

2023年幼儿园健康教案中班 幼儿园健康教案(实用9篇)

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。写教案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编收集整理教案范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

幼儿园健康教案中班篇一

1. 乐意看看、听听安全视频，理解故事内容，增强防火意识。
2. 能结合生活经验，说说对火的认识和玩火可能导致的后果。
3. 加强幼儿的安全意识。
4. 探索、发现生活中的多样性及特征。
5. 初步了解健康的小常识。

增强防火意识，说说对火的认识和玩火可能导致的后果。

1. “火娃”图片，幼儿安全视频《不留情的大火》、音乐《杨基歌》。
2. 笑脸和哭脸标记牌、安全用火和不安全用火、玩火的图片。

1. 身边的火娃
2. 不留情的大火

教师：是的，如果人们不正确用火，小朋友玩火，火娃就会发脾气！

3. 安全闯关

对和错教师逐个出示安全用火和不安全用火、玩火的图片，请幼儿辨别行为的对错，同时出示笑脸和哭脸标记牌，如果认为是正确的就站到笑脸前面，如果认为是错误的就站到哭脸前面。

4. 游戏：我是小小消防员

教师：如果万一真的发生了火灾，我们就要拨打电话“119”请消防队员来，我们来做一个“小小消防队员”的游戏吧！听——消防队员们集合了！

教师播放音乐，请幼儿感受稳健、有力的音乐风格，带领幼儿听音乐做消防队员模仿动作（戴上消防头盔，穿上消防服、消防胶靴，集合，开着消防车出发、使用水枪灭火、救援，等等。）

1. 幼儿能积极的参与到活动中来，但是缺少现实生活中的实践能力。
2. 应该做好家园共育活动，让孩子把学习到的内容变成永久性记忆。

幼儿园健康教案中班篇二

小班幼儿喜欢吃甜食，像我们农村幼儿园，由于很多家长和孩子在日常生活中没有保护牙齿的意识，因此有很多孩子患有龋齿，严重影响孩子的健康。于是为了让孩子们知道保护牙齿的重要性，学会正确刷牙，于是我设计了这个活动，尝试在游戏中学着给娃娃刷牙，并告诉娃娃要保护牙齿……为此，我尝试用游戏的形式引导幼儿，使他们的乐意主动学习保护牙齿的方法，养成刷牙护牙的好习惯。

- 1、初步了解牙齿的作用，知道保护牙齿的重要性。
- 2、学习正确刷牙的方法，养成刷牙的习惯。
- 3、学习在集体活动中表达和倾听同伴的表达，初步形成乐意帮助他人的情感和意识。
- 4、幼儿可以用完整的普通话进行交流。
- 5、培养幼儿养成良好生活习惯的意识。

根据目标和结合幼儿实际经验，我把让幼儿知道保护牙齿的重要性作为教学的重点；把学习并学会正确的刷牙方法作为教学的难点。

材料：纸盒做的海绵宝宝一个(嘴里有龋齿)，糖果、饼干等甜食若干。

小牙刷人手一把，毛绒玩具人手一个。

一、好吃的海绵宝宝

- 1、出示“海绵宝宝”引发幼儿学习兴趣。

师：“嗨，小朋友，你们好呀！知道我是谁吗？(鼓励幼儿自由猜想)

- 2、教师引导幼儿注意海绵宝宝的牙齿。

师：“我是海绵宝宝。你们瞧，我有许多牙齿(教师边说边摆弄“大嘴怪”的嘴部)。我呀最喜欢吃香香甜甜的东西。

- 3、教师请一名幼儿来给“海绵宝宝”喂食，引导幼儿说出自己给海绵宝宝喂的是什么。

师：海绵宝宝说他的肚子有点饿了，谁愿意来喂他呀？

师：啊呜，真好吃！真香啊！

4、幼儿自由给大嘴怪喂食。

二、“海绵宝宝”的烦恼

1、引导幼儿分析“海绵宝宝”突然牙痛的原因。

师：哎呀，哎呀，好痛呀！海绵宝宝怎么牙痛了？

(幼儿自由表达牙痛的原因。)

2、请幼儿讨论让“海绵宝宝”牙不痛的方法。

师：小朋友，你们快帮帮我吧。我该怎么办呀？

3、教师总结

(幼儿自由表达，教师根据幼儿回答内容及时进行归纳总结：饭后要漱口、少吃甜食、睡前要刷牙……)

三、“海绵宝宝”学本领

1、引导幼儿讨论刷牙的方法，做各种刷牙的动作。

(幼儿讨论交流，“海绵宝宝”边听边做各种刷牙的动作。)

2、教师说刷牙歌《我们来刷牙》，示范动作。

师：小牙刷，手中拿，我们大家来刷牙。上刷刷，下刷刷，里刷刷，外刷刷，这边刷，那边刷，牙槽里面也刷刷，最后喝口清清水，咕噜咕噜涮一下。啊牙齿干净啦！

3、师幼一起说儿歌边做刷牙动作。

4、教师总结，幼儿与“海绵宝宝”再见。

师：现在我的牙齿真舒服！这个方法真好。我一定告诉章鱼哥和蟹老板，让他们也来刷刷牙，谢谢小朋友！

四、帮小动物刷牙

1、巩固刷牙的动作，师幼儿共同练习。

(师幼共同练习)

2、引导幼儿了解刷牙常识。

师：小朋友现在都学会了刷牙的本领了。那你们知道每天什么时候刷牙最好吗？

3、幼儿帮其他玩具小动物们刷牙，复习《刷牙歌》

师：瞧，小动物也想学习刷牙的本领呢，你们愿意教它们吗？

活动完后，再次对这次活动的设计进行探讨和反思，发现问题所在：这节课幼儿的主体性发挥不够。没有让幼儿真正成为活动主体，如何让小班幼儿认识刷牙的重要性，把刷牙当作自己的需求，应该是教学活动的重点。教师能在幼儿讨论“海绵宝宝”牙疼的原因之后充分利用幼儿自身的生活经验引导幼儿：“小朋友，你们像“海绵宝宝”一样牙疼过吗”“牙疼时会有什么感觉”“为什么会牙疼”“我们应该怎样保护牙齿”……就会使幼儿感觉到这个游戏和自己息息相关，认识到保护牙齿的重要，自然而然地产生保护牙齿和主动刷牙的意识，进而就会养成天天刷牙的好习惯。这样，幼儿才能成为活动的真实主体，教学活动也才会真正发挥促进幼儿可持续发展的积极作用，幼儿才能成为游戏的真正主

人。

因为目标的达成不光是幼儿、教师的事，还需要家长的参与和共同督促，才能真正让幼儿养成保护牙齿，按时刷牙的习惯。经过反复思考后，我对此次活动方案作了如下调整：首先，在饭后时间，让幼儿照照镜子，观察自己牙齿上残留的饭渣并漱口刷牙，感受漱口刷牙后的变化与感觉，以此调动幼儿漱口刷牙的内部动机。其次，用身边龋齿幼儿的苦恼，引导幼儿进一步理解漱口刷牙的重要性。第三，用儿歌或游戏的方式激发幼儿刷牙的兴趣，帮助他们学习正确的刷牙方法。第四，利用墙饰，提示幼儿刷牙的方法。如：盥洗室张贴挤牙膏和正确刷牙图等。第五，家园互动督促、检查、记录幼儿刷牙情况。这样的教学活动设计符合幼儿的认知规律以及生活化、整合化等教育理念，具有游戏性、巩固性、互动性等特点，利于达成活动目标。

小百科：刷牙是使用牙刷去除牙菌斑、软垢和食物残渣，保持口腔清洁的重要自我口腔保健方法；也是人们自我清除菌斑，预防牙周病发生、发展和复发的最主要手段。

幼儿园健康教案中班篇三

1. 认识几种常见的蔬菜。
2. 能大胆用语言表达对几种常见蔬菜的认识。
3. 知道吃蔬菜的好处，乐意吃蔬菜。
4. 让幼儿了解常见蔬菜的营养价值，知道多吃蔬菜有利于身体健康成长。
5. 知道人体需要各种不同的营养。

课件

2. 准备几种常见蔬菜：芹菜、油菜、西红柿、青椒、胡萝卜等。

3. 纸箱做的摸箱三个、筐子若干个。

2、说一说我认识的蔬菜

教师出示实物，请幼儿看看、摸摸、闻闻、说说自己认识哪些蔬菜。

“班里来了这么多蔬菜宝宝，你知道它们的名字吗？”

3、一起认识蔬菜

(1) 教师拿出芹菜和油菜，请认识它们的小朋友说出它们的名字，并说说它们长得什么样子，有哪些一样和不一样的地方。

(2) 教师引导幼儿观察它们的颜色及茎、叶等，引导幼儿发现异同。

(3) 同样的方法认识西红柿和青椒，胡萝卜和土豆。

小结：每一种蔬菜都要吃，因为蔬菜中含有大量的纤维和维生素，可以预防疾病和促进消化。如果长期不吃蔬菜就生病，多吃蔬菜有助于健康，能使我们长得更高更快更聪明。

4. 游戏“送蔬菜宝宝回家”。

分别将芹菜、油菜、西红柿、青椒放入摸箱，幼儿摸出蔬菜后，用语言表达对蔬菜的认识，然后把蔬菜宝宝送回家，放进相对应的筐子里。

5. 活动延伸：把蔬菜送到幼儿园食堂，让食堂阿姨做蔬菜，结束课题。

在整个活动过程中，幼儿始终处于宽松、愉快的环境之中，他们兴趣高涨，积极主动地学习，真正体现了幼儿的主体性。活动符合小班幼儿的年龄特点，幼儿的主动性、积极性得到了充分调动。孩子们在认认说说中积累了关于这些蔬菜的知识和营养价值。

幼儿园健康教案中班篇四

- 1、引导幼儿认识眼睛的构造、用途。明白6月6日是世界“爱眼日”。
- 2、教育幼儿爱护眼睛，学习保护眼睛的方法。
- 3、引导幼儿学习缓解眼睛疲劳的保健操。

眼睛的构造图，故事眼镜和鼻梁，幼儿不良行为的情景图(也能够是孩子和教师的情景表演)。

一、谜语导入——《眼睛》

上边毛，下边毛，中间夹颗黑葡萄。

上大门，下大门，关起门来就睡觉。

二、了解眼睛的构造，用途

- 1、出示图片引导幼儿观察。
- 2、请幼儿闭上眼睛感受一下看不见东西的感觉。

小结：眼睛是心灵的窗户，没有眼睛我们什么也看不到。

三、引导幼儿了解保护眼睛的必要性和保护眼睛的办法。

- 1、欣赏故事《眼镜和鼻梁》

提问:眼镜和鼻梁为什么吵架最终发生了什么事情

小结:眼镜带在鼻梁上很不舒服,明明得了近视眼,没有眼镜什么也看不到,所以我们必须要好好保护我们的眼睛。

2、欣赏情景表演或看图片

(1)小朋友在用脏手揉眼睛。

提问:这个小朋友做得对不对为什么应当怎样做

小结:小朋友的脏手上有很多的细菌,如果用脏手揉眼睛会让眼睛生红眼病,我们如果感到眼睛不舒服能够用干净的毛巾、手绢或者卫生纸擦。

(2)小朋友头趴在桌子上画画。

提问:这个小朋友哪个地方做的不对为什么应当怎样做平时还要注意什么事情

小结:看书,画画时眼睛不能距离纸太近,也不要躺着看书,否则容易得近视眼。我们要在看书画画时抬起头,眼睛离开约1尺的距离。平时还要注意不要看电视的时间太长,看书时间长了要向远处眺望一下。不要玩尖锐的东西,多吃一些对眼睛有好处的胡萝卜、动物肝脏等食物。

四、引导幼儿做简单的锻炼眼睛的保健操。

2、幼儿在轻音乐的伴随下和教师一齐做眼睛保健操。

幼儿园健康教案中班篇五

1、初步了解您的身体器官以及身体各部位的名称和功能。

2、培养孩子的自信。

3、培养孩子最初的发散思维，以及与手和嘴保持一致的能力。

1、大体型挂图

2、音乐我的身体

1、播放儿歌。我的身体老师带孩子们做节奏——刚才这首儿歌唱了什么？

2、给我看木偶安——孩子们仔细地听着。今天，一个孩子来到我们班。他的名字叫安。安有一件事。她希望五班的孩子帮助他。让我们听听他说的话。

3、木偶安播放录音你刚才的表演很好，但我还是分不清我身体各个部位的名字。请帮帮我。

1、展示挂图，老师将引导您了解身体的各个部位。

我们怎样才能帮助他，嗯！有一张人体的挂图。让我们和安一起寻找身体的各个部位。

要求：指向图片中的一个部位，触摸身体的相应部位，说出完整的句子：“这是他或她的鼻子（或其他），我自己在这里！”！

2、游戏“你说我的意思是”——刚才我们已经通过挂图了解了我们身体的各个部位。现在老师想检查孩子们是否真正理解了。

3、要求儿童快速准确地指出面部特征和身体部位。

谁来帮助安？想想我们的手和脚能做什么

4、节奏“我的身体是最壮丽的”

安不记得孩子说了什么。现在让我们一起跳体操来帮助他。

活动结束后我太累了。安累了。孩子们累了吗？我们带安去休息一下吧。

幼儿园健康教案中班篇六

大班幼儿，运动能力不断增强，动作更趋灵活，但对身体关节的作用及保护方法了解还是很少，易造成运动中关节拉伤、摔伤和碰伤。通过有趣的游戏、关节表演等内容，使幼儿知道关节对人体活动的作用，学会在运动中保护关节的方法。

1、知道关节能使身体弯曲，对人体活动有重要作用。

2、了解简单保护关节的方法。

3、对认识身体部位感兴趣

纸夹板、纸夹长臂、线绳、水彩笔若干、大型积木一套。

图书区投放与人体关节骨骼有关的书。

教师录制幼儿生活和游戏中推、拉、拽和不注意自我保护的现象。

对人体骨骼有初步的了解与认知。

（一）开始部分

教师带幼儿在户外练习跳绳、玩“高矮人”游戏

（二）基本部分

1、教师提问：

绳子是怎样摇起来的？人为什么能变高变矮？（摇绳时靠臂的什么部位，下蹲或站起时靠腿的什么部位）引发幼儿认识人体的关节。

2、引导幼儿寻找身体上的关节，如：腕关节、肘关节、踝关节、膝关节等，再次讨论：有了这些关节人体才能怎样？没有这些关节人体又会怎样？引导幼儿结合生活实际体验关节的重要作用。

3、游戏“会表演的关节”。幼儿找一个裸露在外的关节。大胆地在关节部位上用水彩笔画一样东西。如：小昆虫、小人脸等。然后动一动这些关节，发现关节上图形会一弯一伸的动起来。（加深幼儿对关节弯曲作用的认识）。

4、游戏“机器人与小精灵”。幼儿分成两队，一队扮机器人将纸夹板用线绳绑住膝关节，双臂套纸夹长臂一队扮小精灵，教师扮“工程师”发出口令。两队分别取放积木盖建房子，比赛看哪队先将房子盖好，两队互换角色重复游戏。引发讨论：为什么小精灵队盖的快，机器人队盖的慢？教师与幼儿共同，人体如果没有关节行动起来很困难，有了关节活动起来很灵活方便。关节对人体活动和运动有很重要的作用。

（三）结束部分

1、教师请幼儿观看他们的生活游戏录像，画面出现推、拉、拽的现象。幼儿讨论：这些现象会使小朋友怎样？容易发生什么问题？我们应该怎样保护关节，避免伤害？帮助幼儿提升保护关节的经验：

活动时注意不硬拉、拽同伴的胳膊，不推撞同伴；体育活动中注意互相躲闪避免摔伤；跳跃或提拿重物时注意保护好自已的关节，不使关节拉伤或扭伤。

2、再次观看正确的游戏活动和自我保护的方法录像。

1□

2□

幼儿园健康教案中班篇七

1. 明白紧张是一件很正常的事，学习用各种方式排泄紧张情绪。

2. 大胆表述自我产生紧张情绪的事情或过程。

课件、画笔、纸、视频展示台

（一）观看课件，回答问题

播放课件。

师：你看到画面上有谁？它怎样了？这群受伤的小玩偶要去干嘛？

幼：有一些受伤的小玩偶，他们要去看病。

师：你去看病的时候，心境是怎样的？谁来说一说？玩偶们在等待看病的时候的心境又是怎样的呢？（幼儿讨论，并说一说）

（二）仔细观察，描述不一样表情

师：请注意观察小玩偶们的表情变化。

操作课件，并用“门开了，进去一个，出来一个”的句式请幼儿观察、说说玩偶们表情的变化。

师幼共同总结玩偶们表情的变化。（课件中将几个场景结合起来，一齐观看、比较。）

（三）操作、介绍

问：你有过这样的让你紧张、害怕的事情？你能用画的方式把这些事情画下来吗？

请幼儿介绍（利用展示台）介绍完后再请所有幼儿一齐贴一贴。

幼：1. 紧张了会让疼痛更加重。2. 紧张了会心境糟糕。3. 紧张了会抑郁。4. 紧张了会越来越害怕。

（四）结束活动

问：有什么好方法，能让自我变得不紧张？

师幼共同大声说：我不怕，我必须会勇敢的

幼儿园健康教案中班篇八

1、让幼儿认识手的外部结构，能说出它们的名称，引导幼儿发现手可以做各种动作。

2、培养幼儿关心自己的身体，知道怎样运用手和保护手。

活动准备：

将手指装饰成脸的模样、活动过程：

1、教师：我们来猜个谜语，小朋友要仔细地听：五个兄弟，高矮不一样，天天在一起，齐心把活干。猜我们身体的一个部位。请幼儿猜猜。

2、启发幼儿说出手指、手心、手背、指甲等名称：

我们十个手指；保护手指尖的是指甲；有手掌纹的是手心；转过来这是手背；让我们的手指可以弯曲的是手指关节。

3、我们的手指是一样长吗？是一样粗细吗？

4、教师小结：我们都有两只小手，共有十个手指头，手指不仅不一样长，不一样粗，它们的名字也不一样。手指上还有手指甲、有关节。手分手心和手背。

1、教师边演示边用手说话的口吻讲述：

你们发现了我们手指小兄弟长得不一样，我们的名字也不一样。我最粗最矮，但我最大，我就叫大拇指；而我最瘦最小，所以就叫小拇指；我靠在老大的旁边，我叫食指；我是在最中间，就叫中指；最后介绍一位，我既不是老大，也不是最小，又有在中间，不好取名字，人们只好叫我无名指。

2、让幼儿说说手指的名称：小朋友伸出自己的手指，说说它们的名称。

：手有用吗？你的小手可以做什么？请小朋友自由说说。

小结：我们的小手会帮助大家做这么多事情，小手真能干。

1、小手本领真大，如果没有手会怎么样呀？引导幼儿想像没有手给生活和学习带来的不便。

2、小朋友知道应该怎样保护自己的小手？

幼儿讨论，说说自己的想法。

小结：我们不能玩尖锐的物品，如刀子、玻璃，不玩火和鞭炮、烟花等，不咬手指，天冷时要带手套和涂护手霜等。

幼儿园健康教案中班篇九

1、初步懂得要注意一些保护自己的简单常识，知道不做危险事情。

2、乐意大胆地把自己的想法告诉大家。

（一）、情景导入，引起幼儿对活动的兴趣

1) 出示维尼，引起幼儿的兴趣：今天唐老师请来了一位小客人，你们看是谁呀，出示维尼

2) 引导幼儿与维尼打招呼

3) 师：维尼它怎么了，怎么身上有那么多的创可贴？幼：维尼受伤了。师：维尼哪里受伤了？，提问让幼儿发散思维，尝试着幼：可能被人欺负了，师：有可能的。幼：可能摔跤了：（师转向维尼；你摔跤了吗，）被妈妈爸爸批评了（我也这样想）

4) 我们来听听到底发生了什么事？

（二）、用一个故事导入在家里什么东西是危险，并联系幼儿生活经验进行拓展。

1、听故事，理解故事内容

1) 师：它怎么会受伤的？ 2) 师：你们受伤过的？能不能告诉维尼你是怎么受伤的？（请幼儿详细描述自己受伤的过程）师：所以小朋友要小心桌子的角，小朋友之间互相玩的时候要特别当心——让幼儿阐述自己受伤的地方和过程，由维尼的故事联系到幼儿本身。

3) 教师总结：（对着维尼说：）你下次玩的时候一定要小心

了，现在，和小朋友一起学本领吧。

2、出示幻灯片，幼儿仔细观察

师：我们在家里能不能拿了尖尖的东西乱跑幼：不能，师：我们千万要小心，不能向红红一样乱跑，不然，会弄伤自己的。师：门的后面，我们要小心，不然会维尼一样受伤的。热水瓶小朋友不能碰，如果热水烫在身上，可疼了。

布置情景，引导幼儿判断正确与否

师：图片上的这几个小朋友做的对不对？教师总结：今天我们和维尼一起学了很多本领，还知道很多事情是危险的，危险的事情能做吗，我们要做一个健康安全的好宝宝。