

# 2023年中班健康领域的教学计划表 幼儿园中班健康领域计划(优秀5篇)

时间流逝得如此之快，我们的工作又迈入新的阶段，请一起努力，写一份计划吧。那关于计划格式是怎样的呢？而个人计划又该怎么写呢？下面是小编为大家带来的计划书优秀范文，希望大家可以喜欢。

## 中班健康领域的教学计划表篇一

指导思想：

幼儿健康教育是幼儿教育整体结构的重要组成部分，也是健康教育的基础。本学期，根据《幼儿园教育纲要》，结合本园实际，针对小班幼儿年龄特点，我们将积极开展身体保健和身体锻炼活动，养成良好的个人生活、卫生习惯，形成健康的初步意识；同时，根据幼儿的生长发育和体育活动规律，以身体练习为基本手段，并充分利用空气、阳光、水等自然因素，锻炼幼儿的身体，增强幼儿的体质，促进其身心健康发展。

目标：

- 1、生活习惯：知道盥洗的顺序，初掌握洗手、洗脸的正确方法；会用手帕、纸巾擦眼泪、鼻涕；遵守幼儿园的生活作息制度；有个人卫生、生活环境卫生的初步意识。
- 2、饮食与营养：会自己用小勺吃饭，保持桌面、地面的整洁；知道饭前洗手；爱吃幼儿园的饭菜，不挑食，细嚼慢咽；主动饮水，按要求取放茶杯。
- 3、人体认识与保护：进一步认识身体的主要外部器官，知道名称；愿意接受疾病预防与治疗。

4保护自身安全：了解玩大型玩具、坐自行车时的安全常识；懂得不把异物放入耳、鼻、口内。

5、身体素质和活动技能：练习走、跑、跳等基本动作；学习简单体育器材的使用方法；形成活泼开朗的性格。

6、基本体操练习：保持正确的身体坐、立、行姿势；学习一个跟着一个走；练习模仿操；爱做体育游戏，遵守游戏规则；感受体育活动的愉快。

具体安排：

9月

干净漂亮的教室

大家来做操

洗洗小手

找找小动物

小手帕

熊猫滚球

10月

饭后漱口

拖小猪

保健老师好

有趣的尾巴

饭菜真好吃

铃儿响叮当

11月

安安全全玩滑梯

蚂蚁搬豆

我们都来学学坐

小动物来做操

看看我们的身体

玩玩皮球

12月

走走斑马线

好玩的圈

白白的牙齿

大风和树叶

学习解放军

准备过冬

1月

打针、吃药我不怕

小乌龟运粮

送小动物去玩

不怕冷的大衣

暖暖的太阳

## 中班健康领域的教学计划表篇二

### 一、情况分析：

本班幼儿大多数是新生，只有少数幼儿经过小班一年的学习，基本上已经能懂得一些简单的健康常识，并具有初步的生活自理能力。幼儿在日常生活中情绪愉快，活泼开朗，逐步适应幼儿园的生活。部分幼儿能自己穿脱衣服，会整理衣服及游戏用具等，喜欢并较积极的参加体育活动，能及时收拾小型体育器械。现根据班级的具体情况制定相应的教学计划。

### 二、目标要求：

#### 1、健康教育领域：

(1) 懂得一些简单的健康常识，初步形成健康、安全的生活所需要的行为习惯和态度，具有初步的生活自理能力。

(2) 身体正常发育，机能协调发展，愿意参加体育活动，积极进行力所能及的体育锻炼，体质不断增强。

(3) 情绪愉快，活泼开朗，愿意克服困难，无心理卫生问题。

#### 2、保健教育领域：

(1) 会穿脱衣服、学习整理衣服；学习整理活动用具，能保

持玩具清洁；有初步的生活自理能力。

(2) 结合品尝经验，进一步认识各类常见食物，在爱吃各类食物的同时，懂得要科学合理的进食，逐步形成良好的饮食习惯。

(3) 进一步认识身体的主要器官，逐步形成接受疾病预防与治疗的积极态度和行为；知道快乐有益于健康。

(4) 认识常见安全标志，能够在成人提醒下遵守交通规则；不接受危险物品；遇到危险时能告诉成人，有初步的自我保护意识。

(5) 愿意与父母分床而眠。

(6) 喜欢并较积极地参加体育活动；能听信号按节奏协调地走和跑。能按要求跳、投掷、抛接，能左右手拍球；能随音乐节奏做徒手操和轻器械操；能注意活动中的安全与合作，爱护公物，能及时收拾小型体育器材。

### 三、实施措施

1、幼儿健康领域教育是生活教育，需要在日常生活中加以渗透。

2. 幼儿健康领域教育是学前教育最为重要的组成部分，需要各领域教育的融合。

### 四、教学进度安排

1、常规训练

3、今天你喝了没有

5、圆溜溜的鸡蛋

- 7、动一动，扭一扭
- 9、蛀牙虫，快走开
- 11、红眼咪咪
- 13、翘鼻子噜噜
- 15、十只小猫咪
- 17、会变暖的衣服
- 19、大公鸡早早起
- 21、我长大了

### 中班健康领域的教学计划表篇三

- 1、学习概括物体的两个特征；同时根据物体（或图形）的两个特征（颜色、大小、长短、形状、粗细、高矮、厚薄等）分类。
- 2、学习按物体的粗细、高矮等差异和一定规律对5个物体进行正排序和逆排序。
- 3、能目测出5以内物体的多少。
- 4、能不受物体大小、排列形式的干扰正确判断物体的数量。
- 5、学习按物体的粗细、高矮等差异和一定规律对7个物体进行正排序和逆排序。
- 6、认识数字
- 6、7、8、9、10，会用数字表示物体数量，体验数字在生活

中的应用。

7、能按从大到小的顺序给数字排序。

8、能正确点数10以内物体的数量，并说出总数。

9、理解数字代表的序数意义，会用序数表示生活中物体排列的位置。

10、观察、比较、判断10以内相邻两数的多1和少1关系。

11、在日常生活和游戏中感知梯形、椭圆形。

12、以某一物物体为中心区别上下、前后的位置关系。

## 中班健康领域的教学计划表篇四

### 三、实施措施

1. 幼儿健康领域教育是生活教育，需要在日常生活中加以渗透。

2. 幼儿健康领域教育是学前教育最为重要的组成部分，需要各领域教育的融合。

### 四、教学进度安排

1. 常规训练

3. 今天你喝了没有

5. 圆溜溜的鸡蛋

7. 动一动，扭一扭

9. 蛀牙虫 ， 快走开

11. 红眼咪咪

13. 翘鼻子噜噜

15. 十只小猫咪

17. 会变暖的衣服

19. 大公鸡早早起

21. 我长大了

指导思想：

幼儿健康教育是幼儿教育整体结构的重要组成部分，也是健康教育的基础。本学期，根据《幼儿园教育纲要》，结合本园实际，针对小班幼儿年龄特点，我们将积极开展身体保健和身体锻炼活动，养成良好的个人生活、卫生习惯，形成健康的初步意识；同时，根据幼儿的生长发育和体育活动规律，以身体练习为基本手段，并充分利用空气、阳光、水等自然因素，锻炼幼儿的身体，增强幼儿的体质，促进其身心健康发展。

目标：

1、生活习惯：知道盥洗的顺序，初掌握洗手、洗脸的正确方法；会用手帕、纸巾擦眼泪、鼻涕；遵守幼儿园的生活作息制度；有个人卫生、生活环境卫生的初步意识。

2、饮食与营养：会自己用小勺吃饭，保持桌面、地面的整洁；知道饭前洗手；爱吃幼儿园的饭菜，不挑食，细嚼慢咽；主动饮水，按要求取放茶杯。

3、人体认识与保护：进一步认识身体的主要外部器官，知道名称；愿意接受疾病预防与治疗。

4保护自身安全：了解玩大型玩具、坐自行车时的安全常识；懂得不把异物放入耳、鼻、口内。

5、身体素质和活动技能：练习走、跑、跳等基本动作；学习简单体育器材的使用方法；形成活泼开朗的性格。

6、基本体操练习：保持正确的身体坐、立、行姿势；学习一个跟着一个走；练习模仿操；爱做体育游戏，遵守游戏规则；感受体育活动的愉快。

具体安排：

9月

干净漂亮的教室

大家来做操

洗洗小手

找找小动物

小手帕

熊猫滚球

10月

饭后漱口

拖小猪

保健老师好

有趣的尾巴

饭菜真好吃

铃儿响叮当

11月

安安全全玩滑梯

蚂蚁搬豆

我们都来学学坐

小动物来做操

看看我们的身体

玩玩皮球

12月

走走斑马线

好玩的圈

白白的牙齿

大风和树叶

学习解放军

准备过冬

1月

打针、吃药我不怕

小乌龟运粮

送小动物去玩

不怕冷的大衣

暖暖的太阳

共2页，当前第2页12

## 中班健康领域的教学计划表篇五

指导思想：

幼儿健康教育是幼儿教育整体结构的重要组成部分，也是健康教育的基础。本学期，根据幼儿园教育纲要，结合本园实际，针对小班幼儿年龄特点，我们将积极开展身体保健和身体锻炼活动，养成良好的个人生活、卫生习惯，形成健康的初步意识；同时，根据幼儿的生长发育和体育活动规律，以身体练习为基本手段，并充分利用空气、阳光、水等自然因素，锻炼幼儿的身体，增强幼儿的体质，促进其身心健康发展。

目标：

- 1、生活习惯：知道盥洗的顺序，初掌握洗手、洗脸的正确方法；会用手帕、纸巾擦眼泪、鼻涕；遵守幼儿园的生活作息制度；有个人卫生、生活环境卫生的初步意识。
- 2、饮食与营养：会自己用小勺吃饭，保持桌面、地面的整洁；

知道饭前洗手；爱吃幼儿园的饭菜，不挑食，细嚼慢咽；主动饮水，按要求扰茶杯。

3、人体认识与保护：进一步认识身体的主要外部器官，知道名称；愿意接受疾病预防与治疗。

4保护自身安全：了解玩大型玩具、坐自行车时的安全常识；懂得不把异物放入耳、鼻、口内。

5、身体素质和活动技能：练习走、跑、跳等基本动作；学习简单体育器材的使用方法；形成活泼开朗的性格。

6、基本体操练习：保持正确的身体坐、立、行姿势；学习一个跟着一个走；练习模仿操；爱做体育游戏，遵守游戏规则；感受体育活动的愉快。

具体安排：

9月

干净漂亮的教室

大家来做操

洗洗小手

找找携物

小手帕

熊猫滚球

10月

」后漱口

拖小豬

保健老师好

有趣的尾巴

「菜真好吃

铃儿响叮当

11月

安安全全玩滑梯

蚂蚁搬豆

我们都来学学坐

携物来做操

看看我们的身体

玩玩皮球

12月

走走斑马线

好玩的圈

白白的牙齿

大风和树叶

学习解放军

准备过冬

1月

打针、吃药我不怕

小乌龟运粮

送携物去玩

不怕冷的'大衣

暖暖的太阳