚可以把你带到你想去的楼层。

边看课件边模仿动作。

小结：呀，小朋友说了这么多小脚的本领，小脚是我们的好朋友，我们离不开它，所以我们要爱护我们的小脚。

师：小朋友，我们来比一比，是你的脚大还是老师的脚大？

幼：老师的脚大。

幼：因为老师长大了。

师：小朋友，刚才我们说了小脚是我们的好朋友，等小脚长成大脚以后本领会更大，那让我们一起来爱护我们的小脚吧！那我们可以怎样保护我们的小脚呢？（引导幼儿说出穿上鞋子和袜子。）

师：还有什么办法能保护我们的小脚呢？

（洗一洗……）

师：你每天晚上都是怎么洗脚的？（爸爸、妈妈帮我洗）。爸爸妈妈帮你把脚洗的香香的、干干净净的。

哦，我们来看看有一个小朋友他是怎样洗脚的？（播放《给妈妈洗脚》的广告，渗透情感教育。）

师：爸爸妈妈是最爱你的人，每天工作那么辛苦晚上还要帮小朋友们洗脚，让我们的小脚丫干干净净的讲卫生、不生病。等小朋友学会了洗脚时，也可以给爸爸妈妈洗洗脚，让他们也舒舒服服的感受你们的爱！

引导语：呀，小朋友们，赶紧摸摸你的小脚，有一点凉凉的了，快，让我们给小脚丫穿上鞋袜，到室外活动活动，让我们的小脚暖和起来吧！