

幼儿园小班健康领域教案及反思(大全8篇)

三年级教案需要考虑学生的学习能力和语言表达能力，培养学生的自主学习能力。如果您对五年级教案的编写有一些疑问，可以参考一下下面的范本，或许能找到答案。

幼儿园小班健康领域教案及反思篇一

1. 了解戴口罩在新型冠状病毒肺炎疫情期间的作用及意义。
2. 纠正孩子戴口罩的误区，了解佩带口罩的正确方法。
3. 帮助孩子进一步树立自我保护意识。

了解戴口罩在新型冠状病毒肺炎疫情期间的作用及意义。

纠正孩子戴口罩的误区，了解佩带口罩的正确方法

各种质地、样式的口罩(如无纺纱布口罩、纱布口罩、kn95口罩、医用口罩、pm2.5口罩、活性炭口罩等)。

(一) 导入活动、引起幼儿兴趣

1. 师：现在想请小朋友们猜一个好玩的谜语，它是：“四四方方一块布，嘴和鼻子都盖住，两根带子耳上挂，不怕风沙不怕土。”(谜底：口罩)

2. 师：你有戴口罩吗?为什么?

(二) 幼儿观察

教师组织幼儿观察口罩，并提出问题，引导幼儿进行讨论

1. 教师摆放口罩，请幼儿观察各种口罩的不同之处。

师：“今天班里要开一场口罩展览会，小朋友们来看看它们有什么不一样？”

2. 幼儿参观，自由发表想法。

3. 老师：“我们现在都在戴口罩，那口罩有什么作用？”

小结：可以防霾、病菌，口罩能不让病菌侵入我们的身体，保护我们的身体健康。

(三) 教师演示介绍(图片结合实物)

1. 无纺纱布口罩，就是最基础的`口罩，采用简单纱布构成，透气效果差，但是过滤作用明显，常应用在食品销售行业。

纱布口罩，是生活中较常见的，材料是由棉布构成，有一定的隔离效果，主要是通过棉布的组成结构来达到主要作用，有些会根据运用场所作用不同，在纱布上进行特别处理。

95口罩及医用口罩，主要运用在医院、消毒场所，特点也非常明显，大部分是一次性的，主要是阻挡病菌，当然在医院中护士医生日常戴的口罩和主治医生手术时的口罩也是不一样的。

2. 5口罩，是专门用来过滤pm2.5微粒的，随着雾霾污染天气的频繁，在日常道路上经常可以看到。

4. 活性炭口罩，专门用来吸附异味的口罩，运用在一些对气味要求特别严格的场所，比如清理垃圾时戴类似口罩。

5. 类似的以某项具体作用为目的的口罩还有防尘口罩、防毒口罩、防漆口罩等等。

(四) 请幼儿演示：怎样正确戴口罩

1. 个别幼儿演示戴口罩的方法，引导其余幼儿判断正确与否。
2. 教师介绍：“口罩的大小要正好罩住下巴、嘴巴、鼻子等部位，戴太大或太小的口罩，病菌、灰尘等能从口罩两侧的边缘进去。”
3. 讨论收放口罩的方法

佩戴后应将口罩放入干净袋子里，再戴的时候不要翻面，应当避免长时间佩戴。此外，可反复使用的口罩，每天都应该进行清洗消毒；清洗口罩时，应先将口罩放入开水烫几分钟，清洗干净再拿到阳光下晾晒，这样才能起到杀菌消毒作用。

(五) 扩展幼儿特殊时期防护的经验

自由讨论：“病毒发生的期间除了戴口罩外，还应注意些什么呢？”特殊时期，避免外出。在室内时，注意及时补充水分，多喝水，多吃蔬菜水果，注意个人卫生，勤换洗衣服，特别是在外出回来时，勤洗手、喷消毒液、衣服最好清洗一下。饮食以清淡营养为佳。在不得不外出的情况下，选择合适的防病菌口罩、眼睛等，做好防护。

当前新型冠状病毒疫情严重，特殊时期我们应对幼儿进行有关疫情防护方面的引导，使幼儿学会基本的自我保护方法，本节课着重给幼儿讲述了口罩的知识，让幼儿认识、了解各种各样的口罩，引导幼儿学会正确的佩戴口罩的方法。

幼儿园小班健康领域教案及反思篇二

- 1、教幼儿在宽20厘米的纸板上走，发展幼儿的平衡能力。
- 2、发展幼儿的基本动作及相象能力。

幼儿人手一个小动物玩具。两块纸板。

1、教师：“我们小朋友手上拿着纸板可高兴呢，小动物也想和你们一起玩，我们送小动物去草地玩吧。去草地时，要在小路上走，不能走到路外面去，一定要把小动物送到草地才能回来。”

2、开始游戏，教师：“快送小动物去玩吧！”幼儿一边学所拿的小动物的叫声和动作，一边从小路向草地走去，把小动物放在草地上，然后跑回家，教师说：“天黑了，快领小动物回家吧！”幼儿再从纸板上走向草地，领回小动物。

3、游戏可反复2~3次。

幼儿园小班健康领域教案及反思篇三

我喝水我健康

1、了解喝水对身体的重要性，知道多喝水有益于身体健康。

2、养成良好的喝水习惯。

1、故事：奇奇感冒了

2、一盆茂盛的花和一盆枯萎的花

3、三张图片：小朋友喝生水、边说话边喝水、剧烈运动后喝水

一、观察茂盛和枯萎的两盆花，比较不同。

1、讨论：为什么一盆花枯萎了？引导幼儿猜想，可能是因为没浇水，所以枯死了。

2、继续讨论：“植物生长离不开水，我们人不喝水行不行？为什么？”

幼儿讨论后教师总结：我们人和植物一样，离不开水，如果不喝水就会生病甚至死亡。

二、听故事：奇奇感冒了

1、幼儿讨论：奇奇的病为什么好的这么快？

2、请幼儿园的保健医给幼儿讲解原因：人感冒了，身体里有好多病菌，多喝白开水，就可以多排尿，把病菌排出来，这样，奇奇的病很快就好了。

3、请小朋友们入厕，观察比较尿液颜色的不同，（深浅不同），请保健医给大家讲解原因，使幼儿明白身体健康的人，尿液的颜色很浅，身体不舒服或是生病了，尿液的颜色就会发黄，所以小朋友要多喝水，那样能预防疾病的发生。

三、看图片，判断对错。

图一：一名小朋友口渴了，喝生水。

图二：一名小朋友边说笑边喝水。

图三：一名小朋友刚跑回来马上喝水。

幼儿判断讨论，师总结，使幼儿明白：1、生水里面有好多细菌，喝到肚子里可能会肚子痛，要喝凉开水。2、喝水时不能说笑，不然会呛到气嗓里，发生危险。3、剧烈运动后不能马上喝水。

四、请几名幼儿演示喝水的正确方法，并提醒幼儿喝多少接多少，养成节约用水的好习惯。

附故事《齐齐感冒了》

奇奇感冒了，打喷嚏、流鼻涕，可严重了。医生除了让他吃药，还特别嘱咐他多喝水，奇奇听了医生的话，每天都喝几杯白开水，过了几天，感冒真的好了。

活动反思：良好的习惯从小开始培养，幼儿园的健康活动不是仅仅一堂教育活动就能完成的，要贯穿于一日生活的各个环节，在课上孩子们虽然能明白喝水对身体的重要意义了，可是在生活中不一定能做到，所以还需要我们教师多多督促，指导。

幼儿园小班健康领域教案及反思篇四

1、使幼儿初步了解眼睛、耳朵、鼻子这些器官的主要作用，掌握简单的自我保护方法。

2、培养幼儿积极思考，大胆表达自己感受的能力。

1、课件一乐趣练习：眼睛和耳朵的作用。课件一乐趣练习：鼻子和嘴巴的作用。

2、音乐：如果感到幸福

一、猜谜导入课题

上边毛，下边毛，中间有颗黑葡萄。（眼睛）

左一孔右一孔，是香是臭它最懂。（鼻子）

左边一座山，右边一座山，天天在一起，永远不见面。（耳朵）

小结：眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴、眉毛是我们人体的重要器

官，我们通叫做五官，如果一个人长得好看，我们就说这个人五官端正、眉清目秀。

二、让幼儿了解眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴的作用。

课件：眼睛和耳朵的作用

课件：鼻子和嘴巴的作用

1、相互观察五官，并说出它们各自的样子，丰富词汇：五官

2、小实验：哪种感官能帮你

请幼儿通过各种感官来识别糖水、盐水、白开水、酱油、食醋、香油等，了解眼睛、耳朵、鼻子的功用。

小结：五官对我们人体真是太重要了，哪一个器官出了问题，人都会很不舒服。

三、教师讲述故事引出角色游戏“动物诊所”。

教师扮演狮子医生，在给小动物治病的过程中让幼儿了解五官常见疾病的防治知识。

1、眼睛里迷进了灰尘或沙子，千万不要用脏手去揉，要用干净的纱布轻轻地擦出来。

2、不要往鼻孔里塞异物，也不要随便挖鼻孔，遇到灰尘时要用手把鼻子捂住，要学会正确的擦鼻涕方法。

3、引导幼儿讨论：

不要把异物塞入耳朵，不大声对着别人的耳朵喊叫，遇到很大的声音时要把耳朵捂住，

如果耳朵里飞进了小虫，要用光亮或浓香的物品把小虫引出来，

如果耳朵里进了水，可单脚侧身跳让水流出来。

4、眼睛进入灰尘或沙子、鼻子出血、时该怎么办呢？

丰富幼儿经验，互相学习一些自我保护的方法。

四、我来抢答

1、吃饭以前要干什么？

2、吃完饭必须喝口水干什么？

3、什么时候必须刷牙？

4、眼睛里进了灰尘应该怎么办？

5、用手挖鼻孔好吗？应该怎样擦鼻涕？

6、遇到灰尘或难闻的气味时应该怎么办？

7、鼻子出血了怎么办？

8、对着别人的耳朵大声喊叫对不对？

9、爱生气的孩子好不好？爱发脾气孩子好不好？

教师评议比赛情况，为得光荣花多的队鼓掌。

五、歌表演：如果感到幸福。

幼儿园小班健康领域教案及反思篇五

- 1、在翻斗乐场景中，看看说说小动物的房子，体验寻找小动物和小动物一起玩的快乐。
- 2、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。
- 3、愿意参与体育游戏，体验在游戏中奔跑、追逐的乐趣。
- 4、锻炼平衡能力及快速反应能力。
- 5、喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

人手一只玩具小兔、小猫、小狗；三幢自制小房子。

一、看看说说，引起兴趣

- 1、这是什么呀？有几幢呀？
- 2、是谁的家？（用三种不同方式引出小房子的主人）

二、找找玩玩，体验快乐

- 1、你和谁一起玩的？
- 2、你们一起玩了什么？

幼儿园小班健康领域教案及反思篇六

活动目标：

- 1、通过自身的探索活动，了解自己身体能动的一些部位，从而对自己的身体感兴趣。
- 2、知道多运动，身体才会健康。

3、在大胆探索、自我发现的活动中，增强活动兴趣，提高合作能力，体验愉快情绪。

活动准备：

纸盒制作的木头人；各种图案标记；音乐《眉飞色舞》、《兔子舞》等。

活动过程：

一、出示木头人，激发幼儿参与活动的兴趣。

1、请出木头人，幼儿与木头人打招呼。

师：小朋友们，听，是谁在哭呀？我们一起把他请出来。

木头人出现

提问：他是谁？木头人怎么了？他为什么不高兴呢？我们问问他。

木头人讲述原因（不舒服、不能动）

2、幼儿帮木头人脱掉“外衣”。

请部分幼儿帮助木头人脱掉身上用纸盒做的“外衣”。

3、扮演木头人的小朋友听音乐表演。

二、探索自己身体可以动的部位，并做标记。

1、观察并讲述扮演木头人的小朋友表演时身体哪些部位在动。

表演时，教师提醒幼儿观察：小朋友们仔细看一看，跳舞的时候他身体的哪些地方在动？

表演结束，提问：你看到他跳舞时身体的哪些地方动了？
（幼儿讲述自己的发现）

2、幼儿给自己身体会动的部位贴标记。教师巡回指导。

师：其实，我们身体的许多部位都可以动，请小朋友们用自己的身体来动一动，按顺序来找一找，在能动的部位贴上你喜欢的标记。（幼儿自由探索）

3、幼儿相互交流，并把有标记的部位动给对方看。

师：找一个好朋友，把你找到的部位动给他看一看。

4、请个别幼儿展示，让有标记的部位动一动，并启发别人模仿。

5、听音乐，幼儿自由做动作。

师：我们的身体上有这么多部位都能动，下面就让我们跟着音乐让你的身体动起来吧。

三、通过讨论，知道多做运动，身体才会健康。

1、讲述运动后的感觉。

提问：运动后你有什么感觉？贾老师运动后觉得好舒服呀！

（鼓励幼儿大胆讲述自己的感受）

2、讨论运动对身体的好处。

经常运动身体会怎么样？（强壮、健康、不生病、棒棒的……）

3、说说人们常做的运动项目。

你看到人们做过什么运动？（做操、打球、打太极拳、跳舞、健身广场锻炼、跑步……）

4、小结：为了健康，小朋友们从小要喜欢运动，经常运动。

四、表演《眉飞色舞》

1、幼儿表演《眉飞色舞》

2、邀请其他教师一起表演。

活动反思：

1、这节课用的直接导入，小朋友不容易被吸引。如果换成“看看缺什么”。（画些缺少五官的动物，引起小朋友的兴趣）

2、那个照片利用的不好，在挂画前出示照片，问小朋友这是什么（指着五官、身体）

3、身体的作用这环节可以增强些。

幼儿园小班健康领域教案及反思篇七

打开《指南》看到正文，第一个领域就是健康，健康领域放在各领域的首要位置，就能看得出健康的重要性，《指南》中写道：“发育良好的身体、愉快的情绪、强健的体质、协调的动作、良好的生活习惯和基本生活能力是幼儿身心健康的重要标志，也是其他领域学习与发展的基础”。

健康领域着重强调了三点：幼儿身心状况、动作发展、生活习惯与生活能力。

一、是幼儿积极、健康的身心状况不仅是身体健康也包括心理健康。搭配合理的食物，保证幼儿每天睡11~12小时，其中午睡一般应达到2小时左右。还要注意提醒幼儿养成正确的体态，每年为幼儿进行体检。

“学习与发展目标”对幼儿“动作发展”规定3~4岁的孩子能够单脚连续向前跳2米左右；4~5岁的孩子能够单脚连续向前跳5米左右；5~6岁的孩子能够单脚连续向前跳8米左右，这些小小的数字虽然不同，但是却是根据幼儿的年龄特点层层递进的，正体现了不同年龄阶段孩子的水平能力发展差异，而也正是这些小小数字上的差异，让我们教师对于如何根据幼儿年龄特点制定教学计划，有了更好的参考数值，让孩子在不同年龄阶段得到更好的发展和成长。

又如：《指南》为幼儿设定了良好的生活与卫生习惯。比如要每天按时睡觉起床，要多喝白开水，不贪喝饮料，不挑食。对孩子们最喜欢看的电视，提出3-4岁连续看电视不超过15分钟，4-5岁不超过20分钟，5-6岁不超过30分钟。

建议孩子看电视要离电视3米远，建议家长和幼儿一起观看体育比赛或有关体育赛事的电视节目，培养他对体育活动的兴趣。

《指南》中的这些数据是具有很强的针对性和实效性以及操作性。它提供的幼儿学习与发展目标和典型表现是家长和教师观察了解幼儿的参照，《指南》中这些清晰的数据有助于帮助我们教师根据每个幼儿的特点，确定适合其身心状况的合理发展目标，非常具有指导意义。

第二：对当下大家关注的心理健康有了更明确的目标。

在身心状况目标2情绪安定愉快中各年龄段都有很多涉及幼儿的情绪管理，如：4-5岁幼儿有比较强烈情绪反应时，能在成人提醒下逐渐平静下来。愿意把自己的情绪告诉亲近的人，

一起分享快乐或求得安慰。比如在我们工作中常常发现孩子遇到不顺心的事情，若没有找到倾诉的对象，他们可能会一直隐藏在心中，当时控制掩饰自己的情感，等见到亲人以后才会表达他们的情绪，通过这种情绪的表达方式他们以期得到对方的回应与分享，并进而得到他们的安慰。说到这里，我们教师应该成为幼儿的朋友，成为他们信任的人，只有这样幼儿才会将自己的情绪抒发出来，教师才能够及时了解幼儿心理的发展，并有针对性的给予干预和指导。

在《指南解读》中特别介绍了以沙盘游戏区角的设置为例来说明一下教师如何设立适合幼儿身心状况发展的区角活动。

沙盘游戏被广泛应用于幼儿的心理教育与心理治疗。

沙盘游戏不仅是幼儿心理问题的一种检测工具，同时更是一种治疗手段，对幼儿评价不要轻易下结论，而应注重幼儿地方发展性。

第三：对民间游戏、球类游戏的推崇

在动作发展目标一具有一定的平衡能力，动作协调、灵敏对各年龄都对球类游戏有目标，如：3-4岁能双手向上抛球，4-5岁能自抛自接球，5-6岁能连续拍球，在精细动作训练的游戏介绍中也特别提及了球类游戏。

我园专门针对《指南》中的球类游戏目标做了各年龄段球类游戏的探讨与开发，例如小班培养幼儿对球性的认知与掌握，比如双手滚球、坐球自转、胯下滚球、原地抛球等，中班有了小班球性的培养开始尝试拍球，但对球类游戏仍然继续开展，让孩子不断喜欢球，不断接触球的各种玩法，例如：报纸运球、单手滚球、自抛自接球、头上传球、胯下传球等等，大班的幼儿基本都已掌握拍球的方法逐渐开始花样玩球，如：单手原地拍球、原地左右手交替拍球、单脚站立拍球、双脚挑起拍球，拍球转圈、直线运球、曲线运球等。这些球类游

戏孩子们都特别喜欢，同时我们也对游戏的状态进行观察、测评发现通过这些游戏在中班上学期甚至小班下学期就已经有绝大多数的孩子会拍球了！球类游戏是比较古老的儿童游戏，不但可以训练幼儿的手腕力量，还可以训练幼儿控制方向的能力，提高手眼协调性，增强幼儿的快速反应能力。二球的反弹特性，又会使幼儿对事物运动方向的改变产生思考和认识，从而还可以提高幼儿预测运动方向的能力。

总而言之，“幼儿园健康教育”是以实现幼儿的身心健康为目标，全面提高幼儿对健康的认识水平，培养幼儿的良好习惯所实施的教育，将为幼儿的未来的健康生活奠定坚实的基础。健康领域从幼儿身心状况、动作发展、生活习惯与生活能力三个方面，着重强调了三点：一是幼儿积极、健康的身心状况不仅是身体健康，也包括心理健康；二是身体动作和手的精细动作发展；三是具有良好的生活与卫生习惯、基本的生活自理能力和自我保护能力。建议要为幼儿提供合理均衡的营养、充足的睡眠、适宜的锻炼和有规律的生活，让幼儿充分感受懂啊亲情和关爱，保持愉快的情绪，形成安全感和信赖感。反对成人过度保护和包办代替，养成幼儿过于依赖的不良习惯。

通过对健康领域的学习，我觉得健康教育应该在一日生活环节和教学活动中完成。

其次重要的是培养大班幼儿的自理能力，此阶段是幼小衔接的关键期，良好的习惯会为以后学习生活打下坚实的基础，每天督促幼儿检查自己的生活用品，整理自己的衣物等。与此同时班级也增添了“值日生”活动，在增强幼儿自我服务额意识的同时也增强幼儿服务他人的意识。

再次，注意幼儿的心理健康，大班幼儿的自主性已经很强，有时候他们很难调整自己的消极情绪，影响他们交往能力的学习，我会多与这样的幼儿沟通、交流。帮助他们学会转移自己的消极情绪。

在以后的工作中，我会做一位细心的关注者，在活动中给予幼儿有效的关注、有效的培养。

总之，幼儿健康快乐的成长是你我所共同关注的焦点，也是幼儿园教育的首要任务，健康是幼儿幸福的源泉，但愿通过我们的努力，能激发幼儿对健康的兴趣，体验到健康成长的快乐，从而形成健康的个性心理品质，促进身心和谐发展，为终身学习打好基础。

今天分享的就是这些，还请大家多提意见和建议，以后我们在工作中也会不断的加强学习与实践的。谢谢大家！

幼儿园健康领域心得范文

幼儿园小班健康领域教案及反思篇八

- 1、会用多种方法让大家开心，能关心体贴他人。
- 2、尝试寻找正确的方式排解不开心的情绪，做一个快乐的孩子。
- 3、知道快乐的情绪能相互感染。

1、前期经验准备：开展“心情发布会”交流活动，引导幼儿了解各种各样的心情。

2、布置、营造“消气俱乐部”场景：休闲吧（内有各种图书、油画笔、休闲食品），娱乐吧（内有电子琴、小乐器、各种玩具），运动吧（内有沙袋、羊角球等），小剧场（内有电脑、演出服）。

3ppt课件ppt小猴子向小朋友招手ppt2小猴子的“消气俱乐部”开业ppt3小狗的画面与歌曲《一只哈巴狗》ppt4肥胖的鹅小姐ppt5音乐《健康快乐动起

来□□ppt6□生气的菲菲□ppt7□抢玩具的场景□ppt8□小鸟、大树、蓝天、白云，美丽的大自然画面）、小狗玩具、气球娃娃。

4、“消气好办法”展板，音乐《快乐阿拉蕾》。

一、幼儿做律动《幸福拍手歌》进入活动室

二、讨论高兴与生气时的表情以及生气的害处

1、师：你们今天高兴吗？高兴的时候是什么样子啊？

2、师：你们有生气的时候吗？生气的时候是什么样子？

3、师：生气好不好？为什么？

三、讨论各种消气的方法

1、出示ppt1□2□师：今天小猴子很高兴，它的“消气俱乐部”开业了，它想邀请小朋友一起去玩玩。

2、接待第一位来宾（受伤的小狗）。

（1）观察小狗怎么了。教师导入：昨天小狗不小心让汽车撞到了腿，医生帮它包扎后叮嘱它不要动，呆在家里好几天了真寂寞，小狗不开心了，想请小朋友帮它消消气。

（2）引导幼儿出主意，让小狗快乐起来。

（3）出示ppt3□采用唱歌消气法，一起唱《一只哈巴狗》，引导幼儿感受帮助他人后的快乐。

（4）随机教育：走路时要遵守交通规则，不能东张西望。

3、接待第二位来宾（肥胖的鹅小姐）。

（1）出示ppt4□引出肥胖的鹅小姐：森林里马上就要举行选美比赛了，我这么胖，怎么能获奖呢？真是急人，我真生气。

（2）鼓励幼儿为鹅小姐出主意消气，让她快乐起来。

（3）出示ppt5□采用跳舞消气法，一起跳《健康快乐动起来》。

（4）随机教育：在日常生活中，少吃垃圾食品，多做运动，这样身体才会健康。

4、接待第三位小客人（生气的菲菲）。

（1）出示ppt6□引出生气的菲菲。

（2）猜一猜菲菲为什么生气。

（3）出示ppt7□揭示菲菲生气的原因：菲菲表姐抢走了她的玩具，所以菲菲生气呢！

（4）启发幼儿为菲菲想办法，怎样才能不生气，引出游戏消气法。

（5）出示ppt8□观察菲菲自己消气的方法。

师：菲菲是用什么方法让自己变得开心的呢？菲菲跑呀跑，来到大自然，听听鸟叫，看看蓝天白云，不知不觉气就全消了。

（6）随机教育：与同伴相处要互相谦让，善于与同伴合作的人，大家才喜欢。

四、幼儿去“消气俱乐部”自主尝试，提升经验

1、请幼儿回忆自己遇到过什么生气的事情，是怎么解决的。

2、引导幼儿自主选择活动区体验，教师随机询问他们的心情。

（1）娱乐吧：听一听、唱一唱、跳一跳，体验音乐带来的快乐。

（2）休闲吧：玩一玩、说一说、画一画、尝一尝，体验与同伴沟通交流带来的快乐。

（3）运动吧：拍一拍、踢一踢、打一打，体验运动带来的快乐。

（4）小剧场：看一看、试一试、演一演，体验表演带来的快乐。

3、提问：刚才大家在“消气俱乐部”里玩得开心吗？都玩了什么呀？跟你的好朋友说一说吧。出示“消气好办法”展板，教师总结：每个人都会有生气的时候，生气时，可以唱歌、跳舞、听音乐、玩玩具、看电视、散步，或者找大人、同伴聊天、下棋，也可以在没人的地方叫一叫、哭一哭。这样我们就能消气，使自己快乐起来，身体才会更健康。

五、游戏：快乐传递幼儿围在一起，听音乐《快乐阿拉蕾》，传递气球娃娃，体验快乐的情绪能相互感染。