

最新大班健康教案和快乐做朋友 大班健康快乐圈圈教案反思(实用15篇)

中班教案的编写应当结合幼儿园的教学大纲和课程标准，确保教学目标的达成。小班教案范文为教师提供了一些建议和思路，帮助他们更好地进行教学设计。

大班健康教案和快乐做朋友篇一

通过活动让幼儿感受与他人合作跳绳的乐趣，探索三人跳绳的玩法和学习三人跳绳的技巧，能不怕失败小组合作进行跳绳。

设计意图：

《指南》中指出：“遵循幼儿的发展规律和学习特点。珍视幼儿生活和游戏的独特价值，充分尊重和保护其好奇心和学习兴趣，创设丰富的教育环境，最大限度地支持和满足幼儿通过直接感知、实际操作和亲身体验获取经验的需要。”我班幼儿都会双脚跳绳，对跳绳活动充满着兴趣，本次我选择了跳绳这项民间游戏种的三人跳绳，这是有一定的难度，需要小组合作，需要一定的技巧，还需要孩子已有跳绳的经验，它是对人的耐心和合作的考验，对现在的幼儿来说，是非常好玩的合作游戏。根据幼儿的年龄特点，我设计了这节课，主要锻炼幼儿的身体素质，培养幼儿的合作意识和大胆尝试的勇气。从而进一步在游戏活动中增强幼儿的应变和灵活掌握技巧。

活动目标：

1. 感受跳绳的乐趣和他人合作的快乐。
2. 探索三人跳绳的玩法，初步学习三人跳绳的技巧。

3. 能不怕失败小组合作进行跳绳。

重点难点：

活动重点：三人跳绳的技巧。

活动难点：小组合作进行三人跳绳。

活动准备：

1. 材料准备：人手一根跳绳，音乐

2. 知识准备：会双脚跳绳

活动过程：

一、热身运动

1. 师生问好，集合整队。

2. 热身律动：我们一起动起来。

二、幼儿探索三人跳绳的玩法。

1. 说一说，我们玩跳绳除了自己一个人跳绳以外还可以几人跳绳呢？

小结：三人一组两人甩绳，一人跳。

2. 试一试，幼儿组队，尝试三人跳绳，教师巡回观察。

小朋友们尝试三人跳绳，并且自己思考怎样才能跳的好跳的多。

3. 教师请个别幼儿示范，并且讲解主要动作要领。

(1) 甩绳方法

甩绳小朋友的方向一致、节奏一致，绳子甩起来最高点要超过跳绳小朋友的头顶，甩到最低时绳子要打到地面。

(2) 跳绳方法

站在绳子中间跳绳，跳绳时双脚离地跳起来，并与甩绳的节奏保持一致。

儿歌小结：三人跳绳真好玩，小小绳子长又长，甩绳两人面对面站，一人一头手中拿，检查弧线在地上，一人跳绳站中间，面对小朋友准备好，喊了口令准备跳，123甩过头顶，听到响声要跳起，1234不要停，坚持最后是胜利。所以三人跳绳是要学会共同合作，三人的节奏要一致。

4. 幼儿再次进行尝试练习三人跳绳，巩固三人跳绳技巧。

三、游戏：跳绳大擂台

1、跳绳我最棒——比赛规则：一名幼儿跳绳，两名幼儿甩绳子，规定音乐时间内每组能跳完十个则挑战成功。

2. 我和老师比一比。

四、放松活动

1. 我的老师真厉害。

2. 师生评议，共同小结。

3. 放松音乐律动。

4. 收拾整理。

活动反思：

大班幼儿的力量、速度、耐力均处于初步发展的时期，骨骼肌肉有所发展但是非常柔弱；在心理方面，他们的感知能力和活动兴趣逐渐增强，他们喜欢和同伴一起玩耍，会与同伴分享快乐，在相互交往过程中开始有了合作意识。跳绳是一项比较剧烈的全身性活动，摇绳练臂力，跳绳练腿劲，快摇练速度，多跳练耐力。孩子手脚协调配合，还可以促进幼儿的协调性。

根据孩子的年龄特点和身心发展规律，我设计了游戏看谁反应快——自由探索三人绳子玩法——发现问题，解决问题——巩固三人跳绳——跳绳打擂台游戏——我的老师真厉害放松环节等环节，引导幼儿主动参与活动，在达到技能、体能目标的同时，充分感受到了体育游戏的乐趣。

第一环节，我带领孩子进入活动，带孩子和绳子一起热身活动入手，做好全身的准备活动。通过活动手腕、脚腕、拿着绳子活动身体最后与小朋友合作拉绳子的动作，创造性、趣味性地引导幼儿活动身体的多个部位，孩子们的兴趣被激发起来，个个都很兴奋，在做好运动准备的同时，也为后面的快乐游戏创设了轻松愉悦的氛围。

第二环节：自由探索三人绳子玩法，是本节课的教学重点也是教学难点。我引导幼儿充分调动孩子的积极性，我边组织幼儿自主探索三人跳绳的玩法，大家思考怎样才能跳得好跳的多，我首先让幼儿自我合作尝试进行三人跳绳，然后再进行动作要领的讲解，请个别幼儿示范，讲解主要动作要领。通过自由探索，发现问题大家共同解决问题，这样的环节设计，在一定程度上提高了幼儿的语言表达能力，同时也锻炼了他们自我表现的勇气，最后我们用一首好听的儿歌来总结三人跳绳的玩法：三人跳绳真好玩，小小绳子长又长，甩绳两人面对面站，一人一头手中拿，检查弧线在地上，一人跳绳站中间，面对小朋友准备好，喊了口令准备跳，123甩过头

顶，听到响声要跳起，1234不要停，坚持最后是胜利，这有效帮助幼儿初步掌握三人跳的技巧和动作要领。活动中我们一起练习了甩绳，大家共同听甩绳的声音，听到声音跳绳小朋友就数数字。《3-6岁儿童学习与发展指南》指出，对于跳绳等技能性活动，不要过于要求数量，更不能机械训练。本着这个原则，本节课幼儿的合作三人跳绳我认为是成功的，基本达到了教学的目标。

第四环节：我设计了“跳绳打擂台”在这环节中孩子与孩子比拼跳绳，孩子和老师比拼跳绳激发孩子的挑战欲望，最后观看老师跳大长绳鱼贯顺序跳，小朋友给老师加油，给孩子们心中埋下了颗小小运动的种子。

放松环节：我们听着音乐捶捶腿捏捏手，加以趣味性的放松动作，帮助幼儿充分调整今天运动较多的身体部位，很自然也很有趣，孩子们接受起来非常容易。

总之，在整节活动中，孩子们都是在一种快乐温馨的氛围中进行的，游戏有趣好玩，贴合孩子们的心理特点，自由探索活动有效。背景音乐的运用，也让体育与音乐有了一个好的契合，孩子们在玩的过程中受到了美的熏陶，这些从孩子们那洋溢着快乐的小脸上便可以轻松感受到。整个教学活动，自己感觉还是比较顺利的，幼儿积极参与每一个环节，孩子们能够乐于探索三人绳子的不同玩法，感受到玩绳子的乐趣，顺利完成了教学任务。课后反思活动中如果在孩子们第二遍探索跳绳是发现问题及时停止解决问题，相信活动效果会更加的好，今后的路还很长，我会继续努力！

大班健康教案和快乐做朋友篇二

活动目标：1、认识脚的主要部位和功能。

2、通过操作活动，懂得如何保护自己的小脚。

活动准备：1、足球、沙包等各种玩具

2、练习册

活动过程：一、通过观察引发幼儿的兴趣

1、我们每个小朋友身体上都有一双宝贝，它友爱带着我们到我们想去的任何地方，你们知道它们是谁吗？猜不出来的小朋友，低头看一看就知道了。

二、引导幼儿探索脚的结构

1、请小朋友仔细看一看，我们的小脚丫都有什么呀？脚背，脚趾头，脚指甲、脚后跟

2、小朋友，请把你们的小脚丫伸出来，挠挠脚心，有什么感觉，

三、比较脚的异同

我们每个人的小脚丫一样吗？有什么地方不一样呢？快和你旁边的好朋友比比看吧。

通过观察讨论，了解脚的肤色、长短、宽窄、胖瘦等都有不一样的地方

四、游戏

1、夹物走

玩法：请幼儿用双脚夹小沙包，向前走，也可以跳跃，但是如果丢掉小沙包就视为犯规

2、小脚跳跳跳，玩法：小脚跳跳，然后伸出左脚来，再小脚跳跳跳，然后伸出右脚来

3、踢足球：幼儿每两人一个足球，互相踢球。

五、总结

我们的小脚丫本领可真大，可是我们应该怎么样保护我们的小脚丫呢？咱们的小脚这么重要，看来我们要快点穿上鞋袜，把它保护起来吧！

设计意图

中班幼儿的探究和求知欲已经进一步增强，他们好奇好问，乐于学习和探索。上一阶段，我结合本班开展的“健康宝宝”、“春天”、“保护环境”等主题活动，开展了《健康的皮肤》、《健壮的骨骼》、《我爱运动》、《真高兴》、《春天的保健》、《爱护小树苗》、《我爱环境美》等一系列的活动，在活动中，幼儿对自己的身体产生了极大的兴趣，小脚是每个孩子都有的，我们每天都离不开它，却很少有机会去仔细观察它，脚除了会走路，还能做些什么呢？于是在开展以上主题活动的基础上设计了这一活动，让孩子在轻松愉快的氛围中通过音乐、美术、运动游戏等手段去感受、去体验、去实践、并在游戏中萌发对身体的探索兴趣，是我设计和开展这一活动的宗旨。

活动准备

过程与指导

备注

- 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。

指导：

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dd春天的树

（2）小脚作画dd美丽的花朵

（3）撕纸贴画dd柳树

（4）救救小河dd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。

大班健康教案和快乐做朋友篇三

1. 通过情境引导，知道烦恼是一种正常的心理现象。
2. 愿意倾诉自己的烦恼，交流、分享调节情绪的多种方法。
3. 感受快乐带给自己和他人的积极的情感体验。
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. 积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

课件、记录纸

一、大草原引发

1. 这是哪里?今天我们就一起到大草原上走走吧。

二、情境引导，知道烦恼是一种正常的心理现象。

1. 讲述故事《老鼠和棕马》

(1) 你们看它是谁?

(2) 他们的烦恼是什么?

小结：他们惊奇地发现，大草原能够带走他们的烦恼，真神奇啊!

(3) 草原把老鼠和小棕马的烦恼带走了，他们高兴的在草原上又蹦又跳。

三、愿意倾述自己的烦恼，交流、分享调节情绪的多种方法。

1. 倾述烦恼。

(1) 你们有烦恼的事情吗?请你在这张纸上画一画你的烦恼。(画好后交流)

小结：生活中，每个人都会有这样、那样的烦恼。

(2) 对着大草原大声的说出烦恼。

2. 交流、分享同伴的好办法。

3. 听音乐放松心情。

四、感受、分享并传递快乐

1. 分享他人和自己的快乐。

(1) 打开礼物盒分享快乐。

小结：快乐事情让他们笑的`这么高兴，也感染了我们，原来快乐是可以传递的。

2. 与幼儿一起自拍留下快乐瞬间

3. 走出活动室传递快乐

生气是当人遇到不称心、不如意或对不合理现实的一种情绪反应。一般来说，生气应该是正常的情绪反应，但若幼儿遇事经常生气，而且将生气作为对外界的一种经常性的持久的反应，那就是不正常的行为了。经常生气、发脾气的孩子一

般心胸比较狭窄，自我中心相当严重。因此，我通过多媒体、谈话、游戏等活动，教幼儿学会用微笑去面对生活，培养幼儿的自我控制能力。上了这堂课后，很多小朋友学着想办法解决问题，与小朋友相处不再任性，我的目的也就达到了。

大班健康教案和快乐做朋友篇四

- 1、通过活动，使幼儿知道生气和快乐是两种不同的情绪，帮助他们理解情绪与健康的关系，引导他们保持快乐的情绪。
- 2、使幼儿初步掌握不良情绪的转化方法，并乐于帮助别人摆脱不良情绪。
- 3、培养幼儿健康活泼的性格。
- 4、初步了解健康的小常识。
- 5、学会在日常生活中保持乐观的情绪，逐渐养成乐观开朗的性格。

幻灯装置及幻灯故事片《生气大院和快乐大院》；录音机及录音带《拉拉勾》、《表情歌》。

教师为幼儿投放幻灯片中小勇生气的脸谱，让幼儿识别表情，引起他们对故事的兴趣。

一、组织幼儿看幻灯听故事，让他们理解情绪的感染作用

1、看幻灯听第一段故事。

教师边放幻灯片边有感情地讲述第一段故事，并向幼儿提问：故事中的小勇为什么生气？小动物们为什么也生气？小兔和田鼠给这个院子取了一个什么名字？这“生气大院”有没有人喜欢？真奇怪，一个人生气了，给这么多的小动物带来了不快乐。

那么，生气好不好?为什么?(不好。影响周围人的情绪，使得大家都不快乐)教师引导幼儿结合自己的体验，说说生气的坏处。(生气了吃饭不香，睡觉不甜，还会做恶梦，做事不专心。经常生气还会生病，影响身体健康)

2、组织幼儿一起帮助小勇摆脱不良情绪。

教师：因为小勇不快乐，惹得大家都不快乐了。现在请小朋友来帮助小勇，让他快乐起来。你们想对小勇说些什么?(生气会影响健康;自己生气了，也会使别人不快乐;只要改正了缺点，老师还是会喜欢你的等等)

3、看幻灯听第二段故事。

教师为幼儿投放幻灯片中小勇快乐的脸谱，并介绍：小勇听了小朋友的话可高兴了，他想使大家重新快乐起来。他对小花猫说什么了?小花猫又对小花狗说什么了?小动物们还生气吗?可见，一个人生气会使大家生气，一个人快乐会使大家快乐。我们小朋友本领可真大，把生气大院变成了快乐大院。

二、启发幼儿结合生活经验谈自己生气和快乐的事，引导他们保持快乐的情绪

教师：小朋友，你们有没有生气的时候?(有)为什么生气?生气了怎么表现?(星期天，我想上公园，妈妈没时间带我去，我就摔东西，大哭大闹等等)这样做对不对?为什么?(不对。影响自己健康，也不讨人喜欢)那我们生气的时候想什么办法使自己不生气?(想想高兴的事;找好朋友聊聊，说说自己的心里话，与他们一起做游戏;做做自己喜欢的事，如画画、听事故、欣赏音乐、看电视、参加体育活动等等)你什么时候感到快乐?(做了好事，受到了表扬、称赞)你快乐了，怎么让别人也快乐?(我把快乐的'事告诉别人，让别人一起分享)小朋友平时应该保持怎样的情绪呢?(要保持愉快的情绪，不要为一点小事生气，这样才能使我们的身体健康，别人也才会喜欢

我们)当别人不快乐的时候，小朋友应该怎么做呢?(要帮助别人，与他一起游戏、唱歌、说话，让他快乐起来)

活动结束后，教师为幼儿播放歌曲《拉拉勾》、《表情歌》，幼儿听音乐自由表演;组织幼儿绘画“我是快乐的孩子”;设立“快乐星”评比栏;结合日常生活中的事例，经常对幼儿进行引导。

一天，小勇在幼儿园打人，受到了老师的批评，心里很生气。回到家，小花猫走来和小勇玩，小勇大喊一声：“去!我很生气!”小花猫气呼呼地来到院中，小花狗想和它玩，小花猫大声叫：“去!我生气了!”小花狗出大门，小公鸡向它问好，可它大吼一声：“去!我好生气哟!”小公鸡气坏了，大喊：“我也生气了!”燕子和麻雀也跟着喊：“我们也生气啦!”小兔和田鼠吓坏了，说：“这里的人都生气，我们就叫这里是‘生气大院’吧。”大家听说“生气大院”的事后，都远远躲开了，谁也不想来玩。妈妈叫小勇吃晚饭，爸爸叫他到楼下去玩玩，小勇都不乐意，他越想越难过。

小勇应该怎么做呢?请小朋友一起来帮助他……

小勇听了小朋友的话，觉得是自己错了，他对小花猫说：“昨天我错了，我再也不生气了。”小花猫对小花狗说：“咳，对不起，我不生气了。”小花狗去找小公鸡，还有燕子和麻雀，大家都原谅了小勇。你也不生气，我也不生气，大家一起快乐地做游戏。大家听说这件事后，都跑来玩。哈哈，“生气大院”变成了“快乐大院”啦!

让孩子们知道：在我们每个人的身上都有过生气的情绪，它是不可避免的，不可改变的。既然不能避免和改变，我们就要面对，解决，而且用科学的，积极的方法解决。

大班健康教案和快乐做朋友篇五

因本班幼儿全部为少数民族幼儿，又没有汉语基本，所以为了激发和发现幼儿的兴趣爱好和需要，根据幼儿的年龄特点，特设计这节活动。

活动目标

- 1、激发幼儿参与按要求取放3以内相应数量的物品数学游戏活动的兴趣。
- 2、让幼儿学会按要求取放3以内相应数量的物品。
- 3、让幼儿了解数字1、2、3和数量的对应关系。
- 4、发展幼儿逻辑思维能力。
- 5、引导幼儿积极与材料互动，体验数学活动的'乐趣。

教学重点、难点

重点：让幼儿学会按要求取放3以内相应数量的物品

难点：让幼儿了解数字1、2、3和数量的对应关系

活动准备

1. 数字卡片1、2、3若干，小筐若干，蔬菜图片若干个，磁性黑板一个，音乐
2. 幼儿已经认识和学会点数1. 2. 3

活动过程

(一)开始部分

1、导入部分

1. 随音乐和老师一起做律动
2. 师：猜猜老师手里有什么？

(二)基本部分

环节1—环节2—环节3

环节1—老师出示数字小朋友摆蔬菜

环节2—老师拿蔬菜小朋友举数字

环节3—小朋友之间相互说

(三)结束部分

教学反思

通过这节课活动，在老师的充分准备下大部分幼儿理解了活动的内容，基本达到了教育教学水平。

大班健康教案和快乐做朋友篇六

情境性体育活动是我园开展的特色体育活动，我们充分利用园本资源，挖掘幼儿兴趣特点、行为表现和动作发展需求来设计和实施活动。在户外区域体育活动中，孩子们用小梯子玩出很多想象类模仿游戏，本着“从幼儿到幼儿”“从生活到生活”的课程理念，我们选取了搬运抬物的玩法，根据大班孩子活泼好动，又勇于接受挑战的特点，结合孩子们的生活经验，设计了体育活动“快乐的搬运工”。

- 1、体验合作搬运物体的方法并积累经验，促进肢体力量与平

衡能力的发展。

2、感受与同伴合作游戏的乐趣，敢于挑战并乐于展示分享。

3、培养良好的体育活动常规和习惯。

4、了解五官的作用，掌握保护五官的方法，培养幼儿自我保护的能力。

5、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。

小竹梯20个、轮胎10个、空地一片。

一、热身游戏：好玩的小竹梯指导语：小朋友们，今天我们要用小梯子来做游戏，我们一起玩一玩。

游戏过程：

1、教师与幼儿持器械入场，共同布置游戏场地。

2、在教师的引导下，幼儿在梯子上进行走、跑、跨跳等热身活动，练习时教师可根据幼儿活动情况适当增加难度。

3、操节游戏：两人面对面站立，各握小梯子的一端跟随教师的口令玩“跷跷板”（上下举放）、荡秋千（左右摆动）等伸展游戏。

游戏过程：

1、幼儿两人一组，思考、讨论并尝试两人合作抬小梯子的方法，在场地上根据教师指示的线路行进，体验不同的合作方法。教师巡回观察，启发幼儿尝试不同的动作并提醒注意安全。在幼儿尝试过程中，教师要注意挖掘游戏方式较好的幼儿作为教学示范资源。

2、适时集中幼儿，邀请个别组向全体幼儿展示不同的合作游戏方法，集体模仿练习。

（二）玩一玩指导语：我们学会了用梯子搬运的方法，现在我们来玩一玩用梯子搬运轮胎。

游戏过程：

1、幼儿两人一组，将轮胎放在小梯子上，在场地上往返搬运，要求：又平又稳。幼儿自由往返练习，教师巡回观察并指导个别组幼儿游戏，提醒幼儿注意安全。

2、集中幼儿交流搬运的方法及轻拿轻放等问题，邀请个别组幼儿示范并组织集体练习。

（三）比一比指导语：我们来比一比，看哪一组搬运工的本领更强。

游戏过程：

1、组织幼儿分组进行竞速搬运轮胎，比一比哪一组搬得又快又稳。

2、在场地上设置不同难度的障碍，比一比哪一组能平稳地搬运通过。

（本环节，设置“试一试”“玩一玩”“比一比”三个层次的游戏情境，使幼儿逐步感知并学习动作，在模仿练习、体验比较中，感受不同动作间的差异。通过设置搬运重物、开展竞赛游戏、增加障碍等手段，不断提高游戏的趣味性和挑战性，使幼儿参与游戏的兴趣和挑战的欲望不断得到增强，既促进了动作的学习与发展，又培养了幼儿坚持、坚强的意志品质。）

）三、放松游戏：开货车指导语：我们把小梯子变成一辆小货车，两个人坐在上面一起开着去送货吧。

游戏过程：

- 1、幼儿与同伴坐在小竹梯上，跟随教师进行拍打放松、模仿开汽车等游戏，使身心得到放松。
- 2、简单点评活动中幼儿合作、参与等情况，师幼共同收拾场地器械，结束活动。

（通过创设“开货车”的游戏情境，自然过渡到放松环节。组织幼儿共同进行器材、场地的整理，培养了幼儿良好的体育活动常规与习惯。）（本活动被推选在“展阳刚之气，炫体育特色”幼儿体育研讨会上现场展示）

孩子们在活动中，走得很认真，玩的很开心。游戏提高了幼儿的平衡能力，使幼儿体会到了合作运动的愉悦，也增进了他们之间的感情。

大班健康教案和快乐做朋友篇七

活动目标：

1. 使幼儿知道愉快的情绪有利于身体健康，不良的情绪影响身体健康。
2. 引导幼儿寻找正确渲泄自己不良情绪的方法。
3. 培养幼儿健康活泼、开朗的性格。
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. 初步了解健康的小常识。

活动重点难点：

活动重点：

使幼儿知道愉快的情绪有利于身体健康，不良的情绪影响身体健康。引导幼儿寻找正确渲泄自己不良情绪的方法。

活动难点：

真正掌握渲泄不良情绪的正确方法，调整自己的情绪，保持愉快的情绪。

活动准备：

1. 记号笔、情绪记录图。
2. 合作活动材料：二人三足、呼啦圈、棋子、扑克、布飞碟、齐拉珠子、象棋拼图、袋鼠相斗、陀螺、拳击手套。

活动过程：

一、感受快乐的情感，知道知道愉快的情绪有利于身体健康，不良的情绪影响身体健康。

2. 师生同乐游戏(游戏法、情绪体验法)。

3. 游戏后讨论：(讨论法、回忆法、比较法)

(1) 玩游戏的时候你们的心情怎样？

(2) 除了游戏的时候很快乐，还有什么时候你也觉得很快乐？

(4) 你们觉得快乐和不快乐哪个对身体健康有帮助？为什么？

(5) 小结：情绪愉快身体就会好。

二、引导幼儿寻找正确渲泄不良情绪的方法，将不快乐转化

为快乐的方法，培养幼儿健

康、活泼、开朗的性格(讨论法、回忆法、评价法)。

1. 我们有什么好办法让自己不快乐的时候快乐起来呢?

2. 小结。

三、再次体验快乐的意义，并在活动中逐步掌握正确渲泄自己不良情绪的方法。巩固认识情绪愉快身体就会好(游戏法、记录法、评价法)。

1. 提出活动要求。

2. 出示情绪记录示范图，引导幼儿记录自己的情绪及渲泄方式，并尝试自我评价那些方法有利于身体健康。

3. 出示一份记录样图，引导幼儿分析。

4. 结束并延伸活动，幼儿自然结伴自选器械进行活动并尝试记录。鼓励幼儿自己尝试不同表格设计及记录方式。

教学反思：

幼儿心理健康教育是人生教育中最重要的阶段，所谓“心理健康从娃娃抓起”就是这个道理。因为，幼儿阶段是孩子语言、思维发展的关键时期，也是其性格、情绪、意志及社会行为发展的重要阶段。幼儿心理健康教育的活动，主要靠幼儿教师和家长去实施。

利用师生同乐游戏，使幼儿充分感受快乐。通过谈话引发幼儿的共鸣，使幼儿理解“快乐使人精神健康，不快乐会影响人的健康，所以我们要时常保持快乐的心情”的道理。大部分幼儿对“快乐”似乎有了一定的理解。也激发了孩子与快乐做朋友的愿望。

让幼儿体验生活中会遇到不如意、不快乐的事情，体会快乐是可以分享的。在欢快的氛围中，让孩子进一步体验自己快乐和别人也快乐的意义，再次提升活动快乐的气氛。

从整个活动来看，我觉得自己在活动的准备中比较用心，从材料的准备、环节的设计。但在细节方面还有待进一步关注例，教师语言还不够简练。

总之通过活动，帮助幼儿寻找快乐，留住快乐，并引导他们运用自己的行动去调节和保持快乐的情绪，提高对学习生活的认识。

大班健康教案和快乐做朋友篇八

1. 欣赏故事内容，知道每个人都有几种常见的情绪和表情，了解不同的情绪对身体影响不同。
2. 能正确地表达与控制自己的情绪，学着让自己拥有好心情。
3. 初步学习疏导不愉快的情绪。
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. 让幼儿知道愉快有益于身体健康。

1. 多媒体、音乐《笑一个吧》

2. 微笑卡（与幼儿人数相同）

一、（播放表情图）教幼儿在日常生活中，学会控制自己的情绪和不当行为。

1. 出示表情图，做“变变脸”的游戏，激发幼儿的学习兴趣

师：老师为小朋友们带来几种表情图，小朋友来看一看，上面是什么表情呀？（生气、微笑、伤心）下面我们一起来做一个很有意思的变脸小游戏，你们想玩吗？不过老师有个要求在游戏的过程中小朋友要瞪大眼睛，跟着表情图一起做动作，看哪个小朋友反应得又对又快好吗？师出示表情图幼儿一起做动作。

2. 欣赏故事（老师边讲边播放多媒体）

有一个叫悠悠的小朋友，总是爱发脾气，于是大家就叫他“发脾气大王”。

有一天，幼儿园举行画画比赛，悠悠画上了蓝天、白云、草地，还在草地上添了两只小鸡，心想：自己一定能拿第一名。

比赛结果出来了，悠悠没有得到第一名。他很生气，“哇哇”地哭了，擦干眼泪，两手拽紧，气鼓鼓的。放学后，悠悠谁也不理，背着书包回家了。

在路上，遇到小狗闹闹和几只小狗在玩耍，它们玩得可开心了。闹闹看见了悠悠，就去叼悠悠的裤子，想和悠悠玩。悠悠还在生气，“去去，谁和你玩”，抡起书包，就砸到了闹闹的鼻子，闹闹疼的“嗷嗷”大叫，其它小狗吓着了，到处乱跑，生怕悠悠也对它们发脾气。

有一只小花狗撞到了一个西瓜摊，西瓜都被摔碎了。黄狗踩上西瓜皮摔了个脸朝天，灰狗踩上，摔了个嘴啃泥。小象走过来，踩上西瓜皮，“咕咚”撞到了水库的大闸门。发大水了，许多小动物被水冲走了。水退后，大家伙湿得像落汤鸡，闹闹游过来朝着悠悠大声叫，意思是：“都怪你发脾气。悠悠低头红着脸：“我以后再也不乱发脾气了。”

3. 提问：

(1) 故事中有谁？

(2) 故事中的悠悠为什么发脾气？

(3) 他发脾气，导致了一件什么事？知错吗？

二、在你们日常生活中，哪些是不高兴或生气的的事？可以用什么更好的办法解决？

(引导幼儿观察图片后进行思考)

1. 幼儿自由讨论：（别人不和你玩；办法：可以商量一起玩，或轮着玩；发脾气摔玩具；把想法说出来；不会画，可以请会画的教着画。

2. 师小结：

小朋友都知道随便发脾气，生气是不好的行为习惯，会失去很多小朋友，经常发脾气，生气，时间长了会不爱吃饭，不爱运动，不爱和小朋友交往，会影响身体健康，会得病的，生活中有很多事情是可以通过其他方法来解决的。那么保持什么样的心情才有利于身体健康呢？（高兴，快乐）的心情。

3. 说说有哪些高兴，快乐的事。（让幼儿畅所欲言）

（发奖状了；妈妈给我买了玩具车；和小朋友一起过生日；爸爸妈妈陪我玩；照相；六一节表演；）

4. 帮助了别人，别人开心，自己也开心！

三、结束（播放音乐：笑一个吧）

小朋友想出这么多办法老师真为你们高兴。老师送给每个小朋友一枚微笑卡，让我们大家一起随着音乐，一起舞动起来，分享快乐，在今后的`生活中笑的更加的灿烂、阳光好吗？

（老师，小朋友们共舞）

《亲子活动》 《互帮互助》

游戏玩法：父母和孩子共同玩智力游戏，当父母或孩子在游戏过程中遇到了困难，彼此互相帮助，体验为人做事，帮助了别人是愉快的，也可以和孩子商量做哪些高兴的事情，进一步培养孩子的自己控制能力，为养成活泼开朗的性格奠定基础。

生气是当人遇到不称心、不如意或对不合理现实的一种情绪反应。一般来说，生气应该是正常的情绪反应，但若幼儿遇事经常生气，而且将生气作为对外界的一种经常性的持久的反应，那就是不正常的行为了。经常生气、发脾气的孩子一般心胸比较狭窄，自己中心相当严重。因此，我设计了“我高兴，我快乐”这一活动，通过多媒体、谈话、游戏等活动，教幼儿学会用微笑去面对生活，培养幼儿的自己控制能力。上了这堂课后，很多小朋友学着想办法解决问题，与小朋友相处不再任性，我的目的也就达到了。

大班健康教案和快乐做朋友篇九

《纲要》在健康领域提出，幼儿要知道必要的安全保健常识，学会保护自己，喜欢参加体育活动，动作协调、灵活。根据大班幼儿的年龄特点和实际情况，我拟定了以下微目标：

- 1、乐意参加体育游戏，体验游戏的快乐。
- 2、学习双脚并拢向前连跳的方法。
- 3、能自觉遵守游戏规则。

学习双脚并拢向前连跳的方法。

1、青蛙头饰、荷叶、害虫。

2、音乐。

二、讨论青蛙的本领师：宝贝们来告诉妈妈我们青蛙有哪些本领吧。

幼儿说一说，做一做小结：青蛙的本领可真多，会游泳、跳跃、会帮农民伯伯捉害虫。你们想不想做一只本领大大，农民伯伯超级喜欢的青蛙呀？那我们就一起来练习青蛙跳跃的本领吧。

三、进行双脚并拢向前连跳的技巧练习，掌握动作要领

1、幼儿自由跳，然后说说自己总结的经验，并示范。

2、师小结，引出口诀：小脚并并拢，膝盖弯弯曲，跳。

3、幼儿熟练技巧后再一次练习

五、延伸活动我们一起回家观察认识一下这些害虫吧！

本节活动根据孩子的年龄特点，用小青蛙的生长过程贯穿整个活动，让孩子锻炼身体的同时也了解青蛙的生长过程，达到课程整合的目的。利用夸张的动作，用生动的语言吸引幼儿，满足孩子想爬、想跳的欲望。并且抓住每一个可以教育孩子的环节与细节，例如：数虫子，可以培养幼儿的数数能力；利用废旧纸皮做的荷叶及幼儿用报纸卷成的小虫，达到废物利用的效果。

大班健康教案和快乐做朋友篇十

现在教育大都重视智力教育，却忽视了健康教育，以下这节课适合大班心理健康教育，通过游戏等活动让幼儿了解不高

兴、生气等情绪会带给自己不舒服的感受，体验积极情绪带给自己的快乐。培养幼儿积极乐观的生活态度。适合人群：中小幼儿园、园长、副园长、骨干教师、转岗老师、实习老师以及在读幼师。

1、让幼儿了解不高兴、生气等情绪会带给自己不舒服的感受，体验积极情绪带给自己的快乐。

2、帮助幼儿初步学会调节自己的消极情绪，逐步养成积极乐观的生活态度。

1、趣味练习：镜子里的我

2、水彩笔，画纸。

一、自由游戏

教师提出游戏规则，并重点提醒幼儿注意游戏中自己的心情是怎样的。

教师以同伴的身份参与游戏，并注意观察、记录幼儿在游戏中的情绪。

二、回忆：我快乐吗？

1、游戏活动结束后，教师重点引导幼儿讨论在活动时的心情：

说一说高兴的事。

说一说不高兴的事。

2、教师注意引导个别性格内向的孩子讲出自己的情绪。

教师引导幼儿讨论一些发泄不高兴情绪的方法。

三、谈话：怎样使自己快乐起来

1、让幼儿谈谈生气、伤心和高兴时的感受，使幼儿知道笑比哭好，告诉他们要尽量使自己快乐起来。

2、设计不同的情绪情境，引导幼儿初步懂得一些调节不良情绪、使自己快乐起来的方法。

(1)不高兴时：

做自己喜欢的事。如和好朋友一起玩，和家人外出游玩，想想高兴的`事等。

(2)生气时：

可以大声唱歌，可以把心事告诉朋友、老师或爸爸妈妈等。

(3)害怕时：可以请求别人的帮助，听音乐转移注意力等。

3、教师引导幼儿在日常生活中进行尝试，以保持好的心情。

三、表达

趣味练习：镜子里的我

鼓励幼儿用绘画或其他方式表达自己愉快的情绪，并与小朋友们分享。

大班健康教案和快乐做朋友篇十一

1、练习一纸多玩的各种基本动作。

2、练习20米快跑的技能。

3、鼓励幼儿大胆说话和积极应答。

4、激发幼儿在集体面前大胆表达、交流的兴趣。

幼儿人手一张报纸，鼓一只。

(一)、开始部分

1、带幼儿到户外场地。引出主题，激发兴趣：“我们是一群快乐的小丑，让我们跟着鼓声，学做高人和矮人吧。”(每个幼儿双手拿一张旧报纸顶在头上当帽子，进行腿部力量练习，听鼓声变化做高人走、矮人走)

2、幼儿自由玩报纸。

(二)、基本部分

1、教师启发幼儿尝试：不用手帮忙怎样才能让报纸贴在胸前而不掉下来。让幼儿自由分散的活动。

2、试后，请幼儿集中，谈谈尝试的结果。得出结论：把报纸贴在胸口，快速地跑。

3、第二次尝试将报纸贴在胸前往前跑，试跑几次，让幼儿得到结论：跑得越快，纸越贴得紧，越不容易掉。

4、幼儿再次自由尝试数次，发现问题，个别辅导。

5、幼儿分组比赛，看看谁跑得快，报纸不掉下来。

(三)、结束部分

教师带领幼儿做“大笑”、“大哭”的表情，以放松肌体和情绪，对幼儿活动情况作简单评价。

利用多种感观让幼儿去认知事物是我们常用的教学方法。在活动中，我发现幼儿们的态度积极，表现出极大的兴趣，创

造力也得到发挥。

大班健康教案和快乐做朋友篇十二

生气是当人遇到不称心、不如意或对不合理现实的一种情绪反应。一般来说，生气应该是正常的情绪反应，但若幼儿遇事经常生气，而且将生气作为对外界的一种经常性的持久的反应，那就是不正常的行为了。经常生气、发脾气的孩子一般心胸比较狭窄，自我中心相当严重。因此，我设计了“我高兴，我快乐”这一活动，通过多媒体、谈话、游戏等活动，教幼儿学会用微笑去面对生活，培养幼儿的自我控制能力。

1、教幼儿学会用积极的态度去面对生活，学会与同伴友好相处。

2、教幼儿在日常生活中学会思考解决问题的方法，知道高兴快乐有利于身体健康。

渗透目标培养幼儿的自我控制能力，为养成活泼开朗的性格奠定基础。

1、多媒体《别来烦我》

2、微笑卡，音乐磁带，录音机

3、区域活动准备

（一）《我高兴，我快乐》教幼儿在日常生活中，学会控制自己的情绪和不当行为。

1、师：今天来了这么多老师看小朋友做游戏，你们高兴吗？来表示一下吧！（鼓掌欢迎）老师为小朋友们制作了许多精美的表情卡，小朋友来看一看，上面是什么表情呀？（生气、微笑、伤心）小朋友做一做这些表情。

现在小朋友自己选择你喜欢的表情，然后把它戴在脖子上。

2、教师观察幼儿戴的是什麼表情。

幼儿看多媒体

看完后，教师和幼儿围成圆圈坐好。

4、提问：

(1) 小朋友喜欢青青吗？为什么？

(2) 她总是为一些什麼事发脾气，生气呢？

(3) 如果是你，你会怎样做呢？（从早晨起床开始说起，对照例子，幼儿说自己）

(5) 师：小朋友知道生气、伤心、发脾气为什么不好吗？你生气的时候周围的人怎么样？

5、师小结：

小朋友都知道随便发脾气，生气是不好的行为习惯，会失去很多小朋友，经常发脾气，生气，时间长了会不爱吃饭，不爱运动，不爱和小朋友交往，会影响身体健康，会得病的，生活中有很多事情是可以通过其他方法来解决的。那么保持什么样的心情才有利于身体健康呢？（高兴，快乐）的心情。

(二) 小朋友互相讨论一下，在你们日常生活中，哪些是让你们高兴开心的事情呢？（幼儿热烈讨论）

(三) 进区域活动

师：我看小朋友们讨论的又热烈，又高兴，今天老师又为小朋友们准备了你们平时最喜欢的活动材料。如：绘画用品，

大型积木，娃娃家等玩具，小朋友可以自己选择你最高兴做的事，在游戏中与你的好伙伴分享快乐。好，现在自己选择吧！

（四）小朋友们在玩的时候心情怎么样？有没有遇到困难或问题，你们是怎样解决的？

师：你们真棒，对，遇到困难或问题，想办法解决。

（2）当你们非常高兴的时候，你们最想干什么？（唱歌，跳舞，大声笑……）

五、结束

我看到小朋友们高兴的时候，客人老师的脸上也洋溢着笑容。那么我们请客人老师和我们一起唱支歌，跳个舞，分享快乐，小朋友说好吗？（老师，小朋友们共舞）

六、延伸活动《亲子活动》《互帮互助》

大班健康教案和快乐做朋友篇十三

现在的孩子常常只注重使自己得到快乐，却很少意识到要给别人带来快乐，所以我们需要培养孩子关心人，帮助人的思想意识。“快乐的鸡妈妈”这一活动，旨在引导幼儿体验分享、关心、谦让、合作所获得的快乐感，萌发幼儿互爱情感。

【活动目标】

- 1、在情节化的游戏中，体验同伴间分享、关心、谦让与合作的快乐。
- 2、培养幼儿相互帮助，相互关心，快乐的情感。

3、教幼儿养成细心、认真的学习态度。

4、乐意大胆地把自己的想法告诉大家。

【活动准备】

1、红、黄色硬纸板制成头巾若干。

2、鸡蛋(绒线球)个数与幼儿人数相等。

3、椅子六张(椅背上贴10以内的数字)，平衡木一条，轮胎六只。

4、音乐带，录音机。

【活动过程】

一、导入活动，引起幼儿活动兴趣。

师：漂亮的小鸡，我们到草地上玩玩，好吗？

(轻放音乐，师生学小鸡走路、吃虫、跳舞。)

二、营造宽松、自由的游戏氛围，培养幼儿分享、关心、谦让、合作的品质，体验其快乐。

1、游戏“吃虫子”——体验分享的快乐

(1) 幼儿围在老师身边

师：草地上有许多的`虫子，喜欢吃吗？你们只要听好妈妈的信号，就能找到许多的虫子。

规则：教师说出10以内数的加减法式题，幼儿边答得数，边跑向阵地找虫子，找到后站在阵地边，接着听下一个式题后

再找虫子，直到虫子全找到。

(2) 幼儿坐在头巾上，教师检查幼儿找虫子情况。

师：虫子找得真多，可有一些鸡弟弟和鸡妹妹没找到虫子，他们肚子饿了怎么办呢？

引导幼儿讨论并主动找朋友分着品尝虫子，并说一句分享的话。

师生齐说：我们一家真幸福，相亲相爱在一起，有了东西一起分享，真是一群快乐的小小鸡。

[评：以游戏的口吻设置问题，幼儿设身处地地去体验分享，感受分享的快乐。]

2、游戏“生蛋”——体验互相关心的快乐

引导幼儿主动关心妈妈，说问候的话，并帮其揉肚子。

(2) 师：这些鸡妈妈真好，妈妈肚子痛了帮我揉揉肚子，还说了许多问候的话，谢谢。

播放音乐，全体幼儿学鸡妈妈生蛋，引导幼儿主动关心同伴。

师生齐说：我们一家真幸福，相亲相爱在一起，相互关心，真是一群快乐的鸡妈妈。

3、游戏“运蛋”——体验谦让与合作的快乐

(1) 师：鸡妈妈生了很多的蛋，想把蛋运回家，我们先来练练运蛋的本领。

示范讲解：把蛋放在头巾中间，两手拉住头巾两边向前走。

集体练习。

(2)按头巾的颜色将幼儿分为黄鸡妈妈、红鸡妈妈，站在独木桥两边。

引导幼儿讨论并主动谦让，让对方先过桥。

引导幼儿两两合作，一位幼儿走在桥上运蛋，一位幼儿踩在桥下的小石头上搀扶他，共同完成运蛋工作，运到家里蹲下孵蛋。

三、鸡妈妈，你还想做那些快乐的事？

我们做了许多快乐的事，让我们一起跳个快乐舞吧。

活动反思：

通过活动，让幼儿懂得开心快乐的情绪才会让我们健康成长，而生气、伤心并通过寻找各种不同的方法来调节自己的不良情绪，使自己保持积极向上的健康心态。当幼儿在生活中遇到困难或与人交往发生矛盾时，他们会产生很强的挫折感，因此，对幼儿进行心理健康教育是十分必要的。

大班健康教案和快乐做朋友篇十四

通过情景活动让幼儿了解和学习辨别负面情绪，了解负面情绪带来的危害，学习释放和消除负面情绪的方法。树立自信心，体验正面情绪带来的快乐，保持阳光积极的心态。

《纲要》和《指南》明确提出：“要高度重视幼儿的心理健康，开展认识自我、尊重生命，调控自己的情绪等教育。”大班幼儿随着年龄的增长，心智日趋成熟，个性不断凸显，出现了很多复杂的情绪。因此关注幼儿的心理健康，重视幼儿的情绪问题尤为重要，我设计了幼儿心理健康活动《我阳

光我快乐》，旨在于，通过活动帮助孩子们认识负面情绪，了解它是人的本能反应长期积累，就会形成不健康的心理影响身心健康。结合幼儿的成长特点和本班幼儿的已有经验设计此活动，活动中引导幼儿正确的面对和接纳这些负面情绪，寻找释放负面情绪的方法，鼓励幼儿在成长的过程中应保持健康积极的心态，做阳光快乐的自己。

以《指南》《纲要》为指引，从萌发兴趣、促进技能、提升经验的发展需要出发，将从认知、技能、情感、三方面，制定如下教学目标：

- 1、引导幼儿理解负面情绪(如妒忌、悲伤、愤怒、委屈)等，学习辨识负面情绪。
- 2、了解负面情绪带来的'危害，学习释放和消除负面情绪的方法。
- 3、树立自信心，体验正面情绪带来的快乐，保持阳光积极的心态。

1、重点：了解负面情绪带来的危害，寻找消除负面情绪的方法。

2、难点：辨别负面情绪，大胆释放负面情绪。

1、经验准备：了解幼儿原有的生活经验水平(导致负面情绪的原因)

2、材料准备(教具和学具)

1)教具(为了形象的感知理解负面情绪，提供心理教育系列绘本故事ppt)

2)学具(为了给幼儿营造更好的释放负面情绪的环境，设置了

绘画环节以及轻音乐背景)

——“你能从图片中观察出发生了什么事情吗?”

——引导幼儿说出中心思想“因为父母的爱而妒忌妹妹”。

——引导说出中心思想“因为别人有自己没有的东西而难过”

——引导说出中心思想“因为别人比自己优秀有所以愤怒”

(二)、鼓励幼儿大胆用绘画的形式描述自己的负面情绪事

1、画一画自己产生负面情绪的事例

——“下面就请我们回忆一下把我们遇到过的不开心、生气、委屈的事情画出来吧!”教师与幼儿共同参与,营造和谐轻松的氛围(播放轻音乐)

2、分享、交流绘画作品

幼儿分享,教师做语言提炼(如:“这时的你一定很伤心,我很理解你”)

(三)、讨论、寻找,释放消除负面情绪的方法

——幼儿展开讨论,教师帮助幼儿进行提炼(如:想想开心的事情,转移注意力;发现自己的优点;跟亲人或同伴聊一聊)配班老师汇总记录。

(四)、出示ppt学习毛毛兔寻找消除负面情绪的方法。

教师小结:原来毛毛兔有这么多解决妒忌情绪的方法(ppt呈现),小朋友们也想出了很多办法,看来遇到负面情绪时也并

不可怕，因为你们有这么多解决的办法。”（出示ppt已统计好幼儿和毛毛兔消除妒忌的办法）

（五）、师幼总结，在愉快的氛围中展示自己的特长

——“开心时刻啦！请小朋友们想想自己的优点和长处，大声的对你的同伴说出来吧！”（音乐营造自信、想说的氛围）

教师小结：小朋友都太棒了，能发现自己那么多优点和长处，其实每个人都是独特的自己，让我们多发现自己的优点和长处，多分享快乐，互相帮助，做阳光快乐的人，我们去把这些好方法带给有需要的朋友吧！”

鹰架教学，教师为幼儿营造了平等、宽松、支持的心理环境，并用鼓励的方法，因人而异地指导幼儿，充分调动了孩子的积极性、主动性和创造性。活动中，教师始终用“知心姐姐的角色走进幼儿、了解幼儿、变成幼儿，恰到好处的引导，使他们获得了心理上的极大满足。在活动中，教师鼓励幼儿大胆表达自己的情绪情感，并用多种方法创造性地进行表现和体验，激发了幼儿参加活动的兴趣，积极、主动地完成了活动的要求，整个活动是在愉快、宽松、自由的氛围中进行的。

不足：首先，没有能更深层次的挖掘幼儿对消极情绪的解决办法，如失败时该怎么面对？其次，在创设实物环境、心理环境等多层次、多侧面的环境上做得不够，当然，在如何引导幼儿不断保持拥有良好的情绪上，光靠教师组织的一次活动还是不够的，要想幼儿心理健康成长，除了教师努力外，家长也同样需要努力。这样，才能让幼儿持久地拥有健康的心理。

以上是本教案的全部内容，如果您觉得不错请转发分享给更需要的人哦！

大班健康教案和快乐做朋友篇十五

教学目标：

- 1、知道生活中每个人都有多种情绪变化。
- 2、能大胆地与同伴交流各种调节情绪的方法。
- 3、学会在日常生活中保持乐观的情绪，逐渐养成乐观开朗的性格。
- 4、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

教学准备：

教学重难点：

知道生活中每个人都有多种情绪变化。

会调节情绪的方法。

教学过程：

一、观看图片、激发兴趣。

1、今天我给大家带来了一位新朋友，看，她名叫——苏菲。
（出示图1）仔细看一看，苏菲是什么样的表情，这样的表情说明苏菲怎么了？”（出示图2）

2、平时苏菲脾气很好的，不轻易发火哦，猜一猜苏菲今天为什么这么生气？（幼儿结合自身经验猜想）

3、苏菲到底为什么生气？我们一起走进这本图画书去看一看。

二、欣赏故事、体会人物心理。

1、教师配合图3、4、讲故事。

提问：苏菲遇到这样的事，心情怎么样？

2、你像苏菲这样生气会是什么表情？会做什么样的动作？请到前面来表演给大家看看。（请两三个幼儿表演过后集体表演，相互看一看，老师点评一下。）

3、你们会这样做，那苏菲生气的时候是什么样的呢？（出示图5，三种发火的画面）

第一种：了解跺脚动作和红色影子

第二种：苏菲的怒火一喷出来整个屋子都充满了怒火，家里人都都不高兴了。

第三种：苏菲身上充满了怒火，就像一座快要喷发的火山一样。

三、寻找解怒方法。

1、看这样子，苏菲真的是太生气了。生气好吗？有什么不好？

2、小结：生气真的很不好，它会让我们心情很坏，让我们皮肤变差人变老，会让我们生各种各样的病，身体受到伤害，还还会让我们周围的人也不高兴，从而失去一些朋友。

3、那你们在非常生气的时候有什么好办法让自己的心情平静下来？（请个别幼儿发言）

4、小结：每个人都有快乐和生气的时候，当你生气时，你可以试试用这些方法让自己变得开心起来，快乐起来。

5、那想不想知道菲菲是用什么办法让自己不生气的？仔细听，哪些方法和我们一样，哪些方法是我们没有想到的。

6、幼儿继续听故事：菲菲用了哪些方法是我们没有想到的？
（出示好方法的图片）

小结：我们每个人都会有不开心的时候，生气没关系，只要你有办法使自己心情好起来，那你每天都会拥有好心情。

教学反思：

到了大班，幼儿的个人主意和意愿也会变多，这个阶段处于交往频发的阶段，同伴之间的交往行为每天都要发生许多问题，如争抢一本书看，想要玩同一个玩具，如果协调不好，就会使孩子产生消极的情绪。生气是幼儿生活中很平常的一种情绪情感，它发生在每个孩子的身上。但有的孩子自我调节能力较弱，不能很好地面对生气并进行缓解。整个活动以谈话、讨论等形式帮助幼儿学习一些调节不良情绪的有效方法，从整体上已经达到了活动目的，活动中幼儿交流表达的欲望强，环节衔接自然，紧凑。我也让孩子们知道：在我们每个人的身上都有过生气的情绪，它是不可避免的，不可改变的。既然不能避免和改变，我们就要面对，解决，而且用科学的，积极的方法解决。

不足之处：

就是提问的方式还不够灵活，较深层次地引导幼儿讲述，这有待进一步的实践探索。