

最新幼儿园中班健康教案(模板8篇)

教案中的每个环节都应该合理设计，能够引发学生的兴趣和积极参与。以下是小编为大家收集的小学教案范文，供大家参考和借鉴。通过研读这些范文，可以更好地了解如何编写教案，提高教学质量。接下来，让我们一起来看看吧。

幼儿园中班健康教案篇一

1. 促进幼儿基础动作学习；
2. 增进幼儿大肌肉群发展；
3. 提高幼儿身体的协调性。

太空棒若干

热身操

幼儿在教师的示范引导下，一起做一段律动操。

主题游戏：运木材

故事引导：

今天小朋友们要去森林，帮忙老爷爷盖小木屋。那么盖木屋需要什么呢？

游戏方式：

3. 通过身体意识引导小朋友用不同的方法运输太空棒，互助合作环节尝试让小朋友俩俩沟通商量用何种方法来运输。

注意事项：

1. 重视情境的重要性，给孩子身临其境之感觉；
2. 给予小朋友行径归属感，说清楚起点、终点，折返点；
3. 注意提示安全，避免运输时撞击；
4. 多多与孩子做问答。

重要概念：大肌肉群发展、身体协调、创造力培养。

变化游戏：出来瞧瞧

故事引导：

木材都准备好了，房子已经帮老爷爷搭好了，这个时候老爷爷邀请我们到小木屋外瞧瞧，可是我们要小心，不能碰到刚刚刷完油漆的房梁，不然就白忙活了。

游戏方式：分成若干组，小朋友俩俩拿一支太空棒，请他们设置障碍，一对坐着将太空棒手扶固定在地，一对站着将太空棒拿在肚脐左右的高度，依此类推，其他组别小朋友做钻爬、跨越动作。

注意事项：

1. 要规定好摆放障碍的小朋友所站的位置；
2. 注意提示安全。

重要概念：平行游戏、身体部位协调、跨与钻的基础动作学习、大肌肉群发展。

升华游戏：打地鼠

故事引导：小木屋终于盖好了，这个时候我们发现，小木屋没

有直接盖在地面上，为什么离开了地面一点呢？老爷爷说：因为森林太潮湿了，直接盖在地上木材会腐烂，说着说着，突然发现小木屋下面有一群小地鼠。

游戏方式：队伍紧密排列，当有小朋友站起来时，教师就拿太空棒敲击小朋友，被敲到的小朋友要蹲下去，再可以起来。

注意事项：教师扮演打地鼠的角色，当班级人数过多时，可让保育老师一同来帮忙，也可分组分队进行。

重要概念：平行游戏、大肌肉群与敏捷性发展。

幼儿园中班健康教案篇二

设计意图：由于中班幼儿比较爱挑食，吃饭时经常把蔬菜挑出来，挑食偏食比较严重。为了使幼儿爱吃各种食物，养成爱吃蔬菜的好习惯。因此我设计了这节课。

教学名称：

健康

教学内容：

《多吃蔬菜好处多》

教学目标：

- 1：引导幼儿简单认识、了解常见蔬菜
- 2：引导幼儿不挑食、偏食
- 3：引导幼儿养成爱吃蔬菜的好习惯

教学准备：

青菜大蒜西红柿

教学过程：

1、通过谈话导入蔬菜、引起幼儿兴趣

1、教师出示蔬菜，让幼儿认识蔬菜

2、提问幼儿爱吃和不吃哪些蔬菜、为什么？

3、有哪些小动物爱吃青菜？

1、教师讲解多吃蔬菜的`好处

2、介绍讲解挑食偏食的坏处

1、挑选个别幼儿拿蔬菜让幼儿说出名字

教学总结

通过本次让幼儿懂得多吃蔬菜身体好，养成爱吃蔬菜的好习惯。

幼儿园中班健康教案篇三

《3—6儿童发展指南》指出，教师要引导帮助幼儿养成良好的饮食习惯。帮助幼儿了解食物的营养价值，引导他们不偏食、少吃或不吃不利于健康的食品。通过播放“多吃蔬菜身体好”故事视频、蔬菜美食图片展示，幼儿为蔬菜涂上颜色培养孩子对蔬菜的喜爱。知道身体的生长发育离不开吃蔬菜的多少，了解常见蔬菜的名称、特征和作用。

1、认知目标：认识常见的蔬菜，能说出蔬菜的名称以及基本特征。

2、能力目标：初步了解常见蔬菜的营养价值，知道多吃蔬菜对身体有益。

3、情感目标：初步养成喜欢吃蔬菜的良好习惯。

重点：了解多吃蔬菜的益处。

难点：养成喜欢吃蔬菜的良好习惯。

“多吃蔬菜身体好”故事视频、蔬菜美食图片、常见的蔬菜图片与实物图

1、情景导入：以“多吃蔬菜身体好”故事视频导入课题，并提问：小朋友们，刚才视频中你们看到什么呀？他们在做什么？它们可爱不？通过提问的方式，引导幼儿认识常见蔬菜。（5分钟）

2、认识哪些蔬菜：出示图片，引导幼儿描述蔬菜的基本特征，告诉幼儿这些蔬菜对身体的益处。（8分钟）例如：

（1）西红柿是什么颜色的，吃起来什么味道的，它长得像什么，对我们的身体有什么好处？红彤彤、酸酸甜甜、红灯笼；含有很多维生素，防中暑，治牙龈出血，美容。可以做菜也可以当水果吃哟。

（2）黄瓜：翠绿、脆。凉拌青瓜可以减肥。有些人还用来敷面美容。

（3）胡萝卜：红，可以预防近视，人吃了不会那么快老喔。

（4）小白菜：可以帮助我们提供营养、强身健体。可以减肥，预防肥胖症。

（5）南瓜：帮助食物消化，预防便秘

(7) 蒜头：蒜头的味道虽然闻着有点辣，但是可以炒着吃、拌着吃，吃了它会把咱们身体里的病菌全部杀死。增强抵抗力，少生病。

3、引入蔬菜美食：既然蔬菜那么重要，孩子们吃过哪些蔬菜美食呢？孩子各抒己见，老师适当引导。展示美食图片。（3分钟）

4、展示蔬菜实物，让幼儿根据老师的提示选出对应的实物。

5、给孩子发放蔬菜卡通图片和模型，请幼儿为手上蔬菜上颜色。培养对蔬菜的感情与喜爱。（4分钟）

幼儿园中班健康教案篇四

1、理解歌词内容、感受动感的旋律，理解歌词的意思。

2、在音乐中培养孩子的创新精神和能力。

3、引导学生关注健康、热爱体育运动，知道有关健康的好习惯。

4、尝试仿编歌词，乐意说说歌曲意思。

5、培养幼儿的音乐节奏感，发展幼儿的表现力。

教学重点、难点

1、演唱教学中的前半拍休止符的节奏。

2、重点鼓励学生参与、激发创新意识。

活动准备

磁带、录音机、电子琴

活动过程

一、听音乐动起来。

1、播放《健康歌》的音乐，引导幼儿边听边大胆做动作。教师用夸张的肢体动作，引导幼儿表达对音乐的感受。

2 歌曲的节奏你觉得这首歌曲节奏是怎样的？”（欢快的还是缓慢的？）

二、播放《健康歌》

1、再次播放《健康歌》，引导幼儿注意歌词描绘的运动部位和动作要领。

师：刚才小朋友又听了一遍，你们听清楚歌词里唱了哪些动作啊，你能够把它做出来吗？

2、回忆歌词描述的运动部位，教师用简笔画简单记录，以帮助幼儿记忆歌词。如幼儿说歌中唱到“抖抖手啊”，教师就画一只手，并在旁边用波浪线表示抖动的样子。

3、将简笔画的记录图示当作歌谱，幼儿学唱2~3遍。提醒幼儿：休止符的地方应唱出空拍。

师：我们有个“0”的地方叫做休止符，我们看到这个标志，就要停顿了，就用拍手来表示！

三、跟着音乐动一动

1、听了这首歌，有的小朋友已经忍不住了，也想和歌曲中的小朋友一起做运动了，那大家一起来吧。

2、分句创编动作，鼓励幼儿根据歌词大胆创编，只要运动的部位与歌词相符就行。

师：请小朋友根据歌词自己编一下动作，并把你的动作展示给大家看，好吗？

3、播放磁带，幼儿跟着歌“二二三四……”的歌词用数字写在黑板上，幼儿先按节奏念歌词，才根据节奏把歌词及动作连贯起来。

曲边唱边跳自己独创的“健康舞”

4、把歌曲中“一二三四，四、我们一起来运动

加入召唤同伴一起运动的情景。如将幼儿分成两组，一组幼儿向另一组的好朋友打招呼：“***，快来运动咯！”另一组喊：“唉，我来了！”然后迅速找到好朋友手拉手随着“健康歌”一起做运动。

教学反思

《健康歌》是一首活泼、欢快，富有动感的歌曲。歌曲节奏较简单，歌词较生活化，适合中班学习。所以，在制定目标时，结合班里情况，我定了两个目标：

- 1、感受歌曲活泼、欢快的情绪，能较清楚的演唱歌曲。
- 2、能根据歌词创编动作，进行表演，感受运动身体的快乐。

开始部分，我先请幼儿完整的欣赏了一遍歌曲。因为歌曲比较出名，很多幼儿都听过。所以，在第一遍欣赏时，大部分幼儿都能跟着录音一起演唱歌曲。正因如此，在我的提问“你觉得这首歌曲节奏是怎样的？”（欢快的还是缓慢的？）“你听到这首歌曲时，小朋友在干什么？”这些问题时，幼儿很快就能较准确的回答我。第二部分，请幼儿说说你在歌曲里都听到了什么？这里，我再次播放了歌曲，听完之后，幼儿都能清楚地回答歌曲内容。结合幼儿的回答，我

将准确的歌词念给了幼儿听，并画出部位的图画。在休止符地方我特别提示，让幼儿知道有的地方要停顿，不能发出声音的。第三部分，学做动作。在第二部的基础下，幼儿基本上都能学会歌曲，这时，我请幼儿根据歌词内容，模仿动作。

整节课下来，课堂气氛是很活跃的。幼儿的积极性和参与度都很高。因为《健康歌》幼儿平日生活中也接触过，所以学习歌曲非常的快，一节课下来，都能记住歌词并能完整的演唱下来。目标也基本达成。在表演环节，幼儿能充分发挥自己的想象，编出各种可爱的且符合歌词内容的动作，并能通过身体把它表现出来。不足的地方就是歌曲表演时，时间不是很长，很多幼儿很爱表演，让所有幼儿都能参加到活动中来。

幼儿园中班健康教案篇五

活动目标：

1. 探索身体运动的不同方法，体验集体运动的快乐。
2. 能跟着音乐有节奏的动作。

活动过程：

一、律动分享

1、教师带幼儿律动

听！这是什么音乐？对！是健康歌的音乐。跟着老师一起来运动吧！

我们一起来喊口令。

二、创编动作 分享交流

1、谁知道刚才我们运动的是身体的哪个地方？

小结：经常的运动关节可以让我们的身体更加灵活。

2、我们身体上还有什么地方也需要经常的做运动？

说了那么多的地方，能不能听着音乐做做看？什么时候做？我来做望远镜，找找你们有几种不一样的运动身体的方法。

3、集体初步尝试

4、个别交流

我找到了好多运动身体不一样的方法。谁来做小小教练，教教我们大家？

（动作的方向，力度，节奏，伸展度上引导幼儿）

5、集体再次尝试

可以学学朋友的好方法，也可以做做自己想到的好方法，比比谁的动作最象教练，又漂亮又有力。

三、观察图片，拓展新动作

2、给你们一点时间，去看一看，试着做一做，看能不能发现我锻炼的方法。

手叉腰图片、箭头一圈的图片两张一方向不同（发现箭头的涵义）

左右角轮换出去，头摇摆动作的图片四张（从图片的顺序中找到运动身体的方法）

踮脚动作（发展幼儿的观察力）

3、交流发现，尝试有节奏的动作

你看明白了哪一张？

小结：看懂了箭头的意思就明白了这个锻炼的方法。

小结：只要仔细一点，耐心一点，按着图片的顺序1234一个一个做，就能发现这个动作是怎么做的了。

小结：虽然这个动作只有两张图片，但是如果看得不仔细，就很难发现我锻炼的秘密了！

（1、三个幼儿一起做一个方法，他们做的一样吗？你和谁做的一样？再听着音乐一起做

2、一个幼儿带着其他幼儿一起做，动作由慢到快，———清唱动作

3、幼儿讲，然后听音乐一起做）

四、延伸

还有好方法吗？回到教室教给你的好朋友。

幼儿园中班健康教案篇六

1、认识生活中几种常见的符号，并说说符号的作用。

2、养成自觉按符号标志行事的好`好习惯。

1火警电话、灭火器、上下路道、禁止燃放鞭炮，紧急出口、禁止吸烟注意信号标志等信号标志图片，安全标志挂图两张，录音机、小司机录音磁带。

（一）、教师以手式“安静”“停止”情绪，激发幼儿兴趣。

师做动作并提问：刚才老师没说话小朋友怎么知道要安静呢？

（二）、出示图片引导幼儿观察引入主题：

2、幼儿各抒己见，。

3、引出主题：——“会说话的符号”。

（三）、引导幼儿寻找标志并结合标志图进行讨论与讲述

1、提要求：认真看标志图画了什么？代表什么意思？有什么用？

2、引导幼儿在班上寻找标志。

3、出示标志图讨论：

（1）与同伴说说自己找到的标志？

（2）标志代表什么意思？

4、幼儿讲述，教师启发引导幼儿说出标志名称？代表什么意思？有什么用？

（四）、教师简单小结标志图中的所有符号及意义。

（五）、引导幼儿发现规律，认识禁止符号。

（六）、以带幼儿“旅游”寻找会说话的标志结束活动。

幼儿园中班健康教案篇七

玩球是孩子喜闻乐见的一项户外活动。有时他们不仅仅局限于拍球、滚来滚去，而且还玩出很多花样来（顶球、夹球像陀螺转一转等等）。根据幼儿的年龄特征，经过小班一年多

的拍球训练（左右手），培养了幼儿的手、眼协调能力，体验游戏的合作精神。为了拓展孩子探究更多球的玩法，满足孩子的好奇心和需求，引导孩子多人合作的玩法，锻炼了孩子的发散思维。我设计了皮球这节课。

- 1、探索球的各种玩法。
- 2、通过游戏，让孩子体验玩球的乐趣。
- 3、在活动中，让幼儿体验与同伴共游戏的快乐，乐意与同伴一起游戏。
- 4、遵守游戏规则，体验与同伴合作游戏及控制性活动带来的快乐。

皮球、辅助材料（纸箱，纸棒）

一、随音乐做准备活动。（健康歌）

二、出示球，尝试探索球的各种玩法。

1、今天，老师给你们带来好多的球（出示球），让我们来玩一玩吧。（幼儿自由玩、教师参与其中）。

2、让幼儿说出各种玩法，一起来玩玩。师问：你是怎么玩球的？让幼儿来示范一下，再来一起学一学。（拍球、转球、顶球、抛球接球等）

3、引导启发幼儿玩出和平时不一样的玩法。（两个或两个以上的怎么玩）幼儿合作玩出新花样。

两人传球（在地上滚着对传；从胯下传球；两人对抛；转身抛球；）三人传球（相互滚地传球；相互胯下传球；相互抛球。）

球可以拍（左右手拍；慢拍、快拍），顶球（跑、跳），夹球（跳），背球（走、跑），踢球，转球（快、慢）；滚球，坐球（转），趴球（转）。两人传球（在地上滚着对传；从胯下传球；两人对抛；转身抛球）。三人传球（相互滚地传球；相互胯下传球；相互抛球。三人以上合作都可以玩。

3、教师启发幼儿皮球变变变，能变成什么？（变陀螺、变西瓜、变西瓜等）小结：

我的皮球变变变：变成小兔蹦一蹦，变成陀螺转一转，变成西瓜滚一滚，变成小车推一推。

三、通过游戏活动《皮球变变变》，感受游戏快乐。

知道多人头上传球、胸前传球、胯下传球、棍棒赶球。

大纸箱四个、纸棍若干。

师问：皮球皮球变变变。

幼儿问：变什么？

1、头上传球（果子）。

2、胸前传球（萝卜）。

3、胯下传球（西瓜）。

4、棍棒赶球（小猪）。

四、随音乐放松活动。

五、活动延伸：

与家长探索更多球的玩法。

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。

幼儿园中班健康教案篇八

1. 体验与同伴一同活动的乐趣。
2. 通过摆弄、模仿、变换各种动态，提高身体的表现力。
3. 知道身体部位的变化可以表现出丰富的动态，对人的各种身体动作感兴趣。

1. 材料准备：绳子扎成的跳舞小人（与幼儿人数相等）、动态小人图、数码相机、多媒体设备。

2. 经验准备：初步了解身体主要部位的位置和名称。

1. 导入活动，激发幼儿展现身体动作的兴趣。

师：今天老师带来了一位小客人，你瞧！（边操作边念儿歌）
小人小人他爱动，动动这，动动那，动动全身乐哈哈。小朋友你们好！

2. 观察与模仿

（1）观察动态图，引导幼儿用身体动作来表现。

师：小人小人爱跳舞，仔细观察，小人做了哪些动作？是怎么做的？请你来学一学。

（2）感知不同动态图，幼儿尝试合作表现

师：小人喜欢和朋友一起跳舞，你们也来试一试吧。（自由结伴模仿学习）

3. 探索与表现

□□幼儿操纵自己小人的动态，然后用身体动作表现。

师：每个跳舞小人要找一位小朋友，请你让跳舞小人做不同的动作，然后来学一学小人的动作。

（2）用身体做动作，然后用小人表现动态。

师：你做动作，让小人来学一学。

（3）鼓励幼儿相互合作表现

师：找你身边的朋友一起摆出各种动作造型，试一试合作做动作。

教师与孩子一同探索，并抓拍孩子有创意的动作照片。

4. 展示与交流

将一些幼儿的表现拍下，通过大屏幕观看，相互交流。

师：刚才我们和小人一起跳舞，创造了各种各样的动作，观在一起通过大屏幕来看一看。看看哪个动作有创意，哪些朋友合作得最默契。请你们找一找。找到后给全体小朋友来表演。