

幼儿园大班鞋盒子活动教案(优秀9篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

幼儿园大班鞋盒子活动教案篇一

1. 学习侧面钻的动作，掌握侧面钻的动作要领。
2. 能侧面钻过不同的障碍，增强动作的灵活性。
3. 体验侧面钻的乐趣和“打妖精”的成功感。

松紧带拉成的“水帘洞”、不同高度呼啦圈制成的“盘丝洞”若干、充气“蜘蛛精”、沙袋若干、地垫、音乐。

一、以“小猴子来操练”导入，进行热身活动，引发幼儿兴趣。

(一) 教师扮“齐天大圣”，进入游戏情境。

(二) 随《西游记》音乐做热身活动。

二、通过“小猴子学本领”，引导幼儿学习侧面钻的动作，掌握侧面钻的要领。

(一) 练习“缩身术”，为学习侧面钻做准备。

提问：看谁的身体能缩到最小？（幼儿自主探究、尝试）。

小结：低头一弯腰一缩身，身体变小。

(二) 自主探究过“水帘洞”，幼儿个别练习侧面钻。

要求：从水帘洞下钻过，身体不碰到水帘子，手不能扶地。

幼儿分享钻的经验，并请个别能力强的幼儿示范。

教师与幼儿共同总结出侧面钻动作要领：“两腿先下蹲，最后一腿侧伸、再低头弯腰钻过去、最后收腿”。

(三) 巩固练习侧面钻，进一步掌握动作要领。

教师示范动作。

幼儿自主练习动作。

三、组织游戏“小猴子打妖精”。

(一) 第一次游戏——“一打蜘蛛精”，熟悉玩法规则，巩固平衡、侧面钻、投掷的动作。

教师讲解玩法及规则：走过独木桥，用新本领侧面钻过盘丝洞，举起一块石头，狠狠地打向蜘蛛精，打完快速跑回。

(二) 第二次游戏——“二打蜘蛛精”，缩小洞口，提高侧身钻的难度。

教师导语：蜘蛛精把洞口变小了，我们再去打它的时候，千万别碰到洞口的蜘蛛丝。

(三) 第三次游戏——“三打蜘蛛精”，尝试挑战钻过不同高度的洞口。

同时出示三个高度不同的洞口，请幼儿自主选择，

四、随音乐去山上巡山离场。

幼儿园大班鞋盒子活动教案篇二

作为一个现代人，我们往往忽视了自身健康的重要性。然而，一个健康的身体是我们实现梦想和享受人生的基础。为了更好地普及健康知识，提高大家的健康水平，近期我参加了一个名为“健康中国知识活动”的讲座。在这次活动中，我学到了许多有关健康的知识，并且深刻体会到了保持健康的重要性。

二、健康饮食

健康饮食对于健康有着非常重要的影响。在讲座中，专家强调了饮食平衡的重要性，并给出了一些建议。他们建议，我们应该少食多餐，控制饮食热量，多摄入水果和蔬菜，并合理搭配不同的食物。例如，早餐应该以谷物、牛奶和水果为主，午餐和晚餐应该搭配主食和蛋白质来满足身体的需求。通过合理的饮食结构，我意识到了饮食对于身体的影响，并且已经开始努力调整自己的饮食习惯。

三、适当的运动

运动是保持身体健康的另一个重要方面。在讲座中，专家强调了适量运动的重要性，并解释了运动对身体的好处。运动可以加强肌肉、增强心肺功能、改善睡眠以及提升免疫力。为了保持健康，我们每天至少应该进行30分钟的中等强度运动。在讲座结束后，我开始每天坚持散步，并加入了健身房以增加运动量。适度运动不仅提高了我的体质，还增加了我的精力和自信心。

四、正确的心态

保持健康不仅仅在于饮食和运动，我们的心态也起着至关重要的作用。在讲座中，心理学家指出了压力和焦虑对身体的负面影响，并分享了一些调整心态的方法。他们建议，我们

应该学会放松自己，保持积极乐观的态度，培养良好的人际关系。通过适当的调整，我们可以提高适应能力，减少精神压力，并最终保持身心健康。在听完心理学家的分享后，我决定每天抽出一些时间做一些我喜欢的事情，例如读书、写字或与朋友聚会。这些活动帮助我减轻了压力和焦虑，让我更加平静快乐地面对生活中的挑战。

五、预防和健康检查

预防是保持健康的最佳方法之一。在讲座中，医生强调了定期健康检查的重要性，并提供了一些预防疾病的方法。例如，他们建议我们戒烟、限制酒精摄入、避免暴露在有害物质和环境中，并注重个人卫生和安全。通过这些措施，我们可以减少疾病的发生率，并保持身体的健康。在听完医生的建议后，我意识到预防的重要性，并决定定期进行健康检查，以及采取预防措施来降低疾病的风险。

总结

通过参加“健康中国知识活动”，我获得了许多对保持健康有益的知识，并深刻意识到了保持健康的重要性。通过健康饮食、适量运动、正确的心态以及预防和健康检查，我们可以拥有一个健康的身体，并更好地享受人生。我决心将所学知识应用到生活中，并积极传播健康的理念，帮助更多的人提高他们的健康水平。健康不仅是一种享受，更是一种责任。只有拥有健康的身体，我们才能更好地追求梦想，并为社会做出更大的贡献。

幼儿园大班鞋盒子活动教案篇三

为进一步做好大学生心理健康教育工作，帮助大学生深化感恩之心，建立良好的人际关系，培养积极向上的阳光心态，促进大学生健康成长和全面发展，学校决定开展“第十一届大学生阳光心理健康节”活动，现将有关事宜通知如下：

心感恩爱传递共成长

xx年5月—6月

1、阳光现场心理咨询

分别在南北校区开展免费现场心理咨询，通过面谈咨询、心理量表测验、房树人测试等多种形式为大学生们现场解答日常生活中遇到的心理问题和心理困惑。

2、心理咨询室体验日

在规定时段向学生开放心理咨询室，通过参观心理咨询室，体验沙盘游戏、音乐放松椅、天赋脑图仪，开展趣味心理测试等，让大学生感受体验心理咨询流程，了解心理咨询室的主要功能。

3、心理健康专题讲座

邀请心理健康教育专家进行主题讲座，帮助大学生学会以合适的方式表达自我，增强感恩意识，了解如何与身边的人交流、沟通、互助，善于以乐观、幽默和积极的心态去面对他人，提升人际沟通能力，树立积极和谐的阳光心态。

4、“阳光心理学校”培训

结合主题开展“阳光心理学校”培训，围绕与大学生生活和学习密切相关的自我认识、人际关系、爱情心理等内容，通过讲座、互动、体验等方式开展系列培训，在大学生中普及心理健康知识，帮助大学生重新认识自我，营造和谐健康的心理氛围。

5、阳光心理团体辅导

围绕主题开展人际信任成长团体辅导，以室内团体辅导的形式，通过角色扮演、游戏、情景模拟、自由讨论等形式吸引成员积极参与，在轻松、安全的环境中逐步开放自我，引导大学生在真诚的交往中寻找自信，增强团体成员的`人际信任水平，构建和谐的大学生人际关系。

6、心理委员素质拓展训练

针对各学院分中心心理委员，通过开展户外素质拓展活动，加强学院心理委员之间的交流沟通，在提升心理委员情绪控制、沟通交流、挫折应对、人际关系处理等技能的同时，积极推进学院心理健康教育工作开展。

7、微视频大赛

围绕主题开展微视频大赛，以学院、班级、宿舍或个人为单位，围绕与主题有关的人和事进行拍摄，制作一个5分钟以内的视频，用一种创新的方式阐释感恩的心情故事或情感体验，汇聚校园感恩的正能量。对征集到的优秀作品，中心还将通过在一定范围集中展示，让更多的学生体会感恩的重要意义，提升自身心理健康水平。

8、感恩西大故事汇

围绕主题，通过演讲的形式，开展感恩西大故事汇活动。参赛选手可发挥自身风采和演讲才能，以各自不同的角度和方式来表达对学校、对老师、对同学以及周围的人和事的知恩感恩之情或是报恩施恩之意，演讲时间控制在5分钟以内。

各学院（部）要高度重视，组织学生参加以“心感恩爱传递共成长”为主题的心理健节活动，并根据学院（部）自身特色开展相关宣传教育活动，积极推动学院（部）心理健康教育工作。6月8日前向学校心理健康教育与服务中心报送活动总结备案。

幼儿园大班鞋盒子活动教案篇四

作为现代人的我们，生活节奏快，工作压力大，很多时候都会怀念起小时候无忧无虑的时光。而在那个时代，零食是我们最好的伙伴。然而，随着健康意识的增强，我们逐渐认识到过多的零食摄入对身体健康的危害。为了保持健康，我们开始尝试健康的零食替代品，并积极参加各种健康活动。以下是我个人对零食与健康活动的心得体会。

第二段：感受到零食对健康的危害

长时间以来，我的零食爱好无限。每当工作紧张时，总会有一种想要找到一袋薯片或一包巧克力的冲动。然而，我也逐渐意识到过多的零食摄入对身体健康的危害。不仅会导致体重增加，还会增加患上糖尿病、高血压等疾病的风险。为了改变这一习惯，我开始寻找健康的零食替代品。

第三段：找到合适的健康零食替代品

在寻找健康的零食替代品的过程中，我发现了很多不错的选择。首先，我选择了水果。水果既营养又美味，含有丰富的维生素和纤维，能够帮助清除体内的毒素，保持身体健康。其次，我还选择了坚果类食物。坚果中富含不饱和脂肪酸和抗氧化剂，有助于降低心脏病和癌症的风险。最后，我还尝试了一些低糖、低盐的健康零食，例如谷物棒、蔬果干等。它们既有丰富的营养价值，又不会对身体健康造成负面影响。

第四段：积极参加健康活动

除了改变零食习惯，我也积极参加各种健康活动，以增强身体素质。每周，我都会参加一些有氧运动，例如跑步、游泳、骑自行车等。这些活动不仅可以帮助我保持身材，还能增加心肺功能和消耗多余的脂肪。此外，我还加入了瑜伽班，学习如何放松身心，改善姿势和呼吸技巧。瑜伽让我对自己的

身体有了更深的认识，并且帮助我缓解了很多压力和焦虑。

第五段：结尾总结

通过改变零食习惯和积极参加健康活动，我真切地感受到了身体的变化。我不再是过去爱吃零食的那个人，而是更加注重健康的自己。尽管我仍然偶尔享受一些零食，但它们不再是我的日常选择。而健康活动不仅给了我更加健康的体魄，还让我拥有更加积极向上的心态。通过这个过程，我明白了健康的重要性，并为自己的健康感到骄傲。我希望这种积极的改变能够持续下去，并且不断影响身边的人，让更多的人认识到零食与健康活动的重要性，为自己的身体健康而努力。

幼儿园大班鞋盒子活动教案篇五

近年来，中国政府高度重视全民健康意识的普及，为了提高全国人民的健康素养，我校组织了一次关于“健康中国”知识的活动。通过参与这次活动，我深切感受到了健康知识对个人和社会的重要性，并且对自己的健康有了更深入的认识。以下将从五个方面来总结我在这次活动中的收获和感悟。

首先，通过这次活动，我对健康的定义有了更清晰的认识。以前，我总以为健康就是没有生病，可以随心所欲地吃各种美食，但这次活动让我意识到，健康是一个综合性的概念，包括身体、心理和社交等多个方面。只有身体健康，才能有更好的心理状态；只有身心健康，才能与他人良好地交往。因此，为了维护健康，我们不能只关注某一方面，而应注意全面养生。

第二，通过这次活动，我了解到了许多实用的养生知识。活动中，我们参观了健康食品展览馆，学习了如何选择健康食品和正确的膳食搭配。这些知识让我认识到，食物不仅要美味，还要有营养价值，才能给身体带来好处。同时，我们还学习了如何正确运动和保持良好的卫生习惯。这些养生知识

帮助我更好地管理自己的生活，改善了我的生活质量。

第三，通过这次活动，我认识到了健康是一个需要长期保持的过程，并且需要个人的积极参与。在社会主义市场经济条件下，健康的生活方式受到了很多诱惑和挑战。我们生活在一个快节奏、高压力的环境中，如果不主动追求健康，就很容易陷入疾病的困扰。因此，我们要树立正确的健康观念，采取适当的行动，为我们的健康负责。

第四，通过这次活动，我深刻认识到了健康知识的普及对整个社会的重要性。健康教育不仅仅是学校的一门课程，而是需要全社会共同关注和参与的一个问题。只有通过广泛宣传和深入教育，才能让更多的人了解健康知识，并且在日常生活中转化为行动。同时，还需要政府和相关部門的支持和政策保障，为健康教育提供有力的支持和推动。

最后，通过这次活动，我深切感受到了健康的重要性。健康是人类最重要的财富，没有身体的健康，任何物质财富都是无法享受的。而要追求健康，我们不能只依赖医疗服务，而是要通过掌握健康知识和改变不良生活习惯来主动关心自己的健康。在未来的生活中，我将继续关注健康知识，努力做到生活有规律，饮食有节制，多运动，保持健康的心态，为健康中国贡献自己的力量。

总之，这次“健康中国知识”活动让我受益匪浅。通过这次活动，我对健康的认识更加深刻，学习到了很多实用的养生知识，意识到健康是一个需要长期保持并且需要个人积极参与的过程。同时，我也认识到健康知识的普及对整个社会的重要性，深刻认识到了健康的重要性。我相信，在全体人民的共同努力下，我们一定能够建设一个更加健康的中国。

幼儿园大班鞋盒子活动教案篇六

健康领域活动《移动的墙》 一、设计意图：

打仗是儿时喜欢模仿的一种游戏，好玩是幼儿的天性。《纲要》指出：用幼儿感兴趣的方式发展基本动作，提高动作的协调性、灵活性。根据大班幼儿的年龄特点，我设计了《移动的墙》这一活动，创设了有趣、逼真的游戏情境，使幼儿在身临其境中充分调动起活动的兴趣与积极性。在音乐信号中练习走、蹲跑、快跑以提高动作的协调性、灵活性，激发幼儿积极主动探索“人墙移动”的方式，感受合作游戏带来的快乐。

二、活动目标：

- （一）在队形变换中练习走、蹲跑、快跑动作。
- （二）学习看示意图移动队伍。
- （三）体验合作游戏的快乐。

三、活动准备：

- （一）队形变换示意图，帽子四项，小旗四面。
- （二）场景布置。
- （三）音乐、三用机等。

四、活动过程：

- （一）导入活动，引起兴趣。

师：今天老师要带小朋友去玩打仗的游戏，你们是小士兵，我是你们的队长，小士兵准备好了吗？好，出发。

- （二）热身运动，活动身体。

师：现在让我们锻炼一下身体吧。

随音乐做准备动作——头——肩——跨——膝——跑——绕圈跑（渗透走、蹲跑、快跑动作要领）。

（三）集中探索，动作练习。（第一种队伍移动方式）1. 引导幼儿认识场地，观看示意图，请一组尝试队伍的移动。

师：小兵们，今天我们的演习任务是移动人墙，这幅图就告诉了我们人墙移动的方法，你们来试一试吧。

2. 师结合示意图讲解移动要领 3. 集体踏步练习一次（鱼贯式）师：现在我们的人墙要从 2 号阵地返回到 1 号阵地，哪一队的士兵要先走呢？ 难点：每一队的排头要找到自己的新位置 4. 听信号变换动作。

师：演习任务正式开始，现在我们接到命令，要到 2 号阵地去侦察敌情。（飞机声）听，这是什么声音？有敌人的侦察机来了，我们的人墙要如何保护自己？（蹲跑）。

师：我们要到 3 号阵地执行任务——快跑（打枪、投掷）5. 综合游戏（3 号阵地返回 1 号阵地）师：我们要执行更艰难的任务，在路途中还会出现不同的情况，士兵们要听信号做不同的动作。

（四）分组讨论，尝试学习（第二种队伍移动方式）1. 幼儿分组练习。（可请听课教师协助）2. 个别小组展示练习结果。

3. 小组竞赛。

4. 小结：移动人墙的方式很多，我们再想一想还有哪些，下次再来练习吧。

（五）放松动作，结束活动

健康领域教学活动心得体会

健康领域工作计划

幼儿园健康领域教案模板

学前教育健康领域教案模板

指南健康领域心得体会

幼儿园大班鞋盒子活动教案篇七

近年来，全球范围内爆发的疫情给人们的生活和健康带来了巨大的威胁。为了加强预防意识，提高身体免疫力，我校举办了一次健康防疫团日活动。在活动中，我深深感受到了团结合作和互相支持的重要性，也加深了对健康防疫的认识。以下是我对这次活动的心得体会。

首先，在这次活动中，我们表演了一场抗疫主题的话剧。通过角色扮演，我们深入了解了疫情期间医生、护士等一线防疫人员的工作。他们辛勤努力、日以继夜地保护着我们的生命安全。这让我明白了抗疫斗争不仅仅是政府和专业人士的事情，每个人都应该履行自己的责任，做好个人的防护措施。我们可以通过正确佩戴口罩、勤洗手、保持社交距离等方式，减少感染的风险。同时，我也深感作为一名学生，应该注重学习，将来为社会的防疫工作做好准备。

其次，在活动中，我们进行了团队合作的游戏。游戏的规则是大家合作完成一道难题。在这个过程中，我学会了聆听、沟通和合作。每个人都有自己的想法和意见，但只有通过互相倾听和理解，才能够找到共同的解决方案。这使我明白在防疫工作中，团结合作是非常重要的。疫情的防控需要政府、医疗机构、企业和普通民众的共同努力。只有大家齐心协力，

才能够战胜疫情，保护好自己和周围的人。

此外，我们还参观了当地的疾控中心和医院。通过参观，我了解了疫情的监测和防控体系以及医院的应急处置措施。在疾控中心，我们看到了严密的疾病监测系统和实验室，这让我深感科学技术对于防疫工作的重要性。在医院，我们看到了医生和护士们正全力以赴地救治病患。他们的无私奉献深深打动了我。参观过后，我更加明确了自己的人生目标，我希望将来能够为社会的健康事业做出自己的贡献。

最后，在活动的总结会上，我们进行了座谈和交流。大家分享了自己在活动中的收获和体会。通过倾听他人的经验和观点，我加深了对防疫工作的理解。同时，我也学到了很多日常生活中的预防知识。例如，保持良好的生活习惯，多锻炼身体，增强抵抗力；合理饮食，增加免疫力；保持良好的心态，积极面对困难等。这些知识不仅可以帮助我预防疾病，还可以提高生活质量。

总之，这次健康防疫团日活动对我产生了深远的影响。通过活动，我深入了解了疫情防控工作的重要性，认识到健康防护不仅是一个个体的问题，更是全社会共同关注的问题。我也意识到只有通过团结合作和互相支持，我们才能够在抗疫斗争中胜利，并且为未来的健康防护工作打下坚实基础。希望来年还能有更多类似的活动，让更多的人加深对健康防疫的认识，共同努力，共同守护我们的健康和幸福。

幼儿园大班鞋盒子活动教案篇八

第一段：介绍活动背景及目的（约200字）

近日，我所在的学校举办了一次名为“健康防疫团日活动”的活动。此次活动旨在提高学生对健康和防疫知识的关注度，增强自我保护意识和能力。活动中，我们参与了一系列有趣而富有教育意义的活动，通过亲身参与体验，进一步加深我

们对健康和防疫的认识，让我们更加珍惜自己的健康。

第二段：活动内容及体验感受（约300字）

此次活动内容丰富多样，充分利用了学校各种资源和设施。首先，我们参观了学校的健康教育展览，展览中展示了各种健康知识和预防疾病的方法。通过展览，我们了解到了许多平时容易忽视的健康问题，如饮食习惯、心理健康等。其次，我们参与了体育活动，如跑步、打篮球等，增强了体质。此外，我们还进行了防疫演练，学会了正确佩戴口罩、手洗卫生等基本防疫方法。同时，我们还参加了健康知识竞赛，通过比赛，我们巩固了所学知识，并与同学们进行交流和竞争。通过这些活动，我们不仅增加了对健康和防疫的认识，还明白了自己的身体健康需付出的努力。

第三段：收获与感悟（约300字）

通过这次活动，我受益匪浅。首先，我对健康有了更深刻的认识。我明白了饮食对于健康的重要性，学到了科学合理的饮食结构，了解到了各种食物的营养成分和作用。在体育活动中，我也更加认识到运动对于身体的好处，不仅能增强体质，陶冶情操，还能提高自信心和集体荣誉感。此外，我也学会了正确的预防疫方法，如佩戴口罩、勤洗手等，懂得了如何自我保护。通过参加竞赛，我对所学知识更加熟悉和理解，提高了分析和解决问题的能力。总之，通过这次活动，我广泛了解到了健康和防疫的重要性，明白了健康需要付出努力来保护，拥有健康是多么的珍贵。

第四段：展望未来（约200字）

通过这次活动，我深刻意识到了个人健康的价值，也认识到了自己未来在健康方面的责任。在以后的生活中，我将坚持科学合理的饮食结构，增加运动的时间和强度，提高自己的体质。同时，我也会积极参与各种防疫活动，做好个人保护

和公共卫生工作。我愿意成为一个健康的倡导者，向周围的人们传递健康的理念和行为方式，共同创造一个健康、幸福的社会。

第五段：总结（约200字）

通过这次活动，我不仅加深了对健康和防疫知识的理解，还提高了自我保护能力。在将来的日子里，我将更加注重个人的健康，身心健康才能更好地迎接生活的挑战。通过健康防疫团日活动，我终于理解到了健康的重要性，并下定决心争取健康，也愿与更多的人一同努力，共同创造一个健康、快乐的未来。

幼儿园大班鞋盒子活动教案篇九

通过康活动让幼儿在活动中养好良好的习惯，从而培养健康的意识。以下是健康活动教案范本，欢迎阅读！

- 1、教幼儿认识手帕，知道手帕的用途。
- 2、让幼儿学会正确使用手帕，养成讲卫生的好习惯。

- 1、各式手帕若干。
- 2、正方形的餐巾纸人手一张。

- 1、教师出示手帕，提问，引出课题。

小朋友，你们看，这些是什么？激发幼儿的兴趣，启发幼儿说出：这些是漂亮的手帕。

- 2、教师请幼儿谈谈手帕的用处。

手帕可以帮助小朋友干些什么事呢？（手帕可以擦汗，擦鼻涕，

擦嘴等等。)

3、教师请幼儿谈谈怎样卫生地使用手帕。

手帕应放在身上什么地方?上幼儿园要带手帕吗?(手帕应每天换,叠好放进口袋里。每天上幼儿园都应带手帕。)

4、教师教幼儿叠手帕。

手帕打开后,边对边,角对角折一道,再折一道,最后折成一个小正方形。

5、练习叠手帕。

教师发给幼儿每人一张餐巾纸,请幼儿练习叠手帕。多练习几次。最后比一比,谁的手帕叠得又快又好。教师请叠手帕又快又好的幼儿叠给其他幼儿看。

6、教师教幼儿念儿歌,结束活动。

小手帕,四方方,

每天放在口袋里。

又擦鼻涕又擦汗,

爸爸妈妈真喜欢。

1、教师每天检查和督促幼儿带手帕上幼儿园。

2、在日常活动中,教师要提醒幼儿正确地、及时地使用手帕。

1、结合美术活动进行教育。

2、为每位幼儿准备白色正方形餐巾纸一张,彩色墨水及棉签

若干。先请幼儿将餐巾纸叠成小正方形或三角形，然后用棉签蘸彩色墨水随意点，注意颜色的搭配，各种颜色交替使用。最后，将餐巾纸小心地打开，一块“印染”小手帕就设计成功了。