

最新小班健康教案小篇(优质9篇)

作为一位兢兢业业的人民教师，常常要写一份优秀的教案，教案是保证教学取得成功、提高教学质量的基本条件。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

小班健康教案小篇篇一

在小班幼儿的日常生活中，健康行为的养成至关重要。幼儿期是孩子发育成长的重要起步阶段，稳定的健康生活习惯不仅对于身体健康有益，还有利于学习和社交能力的发展。在班级中，老师们对小班幼儿的健康行为进行指导和帮助，我在这一过程中也有了一些心得体会。

1. 营造良好的健康氛围

首先，营造良好的健康氛围是小班幼儿健康行为养成的重要环节。在幼儿园中，老师们总是会以身作则，养成健康的生活方式，例如：教育孩子多运动、多参与户外活动、班级的餐点做好营养搭配、幼儿园进行定期体检等等。这些行为都会被幼儿深刻地感受并学习到，每天早晨开展晨会，让孩子们每日重复着对健康的重视和保护。

2. 建立健康生活习惯

建立健康的生活习惯也是小班幼儿健康行为养成的关键。在我的班级里，我们老师会经常引导孩子们养成良好的饮食习惯，让孩子们知道应该怎样选择食物，自己动手准备一些简单的、易于做的健康餐点。同时，老师们还会教孩子如何保持个人卫生习惯，例如如何洗手、如何刷牙等等。这样一来，在班级生活中，孩子们就能自觉遵守，从而在日后的生活中

去养成良好的生活习惯。

3. 关注孩子的心理健康

除了身体上养成健康的行为，我认为还应该注重孩子们的心理健康。心理的稳定不仅有助于孩子们健康成长，还有利于孩子们在学习和生活中表现更好。在我的班级里，老师们会经常与孩子们心灵沟通，聆听她们的情感，给予她们足够的关注和关心。老师们严格要求自己的情感规范管理，不嘲笑、不讽刺、不骂孩子，让孩子们感到温暖和被关爱的重要性，积极扶持、引导孩子们保持心境愉悦、健康平稳。

4. 加强家园合作

在幼儿园中，家园合作也非常重要。为了养成孩子健康行为，与家长的配合也非常必要。我们老师会定期向家长汇报孩子的健康情况，分享值得家长参考的营养餐点，让家长学习到如何在家中替孩子营造良好的生活习惯、积极满足孩子的需求，以达到共同推进孩子健康成长的目的。

5. 注重孩子的多维度发展

最后，我认为，要想养成健康的生活习惯，必须注重孩子的多维度发展。在班级中，我们所有的老师都会为培养孩子的全面能力而努力。我们鼓励孩子们开展各种户外活动、认真听讲和参与集体活动。同时，老师们注重孩子的精神世界，让他们知道如何保持心灵健康，让他们有机会表达心声，放松身心，使心身充满能量，更好的应对未来的挑战和困境。

总之，小班幼儿健康行为的养成是全幼儿园教育的重要组成部分。坚持营造健康的氛围、建立健康生活习惯、注重孩子心理健康、加强家园合作和注重综合能力发展，这些因素同在一起，共同构筑起幼儿园健康教育的完整性和连续性。希望在日后的我们的教学实践中，能够加倍努力，提升幼儿们

的生活素养及知识，为幼儿未来的健康成长，贡献自己的一份力量。

小班健康教案小篇篇二

近年来，随着亲子关系的重视和人们对健康的关注，小班亲子健康课逐渐成为许多家庭关注的焦点。身为一位家长，我带着好奇和期待参加了一次小班亲子健康课程。在这个过程中，我汲取了许多有关孩子健康的知识，同时也领悟到了一些教育的原则和方法。在这篇文章中，我将分享我对小班亲子健康课的心得体会。

首先，小班亲子健康课给予我很多关于孩子健康的专业知识。课程中，我们不仅学习了孩子合理的膳食搭配和日常锻炼的重要性，还接触了许多有关儿童心理健康的知识。例如，课程中提到的“亲子时间”概念让我深思。我们常常忙于工作和生活，很少能专注于孩子，然而，给予孩子足够的亲子时间有助于建立亲密的关系，培养孩子的自信心和安全感。这对孩子的心理健康有着积极的影响。

其次，小班亲子健康课在课堂中引入了一些有趣的互动环节。在这些环节中，孩子们可以进行小组活动，通过游戏和竞赛来学习。例如，课堂上进行的健康知识问答让孩子积极参与，通过回答问题来巩固他们所学的知识。这种互动的方式激发了孩子们的学习兴趣和积极性，增强了他们对健康知识的认知和理解。

除了专业知识和互动环节外，小班亲子健康课还强调了家长的重要性。在课程中，我们了解到，家长的行为模式和健康习惯对孩子的影响很大。孩子们通常会模仿父母的行为，因此，家长的健康习惯是培养孩子健康生活方式的关键。这让我意识到，作为一个家长，不仅要强调孩子的健康，也要自己做好表率，成为孩子模仿的榜样。

在小班亲子健康课中，我还学到了一些教育原则和方法。首先，我们被鼓励鼓励孩子独立思考和解决问题。在一个活动中，我们组织孩子们讨论和分享他们所了解的健康知识。这种启发式的学习方法让孩子们积极思考、自主学习，培养了他们的自信心和解决问题的能力。其次，小班亲子健康课注重培养孩子对自己健康的责任感。我们被鼓励制定个人健康目标，并通过每周的记录和反馈评估自己的努力。这样的做法使孩子们学会了对自己的行为负责，激发了他们改变不健康习惯的意愿。

总的来说，小班亲子健康课给予了我很多关于孩子健康的专业知识，通过互动环节和家长的参与，提高了孩子学习的积极性和兴趣。同时，课程中传授的教育原则和方法也对我在家庭教育中有所启示。我相信，通过参加小班亲子健康课，我将更好地引导孩子健康成长，并营造一个有益于他们健康的家庭氛围。

小班健康教案小篇篇三

现在的社会，健康已经成为人们生活中越来越重要的一个议题。而在幼儿园中，培养幼儿的健康行为也愈发显得重要。作为一名小班幼儿的老师，我深深体会到了幼儿健康行为的重要性，下面我将介绍几个我教小班幼儿学习的健康行为心得和体会。

第二段：早晨锻炼的重要性

小班幼儿的身体素质和身心发展都处于关键期，让幼儿养成合理的生活习惯十分重要。为了让幼儿养成健康的生活方式，每天早晨我们会在教室或操场上进行锻炼。这些简单的体操动作可以帮助幼儿增强身体协调性和肌肉力量，还可以锻炼幼儿的耐力和集中注意力的能力，让幼儿在学习时更加积极主动，从而达到较好的学习效果。

第三段：合理饮食培养的重要性

好的饮食习惯是小班幼儿健康成长的基础。在幼儿园里，我们给幼儿营造良好饮食氛围，引导幼儿养成健康饮食的习惯。我们设立“半自助餐饮”制度，让幼儿自由选择自己所喜欢的食物，同时也要求幼儿在饮食中尽量选择健康、营养的食品。在餐后，我们还会引导幼儿们养成饭后刷牙的好习惯，这不仅可以减少牙齿疾病的发生，还可以增强幼儿口腔卫生的意识。

第四段：户外活动的重要性

户外活动有助于幼儿身心的健康成长，也是促进幼儿园园所和社会的交流沟通的重要途径。我们每月都会组织一次户外活动，比如爬山、郊游、野餐等等。通过这些活动，幼儿可以接触到不同的自然风景，充分体验到大自然的美好，同时也可以锻炼幼儿的团队合作精神和感恩意识，让幼儿更加适应社交生活。

第五段：结语

幼儿期是人生中最重要阶段之一，小班幼儿健康行为的养成非常关键。通过早晨锻炼、合理饮食、户外活动等方式，我们可以帮助幼儿养成良好的生活习惯和健康的行为，让幼儿能够在良好的环境和氛围中健康成长。这也是我们教师最重要的使命之一。

小班健康教案小篇篇四

- 1、让幼儿知道每个人都有两只耳朵，它长在头的两边，知道可以听声音。
- 2、发展幼儿的听说，培养幼儿的注意能力。

3、了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。

4、让幼儿知道愉快有益于身体健康。

耳朵模具图片

一、活动开始。

(通过谈话引出主题)老师：叮铃铃，叮铃铃，刚刚是什么在响呢？

(幼儿回答)老师：真棒，我们是用耳朵听出来的呢！

二、基本部分

(观察了解耳朵)老师：我们每个人都有机灵的小耳朵，小耳朵在哪里？有几只？

我们的耳朵是怎么样的？我们可以用手摸一摸，捏捏自己的小耳朵和旁边的小朋友耳朵。

三、小动物的耳朵老

师：小朋友都有机灵的耳朵，而且我们的耳朵是那么漂亮，那小动物有没有漂亮又机灵的耳朵呢？我们一起来喊小兔、小猫。大家跟小动物打招呼吧！

老师我们都知道每种动物的耳朵长得都不太一样，它们的耳朵也很灵的呢！

四、讨论怎样保护耳朵

(幼儿回答)老师：人和动物都有两只机灵的小耳朵，耳朵可以让我们听见各种各样的声音，如唱歌声、说话声等等。耳朵也是很重要的器官，我们要好好保护，不随便挖耳朵。声

音大时，人要走开或张开嘴等，让我们的耳朵更灵。

从执教的情况来看，我觉得自己在课堂上的组织语言还有待加强，如何让孩子对你的提问或是小结能更好的明白、理解，是自己在以后的教学中需要关注的一个重要方面。

小班健康教案小篇篇五

此刻的孩子都是独生子女，离开了熟悉的家庭环境对幼儿园的一切感到陌生，个别幼儿出现不合群现象，这样会影响幼儿个性的发展。根据这一现象，我设计了小班活动《一齐玩，真欢乐》，由于小班幼儿年龄小，形象思维占主导地位，我制作了幼儿喜爱的动画形式的课件，并为幼儿准备了很多玩具，让幼儿在玩中体验大家一齐玩欢乐，并引导幼儿与同伴友好相处，培养幼儿合群、乐群的性格。

- 1、经过活动使幼儿体验，大家一齐玩的欢乐。
- 2、引导幼儿与同伴友好相处，培养幼儿合群、乐群的性格。

课件、磁带、录音机、大型积木、各种玩具若干。

给幼儿供给大家一齐玩的机会。

引导幼儿在游戏活动中与同伴友好相处。

- 2、展开：放课件，幼儿观看。

图二、我们看又发生了什么事情，妞妞怎样了她为什么生气了鼓励幼儿想办法：你能够和你的小伙伴商量一下，怎样做才能让妞妞不生气，欢乐起来呢小朋友想的办法真不错，我们看妞妞的小伙伴是怎样做的。

图三、来许多小朋友哄她(对不起，我们不是故意的，你别生

气了)妞妞看到小朋友态度那么友好，就原谅了他们，也不生气了。

图四、小朋友们拉起妞妞的手说：“妞妞，和我们一齐玩去吧”

图五、妞妞和大家一齐玩，真欢乐呀!

提问：

小朋友你们觉得妞妞一个人玩欢乐，还是和小朋友一齐玩欢乐你喜欢一个人玩还是和大家一齐玩，当你和小朋友玩玩具或做游戏时，不细心碰到了别人或者碰坏了别人刚搭好积木时，怎样办呢要向别人说：对不起，这样别人才原谅你，喜欢你，才能成为好朋友。

小结：

刚才看了妞妞一个人玩不欢乐，也没意思和大家一齐才是最欢乐的，教师给小朋友准备了许多玩具，小朋友要和大家一齐玩看看是不是很欢乐。

幼儿玩玩具，体验大家一齐玩的欢乐，教师巡回指导幼儿，如发现一个人玩玩具，教师引导幼儿和大家一齐玩。

小结：

请小朋友说：你刚才是怎样玩玩具的(如我和xxxx小朋友一齐搭积木了)(我和xx小朋友玩汽车了)小朋友和大家一齐玩欢乐吗大家一齐玩玩具很高兴，大家都成了好朋友，我们做个《找朋友》的游戏吧!

结束：幼儿听音乐做《找朋友》游戏，结束。

小班健康教案小篇篇六

- 1、观察、记录牙齿的外形特征，了解牙齿的基本外形结构。
- 2、学习牙齿名称：切牙、尖牙、磨牙，了解牙齿外形与功用的关系
- 3、发现事物间相互关系，提高观察、概况能力。

1、相关ppt

- 2、人手一个小镜子、笔。

一、我们的牙齿

- 2、教师引入相关知识：什么是乳牙，什么是恒牙，为什么要换牙（简单带过）
- 3、小朋友们相互观察一下同伴的牙齿，老师请人描述一下牙齿的样子
- 4、教师引入相关知识：什么是切牙、尖牙（犬牙或虎牙）、磨牙以及它们的外形

二、观察我的`牙齿

- 1)、请小朋友们利用镜子观察自己的牙齿，数一数自己的牙齿一共有几颗切牙、尖牙和磨牙，并记录在表上。
- 2)、请小朋友们来展示自己的观察记录结果。
- 3) · 牙齿是怎么样工作的呢？

- 1、教师分享点心——曲奇饼干

3、食用点心后请小朋友们来说一说在吃东西时牙齿是怎样配合工作的

4、教师概括切牙、尖牙和磨牙的作用。

活动中让幼儿自己数牙齿自己然后填记录表的方式不太好，可以换成一整张大的记录表让幼儿在位置上数然后填上去，也能起到直观对比的作用。

小班健康教案小篇篇七

3-6岁幼儿正是身心发育阶段，尤其是小班幼儿，缺乏一些必要的生活经验，自我保护意识差，常常不能预见自我的行为会产生什么样的后果。近期，我班幼儿常发生抠鼻子致其流血的情景，所以，我设计了本节活动。

1、经过故事，幼儿能够萌发出保护鼻子的意识。

2、引导幼儿了解鼻子的作用。

3、基本能够正确掌握擤鼻涕的方法。

重点：基本掌握正确擤鼻涕的方法。

难点：经过故事，幼儿能够萌发出保护鼻子的意识

1、有特殊气味的生活用品、纸巾若干。

2、有擤鼻涕的生活经验。

（一）导入部分由添画游戏导入活动：出事一张未画完整的画像。

小结：小朋友真聪明，这副画缺少了鼻子，由此引出鼻子这

个主题。

（二）活动部分1、玩游戏：师幼共同玩游戏《看谁的本领大》，引导幼儿用各种器官去尝试分辨事先准备好的各种物品的特殊气味（醋、花露水、酒），说对的给予鼓励。

2、引导幼儿根据以往的经验说一说，鼻子还闻到过什么气味（臭味、甜味、烧焦味等）。

3、引导幼儿说一说鼻子的作用。

鼻子除了用来闻味，还有什么作用？（呼吸）所以，我们要保护好自我的鼻子，不要让它受到任何的伤害。

此刻教师有个故事，小朋友想不想听一听是怎样回事？故事的名字是《翘鼻子鲁鲁》。

小结：保护好鼻子，不能乱挖鼻子，不要把东西往鼻子里塞，这样做很危险也很不讲卫生。

5、教幼儿正确擤鼻涕的方法：

（1）幼儿自我用纸巾擦鼻涕。

（2）根据幼儿的表现，讲解擤鼻涕的正确方法，用手帕或纸巾按住鼻子，先按住一侧鼻孔，轻轻擤另一鼻孔的鼻涕，再按住另一侧鼻孔，轻轻一擤，擦净鼻孔周围的鼻涕。

（三）结束部分组织幼儿用正确的方法，学擤鼻涕，对动作正确的幼儿给与鼓励。

【活动延伸】

组织幼儿回班级，与同伴们分享、讨论保护鼻子的方法。

小班健康教案小篇篇八

- 1、经过活动，使幼儿能够正确区分男孩和女孩。
- 2、初步了解男孩和女孩的性格特征，培养幼儿对自我性别的认同感和自豪感。

男孩和女孩的图片各种衣服、发型自编歌曲《男孩和女孩》

1、教师出示男孩和女孩的图片，请幼儿说一说，他们谁是男孩，谁是女孩，你是从哪里看出来的(幼儿分别从头发的长短、高跟鞋、衣服等方面看出。)

2、教师请幼儿分别为图片中的男孩和女孩换上不一样的衣服，最终，教师为女孩也换上短裤和短发，再请幼儿说说，他们都是男孩吗为什么不是仅从头发的长短和所穿的衣服，能不能正确地确定男孩和女孩啊(不能)

3、怎样才能正确地确定出男孩和女孩呢

(幼儿进取思考，并结合上次活动资料找出了许多不一样之处，如xxx小朋友说：“男孩有小鸡鸡，女孩没有”xxx小朋友说：“看子宫，女孩有子宫，男孩没有。”有的幼儿观察十分仔细，其中xxx小朋友说：“看脖子，男的脖子上有个疙瘩，女的没有，我爸爸就有，妈妈就没有。”我问孩子们那个疙瘩叫什么名字xxx小朋友说：“那叫‘喉结’。”还有的幼儿说“男的都挟着包，女的都背着包”等等，我对孩子们的回答都给予了进取的肯定，并让幼儿了解男孩等到长大了才会长“喉结”。

我惊讶于孩子们观察的仔细，但我更惊讶于孩子们的提问xxx小朋友问：“教师，那要是有一个男的和一个女的，穿得一样的衣服，剪一样的头发，背着我们，那我们怎样区分呀”看来，孩子们真的是动脑筋了，当即，我把问题提给了

大家，请幼儿说说该如何区分。孩子们有的说：“看个子，个子高的就是男的。”有的说：“男的胖，女的瘦。”还有的说：“让他们说句话听听，声音粗的是男的，声音细的是女的。”等等，方法真是多种多样。当大家都同意看脖子是区分男女的最方便的好方法时□xxx小朋友又问：“那要像我妈妈冬天带着围巾，或者穿着高领毛衣，看不见脖子那怎样办呢”孩子们认真听教师的讲解，并进取思考提出了许多有价值的问题。经过进取的讨论，最终得到结论，要正确地区分男孩和女孩不能从一个方面来观察，要从多个角度去区分，这样才能得到正确的结果。)

4、你觉得男孩和女孩在性格上有什么不一样(女孩胆子小;女孩比男孩细心;男孩勇敢，什么都不怕;女孩听话，男孩淘气;女孩漂亮……)小结：男孩应当勇敢、坚强，同样也应当在做事的时候做到认真、仔细;女孩应当漂亮、文静，同样也应当在做事的时候做到勇敢、坚强，男孩、女孩都不错。

5、学唱歌曲《男孩和女孩》(附后)，培养幼儿对自我性别的认同感和自豪感。

1、我心中的男孩和女孩

2、幼儿作品展览

小班健康教案小篇篇九

小班幼儿的健康行为是家长和老师共同关注的问题。作为一名幼儿园老师，我深深地意识到：幼儿时期是形成健康行为的关键时期，一个好的健康习惯能够影响孩子的一生。因此，我不断地思考、总结，摸索出了一些有效的方法，以帮助幼儿养成良好的健康习惯。

第二段：洗手的重要性

洗手是一个非常基本、也非常重要的健康行为。在幼儿园里，我特别强调洗手的重要性，并教给孩子们正确的洗手方法。在我们的教室门口，我还专门设置了一个洗手区，孩子们每次进入教室都要先洗手。通过这样的方式，我希望孩子们养成良好的卫生习惯，避免传染病的发生。

第三段：健康饮食的培养

健康的饮食是孩子身体健康的重要基础。在我的教室里，我严格控制糖分和盐分的摄入，鼓励孩子们多吃蔬菜、水果等富含营养的食品。我还经常和孩子们一起制作健康的小食品，如水果沙拉、蔬菜卷等。通过这些活动，我希望孩子们能够在玩乐中培养健康饮食的习惯。

第四段：生活锻炼的重要性

幼儿园时期是孩子身体发展的关键时期，适当的生活锻炼可以增强孩子身体的抵抗能力，提高免疫力。在我的教室里，我推荐孩子们多参加户外活动，如跑步、球类运动等，每天都要保证一定量的运动时间。此外，我还鼓励孩子们多走路，少坐车，这不仅可以锻炼身体，还可以锻炼孩子们的意志力和毅力。

第五段：结语

通过我的不断实践和总结，我发现，要帮助幼儿养成良好的健康习惯，需要多方面的方法，如洗手、健康饮食、生活锻炼等等。但最重要的还是要充分发挥家长的作用，与老师合作，共同引导孩子们培养健康的生活习惯，从而让孩子们在今后的成长过程中更加健康、快乐的成长。