

2023年大班健康教案我快乐 大班健康快乐圈圈教案反思(通用11篇)

教案的编写需考虑教学过程中的错题分析和教学困惑，有针对性地进行教学调整和引导。接下来，我们一起来看看小编为大家准备的一些安全教案范文，希望能够给大家提供一些灵感和借鉴。

大班健康教案我快乐篇一

活动目标：

1. 感受白天鹅和朋友们的心情变化。知道生活中不能随便讽刺嘲笑他人。
2. 通过与同伴共同表演，懂得赞美别人可以让大家都快乐起来。
3. 体验与同伴共同表演的乐趣。
4. 让孩子知道生病了，不怕打针吃药，做个勇敢的孩子。
5. 知道生病了不怕打针吃药，做个勇敢的孩子。

活动准备：

1. 事先录制好的故事磁带：《快乐湖里的不快乐》。
《快乐湖里的不快乐》。
3. 提供头饰或胸饰。
4. 白天鹅摆饰1个。

活动过程：

(一)师幼共同欣赏天鹅湖摆饰。

1. 教师出示“天鹅湖”，启发幼儿展开想像。

教师：这是谁？你们喜欢她吗？为什么呢？

(二)师幼听故事，感受白天鹅和朋友们的心情变化。

1. 教师引导幼儿一边看ppt□一边听故事《快乐湖里的不快乐》。

2. 教师组织幼儿围绕故事展开讨论。

教师：白天鹅先遇到了谁？她对小鸭说了什么？小鸭心情怎样？

教师：白天鹅又遇到了谁？她对小乌龟说了什么？小乌龟为什么会生气？

师幼共同小结：讽刺嘲笑别人会让人心情不愉快，会失去朋友。没有了朋友，自己也不快乐。

3. 教师启发幼儿帮助小天鹅让她和她的朋友都变得快乐起来。

教师：如果你是白天鹅，你会怎么做让自己快乐起来？你会怎样让朋友们都变得快乐起来。（结合孩子已有的经验，谈谈自己和自己好朋友之间如果发生这样的事情，自己是怎么做的。）

(三)教师引导幼儿和同伴表演故事，进一步领会故事的内涵。

1. 教师：你想和小伙伴一起演这个故事，让白天鹅和朋友们高兴起来吗？

2. 师幼一同协商故事表演的' 有关问题。

教师：这么好如果让你和朋友们一起表演这个故事，谁愿意做白天鹅？(如果没有人愿意做，教师可以这样引导孩子，“我们表演白天鹅，并不代表我们就是白天鹅。)

3. 教师指导幼儿表演。大家协商分配各自扮演的角色，进行表演。表演中注意角色的表情和动作。

活动延伸：

1. 日常渗透：在日常活动中，教师应注意观察幼儿的情绪变化，发现幼儿和同伴之间有矛盾是要及时主动地关心并询问原因，帮助幼儿掌握解决矛盾的方法，让幼儿保持快乐的心情。

2. 区角活动：在表演区中，教师可以继续组织幼儿开展故事表演活动，提醒幼儿看比尔表演时要安静，不要随意走动。

活动反思

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。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。

大班健康教案我快乐篇二

活动目标：

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。

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、能够将自己好的行为习惯传递给身边的人。

活动准备：

1、趣味练习：镜子里的我

2、水彩笔，画纸。

活动过程：

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。

教学反思：

教学过程中，幼儿积极配合，认真尝试，在自主练习里获取

了经验，又在集体练习里感受到了快乐和喜悦，达到寓教于乐的目的，教学目标也得到了圆满的完成。

大班健康教案我快乐篇三

活动目标：

- 1、学习合作抛接球。
- 2、在球的传递游戏中发展身体的灵敏性及协调性。
- 3、萌发集体荣誉感，增强团队合作意识。
- 4、锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。
- 5、培养幼儿健康活泼的性格。
- 6、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。
- 7、了解多运动对身体有好处。

活动准备：

- 1、皮球人手一个，球筐5个，呼拉圈红、黄各10个。
- 2、热身操、自由练习和放松活动的`音乐。

活动过程：

一、准备活动

- 1、热身活动：听音乐做各种形式的走跑练习。
- 2、篮球操(操节顺序：头—胸—腰—腹背—腿、圆圈传接球)

二、基本活动

1、体验双人抛接球。

(1) 两人自由抛接。

a. 幼儿两人一组找宽松地方进行自由抛接游戏。

b. 教师围绕幼儿游戏情况进行示范小结。

(2) 两人按要求抛接。

a. 近距离两人抛接。(教师随机指导)

b. 远距离两人抛接。(教师随机指导)

(3) 肢体调节运动。

教师带领幼儿做啦啦队操调节下肢运动。

2、折线抛接球比赛游戏。

a. 教师边讲规则边示范动作，强调抛球、接球及配合。

b. 两队进行多球的抛接游戏比赛。

玩法：第一组排头幼儿把球抛传给第二组排头的幼儿，第二组排头把球抛传给第一组第二个小朋友，以此类推。

c. 总结经验，游戏重复一次。

3、组合抛接球比赛游戏。

a. 教师讲述规则并示范。

b.比赛分红黄两队，每队队员两排站好，合作完成游戏。

玩法：两名队员跳进远近不同的圈里后进行抛接球，跳一个抛一个，所有圈跳完后，两名幼儿夹球横移步跑回，第二组幼儿出发，依次进行，最先完成组合游戏的一队获胜。

c.游戏重复一次。

三、放松活动

a.四列纵队做单人拉伸放松。

b.两列纵队做双人配合放松。

c.教师带领一队幼儿和另一队幼儿依次击掌，走出活动室。

活动反思：

作为发挥主导作用的教师，应该重点围绕两个方面，一是如何更好地抛好球：要根据孩子的兴趣、能力、性格、让孩子跑一跑，接到球；二是如何更好地接住球：它表现为教师要充分发挥教学机智，根据孩子抛过来的球及时调整自己的教学方案或生成有意义的活动。幼儿在抛接球的时候要注意球的高度、难度和力度，并在其中形成自己的抛球经验。并且能在下一次抛球的时候保留原有的经验水准。

大班健康教案我快乐篇四

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。

大班健康教案我快乐篇五

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。

大班健康教案我快乐篇六

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。

大班健康教案我快乐篇七

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良好的契合，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！

大班健康教案我快乐篇八

1. 学习行进间掂球，促进幼儿注意力及手眼脚协调性的发展。
 2. 通过练习、游戏等形式，逐步提高幼儿的掂球技能。
 3. 喜欢乒乓活动，并在竞赛活动中增强幼儿的团队意识。
 4. 培养幼儿乐观开朗的性格。
 5. 培养幼儿的尝试精神。
1. 幼儿人手一块乒乓板、一只乒乓球。

2. 场地布置：运球绕障碍、行进间掂球、小球跳回家。

3. 幼儿分成红、黄、蓝、绿四组。

(一) 热身运动，快乐乒乓操。

(二) 花样掂球乐淘淘。

你会掂球吗？那我们掂球的秘诀是什么？

1. 幼儿练习原地掂球。

2. 幼儿创编不同的掂球姿势。

教师：除了这样原地掂球，你还能怎样掂球？

(1) 幼儿反馈，并集体练习。

(2) 听口令灵活变换姿势掂球。

3. 多种方式练习行进间掂球。

(1) 个别幼儿练习行进间掂球。

(2) 师幼共同小结行进间掂球要点。

(3) 幼儿练习。

(三) 游戏：送乒乓球回家。

1. 教师介绍场地与玩法。

教师：玩了这么久，乒乓球也累了，就让我们送它回家吧。

2. 个别幼儿练习。

3. 幼儿集体鱼贯练习。

4. 小组比赛：哪一组最先送乒乓球到家。

要求：(1) 1号送乒乓球回家后，马上举板，2号才能出发。

(2) 遵守规则，按照刚才的方法，送乒乓球回家。

(3) 如果乒乓球掉下来了，原地捡起来继续前进。

(四) 放松并小结活动。

教师：乒乓球都回家休息了，我们也赶紧放松放松吧。

继续探索乒乓球的其他玩法。

在欢快的音乐声中孩子们的探索活动结束了，从他们意犹未尽的脸上可以看出，孩子们是玩得开心，学得快乐的。在探索过程中，我用交流会的形式，鼓励孩子大胆地向同伴展示自己的探究成果，较好地达到了预设的要求。

大班健康教案我快乐篇九

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。

大班健康教案我快乐篇十

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。

大班健康教案我快乐篇十一

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。