

# 最新幼儿园小班健康教育计划表(优质10篇)

计划是一种为了实现特定目标而制定的有条理的行动方案。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是我给大家整理的计划范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 幼儿园小班健康教育计划表篇一

### 一、指导思想和现状分析。

小班幼儿身体各个器官的生理机能尚未发育成熟，各个组织都柔嫩，其身体素质还相当薄弱；同时，他们又处于生长发育十分迅速的时期，这有利于幼儿培养发展良好的身体素质。本班幼儿共38人，班上的孩子年龄在三岁半—四岁半之间。由于年龄上存在差异，以及在情感、遗传、爱好等的原因，孩子的动作发展方面也有一定的差别。所以，我们在实施健康计划同时要根据以下指导思想：

1、《幼儿园指导纲要》(试行)中关于目标的论述：促进幼儿身体正常发育和机能协调发展，增强体质。培养良好的生活习惯、卫生习惯和参加体育活动的兴趣，培养自信、友爱、勇敢、守纪律等良好品质和行为习惯。

2、掌握幼儿身心发展规律，重视幼儿动作发展的辅导。0—6岁是儿童动作发展的关键期。最初的动作和基础性的动作都是在这个时期学会。儿童的基本动作都要经过练习帮助其掌握，指导孩子掌握动作要求一定的技术。有目标、有计划地分步训练。

### 二、健康教育目标：

1、引导幼儿积极主动地参加集体活动，在集体生活中保持安定、愉快的情绪。

2、练习和改进幼儿走、跑、跳、投掷、平衡、钻爬、等基本动作，帮助幼儿掌握有关的粗浅知识，使其动作灵敏、协调、姿势正确。

3、培养幼儿在体育活动中团结合作、遵守规则、勇敢竞争、不怕挫折等良好品质。

4、教给幼儿有关基本体操和队列、队形变化的简单知识和技能，逐步提高幼儿的做操兴趣和能力，发展幼儿的空间概念。

### 三、具体内容：

#### (一) 体能方面

1、能运用各项基本动作做游戏指定范围内走和跑；四散走和跑；在直线、曲线上走和跑；双脚向上跳、投掷、爬行等。

2、基本体操会听音乐做模仿操；会一个跟一个排队；会一个跟一个走圈。

3、体育器械的运用及操作会玩滑梯、荡椅、攀登架等大型体育器材；会滚球、传球；会骑三轮车等。

4、愿意参加各项体育活动及游戏。

#### (二) 良好生活、卫生习惯

1、生活自理能力的培养会愉快进餐，不挑食，初步培养良好进餐习惯；会主动喝水，初步懂得不吃零食的道理；能按时睡觉、起床、进餐等；不害怕健康检查和预防接种，生病时愿意接受治疗。

2、生活卫生习惯的培养会保持身体各部位的清洁卫生、学会盥洗方法;会使用自己的毛巾、杯子;能保持周围环境清洁、初步知道环保的意义;认识身体器官的名称及作用,初步了解保护方法;养成良好的生活作息时间。

## 幼儿园小班健康教育计划表篇二

幼儿健康教育是以健康为目标,以卫生科学、体育科学为内容的教育,也是向幼儿进行保护自己身体和促进心理健康的教育。

小班幼儿身体各个器官的生理机能尚未发育成熟,各个组织都柔嫩,其身体素质还相当薄弱;同时,他们又处于生长发育十分迅速的时期,这有利于幼儿培养发展良好的身体素质。教师为他们提供良好的保育和教育则有利于幼儿形成有益终身的健康行为方式。

首先:在幼儿健康教育的过程中,必须丰富幼儿的健康知识,教给幼儿促进和保持健康的方法行为,从而使幼儿养成良好的生活习惯,卫生习惯和体育锻炼习惯,可以用丰富的知识、动作和行为练习、讲解示范、体育游戏,训练行为,培养习惯等方式进行。

其次:在幼儿健康教育的过程中,要发挥健康教育的各种功能。

1、结合日常生活进行日常生活每一个环节都有可以用来对幼儿进行健康教育。例如:怎样上厕所,就可以随机进行;又例如:自我保护意识和方法可通过户外游戏时进行渗透。体格锻炼通过早操、体游、运动器材等进行……2、与其他学科结合进行使其变得生动活泼,符合幼儿心理特点。例如:将健康知识用儿歌形式传授等……最后:在培养幼儿健康行为过程中,要集体与个别教育相结合。先针对群体进行教育,改变整个群体的行为卫生习惯,来影响个体行为的形成,“大家

都这样，我也要这样”。再针对个别特殊幼儿多提醒、多关心、多指导，使整体幼儿获得全面的健康教育。

在制定本计划的最后，还要考虑到幼儿健康教育必须得到家庭的积极配合，才能使幼儿健康教育起到事半功倍的作用。

(一) 体能1、能运用各项基本动作做游戏指定范围内走和跑；四散走和跑；在直线、曲线上走和跑；双脚向上跳、投掷、爬行等。

2、基本体操会听音乐做模仿操；会一个跟一个排队；会一个跟一个走圈。

3、体育器械的运用及操作会玩滑梯、荡椅、攀登架等大型体育器材；会滚球、传球；会骑三轮车等。

4、愿意参加两浴(洗澡。洗头)5、愿意参加各项体育活动及游戏(二) 良好生活、卫生习惯1、生活自理能力的培养会愉快进餐，不挑食，初步培养良好进餐习惯；会主动喝水，初步懂得不吃零食的道理；能按时睡觉、起床、进餐等；不害怕健康检查和预防接种，生病时愿意接受治疗。

2、生活卫生习惯的培养会保持身体各部位的清洁卫生、学会盥洗方法；会使用自己的毛巾、杯子；能保持周围环境清洁、初步知道环保的意义；认识身体器官的名称及作用，初步了解保护方法；养成良好的生活作息时间。

(三) 自我保护了解过马路、坐车、玩户外活动器材时要注意安全；帮助幼儿了解生活起居方面的安全知识；知道不把异物放入耳、鼻、口内；知道不轻信陌生人的道理。在制定本计划的最后，还要考虑到幼儿健康教育必须得到家庭的积极配合，才能使幼儿健康教育起到事半功倍的作用。

# 幼儿园小班健康教育计划表篇三

新学期开学在即，为了更好地开展本学期各方面的工作，现根据本班的实际情况，制定班务计划如下：

## 一、班级情况分析

### （一）幼儿情况

本班原有幼儿(x)人，这学期有(x)名新生插班，有(x)名下学期留下的老生，现共有幼儿(x)人，其中男(x)人，女(x)人，最大的(x)岁半，最小的(x)岁半，平均年龄在(x)岁左右。从上学期各项教学活动开展的情况来看，大部分幼儿在生活自理能力方面有较大的进步和提高，但仍有陈奂熹、史晓博等几名幼儿在进餐方面对成人的依赖性比较强；在常规方面，大部分幼儿的生活、学习习惯良好，但有少部分幼儿仍然有攻击性行为，在集体活动中纪律比较散漫，这学期抓好常规工作仍是一个重点。

### （二）教师分工合作情况

李老师负责开展教学内容有：数学逻辑智能的开发，计算逻辑训练游戏，音乐教育。

## 二、教育教学

1、认真备课，上课以及做好课后反思。

2、培养各个领域的教学目标。

3、做好各个主题（《我喜欢》、《感官总动员》、《伞的世界》、《给你一封信》和《咚咚隆咚锵》）活动。并选择《伞的世界》作为本学期主题展示的重点。

### 三、家长工作：

- 1、开学初建立家园联系栏，向家长介绍一周计划、每月保教重点及通知等事项。
- 2、召开家长会，向家长介绍中班幼儿的年龄特点及本学期的教学内容与家长配合的事项。
- 3、积极与家长交流幼儿在园、在家表现，商讨教育孩子的好方法。·
- 4、邀请部分家长参与幼儿秋游的管理工作，使家长了解教师工作，同时保证幼儿活动安全。另外，邀请部分家长参加元旦幼儿迎新庆祝活动。

### 四、卫生保健工作

- 1、认真搞好班级卫生，定期消毒、清洗。
- 2、提醒幼儿剪指甲，要求幼儿早晚刷牙、饭前便后洗手，保持衣服、手脸干净。
- 4、初步建立自我保护的安全意识。·
- 5、帮助幼儿形成爱护公共卫生的意识，做事有条理。活动后能收拾、整理物品。

### 五、每月工作重点

#### 9月份：

- 1、协助幼儿园做好稳生、招生工作。
- 2、稳定幼儿情绪。

3、开展两周常规教育活动。

4、接受园内对我班进行“半日活动”观摩。

10月份：

1、发放通知，提醒幼儿、家长注意假期安全问题。

2、通过活动，培养的爱国情感。

3、开展主题教学：《我喜欢》

4、组织幼儿进行“万圣节”庆祝活动。

5、组织好秋游活动，注意幼儿安全。

11月份：

1、准备“圣诞狂欢”晚会节目排练。

2、开展主题教学：《感官总动员》

12月份：

1、“圣诞狂欢”晚会节目表演活动。

2、接受园内对我班进行“数学启蒙”活动的观摩。

3、开展主题教学：《伞的世界》

1月份：

1、教学、玩具制作。

2、协助幼儿园进行评估工作。

### 3、开展主题教学：《咚咚锵》

2月份：

1、开展主题教学：

2、作好期末幼儿评价、学期工作总结与下学期计划。

## 幼儿园小班健康教育计划表篇四

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，幼儿期是建立人的全面发展的健康行为方式的关键期。为了帮助幼儿提高对健康的认识水平，形成自己也有责任获取健康的初步意识，促进幼儿身心全面健康地发展。我们本学期为幼儿制定的健康教育计划如下：

1、在盥洗、进餐、清洁、睡眠、游戏等幼儿一日生活各环节渗透健康教育理念，实施健康教育策略。例如，在洗手时让幼儿了解讲卫生的重要性；在户外活动玩滑滑梯时，了解保护自己的运动方法。

2、经过寒假的休息后，教师帮助幼儿尽快适应集体生活，愉快入园。反复练习一些生活技能、健康行为，形成稳定的动作、行为习惯。

3、对幼儿讲一些有关健康的故事和儿歌，通过浅显的故事内容，继续教授幼儿了解一些简单的自我保护方法。

4、培养幼儿独立生活能力，初步培养幼儿良好的学习习惯。指导幼儿使用筷子就餐，进一步培养幼儿独立进餐的习惯、良好的饮食习惯；引导幼儿初步理解不同的食物有不同的营养，知道有些食品不宜吃、有些不能多吃。

1、帮助幼儿学会多种讲究卫生的技能，逐步提高幼儿生活自



理能力。

2、鼓励幼儿积极参加体育锻炼，激发幼儿对身体锻炼的兴趣，培养幼儿锻炼身体的好习惯，通过体育活动培养幼儿勇敢、不怕困难的心理品质。

3、帮助幼儿学习如何保护视力、了解换牙卫生的最基本的方法。

1、通过家校网、家园园地向家长宣传预防常见病的简单知识，初步培养幼儿不怕伤痛，乐于接受预防接种和疾病治疗的态度及行为。

2、运用幼儿园的环境布置对幼儿进行健康教育。

3、请家长来园和孩子一起参加保健活动，帮助幼儿了解自我保护的方法。

## 幼儿园小班健康教育计划表篇五

健康教育就是学校工作的一项重要内容，本学期我将继续以“健康第一”为宗旨，扎实开展体育卫生健康活动，培养学生的各种有益于自身、社会和全民族健康的行为和习惯，提高卫生科学知识水平，增强体质，促进身心发育，为学生一生的健康奠定基础，健康教育教学计划。

### 二、教学目标

1、让每位学生拥有健康身心，情绪愉快，知道快乐益于身心健康。

2、充分利用每周一次的卫生知识、健康教育课，加强对学生的疾病防治及良好的卫生习惯教育。

3、增强自我保护意识，形成尊重生命、爱惜健康的态度，进而尊重关怀他人的生命与健康，为学生的终身幸福和终身发展奠定基础。

4、培养学生从小养成简朴的生活习惯，不奢华、不浪费，以简单为快乐。

5、了解碘缺乏病的症状及危害，清楚地方性氟中毒病的有关知识及危害。

### 三、教学措施

1、培养学生自觉参与课间活动，保持充沛的精力，上好每节课。利用各种检查、竞赛促进学生行为习惯的形成。

2、教学时运用多种教学手段，如挂图、模型、表演等激发学生兴趣，巩固教学效果，促进能力的培养。

3、联系学生实际，对学生进行心理健康教育，教育学生团结协助，尊敬师长，让学生热爱体育，热爱生活。

### 四、教材分析

本册教材贴近学生的生活，从选编课文到设计联系，从内容安排到呈现方式及版式设计都有极强的创新意识，让人感到耳目一新。全册共有课十篇，该教材符合新的教学理念，能让孩子们在快乐中学习，在快乐中健康成长。

### 五、教学重点与难点

重点就是教育学生遵守学校常规，进一步培养学生的爱心，引导学生感受大自然的美丽，喜欢在大自然中活动。

难点就是让每一位学生都健康快乐地成长，并有爱心，能互相帮助，不论就是在学习，还就是在生活中都就是快乐的小

天使。

## 六、实施措施

- 1、钻研教材，了解学生，突出重点、难点，认真备好每一节课。
- 2、课堂教学形式非常灵活多样，激发学生的兴趣，寓教于乐，让学生在快乐中学习，在快乐中健康成长。
- 3、精心设计每一个问题和每一个活动，及时鼓励学生，帮助树立信心。
- 4、学习活动中，发挥学生的学习主动性。

## 七、教学进度

表格略

加强学生的健康教育，培养学生强壮的体格，健康的生理和心理，培养学生勇敢顽强的毅力，艰苦奋斗，团结合作的精神，就是我们教师的职责，为此，我将奋斗！

## 幼儿园小班健康教育计划表篇六

本班幼儿共30人，男孩13人，女孩17人，大部分孩子在入园前已在其它幼儿园入读。其中本学期新插班7人。班上的孩子年龄在三岁半—四岁半之间。由于年龄上存在差异，以及在情感、遗传、爱好等的原因，孩子的动作发展方面也有一定的差别。如：李翌、梁雅、胡若杰等动作较为协调、灵敏。而黄浩洋、李沛、黄磊等幼儿的灵活性相对差些。本班孩子平衡能力发展好，大部分的孩子已掌握走、跑、跳、钻的动作技能。能听口令、信号做相应的动作。本班孩子活泼好动，喜欢与同伴游戏，模仿性强，仍有的孩子自制能力差，在游

戏时存在争执、不遵守游戏规则的行为。

（一）《幼儿园教育指导纲要》（试行）中关于教育目标的论述：促进幼儿身体正常发育和机能协调发展，增强体质。培养良好的生活习惯、卫生习惯和参加体育活动的兴趣，培养自信、友爱、勇敢、守纪律等良好品质和行为习惯。

（二）掌握幼儿身心发展规律，重视幼儿动作发展的辅导。0—6岁是儿童动作发展的关键期。最初的动作和基础性的动作都是在这个时期学会。儿童的基本动作都要经过练习帮助其掌握，指导孩子掌握动作要求一定的技术。有目标、有计划地分步训练。

1、引导幼儿积极主动地参加集体活动，在集体生活中保持安定、愉快的情绪。

2、练习和改进幼儿走、跑、跳、投掷、平衡、钻爬、等基本动作，帮助幼儿掌握有关的粗浅知识，使其动作灵敏、协调、姿势正确。

3、培养幼儿在体育活动中团结合作、遵守规则、勇敢竞争、不怕挫折等良好品质。

4、教给幼儿有关基本体操和队列、队形变化的简单知识和技能，逐步提高幼儿的做操兴趣和能力，发展幼儿的空间概念。

1、能单手自然地将沙包投向前方。

2、能手膝着地（垫）自然协调向前爬。

3、初步学习滚球、踢球、拍球及向上抛塑料球。

4、能轻松自然地双脚同时向前跳、向上跳。

5、能在65—70厘米高的障碍物下钻来钻去。

- 6、能较轻松地双脚交替跳着走。
- 7、能在宽25厘米、高或斜高20厘米宽的平衡木或斜坡上走。
- 8、学习听音乐节拍做体能操。
- 9、能一个跟着一个走，走成一个大圆圈。
- 10、培养幼儿参加体育活动的兴趣，能和老师一起收拾使用过的体育器械。

## 幼儿园小班健康教育计划表篇七

小班幼儿身体各个器官的生理机能尚未发育成熟，各个组织都柔嫩，其身体素质还相当薄弱；同时，他们又处于生长发育十分迅速的时期，这有利于幼儿培养发展良好的身体素质。本班幼儿共38人，班上的孩子年龄在三岁半—四岁半之间。由于年龄上存在差异，以及在情感、遗传、爱好等的原因，孩子的动作发展方面也有一定的差别。所以，我们在实施健康计划同时要根据以下指导思想：

- 1、《幼儿园指导纲要》（试行）中关于目标的论述：促进幼儿身体正常发育和机能协调发展，增强体质。培养良好的生活习惯、卫生习惯和参加体育活动的兴趣，培养自信、友爱、勇敢、守纪律等良好品质和行为习惯。
  - 2、掌握幼儿身心发展规律，重视幼儿动作发展的辅导。0—6岁是儿童动作发展的关键期。最初期的动作和基础性的动作都是在这个时期学会。儿童的基本动作都要经过练习帮助其掌握，引导孩子掌握动作要求一定的技术。有目标、有计划地分步训练。
- 1、引导幼儿积极主动地参加集体活动，在集体生活中保持安定、愉快的情绪。

2、练习和改进幼儿走、跑、跳、投掷、平衡、钻爬、等基本动作，帮助幼儿掌握有关的粗浅知识，使其动作灵敏、协调、姿势正确。

3、培养幼儿在体育活动中团结合作、遵守规则、勇敢竞争、不怕挫折等良好品质。

4、教给幼儿有关基本体操和队列、队形变化的简单知识和技能，逐步提高幼儿的做操兴趣和能力，发展幼儿的空间概念。

### （一）体能方面

1、能运用各项基本动作做游戏指定范围内走和跑；四散走和跑；在直线、曲线上走和跑；双脚向上跳、投掷、爬行等。

2、基本体操会听音乐做模仿操；会一个跟一个排队；会一个跟一个走圈。

3、体育器械的运用及操作会玩滑梯、荡椅、攀登架等大型体育器材；会滚球、传球；会骑三轮车等。

4、愿意参加各项体育活动及游戏。

### （二）良好生活、卫生习惯

1、生活自理能力的培养会愉快进餐，不挑食，初步培养良好进餐习惯；会主动喝水，初步懂得不吃零食的道理；能按时睡觉、起床、进餐等；不害怕健康检查和预防接种，生病时愿意接受治疗。

2、生活卫生习惯的培养会保持身体各部位的清洁卫生、学会盥洗方法；会使用自己的毛巾、杯子；能保持周围环境清洁、初步知道环保的意义；认识身体器官的名称及作用，初步了解保护方法；养成良好的生活作息时间。

# 幼儿园小班健康教育计划表篇八

## 指导思想

幼儿时期是智力开发的起点，也是培养幼儿良好品德、行为习惯的重要的时期，对幼儿进行初步的道德起点，道德情感的教育和训练，是幼儿教育中一项非常重要的工作，因此，根据幼儿的年龄特点和新《纲要》的要求，结合五大领域的教学活动和日常活动，向幼儿渗透社会教育，全面提高我们班的幼儿思想素质，促进幼儿健康和谐的发展，特制定此计划。

## 班级情况情况：

本期我班插入新生20名，平均年龄在三岁左右本班本期增加新生幼儿二十名，孩子们平均年龄在三岁左右，有的小孩已经上了一期的小班，所以很快就适应了新学期的生活和学习环境，情绪稳定，能够正常地开展各项教育教学活动。但有部分孩子是第一次上幼儿园，情绪激动有哭闹现象，本班的薄弱环节是生活活动指导方面有所欠缺；幼儿自我服务能力普遍较低，穿衣、系裤；饭前洗手、饭后擦嘴和漱口的常规仍要老师不断提醒；整理玩具的常规有所欠缺。幼儿社会交往中，喜欢以自我为中心，活动中表现出任性、自私的一面，针对以上情况，本学期我班将重提高幼儿的社会交往能力和语言表达能力；在日常生活中加强社会交往行为，班内三位老师将齐心协力从薄弱环节着手，加强对幼儿的指导和教育。

## 教学目标：

## 情感目标

- 1、有安全意识，懂得自我保护。

- 2、感受在集体活动中的乐趣。
- 3、知道在活动中大家要遵守规则。
- 4、体验故事情节中蝌蚪与妈妈的情感。

#### 能力目标

- 1、尝试钻过障碍物, 身体动作灵活。
- 2在一定范围内四散追跑, 在跑动过程中注意躲闪, 避免碰撞。
- 3、能两人手拉手完成走、跳等动作。
- 4、练习用圈带球走, 有一定的控制能力和手眼协调能力。

#### 认知目标

- 1、知道在游戏中努力控制与同伴身体碰撞时的力度。
- 2、知道在游戏中主动站散点进行游戏。
- 3、了解水在生活中的重要性, 懂得保护水资源和节约用水的意义。
- 4、了解睡眠的意义, 知道正确的睡眠方法。

#### 实现目标的措施

在小班应注重集体活动的生活化和游戏化。既要结合幼儿的现实生活组织教育活动、又要重复利用游戏手段开展教育活动是; 教学、游戏和生活的结合。小班社会领域教育的方法以生活时间性的方法为主, 此外, 观察和参观也是小班社会学习的方法, 角色扮演法在小班社会学习中有特殊的意义, 它是创设现实社会中的某些情境让幼儿搬演一定会角色。



## 幼儿园小班健康教育计划表篇九

新学期到来了，小编为大家准备了幼儿园小班班级健康工作计划，欢迎大家阅读！

根据小班幼儿的特点和小班上学期工作任务，制定如下健康教育计划：

本班幼儿共30人，男孩14人，女孩16人，有一小部分孩子在入园前已在其它幼儿园入读，班上的孩子年龄在三周岁——四周岁之间。由于年龄上存在差异，以及在情感、遗传、爱好等的原因，孩子的动作发展方面也有一定的差别。如：顾思瑜、郑泽、孙圣浩等动作较为协调、灵敏。而张艺、朱璋婷、范思唐等幼儿的'灵活性相对差些。通过一个多星期的观察，发现本班孩子平衡能力发展好，大部分的孩子已掌握走、跑、跳、钻的动作技能。能听口令、信号做相应的动作。活泼好动，大多数的孩子喜欢与同伴游戏，模仿性强，但有的孩子自制能力差，在游戏时存在争执、不遵守游戏规则的行为。

1. 《幼儿园教育指导纲要》（试行）中关于教育目标的论述：促进幼儿身体正常发育和机能协调发展，增强体质。培养良好的生活习惯、卫生习惯和参加体育活动的兴趣，培养自信、友爱、勇敢、守纪律等良好品质和行为习惯。

2. 掌握幼儿身心发展规律，重视幼儿动作发展的辅导。0-6岁是儿童动作发展的关键期。最初的动作和基础性的动作都是在这个时期学会。儿童的基本动作都要经过练习帮助其掌握，引导孩子掌握动作要求一定的技术。有目标、有计划地分步训练。

1. 引导幼儿积极主动地参加集体活动，在集体生活中保持安定、愉快的情绪。

2. 练习和改进幼儿走、跑、跳、投掷、平衡、钻爬、等基本动作，帮助幼儿掌握有关的粗浅知识，使其动作灵敏、协调、姿势正确。

3. 培养幼儿在体育活动中团结合作、遵守规则、勇敢竞争、不怕挫折等良好品质。

4. 教给幼儿有关基本体操和队列、队形变化的简单知识和技能，逐步提高幼儿的做操兴趣和能力，发展幼儿的空间概念。

1. 能单手自然地将沙包投向前方。

2. 能手膝着地（垫）自然协调向前爬。

3. 初步学习滚球、踢球、拍球及向上抛塑料球。

4. 能轻松自然地双脚同时向前跳、向上跳。

5. 能在65—70厘米高的障碍物下钻来钻去。

6. 能较轻松地双脚交替跳着走。

7. 能在宽25厘米、高或斜高20厘米宽的平衡木或斜坡上走。

8. 学习听音乐节拍做体能操。

9. 能一个跟着一个走，走成一个大圆圈。

10. 培养幼儿参加体育活动的兴趣，能和老师一起收拾使用过的体育器械。

9月份：1. 橡皮膏小熊

10月份：1. 咕噜噜 2. 小脚的朋友

11月份：1. 过马路

12月份：1. 我想长大

1月份：1. 怕冷的大恐龙 2. 运动我不怕冷

## 幼儿园小班健康教育计划表篇十

根据小班幼儿的特点和小班上学期工作任务，制定如下健康教育计划：

- 1、在成人的帮助下学会饭前洗手，饭后漱口，学会使用手巾、认真洗手不玩水。
- 2、会使用小勺吃饭，吃完自己的一份食物。培养幼儿不挑食，不偏食，不剩饭菜，不弄脏桌面等好习惯，知道饮食和健康的简单关系，懂得健康的重要性。
- 3、安静就寝，在成人的帮助下有次序地穿\*物、鞋子、并把它们放在固定地方。
- 4、学习自己的事情自己做，学习独立地穿\*服、鞋子，使用自己的杯子，学习简单整理自己的床铺。学习分类收放玩具和用品，放在指定的地方。
- 5、学习正确的洗手方法，知道饭前便后要洗手；学习饭后漱口的正确方法，懂得保护牙齿健康的重要性，养成好习惯。
- 6、爱护五官，不要挖鼻孔、耳孔，不吃手、饰物。帮助幼儿保持仪表整洁。
- 7、知道不乱拿他人的物品和玩具，也不能使用他人的物品。
- 8、建立良好的师生、同伴关系，让幼儿体验到幼儿园生活的

愉快，形成安全感、依赖感。

由于幼儿年龄较小，各方面都需要老师的帮助、示范与督促。因而我们需要给孩子制定较好的常规工作。

首先，我们要保证幼儿在的生活和心理状态下进餐。餐前不能训斥幼儿，不能\*进食，造成环境压抑。进餐前，教师以亲切的口吻，热情的态度向幼儿介绍饭菜，让幼儿看一看颜色、闻一闻香味，尝一尝味道，并可播放优美舒缓的音乐。使孩子进餐时感到愉悦，促使唾液分泌，激发幼儿的食欲。

其次，培养良好的饮食习惯及进餐卫生也是很重要的。良好的饮食习惯能增进幼儿食欲，促进人体对食物的消化和吸收，从而增进健康。我要求幼儿养成饭前洗手，饭后漱口、擦嘴，保持桌面及衣服清洁的习惯；养成吃饭时要安静、愉快地进餐，细嚼慢咽，学会用筷子、不挑食、不剩饭菜的习惯；养成不喝生水，少吃零食，睡前及饭前不吃零食，不吃不洁食物的习惯。

认真做好大扫除工作，祛除卫生死角。配合保健大夫做好晨检记录与家长联系簿。定期向家长宣传卫生保健知识。

健康：

2、能积极参加多种体育活动，能使用运动器械进行活动并注意安全。

3、认识人体的主要器官，了解其功能。帮助幼儿了解常见病的简单知识，乐于接受预防接种的好习惯。

4、了解高兴的情绪对身体的好处。学习走、跑、跳、投掷、钻爬、攀登等基本动作，培养幼儿动作的灵活性、协调性，姿势正确。

5、培养幼儿在体育活动中团结合作、遵守纪律、宽容谦让、勇敢的'好品质。