

# 幼儿园大班健康教案大脑反思(实用16篇)

在大班教案中，我们需要考虑幼儿的发展需求和兴趣特点。以下是一些优秀教师编写的教案案例，希望能够给大家提供一些教学的灵感和方向。

## 幼儿园大班健康教案大脑反思篇一

本学期一开始，我们发现经过一个月的假期，班上有几位小朋友的变化很大，我们高兴地对有的小朋友说：“恭喜你，你长胖了。”而对另一些孩子我们则皱皱眉头说：“你怎么又胖了，你怎么又瘦了？”于是，到底是胖好还是瘦好成为近期孩子们关注的话题。

分析我班幼儿的身体成长状况，就能发现存在许多“参差不齐”，有的很胖，有的很瘦。幼儿在饮食方面也存在挑食现象，喜欢吃肉不喜欢吃蔬菜。并且到了晚上或双休日还喜欢以“自己的喜好”来填饱肚子，例如吃肯德基、麦当劳、饮料、冰淇淋等。家长也常因娇惯而满足幼儿的各种要求。

幼儿需要了解自身的身体状况、关注自己的成长、树立自我保育意识。因此我预设了本次的活动方案：

- 1、引导幼儿发表自己的观点，通过讨论，意识到太胖和太瘦都对身体健康有影响。
- 2、学习关注自己的身体健康状况，初步了解自身成长的需要，知道如何调整自己的行为有利于健康。
- 3、激发幼儿在集体面前大胆表达、交流的兴趣。
- 4、帮助幼儿了解身体结构，对以后的成长会具有一定的帮助。

## 5、初步了解健康的小常识。

活动前根据“学前幼儿体重标准表”为本班幼儿测量体重；红、黄、绿三种颜色的表格各一，并根据幼儿体重情况制作三种颜色的圆点卡片，活动前发给幼儿；多媒体课件“来当营养师”；“健康棋”六套，各种食品的卡片若干（活动前请幼儿画好）。

活动重点：通过幼儿自由辩论帮助幼儿正确理解胖和瘦的概念。

活动难点：使幼儿了解自身的健康状况，知道如何调整自己的行为有利于健康。

突破方法：利用不同颜色的圆点来表示幼儿的健康状况，并请幼儿自己贴到相应的表格中使幼儿了解自身的健康状况。通过集体讨论、多媒体课件和“自助餐”的游戏来帮助幼儿树立自我保育意识。

### （一）大胆表达，各抒己见

幼儿将自己有关胖好还是瘦好的想法在集体中展示、扩散，表明自己的观点，并尝试用实例说服同伴。

过程：幼儿各抒己见，运用实例说明自己的观点。在幼儿的意见无法统一的情况下，教师出示“学前幼儿体重标准测量表”，知道胖瘦有一定的标准，太胖和太瘦都不健康。

### （二）了解自身，对症下药

（1）出示红、绿、黄三种颜色的表格，请幼儿根据手中圆点的颜色寻找自己在表中的位置，（红色表示偏瘦，黄色表示偏胖，绿色表示正常）从而了解自身以及本班幼儿成长的情况。

(2) 集体讨论怎样才能使自己既不胖也不瘦，身体更健康。

(3) “对症下药”：运用多媒体课件“来当营养师”为不同情况的孩子“开处方”。

### (三) 分组游戏活动，经验梳理

(1) 棋盘竞赛：幼儿通过竞赛性游戏，在下棋过程中获得有关健康生活的经验。

(2) 自助餐：幼儿根据自身情况为自己挑选一份营养合理的美餐。

幼儿将已有的经验运用到生活中去，关注自己的身体特点，坚持健康饮食和锻炼，并把有关的信息带给身边的朋友和家人。

继续鼓励幼儿搜集资料，研究各种食物所含的营养。

本次活动是针对孩子的年龄特点专门设计的，还是比较适合幼儿的性格发展，整个活动中只有小辉不怎么参与活动，主要是小辉有轻微的电视自闭症，尽管平日教学中已经有很大的进步，但是在语言交流中还是有一定的障碍。

## 幼儿园大班健康教案大脑反思篇二

1、培养幼儿的注意力和敏捷、迅速的反应能力。

2、引导幼儿练习头上、胯下传球。

1、音乐：如果感到幸福

2、红旗一面、皮球4个。

## 一、活动开始

- 1、听教师口令做跑步热身活动。
- 2、随音乐创编动作(重点做上肢运动)

## 二、游戏：玩球

- 1、自由传球。

将幼儿分成4组，自由探索多种传球方法。

- 2、请一组幼儿示范头上传球，集体学习、练习。

动作要求：第一位幼儿双手抱球，双臂从头上向后传给第二位幼儿，依次后传。

- 3、请一组幼儿示范胯下传球。

动作要求：第一位幼儿双手抱球，双臂从胯下向后传给第二位幼儿，依次后传。

- 4、请一组幼儿示范头上胯下间隔传球。

要求：第一位幼儿头上传给第二位幼儿，第二位幼儿胯下传球给第三位幼儿，依次后传。

- 5、集体做游戏。

(1)教师讲解游戏玩法及规则。

幼儿分成4队，前后间隔一臂距离，两腿分开站立。按要求做游戏。

规则：要手递手传球，不能抛或滚球，传球失落，由接球者

拾起，在失落处重新传球。

(2) 幼儿共同游戏一次。

(3) 教师游戏，再次强调规则。

(4) 第二次集体进行游戏。

### 三、活动结束

游戏活动情况。放松，自由玩球。

## 幼儿园大班健康教案大脑反思篇三

### 【活动目标】

- 1、认识大脑的重要性，形成对大脑的初步认识。
- 2、初步了解科学用脑，保护大脑的基本方法。
- 3、丰富人体形态结构的认知，提高保护意识。
- 4、学习用语言、符号等多种形式记录自己的发现。
- 5、在交流活动中能注意倾听并尊重同伴的讲话。

### 【活动准备】

课件：图片——大脑。

### 【活动过程】

一、出示图片——大脑。

1、师：小朋友知道图片上是什么吗？（大脑）

帮助幼儿形成对大脑的初步认识。

2、师：大脑在我们身体里可是总司令呢，

你们知道为什么说大脑是我们的总司令吗？

3、小结：我们写字、画画、作游戏、走路、跑步等等，都是由大脑来指挥的，所以大脑是我们的总司令。

4、观察图片。

教师向幼儿介绍简单的大脑知识。

大脑有左右脑，有脑神经，有脑干。大脑负责智力活动，小脑负责运动。

大脑中不同的神经负责不同的活动，有的负责吃饭，有的负责睡觉，有的负责唱歌等等。

二、了解保护大脑的基本方法。

1、师：请小朋友摸摸自己的头，有什么感觉？

小结：我们摸到的是头骨，它可以保护我们的大脑。

2、保护我们的大脑还要注意什么？

（让幼儿讨论）

教师小结：

（1）要勤于用脑。

（2）不要用脑过度。

(3) 保证大脑的合理营养。

(4) 保持乐观的情绪。

三、拓展想象——趣味练习。

1、当你生气的时候大脑的内部是什么样子的呢？

想一想用图画画出来。

2、当你幸福的时候，大脑的内部是什么样子的呢？

想一想用图画画出来。

## 幼儿园大班健康教案大脑反思篇四

爱玩是孩子的天性，孩子都喜欢出去旅游，每次旅游回来都希望把自己见到的、好玩的事情说给老师、小伙伴听。结合孩子的需要和兴趣，我班开展了“快乐的旅行”这一主题。随着活动的不断延伸，一次孩子们在进餐中窃窃私语，老师蹲下身仔细倾听孩子的对话，才知道他们有一个新的“发现”：食物在肚子里会“旅行”吗？多有趣的问题呀！孩子们都关注着呢。

《纲要》指出：科学教育应密切联系幼儿的实际生活进行，利用身边的事物与现象作为科学探索的对象。生活中有多种多样的食物，孩子们总是吃不够、说不完。为满足孩子们的好奇心和探究愿望，“食物的旅行”主题活动由此生成展开。为体现新课改精神，我以整合的观念，目光短浅是让幼儿在认识人体的消化器官，了解食物的消化过程的同时，重点知道胃与身体健康的关系，提高他们的自我保护意识。同时培养幼儿的观察力及合作能力。为使活动真正引发幼儿参与的兴趣，我注意灵活采用教法：首先设置问题情境（从孩子们好奇心入手——“吃下去的东西哪去了？”）观察法（用孩

子的眼睛去发现——食物在人体里的消化过程)操作法(以孩子喜爱的操作形式展开——动手动脑拼图、“构建”消化系统图)等等。为更好地突出重点、突破难点,我们充分发挥多媒体教学手段的作用,亲手制作课件,使学习活动更为具体生动且有趣味性。

- 1、初步认识人体的主要消化器官,了解食物的消化过程。
- 2、学习简单的自我保护方法,提高自我保护意识。
- 3、培养幼儿良好的饮食和卫生习惯。

重点:讲解胃与身体健康的关系,让幼儿明白不良饮食习惯对胃的伤害。

难点:知道人体消化器官的顺序及功能保护。

□1□flash课件《食物的旅行》以及相关的故事。

(2) 音乐:《幸福拍手歌》

(3) 人体消化系统图,即时贴消化系统卡片图,小蛋糕,小饼干。

## 一、创设情境,导入新课

1、小朋友,你们喜欢和爸爸妈妈一起去旅行吧?旅行的时候有没有看到什么有趣的事呢?

3、播放课件,讲述故事《小蛋糕的旅行》。

故事:《小蛋糕的旅行》小朋友最喜欢吃小蛋糕了,小朋友把我放到嘴里,嚼呀嚼,把我弄得痒痒的,一不留神,我就被吞了下去。不一会儿,我到了一条长长的管子里,就像坐滑



梯一样，真好玩！还没等我玩够，就滑到了一个袋子里，这个大袋子可神奇了，它会一边分泌出一些液体，还一边慢慢地蠕动，把我磨得呀越来越碎，越来越碎...被磨碎的我接着到了一条弯弯曲曲的小管子里，像迷宫一样，好不容易出了迷宫，我就到了一条皱巴巴的大管子里，在这我的营养都被吸收掉了，最后我就被排出了体外。

4、听完小蛋糕的故事，你知道小蛋糕它去了什么地方旅行吗？

二、观看动画，通过提问帮助幼儿认识主要消化器官，了解食物的消化过程

引导幼儿逐幅观看flash动画课件

1、放第一段食物从口腔到食管的动画。

提问：小蛋糕从哪里进去？知道那叫什么名字吗？（口腔）它在我们的嘴巴里怎么样了？

（牙齿把食物嚼碎了，方便吞下去）

经过嘴巴后，小蛋糕被吞了下去，到了什么地方？知道那长长的管子叫什么吗？（食管）

2、放第二段，了解胃的功能以及胃与身体健康的关系。

提问：接着小蛋糕从长长的管子滑下去，到了一个袋子里，这个大袋子叫什么名字呢？（胃）它有什么作用呢？（教师小结）

3、放第三段，知道小肠的作用

4、放第四段，理解大肠的用途

提问：小蛋糕又到了哪里呢？这是什么地方呢？

三、让幼儿品尝饼干，想象食物进入各个器官，并排出旅行路线图。

把幼儿分成四个旅游团，“小饼干的旅行开始了！”

2、请各组小朋友品尝饼干，并根据提示把小饼干旅行的顺序排列出来

提示：（1）这是旅行的入口（口腔），在这里给它拍张照吧！（出示口腔图片）

（2）我们的牙齿先把小饼干咬破，嚼碎了，吞下去，到了哪里哪？（食管）

（4）胃磨啊磨，把饼干磨得更碎了，到了哪里了？（小肠）小饼干的营养大部分在这里被吸收。

（5）小肠把小饼干里的营养都吸收了，然后到了哪里？（大肠）大肠转呀转，把没有用的残渣都排出去了。

小饼干的旅行也结束了，

3、评析每个小组的排列情况。

四、结束部分，听音乐做活动

我们把食物吃下去以后，还需要做些轻微的活动帮助它们消化，现在请小朋友们轻轻起立，和老师一起做动作。（播放音乐：《幸福拍手歌》，让幼儿跟随音乐做律动。）

本活动选取的内容接贴近幼儿的生活，深受孩子们的欢迎。活动的设计做到动静结合，由浅入深，从感知到体验，层层深入，并把科学知识与健康、语言、艺术等领域内容进行有

机地整合，给孩子开创了广阔的学习空间。下面谈谈教学后的几点体会。

### 1、运用课件辅助教学，优化教学过程。

为了让孩子能更直观、逼真、有系统地了解食物在人体内的旅行过程，以及食物进入消化器官后的消化情况，我准备了活泼生动的多媒体课件，积极调动幼儿的各种感官进行主动探索学习，让幼儿看看、听听、说说，在轻松活泼的气氛中掌握科学知识，达到寓教于乐的目的。

### 2、利用材料创设情境，体验游戏乐趣。

活动中，教师观察到幼儿已掌握了食物旅行的过程，并初步了解各消化器官的名称及作用，便设置了游戏活动——“食物的旅行”。先请小朋友品尝自己喜欢的食物——小蛋糕，让小朋友体会小蛋糕到人体的各个消化器官中去旅行一次，然后让幼儿合作拼一幅完整的消化系统图这是小朋友非常感兴趣的环节，既满足了幼儿动手的需要，又提高了幼儿合作能力，整个游戏过程中幼儿热情高涨，兴趣浓厚，每个幼儿都积极参与，在愉快的氛围中把活动推向了高潮。同时，在孩子们玩得意味犹尽时，教师及时地抛出新问题，使活动向更深层次发展，达到了活动目标。

在教学活动中教师如何倾听、观察、捕捉幼儿的信息，并使之成为丰富和调节活动的资源，让活动中的指导更具体、更有针对性，有待加强培养、训练。此外，在活动中应给与孩子更多的拓展思维，还可以利用现场的资源，让幼儿与更多的同伴或老师交流。

## 幼儿园大班健康教案大脑反思篇五

### 1、认识几种常见的黑色食品，初步了解黑色食品的营养价值。

2、通过游戏的方式，讲述各种黑色食品的名字，愿意吃各种黑色食品。

3、体验与同伴一起表演的快乐。

4、初步了解健康的小常识。

5、知道人体需要各种不同的营养。

1、师生提供收集的各种黑色食品，并场景布置《黑色食品大集合》展台。

2、按小组准备对门开的屏风五副。

3、黑布、黑纸、各种装饰材料、剪刀、胶棒等。

1、游戏活动《芝麻开门》，认识各种黑色食品。

2、探索发现食品的共同点，进一步了解黑色食品。

教师：仔细看看这些实物有哪些相同的特征？

教师：这些食品都是黑色的，所以我们就叫它黑色食品，你还认识哪些黑色食品。

3、观看表演，探讨黑色食品的营养价值。

教师拿着袋装的黑色食品进行表演，让幼儿感知了解几种黑色食品的营养价值。

教师讲述表演，幼儿观看，感知黑色食品丰富的营养价值。

教师小结：不同的黑色食品的营养价值也不一样。

4、教师组织幼儿用各种材料将自己打扮成黑色食品，玩“芝

麻开门”的游戏。

5、激发幼儿自己玩“芝麻开门”游戏的兴趣。启发幼儿用黑色食品打扮自己，并讲述自己的营养价值。

教师和幼儿分小组玩游戏“芝麻开门”。

因为没有让孩子们事先带黑色食品，所以，我简单的准备了芝麻和黑豆让孩子们观察，孩子们得出结论是黑色的。

孩子对绿色食品是最熟悉的，但对黑色食品见得比较少，所以，能说出来的很少。有的甚至说巧克力也是黑色食品。

课前，我没有上网查查关于黑色食品的鉴定，所以，当孩子问我可乐是不是的时候，我只能告诉他们不是，却不能说出原因，孩子接受的很勉强。所以，下次我应该先自己了解，做好充足的准备，才能给孩子讲解。

## 幼儿园大班健康教案大脑反思篇六

了解常见的危险动作，懂得其危害。

知道在日常生活中玩游戏要注意安全。

体验看图说话，编创儿歌歌词的乐趣。

课件准备：“哪里有危险”图片；“危险动作不能要”组图；《安全歌》儿歌视频。

出示图片“哪里有危险”，引导幼儿找出危险的行为。

——找一找这里面有哪些危险的行为？请你把它圈出来。

——你为什么觉得它不安全？

小结：抛沙土会伤害眼睛；从滑梯滑道往上爬或站在秋千椅的后面容易被撞伤；坐椅子伸长腿，会绊倒别人，使别人摔伤；吃东西的时候说笑会呛到自己。这些都是危险的行为，我们自己不要做，也要提醒别人不能做。

出示组图“危险动作不能要”，鼓励幼儿看图说话。

——图上的小朋友在做危险的行为，我们可以用一句话来提醒他这样做很危险。

——想一想，你会怎么说？（比如：上下楼梯不打闹/不对耳朵大声叫。）

播放儿歌视频《安全歌》，带领幼儿学念儿歌。

1. 播放儿歌视频《安全歌》第一遍，引导幼儿初步欣赏儿歌。

——刚才你们说的这些话很适合编成一首安全儿歌，来告诉小朋友们不做危险的事情。我们一起来听这首《安全歌》。

2. 播放儿歌视频《安全歌》2-3遍，带领幼儿学念儿歌。

小结：做危险的行为很容易让我们自己受伤，同时也可能会伤害到别人。我们要做文明的好孩子，不在危险的地方游戏，不做危险的动作。

组织幼儿讨论，鼓励幼儿结合自身经验，举例更多危险的、不能做的行为，并用一句话描述。

——你还知道哪些危险的不能做的事情？（站在摇摇椅上、拿着剪刀乱跑……）

——如果要用一句话来提醒小朋友们不做这件事，你会怎么说？（坐摇椅，不站立；手拿剪刀不乱跑。）

## 附【儿歌】

### 安全歌

小朋友，请牢记，  
危险动作不能要。  
墙头高，不要爬，  
上下楼梯不打闹。  
坐在椅上不伸腿，  
玩时不把沙土抛。  
嘴吃东西不说笑，  
不对耳朵大声叫。  
做个文明好孩子，  
人人夸我好宝宝。

## 幼儿园大班健康教案大脑反思篇七

- 1、大胆探索躯体移动的多种方法。
- 2、灵活协调地运用躯体不同部位进行挪动、爬行、滚动等。
- 3、能大胆合作，有合作探索、创新的意思。

重点：大胆探索躯体移动的多种方法。

难点：在不用脚进行躯体移动时，身体动作能保持灵活协调。

活动准备：有软地的活动室、音乐磁带、道具房子和花丛。

## 一、听听动动，全面热身。

1、趣味走、跑、跳。在音乐伴奏下，幼儿听口令跟老师变换队形（圆圈、直线、螺旋型）进行趣味走、跑、跳等基本动作训练，激发幼儿参加体育锻炼的兴趣，并全面热身。

师：“孩子们，今天我们一起来做运动”（教师口令：走、走、走，跟着音乐走、走、走。高人走、矮人走。。。跑、跑、跑，跟着音乐跑、跑、跑。慢慢跑、快快跑。。。）

2、语言激趣，引出活动。幼儿跟老师一起边念儿歌边活动小脚，放松小脚丫。（小脚丫，点一点、摇一摇、拍一拍、搓一搓，小脚丫休息了。）

师：“运动后你们感觉怎样？”“知道小脚丫吗？”“我们来给小脚丫放放假，让它们休息休息。”

## 二、自主探索，层层推进。

1、初次尝试不用脚丫移动身体。引导幼儿大胆尝试用身体的其他部位来移动躯体，发现移动身体的多种方法。

师：“看到对面的草地吗？想想不用我们的小脚丫就可以过去吗？”“你们有什么好办法？”幼儿自主体验尝试，教师观察并适时提醒幼儿不能用小脚丫。

2、启发讨论，交流经验。请孩子们说说自己是怎么移动的，用的什么方法。

师：“我发现有些小朋友的小脚丫休息得很好，用身体的xx部位在移动，请xx小朋友介绍他用的什么办法来到草地的？”老师引导幼儿互相观察，明确要用身体的其他部位来



代替小脚丫进行移动。

3、再次体验，不断创新。鼓励幼儿想出更多的移动方法，体会身体位移的不同方法。观察幼儿用什么方法进行移动，及时指导，同时提醒幼儿注意移动的方向，进一步强调规则。注意提取动作。

师：“我们再试一次，想一想还有没有其它的办法来移动我们的身体？跟刚才不一样的方法。”

4、分享交流。说说做做，幼儿互相说说自己想到的新方法，展示移动身体的动作。相互模仿学习。示范引导，教师可适当地把幼儿没有想到的移动方法进行示范演示。幼儿反复练习。（教师可以根据实际情况选择示范动作适时地出现幼儿没有探索出来的移动方法、要求姿势正确、动作规范，用力适度）

师：“我们从草地来到花园，又用了什么办法？是怎么做的？”“老师也用了个动作来移动，仔细看看老师用的身体哪部分来代替小脚丫移动的？”

5、点击动作，巩固经验。引导孩子说出身体移动的感受。请个别动作灵活协调的幼儿做示范，让幼儿选择自己感兴趣的移动方式进行巩固练习（1—2次），第二次要求用不同于第一次的动作。教师关注孩子动作是否灵活协调，及时指导，同时提醒幼儿注意自己的移动线路，不与其他小朋友发生碰撞。

师：“小朋友用了好多方法来移动身体，现在身体感觉怎样？今天的练习方法跟我们平时走路有什么不一样？”“我们一起来看看这几个小朋友是怎样做的？他们移动起来感觉怎样？”“选择一种你最喜欢的动作，我们一起到把身体移动起来，想想怎样才能使做才不费劲，使身体移动起来更轻松？”

### 三、合作游戏，巩固锻炼。

合作游戏“脚丫休息日”。鼓励幼儿结伴合作移动躯体进行游戏，要求两个或以上的小朋友合作探索创新躯体移动方法。

1、合作探索，大胆创新。幼儿尝试两两合作或多人合作创新移动身体的新方法。（教师注意观察、个别指导并提取动作）

师：“刚才我们都是自己在用身体进行移动，现在老师有一个新任务交给你们：认真想想如果两个、三个、或者更多的小朋友一起合作怎样才能移动身体？要注意你帮助的小朋友不能用自己的小脚丫哦。想一想，可以怎么做？试一试。”

2、互动交流。提取有创新、配合默契的个别组进行展示，引导幼儿关注合作学习，关注自己和同伴的安全。

师：“小朋友合作得很好，有创新！看看他们是怎样做的？怎样把小伙伴放下去的？”

3、合作游戏。幼儿自由结伴做各种动作，教师可与幼儿合作参与游戏，并进行个别指导，适时鼓励，提醒幼儿交换角色并注意安全。

师：“原来有这么多种办法在小脚丫休息的时候，可以把我们的身体移动起来。再想想还有什么不一样的办法吗？”

### 四、拍拍抖抖，整理放松。

在优美抒情的音乐声中师生一起做全身的放松运动。

师：“我们做了好多运动，你们感觉怎么样？累吗？我们一起来放松放松。”

# 幼儿园大班健康教案大脑反思篇八

- 1、了解近视眼造成的原因及给生活带来的不便。
- 2、懂得保护视力的基本常识和方法。

戴眼镜的小猫图片、眼镜、保护眼睛的食物图片活动过程：

- 1、出示戴眼镜的小猫。

师：今天教室里来了一位客人，它是谁？小猫怎么了？小猫为什么要戴眼镜？

- 2、欣赏故事。

（1）师：老师这里有一个故事，故事里就告诉我们小猫为什么戴眼镜？

（2）欣赏故事师：小猫的眼睛怎么了？

小猫的眼睛为什么看不清？

小结：有这么多的行为会使眼睛生病，眼睛生病了给小花猫的生活带来了那些不方便？

- 3、讨论：近视眼会给小猫的生活带来哪些不便？

- 4、戴假眼镜感受不便之处。

师：小花猫的眼睛生病了，给它的生活带来了很多的不便，老师今天带来了一副眼镜，请小朋友戴一戴感受一下。

小结：戴眼镜不但不方便而且还不漂亮5、怎样保护我们的眼睛。

幼儿自由回答，教师根据幼儿回答做相应的动作纠正不良的坐姿。

小结：除了在行为方面可以保护我们的眼睛，在饮食方面也起到可以预防作用我们一起来看看有哪些食物对我们的眼睛有好处。

6、操作练习。

请你来找一找正确的用眼方法。

## 幼儿园大班健康教案大脑反思篇九

- 1、了解几种常见豆子的营养。
  - 2、愿意并喜欢吃各种豆类及豆制品。
  - 3、养成爱吃豆制品的好习惯。
  - 4、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。
  - 5、知道人体需要各种不同的营养。
- 1、装有不同豆子（黄豆、红豆、绿豆、黑豆）的封闭罐子4个；
  - 2、四种豆子的标记图及指偶；
  - 3、透明器皿4个；
  - 4、食品：豆浆、豆腐干、豆沙包、绿豆糕、红豆粥；
  - 5、幼儿用书。
- 一、与幼儿共同玩游戏“听一听，猜一猜”，认识四种豆子。

2、教师揭开谜底，将罐子内的豆子分别倒入四个透明的器皿内，和幼儿一起认识四种豆子。

二、通过故事，了解黄豆的营养。

1、引导幼儿欣赏故事《小小狗吃豆豆》；

2、师：小小狗为什么要去吃黄豆？喜鹊老师是怎么说的？

3、师：小小狗吃了黄豆以后长胖了吗？为什么？黄豆做成的食物有哪些呢？

4、教师小结：黄豆营养价值特别高，多吃黄豆有利于大脑发育。

三、教师演示豆子指偶，引导幼儿了解其他几种豆子的营养。

1、教师出示四种豆子的标记，请幼儿将标记粘贴在装有豆子的透明器皿上；

3、幼儿两两相互讨论，并在集体中发言；

4、教师演示四种豆子的指偶，以豆子的口吻介绍它自己含的营养；

5、师：你们吃过用这些豆子做的食品吗？是什么呢？

6、教师小结：豆子对我们的生长发育有特别重要的作用。黑豆含有丰富的大豆蛋白，有利于大脑发育；红豆有补血作用；绿豆有清凉解毒的作用。

四、幼儿分组制作豆子头饰，和豆类朋友一起做游戏。

1、师：小朋友都喜欢这些豆子朋友，今天我们就和豆类朋友来聚会吧。

2、幼儿分组制作豆子头饰，教师进行指导。

3、教师和幼儿戴上头饰，一起随音乐表演豆子跳舞。

五、师生共同看幼儿用书，认识豆制品。

1、师：看看图中的豆制品，你吃过哪种？知道它们是由哪种豆子制成的吗？

2、教师拿出准备好的豆制品，请幼儿现场品尝。

1、种植四种豆子，引导幼儿观察并记录豆子的生长过程，了解四种豆子的生长特点。

2、引导幼儿利用海绵、软泡沫等材料自制豆制品游戏材料，开展“小吃店”游戏。

## 幼儿园大班健康教案大脑反思篇十

本活动选自《吉林省幼儿园主题活动课程（大班蔬菜主题）》。小朋友们都知道每天喝的豆浆是黄豆做的，那黄豆是怎么变成豆浆的？黄豆又可以做成哪些食品呢？我们通过此活动向幼儿一一介绍，在细致的观察、比较中获取知识经验。

1、培养幼儿对豆制品的喜爱。

2、观察、比较黄豆的外形特征，初步提高幼儿感知事物的能力。

3、引导幼儿在观察、比较黄豆外形特征的基础上，知道豆浆的简单制作过程，并了解黄豆还可制成其他豆制品。

材料准备：课件，干湿两种黄豆（人手一份），豆浆机。

## 1、导入

师：小朋友，我是黄豆宝宝，我还把我的好朋友都请来了。今天，我们就来一起玩。让我们先来看看黄豆宝宝是什么样子的。小朋友可以看一看，摸一摸，捏一捏自己盒里的黄豆宝宝，等会儿告诉大家。

## 2、展开

（1）初步了解黄豆的外形特征。

在课件中提出问题：黄豆宝宝是什么样子的？

教师进一步引导：观察黄豆宝宝是什么颜色的？是什么形状的？小朋友可以看一看，摸一摸，捏一捏。

师：（小结）黄豆宝宝是一粒粒黄颜色的圆溜溜的小豆豆。

（2）进一步观察比较干湿不同的黄豆的外形特征

利用课件提出问题：泡过的黄豆和没泡过的黄豆有什么不一样？

幼儿观察并比较干湿不同的黄豆。让幼儿谈谈发现了什么，有什么不同的地方。教师和幼儿一起分析、讨论原因，让幼儿通过亲自体验发现秘密。

师：（小结）黄豆宝宝只要在水里泡上一天，就会比原来大一些，软一些，颜色浅一些。

（3）现场制作豆浆，观看豆浆的制作过程。

师：黄豆宝宝的本领可大了，会变许多魔术，小朋友每天喝的豆浆也是它们变出来的。（观察做豆浆的过程，了解制作豆浆的方法）

师：请小朋友睁大眼睛，看看黄豆宝宝是怎么变成豆浆的？  
（教师操作，幼儿一起说：“变变变。”）

教师倒出豆浆后提问：黄豆宝宝呢？它没有了，变成什么了？  
豆浆是什么颜色的？

师：豆浆是生的，还不能吃，应该怎么做？（教师煮豆浆）

分析：引导幼儿运用各种感官比较观察泡过和没泡过的黄豆的不同，发展了幼儿的观察力，提高了幼儿的感知能力。运用变魔术的口吻，请幼儿观看豆浆的制作过程，幼儿身临其境，兴趣极高，恨不得马上吃到“变出来”的豆浆。有的幼儿看到教师做出来的豆浆就问：“老师，豆浆能不能吃了呢？”

还有的幼儿问：“什么时候能吃豆浆呀？”可见，幼儿吃豆浆的兴致已被调动起来了。

在煮豆浆的同时让幼儿观看课件，了解黄豆还能做成其他的豆制品。并理解“豆制品”一词。

师：我们黄豆宝宝本领可大了，除了能做豆浆，还能做许多东西呢。现在请小朋友看录像，录像里的东西都是用黄豆宝宝做的，到底是什么呢？请大家睁大眼睛看仔细，等会告诉其他小朋友。（看录像）

师：（小结）豆腐、素鸡、豆腐干、油豆腐等，都是用黄豆宝宝做出来的。

幼儿品尝各种豆制品，了解到黄豆营养丰富，培养幼儿喜爱豆制品的情感。

活动延伸：到自然角观察黄豆宝宝的另一个变化——黄豆发芽。



# 幼儿园大班健康教案大脑反思篇十一

1. 知道人们需要吃不同的食物，才能营养全面，有利于身体健康，养成不挑食的习惯。
2. 初步会合理搭配一餐的饭菜，知道要有荤有素，有菜有主食等。
3. 能分析评价自己和别人的配餐。

重点:让幼儿知道人需要吃不同的实物，才能营养全面，有利于身体健康，养成不挑食的习惯。

难点:初步会合理搭配一餐的饭菜，知道要有荤有素，有菜有主食等。

## 1. 课件ppt

2. 不同类的多种食物图片，如：肉、鱼、青菜、萝卜等。

## 一、认识各类食物

### 1. 导入活动（情景导入）

### 2. 初步尝试搭配食物

（1）教师介绍各种食物

（2）请小朋友们想一想并动手初次尝试搭配食物

（3）请营养专家进行配餐点评

小结：合理配餐应根据荤素搭配、荤菜不宜过多、有一定量的素菜、也要有主食米饭或者面条等，这样子才能营养均衡，

对身体有益。

## 二、食物分类

### 1. 认识食物分类标准

我们的健康食物基本分为荤菜、素菜还有主食。

主食有：米饭、面条、馒头等

素菜有：西兰花、菜心、青瓜等

荤菜有：排骨、鱼、鸡肉、海鲜等

### 2. 食物分类

小朋友你学会了吗？我们现在来进行食物分类游戏吧。

他们分对了吗？bingo,分对了，表扬他们。

## 三、再次进行“配餐大比拼”活动

（1）——小朋友们真厉害都知道了健康食物的分类，还掌握了营养搭配的小技巧，那还等什么呢，赶快进行“配餐大比拼吧”

“配餐大比拼”活动规则：每个小朋友最多只能选择5样食物进行搭配，配餐要做到营养均衡，而且要在一分钟內完成搭配。

### （2）共同讨论评选理由

1. 请幼儿回家与父母一起讨论思考一日三餐的配餐如何更加合理，符合营养要求。

教学反思：这节课的教学目标重点：让幼儿知道人需要吃不同的实物，才能营养全面，有利于身体健康，养成不挑食的习惯。难点：初步会合理搭配一餐的饭菜，知道要有荤有素，有菜有主食等。这节课中我设计了让孩子自主搭配食物并一起讨论判断是否合理，我结合对比照片，紧紧围绕“营养搭配”这一情境激发学生的学习兴趣，并引导孩子区分素材和荤菜，在此基础上，引入了配餐大比评的活动，通过此次活动孩子们初步掌握了合理配餐应根据荤素搭配、荤菜不宜过多、有一定量的素菜、也要有主食米饭或者面条等，这样子才能营养均衡，对身体有益。

## 幼儿园大班健康教案大脑反思篇十二

一、播放音乐做一段热身操。感受健康身体棒的好处。回想并说说自己生病时的感受。然后老师总结出身体健康的重要性。引出主题《争做健康小先锋》。让我们一起努力做个健康小先锋吧。

二、教师引导幼儿说出可以让身体保持健康的方法。

1. 引导幼儿说出哪些好的生活习惯。可以让身体保持健康。

运动健身，讲究卫生，良好饮食习惯，保持好心情，与同伴团结友爱

2. 利用课件出示图片进行小结。

三、引导幼儿进行健康知识对与错的游戏。评选出“健康小先锋”。

1、介绍游戏的玩法及规则。

2、玩游戏。教师说出各种与生活习惯有关的题目，幼儿判断题目内容是否健康，并抢占圆圈。

3. 奖励获胜者“健康小先锋”的称号。并引领幼儿复述健康知识，告诉幼儿不光要懂得健康知识，更要运用到生活中去。

四、活动延伸：带领幼儿再次跳起健身操。幼儿把学到的知识带回家讲给自己的爸爸妈妈听。

让幼儿认识身体健康的重要性。

2. 认识保持健康的方法。3. 培养幼儿健康的生活习惯。

1、歌曲《健身娃娃》。2、多媒体课件。3、奖品。

4“健康小先锋”的称号牌。5、对与错场地布置。

## 幼儿园大班健康教案大脑反思篇十三

1. 通过游戏发展幼儿单臂匍匐及平衡动作的协调性和灵活性。

2. 培养幼儿的合作意识，发展幼儿协作配合的能力。

3. 培养幼儿热爱劳动，不怕困难的情感。

1、重点：1. 通过游戏发展幼儿单臂匍匐及平衡动作的协调性和灵活性。

2、难点：能大胆尝试、克服游戏中遇到的困难。

1、经验准备：幼儿已有跳跃的能力

2、物质准备：小蚂蚁头饰，沙包若干；塑料筐若干；拱门四个；地垫、音乐

一、热身运动

二、 创设情境，激发兴趣。

一天，天气晴朗。小蚂蚁出去找食吃。突然，小蚂蚁发现，在蚂蚁洞不远处，有一大堆面包粉，小蚂蚁高兴坏了，急忙跑过去看。它数了数，1、2、3、4...太多了，我要回去找小朋友帮忙。教师：宝贝们，你们愿意帮助蚂蚁吗？（愿意）教师：宝贝们，要帮小蚂蚁运粮食是一件很不容易的事哦，他们会遇到很多障碍的，你们能战胜困难吗？引导幼儿说出：我不怕困难教师：好吧，小朋友要想帮助小蚂蚁运粮食就要练好本领。下面我们来练习手膝着地爬。

## 二、学习手膝着地爬

教师示范爬的动作：蚂蚁妈妈手膝着地，抬头，眼睛看着前方，慢慢的爬，幼儿跟着学。幼儿自由爬：幼儿自由爬五分钟，老师注意观察幼儿爬得方法，及时指导纠正不正确的爬姿，讲解一些爬的动作要领。。（有的孩子用手脚着地的方法爬行；有的孩子用“匍匐前进”的方法爬行；有的孩子用手膝着地的方法爬行，）

## 三、游戏“蚂蚁运粮”

小朋友练好本领了，我们一起去帮小蚂蚁搬粮食。教师：“这里又有很多粮食，我们把粮食运回家吧！”1、小朋友们头戴小蚂蚁头饰，分成两队，一队小朋友手膝着地学小蚂蚁爬，另一对小朋友负责把沙包放在他背上，并用手扶着，以防沙包掉下来。2、两个小朋友行进速度一致，两个人互相配合，团结协作，把“粮食”运回家。教师：宝贝们，刚才你们在帮小蚂蚁运粮食的过程中遇到了哪些困难？引导宝贝们说出：有山洞要钻过去。教师：宝贝们真厉害，遇到困难了也不后退缩，帮助蚂蚁运了很多粮食呢！

## 四、整理活动

蚂蚁宝宝们真聪明，真能干，而且还特别团结，老师真为你们感到骄傲。好了，小蚂蚁干了一天的活也累了，让我们也

放松放松、休息休息吧！

《幼儿园教育指导纲要》在健康领域明确强调培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的重要目标。在这节活动中，全体幼儿都能参与进来并激发了幼儿对体育游戏的兴趣。本节活动的动作训练内容主要是单臂匍匐及平衡锻炼幼儿的肌肉力量、四肢配合的协调性和关节的灵活性。大多数幼儿完成较好，在活动中我采用提问法可以鼓励幼儿自己去探索思考，此外我还采用了自主探索法、示范法、重复练习法等对活动加以整合，使幼儿在尝试练习的过程中获得愉悦的经验。整节活动，大班幼儿的活动量达到了，出汗量达到了，孩子们也特别兴奋。相信孩子们在本节活动锻炼了身体，萌发孩子们对体育活动的兴趣。

## 幼儿园大班健康教案大脑反思篇十四

- 1、了解吃冷饮的卫生常识，知道贪吃冷饮的危害。
- 2、懂得天热也要少吃冷饮，应多喝水。
- 3、了解冷饮中的一些成分，知道冷饮的一些小常识，能够有选择地食用冷饮。
- 4、初步了解预防疾病的方法。
- 5、初步了解健康的小常识。

### 情境表演

1、幼儿观看情境表演。明明在家吃了一盒冰淇淋后就下楼拍球去了，拍了一会儿球后，觉得又热又渴，就回去吃了一根大雪糕。吃完雪糕，他说：“我怎么还是觉得渴呢，再吃一点冷饮吧。”说着明明又在冰箱里拿了一罐冰可乐“咕咚咕咚”喝了起来。明明边喝可乐边看书。一会儿妈妈下班回

来了，开心的迎上前去帮妈妈拿包，还向妈妈汇报在家的表现。说着说着，明明的肚子疼了起来，妈妈赶快帮明明揉肚子，扶他到床上休息，明明刚躺下，就哇的一下吐了好多东西，身上还直冒冷汗，妈妈赶紧带明明去了医院。医生看了看，摸了摸，又用听诊器听听说：“你吃了太多的冷饮，伤了肠胃。冷饮要少吃，热了渴了多喝水才对。”

## 2、组织幼儿讨论：

- (1)明明为什么肚子疼？
- (2)妈妈带他到医院干什么？
- (3)医生对明明说了些什么？
- (4)能不能一下吃很多冷饮？

3、小结：向幼儿介绍吃冷饮的卫生常识。夏天天气很热，可以少吃一点冷饮，每天只能吃一点。因为冷饮都是冰冷的，吃多了会伤肠胃，肚子会疼，严重的还会呕吐、腹泻，甚至发烧，影响我们身体健康。

4、教育幼儿很热很渴的时候，应多喝白开水，也可喝点新鲜的果汁。白开水是最适合小朋友喝的饮料。

5、请个别幼儿谈谈在又热又渴的时候，自己是怎样做的，或准备怎样做。

## 幼儿园大班健康教案大脑反思篇十五

面食是幼儿生活中比较常见的主食之一，但是幼儿了解并不是很丰富，很多人认为面食就是面条，也有很多人认为面食是用米做成的，这些都是错误的观念。为了拓展孩子们在这一块的知识面，我开展了这次的活动。本次活动，我采用图

文结合的方式进行教学，诱人图片冲击幼儿视觉，语言叙述丰富知识内容，使幼儿多渠道获取面食信息，从而达到本次活动的目标。

1、对面食感兴趣，感知面食的多样性，知道吃面食有益身体健康。

2、了解面食与人们生活的关系，知道几种常见的面食烹饪制作的方法。

### 活动重点

感知面食的多样性，知道几种常见的面食烹饪制作的方法

### 活动难点

了解面食与人们生活的关系，知道吃面食有益身体健康

#### （一）激发兴趣师：

有一只小黑猫，非常顽皮，整天在家跳上跳下。这不，一不小心掉进了一个盆里。哎呀，小黑猫怎么啦？怎么会变成白猫的呢？（引出白白的面粉）

#### （二）说说面粉的来历师：

你们知道这白白的面粉是用什么磨出来，麦子又是谁种出来的？（出示视频）小结：白白的面粉哪里来，黄黄的麦子磨出来。黄黄的麦子哪里来，农民伯伯种出来。

#### （三）了解多样的面食

1、认识多种面食师：白白的面粉有什么用？可以加工什么？

师：在这么多面食里，你最喜欢哪一种，为什么？



2、出示烹饪方法，以问答的方式小结面食的烹饪方法师：老师还带来了一些好吃的面食，看一看，他们是用什么方法做出来的？（出示ppt第2~5页）儿歌小结：好吃的面食哪里来？白白的面粉做出来。

油条、麻花怎么来？油条、麻花炸出来。

馄饨、饺子怎么来？馄饨、饺子煮出来。

面包、蛋糕怎么来？面包、蛋糕烤出来。

馒头、包子怎么来？馒头、包子蒸出来。

各种面食做得好，小朋友吃了身体好。

（四）多渠道获取面食的信息1、师：除了这些面食，生活中，你还见过哪些面食呢？

2、利用多种渠道了解面食信息师：今天我们就一起到面食城去看一看，有哪些好吃的面食吧！

（1）图片（花式面食）

（2）录音（面食自述）

3、小结：面食不仅种类多，而且还是我们中国的饮食文化之一呢。面食容易消化，而且热量高，可以用来填饱肚子。像烹饪方式为蒸煮的面食还有一个很重要的本领：保护、调养我们的胃。有些人吃饭不规律，使得胃受伤了，经常胃疼胃胀，这个时候你就要多吃点面食来调理调理你的胃。像烹饪方式为炸的面食，我们应该少吃，炸后的面食会破坏其原有的营养成分，变成垃圾食品。

（五）洗手自制面食

- 1、师：如果你是面食师傅，你想做出什么好吃的面食呢？
- 2、幼儿洗手制作面食。

本次的活动，我开展的还是比较顺利的，幼儿参与的积极性也比较高。在导入部分，我用黑猫变白猫的一个情景，把幼儿的好奇心充分调动起来了。其次，我通过诱人的图片，让幼儿了解面食的种类和烹饪方式丰富多样。接着，运用听、看的方式深入理解面食因烹饪方式的不同而产生营养的变化。层层深入中了解面食与人们的关系，从而完成本次活动的目标。

## 幼儿园大班健康教案大脑反思篇十六

1. 知道健康检查的基本项目及重要性。
2. 愿意并能配合医生完成检查。
3. 能在情景中用语言和动作表达自己对健康检查的理解。

重点：通过听故事和看课件让幼儿了解故事中健康检查的项目，懂得健康检查的重要性，能配合医生进行检查。

难点：在情景表演中启发鼓励幼儿大胆表达和动作表现。

1. 白大褂、故事中各种动物头饰。

课件。健康检查的器具（身高体重计、听诊器、视力表、小镜子等）

一、引导幼儿观察各种器械实物或模型，引出活动。

提问：你知道这些东西的名称吗？他们都是谁用的？干什么用的？

二、欣赏课件，讲述故事《有趣的健康检查》。

1. 教师讲述一遍故事。

提问：小猫没有生病，妈妈为什么带它去医院检查呢？（理解检查重要性）

2. 幼儿欣赏幼儿用书《有趣的健康检查》，边听教师讲故事。

提问：象医生都给小猫做了哪些检查？是怎么做的？（掌握检查项目）

检查完了，象医生是怎样表扬小猫的？小猫是怎么回答的？

为什么说这是一次有趣的检查？哪儿是有趣的？

三、结束部分：引导幼儿进行情景表演“健康检查”。

1. 组织幼儿交流分享健康检查的生活经验，鼓励幼儿积极参与健康检查。

（1）你检查过身体吗？医生是怎样给你检查的？

（2）医生在给你检查时，你是什么感觉的？

（3）我们为什么要进行健康检查？你做检查时是怎么样表现的？

（4）引导幼儿讨论应如何配合医生做健康检查，知道做检查时不要害怕，按照医生的要求做。

2. 师幼共同表演，鼓励幼儿大胆表现。

请几位幼儿扮演检查身体的小动物，教师扮演大象医生，简单模拟健康检查的过程。

### 3. 活动小结。