

# 最新教案健康中班 中班健康教案(模板11篇)

一年级教案鼓励教师通过情景创设、游戏活动等方式提供趣味性的教学，激发学生的学习兴趣。以下是一些初二教案案例，希望可以给大家提供借鉴和参考。

## 教案健康中班篇一

活动目标：

- 1、学习收拾整理房间的简单方法。
- 2、乐意自己收拾整理房间，保持环境的清洁整齐。
- 3、能在自己的学习和生活中注意保持环境的整洁有序。
- 4、鼓励幼儿大胆说话和积极应答。
- 5、培养幼儿思考问题、解决问题的能力及快速应答能力。

活动准备：

事先排练好两段幼儿在家游戏的情境表演。

活动过程：

（一）集体观看情境表演。

- 1、观看情境表演一。
- 2、观看情境表演二。

（二）引导幼儿讨论，知道整齐清洁的环境能使我们感到舒

适。

教师：你喜欢谁的家？为什么？说说自己在家里是像明明还是伟伟。我们应该向谁学习？

（三）请幼儿说说应该怎样收拾整理房间。

教师：伟伟是怎样收拾整理房间的？这样收拾整理有什么好处？

（四）幼儿实践练习。

1、请1~2位幼儿帮助明明整理自己的房间。

2、请幼儿看看班上的玩具是如何摆放的，并说说这样摆放有什么好处。

3、游戏“送玩具”。

教师请幼儿仔细观察各种玩具在玩具柜中的位置，并记在心里。

活动延伸：

平时游戏结束后，及时提醒幼儿立即收拾、摆放好玩具。

教学反思：

此次活动圆满结束！活动前我为幼儿创设了宽松自由的活动氛围，让幼儿在宽松自由的氛围中轻松获得锻炼与提高。活动过程中，幼儿表现的积极主动，都能用较完整的语言回答老师提出的问题，并能主动与同伴交流。

## 教案健康中班篇二

一年一度的暑假即将来临，在漫长的暑假里，孩子们应当注意哪些安全问题呢？为了让孩子们有一个安全、愉快的暑假，特此设计此活动。

研究到幼儿未真正懂得暑假的含义，于是，在活动的前端，便设计了让幼儿了解“暑假”这个词语的含义。以便在接下来的活动中，让幼儿对暑假这个词汇容易理解和理解。由于幼儿大多是在家里过暑假，这便需要家长对安全知识有深刻的认识，需要家长认真配合做好安全教育工作。于是，我便设计了让家长填写一份《暑假安全知识调查表》，借助家长的力量帮忙加强孩子们的安全意识。

- 1、使幼儿了解暑假中应注意的安全和卫生，增强幼儿的自我保护意识。
- 2、经过讨论，激发幼儿向往过暑假的情感，教育幼儿愉快、合理地过暑假。
- 3、培养幼儿完整、连贯地表达本事和对事物的确定本事。

一、使幼儿了解暑假的含义，丰富幼儿的知识经验，激发幼儿过暑假的兴趣。

- 1、教师：“小朋友们，再过几天我们幼儿园就要放假了，这个假期叫做暑假。明白为什么吗？启发幼儿动脑筋想问题。
- 2、幼儿七嘴八舌地说开了自我不一样的见解和想法。
- 3、教师总结暑假的含义：这个假期是在一年中最热的时间放的，我们叫它暑假，暑：就是热的意思。

二、组织幼儿讨论怎样安全、愉快、合理地过暑假，培养幼

儿完整的表达本事和想象、确定本事。

1、教师引导幼儿：“暑假里你们想做些什么事情呢？”

2、幼儿互相说出自我想做的或是喜欢做的事情。培养幼儿的表达本事、想像本事。

3、那么在暑假里，有哪些事情是不能够做的呢？引导幼儿说出有关安全知识的资料。同时也锻炼幼儿的确定本事。

4、出示各个家长填写的《暑假安全知识调查表》，挑选几个家长所写的暑假安全知识，提问幼儿：能够这样做吗？不能够做这些事情吗？运用家长的话语来帮忙提高幼儿的兴趣，让幼儿更加认真、投入地参与活动。

三、教师总结暑假里要注意的安全事项。

(1) 如果回老家的小朋友，不能一个人或和小伙伴到河里去游泳。

(2) 不能玩火、玩电、玩尖锐的物体。

(3) 夏天的太阳毒辣，不能到太阳底下长时间地玩，要保护自我的皮肤。

(4) 吃冷饮时，不能一下子吃得太多，否则，会引起肚子痛，影响身体健康。

(5) 吃西瓜时，要把瓜洗干净，请爸爸妈妈切好西瓜，吃的时候不讲话，以免瓜子呛人，还要防止西瓜汗流到衣服上，另外，不可乱扔西瓜皮。

(6) 独自在家时不要让陌生人进来，不要告诉陌生人仅有你一个人在家。

(7) 出外与家人走散了，要懂得打电话110报警，不要跟陌生人走等。

四、请幼儿看安全图片操作。

每个幼儿一套安全图片，请幼儿在正确的图片上打上对号，错的图片打上错号。

五、延伸活动：发给每个幼儿一本《暑假俱乐部》手册，要求家长在假期中合理安排幼儿的一日活动，安排幼儿做手册中的作业，并带领幼儿去游泳、旅游等，丰富孩子的生活资料。

1、幼儿期待着暑假的到来，在谈论暑假时做哪些事情时，孩子们都表现得兴高采烈，很多幼儿都说要去游泳。看来，孩子们对水的喜爱十分之深。

2、幼儿的安全意识增强了很多，都能明显区分出哪些事情能够做，哪些事情不能够做。这是有关于平时的安全教育活动开展得比较好。

3、小部分幼儿的普通话水平较低，表达本事较弱，要加强做好家长的工作，要求家长在家要多用普通话和孩子交流，帮忙提高幼儿的普通话和语言表达本事。

### **教案健康中班篇三**

1、帮忙幼儿树立保护身体健康的意识，明白牙齿健康的重要性。

2、培养幼儿在观察活动中探索学习的本事。

3、引导幼儿初步了解龋齿构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景

1、观察牙齿，引出课题。

请幼儿照镜子观察自我的牙齿，有什么发现？

“变黑、变坏或者补洞的牙齿是怎样回事？一龋齿

龋齿是怎样得的？是虫子咬得吗？还是其他什么原因？

2、了解龋齿构成的原因。

(1)带着问题看视频。

提问：龋齿是怎样得的？是虫子咬得吗？还是其他什么原因？

“是什么东西把牙齿变成一种酸腐蚀掉的？

(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？怎样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。

a.小朋友讨论防止龋齿的办法

b.观察图片学习。

c.请教保健医生。

教师总结：不想得龋齿，必须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。这样你必须会有一口健康美丽的牙齿。

活动结束：

教师表演快板诗。

《预防龋齿》：

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，

不想得龋齿必须要做到：

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！

## 教案健康中班篇四

1、经过制作安全标志，粘贴安全标志，引导幼儿明白要保护自我身体的安全。

2、初步懂得避开危险物，不做危险动作。

安全标志一个、蜡笔、纸。

（一）讲讲：

1、出示安全标志

a□小朋友，这是什么？

b□这是安全标志，有了这个标志，能够提醒大家这个地方要细心。

c□这是警告标志，有了这个标志，代表那里有电，要细心！不要碰。

d□上个月，孙艳小朋友在厕所摔了一跤，如果，厕所里贴了这个安全标志，她肯定会细心的走上台阶，就不会摔跤了。

e□此刻我们把这个标志贴在厕所门上，提醒大家细心好不好？（请一幼儿去贴）

f□我们教室里还有许多需要提醒的地方，大家动动脑筋自我来做一个安全标志。

（二）做做：

1、幼儿设计制作，教师巡回指导，重点提醒园点在下方。



2、鼓励幼儿制作与教师不一样的安全标志。

3、帮忙个别完成作品。

(三) 贴贴：

1、贴到你认为不安全的地方。

2、请幼儿说说自我设计制作的标记，为什么贴在那里？

## 教案健康中班篇五

1、认识脚的主要部位，培养幼儿关注自我的意识。

2、通过脚的游戏，发展锻炼脚部各关节的感知力和灵活性。

3、建立良好的师幼、同伴关系。

1、录音机，磁带。

2、鹅卵石、独木桥、体操垫、沙包。

一、引出课题

小朋友把鞋和袜子脱下来，露出小脚。

二、认识小脚

1、脚趾头

2、脚背

3、脚底

4、脚后跟

### 三、脚的游戏

#### （一）、感知游戏

##### 1、部位感知

教师和幼儿随音乐用脚的不同部位做热身运动。

##### 2、材料感知

教师和幼儿用脚感知独木桥、鹅卵石、地板、体操垫等。

#### （二）、脚和脚的游戏

##### 1、搭桥

##### 2、踩车

##### 3、摇摇船

#### （三）、器械游戏

教师和幼儿用脚用各种方式玩沙包。

### 四、结束活动

教师和幼儿做脚的放松运动。

## 教案健康中班篇六

球对于幼儿园的孩子来说一点都不陌生，孩子们从小班就开始玩球。到了中班，已经掌握了球的很多玩法，自由地滚球对于他们来说也比较熟悉。结合中班孩子的实际水平，我把本次活动的重点放在花样滚球上，难点则是朝指定方向滚球。具体目标是这样设置的。

- 1、对滚球感兴趣，充分体验在不同路线、不同质地的材料上花样滚球的乐趣。
- 2、能手眼协调控制球向指定方向滚动。
- 3、有带好球宝宝的责任感。
- 4、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。
- 5、知道一些保持身体各部位整洁卫生的方法。

结合中班孩子的年龄特点，整个活动都围绕“带球宝宝去旅行”的游戏情节展开。根据活动目标和重点难点，我在提前和孩子们尝试球的各种玩法后：

#### (一)首先做热身运动。

老师和孩子一起伴随“铃儿响叮当”的音乐做简单的球操，这是热身也是个准备活动(哼唱着简单徒手示范)。大,考吧.幼师,网出,处!在舒展身体的时候，注意重点活动腰、手腕、膝盖、腿、脚腕等部位，因为这些部位的活动和滚球的动作紧密相关，同时通过球操，孩子们和球自然地成为好朋友。

#### (二)基本部分：

1、在这个基础上，设置游戏情节并贯穿活动的始终。一开始，用游戏的口吻“今天，咱们要带着球宝宝去旅行啦”吸引孩子，孩子们的兴趣一下子就调动起来了。

2、然后，准备多种材料，比如拱形小桥、垫子、爬坡、大纸箱子，并巧妙利用它们设计成难易不同的旅行路线，使孩子们在游戏中充分体验花样滚球的乐趣并且自然地掌握怎样控制球向指定方向滚动。

路线主要分为四条，路面材料、设置的障碍物都不相同(结合

路线图讲述)：左边的第一条路线有一条小河，孩子们把球滚到这里要及时接住球经过小桥到达目的地，不能让球掉到水里，这样可以提醒孩子注意运球速度，同时锻炼孩子的控球能力；第二条路线中的垫子就是草地，孩子们可以体验在垫子上滚球的不同感受；第三条路线是爬坡、第四条中是纸箱组成的山洞……)。

这样，孩子们可以自由选择，走完一条路线可以接着尝试另外一条路线，活动密度加大了，避免了很多孩子等待的现象，尊重了孩子的个体差异，更调动起了孩子们主动思考、积极探索的兴趣。当然，随着活动的深入，可以加长路程或者增多障碍物，也可以借助棍子、羽毛球拍等工具滚球提高难度，使活动具有挑战性，孩子才会对活动始终保持新鲜感和浓厚的兴趣。在这个过程中，老师的主要任务就是仔细观察、及时帮助，使每一个孩子在原来的基础上都有进步。

3、在活动过程中，要及时关注孩子们的体力状态，适当调节孩子的活动量。当孩子比较累的时候可以用“打雷了，要下雨了，快送球宝宝回家吧”这样的情节，让孩子得到休息、恢复体力，同时也练习了向指定方向滚的技能，因为球宝宝的家在指定的方位。然后“太阳出来了，球宝宝继续旅行”，孩子们可以继续探索。

### (三)放松活动。

游戏情节贯穿始终，最后，旅行结束，带着球宝宝回家。球妈妈非常高兴，她要感谢每一位小朋友。怎么感谢呢？球妈妈也就是一个大球在小朋友的肚子上滚一滚“亲亲小朋友的小肚皮”；在腰上、肩膀上滚一滚，小朋友呢可以躺在垫子上欣赏着音乐“享受”放松活动。

整个活动，老师没有进行任何的说教，每一个孩子就在愉快的游戏中不知不觉掌握了滚球的基本技能，并且充分感受着花样玩球的快乐！

现在的孩子大多都是在一个比较舒适、宠爱的环境下长大的，身体素质比较弱，以往的到的体育锻炼又很少。因此，给孩子充分锻炼身体机能的机会，感受体育活动的乐趣是我设计这节活动的初衷。另一方面，小班第二学期，孩子对皮球的玩法有了一定的经验，让孩子认识皮球，练习滚皮球，是本次活动的重难点。

通过观察，孩子对于“滚球”的技能已经基本掌握。然而，有部分孩子参与活动的兴趣不高，出现注意力不集中、开小差、自己玩自己的皮球、对老师交代的游戏规则不够清楚的现象，没有很好地达到课前我预设的效果。

通过课后的反思，孩子出现注意力不集中的现象在于我没有给孩子充分创设一个形象生动的、有情境的活动氛围。其次，皮球对于小班孩子目前所掌握的技能来说，不是很适合小班孩子去探索，不是很符合小班孩子的年龄特点和游戏的特点。再次。老师在组织游戏时候，规则以及要求应当清楚地交代，不应太多地介入，给孩子充分的游戏空间。应该站在孩子的角度上去思考，充分体现还在在游戏活动中的主体地位。

## 教案健康中班篇七

健康是指人体各器官系统发育良好，体质健壮，功能正常，精力充沛，并具有良好劳动效能的状态，通常用人体测量、体格检查和各种生理指标来衡量。现代健康的含义不仅是传统所指的身体没有病而已，根据“世界卫生组织”的解释，健康不仅指一个人身体有没有出现疾病或虚弱现象，而是指一个人生理上、心理上和社会上的完好状态。包括躯体健康、心理健康、心灵健康、社会健康、智力健康、道德健康等。下面是小编为大家带来的幼儿园中班健康教案：小鸡快跑，欢迎阅读。

是孩子们喜闻乐见的小动物形象。孩子们对于小鸡的故事知道很多。如小鸡找妈妈、小鸡出壳了等等。现在我们利用这

一可爱形象，来练习动作的发展。

1. 培养孩子练习信号助跑跨越，绕过障碍。
2. 培养幼儿的合作能力，体验鸡妈妈对消极的关爱之情。

儿歌《小鸡学本领》；在场地四周布置小树林（可乐瓶）、栅栏（用橡皮筋拉在椅子上）；鸡妈妈头饰一个，小鸡头饰人手一个，老鹰头饰四个。

1. 边念儿歌《小鸡学本领》边做准备运动。附儿歌：

小鸡学本领：一二三四五六七，一群小鸡做游戏。叽叽叽，叽叽叽，跑来跑去真喜欢；东灼灼西啄啄，小虫吃到嘴里去，了的心里甜如蜜。小鸡、小鸡真快乐，拍拍拍翅膀，弯弯腰，扭扭脖子，踢踢脚，快快乐乐心情好。

老师戴母鸡头饰，幼儿带小鸡头饰，根据儿歌四散走走、跑跑，蹲下捉虫等动作。

2. 通过游戏，练习助跑跨跳，绕过障碍。

教师以游戏的口吻告诉幼儿：小鸡们都长大了，要学到更难的本领了。今天要跟妈妈去很远的地方去捉虫，路上要跨过栅栏，绕过小树林，一定要小心，不要碰倒栅栏也不要碰倒小树。

教师适当示范，幼儿四散练习。

3. 利用游戏，练习听信号助跑跨跳，绕过障碍。

告诉幼儿有几只老鹰要从这里飞过，当妈妈发出“老鹰来了”的信号时，要赶快跨过栅栏，绕过树林躲起来，不要让老鹰捉住。

请四名幼儿饰老鹰。鸡妈妈根据老鹰的行动不断地发出信号，小鸡们根据信号做散步或越过障碍躲藏的动作。

当老鹰提到2—3名小鸡时，小鸡与老鹰对换角色。

#### 4. 放松活动

表扬幼儿做的真好，提醒小鸡们该回家休息了，幼儿排成一队边说儿歌小鸡学本领边做小鸡走的动作离开场地。

## 教案健康中班篇八

1、利用该活动帮助幼儿练习跑、伸臂等基本动作，发展幼儿身体动作的协调性，灵敏性。

2、引导幼儿积极动脑，提高幼儿克服困难及与同伴合作的意识。

3、在游戏活动中培养幼儿遵守活动规则和活泼开朗的性格，体验合作游戏的愉悦。

4、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。

5、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。

卡纸做成的老鹰头饰、母鸡头饰各一个，以及相对应人数的小鸡头饰、场地布置：塑胶操场、录音机，磁带、活动前检查场地上是否安全，幼儿的衣着、鞋袜是否合适。

(一)扮演角色，活动身体1、“你们看我是谁”，(老鹰)“对，我是老鹰，现在请愿意做母鸡的小朋友带上母鸡头饰，其他的小朋友带好小鸡的头饰”。

2、教师引导：“老鹰要来抓母鸡的宝宝，鸡妈妈就要努力地保护自己的宝宝。”(二)教师演示，讲解规则1、教师扮演母鸡，让幼儿按顺序排列在教师身后，抓住前者的衣角2、一个幼儿扮演老鹰，教师展开双臂做保护状，引导老鹰扮演者初步掌握捉小鸡的方式3、母鸡无法保护小鸡的时候，可以带领身后的小鸡集体蹲下，这时老鹰就不能再捉小鸡。

4、被捉住的小鸡不能在参加游戏，站在一边观看，直至所有小鸡被捉住游戏结束。

(三)提供材料，自由练习。

1、教师引导：“做老鹰的小朋友要想一想怎样才能又快又安全的抓到小鸡，而小鸡宝宝们要想一想怎样才能不被老鹰抓住，比一比到底是老鹰的本领大还是小鸡的本领大。”

2、划定活动场地，让幼儿自由练习，教师观察各种不同发展水平幼儿的活动状况(四)难点练习，重点指导。若游戏中出现困难，譬如，老鹰捉不到小鸡，又或者小鸡容易被捉住，这类现象出现次数过多时，就要对其进行适当指导：“老鹰要跑的快点，注意观察母鸡展开双臂的动作是不是做的不对，不对的时候就要赶快偷袭；小鸡要紧紧的跟在母鸡后面，要抓紧前面人的衣服……”。

(五)角色转换，多次感受。

游戏结束后，将老鹰，母鸡，小鸡的角色转换，体验不同角色带来的乐趣(六)结束活动，放松身体。

1、“今天，我们的小朋友都做得很棒，我真为你们高兴。”教师简单总结，表扬孩子的表现。

2、听—，“你听到了什么？”(舒缓动作)坐下互相捶捶腿，放松自己。听音乐做放松动作回教室。



# 教案健康中班篇九

课件飞机模型纸

1、猜谜语：似鸟不是鸟，能在天空飞，载人又载物，来往全世界。（飞机）

2、出示飞机模型：

让孩子们观察飞机都有哪几部分组成：机头—机身—机翼—机尾

请孩子们说说飞机的用途：能坐人，能邮信件，能运货物等

3、提问：你都见过什么样的飞机

4、请孩子模仿飞机飞行时的模样。

5、请小朋友说一说飞机在那里飞。（飞机是空中的交通工具）

6、课件教学：（认识各种飞机的功能）

大型客机：专为运送旅客所用。

战斗机：是军事作战的专用飞机，它有武器和导弹装置，是空中阻击敌人的有力武器。

直升飞机：适合用来营救或应付各种紧急情景，它能够在人们遇到危险时悬停在空中，营救受难的人们。直升飞机不需要专门的飞机场，能够在任何地方停降。

救护飞机：它备有担架、氧气和急救设备，住得离医院很远的人们，需要急救，就要使用这种飞机。

运货飞机：一般运载急件和易腐物品。这样做使不生产鲜鱼、

鲜蟹、鲜虾的地区的人们也能及时吃到鲜货。也可使人们很快收到急需的邮件和物品。

农用飞机：它装有喷射装置，在有病虫害的农作物上空低空飞行，喷洒杀虫剂，杀死害虫。

7、认识飞机的驾驶舱

8、请教师与孩子一齐折一架小飞机，拿着自我折的飞机到户外模拟飞机飞行和升降。

## 教案健康中班篇十

1、练习爬、滚、走、跳等动作，感知身体各部位的用途。

2、在运动中体验自信、勇敢、成功的欢乐。

在运动中体验自信、勇敢、成功的欢乐。

让幼儿练习爬、滚、走、跳等动作，感知身体各部位的用途。

独木桥一座、障碍物三个、垫子1个、半圆形爬桶一个；

幼儿用书a《我是谁》和《胆小先生》。

1、创设情境，活动身体：

“我们身体上哪些部位能够动？”“手脚能够帮忙我们做哪些运动呢？”

请幼儿随着音乐的节奏，活动身体的各个部位。

2、供给材料，请幼儿自由探索：

请幼儿选择不一样的材料进行练习，体验身体各部位用途：

“那里有许多运动器械，想一想，玩这些器械时身体哪个部位作用最大？”

请幼儿集中交流经验：

“在运动时哪些部位的作用最大？”

3、重点指导，请幼儿练习难点：

向幼儿介绍游戏“能干的我”：幼儿分成四队站在场地的四个角上，每组幼儿按逆时针的顺序进行游戏，依次完成过独木桥、跳着绕过障碍物、滚过垫子、钻爬桶等项目，先完成的小组获得胜利。

请幼儿游戏1-2次，并向他们强调，虽然每组幼儿起点不一样，但所有人必须依次完成四个游戏项目。

4、请幼儿听《健康歌》自由放松身体，结束活动。

## 教案健康中班篇十一

1. 初步了解鼻子的功能，掌握保护鼻子的一些方法。
2. 在发生鼻出血、异物入鼻等意外时不害怕，会用正确的方法自我救护或帮助他人。
3. 能用语言大胆表达自己的感受，并与同伴进行交流。

镜子若干，花露水一瓶，《翘鼻子噜噜》故事课件。

一、猜谜。引出课题左边一个孔，右边一个孔，有它能呼吸，还能闻香臭。（鼻子）

二、观察鼻子的外形师：每个人都有鼻子，请小朋友互相看

看旁边小朋友的鼻子是什么样子的，再用镜子照照自己的鼻子，说说有什么发现。

### 三、了解鼻子的功能

1. 教师在活动室内喷洒花露水。

问：你闻到了什么气味？你用什么闻到的？；本文你的鼻子还闻到过什么气味？

2. 请幼儿用手捏住鼻子，闭紧嘴巴，说说有什么感受。（提醒幼儿注意，捏住鼻子的时间不能太长）

3. 小结：鼻子的用处很大，可以帮助我们呼吸，让我们辨别气味。有时鼻子也会失灵，比如感冒、生鼻炎、鼻子受伤的时候，它就不能发挥本领了。

你有没有鼻子失灵的情况，假如鼻子失灵了，会给我们带来哪些困难。（闻不到饭菜的香味……）

### 四、通过欣赏故事课件，掌握保护鼻子的一些方法

1. 师：鼻子里有很多细细的血管，很娇嫩，容易受伤、出血，所以我们要好好保护鼻子，让它健健康康的。有一只小猪，它不爱护自己的鼻子，就发生了意外。

### 五、知道用正确的方法处理一些意外情况

1. 请幼儿联系实际进行表述：如果东西已经进入了鼻孔，或者鼻子出血了，你会怎么办。

引导幼儿根据自己的想法进行情境演示。

2. 一起选出正确合理的方法，教师进行小结：东西放入了鼻孔，应该赶快告诉大人，让他们按住另一个鼻孔，自己用力

把鼻孔里的东西擤出来，绝不能用力吸或用手挖。如果鼻子出血了，或者看见别人的鼻子出血了，不要慌乱，首先坐下来，头不要过分后仰以免血液流入喉中，用拇指和食指捏住两侧鼻翼，暂时用嘴呼吸，然后请大人帮助处理。在额头上敷冷水毛巾，用药棉填塞出血的鼻孔都可以。不管出现什么意外，如果大人解决不了，都要及时送医院请医生帮忙。

六、学做鼻子保健操师：让我们一起为鼻子做个按摩吧！在感冒、鼻塞、流涕时，这样的按摩可以减轻症状呢！

教师示范讲解，引导幼儿操作：将两只手相互摩擦发热，以两手中指向上推擦两侧鼻翼，用力适度，反复多次。

七、户外体验在音乐声中带领幼儿走出教室，到户外体验用鼻子深呼吸新鲜空气的感觉。

鼻子是我们的五官之一，每个幼儿都知道，但是很多孩子都忽视了它的重要性，引导幼儿了解自己的身体，养成良好的行为习惯，减少意外伤害的发生，是幼儿健康教育的重要任务之一。

在活动过程方面通过谈话交流、欣赏故事情境演练等形式使幼儿认识鼻子，了解鼻子的作用和保护鼻子的方法，以养成良好的行为习惯。