

# 最新萝卜的小班健康教案(优质7篇)

作为一名教职工，总归要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。那么教案应该怎么制定才合适呢？下面是小编为大家带来的优秀教案范文，希望大家可以喜欢。

## 萝卜的小班健康教案篇一

一、教会幼儿正确的刷牙方法和学会爱护牙齿的几个方法。

二、发展幼儿发现问题分析问题解决问题的能力。

三、通过爱护保护牙齿的教育，增进幼儿爱清洁以及自我保健的意识。

教会幼儿正确的刷牙方法和学会爱护牙齿的几个方法。

将练习学习到的正确刷牙方法内化为良好习惯的过程

牙齿模型、牙保护图片、正确刷牙图片、水盆两个、水杯、牙刷

(一)相互亲切打招呼微笑，引导幼儿观察说笑间露出什么？

1、相互观察牙齿白吗？

2、实验观察，和孩子漱口后，比较前后水盆离得水有什么变化。

3、启发孩子猜想有什么办法保护牙齿。

(二)出示牙齿模型

1、和孩子分享牙齿的简单结构，

- 2、提问幼儿你是怎样刷牙的
- 3、示范正确的刷牙方法
- 4、共同来学刷牙方法(边示范边指导)

(三)保护牙齿对我们有哪些好处?

- 1、观察图片，启发幼儿讲一讲，怎样保护好牙齿
- 2、学说儿歌《刷牙歌》

## 萝卜的小班健康教案篇二

故事启迪法

- 1、让幼儿知道为什么要常剪指甲和如何剪指甲。
- 2、培养幼儿养成良好的个人卫生习惯。

手指甲勤修剪既卫生又美观

剪完后把手洗净指甲要清理

指甲刀

(一) 导入活动:

(二) 关键步骤:

- 1。教师：小朋友，你自己会剪指甲吗？知道怎样剪指甲吗？来说一说。
- 2。教师：看一看老师是怎样剪指甲的？之后再描述。

3. 儿歌：指甲刀，张开嘴，咬住指甲不松开。小小手，来帮忙，用力按下指甲断。脏东西，露出来，清洁卫生不忘掉。

（三）结束部分：

小朋友你自己会剪指甲了吗？以后我们自己可以剪指甲了，我们都要做讲卫生的好孩子。

家园互动：

1. 家长可以在平时引导幼儿关注自己的指甲，养成勤剪指甲的良好习惯。

2. 帮助幼儿练习剪指甲的技能。

注意事项：

教师和家长一定要以身作则，女士不要留长指甲，也不要染指甲，为幼儿树立榜样。

1、孩子对活动的哪一环节最感兴趣？为什么？

2、你认为这个活动的成功之处在哪里？

3、你认为还有哪些地方需要改进？该如何改进？

## 萝卜的小班健康教案篇三

1、初步养成良好的卫生习惯，学习正确的刷牙方法。

2、尝试沿着一条线段自上而下地画短线，初步学习正确的握笔姿势。

3、初步了解健康的小常识。

4、培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。

牙刷一把。画纸、蜡笔。

一、引发兴趣，导入课题。

教师：你们每天刷牙吗？你们是怎样刷牙的？（告诉幼儿正确的刷牙方法。）

二、讲解示范。

1、教师：小朋友们，牙刷是什么样子的？牙刷的刷毛又是什么样子的呢？（出示牙刷）

教师小结：牙刷毛短短的，直直的，排列得很整齐。

2、教师和小朋友一起讨论刷毛的画法。

（1）“小朋友，你们听是谁在哭啊？”教师出示一张画好牙刷但是没有刷毛的画纸。

（2）讨论“我们来帮助小牙刷画上刷毛吧！谁有好办法？”（请幼儿上前把自己的想法在纸上画出来）

（3）教师示范“牙刷的刷毛要排好队，一根一根靠得紧”

（4）再请小朋友上前来画，教师给予指导：刷毛不要画得太长。

三、幼儿作画，教师指导。

1、教师：刘老师这里有好多没有刷毛的牙刷，我们一起来为他们添画上牙刷毛吧！

2、鼓励大胆作画，提醒幼儿注意握笔的姿势。

3、指导幼儿画牙刷毛时，要从上往下、从坐往右一根一根地画，要画得多、画得紧密。

#### 四、引导评价

##### 1、互相欣赏作品

附：天天刷牙好

小牙刷，手中拿，

张开我的小嘴巴。

上下刷，里外刷，

牙齿刷得白花花。

早上刷，晚上刷，

没有蛀牙人人夸。

小百科：刷牙是使用牙刷去除牙菌斑、软垢和食物残渣，保持口腔清洁的重要自我口腔保健方法；也是人们自我清除菌斑，预防牙周病发生、发展和复发的最主要手段。

## 萝卜的小班健康教案篇四

爬行是幼儿最早期的水平运动，也是小班幼儿喜欢的体育运动之一。爬不仅能够促进骨骼的生长，还可以锻炼幼儿四肢协调能力的发展。本次活动我结合本班幼儿特点，设计了以爬行为主的教学活动，同时利用小班游戏化的学习特点，设计了小老鼠吃蛋糕的情境，进一步提高幼儿身体动作的协调性与灵活性。

1. 巩固手膝爬，学习手脚自然协调地向前爬，发展动作协调性和灵活性。

2. 了解并遵守游戏规则，在积极参与活动的过程中，体验体育游戏带来的乐趣，激发运动热情。

学习手脚自然协调的向前爬行。

音乐：《欢快轻音乐》活动中、《宝贝乖乖睡》放松

一、开始部分：情境引入，激发幼儿对活动的兴趣。

1. 教师扮演鼠妈妈，以游戏口吻：“今天天气真好，小老鼠们快来和妈妈一起活动一下身体吧！看看哪只小老鼠身体最棒。”

2. 热身活动

儿歌：“小老鼠身体棒，伸伸胳膊举举高，转转脑袋摇一摇，弯弯身体扭一扭，踢踢腿来跳一跳。”

教师带领幼儿边说儿歌边做动作。

二、基础部分，利用情境探索爬行方式

（一）设置情境，熟悉场地。

今天是你们的生日，妈妈为你们订了好吃的蛋糕，但需要你们自己取回来。我们一起来看看需要途经哪些地方呢？”带领幼儿熟悉场地，引导幼儿爬过山洞，取蛋糕。

（二）巩固手膝爬

重点引导小老鼠将取回的“蛋糕”放在起点处的纸盒内。

### （三）学习手脚爬行

#### 玩法

#### 1： 切换情景，学习手脚爬行

“路上多了许多障碍物，你们要怎么爬过去呢？”

请两三名幼儿分享爬行的方式，引导幼儿遇到障碍（跨栏）后手脚爬行。玩法

#### 2： 往返爬行

幼儿熟悉玩法后，可引导幼儿往返取“蛋糕”，锻炼幼儿手脚爬行。玩法

#### 3： 幼儿游戏

教师重点指导个别手膝爬行的幼儿，帮助幼儿学习手脚爬行。

### 三、游戏结束放松（宝贝乖乖睡）

吃蛋糕：小老鼠吃蛋糕，拿起蛋糕尝一尝，啊呜一口，坐摇摇右晃晃，伸伸腿来弯弯腰。

引导幼儿主要捶捶自己的大腿和小腿部分，充分放松下肢力量。

通过此次体育游戏，幼儿不仅巩固了手膝向前爬行动作，同时，在整个活动中幼儿身体协调性与灵活性也得到了相应的锻炼。在整个游戏情境下教师有目的引导幼儿探索新的爬行方式，学习手脚爬行。让幼儿在游戏中充分体验体育游戏带来的乐趣。

幼儿在整个活动中对活动感兴趣，使身体得到充分的锻炼，

主要是因为教师运用了以下策略。

### 1、创设游戏化的情境，以游戏贯穿整个活动。

活动开始我利用小老鼠吃蛋糕的游戏情境为背景，为活动营造了轻松愉快的氛围；活动中孩子们围绕取蛋糕的任务进行游戏，让幼儿在游戏化的情境中能够自由的投入；活动结束后，教师以吃蛋糕的方式带领幼儿做放松运动。游戏化的学习符合小班幼儿的年龄特点，所以孩子们非常感兴趣。

### 2、投放适宜的材料，能够帮助幼儿更好地习得新技能。

本次活动前期巩固手膝爬，锻炼幼儿身体的灵活性；但是本次活动的重点是学习手脚爬，如何让幼儿自然地习得这一新技能？我选择了加入高度适宜的跨栏作为辅助材料，变换游戏情景，激发幼儿思考，调整爬行动作，从而自然地手膝爬转换到手脚爬。此外，在幼儿熟练掌握的基础上变换材料加深难度，让幼儿感受挑战新技能的乐趣。可见适宜的材料对幼儿在体育活动中的动作发展有着重要的促进作用。

在教学准备和实施过程中我收获了许多，每一次磨课都对自己的专业成长有着巨大的促进作用。当然，我也深刻感受到自己在教学方面还有不足之处，比如：此次活动从材料的准备上“蛋糕”可以更加仿真，以此增加幼儿对活动的兴趣。再有，活动过程中，教师对体育活动规则的提示还需更加的精炼、简洁，帮助幼儿梳理活动的规则与重点。

在今后的教学中我会不断地反思自己，弥补教学中的不足，一切从儿童的角度出发，争取上好每一次活动。

## 萝卜的小班健康教案篇五

### 1、了解鼻子的作用，学会保护鼻子的方法。



2、能够掌握正确的擤鼻涕方法。

3、有保护鼻子的意识。

重点：了解鼻子的作用，学会保护鼻子。

难点：有保护鼻子的意识。

生活经验：对于醋和白酒味道的认识

教具准备：醋、白酒、教学ppt、纸巾若干

在日常生活中,我发现本班幼儿对自己的身体器官很感兴趣。幼儿对一些器官的认识和其对身体的重要性以及如何爱护却知之甚少,会在不注意的时候将一些小东西放进去五官中。这节活动不仅帮助幼儿对于自己的身体器官有所了解也学会了保护鼻子的方法。贴近幼儿生活,学会正确的擤鼻涕的方法,进一步提高了自己的自理能力。

第四军医大学幼儿园观摩活动教案专用纸（附页）

一、“毛毛虫爬呀爬”游戏导入

——“小朋友们,今天我们来做个游戏,毛毛虫爬呀爬。毛毛虫准备!”

——“爬呀爬呀爬呀爬,一爬爬到了眉毛上;爬呀爬呀爬呀爬,一爬爬到了眼睛上;爬呀爬呀爬呀爬,一爬爬到了耳朵上;爬呀爬呀爬呀爬,一爬爬到了嘴巴上;爬呀爬呀爬呀爬,一爬爬到了鼻子上。”

——“刚刚毛毛虫爬到了哪些地方?”

二、基本过程

## 1、鼻子的作用

——“毛毛虫爬到了我们的五官上。听说他们今天要进行一个闻一闻的比赛，你觉得谁会赢？”

闻酒、醋

——“孟老师今天准备了几样东西，想请你们用小鼻子闻一闻它们到底是什么？”

请幼儿分别用鼻子闻一闻准备好的醋和酒。

——“它是什么味道？”

——“什么味道是酸酸/臭臭的？”

——“你们的小鼻子真厉害，能通过闻一闻分辨这个东西到底是什么？”

——“你还闻到过什么气味？”

呼吸

——“我们的小鼻子除了闻气味，还有什么厉害的本领？”

（教师可以通过加重呼吸引导幼儿说出鼻子还可以呼吸这一本领。）

## 2、认识鼻子

——“既然我们的鼻子本领这么大，你们想不想认识它？”

带领幼儿认识鼻子。

幼儿自己摸摸自己的小鼻子，和旁边的小朋友相互摸摸对方

的小鼻子。

——“用小手摸一摸，小嘴巴也说一说他们叫什么名字。”

### 3、保护鼻子的方法

——“我看到你们都对自己的鼻孔这么感兴趣，我有一个朋友也对自己的鼻孔特别感兴趣。我们看看吧。”

出示ppt

——“这只小猪叫鲁鲁，看看他在干什么？”

教师自然讲述故事《翘鼻子鲁鲁》

——“鲁鲁对他的鼻孔做了什么事？”

——“那他这样做对吗？”

——“怎样才能保护好我们的小鼻子？”

小结：保护好我们的鼻子，不乱挖鼻子，不把东西塞进鼻孔。

### 三、正确擤鼻涕的方法

——“我们的小鼻子本领很大可是有时候也会流鼻涕。有鼻涕时，不要乱抹，要用纸巾擦干净。现在我们一起来看看正确的擤鼻涕方法吧。”

（观看完视频，教师再示范带领幼儿一起学习正确擤鼻涕的办法。）

给每位小朋友一张纸巾。

要求：把纸巾平放在小腿上，不掉到地上也不揉成团。

## 教师示范“擤鼻涕”正确方法

——“将纸巾对折，包住鼻子。用手摀住一侧鼻翼，闭紧小嘴巴。使劲擤鼻涕。再将纸巾对折，摀住另一侧鼻翼，闭紧小嘴巴，使劲擤鼻涕。”

提醒幼儿将擤完鼻涕的纸巾扔进垃圾桶。

——“跟我去洗手啦，我们一起去闻闻外面的花的香味”

附录：《翘鼻子噜噜》故事内容

### 《翘鼻子噜噜》

小猪噜噜有个翘翘的鼻子，鼻子上有两个圆圆的鼻孔。噜噜有个坏毛病，经常挖鼻孔，有时还挖出血来。

猪妈妈告诉它：“这样做真不好，手上的细菌全部跑到鼻子里去了”。

一天，噜噜自个儿在家玩，真没意思！

“呷！小豆子，纽扣，还有糖纸团，都是圆圆的，和我鼻子一样，让它们到我的鼻子里玩玩吧！”

小猪噜噜把它们都塞进了自己的两个圆圆的鼻孔里……

噜噜急了，大叫：“妈妈快来呀！！”

“孩子孩子，怎么回事？鼻子怎么流血了？”猪妈妈问

“都是这些东西，他们跑到我的鼻子里，我好难受啊。”噜噜说

妈妈赶紧带噜噜到了动物医院，熊医生用镊子取出噜噜鼻子

里的纽扣、糖纸团和涨大的小豆子。熊医生说：“这样太危险了！”

从此，噜噜再也不敢把小东西塞进鼻孔里去了。

## 萝卜的小班健康教案篇六

猫和老鼠是孩子们都很熟悉的动物，它们的故事更是耳熟能详，都知道猫一见老鼠就跑，干什么去？追老鼠呗！为了使幼儿掌握折身跑的技能，增强幼儿跑动中的自我保护意识，特设计了追追乐这一活动。

- 1、掌握折身跑的技能，提高身体动作的连贯性和敏捷性。
- 2、增强幼儿跑动中的自我保护意识。
- 3、体验与同伴分角色合作游戏的欢乐氛围。

《猫和老鼠》光碟、一个哨子、猫、鼠头饰若干

### 一、准备活动

- 1、幼儿看光碟《猫和老鼠》，请他们说一说猫和老鼠的故事。
- 2、教师讲述《十二生肖》的故事，使幼儿知道猫一见老鼠就追的原因。
- 3、幼儿做跑、跳、躲闪等方面的运动为游戏做准备。

### 二、学习折身跑

- 1、教师示范折身跑的过程。
- 2、鼓励幼儿做折身跑的练习，个别指导，注意提醒幼儿不要相互碰撞，注意安全。

3、讨论：在快速跑的过程中如何迅速折身往回跑？个别幼儿做示范。

### 三、做游戏，熟练掌握折身跑的方法

1、教师介绍游戏玩法及规则。

2、分角色游戏

(1)将参加游戏的幼儿分成两组，一组扮演猫戴好头饰站在终点，一组幼儿扮演老鼠戴好头饰站在起点。

(2)教师吹哨子，当第一次哨子声响起，扮演老鼠的幼儿立刻跑向终点，当第二次哨子声响起，扮演老鼠的幼儿立刻跑回起点，同时扮演猫的幼儿去追老鼠。先跑回起点没有被捉到的幼儿为胜。

3、交换角色进行游戏。

两组幼儿进行折身跑运球pk赛，也可以让幼儿回家后和爸爸妈妈一起做折身跑的游戏。

## 萝卜的小班健康教案篇七

1、使幼儿萌发保护眼睛的意识

2、引导幼儿了解眼睛的功能，知道保护眼睛的方法

3、了解眼睛的外观结构

4、初步了解预防疾病的方法。

5、培养良好的卫生习惯。

引导幼儿初步了解眼睛的功能，知道保护眼睛的方法。

让幼儿意识到保护眼睛的重要性、让孩子学会爱护自己的眼睛。

万花筒、望远镜、图书、图片若干张。

### 1、教师猜谜语引起幼儿的学习兴趣

教师请幼儿猜谜语：上边毛、下边毛中间有颗黑葡萄（通过猜谜语吸引孩子的注意力，很自然的引出了课题的内容）。

### 2、请幼儿相互观察小朋友的眼睛，引导幼儿认识一下眼睛的外观结构

（1）眼睑：它分上眼睑和下眼睑，找一找我们的眼睑再哪里？摸一摸我们的眼睑还会眨呢，我们平时说的眼皮就是眼睑。

（2）眼睫毛：眼睑上长着一些小细毛，有的黑黑的、长长的，有的短一些，你可以摸一摸自己的眼睫毛在哪里。

（3）眼球：眼睛里还有什么呢？在里面还有一个眼球，请小朋友告诉老师眼球是什么形状的，并请小朋友转一转自己的眼球，，让幼儿知道我们只有两只眼睛，一只左眼一只右眼，眼球会转。（这个环节中在老师的指导下幼儿通过自己的观察，了解了眼睛的外观结构。孩子们很直观地观察同伴的眼睛，参与积极性很高，有观察开始，引导幼儿关注自身，内容贴近生活，让幼儿在观察交流的过程中发现了解眼睛的简单结构，教师的指导也及时有效）。

### 3、让幼儿了解眼睛的功能

（1）请小朋友闭好眼睛，可不能睁开呀。老师手拿一本图书，请小朋友们看看老师手里拿的是什么？看见了吗？为什么。

(2) 现在赶快睁开眼睛来看看老师手拿的是什么？看见了吗？为什么？

(3) 请小朋友自由选择一种，老师准备好的万花筒、望远镜，图书等物品看一看、玩一玩。

小结：眼睛闭上后看不见任何东西，眼睛睁开，眼球转一转，看清楚所有东西，我们的生活、学习、劳动处处离不开眼睛。

(本环节通过游戏了解到眼睛的重要作用，这个小游戏很简单，直观激发幼儿的兴趣，同时也能让幼儿自己发现眼睛的主要作用。幼儿通过看万花筒、望远镜等更加意识到眼睛的重要作用。)

4、 教育幼儿保护好眼睛。

(1)、眼睛那么重要，我们应该怎样保护它们呢？为什么有的人带眼镜或生眼病呢？

(2)、出示图片指导幼儿观察图片，联系自己说一说平时是怎样做的。

图1、写字画画坐姿要正确。

图2、看书看电视时间不要过长，看完后闭上休息一会。

图3、不用脏手揉眼

图4、看电视离的不要太近

图5、不要在阳光灯光下看书

小结：小朋友们可要爱护好自己的眼睛，保护好视力注意用眼的正确方法（运用图片让幼儿知道自己该怎样做才能保护好眼睛，而且内容源自幼儿的生活，幼儿理解掌握起来也容易）



易)

## 5、儿歌《保护眼睛》

请幼儿闭上眼睛休息一会，欣赏儿歌内容：小眼睛，亮晶晶，样样东西看得清，好孩子讲卫生，不用脏手揉眼睛。（这个环节似呼可有可无，但它既对整个活动内容起到巩固、小结的作用，而且又让孩子在非常轻松的状态下进行结束环节。孩子们闭上眼睛，让眼睛得到休息，这也是上个环节刚刚进行的保护眼睛的方法之一）。

让幼儿了解一些有关盲人的知识，激发幼儿关爱他人帮助他人的愿望。

在这个活动过程中教师先引导幼儿了解眼睛的外观结构，然后通过一个闭眼、睁眼的小游戏让幼儿深刻去体会眼睛的重要作用，最后很自然地过渡到如何保护好自己眼睛，整个活动过程流畅重难点突出，教师在组织幼儿认识眼睛的时候让幼儿看看、摸摸等形式充分感知了眼睛的特性，又通过游戏和观看图书很直观地感知到眼睛的功能和保护眼睛的方法，在这个过程中孩子们积极性很高，教师运用的启发式提问充分体现了幼儿的主体地位。

《明亮的眼睛》是省教材小班上册主题六《我自己》中的一个教育内容。

三至四岁的孩子是自我认知、植物意识初步形成的时期，他们对自己的身体，自己的事和物越来越感兴趣，他们对自己的五官也很感兴趣，也有所熟悉，但由于他们年龄小，在玩耍中，因缺乏生活经验，容易受到伤害，不知如何去保护自己的五官。现在的孩子到了小学里戴上眼镜的就很多给生活、学习带来了不便，有必要让他们了解有关眼睛的知识及保护眼睛的重要性，因此我设计了这样一个活动以帮助幼儿了解有关知识和保护视力的一些方法。