

最新健康体重班会教案 幼儿园小班健康教案及反思(模板9篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。怎样写教案才更能起到其作用呢?教案应该怎么制定呢?这里我给大家分享一些最新的教案范文,方便大家学习。

健康体重班会教案篇一

- 1、激发幼儿热爱大自然的情感,体验与小树叶游戏的乐趣。
- 2、让幼儿练习一个跟着一个走,发展幼儿双脚跳的能力。
- 3、培养幼儿遵守游戏规则的能力。

活动准备

课件、树叶若干、录音机、《小树叶》录音带

活动过程

(一) 开始部分:

- 1、利用多媒体听《走路》音乐带幼儿活动身体。

(二) 基本部分:

- 1、幼儿自由与树叶游戏,教师及时观察幼儿游戏情况。
- 3、幼儿游戏两遍,第二遍时可将小山垒得更高些,让幼儿跳进小山里,增强幼儿游戏兴趣。

(三) 结束部分:

1、教师：刚才咱们一起和树叶宝宝做游戏，树叶宝宝可开心啦！小树叶还为咱们大家准备了一首好听的歌。

2、听歌曲《小树叶》做放松活动。

活动延伸

小兔告诉老师树叶宝宝玩累了，咱们一起把树叶宝宝送回家吧！（带领幼儿活动场地）

健康体重班会教案篇二

活动目标：

- 1、尝试利用纸箱进行爬的练习。
- 2、练习四散跑和躲闪能力。
- 3、体验游戏的快乐。
- 4、让幼儿知道愉快有益于身体健康。
- 5、了解多运动对身体有好处。

活动准备：

活动过程：

师：今天老师带小朋友去小兔家玩。

- 1、幼儿自由探究纸箱的玩法。

师：小兔家到了，猜一猜，小兔为我们准备了什么玩具？（教师出示纸箱）

提问：我们每人一个纸箱，想一想，纸箱可以怎么玩呢？

教师观察指导幼儿，发现有好的玩法，请所有幼儿模仿。（开汽车、开火车、划船、滚筒、）

2、重点指导幼儿利用纸箱在里面爬行，掌握平衡，不冲撞别人。

幼儿从起点出发一起滚到终点。

1、大灰狼来了

播放狼的叫声，出示狼的头饰。

提问：大灰狼来了，我们怎么办？

2、游戏

幼儿随音乐听到大灰狼来的口令后藏在纸箱里。

师：我们要回家了，我们来帮小兔子整理玩具吧。

教学反思：

整节课注重了每个孩子的参与、尝试。整个过程中，孩子的兴趣很高，积极主动，表现出很好的合作和团队精神。老师为孩子营造了一个宽松自主探索范围，幼儿充分的体验了自主乐趣。在摆放教具(纸箱)布局要恰当，预防幼儿在活动受伤。

健康体重班会教案篇三

设计思路：

本着以幼儿的兴趣为主，从幼儿的实际出发，我设计了此次

活动——小红帽。活动情节性强贯穿游戏的始末，促使幼儿积极的参与活动。通过活动培养幼儿从高处往下跳、钻、爬、跑的能力及以游戏的形式培养幼儿勇敢和克服困难的品质。

特色：

情节性、游戏性

目标：

- 1、激发幼儿积极地参与活动，并感受游戏带来的乐趣。
- 2、幼儿学习双脚站立由20—25厘米的高处往下跳。
- 3、培养幼儿勇敢和克服困难的品质。

准备：

橡皮筋、海绵垫子、各种颜色的筐、各种颜色的小花、手鼓、小红帽、塑料块

重点：

幼儿学习从20—25厘米高的地方双脚并列地往下跳。

难点：

掌握双脚落地时的屈膝缓冲。

过程：

（一） 进场

1、前天我们看了木偶剧——小红帽，你喜欢小红帽吗？那么老师来当小红帽的妈妈，小朋友就是小红帽。

2、这是我们的家，快快进来，妈妈要给小红帽带上漂亮的红帽子。（幼儿带上红帽）

（二）热身运动

1、今天天气真好，我们一起出去玩，先跟妈妈做做运动。（音乐起）

2、幼儿跟随老师做准备运动：伸伸臂、弯弯腰、抬抬腿、提提腿、跳跳跳、蹲蹲蹲等。

（三）基本动作练习，学习从高处往下跳

1、教师示范：轻轻的站在小石头上面，站稳身子，小腿一弯轻轻跳。（双脚要同时的往下跳，跳下后，小腿要弯弯的，这样就不会摔倒。）

2、集体练习，从高处往下跳（鼓励幼儿大胆往下跳，纠正活动中错误的动作，注意双脚屈膝。）

3、个别幼儿展示

4、幼儿自由练习

（四）游戏

外婆生病了，我们要去看看她，送些什么给她，送些小花祝她早日康复。

1、教师示范讲解游戏规则：

从家门口出发，要经过三块大石头，钻过一个小山洞，爬过草地，在草地上有很多漂亮的小花，小红帽摘了花后，要快速的跑回家，回家的路上还要钻过一个山洞。

2、教师带领幼儿游戏

强调跳下大石头的时候要屈膝（大石头，我不怕，小腿一弯，往下跳）提醒幼儿不要碰到小山洞。

3、教师带领幼儿游戏第二遍

到外婆家的路上，有只凶恶的大灰狼，跳过大石头和钻过小山洞的时候，不要碰到山洞，否则大灰狼就会跑出来，吃掉小红帽的。

4、教师带领幼儿游戏第三遍

大灰狼走了，赶紧去看外婆，把小花送给她。

（五）、整理放松

1、到外婆家了，外婆让小红帽把花儿放到和花儿的颜色一样的筐里。

2、数一数，有几朵小花。

3、放松整理活动：我们跳一个舞给外婆看看，幼儿随教师做放松活动（音乐）

（六）活动结束——带领幼儿离开场地

健康体重班会教案篇四

C

1。让幼儿初步了解自己的眼睛结构、特点。

2。使幼儿懂得眼睛的用途和它的重要，进而培养保护眼睛的

意识。

3. 幼儿通过看眼睛、说眼睛，增进与同伴的了解和交流；在获得知识的同时也获得了快乐。

4. 初步了解健康的小常识。

5. 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。

每人一面小镜子，“眼睛”画面两幅。

2. 幼儿用小镜子观察自己的眼睛是什么形状的.？引导幼儿仔细看一看，或者用手轻轻摸摸自己的眼睛，知道眼睛像一个小圆球。

3. 提问：眼睛什么地方会动？（幼儿边看边摸）知道眼皮会一眨一眨的，眼球会转动。

4. 让幼儿互相观察眼睛，进行比较，进一步感知眼睛的结构。（教师引导幼儿说出自己的想法，说一说自己的眼睛与别人的眼睛有什么不同。

5. 引导幼儿讨论眼睛的用处。教师小结：眼睛对我们的重要作用，强调在日常生活中要特别注意保护我们的眼睛。

6. 出示画面并提问：眼睛有什么用？我们怎样保护眼睛？让幼儿知道看书、画画时要坐端正，平时不用脏手揉眼睛，要用干净的面巾纸或手帕擦眼等。

教师对本次活动进行总结，表扬在活动中积极参与的幼儿，同时也要鼓励那些在活动中较安静的孩子，让他们在获得知识的同时，也获得了快乐，更体验到教师的关心和爱护。培养和保持了他们对健康活动的兴趣。

活动过程中，我首先利用猜谜语的小游戏来引入，孩子们都十分的感兴趣，但是我在个别孩子说出谜底时，原意是想让孩子们有个发散性思维，而没有及时的给予了肯定，造成了在这一环节上浪费的时间比较多。在教育孩子如何爱护保护眼睛的时候，虽然有让孩子们自由讨论，但是孩子们的回答都比较局限，只能说：“不用手揉眼睛”等等，而老师也没有进一步的去引导。教师为孩子们提供了眼睛的图片让幼儿观察，虽然能够从整体到局部、从成人到孩子来进行展示，可是在选择图片上来看，所选择的个别图片眼睛部分比较的不明显。因此在选择教具的时候需要更加的谨慎。总的来说，今天的这个活动效果还是很不错的，整个活动气氛比较好，虽然在活动过程中仍有些许的不足，但是有反思有改正才会有进步，相信我们班的健康活动一定能开展的更好的。

健康体重班会教案篇五

有老师要参加区心理健康优质课比赛，虽说由于各种原因没能进行现场磨课，但是对于活动教案与该老师进行了交流，表达了自己的想法，献上了自己微薄的力量。

活动目标：

- 1、知道害怕的感觉人人都会有，愿意大胆说出自己内心的恐惧。
- 2、能够想办法消除害怕的心理，尝试战胜害怕。

活动准备：

- 1、绘本《我好害怕》。
- 2、事先让幼儿和家长讨论并记录自己最害怕的事或物。
- 3、打针情景。

活动过程：

一、绘本植入，引出害怕心理。

1、出示绘本，大胆猜测小熊害怕的原因。

——你们看，谁来了？(小熊)

——小熊脸上是什么表情？(不高兴、生气、害怕)

——猜猜小熊可能遇见了谁？可能会发生什么事情呢？(大灰狼、怪兽、大老虎，要吃它……)

2、绘本继续，揭示谜底。

——原来是一只大狼狗，还在汪汪汪地叫呢！小熊真害怕！你会害怕吗？

3、绘本继续，引出害怕的声音。

——咦？这是什么时候？(晚上、天黑)

——听！这是什么声音？(刮风)

——你听到这个声音有什么感觉？(很冷、很害怕)省略

蓝色部分都为省略

绘本只是植入，不用过多地去分析绘本，只要引出“害怕”这个点就可以了，害怕大狼狗孩子应该有经验，但对于黑暗，因为都是小班的孩子，都是爸爸妈妈陪伴着的，很少有害怕黑夜的感觉。因此，我觉得这部分可以省掉。

二、经验迁移，说出自己的害怕。

1、根据记录图，讨论自己的害怕。

——除了害怕大狼狗，你还害怕什么呢？你有害怕的时候吗？（有）

——昨天宝宝们和爸爸妈妈一起，已经把自己害怕的事情画了下来，我们一起来看看。请你轻轻地从小椅子下面取出图片，和身边的朋友说一说。（老师巡回倾听）

2、个别幼儿说出自己的害怕心理。

——你害怕的是什么？（大灰狼）

——为什么会害怕？（因为大灰狼会咬我们）

——害怕的时候你心里是什么感觉？（不舒服）

3、经验归类梳理。

——还有谁也害怕这种厉害的动物？（我怕老虎、我怕的是蛇）

总：原来你们都害怕蛇、虎、大灰狼这类厉害的动物。（教师边说边出示展板）

——你害怕的是什么？（火）

——为什么？（因为它会把人烧死的）

（因为水会把房子冲走；插头有电要电死人的；剪刀碰到别人也会受伤的）

这几点小班的孩子应该想不到，因为他们没有生活经验，即使有画着的，也是家长的经验，与幼儿的实际脱离，建议可以省去。

——你害怕的是什么?(打雷)

——为什么?(很响, 很吓人)

——还有谁也害怕这种很响的声音的?(我怕气球爆炸、风声)

总: 原来那些很响、很恐怖的声音也会让我们害怕。(出示展板第三部分)

——我们来看看他的害怕是什么?(打针)

——为什么?(打针很疼)

——也有很多小朋友因为怕疼, 害怕打针。(揭示展板第四部分。)

小结: 原来每个人都会害怕, 害怕是种冷冷的、紧紧的、不舒服的感觉。害怕的时候我们会哭、会躲起来。你喜欢这种感觉吗?(不喜欢)

三、讨论交流, 克服害怕心理。

1、结合展板, 讨论解决的办法。

——怎么样才能让我们不害怕呢?

——遇到这些凶猛的动物时, 我们可以怎么做?(逃跑、躲起来、找妈妈。。。。。)

总: 有了这些好办法, 我们就不怕这些凶猛的动物了。(将害怕表情翻面成笑脸)

——水、电、火、刀这些东西, 我们在生活中都会用到, 但是一不小心就会受伤, 那该怎么做?(小心使用、不玩电和火、请爸爸妈妈帮忙)

总：你们真会动脑筋，这样这些东西我们也不怕了。（翻转笑脸）

——听到可怕的声音怎么办？（捂耳朵、放音乐、让妈妈抱）

总：原来我们也可以想办法分散注意，战胜这些可怕的声音。（翻转笑脸）

2、情景表演，积极面对害怕。将这部分作为重点，前面都可以短一点，让孩子从害怕打针到不害怕打针，有一个明显的心理变化过程。

——打针你们怕吗？

——我们一起来学学打预防针的样子：袖子卷一卷、手臂弯一弯、脑袋歪一歪，告诉自己我不怕！我不怕！我不怕！（你们真勇敢！翻转表情）让幼儿大声地说出来：打针我不怕！

小结：原来有些害怕的事情，我们可以躲起来或者做其他事情，但有的害怕，像打针我们必须勇敢战胜它。但有的害怕，只要我们勇敢面对，也就不害怕了，就像打针一样。

四、绘本回归，生活应用。

1、回归绘本，了解小熊的克服方法。

——你们都想到了好办法克服了害怕，变成了勇敢的孩子。小熊有没有变勇敢呢？我们一起来看看。（播放多媒体）

——它想到了什么办法（抱小熊玩具、躲在奶奶肩膀上、自己看书）

——现在小熊脸上是什么表情？（开心）

——是啊！因为它知道害怕的时候该怎么做了。

2、生活应用，克服害怕

我觉得对于小班的孩子只要归结两类就可以了，一个是害怕凶猛的小动物，一个就是害怕打针，这两点最符合他们的实际，大概可以分成四个环节，第一环节就是绘本植入，引出“害怕”情绪(2分钟)，第二环节就是经验迁移，进行两点归类(8——10分钟);第三环节就是克服害怕心理的体验——打针(4——6分钟)，第四环节是绘本回归，教师进行总结(2分钟)，最后的延伸就是与生活相联系，抱抱客人老师(2分钟)。

健康体重班会教案篇六

活动目标:

- 1、能够清晰的解释视频中小狮子身上发生的事情;
- 2、准确掌握刷牙的正确方法;
- 3、愿意每天早晚坚持刷牙;

活动重、难点: 准确掌握刷牙的正确方法

活动过程:

导入: (不爱刷牙的小狮子) 视频, 提问: 视频里发生了什么? 想一想怎么帮助他 (引入刷牙)

第一环节: 帮助小狮子

出示道具 (狮子口腔), 现在狮子的嘴巴里有脏东西, 我们怎样才能用牙刷又快又好的帮他把脏东西刷出来呢? (请个别幼儿尝试)

分享经验：怎么刷不出来/怎么刷出来的？

教师小结：示范，上下刷/左右刷/横着刷

第二环节：分组互动——我是小能手

将幼儿分为两组，可请幼儿找自己的好朋友组为一队。先请一人在小狮子口腔中尝试刷，一人在旁边观看。完后，相互交换。

分享交流：在帮小狮子刷牙的过程中都有哪些问题？你是怎样解决的？

教师小结：总结大多数问题，请一组做的比较好的幼儿上前表演

第三环节：提问与讨论

除了帮助小狮子刷牙还可以怎么办？（引出早晚坚持刷牙，坚持用正确的方法刷牙，饭后漱口）

活动延伸：

播放儿歌《牙刷火车》合着音乐一起做动作，强化刷牙动作记忆。家长可每天早晚播放儿歌提醒幼儿刷牙。

健康体重班会教案篇七

1. 知道洗手的重要性，可以有效预防疾病。
2. 了解七步洗手法的步骤，并依据七步洗手法正确洗手。
3. 在轻松愉悦的氛围中感受洗手的快乐。
4. 了解保持个人卫生对身体健康的重要性。

5. 能够将自己好的行为习惯传递给身边的人。

(上述目标可根据幼儿大、中、小班年龄不同制定)

1. 导入:

小朋友，我们的两只手每天要做很多事情，比如吃饭、穿衣服、写字、画画、还可以玩很多玩具，我们的小手很能干。可是，有时，我们会去很多公共场所，比如说医院、游乐场等，所以我们的双手上会沾满许多看不见的“脏东西”——细菌、病毒。如果手不干净，就会把这些脏东西吃到嘴里，使人生病，为了防止病从口入，我们就要养成勤洗手的好习惯，正确的洗手方法可以有效的预防传染病，防止病从口入。

2. 授新

a.展示图片(七步洗手法图)讲解要求：使用流动水，使双手充分浸湿，用适量肥皂或皂液，均匀涂抹至整个手掌、手背、手指和指缝，认真揉搓双手，保持泡沫停留6秒钟。

b.逐一展示步骤，边听、边看、随视频做出洗手的动作。

c.学习《洗手歌》，帮助幼儿更快记住七步洗手法，教师有节奏的读一遍儿歌，边读边做动作，之后带着幼儿一起学习儿歌。

3. 回顾

观看七步洗手法全部过程，加深幼儿记忆。

4. 延伸活动

在日常的生活活动中，小朋友要正确运用七步洗手法进行洗手。

虽然只是一个小小的洗手环节，只要认真的去观察、贴近幼儿的生活，就会发现孩子的一个小小举动，就是我抓住教育的良好契机。生活中的每一个细节都需要去动脑筋，应该给孩子们创造亲自体验的机会，把教育转化为幼儿的需要。良好习惯的养成是孩子成功的基础，要站在孩子的立场，体验孩子习惯的养成过程。

健康体重班会教案篇八

1、稳定幼儿情绪，做手指操。

2、出示各种查体仪器，了解用途，让幼儿初步体验。

(1) 老师给小朋友带来一样东西。出示听诊器，问：“小朋友这是什么呀？谁知道这是干什么用的？”找小朋友听一下、戴一下。

教师总结：这是听诊器，用来检查人体的心脏，听肺里的杂音用的仪器。医生在给我们做检查时，我们要掀起外衣，请小朋友掀起外衣，老师做医生给小朋友听一下咚咚咚的心跳声。

(2) 出示身高体重计。问：幼儿这是干什么用的呢？告诉幼儿这是量身高、称体重用的。找幼儿示范，要求双脚并齐、站直进行测量。

(3) 让幼儿闭眼数一、二、三，出示视力表。问：小朋友谁见过？教师告诉幼儿，这是视力表，用来检查小朋友视力用的。视力表的字母从大到小，小的字母看的越清楚就说明视力越好。检查时先挡住一只眼睛，然后再换另一只眼睛检查，指出开口方向。请全体小朋友起立练习一下。

(4) 让幼儿猜一下，这是干什么用的？

出示检查五官的小镜子、手电。请幼儿示范给小朋友看。知道这些是用来检查小朋友的耳朵、眼睛、口腔、鼻子等的医疗器械。

小结：以上这些东西都是医生给小朋友做健康检查用的，健康查体不是有病的时候才去检查的，健康检查很重要，通过检查可以让你早知道身体状况，早治疗，能预防不生重大疾病，所以我们每个人都要做定期的健康检查。

健康体重班会教案篇九

1、培养幼儿自己独立就餐的好习惯。

2、让幼儿知道愉快就餐有益于身体健康。

餐具若干。

2、教师：贝贝是怎么样吃饭的呢？这样好不好呢？（教师引导幼儿根据画面说一说。）

小结：贝贝没有自己养成自己吃饭的习惯，还需要妈妈来喂，这样是不对的哦，小朋友应该要养成自己独立进餐的好习惯。

3、教师：亮亮吃饭的时候是怎么样子的呢？这样做对吗？

小结：亮亮吃饭的时候拿小勺和小碗的姿势不对，所以桌上总会洒出饭菜来。

4、教师：小朋友，你们看看红红是怎样吃饭的呢？她吃饭的时候对不对呢？

小结：红红坐得很端正，会拿勺子和小碗。做得很好。

5、教师：小朋友，你们看看这三位小朋友地，谁吃饭的习惯

最好呢?谁做得最好,你们喜欢哪个小朋友呢?为什么?(教师引导幼儿说出好的进餐习惯,并教育幼儿应该向红红学习,自己吃饭,并且能够坐得端正、吃得干净。)

2、教师:我们吃饭的时候应该要坐姿端正,左手扶碗,右手拿勺,一口饭,一口菜,细嚼慢咽,安安静静,不把饭菜洒在桌上、地上,吃完自己的一份饭菜。

教师进行示范,请个别幼儿进行练习操作。

坐在小桌边,宝宝学吃饭,右手拿小勺,左手碗扶牢,一口饭,一口菜,干干净净全吃完。

本活动适合在幼儿园吃饭的时候进行。在表演自己吃饭的时候,教师应在旁指导告诉幼儿怎样正确吃饭。并教育幼儿珍惜粮食,使孩子懂得粮食来之不易。