

运动的大班健康活动教案(模板6篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来了解一下吧。

运动的大班健康活动教案篇一

- 1、经过观察，了解舌头的外形特点和构造。
- 2、让幼儿在尝试、比较、讨论中了解舌头的三大作用。
- 3、引导幼儿认识在生活中该怎样保护自我的舌头。
- 4、发展幼儿的味觉感官，培养探索自身奥秘的兴趣。

1、每人镜子一面，调味品一份（包括酸、甜、苦、辣、咸），吸管一根。

2、电脑、投影仪、多媒体课件。

导入，引出主题

- 1、教师和幼儿一齐玩舌发出声音。
- 2、提问：是谁帮忙我们发出这些趣味的声音？

认识舌头各部分的名称及部位

1、师：对了，是我们的舌头，你有没有仔细地观察过它？今日教师为每个小朋友准备了一面镜子，请你仔细地观察一下自我的舌头，看看它的上头、下头有什么。

2、幼儿边观察边发言。

3、教师把自我的手当作舌头演示，幼儿认识各部分名称：舌头后面连着喉咙的部分叫“舌根”，舌根的前面部分叫“舌体”，舌体的最前面叫“舌尖”，舌体的上头叫“舌背”，舌背上有舌苔，舌体的下头叫“舌腹”，舌腹上有舌系带、血管和突起。4、师：刚才小朋友说得真好，小舌头自我还想介绍一下自我，我们一齐来听听它说什么。（看多媒体软件）

了解舌头的作用

1、幼儿和教师试试舌头不动，还能不能说话。

2、师：舌头除了能帮忙我们说话，还有什么作用？（幼儿讨论）

3、幼儿用吸管品尝各种调味品。品尝后教师提问：你尝到了什么味道？是谁帮忙你明白这些味道的？舌头为什么能尝出各种味道呢？（教师：因为舌背上有许多小小的味蕾，这些味蕾对味道异常敏感。）什么地方的味蕾对什么味道反映最灵敏？（看多媒体介绍。）

4、幼儿和同伴互看，比较舌头的异同。

教师指导并引导幼儿讨论：为什么有的小朋友的舌苔会异常重？（教师：因为舌头是反映身体状况的一个标志。）

5、教师：我们的舌头不仅仅能帮忙我们说话、品尝味道，还能反映我们身体的健康状况，舌头的作用真大。

讨论如何保护舌头

2、幼儿讨论。

3、师生共同小结：舌头最怕刺激性强的食物，我们以后吃东

西时要细心，不要吃太辣、太烫或太冷的东西，也不要吃得太快，不能边吃边说，以免咬着舌头，还要注意多吃一些蔬菜、水果，增强营养，坚持口腔卫生，早晚刷牙，饭后漱口，让小细菌无法生长。

活动延伸

- 1、智力抢答，教师出有关舌头的知识题，幼儿抢答。
- 2、回家找资料查查动物的舌头是不是跟人类长得一样，它们有什么特殊的本领。

运动的大班健康活动教案篇二

- 1、观察营养宝塔，初步了解合理的饮食结构。
- 2、经过谈话和交流，明白不能偏食，要少吃甜食和油炸食品。
- 3、乐意向同伴介绍自我的营养餐。

一、游戏导入：

- 1、教师与幼儿互动谈话，导入游戏。（小朋友，今日早晨你们吃了什么早餐？你们最喜欢吃什么？……此刻，教师那里有许多好吃的东西，都画在了纸上，你喜欢什么就能够到教师那里随便拿。）
- 2、幼儿自由上台拿小纸片。
- 3、教师引导幼儿说说自我都拿了哪些食物。
- 4、教师小结，提出疑惑。

（小朋友们喜欢吃的东西真多，有的也是教师喜欢吃的，那

你们明白这些东西吃了适宜吗？哪些东西应当多吃？哪些东西又应当少吃呢？）

二、营养大学堂

1. 观察营养宝塔

（出示挂图）引导幼儿看营养结构图。

2、互动交流：

谁能告诉大家我们每一天吃的最多的应当是什么？（米饭、馒头、面包和面条，还有玉米等）

的确，这些粮食做的食物能够让我们长力气。那么，吃的第二多的是什么？（蔬菜、水果）

比蔬菜、水果吃得少一些的是什么？（牛奶、鸡蛋、鱼、肉……）

吃得最少的又应当是什么？（巧克力这样的甜食和一些油炸的食品。）

教师还要告诉大家我们每一天吃东西也要讲规律。也就是早上吃得好，中午吃得饱，晚上吃得少。

三、我的营养食谱

1、设计一张营养食谱，向同伴介绍。

2、选择几份典型的食谱，引导幼儿讨论他们设计得是否合理，是否有利于健康。经讨论合格的食谱教师盖上“健康印章”。

运动的大班健康活动教案篇三

- 1、幼儿和家长根据项目需要穿上服装，并简单化妆。
- 2、随着运动员进行曲，幼儿和父母一起分组入场。
- 3、主持人宣布运动会开始，并解释比赛规则。鼓励幼儿和家长发扬友谊第一，比赛第二的精神。
- 4、开展各种体育运动项目。
 - (1)为增加活动气氛，可采用新颖的比赛方式。
 - (2)鼓励幼儿为家长、同伴呐喊助威。
- 5、颁奖：
 - (1)宣布各个项目的成绩。
 - (2)由家长和孩子代表为各项冠、亚、季军颁发奖牌，还有体育精神奖。
- 6、邀请一名家长代表发言评价本次活动。

肯定幼儿热爱运动、关心同伴、家长积极参与、合理竞争等事例。

运动的大班健康活动教案篇四

- 1、引导幼儿初步养成早睡早起的生活习惯。
- 2、引导幼儿懂得不迟到是一种良好品质，引导其理解坚持上幼儿园和参加幼儿园活动的重要性。

拍摄的四幅幼儿用书《我会坚持》画面、音乐《铃儿响叮铛》

一、谈话引起幼儿兴趣

1、小朋友，你们明白此刻是什么季节吗？早上起床时，你感觉天气怎样样？（很冷）

2、天这么冷，你想有一件不怕冷的大衣穿在身上吗？你看过不怕冷的大衣吗？

我们来听一个故事，看看不怕冷的大衣是什么？

二、教师有表情地讲述《不怕冷的大衣》故事。

1、提问：小朋友，不怕冷的大衣是什么？你明白吗？（引导幼儿进行讲述）

2、教师小结：原先锻炼就是一件不怕冷的大衣，小兔锻炼以后，身上热乎乎的。它再也不怕冷了。宝宝怕冷吗？我们一齐来看看。

三、出示画面，引导幼儿看看、说说图上小朋友是怎样战胜寒冷，按时入园的。

1、出示图一。

天黑了，宝宝在干什么？你猜猜他是几点睡觉的？

2、引导幼儿看第二幅图。

这是什么季节？你从哪里看出来的？宝宝害怕外面的寒冷吗？

3、引导幼儿看第三幅图。

这是什么地方？你从哪里看出来的？这时小朋友的心境怎样？

她去上幼儿园开心吗？

4、引导幼儿看第四幅图。

小朋友和教师在干什么？小朋友的心境怎样？你从哪里看出来的？

5、教师小结：天气虽然那么冷，可是宝宝每一天都会早睡早起，不怕寒冷高高兴兴按时入园不迟到。跟着教师一齐锻炼身体，学习各种本领。

四、引导幼儿不怕寒冷，坚持上幼儿园。

1、如果天冷了，就不上幼儿园。或睡懒觉迟到的话。宝宝能不能学到本领呢？哪你有什么方法使自我不怕寒冷，坚持上幼儿园呢？（引导幼儿说出经过锻炼）

2、幼儿听音乐《宝宝不怕冷》进行锻炼，感受锻炼给身体带来的变化。

运动的大班健康活动教案篇五

1、运用肢体表现的动作。

2、培养幼儿身体的节奏感和能快乐的与同伴合作。

3、促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。

4、培养竞争意识，体验游戏带来的`挑战与快乐。

5、喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

八音盒一个。

1、开始部分：导入活动。

(1) 做第一套广播体操。

(2) 音乐：对列入场

2、基本部分：

教师：今天，老师给大家带来了一段好听的音乐和一段优美的舞蹈。请小朋友们看看！（幼儿欣赏）

(2) 提问：小朋友刚才看到了什么？（小娃娃跳舞）那我们也来学学这个娃娃跳舞好吗？（幼儿开始学跳，提醒幼儿速度要慢）

教师总结：小朋友说的很对，那听我来说：小朋友和娃娃都是用自己的身体顺着一个方向转圈，这就叫旋转。（请幼儿再次尝试）

(3) 全体幼儿坐下休息，我们讨论一下，除了用身体做旋转以外，还可用身体的什么地方旋转。（幼儿讨论，回答，并请幼儿进行示范）。

(4) 全体幼儿起立：

音乐：教师带领幼儿跟着音乐，将说出的旋转动作结合音乐做一遍。（做完后，小结，再来一遍）

(5) 启发幼儿相互结合着做旋转的游戏。

教师：刚才呀！每一个小朋友都是自己用自己的身体部位旋转，那如果两个两个小朋友，三个三小朋友，或是更多的小朋友在一起，还能旋转吗？（我们试一试，请小朋友找一下自己的小伙伴讨论一下）教师对每一组小朋友进行指导。

音乐：待每组小朋友准备好后，教师放音乐，请每组小朋友而跟着音乐做自己的动作。

3、 结束部分：

每组的小朋友做的都很好。

教师：小朋友刚才只玩了其中的一个，还有好多，小朋友都可以玩！（提醒幼儿游戏可以互换…）

各种旋律的物品：球、木棒、椭、螺帽、沙包、瓶子、风扇。

在此次活动中，孩子跳得很开心，充分让孩子自己主导怎样跳，激发了孩子的积极性，调动了孩子跳得兴趣，尤其是延伸中提出让孩子自己想游戏的玩法，更让孩子的兴趣提高到顶点，孩子自主玩的机会太少，以后要多创设这样的活动，让孩子真正玩的尽兴。

运动的大班健康活动教案篇六

1、发展幼儿通过听觉判断方向的能力，提高前庭功能，发展平衡能力和灵敏性。

2、激发幼儿的想象力，让幼儿积极尝试利用布袋开展活动的兴趣。

3、培养幼儿的自我调节、克服困难的态度和能力。

4、促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。

5、锻炼平衡能力及快速反应能力。

1、环境的布置。

2、了解“蚕吃桑叶”——“蚕吐丝”——“蚕作茧”——“蚕变飞蛾”的过程。

3、米袋人手一只。

4、铃鼓4个，《健康快乐动起来》伴奏带。

5、桑叶若干

6、彩带。

1、热身运动

(1)、播放《健康快乐动起来》伴奏带师：让我们跟着音乐做运动吧！

(2)、游戏：“做相反”幼儿听老师口令做相反动作。“向前走一向后走一高人走一矮人走”

2、玩布袋（布袋分散在四周）

师：小朋友，你们看，地上有很多的布袋，大家想一想，布袋可以怎么玩呢？看谁能玩的跟别人不一样，让我们一起来玩一玩吧！玩的时候要注意安全。玩之前老师给大家提个要求，当老师唱《两只老虎》时，请小朋友赶快回到原来的位子上去。

（提醒幼儿注意安全，并注意观察幼儿玩袋的情况。）

3、说一说米袋可以怎么玩。

4、出示“蚕宝宝”的图片，了解它的生长过程。

师：你们知道蚕宝宝是怎么走路的吗？（幼儿集体在地上做蚕宝宝走路）

师：看，这只蚕宝宝爬的真好，我们来看看它是怎么爬的？

5、“蚕宝宝”游戏

(1) 师：小朋友玩的真不赖，现在让我们钻进布袋，把自己变成一只蚕宝宝吧！来，变——变——变！

(2) 模仿“蚕吃桑叶”——“蚕吐丝”——“蚕作茧”——“蚕变飞蛾”。

a师：蚕宝宝们爬了这么久，肚子一定饿了吧？看，那边有桑叶，我们爬过去吃吧！

（教师作为喂桑叶的人，不断地变动自己的位置，蚕儿也随之改变爬行的方向。）

b师：让我来摸一摸，蚕宝宝的肚子吃的可真饱啊！咦？我好象听到有蚕宝宝在吐丝了。

c师：蚕宝宝吐了这么多的丝，把自己也包在里面了。

d师：蚕宝宝在茧里面睡着了，慢慢地变成了蛹，它在茧里滚来滚去，飞蛾终于咬破茧，飞了出来，一只又一只，一只又一只，都飞出来了。（模仿飞蛾的动作四散跑）

(3) 师：刚才小朋友都从蚕宝宝变成了飞蛾，学的可真像！接下来我们玩个游戏，好吗？

6、“盲人听音走路”游戏

(1) 师：平时我们都是把布袋套在脚上玩的，今天我们要换种玩法，把布袋套在头上玩。大家体会一下盲人走路时的感觉。

(2) 幼儿将布袋套在头上，四处走动。教师提示注意安全，互不碰撞。

(3) 师：听，有声音传来了，我们试着朝声音发出的方向走去吧！（请四名老师在场地的四个角落，看教师的手势敲打乐器）

(4) 游戏结束，师：请小朋友把布袋拿下来吧，现在你们可以体会到盲人走路是多么的不方便，如果我们平时遇到盲人应该怎么做？（幼儿各抒己见）

师：小朋友说的真好！相信小朋友一定能说到做到！

7、放松游戏：布袋魔术

师：好，我们用布袋再来变个魔术吧！我们先把它从一个胖子变成一个瘦子（将布袋竖向对折），然后变成一个矮子（再将小布袋横向对折），然后再变得矮一点，成一个小矮人（再将布袋横向对折，此时，布袋已经被折叠好），现在，我们一起把这些小矮人送回家里去吧！（拿着布袋走出场外，活动结束）

本活动以游戏为基本形式，引导幼儿利用袋子探索与动物相关的各种玩法，组织幼儿进行一系列的跳、走、滚、爬等活动，充分发挥了袋子这一运动器械的多功能性和可变性。幼儿不仅从中获得了积极愉快的情绪体验，而且发展了身体动作及肢体的柔韧性、灵活性和协调性，培养了合作意识。

从组织形式来说，有自由探索活动、分散活动和集中活动，这三种组织形式既符合活动内容的需要，又符合幼儿发展的实际，从而合理科学的调节了运动密度和运动强度，提高了体育锻炼的实效性。

从活动设计来说，我对整个过程是经过周密考虑的：幼儿用袋子自由探索与动物相关的各种玩法，这一环节既调动了幼儿活动的兴趣，培养了幼儿发散思维的能力又是后面“蚕宝宝长大了”游戏的铺垫；此外整个过程我安排了密度大一些，

强度小一些的运动量，动静交替，体现了体育教学中循序渐进的原则；在密度较大的自由探索后，及时评价幼儿的表现并，并回忆蚕的生长过程，这既是对前面知识的总结，又可以为游戏作铺垫，还可以使幼儿稍作休息调节体能；设计蚕四次蜕皮的情节和蚕吃不同位置的桑叶，用以照顾幼儿存在的身体差异，达到区别对待的目的。

从实践效果来说，本次活动，幼儿始终处于宽松自由的氛围中，幼儿活动积极，情绪高涨，活动目标较好的完成了，幼儿的合作意识也得到了较好的培养。

从我自身来说，我非常投入，也很有亲和力；整个过程，我用自己的表现来感染孩子，鼓舞孩子。