

# 最新健康领域的活动教案中班 健康领域 活动教案(模板5篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？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。

## 健康领域的活动教案中班篇一

中班幼儿的均衡、爬行正处于生长阶段，凭据我班幼儿想象力丰富，喜好玩游戏的特色，我计划用泡沫板让幼儿边玩边缔造，生长幼儿均衡、及爬行本领。

- 1、经由过程玩泡沫板让幼儿试着创编玩法，训练均衡及爬行本领。
- 2、造就幼儿互助游戏的本领。

灌音机、泡沫板、天线宝宝图案、篮球架、大积木等大型东西。

- 1、我们是智慧的天线宝宝，一路去玩游戏好吗？幼儿手工制作先说个天线宝宝的童谣吧。

- 2、说童谣：

天线宝宝真醒目，

智慧无比聪明大。

神奇的风车转一转，

高开心兴跳起来。

（放音乐做预备运动让幼儿自由做）

- 1、我知道天线宝宝很智慧，本日看谁拿泡沫板玩得格式最多，让我们来尝尝。
- 2、巡回引导实时勉励勇于创编的幼儿。
- 3、开导引诱：宝宝们看运动室里另有许多工具，你都可以操纵去。（让幼儿继承玩，勉励幼儿勇于创编，先生也到场创编。）
- 4、快来神奇的风车转了，由于天线宝宝都开动了头脑，创编了很多风趣的玩法，都有什么玩法呢？（总结适才幼儿创编的玩法）。
- 5、这么多玩法你喜好那种玩法？
- 6、用幼儿喜好的玩法举行比赛游戏。
- 7、我刚传闻天线宝宝乐土的巷子坏了，我们背着幼儿园教育随笔天线宝宝爬已往给它铺一条路吧，路铺好了我们从巷子爬到天线宝宝乐土去吧。

三、竣事：

宝宝们都累了，我们去苏息一下吧！

## 健康领域的活动教案中班篇二

幼儿处于成长的关键阶段，但幼儿一些常见的不良饮食习惯，如：偏食挑食等，都会影响幼儿的健康。《3-6岁儿童学习与发展指南》中明确指出：“健康是人身体、心理和社会适应方面的良好状态。”为了促进幼儿健康成长和发育，帮助幼

儿养成良好的饮食习惯，形成均衡饮食结构，选择健康的食品具有重要的意义。本微课作品《嘟嘟变成大汉堡》旨在通过主人公嘟嘟体型变化的故事让幼儿认识到健康饮食的重要性，通过让幼儿参与“帮嘟嘟点餐”的游戏活动，准确区分健康食品和垃圾食品，并能够联系生活实际，在日后的饮食中做到选择健康食品，养成不挑食不偏食的健康饮食习惯。

1、认知目标：明白健康的食物会对身体有益，垃圾食品会对身体有伤害。

2、技能目标：能够区分健康食品和垃圾食品。

3、情感目标：增强食品安全意识，有初步的食品安全自我保护能力，养成良好的饮食卫生习惯。

活动准备：健康食品与垃圾食品图片，“嘟嘟变成大汉堡”故事ppt□纸盘，食品教具

活动重点：明白健康的食物会对身体有益，垃圾食品会对身体有伤害。

活动难点：让幼儿不再选择吃垃圾食物。

（一）导入：图片导入

1. 出示图片，引发幼儿对区分食品类别的兴趣

健康食品——蔬菜、水果。垃圾食品——油炸食品，加工的肉类食品。

2. 教师提问：“小朋友们都喜欢吃这里的那些食物啊？”

（通过提问，让同学们知道：喜欢吃的食物并不一定对我们的身体都有好处，我们要学会区分健康的食物和垃圾食品）

## （二）展开

### 1. 讲一讲：讲述故事《嘟嘟变成大汉堡》

（让同学们通过故事了解到垃圾食品对人们的改变，危害）

### 2. 做一做：游戏环节

“帮嘟嘟点点餐”

（1）让幼儿帮嘟嘟点餐。

盘子中放蔬菜水果和油炸食品的教具，让幼儿扮演嘟嘟点餐场景，幼儿点故事中嘟嘟爱吃的食物。

（第一环节的游戏是对故事内容的巩固，并让幼儿识别故事中的垃圾食品）

（2）让幼儿再次帮嘟嘟点餐

点嘟嘟后来吃的食物（水果沙拉）

（第二环节的游戏是让幼儿区分健康食品和垃圾食品，并挑选健康食品）

（3）教师在盘子下面做标记，一盘是健康食品，一盘是垃圾食品。让幼儿自由搭配，自己做一盘爱吃的食物。

（让幼儿通过选择，减少对垃圾食品的选择，为日后的知识迁移做铺垫）

### 3. 说一说：评价分析幼儿的作品

教师在幼儿讨论的基础上进行小结：在我们喜欢吃的食品中有很多都是垃圾食品，垃圾食品吃了以后会对我们人体造成一定

是伤害。

教师展示垃圾食品制作过程的图片。（原料，制作方法，制作环境都不健康）

（让幼儿明白，食用垃圾食品的原料，制作方法，制作环境都不健康，会让人们生病，缺乏营养，对身体造成伤害）

4. 巩固：

听一首健康歌。简单了解健康的食物营养价值和对身体的益处。并能够复述一至两种蔬果对人们的好处。

教师用真实的材料和幼儿一起做水果蔬菜沙拉，请幼儿品尝健康的食物。要让幼儿明白有营养的食物才是最好吃的。

## 健康领域的活动教案中班篇三

1、关注自己的早餐情况，逐渐养成健康的早餐习惯。

2、能够运用“可能”“或者”来表达自己的想法。

活动准备：

1、材料准备：各种早餐的绘画；师生自制书《早餐，你喜欢吃什么？》；ppt

2、经验准备：前期做过幼儿早餐情况的调查

一、看看说说——了解自己早餐的情况

1. 交流各自早餐吃了些什么。

2. 主要提问：早餐，你最喜欢吃什么？为什么？

(边讲边出示绘画纸)

小结：我们最喜欢吃的早餐都不一样。

二、猜猜讲讲——理解故事《早餐，你喜欢吃什么?》

1、边看图片边猜猜讲讲

句型感受：“可能是……，也可能是……”“或者是……”

2、说说自己的感受：你觉得这个故事怎么样？

3、老师连贯地讲述故事。

小结：我们可以变着花样来吃，这样就能吃出美味。

三、寻找问题——了解一些健康早餐的习惯

1、通过情景表演，发现本班小朋友早餐中的问题。

2、通过交流，寻找解决的方法。

小结：原来吃早餐也有许多学问，我们不仅可以变着花样来吃，还要坐下来安安心心吃，这样就能吃出美味，吃出健康。

## 健康领域的活动教案中班篇四

1. 了解“送纸盒”游戏规则，知道头顶纸盒顺利通过平衡木的动作要领。

2. 能够运用爬、钻、跳等基本动作顺利通过各种障碍传送纸盒。

3. 喜欢与同伴共同合作，感受游戏的快乐。

4. 了解生病给身体带来的不适，学会预防生病的方法。
5. 锻炼幼儿的反应能力，提高他们动作的协调性。

二. 物质准备：小纸盒若干；情景教具；平衡木、纸盒箱、泡沫垫若干。

2. 经验准备：幼儿有过钻、爬的经验三、活动过程（一）开始部分故事导入，引发幼儿参与活动兴趣。

教师通过讲小熊运东西的故事，引出游戏主题，引导幼儿参与本次游戏活动。

（二）基本部分--活动展开1. 教师示范头顶盒子过独木桥，幼儿学习。

（1）教师提出问题，引导幼儿讨论并探索如何运纸盒才能又快又安全。

（2）教师总结幼儿讨论的结果，得出一种最为合适的方法，自己进行动作示范，幼儿观察，动作要领；带盒帽、手放平、眼看前、慢慢走。

注意事项：幼儿必须头顶纸盒行走，与前一个小朋友保持拳头大的距离，不要踩到前一个小朋友的小脚。

2. 幼儿练习头顶盒子过桥，教师指导。

（1）教师在前面进行镜面示范，幼儿跟随练习头顶纸盒过平衡木。

（2）幼儿学习，教师在旁边指导动作要领，并注意幼儿的安全。

3. 增加游戏难度，进行小组竞赛游戏。

(1) 教师随机将幼儿分为两组，每组由均等人数构成，进行小组竞赛游戏，并交代游戏的安全和注意事项。

(2) 游戏规则：每组幼儿需要蹲下来将头上的小纸盒放在背上，然后爬行钻过“山洞”，然后再将纸盒拿在手中，站起来跳过“小河”，到达小熊家，由于路途坎坷，因此每组一次只能运送一个纸盒。纸盒运送完，游戏结束，最终哪组运的最多，哪组就获胜。

(三) 结束部分——放松结束游戏结束后，教师对于幼儿在运纸盒的游戏中表现做简单的评价。带领幼儿一起在轻柔音乐《小雪人融化了》的伴奏下，舒展身体，做放松运动。

请幼儿回家和爸爸妈妈一起玩运纸盒的游戏。

鞋盒是生活中常见的物品，轻便且容易收集。它们也是孩子们喜欢的玩具，常看到区角中的鞋盒子成了“小拖车”叫房子，孩子们乐此不疲地用它们来堆砌、拖拉。为帮助孩子们学会区分大小，并按照物体的特征配对，我借助大小不同的盒子、球、雪花积木、筐子等多组物体，在游戏的情境中让幼儿反复操作、比较、分类、配对，感知物体的大小及数量。

## 健康领域的活动教案中班篇五

本节活动我选自中班教材主题四次主题三《飞人》中的一节体育活动。超人是幼儿的偶像，平时幼儿就喜欢模仿不同的超人。所以我设计的整节活动以超人为主体贯穿整节活动。让幼儿体验一下超人的快乐，同时让幼儿对体育还产生了浓厚的兴趣。我通过让幼儿观看图片上刘翔跨栏和乔丹头球的动作像什么？引出活动；通过模仿引起孩子们也想成为小超人的兴趣；通过闯过比赛的形式让幼儿体验到成为超人的快乐。

1、学习跨跳35cm高的障碍物、触物跳和快跑的动作。



2、产生对体育活动的兴趣。

1、飞人刘翔、乔丹比赛照片、

2、红、黄、蓝、绿圆形贴图标志、大小不同的四个五角星奖章。

3、场地布置、背景音乐《加油歌》、《星星的心》。

导入：幼儿拍手进入场地，并做准备活动（手腕、脚腕、扭扭腰、踢踢腿、转转脖子等）。最后请幼儿坐到椅子上。

一、引导幼儿了解“飞人”。

1、引导幼儿说一说。照片上是谁？（刘翔、乔丹）他们在干什么？为什么把刘翔、乔丹称为“飞人”？（因为他们跨栏、投球的动作像飞一样。）

2、刘翔喜欢跨栏的体育运动，乔丹喜欢打篮球的体育运动，那你们喜欢什么体育活动呢？（请幼儿回答）。

3、有的小朋友也喜欢跨栏和打篮球，那怎样跨栏和打篮球呢？你们想不想学？（想）老师讲解并做示范动作：跨跳障碍物时要先有助跑，前面的腿抬高跨过障碍物，另一条腿紧接着跟随跨过；触物跳时先助跑，到篮板前，并屈膝用力跳起。然后让幼儿分成两队进行模仿。

二、闯关游戏《我是小超人》。

1、根据自己身上的颜色标记站成四队，老师讲解闯关规则并进行闯关示范：在闯关时要根据你身上的颜色标记选择闯关赛道，闯关回来后要记得拍你下一位小朋友的手，被拍到手的小朋友才可以进行闯关，没有拍的手的小朋友可以为自己的队伍加油！

2、第一遍先让幼儿尝试一下闯关，然后老师纠正不正确的动作，并加以提醒幼儿闯关规则。

第二遍让幼儿巩固动作和闯关规则，不正确的地方老师再做纠正。

第三遍让幼儿进行闯关比赛。

三、总结游戏情况，教师与幼儿共同评出优胜组顺序。

四、引导幼儿做放松活动（捶捶背、敲敲腿、捏捏胳膊等）。

一位老师利用喇叭喊话：彩虹班的小朋友接紧急通知，你们的动作规范，是一名合格的“小超人”了，现在邀请你们去参加博兴县的冬季运动会，请赶快集合。

孩子们，客人老师说我们彩虹班的'小朋友都是合格的“小超人”了，还邀请我们去参加博兴县的冬季运动会，你们高兴吗？（高兴）。那我们赶快集合去参加吧！

我首先出示图片让幼儿问是谁？大部分孩子都认识刘翔、乔丹，在我问幼儿人们为什么称他们为“飞人”时，在老师的引导孩子们都能很好的说出来。在模仿动作时由于布置的场地障碍物距离隔得有些近，导致孩子们的助跑动作没有很好的尝试到。在玩闯关游戏时大部分孩子都做得很好，也很遵守游戏规则，还有一小部分孩子不敢跨栏直接绕过去或是双脚跳过去，在纠正几遍后还是做的不错了。整节活动气氛很好，孩子们的积极性也很高。最后一个环节我以客人老师在喇叭中喊话的形式宣布彩虹班的小朋友都是一名合格的“小超人”了，还邀请去参加博兴县冬季运动会，把孩子们的积极性推到了高潮。不过最后一个环节我设计成邀请孩子们去参加博兴县冬季运动会有一种欺骗孩子们的行为，以后要注意。