

# 最新幼儿园小班健康不乱吃东西教案(优质5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。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

## 幼儿园小班健康不乱吃东西教案篇一

- 1、练习在平行线中间走，发展幼儿平衡能力。
- 2、发展幼儿走的动作，有精神走路。
- 3、促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。
- 4、让幼儿初步具有不怕困难的意志品质，体验健康活动的乐趣。
- 5、培养幼儿健康活泼的性格。

3条平行线分别为15厘米 20厘米 25厘米；纸棒每幼儿一根；录音机；磁带《春天》、《学做解放军》解放军帽一个、请2名教师分别扮演兔妈妈和大灰狼。

开始部分：

歌表演《春天》

基本部分：

一、练习在平行线中间走

1、出示军帽引出空军开飞机，教师示范，幼儿在3条航线自由练习；

2、说说航线有什么不一样，练习15厘米航行线。

3、集体飞行

二、游戏：打大灰狼

情景表演：兔妈妈要去森林采蘑菇，森林里有大灰狼，请解放军帮忙消灭；

音乐《学做解放军》每幼儿一根纸棒，有精神走过小路，潜伏在草地，大灰狼出来，指挥管发出“射击”命令，幼儿用纸棒射击，大灰狼倒下。解放军一个跟一个走向小路；（游戏可进行2次）

三、结束部分：

每幼儿评一朵小花，听《学做解放军》音乐，一个跟一个走出活动场地。

培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的重要目标，要根据幼儿的特点组织生动有趣、形式多样的体育活动，吸引幼儿主动参与。在练习的过程中，充分让幼儿进行自主选择性活动，以提高幼儿学习的自觉性和主动性。同时也培养幼儿坚强、勇敢、不怕困难的意志品质和主动、乐观、合作的态度。

## 幼儿园小班健康不乱吃东西教案篇二

小班健康教育对于孩子的成长发展至关重要。在班级中，老师们不仅关注孩子的身体健康，还注重孩子的心理健康。从营养饮食到日常生活习惯，从个人卫生到社交行为，小班健

康教育涉及方方面面，让孩子们在愉快的学习和生活中掌握好健康的小秘诀。

## 第二段：食品安全教育

在小班健康教育中，食品安全是一个重要的方面。老师们会教孩子们如何区分食品的好坏，学习正确的食品储存方式，更重要的是教育孩子们培养良好的饮食习惯。我们不光注重孩子们在学校饮食，我们还会传递一些有关于饮食知识和技巧，例如水果和蔬菜的选择，食品调味的注意事项等。

## 第三段：个人卫生教育

个人卫生教育是小班健康教育的重要组成部分。如果孩子们不注意个人卫生，就会导致一些健康问题的出现。例如，如果孩子不洗手或者在公共场合乱跑乱玩，这些行为都会增加孩子感染疾病的风险。在小班健康教育中，我们会教孩子们如何保持身体的干净卫生，从毛巾、牙刷到换洗衣物，我们会用轻松有趣的方式呈现。

## 第四段：运动教育

运动教育也是小班健康教育的重要部分。运动可以减少孩子们的压力，提高他们的免疫力，增强他们的体质。在班级中，我们会让孩子们参与各种愉快有趣的运动活动，这可以让孩子们感受到运动的乐趣，并且增加他们与班级的互动。当然，在推动运动的同时，我们也会注意孩子们的安全，确保他们在各种运动项目中得到安全保障。

## 第五段：结论

综上所述，小班健康教育有助于孩子们掌握健康的生活方式，从而在日常生活中自我管理与保护。当然，父母在家中也可以对孩子进行适合年龄阶段的健康教育，在家中为孩子打下

良好的健康基础。相信在全社会的共同努力下，孩子们可以拥有更加健康、快乐、充实的成长体验。

## 幼儿园小班健康不乱吃东西教案篇三

健康是每个人都应该重视和关心的重要话题。为了提升学生的健康意识和健康常识，我参加了一期健康常识教育心得体会小班培训。在这次培训中，我不仅学到了很多有关健康的知识，还深刻体会到了健康的重要性。以下是我对这次培训的一些心得体会。

### 第一段：培训内容介绍

这次培训是一期为期两天的小班培训，主题为健康常识教育。培训内容包括健康观念、饮食与营养、运动与锻炼、心理健康等方面的知识。每个主题都有专业的讲师进行讲解，并组织了一些小组活动和案例分析，让我们能更好地理解和应用所学知识。

### 第二段：健康观念的转变

通过参加这次培训，我对健康的理解有了更深入的认识。以前，我认为健康只是指身体的健康，但在培训中我了解到健康不仅仅是身体健康，还包括心理健康和社会健康。健康观念的转变让我更加重视自己的身心健康，也更加注重和关心身边人的健康状况。

### 第三段：饮食与营养的重要性

在培训的饮食与营养环节中，我学到了很多关于健康饮食的知识。我意识到平衡饮食的重要性，应该合理选择膳食，摄入适量的各种营养素，避免过多的油脂和糖类。此外，我还学会了如何读懂食品标签，并了解了一些常见的食品安全问题。这些知识让我更加注重自己的饮食习惯，选择更加健康

的食物。

#### 第四段：运动与锻炼的重要性

培训中的运动与锻炼环节让我认识到了运动对健康的重要性。运动可以增强身体的抵抗力，提高身体素质，并且能够带来身心的放松和快乐。我学到了一些简单的健身方法和运动技巧，并且在培训中亲身体会了一些运动项目，激发了我对运动的兴趣。现在，我每天都会进行一定的体育锻炼，保持良好的体态和健康状态。

#### 第五段：心理健康的重要性

在培训的心理健康环节中，我通过学习了解到心理健康对于一个人的全面发展非常重要。我们应该学会积极应对压力和困难，保持良好的情绪和心理状态。我学到了一些心理调节的方法和技巧，如放松训练、情绪管理等。这些方法对我在工作 and 生活中的心理平衡非常有帮助。

总结：通过这次健康常识教育心得体会小班培训，我深刻认识到了健康的重要性，改变了以往对健康的简单认识。我将会在今后的生活中更加注重自己的健康状况，并通过传递健康的知识与人分享，帮助更多的人关注和关心自己的健康。我相信通过这个过程，我们每一个人都能更加健康地生活。

## 幼儿园小班健康不乱吃东西教案篇四

健康

语言

- 1、能在老师的带领下积极学习做模仿操。
- 2、培养幼儿的坚持性，塑造幼儿良好的形体。

1、重点：幼儿能积极参加活动。

2、难点：幼儿能遵守游戏规则。

1、幼儿学会儿歌“大家来做操”，并已熟悉音乐节拍，会和老师一

起边听音乐节拍边拍手念儿歌。

2、在体操室幼儿站成一个大圆，面向圆心站好。

幼儿在随音乐做动物模仿游戏：小鸭走——小鸟飞——小猫走——小象喝水——企鹅摇——小青蛙跳——小黄莺拍翅膀。

1、幼儿念儿歌“大家来做操”。

2、随着音乐边念儿歌边拍手。

3、采用模仿学习一节一节学做操。

(1) 三、四、五、六句让幼儿自由尝试创编。

(2) 总结统一幼儿创编的伸臂、弯腰、踢腿、蹦跳的动作。

(3) 纠正个别幼儿动作，提醒幼儿做操时动作幅度大一些。

1、到镜子面前让幼儿结伴做操。

2、幼儿和教师做放松整理活动。

早上空气真真好，我们大家来做操。伸伸臂，伸伸臂，弯弯腰，弯弯腰，踢踢腿，踢踢腿，蹦蹦跳，蹦蹦跳，天天做操身体好。

## 幼儿园小班健康不乱吃东西教案篇五

因在活动时,发现本班有部分孩子喜欢用手指对着点其他小朋友的眼睛,通过这次活动让孩子明白这是一种危险的动作。

1. 认识五官,知道五官的名称和作用。
2. 学习保护五官的方法。
3. 初步了解健康的小常识。
4. 知道检查身体的重要性。
5. 了解主要症状,懂得预防和治疗的自我保护意识。

如何保护我们的五官

娃娃一只

### 1. 指五官

- (1) 教师说出五官的名称,幼儿根据教师的指令指五官。
- (2) 让幼儿相互玩游戏,一个说五官,一个指五官。

### 2. 保护五官.

- (1) 教师与幼儿一起说一说眼睛,耳朵,鼻子和嘴巴的作用。
- (2) 出示娃娃,让幼儿给娃娃说出眼睛,鼻子,耳朵和嘴巴。
- (3) 提问:“怎样保护眼睛?”“怎样保护鼻子?”“怎样保护耳朵?”鼓励幼儿大胆地回答问题,使幼儿知道不要用手揉搓或者对着点小朋友的眼睛,不要乱挖鼻孔,不能把小东西放到鼻孔和耳朵里.....

3. 学唱歌曲：五官歌。

### 教学反思

1. 活动设计适合小朋友的年龄特征, 与他们的生活息息相关, 是他们乐于接受的内容. 他们活动积极性高, 很乐于参与.
3. 不足之处在于活动材料较单一, 以致幼儿顾及面不宽.