

# 最新健康教案大班反思(模板9篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

## 健康教案大班反思篇一

- 1、用多种方法锻炼腹部肌肉，增强肌肉力量。
- 2、通过竞赛的方式调动幼儿的积极性，培养团队意识。
- 3、培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。
- 4、让幼儿初步具有不怕困难的意志品质，体验健康活动的乐趣。
- 5、喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

## 健康教案大班反思篇二

- 1、幼儿跑步进入活动场地。听音乐做准备动作。
- 2、玩独轮小推车，激发幼儿的兴趣。

### 二、自由探索

- 1、提出问题，引导幼儿发散思维

师：“弟弟妹妹把小车借走了，我们还能玩推小车的游戏吗？”

- 2、自由探索、尝试练习

讨论：哪种方法更省力？哪种方法更好玩？为什么？

### 3、师幼共同分析、总结

（1）二人推车法：请一位小朋友双手着地，教师双手握其双脚脚腕，成“推小车”状前行。

（2）三人推车法：请一位小朋友双手着地，另请两位小朋友分别握其左脚腕和右脚腕，成“小推车”状前行。

### 三、游戏：送小车回停车场

把全体幼儿分成二组进行“推小车”比赛。

比赛共分三次：双人赛、三人赛、设置障碍赛

规则：幼儿两两结合或三人组合成小车状，去停车场停车，下一组小朋友要等前一组小朋友到达停车场才能出发，比比哪组先把车全部停到停车场。

### 放松活动

在音乐伴奏声中幼儿一起做放松活动，以缓解紧张疲劳的身体

## 健康教案大班反思篇三

活动目标：

- 1、在轻松的环境中敞开心灵，快乐地交朋友，表达自己真实的心理想法。
- 2、在优美、浅显的语言中调整自己的心理行为。
- 3、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。

4、让幼儿知道愉快有益于身体健康。

活动准备：

轻音乐、小椅子布置的小树林。区别不同班级幼儿的标志

从不同的班级选取若干名幼儿，他们相互间不是很熟悉。

活动过程：

一、轻松活动——营造轻松的心理氛围(播放轻缓的音乐)

伴着轻缓的音乐，请小朋友随意找个位置，摆个舒适的姿势坐下来，闭上眼睛。

老师配乐解说：

“让我们听着音乐，闭上眼睛，放松小手，放松小脚，让快乐来到我们中间吧。”

“早上，太阳出来，阳光暖洋洋，好舒服！”

“爸爸爱我，妈妈爱我，老师也爱我！我，是个快乐的孩子！”

(请大家睁开眼睛)

二、游戏《找朋友》——主动与别人交流

小朋友面对面围成两个圆圈。不停地交换位置，用语言和动作认识新朋友。

1、师幼认识

## 2、幼儿游戏，相互认识

(1)讨论：怎么认识新朋友呢？

(2)游戏找朋友

“那我们来玩个找朋友的游戏，认识一下新朋友，好吗？”

一半小朋友围成圆圈站好，另一半小朋友去找朋友，老师用语言的

动作提醒小朋友问候、相互介绍。

(3)找个新朋友聊聊天。

3表达：“当你和新朋友说“你好”、拥抱朋友的时候，你有什么感觉？”

## 三、游戏《树林散步》——关爱朋友、信任朋友

闭上小眼睛，让朋友牵着小手在“小树林”散步。

1、请一对小朋友先走走，随机问一下他们的感觉。（相信、放心、、、、）

“小朋友，想到树林去散步吗？”

2、说一说感受

你闭上眼睛走，朋友牵着你的手，在“树林”散步，有什么感觉呢？”

3、全体幼儿伴着音乐在“树林”里散步。

4、小结：相信你的`朋友、帮助你的朋友，是一件非常快乐

的事情。

#### 四、游戏《跟我不一样》——勇敢地承认错误

老师说相反的话，跟老师说做相反的动作，如果错了，就举起小手，大声说：“对不起，我错了。”

1、跟老师说的相反。

2、跟老师做相反的动作。

3、小结：勇敢地承认错误，做个诚实的好孩子，你会变得更快乐。

#### 五、小结：

老师希望小朋友天天快乐，做个人人喜欢的快乐宝贝。

#### 活动反思

本节活动通过观察心情卡，让幼儿了解了他人及自己心情的变化，知道心情好坏对自己的身体影响是很大的，要学会调节自己的情绪，在和孩子们谈话的过程中听到他们说的最多是高兴的时候玩电脑，现在有的孩子玩电脑已经上瘾，如果处理不好影响孩子们的健康，在活动中我提醒孩子们电脑不要多玩，并且学会当妈妈不让玩电脑时，自己应怎样处理自己的情绪，收到了好的效果。通过动手制作可以看出，幼儿对各种表情掌握的很好，这次活动的目的是达到了。

### 健康教案大班反思篇四

后的情形，注意火焰的颜色感知火发出的光和热，让幼儿在火附近伸手烤一烤，说说自己的感受。

小结：纸点燃后发出光和热火焰是红色的。

二、你喜欢火吗？组织幼儿讨论火的用途及危害。

三、实验：火的熄灭。

老师用一个杯子扣住正在燃烧的蜡烛，观察火焰熄灭的过程，启发幼儿思考火焰熄灭的原因。

启发幼儿发散思维：说说灭火的多种方法（浇水、沙盖、湿被子盖、灭火器等）

四、组织幼儿讨论：

（1）发生火灾的原因有哪些？（小孩玩火、乱丢火烟头、在禁放区燃放烟花、用明火照明寻找物品、地震、打雷、乱拉乱接电线等）

（2）如果发生火灾，我们怎样才能保护好自己？

a□如果所在房间有电话，赶快打119报警，并说明着火的详细地址，什么街，哪号楼或附近有什么明显标志。

b□室外着火门已发烫里千万不要开门，并用毛巾、衣服或床单塞住门缝，以防浓烟跑进来，如门不很热也没看到火苗，赶快离开。

c□受到火势威胁时，要当机立断披上浸湿的衣物、被褥等向安全出口方向冲出去。穿过浓烟逃生，要尽量使身体贴近地面，并用湿毛巾捂住口鼻。

d□身上着火，不要奔跑，可就地打滚用厚重衣物压灭火苗。

e□遇火灾不可乘电梯，要向安全出口方向逃生。

□若逃生线路被大火封锁，要立即退回室内，用打手电筒、挥舞衣物等方式向窗外发送求救信号，等待救援，不可盲目跳楼。

五、让幼儿通过游戏掌握基本的自救方法。

老师发出发生火灾信号，幼儿自选逃生办法进行自救。

## 健康教案大班反思篇五

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

2、请幼儿蒙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，眼睫毛是为了避免灰尘进入眼睛，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。

（一）、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呀？为什么？你觉得应该怎样做？小结：小朋友的脏手上有许多的细菌，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可以用干净的毛巾、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需要改进？为什么？应该怎么做？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。

## （二）欣赏图片

提问：这个小朋友眼睛不舒服是怎么做的？

小结：眼睛感觉到疲劳、不舒服时及时的找到爸爸妈妈，让大人带你出去多看看绿色植物，放松休息眼睛。

## 四、引导幼儿做简单的锻炼眼睛的保健操。

1、教师示范眼睛保健操眼睛向上和向下、向左、向右看，然后眼珠转动，用手指轻轻按摩眼睛周围的肌肉，按摩眼睛上面的肌肉、下面的肌肉、太阳穴等。

2、幼儿在律动《眼球体操》的伴随下和老师一起做眼球体操。

## 五、出示学习单

1. 当当当，猜猜这是什么？为什么上面有这么多格子呀？这些格子用来做什么的呀？

小结：这是学习单用来记录宝贝们有没有每天都坚持做眼球体操的哟。

2. 分发学习单，请幼儿自主观察，大胆猜测图案意思。

小结：看看谁能每天坚持做眼球体操，并记录下来。

## 六、活动延伸

带领幼儿到室外放松疲劳的眼部（看绿色植物、眺望远方）

## 健康教案大班反思篇六

- 1、发展幼儿的创造思维，在玩中感受健康活动的快乐。
- 2、训练幼儿有秩序地进行活动，在活动中提高幼儿的综合能力。
- 3、充分发挥幼儿的主动性，体现同伴间的合作精神。
- 4、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。
- 5、了解生病给身体带来的不适，学会预防生病的方法。

## 健康教案大班反思篇七

- 1、理解牙齿健康的标准，知道蛀牙的原因。
- 2、懂得要爱护自己的牙齿，养成4个护牙好习惯。

ppt□

懂得要爱护自己的牙齿，养成早晚刷牙、饭后漱口的好习惯。

理解牙齿健康的标准，知道蛀牙的原因。

### 一、导入

师：我们班的小朋友是不是非常喜欢猜谜语呀？

师：张老师今天请小朋友猜一个谜语，竖起你的小耳朵认真的听，如果你猜出谜底，请你把你的小手举起来。

师："小小石头硬又白，整整齐齐排两排，天天早起刷干净，

结结实实不爱坏"（牙齿）。

## 二、健康的牙齿的标准

1、让幼儿自己说自己认为健康的牙齿是什么样的？

师：你们知道什么样的牙齿是健康的吗？（你认为的）（请个别幼儿回答。）

2、请小朋友想想自己的牙齿是不是健康的

（请个别幼儿回答，引出蛀牙。）

## 三、关于蛀牙的形成

（请个别幼儿回答，说出自己的想法。）

师：我们一起来看看蛀牙是怎样形成的？

（播放蛀牙形成视频。）

进行总结：如果口腔不干净，牙齿表面会堆积大量的细菌，细菌在食物中的糖的帮助下，产生大量的酸，时间久了，酸对牙齿进行破坏，造成龋洞，蛀牙就形成了。

## 四、探索解决蛀牙的方法

（请幼儿来说一说。）

师：我们一起来听听牙博士是怎么告诉我们小朋友的？

（播放护牙视频。）

师：小朋友们，你们想不想知道为什么吃完喝完嚼无糖口香糖可以保护牙齿吗？

（播放唾液护齿的原理视频。）

## 健康教案大班反思篇八

一、摸一摸猜一猜玩《瞎子说颜色》游戏，让幼儿体会眼睛的作用。教师提问：

1、凭感觉猜一猜物体是什么形状？

2、物体是什么颜色？

3、教师小结：

我们用手能感觉出形状，但是不能感觉出颜色，只有眼睛才能看见周围的东西和美丽的色彩。

二、请出一名戴眼镜的幼儿说一说自己眼睛损伤后，给生活带来了那些不方便？

三、观察《幼儿习得手册》“小亮为什么戴上了眼镜？”

1、让幼儿了解视力表

2、请幼儿看图说出小亮戴上眼镜的原因：如：小亮躺着看书，离电视太近，在阳光下看书等。

3、请幼儿自由发言，还有那些不良习惯能损坏眼睛。

四、幼儿讨论：如何爱护眼睛。

教师总结：不躺着看书，不离电视太近，读书写字要做正，不用脏手揉眼睛，不再光线弱的地方看书等。经常做眼睛保护操。

五、教幼儿一套简单的眼睛保护操。（教师自编）一二三，

捋眉毛，四五六，揉一揉，七八九，换个地方再柔柔。

六、放一段轻松音乐幼儿结束活动课。

## 健康教案大班反思篇九

活动目标：

- 1、学习合作抛接球。
- 2、在球的传递游戏中发展身体的灵敏性及协调性。
- 3、萌发集体荣誉感，增强团队合作意识。
- 4、锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。
- 5、培养幼儿健康活泼的性格。
- 6、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。
- 7、了解多运动对身体有好处。

活动准备：

- 1、皮球人手一个，球筐5个，呼拉圈红、黄各10个。
- 2、热身操、自由练习和放松活动的`音乐。

活动过程：

### 一、准备活动

- 1、热身活动：听音乐做各种形式的走跑练习。
- 2、篮球操(操节顺序：头—胸—腰—腹背—腿、圆圈传接球)

## 二、基本活动

### 1、体验双人抛接球。

#### (1) 两人自由抛接。

a. 幼儿两人一组找宽松地方进行自由抛接游戏。

b. 教师围绕幼儿游戏情况进行示范小结。

#### (2) 两人按要求抛接。

a. 近距离两人抛接。(教师随机指导)

b. 远距离两人抛接。(教师随机指导)

#### (3) 肢体调节运动。

教师带领幼儿做啦啦队操调节下肢运动。

### 2、折线抛接球比赛游戏。

a. 教师边讲规则边示范动作，强调抛球、接球及配合。

b. 两队进行多球的抛接游戏比赛。

玩法：第一组排头幼儿把球抛传给第二组排头的幼儿，第二组排头把球抛传给第一组第二个小朋友，以此类推。

c. 总结经验，游戏重复一次。

### 3、组合抛接球比赛游戏。

a. 教师讲述规则并示范。

b.比赛分红黄两队，每队队员两排站好，合作完成游戏。

玩法：两名队员跳进远近不同的圈里后进行抛接球，跳一个抛一个，所有圈跳完后，两名幼儿夹球横移步跑回，第二组幼儿出发，依次进行，最先完成组合游戏的一队获胜。

c.游戏重复一次。

### 三、放松活动

a.四列纵队做单人拉伸放松。

b.两列纵队做双人配合放松。

c.教师带领一队幼儿和另一队幼儿依次击掌，走出活动室。

### 活动反思：

作为发挥主导作用的教师，应该重点围绕两个方面，一是如何更好地抛好球：要根据孩子的兴趣、能力、性格、让孩子跑一跑，接到球；二是如何更好地接住球：它表现为教师要充分发挥教学机智，根据孩子抛过来的球及时调整自己的教学方案或生成有意义的活动。幼儿在抛接球的时候要注意球的高度、难度和力度，并在其中形成自己的抛球经验。并且能在下一次抛球的时候保留原有的经验水准。