

中班健康活动害怕教案(汇总14篇)

初一教案是教师探索和实践教育教学规律、培养学生综合素质的工具，它能够促进教学改革和教师发展。接下来是一些经典的高一教案案例，希望对大家的备课工作有所启发。

中班健康活动害怕教案篇一

1. 练习双脚连续向前跳，提高腿部肌肉力量及平衡能力。
2. 体验集体游戏的乐趣。
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. 了解多运动对身体有好处。

呼啦圈、自制小兔图片若干张。

1. 热身活动。

教师与幼儿一起来听音乐做热身活动：今天老师给你们来了一个好玩的游戏，在玩游戏之前，请小朋友们跟着老师一起来跟着音乐活动一下我们的小身体。

2. 学小兔走路，做游戏：找小兔。

小兔太贪玩了，跑到外面没回来，兔妈妈可着急了，希望小朋友们帮它把小兔找回来。但是找小兔之前必须要学会小兔走路，不然小兔是不会愿意跟着我们回来的。谁知道小兔是怎样走路的？(请一个小朋友上来演示。)

(1) 自由练习双脚连续向前跳。借助呼啦圈让幼儿练习跳，提醒幼儿每跳一个圈要注意保持身体平衡。

师：原来呀，小兔走路是双脚并拢一起往前跳的。小朋友们真厉害。现在我们就一起到呼啦圈做的石头小路上来练习一下小兔跳吧。注意跳的时候，身体要保持平衡，别摔着了。

教师小结：老师发现有很多小朋友都学会了小兔走路，可是呀，还有个别小朋友学得不对，小兔走路是双脚往前跳，那要是我们一只脚一只脚的跳，对不对呀？(不对)现在请小朋友们来认真看老师学小兔跳，看老师学得对不对。

(2)游戏：找小兔。师：小朋友们都懂得了小兔走路的方式，现在就让我们一起出发去把小兔找回来吧。教师讲解规则：去找小兔的过程中，我们要用双脚跳的方式走过那条石头小路，到那边把小兔找回来，放到篮筐里，然后排好队。记住每人只能去找一次，而且一人一次只能找一只小兔。

第一次游戏：幼儿自由练习，提醒幼儿遵守游戏规则，每人每次只能找一只“小兔”。

小结：教师对幼儿进行评价，鼓励幼儿按照游戏规则来进行游戏第二次游戏：分组比赛师：现在我们来进行比较，看看哪一组的小朋友最棒。

教师先讲解并示范玩法：幼儿分为两组，各组第一个小朋友听到老师的口令后，双脚连续向前跳，跳到对面去找一只小兔，然后跑回来把小兔放到篮筐里后拍第二个小朋友的手，第二个小朋友才可以出发，其他幼儿以此类推，最先跳完的一组为胜利者。

第三次游戏：提升幼儿动作，适当增加游戏难度。教师变换呼啦圈的排列形式，适当增加游戏难度，让幼儿的动作得到提升。

3. 结束部分。

教师小结：这次比赛四组的小朋友获得了胜利，但是老师觉得呀，每个小朋友今天都很棒，把贪玩的小兔都找回来了，都值得表扬。我们玩了这么久得游戏了，每个人都累了，我们来放松放松一下自己，伸一下小腿，拍拍大腿、小腿。

在本次活动中，幼儿的兴趣极为浓厚，课堂气氛也很活跃。从目标来讲，我觉得整个活动下来已经达到了我所预测的目标。在热身活动这一环节中，所有的热身动作我都是有针对性的根据本次目标中所要发展幼儿的基本动作来进行的。而在基本活动这一环节，我首先是让幼儿先自由练习小兔双脚跳，然后再在此基础上让幼儿进行游戏，再接着是让他们进行分组比赛，让他们加快双脚连续跳的速度。而在本次活动中不足的地方在于：游戏难度不够，需要加强难度，让幼儿的动作能得到提升。

中班健康活动害怕教案篇二

1、理解故事内容，知道做错了事只要想办法补救就会使自己重新快乐起来。

2、初步懂得人的心情变化与表情的关系。

3、让孩子知道生病了，不怕打针吃药，做个勇敢的孩子。

4、知道生病了不怕打针吃药，做个勇敢的孩子。

1、高兴、愤怒、伤心时的大灰狼的表情图。

2、供幼儿做表情图的空白脸形纸（幼儿人数的两倍），油画棒。

3、挂图、故事磁带。

1、产生悬念。

出示表情图。大灰狼看上去怎么样？

他怎么会一会儿高兴，一会儿愤怒，一会儿伤心呢？

2、分段欣赏故事。

听故事第一段。你听到一件什么事？大灰狼的心情是怎么样的？表情看上去怎么样？

引导幼儿根据故事情节为大灰狼选择合适的表情图。

听到鸟妈妈的歌声，大灰狼的心情是怎样的？

根据故事情节为大灰狼选择合适的表情图。

听故事第二段。当大灰狼听到了小鸟的哭声，它心里感到怎么样？它为什么也哭了？伤心的表情是怎样的？引导幼儿根据故事情节为大灰狼选择合适的表情图。

请幼儿想像大灰狼开心的表情并模仿表现。

3、完整欣赏故事。

完整欣赏故事。

你喜欢这只大灰狼吗？为什么？

大灰狼的脸部表情为什么会有那么多变化？

启发幼儿理解人的表，青是随心情而定的。

4、做表情图。

出示大灰狼的表情图，看看、讲讲不同面部表情的不同特征，如笑、哭、愤怒时眼睛、眉毛、嘴巴是怎样的。

请幼儿说说还知道什么表情。

引导幼儿按自己的意愿制作1—2种表情图。

活动建议：

1、在日常生活中引导幼儿注意观察别人的表情，懂得人的表情是随心的变化而变化的。

2、通过分段讲述帮助幼儿理解大灰狼从粗暴对待他人到真心尊重他人的转变过程和情绪变化历程，使幼儿知道做错了事只要想办法弥补过失同样能使自己重新快乐起来。

大灰狼在家里看一本有趣的书，看得正开心时，窗外传来了鸟妈妈的歌声。大灰狼说：“烦死了，烦死了，谁这么吵呀？”窗外的鸟妈妈还在继续唱，歌声越来越响。大灰狼飞一样地冲出去，他非常气愤，捡起了一根木棍用力朝鸟妈妈扔去。鸟妈妈叫着飞走了。突然，大灰狼听见树林深处传来呜呜的哭声。“是谁在哭呀？”大灰狼爬上大树，发现是小鸟宝宝在哭着要妈妈。大灰狼也哭了，他非常后悔撵走了鸟妈妈。大灰狼悄悄地滑下大树，悄悄地回到自己的家中，静静地等待鸟妈妈飞回来。等啊……等啊……呀！鸟妈妈真的回来了。鸟妈妈唱着歌，鸟宝宝跳着舞。这时候，大灰狼觉得自己好开心啊！

活动中，我利用ppt以大灰狼开心的表情图出示，问幼儿大灰狼怎么了，是从哪里看出来的？逐一出示大灰狼生气、伤心的表情图，让幼儿大胆说说大灰狼他怎么了？从而引出这个故事！在故事中，让幼儿模仿大灰狼的表情和自己开心、生气、伤心的表情，体验原来心情和表情是对好朋友，我们心情烦躁时，脸上的表情是愤怒的；我们心情不好时难过时，脸上的表情是伤心的；我们心情很好很开心时，脸上的表情也是笑嘻嘻的、很高兴的在活动中，我和孩子互动，引导着他们敢说、大胆说、喜欢说。活动中我的教态比以前好了点，语气速度

较适合中班的幼儿，在活动中。孩子们和我都表现的都很投入。

但在有些方面还做的不够，在问题“鸟宝宝在哭了，大灰狼会怎么做啊？”其实孩子们说的都非常棒，有的孩子说：让大灰狼打电话叫鸟妈妈回来，有的说让孩子们，给鸟宝宝喂东西吃等等，可我当时没有及时的肯定他们的想法。

我只是一味的想着：大灰狼在家里等鸟妈妈回来！在活动中，孩子们都表现的非常的积极，可我叫孩子回答问题的时候，没有顾及全部的幼儿，导致有些幼儿坐在里面都没有机会说，下次必须要改正，让幼儿都要参与进来，得到提升。还有许多的问题，下次都要注意，在反思中，作为教师的我也要提升自己的水平！做不到最好，可以追求更好，只要自己用心去做，没有什么事是做不好的。“万丈高楼平地起”相信有了自己的反思，一定有有所提升。

中班健康活动害怕教案篇三

1. 会双脚向前跳跃，提高腿部肌肉力量。
2. 喜欢参与跳跃活动，体验游戏的乐趣。

跳袋若干、筐一个、场地布置。

2. 幼儿练习跳跃。

1. 导入：师：“现在就让我们一起来学习新本领，学好了才可以去参加比赛。大家一定要好好学哦。”
2. 教师用动作示范表现袋鼠跳。幼儿探索尝试跳跳跳。

你们知道袋鼠是怎么走路的吗？诶，是跳着走的。那你们学一学小袋鼠，想一想小袋鼠是怎么跳的。

双脚并拢，膝盖稍微弯曲，用力向前跳。准备要跳的时候，要双腿用力蹬向前上方跳。落地时，前面的脚掌先碰到地面，动作要轻点。

3. 让幼儿练习模仿袋鼠跳。

(1)原地跳(2)向前一步跳(3)连续向前跳动作要求：每次准备要跳时先站稳后再向前跳，不要着急，防止摔倒。

4. 幼儿尝试用跳袋练习袋鼠跳。

袋鼠宝宝们学得可真棒！我有礼物要奖励给们，想不想要？

(出示跳袋)这是什么？可以怎么玩呢？

双手提着袋子的耳朵，一只脚踩进来，另一只脚再踩进来，然后拉紧小耳朵，用力往上跳。

(1)请个别幼儿上来示范对其表现加以肯定并给予指导。

提醒幼儿在跳的过程中膝盖要稍微弯曲，身体前倾但不能倾得太厉害，避免摔倒。

阶段放松：针对腿部进行捶、拍等放松。

分4人一组进行竞赛游戏听，这是什么声音？森林运动会要开始啦！你们跟着妈妈一起跳着去参加比赛吧。

1. 教师小结，并带领幼儿坐下，将跳袋收到筐中。

2. 师幼一起做放松运动。

中班健康活动害怕教案篇四

1、进一步加深幼儿对蔬菜水果的认识。

2、学习用不同水果蔬菜制作不同的造型，并进行合理的摆放，制作拼盘。

3、体验和爸爸妈妈共同制作的乐趣和获胜后的自豪感。

4、能够将自己好的行为习惯传递给身边的人。

5、加强幼儿的安全意识。

1、蔬菜水果若干种、安全剪刀、盘子、牙签等。

2、蔬菜造型评奖券（幼儿人手一张）。

3、教师自制的蔬菜造型奖牌若干4、材料配套：各种蔬菜水果拼盘的图片。

（一）情境导入师：秋天是一个丰收的季节，蔬菜水果都丰收了，为了让小朋友们感受到秋天收获的喜悦，进一步加深孩子对果蔬的认识，我组织了这次亲子活动——果蔬拼盘大比拼的亲子活动。非常高兴大家都很踊跃的参加了这次亲子活动。也希望我们这次的亲子活动能够取得圆满的成功。

（二）欣赏拼盘。

1、组织亲子观看各种蔬菜水果的拼盘图片。

师：活动开始之前，我们先来欣赏一下一些果蔬拼盘（出示图片），并让幼儿说一说你喜欢哪个拼盘？为什么？果蔬拼盘的制作，就是要把各种蔬菜水果切成各种形状，然后放在盘子里摆出各种美丽的造型。

（三）制作拼盘。

1、亲子开始动手制作自己的果蔬拼盘。

2、教师边观察边指导，边提醒亲子注意使用工具的安全，以及注意亲子之间的合作，尽量让孩子动手操作，特别是在摆造型的时候，尽量尊重孩子的意愿。

3、要求亲子为自己完成的作品取个好听的名字，并贴上自己的名字，然后放置在展示台。

（四）同伴交流。

1、组织幼儿自由欣赏拼盘，互相介绍自己的果蔬拼盘。

（五）评价作品。

1、评奖：请幼儿将手中的评奖券投给自己最喜欢的果蔬拼盘。

2、颁奖：根据奖券数量评出最佳造型奖，并颁发果蔬造型奖牌。

基本完成了本节课预设的教育教学目标，幼儿对老师的提问积极响应，与老师的互动很好。老师的有些引导还不够到位，要多让幼儿表达，以后上课要多注意对幼儿语言表达能力的培养。

中班健康活动害怕教案篇五

1、知道做好个人卫生和公共环境卫生的重要性。

2、通过讨论及知识竞赛的形式、知道如何做一名将卫生的孩子。

3、知道讲卫生可以给自己和他人带来愉快的情绪、同时也会受到大家的欢迎的。

4、引导孩子乐于接受治疗。鼓励、培养小朋友不怕打针的勇

敢精神。

5、知道检查身体的重要性。

1、有关个人卫生和环境卫生的知识竞赛题、

2、教师演唱歌曲《猪小弟》

3、五角星贴花若干。

一、教师讲述故事，引出主题

今天老师带来了一个故事《小猪变干净》

二、分析讨论

如果是你，你愿意和这样的小猪一起玩吗？那你愿意和怎样的小猪一起玩呢？

小结：我们要不让细菌到我们身体里去，就应该做一个爱清洁讲卫生的孩子。

我们怎样族谱才是一个讲卫生的好孩子呢？（幼儿讨论）

三、知识竞赛

我们来进行知识抢答，答对的一组就在黑板上贴上一个五角星。

教学反思：

活动结束后，我认真反思了这节课，教育活动应以幼儿的需要、兴趣，尤其是幼儿的经验来进行教学决定，在活动中我对自己角色的定位是一个参与者，我希望和孩子共同发现、探讨、寻找，让孩子在观察时享受探索的快乐。一节课下来，

我个人认为，我设计的这节课符合幼儿的年龄特点。

中班健康活动害怕教案篇六

- 1、让幼儿有基本的安全意识，不做危险事。
- 2、让幼儿了解烫伤的预防和自救的方法。
- 3、学习控制自己的情绪，难过或疼痛时不哭。
- 4、加强幼儿的安全意识。

课本、图片。

1、教师出示图片，提问。

(1) 图中有小朋友在干什么？

(2) 这样做会怎样？

2、教师讲解图片内容。

(1) 图一中的小朋友拿放在高处的开水瓶，这样会烫伤的，因为我们得身体很短小，并且力气又不大，我们是拿不动开水瓶的，应该请大人帮忙。

(2) 图二中的小朋友在摸正在烧水的壶，这样会烫伤小手的，我们不应该做这样的危险事。

(3) 让幼儿想一想自己有没有做过这样的事情。

3、烫伤后应该怎样处理。

(1) 先用冷水冲一会儿。

(2) 在用干净的毛巾盖在上面不动。

(3) 找大人帮忙上药或去医院。

教师可组织幼儿进行安全教育。

由于幼儿的自我保护意识弱烫伤事故也时有发生。为此针对中班幼儿的年龄特点，我设计了《小心烫伤》这样一个教学活动。由一杯热水引出活动，让孩子们对“烫”有个初步的概念，为了吸引孩子们的注意，我制作了ppt告诉孩子们烫手是因为这里面有个叫烫烫的小魔鬼，一听到和看到烫烫小魔鬼，孩子们的兴趣也被激发了出来，大家仔细寻找中存在与我们周围的烫烫小魔鬼。接下来，由贪玩而又淘气的熊宝宝为主线，让孩子们知道那些东西是烫烫的，我们该怎样保护自己以及知道烫伤后的一些简单的处理方法等。

中班健康活动害怕教案篇七

1、树立保护身体健康的意识，知道牙齿健康的重要性。

2、在观察活动中探索学习的能力。

3、初步了解龋齿形成的原因及怎样预防。

1、电脑、视频、教学挂图数幅挂在活动室墙上小镜子每人一个

2、了解本班幼儿得龋齿的情况

1、观察牙齿，引出课题。

请幼儿照镜子观察自己的牙齿，有什么发现？

“变黑、变坏或者补洞的牙齿是怎么回事？一龋齿

龋齿是怎么得的？是虫子咬得吗？还是其他什么原因？

2、了解龋齿形成的原因。

(1) 带着问题看视频。

(2) 带着问题重点看视频边了解引起龋齿的原因。

(3) 了解龋齿的危害。得了龋齿有什么不舒服的地方？怎么保护好牙齿不得龋齿呢？

3、幼儿利用各种方式学习保护牙齿的办法。

(1) 小朋友讨论防止龋齿的办法

(2) 观察图片学习。

(3) 请教保健医生。

老师总结：不想得龋齿，一定要养成良好的生活习惯，

坚持早晚正确刷牙；健康饮食少吃糖；饭后漱口不可少；牙齿定期去检查。这样你一定会有一口健康美丽的牙齿。

4、老师表演快板诗，幼儿学习诗。

1、评价

2、总结

附：《预防龋齿》歌谣

预防龋齿，

牙齿健康人人夸，

健康的牙齿人人需要，小朋友要记牢，
不想得龋齿一定要做到：牙齿早晚正确刷，
饭后漱口要干净，
健康饮食少吃糖；
牙齿定期去检查；
只要坚持能做到，
牙齿肯定会健康。
牙好，胃口就好，
吃嘛嘛香，身体倍棒！ 幼儿园中班健康教案：预防龋齿好办法

中班健康活动害怕教案篇八

1. 练习单脚跳，能连续向前跳5米左右。

2. 喜欢参与体育游戏，遵守游戏规则。

1. 奥尔夫音乐两段

2. 垫子三块

3. 拱形门红黄蓝三个

4. 红黄蓝丝带

师：宝贝们，今天我是兔妈妈，你们都是我的兔宝贝们，妈妈带你们去散步喽！

跟着音乐绕圈做走、跑、跳热身运动，能跟着老师，听音乐节奏做动作。

师：妈妈准备了许多颜色的彩圈，每个宝贝选择一个，站在圈里。跟着妈妈练习跳跃的本领。（排成5排5列）

1. 练习双脚跳圈

2. 练习单脚跳圈

3. 练习单双脚交替跳圈

4. 游戏：圈圈排队，每排带头的宝贝，带着组员单脚跳圈。（注意：不要踩到圈，不要推挤。）

1. 将小兔子们分成三队，红黄蓝队，然后走对应的路回家。

师：宝贝们，天色暗了，我们要回家了。可是回家的路上有许多的阻碍，你必须单脚跳过窄桥，然后爬过丛林，钻过山洞，才可以到家。

妈妈的要求：必须单脚跳过窄桥，然后匍匐前进穿过丛林，钻过山洞后，你到绿房子了才算成功。

2. 游戏一次后，进行比赛，比一比哪一队的小兔子先到家。

播放舒缓的音乐，跟着兔妈妈扭扭头，抖抖手，然后平躺地面做地面休息动作。

结束语：快乐的一天过去了，兔宝贝们到家睡觉了。晚安……

中班健康活动害怕教案篇九

随着人们生活水平的提高，及家长对独生子女的溺爱，孩子手中的零花钱越来越多，少则一角、一元，多则十几元，孩子拿着钱随心所欲地乱花，其中，男孩子最喜欢的是刀、剑、枪、鞭炮等，这些东西玩起来非常危险，而家长却对此不以为然，还为孩子自己会花钱而得意……家长的不在乎，更会让孩子觉得钱来得很容易，可以不用珍惜。从安全角度讲，如果不小心将玩具戳到小朋友的眼睛上，那后果不堪设想。针对这一情况，有必要开展有钱不乱花这一活动。

- 1、知道钱的来历及用途。
- 2、能用连贯的语言表达自己花钱的经历。
- 3、懂得钱来之不易，知道节约用钱。

活动准备：壹角、壹元、贰元等人民币；山区穷孩子的生活图片。

一、出示人民币——引导了解钱的来历。

1、提问：你们认识这是什么吗？你（或爸爸妈妈）有钱吗？这些钱是从哪里来的？

2、小结：原来这些钱都是爸爸、妈妈工作挣来的。爸爸妈妈工作非常不容易，每天起早贪黑，忙来忙去，这些钱是他们辛辛苦苦挣来的。还有的小朋友说自己的零花钱，是过年的时候大人给的压岁钱，这些压岁钱也是大人（姨妈、姑妈、舅舅……）辛辛苦苦工作挣来的。

二、组织幼儿讨论——钱的用途

1、爸爸妈妈为什么要辛辛苦苦地挣钱？钱有什么用呢？

2、小结：钱的用处非常多，买东西要用钱；生病了到医院看

病要用钱、交水电费要用钱、做饭用煤气要用钱；乘车要用钱……生活中时时处处都需要钱。

三、观察讲述山区穷孩子的生活图片——进一步了解钱与人们生活的关系。

1、提问：这些孩子和你们一样吗？哪些地方不一样？为什么会这样？

2、小结：他们是贫困山区的孩子，那里土地不爱长粮食，缺水，又没有工厂，人们根本挣不到钱。他们吃不饱、穿不暖，有的小孩连学也上不起，非常可怜。因为没有钱所以他们生活得非常艰难。

四、观察组织幼儿讲述自己花钱的经历——懂得有钱不乱花。

幼儿分组讨论：

1、你都用自己的零花钱买什么了？哪些东西是应该买的？哪些是不应该买的？

中班健康活动害怕教案篇十

健康——健康大搜查

1、了解健康的重要性。

2、养成各种健康的生活习惯

1、各种生活习惯对应的图标。

2、音乐《健康操》

一、引导幼儿结合生活经验谈谈健康的重要性。

1、教师：健康对于我们每个人来说都是很重要的，你们知道健康是什么吗？(健康就是我们的身体棒棒的，心情也很愉快)。

2、教师：健康为什么这么重要呢？(如果生病了，我们的身体就会感到很难受，没有力气做事-----)

二、利用幼儿前期调查表格，引导幼儿讨论健康的生活习惯有哪些。

1、教师：你们知道哪些健康的生活习惯呢？

2、教师出示幼儿前期调查表，并请幼儿讨论后回答。

3、教师通过往大表格上粘贴相应的方法对健康的生活习惯进行汇总。

4、教师总结：健康的生活习惯有饮食均衡、不挑食、多做运动、看电视久了要休息一会，吃完东西后刷牙或者漱口、不乱挖耳朵等等。

三、引导幼儿谈一谈自己的生活习惯。

1、教师：平时你是怎样注意养成健康的生活习惯呢？想想看，你还有哪些没有做到的？

2、请幼儿对照大表格对自己的生活习惯进行评价。

3、教师：请你们把自己还需要加强的方面记录下来，回去后对照，对自己进行提醒。

四、师生共同跳“健康操”

1、教师：只要健健康康的，我们才会觉得最快乐。坐在这里讨论了那么久，现在让大家起来活动活动吧！

2、教师带领幼儿跳“健康操”

现在学会来，我们回家去可以跳给家人，和家人一起健康、快乐起来！

中班健康活动害怕教案篇十一

中班上期的孩子初步具备能与他人玩追逐、躲闪跑的游戏的能力，因此，我们利用“柳絮跑进鼻子里会打喷嚏”这一个有趣的点，设计了一个能提高孩子们的躲闪能力和灵敏性的体育活动。

1. 能够迅速蹲下避开丝带，提高躲闪能力；尝试在跑步状态下抓住丝带，提高灵敏性。
2. 体验体育游戏活动的乐趣，感受故事中柳絮引起打喷嚏的趣味性。

2米长丝带若干、轻音乐。

对活动中会出现的动作进行热身

1. 游戏一：躲丝带

游戏规则：请一位小朋友来当古古，其他小朋友站在原地不动，双手抱肩，古古高举柳絮丝带在其他小朋友当中跑来跑去，小朋友们要尽可能地避开柳絮丝带。当它快碰到你的时候要很快蹲下来，当柳絮丝带离开时你要很快站起来，被丝带碰到的小朋友，就大声地打一个喷嚏。

2. 游戏二：抓丝带

游戏规则：教师将小朋友每十人分成一组围成大圆圈，请一个小朋友当古古高举柳絮丝带，另一个小朋友当追柳絮丝带

的人。你们可以在圆圈里随意跑动，当你抓到他手里的丝带后，你就变成了古古，原本是古古的小朋友变成柳絮飞到圈外，跟外面的一个小朋友进行交换。

教师带领幼儿进行腿部肌肉放松，结束活动。

中班健康活动害怕教案篇十二

为了改善幼儿的偏食、挑食的现象，根据幼儿的年龄特点、心理特点、饮食特点以及食物特点展开幼儿饮食营养教育。

- 1、了解几种常见蔬菜的营养价值。
- 2、能根据颜色特征给蔬菜分类。
- 3、喜欢并愿意吃多种蔬菜，不挑食。

从蔬菜宝宝我爱你，了解蔬菜的营养价值及愿意吃多种蔬菜，不挑食。

- 1、胡萝卜、芹菜、大蒜宝宝的手偶。
- 2、蔬菜百宝箱（里面装有：西红柿、土豆、黄瓜、萝卜、辣椒、青菜等实物），幼儿人手一个蔬菜卡片。
- 3、蔬菜宝宝给幼儿们的一封信。

（一）开始部分：

谜语导入。

（1）谜面1：像柿子，没有盖，又当水果，又当菜。（谜底：西红柿）

（2）谜面2：头戴绿帽子，身穿紫袍子，小小芝麻子，装满

一肚子。（谜底：茄子）

（二）基本部分：

1、组织幼儿讨论蔬菜的不同种类。

教师：请大家想一想，红色、绿色、紫色、黄色、白色的蔬菜各有哪些？

2、幼儿自由讲述。（教师根据幼儿讲述出示相应图片）

3、教师：请小朋友把这些蔬菜宝宝送回家，想想能把哪几种蔬菜送回一个家？

4、利用各种蔬菜图片，让幼儿根据蔬菜颜色、种类等特征进行分类。（如把青菜、菠菜送回一个“家”，因为它们都是绿色；把土豆、萝卜送回一个“家”，因为它们都是长在土里）

5、结合课件，引导幼儿了解蔬菜的营养价值。

（1）教师：你们喜欢吃哪些蔬菜？为什么？

（2）幼儿自由讲述，表达自己的想法。

（3）教师：我们听听蔬菜宝宝是怎么说的。

（三）结束部分：

教师组织幼儿欣赏手偶表演。

（1）胡萝卜宝宝：我长得红红的，身体里有丰富的维生素a
小朋友吃了我，眼睛很明亮。

大蒜宝宝：我的本领可真大，小朋友和我做朋友，我可以帮

你杀细菌，保护你身体健康。

中班健康教案蔬菜宝宝我爱你

芹菜宝宝：我长得绿绿的，身体里有各种维生素和膳食纤维，小朋友吃了，可以大便顺畅。

幼儿自制蔬菜沙拉、凉拌西红柿或凉拌黄瓜。

蔬菜小百科：蔬菜是指可以做菜、烹饪成为食品的一类植物或菌类，蔬菜是人们日常饮食中必不可少的食物之一。蔬菜可提供人体所必需的多种维生素和矿物质等营养物质。

中班健康活动害怕教案篇十三

1、初步了解“生气”对人的影响，获得消除这一消极情绪的办法。

2、能关注自己的情绪，有积极调整自己情绪的'愿望。

1、图片,ppt

2、木偶。

3、关于各种消气方法的卡片

一、观察表情标：

意图：导入主题，了解生气是一种不良情绪。

1、小兔怎么了？你是从哪里看出来的？

2、生气会让人怎么样？

3、小兔可能为了什么事生气呢？（联系生活经验）

4、看一看、听一听，小兔到底怎么了？

二、故事讨论意图：梳理经验，积累消除生气情绪的方法。

1、小兔生气的时候做了些什么？这样做有用吗？

2、怎样才能让小兔消气呢？（与木偶互动）3、看一看，小兔用了哪些办法消气？（幼儿分散观察图片，教师巡回指导）

小结：深呼吸能使人冷静、放松；向关心自己的人说出生气的原因能得到安慰和帮助；想想别人的好，会很快忘记不高兴的事，小兔用了这些好办法，心的气全了。

三、游戏分享意图：迁移生活，知道要保持愉快的情绪。

跟着音乐玩游戏：如果生气你会怎么做——小结：每个人都会有生气的时候，这很正常，重要的是你必须记住生气时该怎样做。

希望大家快乐越来越多，烦恼越来越少，每天都有一份好心情。

中班健康活动害怕教案篇十四

近来天气骤冷，部分幼儿感冒的特别多，针对这种下现象，为了使幼儿知道了生病怎么办，及怎样预防感冒特设计本活动。

1. 了解感冒的一些症状。

2. 知道感冒了怎么办，不怕吃药，打针，知道配合医生看病才能好得快。

3. 了解基本的预防感冒的生活小常识。

4. 了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。

5. 知道检查身体的重要性。

教学重点：知道感冒的症状及怎么预防感冒。

教学难点：让幼儿自己表述感冒的症状及怎么预防感冒有一定难度，需要教师引导。

了解本班幼儿近段时间班上幼儿患感冒的情况，多媒体课件。

一. 导入。

师：前几天×××没有入园，小朋友们知道是什么原因吗？

请那个小朋友介绍自己因为感冒发烧打点滴所以没来上学。

二. 请近段感冒的幼儿介绍感冒会引起身体哪儿不舒服。

三. 播放多媒体课件。进一步认清感冒的一些症状。

小结：打喷嚏，流鼻涕，咳嗽，喉咙疼，浑身无力，发烧等都是感冒的症状，只要我们平时出现这些情况，就要及时告诉爸爸妈妈，抓紧治疗，让感冒离我们远远的。

四. 了解患病后的做法。

1. 引导幼儿结合生活经验谈谈感冒了怎么办。（看医生，抓药，打针，严重时需要输液。）

2. 如果你感冒了，医生根据病情让小朋友打针，甚至输液，你怕不怕？为什么？

小结：感冒了并不可怕，只要我们积极配合医生治疗，身体会很快恢复健康的。

五. 了解预防感冒的办法。

1. 让幼儿讨论预防感冒的方法。
2. 看多媒体图片，知道怎样预防感冒。

六. 结束活动。

带幼儿到室外跑步，锻炼身体，增强体质，少生病。

针对生活中常见的问题生成的活动，一方面幼儿感觉有兴趣，一方面对幼儿的认知有很大提高，对幼儿的身体成长有很大帮助。因此本次活动收到了很好的效果，孩子们听到老师打喷嚏就会马上提醒“老师，你感冒了，要吃药哦。”我要在以后的教学活动中多抓住生活中有意义的素材，对孩子们进行即时引导教育。