

2023年中班健康课保护视力 中班健康快乐心情教案与反思(大全5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

中班健康课保护视力篇一

活动目标：

1. 通过说说、演演、画画等形式表达自己的情绪。
2. 尝试想办法保持好心情，做一个高兴的娃娃。
3. 萌发幼儿关心他人、愿为好朋友带来快乐的情感。
4. 体验游戏的快乐。
5. 让幼儿知道愉快有益于身体健康。

活动准备：

1. 心情火车六列。
2. 画有圆脸的彩色纸若干，勾线笔人手一份。
3. 哭娃娃和笑娃娃各一个，投影仪一台。

活动过程：

一、导入活动

1. 老师要带小朋友到两个小娃娃家去做客，现在我们一起出

发吧！请小朋友观察哭笑图片，说说哭笑脸有什么不同。引出幼儿高兴与伤心的事件。

出示笑娃，引导幼儿观察娃娃的表情，如嘴巴往上翘、眉毛和眼睛弯弯的，眼睛眯成一条线等。

2. 出示哭娃，引导幼儿观察娃娃的表情，如嘴巴往下、眉毛和眼睛也往下，有眼泪等。

3. 猜猜她为什么哭？怎样让她自己变得开心了呢？

4. 你们什么时候也会哭？（重点启发、鼓励幼儿帮助同伴或娃娃想办法解决她遇到的伤心事，使她高兴起来，让幼儿懂得关心他人。）

二、画画讲讲

1. 根据自己意愿画表情卡，画完后把它插入与自己相应号数的心情火车。

2. 和朋友一起说说自己的表情卡，师观察、倾听、随机引导。

三、延伸活动

把心情火车处作为一个“心情小站”，鼓励幼儿在那里讲讲悄悄话，说说演演自己的表情、心情等。

教学反思：

反思对于一个教师来说是非常重要的，它能使教师对自己的表现有个整体的回顾。

本次活动的形式多样，充分调动了孩子的积极性和主动性。孩子们的表演虽然稚嫩，但是却是他们真实情感的表露。由帮助娃娃想办法高兴起来过渡到自己同伴，孩子们很自然

地想出了谦让、共享、轮流等办法,而在画画讲讲中,孩子记录下了自己最真实的情感、表情,又在互相交流中进一步萌发了要让好朋友快乐的情感,较好地完成了活动目标及重难点。然而中班孩子对保持好心情的经验还是比较少的,这需要我们在今后的活动和日常生活中不断积累的,所以最后的延伸活动是比较有意义的。

以上是我在活动中的一点感想,我只希望以后再通过教学实践多摸索经验,使自己的教学水平提高到一个新的台阶。

中班健康课保护视力篇二

一、目标:

- 1、学习清洁身体的方法。
- 2、培养洗澡的好习惯。

二、准备:

- 1、歌曲《我爱洗澡》
- 2、电脑、电视机

三、过程:

1、提问导入:

师:“小朋友大家每次运动后会出汗,出汗后我们要做什么?”

幼:“洗澡。”

师:“一般你洗澡怎么洗的,要用到哪些东西?”

幼1：“肥皂和毛巾。”

幼2：“我妈妈给我用沐浴露的。”

师：“洗澡要清洁哪些部位？”

幼1：“洗身体。”

幼2：“洗头，洗脚，洗屁屁。”

2、讨论：怎么洗得干净？

师：“要清洁这些部位，可怎么才能洗得干净呢？”

3、创编动作。

师：“刚才小朋友说的很棒，那你们能将刚才说的用动作表演给大家看看吗？”（洗头：双手抓头；洗手臂：双手交叉擦洗手臂；洗身体：双手从头往肚子擦洗；洗脚：双手从大腿往下擦洗；冲水：打开水龙头从头到脚冲）

4、检查。

师：“洗好澡了，可有没有洗干净呢？怎么知道？”

幼1：“检查一下。”

幼2：“没有泡泡了就干净了。”

（提醒幼儿耳朵和关节的地方都要洗，强调身体清洁对健康的重要）

5、配合歌曲《我爱洗澡》做洗澡动作。

师：“让我们也一起洗个澡吧！”

中班健康课保护视力篇三

活动目标：

1. 通过说说、演演、画画等形式表达自己的情绪。
2. 尝试想办法保持好心情，做一个高兴的娃娃。
3. 萌发幼儿关心他人、愿为好朋友带来快乐的情感。
4. 体验游戏的快乐。
5. 让幼儿知道愉快有益于身体健康。

活动准备：

1. 心情火车六列。
2. 画有圆脸的彩色纸若干，勾线笔人手一份。
3. 哭娃娃和笑娃娃各一个，投影仪一台。

活动过程：

一、导入活动

1. 老师要带小朋友到两个小娃娃家去做客，现在我们一起出发吧！请小朋友观察哭笑图片，说说哭笑脸有什么不同。引出幼儿高兴与伤心的事件。

出示笑娃，引导幼儿观察娃娃的表情，如嘴巴往上翘、眉毛和眼睛弯弯的，眼睛眯成一条线等。

2. 出示哭娃，引导幼儿观察娃娃的表情，如嘴巴往下、眉毛和眼睛也往下，有眼泪等。

3. 猜猜她为什么哭？怎样让她自己变得开心了呢？

4. 你们什么时候也会哭？（重点启发、鼓励幼儿帮助同伴或娃娃想办法解决她遇到的伤心事，使她高兴起来，让幼儿懂得关心他人。）

二、画画讲讲

1. 根据自己意愿画表情卡，画完后把它插入与自己相应号数的心情火车。

2. 和朋友一起说说自己的表情卡，师观察、倾听、随机引导。

三、延伸活动

把心情火车处作为一个“心情小站”，鼓励幼儿在那里讲讲悄悄话，说说演演自己的表情、心情等。

教学反思：

反思对于一个教师来说是非常重要的，它能使教师对自己的表现有个整体的回顾。

本次活动的形式多样，充分调动了孩子的积极性和主动性。孩子们的表演虽然稚嫩，但是却是他们真实情感的表露。由帮助娃娃想办法高兴起来过渡到自己 and 同伴，孩子们很自然地想出了谦让、共享、轮流等办法，而在画画讲讲中，孩子记录下了自己最真实的情感、表情，又在互相交流中进一步萌发了要让好朋友快乐的情感，较好地完成了活动目标及重难点。然而中班孩子对保持好心情的经验还是比较少的，这需要我们在今后的活动和日常生活中不断积累的，所以最后的延伸活动是比较有意义的。

以上是我在活动中的一点感想，我只希望以后再通过教学实

践多摸索经验，使自己的教学水平提高到一个新的台阶。

中班健康课保护视力篇四

活动目标

- 1、通过游戏，锻炼反应力及身体动作的敏捷性。
- 2、培养游戏中的规则意识。

环境创设皮球同三分之二幼儿人数。

活动过程

一、开始部分

传球游戏：幼儿分成两队，分别从上和下传球。

二、基本部分

- 1、三分之二的幼儿拿取皮球，然后提出要求：

有球的孩子要保护好自已的球，没有皮球的孩子可以动脑筋把别人的球夺过来，每个人只能拿一个皮球。夺球的过程中，要多动脑筋，不能推拉别人或者硬抢。

- 2、教师和无球幼儿一起来进行夺球游戏，教师可以先夺球，然后转换角色保护自己的球。

- 3、鼓励幼儿积极参与游戏。

三、放松部分：

两人一组拍皮球，整理，回教室。

中班健康课保护视力篇五

活动目标：

1. 愿意说出自己不开心的'事情。
2. 学习调整情绪的方法，保持愉快的心情。
3. 能用积极的态度去面对困难或挫折。

活动准备：

1. 小羊博士布偶一个，五角星若干。
2. 幼儿人手一个球

活动过程：

（一）竞赛游戏“拍球”

1. 教师介绍游戏规则和方法：在规定时间内进行拍球比赛，看谁拍的最多。
2. 幼儿进行比赛，教师给前十名幼儿颁发五角星。
3. 幼儿再次进行比赛，继续给前十名幼儿颁发五角星。

（二）教师引导得到五角星或没有得到五角星的幼儿说说自己的心里感受。

1. 教师请得到五角星的幼儿谈一谈自己的感受。

教师：你们得到五角星心里是怎么想的？

2. 教师请没得到五角星的幼儿谈一谈自己的感受。

教师：你们没得到五角星时心里是怎么想的？为什么没得到五角星呢？

（三）教师引导幼儿了解一些调整不愉快情绪的方法，鼓励幼儿保持积极的心态。

1. 幼儿自由讨论：没有得到五角星该怎么办？

2. 教师小结：刚才小朋友讨论的很好。当我们的愿望没有实现时，首先不能灰心，想一想失败的原因，再继续努力。

3. 教师出示小羊博士：小羊博士请小朋友讲一讲，自己还遇到过哪些困难？其他小朋友可以一起帮他出主意。

4. 教师小结：小朋友遇到困难不要害怕，不要灰心，可以向别人请教。接受别人的建议和帮助，相信自己已经过努力，一定能克服困难。

（四）教师激发幼儿继续努力，再次鼓起参加比赛的信心。

教师以小羊博士的口吻发出邀请：我们下周还要举行一次拍球比赛，你们有信心参加比赛吗？让我们一起加紧练习吧！

活动延伸：

教师鼓励幼儿遇到挫折时不要灰心，要学会用适当的方法调整自己的心态，保持积极，乐观的情绪。