

身体健康教育教案 幼儿园小班保护身体健康教案(优秀8篇)

幼儿园教案需要灵活调整，以适应幼儿的学习兴趣和发展变化。掌握好教案的编写方法可以提高教学效果，以下是一些初二教案范文，供大家参考借鉴。

身体健康教育教案篇一

- 1、引导幼儿学会避免受伤。
- 2、培养幼儿互相关心、互相帮助的好品质。
- 3、加强幼儿的安全意识。
- 4、考验小朋友们的反应能力，锻炼他们的个人能力。
- 5、初步培养幼儿用已有的生活经验解决问题的能力。

重点：让幼儿学会避免受伤

难点：学习简单的自救方法

受伤的事例图片

- 1、启发幼儿结合生活经验，谈谈有关烧伤、烫伤、破伤的情况
- 2、教师引导幼儿通过讨论的方法了解应该怎样避免受伤

(1)教师鼓励幼儿讨论预防烧伤、烫伤、破伤的方法：小朋友有时候会不小心受伤，那我们平时应该怎样做才能避免受伤呢?(教师提供时间给幼儿结伴讨论，同时深入到幼儿的讨论

当中，听听幼儿们说的有关情况是怎样的。)

(2) 教师用提问的方式帮助幼儿巩固记住平时生活中应记住的问题：

中午老师在盛午饭的时候小朋友能不能靠近？

能不能在教室里面跑跳呢？

在平时能不能乱跑？

玩耍得很过分呢？

妈妈煮饭时能不能站在旁边呢？

能不能玩火？

能不能玩尖利的东西？

3、教师向幼儿简单介绍受伤后自救的方法

(1) 教师引导幼儿讨论：如果大人不在身边，你或者别人受伤后，你该怎样做？

(2) 教师总结：如果烧伤、烫伤，可以把伤口露在外面，用冷水冲洗，然后马上请大人帮忙等。

4、总结评价，结束活动。

身体健康教育教案篇二

1、了解合理的营养结构，明白哪些食物应当多吃，哪些应当少吃。

2、在家长的帮忙下设计一份营养食谱。

营养结构图、制作营养食谱的纸、各种食物图片

一、导入

二、我最喜欢吃我们小朋友都有自我喜欢吃的东西，要是让你随便吃，您能吃多少

三、营养宝塔

1、小朋友想吃很多喜欢的东西，这样适宜吗哪些东西应当多吃，哪些应当少吃

2、教师出示大图。每一天应当吃的东西就像一座宝塔，下头的东西应当多吃，上头的东西应当少吃。

3、吃的最多的应当是什么（米饭，馒头，面包和面条，还有玉米，土豆和红薯，这些粮食做的食品能够让我们有力气）

4、能够吃的第二个多的是什么（蔬菜、水果也要多吃一些，它能补充我们身体所需的维生素）

5、比蔬菜水果要吃的少一些的是什么（牛奶鸡肉鸡蛋鱼肉都要吃一些，能补充蛋白质，可是不能吃的太多）

6、吃的最少的应当是什么（巧克力这样的甜食和油炸的东西都应当少吃）

四、我的营养食谱

1、看了营养宝塔，我们明白哪些应当多吃，哪些应当少吃，不能一个劲的吃喜欢吃的东西，不吃其他东西。

3、玩游戏“蹲一蹲”教师请3位幼儿上来分别扮演3个食品，并站成一排。（游戏规则：教师说完指令，幼儿迅速完成，再接下一个幼儿，如果接不上，将被罚表演节目）

4、师幼共同表演《如果感到幸福你就拍拍手》，在音乐声中结束本课。

身体健康教育教案篇三

活动目标：

- 1、了解人体四肢主要关节及名称，感知关节的运动功能，并体验运动的快乐。初步懂得保护关节的重要性，增强自我保护意识。
- 2、乐意与同伴合作学习，培养幼儿的合作能力、观察能力、表现能力、模仿能力及思维能力。
- 3、引发幼儿对人体的好奇心，体验发现和探索问题的乐趣。

活动背景

“有趣的关节”这节活动课是围绕《我们的身体》这一主题活动而生成的。通过平时对孩子们的观察，发现他们对自己的身体是非常感兴趣：喜欢对着镜子做千奇百怪的动作来自娱自乐；音乐响起时，孩子们总是不由自主地翩翩起舞；他们在运动时时常会问“人的手臂、腿为什么能动呢？”如何引导幼儿发现人体肩、臂、手、腿和足会动的奥秘，提高自我保护能力呢？为此我想到了孩子们既熟悉而又陌生的“有趣的关节”这一以科学为主要领域的综合主题活动。本活动通过幼儿自身的活动和应用现代多媒体教学，让幼儿在趣味浓厚的游戏中去发现“关节”、认识“关节”及了解“关节”在人体中的作用，提高自我保护意识，从而进一步激发幼儿对人体奥秘的探究欲望，培养幼儿勤于思考和探索问题的兴趣。

活动准备

- 1、多媒体电脑、“人体关节”课件、欢快的音乐、《健康歌》
- 2、关节会活动的木偶娃娃一个
- 3、幼儿操作用具：人体关节图5张，记号笔、印章、小贴画等
- 4、知识准备：幼儿初步了解四肢各部位的名称（如肩膀、胳膊、膝盖、手腕等）

活动过程

一、创境激情初步感知

播放欢快的音乐,幼儿自由舞蹈,活动全身。教师引导幼儿在跳舞的过程中去发现自己身上会动的地方,并鼓励幼儿大胆表现。

二、尝试体验发现探索

2、对比游戏——双手摸

通过双手摸自己的五官等部位,在对比中让幼儿发现“关节”——引入“关节”这一概念

3、幼儿通过对自身的充分体验,找一找身上有关节的部位。

三、合作交流强化认知

1、幼儿分成五个小组,分发人体关节图,让幼儿选择自己喜欢的材料,用自己喜欢的方式在人体四肢的主要关节处做上记号。

2、请幼儿演示“人体关节”课件,引导幼儿认识四肢主要关节的名称,让幼儿感知各部位关节的运动方式。

3、评价小组交流结果。

四、情感渗透深化主题。

身体健康教育教案篇四

1. 让幼儿初步认识小手，了解小手的'作用，懂得怎样保护小手。
2. 培养幼儿的观察力、语言表达能力和丰富的想象力。
3. 了解多运动对身体有好处。
4. 体验游戏的快乐。

各种各样的卡片(颜色卡、动物卡)、活动室里小朋友知道的任何东西。

一、谜语导入：“十个亲兄弟，天天在一起，又有长来又有短，一起干活真卖力”让小朋友想一想，猜一猜(老师边表演边说)。

二、认识小手

(一)认识手指

1. 让孩子伸出小手“摇一摇，拍一拍，搓一搓，甩一甩”，师：看小手跑到我们眼睛前面了，数一数我们有几只小手(练习点数)，看看我们的小手上有什么?(假如孩子说不出老师可以引导孩子，看这一根一根的是是什么呀?)。

2. 师：现在老师要把手指中的老大请出来了。你认识它吗?(让孩子说一说)来跟我们的大拇指打个招呼吧□hello!大拇

指。

3. 紧挨着大拇指的好朋友你知道他叫什么名字吗?食指。把你的食指伸出来，摇一摇□hello!食指。老师的声音可以渐变。引导孩子的注意力。

4. 让孩子到老师的跟前找一找最长的那根手指，（谁坐的好让谁找暗示孩子要坐好）。跟中指打招呼。

5. 找一找剩下的手指中最小的，举起来让老师看看，同小指打招呼。

6. 老师表现出非常惊讶的表情告诉小朋友，我们忘记了一个手指，它现在肯定很不愿意了，老师来问问它的名字，把无名指举到耳朵前，好象无名指在说话一样。（可以增强孩子的好奇心）

三、小手的用途，让孩子大胆发言(自由讨论)

四、组织游戏，让幼儿用小手触摸各种卡片和物件，也可触摸老师。

五、保护小手，怎样保护小手引导孩子勤洗手。然后大家一起去洗手。

身体健康教育教案篇五

活动背景：

通过平时对孩子们的观察，发现他们对自己的身体非常感兴趣：喜欢对着镜子做千奇百怪的动作来自娱自乐；音乐响起时，孩子们总是不由自主的翩翩起舞；他们在运动时时常会问“人的手臂、腿为什么能动呢？”如何引导幼儿发现人体肩、臂、手、腿和足会动的奥秘，提高自我保护能力呢？为此我

想到了孩子们既熟悉又陌生的“我的关节会表演”这一以保健知识为主的综合主题活动。本活动通过自身的活动，让幼儿去发现关节、认识关节及它在人体中的重要性，从而进一步激发幼儿对人体奥秘的探究欲望，培养幼儿勤于思考和探索问题的兴趣。

幼儿情况分析：

本班幼儿对健康方面的知识不是太了解，尤其是关于身体的奥秘，但都具有一定的好奇心，能较好的吸收新知识。

活动目标：

- 1、引导幼儿探索身体上的各个关节，知道关节能使身体弯曲，体验关节运动的快乐。
- 2、了解如何正确的保护关节，关节的重要性。
- 3、发挥想象力，创造性地在关节部位作画。

活动准备：

1. 水彩笔若干、《健康歌》的音乐。
2. 教师事先在手上画好“亲亲一家人”。
3. 知识准备：幼儿初步了解四肢各部位的名称（如肩膀、胳膊、膝盖、手腕等）

教学方法：

- 1、整体教学法

集体教学，面对群体展开教学活动。

2、情景教学法

活动开始，创设“亲亲一家人”来和小朋友做游戏的情景，让孩子们集中注意力，很好的导入活动。

3、游戏法

活动中通过玩“不弯曲手指关节拿东西”的游戏，让幼儿了解关节的重要性。

活动过程：

一、会弯腰的一家人，引出活动。

1. 导入部分。

——今天老师邀请了亲亲热热的一家人和我们小朋友做游戏，你们高兴吗？咦，那他们在哪里呢？瞧，他们在这儿呢。

2. 教师逐一伸出手指念儿歌。

——拇指是爷爷，胡子一大把；食指是奶奶，带着老花镜；中指是爸爸，排队站中央；无名指是妈妈，笑着把我夸；小指就是我，聪明又可爱；五指握握紧，亲亲一家人。

——这是多亲热的一家人呀，我们小朋友也把手伸出来弯一弯和他们打个招呼吧！（爸爸好！妈妈好！爷爷好！奶奶好！）

二、灵活的关节。

1. 引导幼儿发现关节。

——刚才呀，老师看你们和这一家人打招呼的时候，小手一弯一弯的动得可灵活了，真奇怪。我们的手指头为什么会弯

曲呢？（因为有关节）

2. 引导幼儿寻找身体上的关节，告诉幼儿各关节的名称，并让幼儿活动各个关节。

——我们的身上除了有手指关节外，还有别的关节吗？我们一起来找找看，好不好？

（如腕关节、肘关节、肩关节、膝关节、踝关节、脚趾关节等，并引导幼儿发现有了关节我们的身体才能弯曲。）

3. 游戏。

——今天，我们认识了身体上的许多关节，接下来，我们一起来做个游戏，好吗？（不弯曲手指关节，你能拿到老师手里的东西吗？）

——通过刚才的小游戏，你们说我们的关节重要吗？

身体健康教育教案篇六

一、师幼谈话引入课题今天我们的活动室来了一个水果客人老师，它们藏在魔术盒里，我们一起把它们请出来。魔法咕噜变（出视苹果）

（画画、拿东西、）用小手可不可以打人啊？

我们把苹果划开，尝一尝？甜甜的脆脆的请问你们是用什么尝出苹果的味道？嘴巴嘴巴可以干什么？（说话、吃东西）你们听到了什么？嚼苹果的声音。

那耳朵可以用来干什么？（听声音）

三、动动我的身体请你跟我做：我的头，我的脸，这是我的肩。

我的腰我的腿，这是我的膝盖，小小手手，小小手，小手真可爱，上面还有我的十个手指头。

勤洗头，勤洗澡勤洗头，勤洗澡，身无异味身体好。

讲卫生，爱整洁，仪表美观朋友到。

身体健康教育教案篇七

1、这节课用的直接导入，小朋友不容易被吸引。如果换成“看看缺什么”。（画些缺少五官的动物，引起小朋友的兴趣）

2、那个照片利用的不好，在挂画前出示照片，问小朋友这是什么（指着五官、身体）

3、身体的作用这环节可以增强些。

身体健康教育教案篇八

1、知道洗手的重要性

2、掌握洗手的正确方法

3、教育幼儿养成清洁卫生的好习惯

学习正确的洗手方法

培养幼儿养成清洁卫生的好习惯

洗手的课件两个小熊手偶

（一）游戏：“手指歌”导入活动

“大拇哥、二拇弟、中指楼、四兄弟、小妞妞，来看戏，大家快来比一比，谁的大，谁的小，哪个指头长，哪个指头短？”

（通过问答式的儿歌形式来引发幼儿的兴趣，并通过这首能够体现手指特征的儿歌游戏，让幼儿通过亲身比较手指的大小、长短来感知自己的小手，为下面的活动作铺垫）

（二）集中观看手偶表演，帮助幼儿了解洗手的重要性

1、游戏导入：“医生嘟嘟来做客”（激发幼儿观看手偶表演的兴趣）

教师引导语：“今天，我们小医院的医生嘟嘟要来我们班里做客了，我们一起来欢迎它吧！”（出示扮演小医生的手偶，向小医生问好）

2、观看手偶表演：（教师边做手偶表演边讲述故事，让幼儿了解洗手的重要性）

提问：豆豆为什么会肚子疼啊？

它应该怎样做呀？

（通过故事让幼儿了解手上有许多的细菌，要养成勤洗手的好习惯）

3、引导幼儿联系自己的实际进行交流（调动幼儿已有的知识经验，进一步体验洗手的重要性）

问题：你们的肚子疼过吗？为什么？

我们应该怎么做啊？

（结合幼儿在实际生活中出现的饭前便后不洗手及吃手现象，调动幼儿说一说洗手的重要性）

4、小医生嘟嘟小结：洗洗小手讲卫生（鼓励幼儿养成勤洗手的好习惯）

（这一步环节利用生动形象的手偶表演来抓住幼儿的注意力，通过“听故事”来引发问题，调动幼儿已有的生活经验，启发幼儿结合生活实际说一说“手脏了会怎么样”“我们应该怎样做”，锻炼幼儿的口语表达力，培养幼儿解决问题的能力，通过故事让幼儿了解洗手的重要性，鼓励幼儿要勤洗手讲卫生，培养幼儿正确的健康态度。）

（三）设计问题，引导幼儿观看课件，学习洗手的正确方法

1、调动幼儿已有的知识经验进行讲述“我是怎样洗手的？”

2、出示洗手课件，设计提问引导幼儿观察画面，了解洗手的正确方法。

画面上的小女孩在干什么？她是怎样做的？咱们也一起来学一学吧！

（引导幼儿理解画面内容，并启发幼儿用语言表述）

3、师幼共同讲述正确的洗手顺序及方法：

卷袖子——冲手——搓肥皂——搓手心手背——冲肥皂——擦手

（教师根据画面边做动作边讲解）

4、引导幼儿边说儿歌做洗手模仿动作，学习洗手的正确方法：

（师幼一起边说儿歌边做动作，进一步学习正确洗手的顺序

及方法)

我有一双小小手，快来快来洗洗手，白衣袖，花衣袖，洗手前快卷袖，不让水滴沾衣袖，打开水龙头，冲冲小小手，关上水龙头，搓出肥皂泡，搓搓手心，搓搓手背，打开水管冲一冲，肥皂泡冲干净，再用手巾擦擦手，小小手真干净。

5、师幼谈话：“我们什么时候该洗手？”（饭前、便后、玩完玩具、手脏时等）

（这一环节先以调动幼儿已有的生活经验为依据，请幼儿说一说自己是怎样洗手的，引导幼儿观察画面，通过设计问题引导幼儿自主的探究，从而了解正确洗手的顺序及方法，通过边说儿歌边进行模仿洗手动作的表演的形式，来调动幼儿的参与的积极性，学习洗手的正确方法，并且通过师幼谈话，让幼儿懂得什么时候该洗手，促进幼儿良好的健康行为的养成。）

（四）幼儿实际练习：洗洗小手讲卫生，进一步掌握洗手的方法

教师引导语：“现在已经是吃饭的时间了，我们一起去洗洗小手吧，看看谁的小手洗的最干净。”

在实际练习中，教师引导幼儿边说儿歌边洗手，指导幼儿正确的洗手。

（以上的环节仅仅是对幼儿正确洗手的顺序及方法知识的传授，但我们教育的目的不仅仅是传授知识，而是对知识的运用及理解，从而培养幼儿解决问题的能力，仅仅是“纸上谈兵”是没有用的，我们应该为幼儿提供可以实际操作的环境，让幼儿亲身的去体验、去感受。因此设计此环节，让幼儿通过洗洗自己的小手的实际练习，来进一步掌握洗手的方法，进一步强化巩固幼儿的对洗手方法的理解，逐步培养幼儿良

好习惯的养成。)