

最新小脚丫中班健康教案(优秀5篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

小脚丫中班健康教案篇一

1、感受和体验自己小脚丫的外形特征，有探索、了解小脚的愿望。

2、在生活中知道要保护好自己的小脚。

1、音乐《滑稽的脚先生》

2、垫子、木地板、石子路、羽毛……

一、律动导入：

随着音乐《滑稽的脚先生》跟老师做律动。

——我是滑稽的脚先生，先用脚尖踮着走，再用脚跟翘着走，还用脚边侧着走，走得歪歪又扭扭，双脚并拢还能跳，跳，跳！

二、观察交流：

1、小脚丫会什么

——刚才我们用小脚做了什么事情？

——你会用小脚做什么事呢？（单脚跳、双脚跳……）

（根据幼儿说的集体来做一做，可以用儿歌来引领，如：小脚丫，真能干，走一走，走一走，转个圈圈转回来……）

小结：原来我们的小脚真能干，会做那么多的事情。

2、请出小脚丫

1) 脱袜子（儿歌）：

缩起小脖子（脱袜筒至脚心）

拉长小鼻子（拉出袜头）

弯弯小身子（对折）

住进小房子（放进鞋子）

2) 提醒幼儿两只鞋是好朋友亲亲热热在一起。

3、认识我的小脚丫

过渡：脱掉袜子，真舒服，和你的小脚玩玩吧。

1) 脚上有什么？

——数一数一只脚上有几个脚趾？（幼儿数）哪个脚趾最大？动一动。

——摸摸脚背、脚跟、脚心等。

（过程中可以这样用儿歌引导：——摸摸我的脚跟，圆又圆；摸摸我的脚背，滑又滑……）

——根据老师的指令迅速摸脚背、脚跟、脚心等。

小结：小脚小脚真可爱，脚上有脚心、脚背、有脚趾，有大有小。

2) 挠挠小脚：

——挠挠自己的小脚，挠挠同伴、老师的脚，有什么感觉？

小结：小脚小脚真好玩，挠挠小脚哈哈，痒死喽——

3) 比比脚大小：（和老师、同伴比比）

——你的脚为什么比老师的小？

教师以神秘的口吻告诉幼儿：老师的脚出生时很小，但吃了好多饭和好多菜、水果啊，人长大了，脚也长大了。

——猜猜你长大了，脚会有多大？脚每年都会长大吗？

三、体验感受

1、探险行动

——我们要去探险了，要经过几种不同的路，看看踩在上面的感觉是否是一样的？

（由垫子、木地板、鹅卵石铺成三条路）

2、幼儿讲讲自己小脚踩在不同路上的感受

四、健康教育：

——怎么样保护自己的小脚？

1、勤洗脚，保持小脚的清洁。

- 2、不用力地跺脚、走路，应轻轻地走。
- 3、不踩有刺的东西，避免伤到脚丫。
- 4、夏天睡觉时，要注意脚的保暖。

小脚丫中班健康教案篇二

过程与指导

- 1、初步学习用脚画画、撕纸、夹东西等本领，锻炼脚部肌肉。
- 2、能积极探索小脚的本领，培养幼儿保护小脚的意识。
- 3、体验用小脚丫创作的乐趣。

1、场地创设春天情景。

2、布置污染的小河（内有纸杯、玻璃珠、废纸团、塑料袋、瓶盖等）、皱纹纸、图画纸、颜料、海绵、大树模型、湿毛巾等。

2、录音机、磁带。

一、动一动小脚丫。

- 1、幼儿自由结伴，玩“脚跟脚尖踢”的游戏。
- 2、听音乐做脚丫放松操。

二、认识小脚丫

- 1、你的脚上有什么？动一动、数一数。
- 2、挠一挠、比一比。

三、探索活动：小脚丫的本领

1、引导幼儿谈谈小脚丫的本领。

2、分组活动：用小脚丫布置春天乐园

(1) 脚印画——春天的树

(2) 小脚作画——美丽的花朵

(3) 撕纸贴画——柳树

(4) 救救小河——练习用脚夹物的本领。

3、幼儿与同伴、教师分享用小脚丫布置春天乐园的经验。

四、保护小脚丫

师生共同讨论保护小脚丫的办法。

在本次活动中也存在着不足：孩子的语言表达不够成熟，缺乏连贯性；孩子们安静倾听同伴发言的习惯仍需加强等等。总之在以后的活动中我们会注意这些方面的引导与教育，争取做得更好。

小脚丫中班健康教案篇三

1、通过看、摸、捏、闻等感知活动，了解自己的小脚丫及其简单的功能，初步懂得要保护好它。

2、初步培养幼儿对活动的兴趣，并能产生愉悦的情绪。活动流程：

有趣的小脚丫

1、通过看、摸、捏、闻等感知活动，了解自己的小脚丫及其简单的功能，初步懂得要保护好它。

2、初步培养幼儿对活动的兴趣，并能产生愉悦的情绪。

一、回忆上次活动

引导幼儿回忆上次活动，说说自己的小手是怎样的？

二、观察小脚

引导幼儿通过数数脚趾、捏捏脚趾、动动脚趾、比比脚趾大小、闻闻脚的味道等活动，感知自己的小脚丫，了解其简单的功能，并初步懂得要保护好它。

三、给小脚拍照

1、通过踩脚印的活动，激发幼儿继续观察、感知自己小脚的兴趣。

2、使幼儿体验到踩脚印活动的乐趣。

四、延伸

将幼儿的脚印图布置于教室中，鼓励幼儿邀请自己的父母猜猜、找找自己的小脚丫。

小脚丫中班健康教案篇四

1. 初步认识和了解小脚丫。

2. 知道脚可以做许多事情，喜欢自己的脚。

3. 能爱护、保护脚，讲究脚的卫生。活动准备：大人和小孩的鞋、大小不同的脚印3个、白纸、水笔、音乐带、录音机。

一、听音乐做动作，激发幼儿自由表现脚的本领。

1. 教师直接引发主题，激发幼儿自由表现的愿望

问题：“看一看，谁的小脚做的事情有意思？”

2. 幼儿听音乐自由表现脚的活动。

3. 幼儿相互交流，模仿脚的动态活动。

问题：“你的小脚能做什么事？”

二、看看我们的小脚丫（让幼儿观察、了解脚的外形特征）。

1. 幼儿学习正确脱袜子。教师一边朗诵儿歌《脱袜子》，一边指导幼儿正确脱袜子，重点示范和指导幼儿正面脱袜，并放到指定的位置。

2. 观察小脚丫看一看：“你的脚长得怎么样？”教师认真倾听，及时小结。数一数：“你们一共有几个脚趾？我们一起数数。”教师引导幼儿有顺序地逐一点数。想一想：“脚趾上是什么？脚趾甲有什么用？除了脚趾还有什么？”试一试：“有什么办法可以让自己变得更高一些？”引导幼儿认识脚掌、脚跟，表达用脚掌脚跟活动的体验。

三、保护小脚，引导幼儿了解卫生安全用脚。

1. 大鞋、小鞋穿一穿——幼儿试穿大人、小孩的鞋，获得不同的体验。

问题：“这里有很多鞋，你穿一穿，活动一下，有什么感觉？”

2. 闻一闻脚丫

问题：“闻一闻你的脚，有什么感觉？还有什么办法可以让脚舒服些？教师引导幼儿思考爱护脚的方法。

四、印下小脚印，幼儿自主印画。

1. 教师出示大小不同的三个脚印，引导幼儿象形、排序。

2. 提问：“这是谁的脚印？给它们排排队。”“有什么办法把我们的脚印留下来？”幼儿想法，并描画脚印。

1. 提供机会让幼儿实践多种保留脚印的方法，如：水印、颜色印画，进一步激发幼儿喜爱自己的小脚，在活动中加深对脚的观察和了解。

2. 活动区中鼓励幼儿用脚尝试有趣的活动，如：用脚画画、撕纸、夹物品等，增强脚的活性，激发幼儿对脚的关注和兴趣。附：儿歌：脱袜子缩起长脖子，露出脚后跟，拽着长鼻子，袜子脱下来。

小脚丫中班健康教案篇五

1、在活动中感知自己小脚的结构和功能，激发幼儿探索身体奥妙的兴趣。（兴趣是幼儿活动的。主要动力，因此，激发幼儿对活动的兴趣成为首要任务）

2、培养保护脚、养成良好的清洁卫生习惯。（培养良好的行为习惯是幼儿园健康教育的核心目标）

3、初步领会脚会随着人体的长大而长大，激发幼儿对生活及自己成长的热爱与渴望之情。（对中班幼儿对生命、生长的理解刚刚萌芽，因此，目标不能太高）

4、培养幼儿的自信心，正确对待输赢，有良好的心理素质。

5、培养幼儿与他人友好合作的意识，能与其他幼儿共同游戏，乐意与他人交流、分享不同的玩法。

1、爸爸妈妈、小朋友、婴儿的图片及脚印。

2、铅笔(供幼儿描脚印用的)、纸、蜡笔、颜料、毛笔、剪刀、彩纸等操作材料。

3、磁性黑板、录音机、磁带。

4、地毯、草地、沙坑、鹅卵石路、水泥路、瓷砖路、轮胎；抹布若干、盆子。

1、感知体验法：中班幼儿的思维以具体动作为主，让幼儿看一看、摸一摸、闻一闻，并在各种材质的路面上行走，让幼儿具体感知，幼儿兴趣黯然，且学习效率较高。

2、谈话法：提供充足时间，让每一位幼儿都有机会发表自己的见解，提高幼儿的言语表达能力。

3、情境法：通过创设真实的活动情境，让幼儿亲自体验，能更好唤起幼儿已有的生活经验，点燃幼儿思维的火苗。

一、导入部分，调动幼儿的积极性。

复习歌曲《小脚丫哪里去了》。

(放音乐，师生共同演唱)

二、感知小脚

老师：呀！小脚在这儿呢！我们一起把我们的小脚露出来吧！

脱袜子(儿歌)

缩起小脖子，（脱袜筒到脚心）

拉长小鼻子，（拉出袜头）

弯弯小身子，（对折）

住进小房子，（放进鞋子）

老师在和幼儿一起脱袜子的时候，边脱边说儿歌，用幼儿感兴趣的儿歌的形式教会幼儿正确脱袜子的方法。

（一）激发兴趣、导入主题。

1、和小脚一起跳舞（什么舞要写出来）。（活动小脚，调动幼儿积极性）

2、我们和小脚一起玩玩好吗？（

师生一边脱袜子一边说儿歌：缩起小脖子，拉长小鼻子，弯弯小身子，住进小房子。

三、认识脚

脱掉袜子、真舒服，和你的小脚玩玩吧。

1、看一看小脚

（1）请幼儿看一看、摸一摸自己的小脚，认识脚背、脚掌、脚心、脚跟、脚趾。

（2）数一数脚趾，动一动手趾。

中班阶段幼儿知识经验不够丰富，但对周围世界充满浓厚兴趣，本次活动选材来源于幼儿的生活，符合中班幼儿的年龄特点，小脚是每个孩子都有的，却很少有机会仔细观察它，

在游戏中萌发幼儿对身体的初步探索兴趣，我认为是一件非常有意义的事情。根据中班幼儿“认识很大程度依赖于行动”的特点，在活动形式的安排中，着重幼儿的直接体验，通过看、说、摸、跳、玩等形式，让幼儿充分感知、认识脚的的各部分名称及特征。

活动中加入了“穿大鞋”这个游戏，孩子们穿上爸爸妈妈的鞋后，心情会很激动，通过走一走，跳一跳等活动，感知到了妈妈的鞋子大，自己的鞋子小，又结合了大小的认知概念。这一设计符合中班孩子爱穿大鞋的特点，真正体现了玩学交融，使他们在轻松愉快的气氛中学习。从而使孩子得到了发展。

实践下来，我觉得孩子虽然比较开心，可是和我预设想象的还有距离，孩子由于老师的考虑不周，没有形成较好的规则意识，通过反思，我发现了需补缺的地方，在以后的教育教学活动中应该更仔细的考虑问题，要做到做一百个准备！

小脚丫是孩子们再熟悉不过的了，在幼儿园里小脚丫每天奔跑、做游戏、踢球…、但是孩子们并不是非常了解自己的小脚丫，也很少有机会去仔细观察自己的小脚丫。对于中班幼儿来说，对自己的身体、器官有初步的保护意识是十分重要的，因此，我设计了本次活动。

一多种渠道认识小脚丫在认识小脚丫的结构和功能的环节中，我调动了幼儿的视觉和触觉，让幼儿看一看自己的小脚丫；数一数自己的脚趾头；挠一挠朋友的脚底心；摸一摸自己的脚背；走一走各种质地的毯子。通过这一系列的感官参与，让幼儿了解，自己的小脚丫由脚心、脚背和脚趾组成，自己的小脚丫能感受出不同质地的材料。当然在走不同材质的毯子过程当中，我也考虑到了各种感觉的对比：软的和硬的、冷的和暖的、光滑的和粗糙的等等。

尤其是在挠脚底心、数脚趾头和走毯子的环节，孩子们非常

高兴，感觉像是在做好玩的游戏。

二情节贯穿始终，动静交替在本次活动中，我创设了小脚丫旅行这一情节，始孩子参与活动的时候更加投入，避免了单一、枯燥的说教。小脚丫旅行--休息--旅行，这也考虑到中班幼儿的年龄特点，动静交替，保证了活动的效果。

四、反思不足本次活动存在以下不足：

- 1、在走毯子的过程当中，没有关注到后面的小朋友，前面的孩子已经走完了一种材质的材料，后面的孩子还没有跟上。可以等孩子都走完之后再集体回忆讨论。
- 2、自主学习的环节反而限制了孩子的思维，我把小脚丫的功能归纳为：跑、跳、踢、踩、走，但我应该给孩子更多自己回忆的机会，相信孩子会给出更多令人惊喜的答案。
- 3、最后的结束环节教师无话可说，可以借助怎样穿袜子的儿歌，帮助中班幼儿学会穿袜子。