

托班健康活动教案与反思(通用5篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。那么问题来了，教案应该怎么写？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

托班健康活动教案与反思篇一

了解投掷姿态与纸飞机飞行距离的远近关系，有积极试玩的行动。

感受自制玩具的快乐。

寻找把纸飞机投掷得更远的方法。

1、准备运动

- (1) 幼儿展开双臂做小飞机自由自在地四散飞行。
- (2) 在教师的带领下，两人一组排队飞行。

2、投掷练习

(1) 幼儿结伴找一个空间进行纸飞机投掷练习，在练习中寻找把纸飞机投掷得更远的方法。主要是投掷的姿态，在练习中找到投掷手臂和身体的最佳姿态，根据幼儿投掷的情况可适当延长投掷的练习时间。

(2) 在场地上拉上两根绳子，把幼儿分成两组，分别在绳子两边相向而立，互相投掷，根据幼儿投掷的能力随时调整绳子的高度和幼儿间的距离。

- (3) 交换玩伴继续进行游戏。

3、徒手游戏

收取纸飞机，幼儿一起徒手做大炮，发出声音地玩耍，相互“攻击”，快乐游戏。

托班健康活动教案与反思篇二

活动目标：

- 1、乐于在集体面前用动作来表现生活中洗澡的过程。
- 2、体验与同伴一起模仿洗澡所带来的快乐。

重点：乐意模仿洗澡的过程。

难点：大胆的用动作来表现洗澡的过程。

活动准备：

录音机，洗澡歌的磁带，沐浴露瓶一个，玩具小狗一只。

活动过程：

- 1、复习律动《刷牙、洗脸、梳头》，导入活动。

师：我们一起来刷牙、洗脸、梳头好吗？

我们刷牙、洗脸洗好了，现在我们来洗澡，好吗？

师：爸爸妈妈平时在家给小朋友洗澡，是怎样洗的呢？

- 2、引导幼儿讲述并模仿洗澡的过程。

师请个别幼儿讲述并模仿动作，师引导幼儿一起跟做。

5、以游戏化的口吻，请小动物来检查幼儿是否洗干净了，适当的提出小手、肚皮等地方没有洗干净，要求重心再洗一次。动作变换。

小结：小朋友洗澡洗的真干净，现在，我们和小狗一起来跳舞，好吗？

活动活动放《晚安》的音乐，幼儿和小动物一起跳舞。

托班健康活动教案与反思篇三

练习手捧皮球迅速行走，发展幼儿的控制力和灵敏性。

小皮球，数目为人数的一倍。大筐四个。

重难点：练习手捧皮球迅速走

1. 小熊走路。幼儿扮演小熊，模仿小熊走路。

2. 小熊摘西瓜。

教师用透明胶带把皮球固定在绳子上，做为西瓜地。小熊跑到西瓜地里，摘一个大西瓜回来放在大筐里，直至西瓜全部摘完。

3. 小熊送西瓜。

小熊抱着西瓜跨过小河(设置一条小河)送到对岸的.好朋友家(设置小兔、小猪、小狗家)。每次送一个西瓜或几个西瓜(不能滚下来)，直至把一半西瓜送完。

4. 小熊追西瓜。教师“不小心”把筐里剩下的西瓜翻滚到场地上，幼儿追西瓜，把西瓜全部追回来。

5. 游戏结束，小熊吃西瓜。

教师在平时，可选择几个内容分别开展，依情况减轻活动量。

反思;对于活动内容，孩子是非常感兴趣的，也在尽自己最大的努力完成活动任务，尤其是摘西瓜和追西瓜的环节，孩子们都完成得很棒，但是在送西瓜的环节中，很少有孩子是跨过小河，很多都是踩着过河的，因此教师可让孩子分批去送，使前面的孩子对后面的孩子起示范作用。

托班健康活动教案与反思篇四

一、小熊走路。

幼儿扮演小熊，模仿小熊走路。

二、小熊摘西瓜。

教师用透明胶带把皮球固定在绳子上，做为西瓜地。小熊跑到西瓜地里，摘一个大西瓜回来放在大筐里，直至西瓜全部摘完。

三、小熊送西瓜。

小熊抱着西瓜跨过小河(设置一条小河)送到对岸的好朋友家(设置小兔、小猪、小狗家)。每次送一个西瓜或几个西瓜(不能滚下来)，直至把一半西瓜送完。

四、小熊追西瓜。

教师“不小心”把筐里剩下的西瓜翻滚到场地上，幼儿追西瓜，把西瓜全部追回来。

【活动延伸】

托班健康活动教案与反思篇五

托班的健康活动开展能够在身体上和心理上帮助孩子的健康成长，不仅能够促进孩子的身体发育，还能教会他们融入集体，学会与人交流。下面是本站小编整理的托班健康活动计划，希望对大家有所帮助！

设计意图：天气逐渐热起来了，有太阳的时候，孩子会发现地上有自己的影子，颇感兴趣，我想可以通过影子培养他们四散跑的能力。

活动目标：

1. 练习在一定范围内四散跑，培养躲闪能力。
2. 知道物体在阳光下会产生影子。

活动准备；

1. 活动前了解影子。
2. 选择有阳光的场地。

重难点：练习在一定范围内四散跑

活动过程：

1. 找影子。

(1) 教师扮演兔妈妈，幼儿扮演小兔，边念儿歌(走走走，走走走，一个拉着一个的手，拉拉手，拉拉手，拉成一个大太

阳。)边围成一个大圆圈。

(2) 一起找一找别人与自己的影子。

2. 踩影子。

(1) “小兔”分散踩自己的影子。

(2) “小兔”互相追踩别人的影子，提醒幼儿避免推撞。

(3) 游戏反复数遍，注意控制活动量。

活动延伸：

可利用散步等户外活动时间，带领幼儿观察树影、大型玩具影子。

活动反思

孩子们的积极性很高，追得很尽兴，但是教师要规定好范围，以免幼儿跑得太远，消耗过多体力。

活动目标：

练习手捧皮球迅速行走，发展幼儿的控制力和灵敏性。

活动准备：

小皮球，数目为人数的一倍。大筐四个。

重难点：练习手捧皮球迅速走

活动过程：

1. 小熊走路。幼儿扮演小熊，模仿小熊走路。

2. 小熊摘西瓜。

教师用透明胶带把皮球固定在绳子上，做为西瓜地。小熊跑到西瓜地里，摘一个大西瓜回来放在大筐里，直至西瓜全部摘完。

3. 小熊送西瓜。

小熊抱着西瓜跨过小河(设置一条小河)送到对岸的好朋友家(设置小兔、小猪、小狗家)。每次送一个西瓜或几个西瓜(不能滚下来)，直至把一半西瓜送完。

4. 小熊追西瓜。教师“不小心”把筐里剩下的西瓜翻滚到场地上，幼儿追西瓜，把西瓜全部追回来。

5. 游戏结束，小熊吃西瓜。

活动延伸：

教师在平时，可选择几个内容分别开展，依情况减轻活动量。

反思：对于活动内容，孩子是非常感兴趣的，也在尽自己最大的努力完成活动任务，尤其是摘西瓜和追西瓜的环节，孩子们都完成得很棒，但是在送西瓜的环节中，很少有孩子是跨过小河，很多都是踩着过河的，因此教师可让孩子分批去送，使前面的孩子对后面的孩子起示范作用。

活动目标：

练习奔跑、跳跃、下蹲等动作，发展幼儿腿部肌肉的力量，提高反应能力，使动作更加敏捷。

活动准备：

“雪花”(用纸煎成，数量多)，大灰狼头饰

活动过程：

1. 教师带领幼儿在音乐伴奏下，扭动身体和上肢，模仿冬天雪花飘的样子。

2. 游戏“抓雪花”。

教师向高处抛撒雪花，幼儿在雪花落地之前，努力把雪花抓住，可以跳起抓头顶的雪花，也可抓身边的雪花，但不能捡地上的雪花。反复游戏，比一比，谁抓到的雪花多。

3. 游戏“捡雪花”。听音乐在规定时间内捡雪花，音乐停，把捡到的雪花交给老师，说说自己捡了多少。

4. 赶走大灰狼。

把雪花揉成雪团。配班教师戴上大灰狼头饰，大家一起打大灰狼，大灰狼四处逃窜，直至被赶走。

活动延伸：

教师可更换其他材料进行该形式的游戏，如拾树叶、捡花瓣等。

反思：幼儿活动的积极性很高，孩子们都意犹未尽，但是教师准备的材料不够充分，应该大大小小都有，以免能力差的幼儿抓不到，教师还要多鼓励孩子跳起来抓，发展跳跃能力。

设计意图：天气逐渐热起来了，有太阳的时候，孩子会发现地上有自己的影子，颇感兴趣，我想可以通过影子培养他们四散跑的能力。

活动目标：

1. 练习在一定范围内四散跑，培养躲闪能力。

2. 知道物体在阳光下会产生影子。

活动准备；

1. 活动前了解影子。

2. 选择有阳光的场地。

重难点：练习在一定范围内四散跑

活动过程：

1. 找影子。

(1) 教师扮演兔妈妈，幼儿扮演小兔，边念儿歌(走走走，走走走，一个拉着一个的手，拉拉手，拉拉手，拉成一个大太阳。)边围成一个大圆圈。

(2) 一起找一找别人与自己的影子。

2. 踩影子。

(1) “小兔”分散踩自己的影子。

(2) “小兔”互相追踩别人的影子，提醒幼儿避免推撞。

(3) 游戏反复数遍，注意控制活动量。

活动延伸：

可利用散步等户外活动时间，带领幼儿观察树影、大型玩具影子。

活动反思

孩子们的积极性很高，追得很尽兴，但是教师要规定好范围，以免幼儿跑得太远，消耗过多体力。