

# 预防中暑幼儿教案中班 幼儿园预防中暑 安全教案(优秀8篇)

编写教案有助于教师对教材内容的深入理解和把握，提高教学水平。教案范文中的教学内容和活动设计都经过反复修改和实践验证，可供教师们参考和借鉴，以提高自己的教学水平。

## 预防中暑幼儿教案中班篇一

同学们，夏季到了，天气越来越热了，为了预防和减少夏季，尤其是学生交通事故的发生和防溺水等其他事故的发生，我班召开以“夏季安全”为主题的班会。希望同学们通过此次学习牢记安全第一，平平安安过夏天。

### 1、防溺水方面：

(1)不要私自外出游泳，不到无安全防护或不熟悉水情的河、湖、塘、沟边玩耍，不在水边和同伴过分玩笑等等。

(2)注意上下学的时间，不要到校过早，不在路途停留或上游戏厅。

### 2、交通安全方面：

(1)遵守道路交通法规，树立道路交通安全意识。

(2)行路时遵守道路交通规则，不翻越栏杆，不在道路上开展娱乐、游戏活动，更不能扒车、强行拦车或朝车上扔石子、翻越、倚坐道路隔离设施等。横过公路、铁路时，要“一站二看”确认安全后快速通过。

### 3、校园安全方面：

课间不能在教室里大声喧哗，追逐打闹等。

#### 4、防中暑方面：

由于近段时间天气持续高温，为预防同学们中暑，防范意外发生，特作此强调。

饮食方面，首先应注意补充水分。夏季人体水分挥发较多，不能等渴了再喝水，那时身体已是缺水状态。另外，身体中的一些微量元素会随着水分的蒸发被带走，应适当喝一些盐水。

食物方面，要补充足够的蛋白质，如鱼、肉、蛋、奶和豆类；另外，还应多吃能预防中暑的新鲜蔬果，如西红柿、西瓜、苦瓜、桃、乌梅、黄瓜等。关于冷饮，其实吃的越凉越容易中暑。因为人体局部的温度短期降低会让人体一下子无法适应，消化系统受到影响，继而影响到各系统功能的正常运行。

#### 外出要做好防晒工作

发现自己和其他人有先兆中暑和轻症中暑表现时，首先要做的是迅速撤离引起中暑的高温环境，选择阴凉通风的地方休息；并多饮用一些含盐分的清凉饮料。还可以在额部、颞部涂抹清凉油、风油精等，或服用人丹、十滴水、藿香正气水等中药。如果出现血压降低、虚脱时应立即平卧，及时上医院静脉滴注盐水。

对于重症中暑者除了立即把中暑者从高温环境中转移至阴凉通风处外，还应该迅速将其送至医院，同时采取综合措施进行救治。

不要长时间暴露在烈日下；在室外活动时尽量多饮一些水。

#### 5、防雷电方面：(1)打雷时应该留在室内，并关好门窗。

(2)切勿接触天线、水管、铁丝网、金属门窗、建筑物外墙，远离电线等带电设备或其它类似金属装置。减少使用手机和手提电话。

(3)切勿站立于山顶、楼顶上或其它接近导电性高的物体。应远离树木和电杆，在空旷场地不宜打伞。

## 6、防夏季传染病：

(1)搞好室内外卫生，清除垃圾，消灭苍蝇、蚊子、老鼠、蟑螂等害虫。

(2)搞好饮食卫生：不吃腐败变质变味的食物，喝开水不喝生水，不吃生冷不洁食物。(3)搞好个人卫生：勤洗手，回家进门先洗手，饭前便后要洗手，手拿钱钞后要洗手。(4)发现疑似传染病：要早报告，早隔离，早治疗。

## 预防中暑幼儿教案中班篇二

### 一、中暑分类及症状：

夏季气温比较高，经常会出现中暑现象。中暑可分为先兆中暑、轻症中暑和重症中暑三类。首先应该根据实际情况分清楚是哪一类中暑，然后再处理。

先兆中暑主要表现为头痛、头晕、多汗、四肢无力、注意力不集中等症状。对于先兆中暑者，应及时把他(她)转移到阴凉通风处，并补充水分，很快就能恢复。

轻症中暑者的体温往往在38℃以上，有头晕、口渴、大量出汗等表现，或出现面色苍白、血压下降等状况。这时，首先应该将中暑者转移到阴凉通风处，补充水分；其次，敞开中暑者的衣裤并用冷毛巾敷额头，给其服用防暑药物，如及时处理，往往可在数小时内恢复。

如果是重症中暑，则要在采取上述方法后，拨打120急救。

## 二、避免中暑注意事项：

1、要尽量避免在11~15时高温时段出门，不要长时间在阳光曝晒或高温、高湿度、气流静止的环境下活动或工作。

2、空调室内外温差不宜太大。使用空调室内外温差不超过5度为宜，即使天气再热，空调室内温度也不宜到24度以下。空调不要对着自己吹。

3、外出时要注意使用太阳伞、太阳帽、太阳镜等物品，在皮肤上涂些防晒护肤品，免受阳光的直接照射。

4、外出受热归来，忌“快速冷却”。不要立即去吹空调、吹电扇、洗冷水澡。这样会使全身毛孔快速闭合，体内热量难以散发，还会因脑部血管迅速收缩而引起大脑供血不足，使人头晕目眩。

5、要多饮水，出汗多的人可饮淡盐水。喝盐水时，要少量多次地喝，才能起到预防中暑的作用。

6、穿着应宽松，多穿棉质布料、颜色较浅的衣服。

7、多食梨子、西瓜等水果；可饮一些消暑清热化湿的凉茶，或饮冬瓜、莲蓬、薏米仁汤水等。此外，绿豆汤、菊花茶、酸梅汤等也是方便理想的消暑饮料。

8、外出旅游或出差时若感不适，可用一些如仁丹、清凉油、风油精、十滴水、薄荷锭等降温药品。

9、充分休息，不要开夜车以免降低身体抵抗力。

## 预防中暑幼儿教案中班篇三

1. 了解夏季里的几种防暑降温的方法（戴帽子、打伞、涂防晒霜、喝绿豆汤、适量吃冷饮、开风扇等）。

2. 培养自我保护的意识。

2. 准备冷饮、电扇、绿豆汤等防暑的物品和食品。

3. 课前通知家长给幼儿查阅一些关于动物如何防暑降温的方法。

1、教师从小动物如何度过炎热的夏天说起，引出活动主题。

（2）幼儿纷纷回答。教师小结：在夏天，河马去水塘里泡澡，小狗张开嘴哈气，狮子躲在阴凉的树下，老虎喝许多的水等等，动物们的方法还真是千奇百怪啊！

2、引导幼儿了解人们用那些防暑方法度过夏天。

（2）幼儿根据自己的生活经验回答。

教师小结：我们在夏天可以戴帽子、游泳、吃冷饮、吹空调等让自己凉快起来，这些都是防暑降温的好办法。

3、幼儿看书，学习儿歌。

（2）幼儿回答。

（3）教师：书上有一首儿歌说了夏天时防暑降温的情景，让我们来听听吧。"

（4）幼儿听教师朗诵儿歌。'

（5）教师简单提问儿歌里的内容。

(6) 幼儿跟着教师一起朗诵儿歌，然后教师请幼儿尝试自己念一念。

4、引导幼儿知道夏天防暑要适度。

(2) 幼儿猜测并回答。教师小结：其实，无论什么样的防暑降温方法都要适度，过分吃冷饮、过分吹电扇和空调对身体都是不利的。

(3) 教师将夏天因为过分贪凉而生病的事例讲给幼儿听。

5、请幼儿品尝冷饮、绿豆汤、吹风扇，感受防暑降温的方法给身体带来的舒适感。

## 预防中暑幼儿教案中班篇四

(1) 让幼儿知道中暑的原因

(2) 了解一些预防中暑的有关常识

活动准备：关于中暑的图片

如何预防中暑

(一) 引入

师：小朋友，夏季太阳高照，烈日炎炎。如果长时间在烈日下曝晒，或者在高温环境下活动，而人体内的热量又散发不出去时，就很容易引起一种急性病。这种疾病通常叫做“中暑”。为了避免发生这种疾病，我们就要知道如何预防中暑？那你们知道怎么样预防中暑吗？（幼儿自由回答）

师小结：我们都知道夏天最容易中暑，而中暑是在高温环境下引起的一种疾病，所以我们就要了解预防中暑的方法。

(1) 夏天在家时应该多喝白开水，补充身体因流汗而失去的水分。

(2) 夏天出门时要带帽子或者撑雨伞，不在太阳下暴晒。

(3) 从空调房间到户外时，要有一个适应过程，否则冷热变化太大，身体不易适应。

(4) 夏天我们活动时不宜太大，人在疲劳的情况下一受热就很容易中暑。

## (二) 出示图片

师：小朋友，中暑时会怎么样呢？现在你们来看看图片，看看中暑时会怎么样？

幼儿自由回答

师：刚才小朋友都知道中暑之后会怎么样？那你们知道中暑后应该做呢？（幼儿自由回答）

师小结：如果在我们生活中有人出现中暑的情况，那么我们要发扬互相帮助的好精神，马上对中暑的人进行急救措施也可以请别人帮忙。中暑后我们应该采取一下的解救措施。

(1) 我们首先要让中暑的人尽快脱离高温环境，把病人抬到附近阴凉或通风的地方，也可请附近的人帮忙。

(2) 也可以让中暑的人喝中草药、多喝白开水。

(3) 我们也要根据病情的严重情况，如果病情严重时应及时送到医院。

(4) 你们还要告诉爸爸妈妈每天要与幼儿园配合做好防暑降温的工作。

师：小朋友今天这节课我们都了解了什么是中暑？从中明白了中暑的原因，预防中暑的方法和中暑的预防措施，老师也编了一首预防中暑的顺口溜，让我们一起来学学。

（出示顺口溜）

师：嘿、嘿、嘿、嘿

炎热季节防中暑，

运动时间不宜长，

浅色衣帽最适宜，

最佳饮料淡盐水，

预防中暑保健康。

小朋友拍手、有节奏进行朗读。

## 预防中暑幼儿教案中班篇五

教学目标：

- 1、了解高温预警信号，知道中暑易发人群；了解中暑的症状。
- 2、知道如何预防中暑；中暑后能及时采取正确的措施。
- 3、了解十大消暑神器。

教学重点：了解中暑的症状，知道如何预防中暑。教学难点：认识中暑后采取哪些措施施救 教学过程：

1、同学们，夏季气温高，有些同学在长时间在户外活动，很容易晕倒？这是怎么了呢？这节课我们就来讲一讲“中暑”。

认识：中暑后有哪些症状呢？

1、轻度：口渴多汗、头晕恶心、四肢无力，精神不振。 应对措施：及时转到阴凉处，补充水和盐分。

2、重度：面色苍白、四肢湿冷、血压下降、昏迷抽搐 应对措施：应及时就医，以免贻误时机。

1、补充水分，可以喝淡盐水。

2、保证充足的睡眠。

3、出行时穿浅色的衣服，准备好防暑药或防晒用具。

4、多吃蔬菜和水果。

5、阳光最强烈的时间段最好不要出行或运动。

1、如图，迅速将患者转移到阴凉通风的地方，松开或脱掉衣服，用扇子或电风扇为其扇风，以利于患者呼吸和散热。

2、用冷水浸湿的毛巾或冰袋放在患者的头部，并用湿冷的毛巾擦拭身体，如果有酒精的话也可以，帮助患者快速地散热。

3、如果患者意识还比较清醒，及时地服用解暑的药物，如藿香正气水等，再多喝一些淡盐水、绿豆汤、茶水，以补充体内水分。

4、对于昏迷不醒的患者，可用大拇指按压人中，促使其苏醒，同时立即拨打120急救电话或赶紧将其送往医院救治。

1、绿豆。绿豆汤有清热解毒、止渴消暑的功效。

2、荷叶。干荷叶性辛凉，具有解热、清暑利湿作用。

- 3、苦瓜。清热祛暑、利尿凉血、解劳清心。
  - 4、西瓜。西瓜清热解暑、除烦止渴，降血压。
  - 5、热茶。喝热茶使皮肤表面散热加快，感觉更凉爽。
  - 6、鸭肉。具有滋补、养胃、消水肿、止热痢、止咳化痰等功效。
  - 7、姜。具有发汗解表，温肺止咳，清热解毒的功能。
  - 8、扇子。能加快空气流动，使汗液蒸发加快，从而感到凉爽。
  - 9、游泳。防暑降温的同时锻炼身体。消除疲劳，保持精力。
  - 10、午睡。午睡能消除疲劳，保持精力。
- 1、高温橙色预警：天气闷热，一般指连续3天日最高气温将在35℃以上。
  - 2、高温黄色预警：天气炎热，一般指24小时内最高气温将要升至37℃以上。
  - 3、高温红色预警：天气酷热，一般指24小时内最高气温将升至40℃以上。

## 预防中暑幼儿教案中班篇六

- 1、知道中暑的原因。
- 2、了解一些预防中暑的有关常识。
- 3、知道中暑后如何简单处理。

4、了解生病给身体带来的不适，学会预防生病的方法。

5、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。

关于中暑的图片、雨伞、帽子、冰块、毛巾

### (一) 引入

师：小朋友，夏季太阳高照，烈日炎炎。如果长时间在烈日下曝晒，或者在高温环境下活动，而人体内的热量又散发不出去时，就很容易引起一种急性病。这种疾病通常叫做“中暑”。为了避免发生这种疾病，我们就要知道如何预防中暑？那你们知道怎么样预防中暑吗？(幼儿自由回答)

师小结：我们都知道夏天最容易中暑，而中暑是在高温环境下引起的一种疾病，所以我们就要了解预防中暑的方法。

(1)夏天在家时应该多喝白开水，补充身体因流汗而失去的水分。

(2)夏天出门时要带帽子或者撑雨伞，不在太阳下暴晒。

(3)从空调房间到户外时，要有一个适应过程，否则冷热变化太大，身体不易适应。

(4)夏天我们活动时不宜太大，人在疲劳的情况下一受热就很容易中暑。

### (二) 出示图片

师：小朋友，中暑时会怎么样呢？现在你们来看看图片，看看中暑时会怎么样？

幼儿自由回答

师：刚才小朋友都知道中暑之后会怎么样？那你们知道中暑后应该做呢？（幼儿自由回答）

师小结：如果在我们生活中有人出现中暑的情况，那么我们要发扬互相帮助的好精神，马上对中暑的人进行急救措施也可以请别人帮忙。中暑后我们应该采取一下的解救措施：

(1) 我们首先要让中暑的人尽快脱离高温环境，把病人抬到附近阴凉或通风的地方，也可请附近的人帮忙。

(2) 也可以让中暑的人喝中草药、多喝白开水。

(3) 我们也要根据病情的严重情况，如果病情严重时应及时送到医院。

(4) 你们还要告诉爸爸妈妈每天要与幼儿园配合做好防暑降温的工作。

(三) 情境游戏：中暑了怎么办？

请幼儿模拟中暑之后的场景，并会用教师提供的道具为中暑幼儿降暑。

(四) 学会中暑顺口溜

师：小朋友今天这节课我们都了解了什么是中暑？从中明白了中暑的原因，预防中暑的方法和中暑的预防措施，老师也编了一首预防中暑的顺口溜，让我们一起来学学。

(出示顺口溜)

师：嘿、嘿、嘿、嘿

炎热季节防中暑，

运动时间不宜长，

浅色衣帽最适宜，

最佳饮料淡盐水，

预防中暑保健康。

小朋友拍手、有节奏进行朗读。

1、评价

2、总结

## 预防中暑幼儿教案中班篇七

1. 认识到中暑的原因及如何预防中暑。

2. 加强孩子的角色体验。在教学中金星角色扮演：中暑的人和小医生。通过这样的角色表演，学生能够非常清楚的了解并掌握急救的一般方法。

3. 注重孩子创造能力的培养，在教学到最后阶段时，我建议学生根据自己所学编首儿歌，然后小组间交流，这样学有所乐。

4. 在教学过程中，适时地插入一些竞赛和游戏，活跃课堂气氛，提高课堂效率。

认识到中暑的原因及如何预防中暑。

(一) 导入

1. 播放录像

2. 师问：找一找这段录像中，这位同学身体怎么了？(生汇报)
3. 师述：是的，天气这么热，这位同学有可能中暑了。(板书：中暑)
4. 课前，我请同学们收集了关于中暑的资料，今天我们就一起来谈谈中暑。

## (二) 中暑的症状

1. 同学们，你们有没有大热天在户外运动行走的经历呢？说说你当时的身体感觉。(学生根据课前收集到的资料，述说中暑时的反应，比如，恶心、头晕、四肢无力、脉搏加快、血压下降、晕倒等)
2. 听了几个同学的介绍，老师就象被上了一堂医学常识课。中暑的人反应有亲有重，但通常来说，共同的反应有哪些？(老师根据学生汇报板书：恶心、头晕、四肢无力、脉搏加快、血压下降、晕倒)
3. 那人一般在什么情况下容易中暑呢？(学生根据所收集资料汇报：长时间在户外运动，缺乏水份，在闷热环境下工作等)

## (三) 预防中暑

1. 看来，要健康地度过一个夏天还并不容易，我们还得知道如何预防中暑。(板书完课题：预防)
2. 请你们以小组为单位，把你们课前所收集的资料与你们组的同学分享，一起想个好办法，预防中暑。(生讨论后，畅所欲言)
3. 老师也给你们提供一个良方：按摩穴位。按摩内关、曲池、涌泉几处穴位能促进血液循环，预防中暑。

4. 同学们，根据上面你们说的，预防中暑关键要做到哪几点？

5. 游戏：正话反说

中暑发生在夏季(no)

中暑前喝水很多(yes)

中暑的人都会晕倒(yes)

(四) 如何急救

但俗话说，防不胜防，如果一个人中暑了，你怎么办？(生小组讨论，汇报。择优一组表演)

(把中暑的人先移到阴凉的地方，然后补盐水，掐人中，服人丹，打120等)

(五) 总结

今天，我们对中暑问题了解的非常清楚，我相信不管是我，还是你们，只要好好的预防，一定能远离中暑。(游戏：大家来找茬。学生们找一找图片中的人哪些行为是不对的。)

最后，我建议把我们刚才的那首童谣说给你现在最想说的人听。

预防中暑

避烈日

常通风

少运动

多喝水

## 预防中暑幼儿教案中班篇八

1. 提高安全意识，学习防中暑的有关知识，在学习中增强与同学的合作交流意识。
2. 初步了解中暑安全的有关内容，要求每一个学生都要提高安全意识。

### 一、谈话导入：

中暑是怎么回事？

中暑是人持续在高温条件下或受阳光暴晒所致，大多发生在烈日下长时间站立、劳动、集会、徒步行走时。轻度中暑会感到头昏、耳鸣、胸闷、心慌、四肢无力、口渴、恶心；重度中暑可能会伴有高烧、昏迷、痉挛等。

### 二、讨论：户外活动如何防止中暑呢？

1. 喝水。大量出汗后，要及时补充水分。外出活动，尤其是远足、爬山或去缺水的地方，一定要带够充足的水。条件允许的话，还可以带些水果等解渴的食品。
2. 降温。外出活动前，应该做好防晒的准备，最好准备太阳伞、遮阳帽，着浅色透气性好的服装。外出活动时一旦有中暑的征兆，要立即采取措施，寻找阴凉通风之处，解开衣领，降低体温。
3. 备药。可以随身带一些仁丹、十滴水、藿香正气水等药品，以缓解轻度中暑引起的症状。如果中暑症状严重，应该立即送医院诊治。

### 三、补充总结预防中暑还应注意哪些？

1. 夏季课间活动量不宜大，要避免剧烈运动。活动量大流汗就多，容易中暑。
2. 夏季昼长夜短，天气炎热，人们的睡眠不足，午睡能够有效地补充睡眠，同时可以避开中午高温期，减少中暑的可能，不仅对健康有益，而且能够保障有充足的精力投入学习。