

# 最新中班健康教案小脚丫课后反思(优秀10篇)

作为一位兢兢业业的人民教师，常常要写一份优秀的教案，教案是保证教学取得成功、提高教学质量的基本条件。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？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。

## 中班健康教案小脚丫课后反思篇一

尊敬的各位评委老师：

大家下午好！我是号学员，石丽君，来自史家院九年制幼儿园。今天我说课的题目是中班健康活动《有趣的萝卜》。

此活动选材来源于生活。我们都知道，萝卜是幼儿比较熟悉的蔬菜之一，它的品种非常丰富，有白萝卜、胡萝卜、卞萝卜等，其中大小不同、颜色不同、形状不同；它营养丰富，吃法繁多，可煮汤、可凉拌、可红烧、可腌着吃，有的还可生吃呢！民间还有“十月萝卜小人参”的美称。

然而幼儿虽然知道萝卜，但对萝卜的种类、用途、营养价值等还不太了解，在日常生活中经常发现幼儿不爱吃萝卜的现象。因此，有必要使幼儿形成对萝卜正确的认识，加深对萝卜的特征、用途等的理解，激发幼儿爱萝卜的情感。就如《纲要》中所说，“既符合幼儿的现实需要，又有利于其长远发展；既贴近幼儿的生活，选择感兴趣的事物或问题，又有助于拓展幼儿的经验和视野”。因此，此活动来源于生活，又能服务于幼儿的生活。

教育活动的目标是教育活动的起点和归宿，对教育活动起着导向作用。因此我根据中班幼儿的年龄特点及实际情况从认知、能力、情感三方面设定了以下目标：

（一）知识技能目标：幼儿在感知萝卜的基础上，能表达萝卜的特征及用途，并能按萝卜的特征进行分类。

（二）能力发展目标：在游戏中了解萝卜的生长过程，体验萝卜生长的快乐。

（三）情感态度目标：幼儿乐于探索，能大胆表述，在活动中感受萝卜的有趣，产生爱萝卜的情感。

以上活动目标既有知识经验的获得和能力的培养，又有愉悦情感的体验，融合了各领域的目标要求，体现了目标的整合性。

（一）说活动重点：感知萝卜的有趣，主要是萝卜的特征、用途及生长过程。通过探索发现、多媒体课件、歌曲引路、游戏体验及品尝萝卜制品，使活动得到深化。

（二）说活动难点：根据萝卜的不同特征进行分类，主要通过小组商量自主操作，在动手的过程中意识到分类标准及分类结果，提高幼儿的分类能力。重难点突破的方法是通过让幼儿自己尝试，在实际操作中来解决的。

活动的开展离不开教师、幼儿以及环境材料的积极互动，中班幼儿的思维还具有具体形象性，他们必须借助丰富的环境材料来获得知识经验。为了更好的完成活动内容和目标，我为幼儿做了以下三方面的准备：

（一）物质准备：兔子玩具、各种萝卜、篮子每桌一套、创编歌曲、多媒体

课件、萝卜食品、轻音乐。

（二）经验准备：幼儿对蔬菜有一定的经验（吃过或看过）。

（三）环境准备：操作台6张呈半圆形摆布在前面和侧面，便于操作评价。

### （一）说教法

新《纲要》指出：“教师应成为学习活动的支持者、合作者、引导者。”活动中应力求“形成合作探究式”的师幼互动。因此，我采用的教法有：

1、操作法：它是幼儿建构活动的基本方法。所谓操作法是指幼儿动手操作，在与材料的相互作用过程中进行探索学习。本次活动安排了两次操作活动。第一次是引起兴趣后操作，主要是探索萝卜的趣味性、多样性，让幼儿在看一看、摸一摸、比一比中获得感知。第二次操作是对萝卜进行分类。幼儿分类是指幼儿把具有一个或几个共同特征的物体聚集在一起的活动，分类活动是观察活动的延伸和应用。

2、游戏法：游戏是幼儿的基本活动，它具有教育性、娱乐性、创造性。本次活动的第三环节中，我就引导幼儿扮演萝卜籽，共同体验萝卜生长的快乐。由于我利用了节奏快的旋律巧填歌词，编成了一首《萝卜歌》，这给游戏活动注入了新的活力。孩子在表演的过程中不仅理解了萝卜的生长过程，更是创造了一个个可爱的萝卜形象。教师的适时赏识，把幼儿的创造之花点燃，显示了无穷的力量。

3、演示法：是指教师通过讲解谈话，把实物或教具陈示给孩子看，帮助他们获得一定的理解。本次活动中的演示法是通过制作多媒体动画“萝卜的生长过程”，让幼儿对萝卜生长有全新的认识，在这一过程中，现代教学辅助手段的运用发挥了传统教育手段不可替代的功能，使理解和认识更透彻。

4、情境教学法：本次活动的全过程，我就引入了幼儿喜欢的兔子形象，引发幼儿融入到看萝卜、分萝卜、品尝萝卜的情境中，使幼儿主动探究，积极思维，达到科学素质的提高与

个性发展的统一。

## （二）说学法

以幼儿为主体，创造条件让幼儿参加探究活动，不仅提高了认识，锻炼了能力，更升华了情感，本次活动幼儿采用的学法有：

1、多通道参与法：新《纲要》科学领域中的目标明确指出，（幼儿）“能用多种感官动手动脑，探究问题；用适当的方式表达，交流探索的过程和结果”。因此，活动中我们引导幼儿看一看、摸一摸、比一比、分一分、尝一尝、学一学、说一说等多种感官的参与，不知不觉就对萝卜发生了兴趣。

2、尝试法：陶行知先生说过在“做中教，做中学，做中求进步”。在第二次操作活动中我们就鼓励幼儿分萝卜，引导幼儿按萝卜的特征进行分类。在这一过程中幼儿通过商量、合作、尝试着不同的分法。

3、体验法：心理学指出，“凡是人们积极参加体验过的活动，人的记忆效果就会明显提高”。为了让幼儿对萝卜的生长过程有更深的印象，我们就采用了游戏体验法，在唱唱演演中引导幼儿体验萝卜生长的快乐。

为了能紧扣教学目标，展开教育活动，根据活动的内容和幼儿的实际情况，我将活动过程分为以下几个环节：

### 环节

#### （一）情境导入，激发兴趣（情境：小兔的萝卜丰收了）

“兴趣是最好的教师”。活动一开始教师就利用幼儿熟悉的小兔形象，为幼儿创设了“小兔萝卜丰收”的语言情境和物质（萝卜）情境，引发幼儿观察萝卜的兴趣。在以下的环节中，

我都是以小兔作为情节发展主线，从形式上，内容实质上深深吸引孩子。

## 环节

（二）自由探索（看小兔的萝卜）根据幼儿好奇、好动的特点，运用皮亚杰的认知发展理论，在第二环节我就安排了孩子自由探索。我们为每组提供了充足的萝卜，供幼儿观察。在这一过程中，教师是引导者、支持者、合作者。在轻音乐播放的轻松氛围中，幼儿比比、摸摸、说说各自看到的萝卜的特征。

在这一过程中，孩子获得经验是零碎的，那怎样进行加工整理呢？为此，在自由探索后我们就通过幼儿介绍，集体讲评的方式，对幼儿获取萝卜的经验进行整理。由于材料的投放在孩子的视线前面，故讲评时可结合实物进行，避免了空洞性。为了拓宽幼儿对萝卜的认识，教师还结合收集到的图片和实物萝卜作了一个概括，点到了课题中萝卜有趣的含义。

## 环节

（三）操作分类（情节：帮小兔分萝卜）

幼儿通过说一说、分一分、在尝试和自我纠正中完善各组的分类。这里主要是按萝卜的自然属性——形状、大小、颜色等进行分类。由于中班幼儿还不具备多维度思考问题的能力，故分类要求不是十分严格标准。我们允许产生错误和争论，引导幼儿在多次操作、反复尝试中积极思考，自己修正，学习到科学的态度和精神。因此，只要幼儿分得有理，他们就完成了帮小兔整理萝卜的任务，就可以把分好的萝卜送到小兔家，这样幼儿就有了成功的体验。

## 环节

#### （四）游戏体验（体验萝卜的生长过程）

幼儿感受知萝卜的特征后，很自然地就会联想到其生长过程。因此，及时设问“你们知道萝卜是怎么长大的吗？”幼儿通过联系实际经验的交流，结合多媒体课件，幼儿真切地理解萝卜怎样由一粒萝卜籽慢慢长大的过程，其动感使孩子感知生命的力量，替代了图片死扳不动的传统方法。为了使幼儿的兴奋点上升，全体幼儿又在一曲《粉刷匠》旋律中自编自演了《萝卜歌》，在轻松的氛围中体验了成长过程的快乐。

#### 环节

#### （五）品尝交流（情节：小兔请大家品尝萝卜食品）

幼儿进行品尝交流萝卜的吃法，我们在每组提供的食品有：（生吃的、腌制的、红烧的、炒的、凉拌的）。大家吃吃讲讲，在兴奋的状态之中，幼儿也逐步意识到多吃萝卜（蔬菜）营养好的道理，从而自觉地做到不挑食，让身体吸收更多营养，使身体长得更棒。在这一过程中萝卜的吃法也全面体会，幼儿在轻松的氛围中结束活动。

审美延伸（萝卜小制作展示）活动结束后，我们不能马上告一段落，关键是引导幼儿持续不断地对萝卜产生兴趣。小朋友知道了萝卜不仅有趣，它还有很多吃法，接着以加工制作玩具，使幼儿在审美心理、创作欲望上得到满足。教师通过几件小制作，引发幼儿对萝卜的创作欲望，使审美心理得到愉悦，进而为孩子有意愿投入下一个非正规性的自主活动奠定基础。同时，请幼儿把小兔和萝卜带走，既是为兔子帮忙的表现，又是为可能进行的制作创造条件，相信孩子会对萝卜产生持续的兴趣，或许还可以从中生成更有价值。

1、教材取材于生活，充分体现了《纲要》中强调“幼儿活动的选材既要来源于生活，又服务于生活”和“幼儿一日生活皆课程”的理念。

2、通过孩子日常生活中常见的事物让孩子探究，通过让孩子充分动手操作，通过玩来让孩子主动的去探索与发现，最终达到积极探究、身心健康，养成良好的生活习惯。

我的说课完毕，谢谢大家！

## 中班健康教案小脚丫课后反思篇二

带领幼儿开汽车进入场地。

教师出示红、绿灯：问小朋友看，这是什么？现在小朋友边听歌曲边跟老师做红、绿灯的游戏，好吗？老师是交通警察，你们是小司机，老师举起红灯，你们就要马上刹车，停下来。我举绿灯，你们就可以开车。小朋友听清楚了吗？那我们就开车出发吧！

（幼儿可以随意在圆圈上随意小跑，教师要纠正幼儿的而一些小跑的姿势）

### 二、基本部分

#### 游戏“送菜忙”

1. 师：刚才我接到小猫菜市场打来的电话，她要请我们小朋友帮忙送些蔬菜过去，小朋友看，去菜市场要经过一条小路（梅花桩搭的小路），走时要小心别掉进小池塘里去了，小路的那边还有一条小沟（用画笔画的长线）小朋友们要跨过小沟，才能到达然后拿好一个蔬菜再按原路返回，送到这边的菜蓝里看看哪一组送的又多又快！

2. 教师示范游戏。

3. 请个别幼儿示范游戏。

教师小结：蔬菜送玩了。我们来问问小猫哪一组送的多。检验送菜情况！小猫说：“谢谢小朋友，我要给你们送的多的那一组每人送一个小礼物。”

幼儿说：“谢谢小猫”！

4. 游戏萝卜回来了。

幼儿围成圆圈，有一名幼儿拿着萝卜在圈外跑，然后就把萝卜放到一个幼儿背后，该幼儿发现后，立即捡起萝卜再跑，悄悄的放置在别的小朋友背后。

三、结束部分（放松活动）

1. 小朋友们帮小猫菜市场送了那么多的菜，也累了，我们来放松放松，教师带领幼儿做放松动作，一二三，拍拍肩，三四五，扭一扭，五六七，拍拍膝，七八九，走一走。

2. 小朋友们忙了一天了，回家去吃东西吧！带领幼儿开车进活动室。

教案设计频道小编推荐： 幼儿园中班教案 | 幼儿园中班教学计划

## 中班健康教案小脚丫课后反思篇三

1. 运粮食(第3次走树桩)

教师将小朋友分成5组

c□.....

t□请每组小朋友拿一个沙包，把沙包运过去后再运回来给下一个小蚂蚁。看看哪一组运的又快又稳。

小结：小朋友做的很好

## 2. 头顶沙包走树桩(第4次走)

现在我们z要把沙包放在头上再来走一走，看你们还能不能走的和之前一样好。这回让我们一起来看看哪一组运的又快又稳。

小结：你们都很棒，小蚂蚁冬天的粮食都运好了，谢谢你们。

## 四、放松操

# 中班健康教案小脚丫课后反思篇四

作为一位兢兢业业的人民教师，通常会被要求编写教案，教案是保证教学取得成功、提高教学质量的基本条件。快来参考教案是怎么写的吧！以下是小编为大家收集的《闯关》中班健康活动教案，欢迎阅读与收藏。

1、引导幼儿积极、主动参加体育活动，养成听指挥、守纪律的好习惯。

2、在走、跑、跳等体育活动中训练幼儿的反应能力。

长凳四条，哨子一枚，纸板老鼠若干，磁带、录音机、色胶、剪刀、电池等。

(一) 准备部分：

组织幼儿自由站位，听音乐跟着老师做准备活动。

(二) 基本部分：

1、通过《闯关》活动，在走、跑、跳等体育活动中训练幼儿的反应能力。

(1) 第一关。听哨声信号跟着老师做动作□□a□跟着老师做动作□b□幼儿自由做动作□c□幼儿自由选择走、跑、跳等任何方式按指定方向触物返回。) 幼儿自由站位，要求幼儿在听到哨声信号后做出停或继续的动作反应。(一声短哨声动，两声短哨声停) 例如：原地踏步、并步右(左)移、单脚站立、后退走、足尖步蹲走、行进跳、行进跑、旋转等。

(2) 第二关。听哨声信号沿箭头方向换位置，并同时听语言口令触摸自己身体某一部位。(鼻子、眼睛、脚尖等) 幼儿分成四组，分别跨坐与四条长凳上，在听到哨声信号后做出向另一组跑动或不跑动的. 动作反应。(一声短哨声跑，两声短哨声不跑)

(3) 第三关。按固定信号做出逃跑坐位置或抓人的动作反应。(固定信号可由教师规定或让幼儿自由选择哨声、数字、手势、颜色等) 幼儿成两列横队面对面站好，选择好本组的固定信号。当听到老师发出信号时，立刻做出逃跑或抓人的动作反应。回位信号：一声长哨声。

2、复习翻跳，要求双手撑直、双脚并跳。

(1) 幼儿自由在长凳或线上练习翻跳，教师巡回指导。

(2) 游戏《踩老鼠》。

幼儿成两路纵队站在起跑线前，听到哨声信号后各组第一位幼儿同时向前跑去，依次翻跳过四跳长凳后至“老鼠窝”处踩一脚“老鼠”，然后从两旁跑回队伍后。每组幼儿鱼贯进行。

(三) 结束部分：(将上图长凳摆成口字型)

1、组织幼儿坐在长凳上跟着音乐做放松运动。

行进甩手臂—行进深呼吸—甩手腕—抖腿—放松大腿—放松小腿等。

2、教师小结。交待课后要求：洗手、喝水、擦汗、换衣服。

## 中班健康教案小脚丫课后反思篇五

1. 乐意向亲朋好友表达自己的祝福。

2. 学习一些制作贺卡的方法，感受为他人送祝福的快乐。

用自己的方式向亲朋好友表达自己的祝福。

用自己喜欢的方式制作贺卡表达祝福。

请幼儿观察不同的贺卡的特点，鼓励他们向周围的人表达祝福。

1. 贺卡图片若干。

2. 幼儿人手一套操作工具。

1. 引导幼儿观察各种贺卡图片，说说自己最喜欢哪张贺卡，这张贺卡有什么特点。

师总结：如给新年老人的贺卡中，可以画一画自己在新年里的愿望；给长辈的贺卡中，可以从健康、工作等方面表示祝福；给好朋友的贺卡中，可以从友好这方面去祝福，等等。

（剪贴、撕贴、画）（若幼儿想出的方法较局限，则再观察各种贺卡图片，让幼儿自己发现。）

教师可适当演示一些装饰图案、撕贴技巧等。

1. 幼儿讨论准备做怎样的贺卡？你想给谁送贺卡？幼儿自由选择制作贺卡的材料及方法，如用彩纸剪贴、撕贴等。
2. 幼儿制作贺卡，教师巡视。
3. 引导幼儿用自己喜欢的方式在贺卡上表达自己对收卡人的祝福，帮助个别想写字的幼儿写上祝福的话，如祝爸爸妈妈更年轻，祝爷爷奶奶像老寿星，等等。
4. 欣赏自制的贺卡。

：区域活动的美劳区继续投放材料让幼儿继续大胆制作不同的贺卡。

## 中班健康教案小脚丫课后反思篇六

1. 初步知道自己生活、活动中容易发生危险的事情。
2. 能迁移已有经验，掌握避免自己受到伤害的方法。

能迁移已有经验，掌握避免自己受到伤害的方法活动准备：

1. 四幅图片、生活中常见的尖尖的物体等。
2. 《幼儿画册》（第一册第46、48）

一、创设情境，引出话题。

教师：贝贝的手受伤了，你知道是为什么吗？

二、出示图片讨论，知道生活中容易发生的危险的事情。

图一：贝贝在教室里拿尖尖的棍子与同伴嬉闹。

图二：贝贝从家里的阳台上往下扔瓶子。

图三：贝贝在玩爸爸的打火机；图四：贝贝在公园里从高高的地方往下跳。

教师：贝贝这样做对吗？为什么？生活中你像他这样做过吗？

三、迁移生活经验，掌握避免发生危险的做法。

提问：在家和幼儿园里，还有哪些容易引危险的东西？（如：尖尖的物体、易碎的器皿、煤气灶、电源插头等）讨论：在生活中，我们怎样做才能不受到伤害？使用尖尖的东西时要小心，不要将易碎的东西摔坏，不玩煤气开关，不把手指伸进插头，关门、时要手握把手轻轻地开或关上。

四、为班级制作危险警示卡，提醒大家遵守。

教师带领幼儿在班级教室和周围寻找发生危险的地方，引导孩子画下来作为标记，提醒大家注意。

选择几幅有代表性的警示图，和孩子一起贴在相应的需要提示的地方。

教后反思：在平日里，孩子们总是跌跌撞撞，磕磕绊绊，小伤难免的，所以整个活动孩子们沉浸在故事画面里，听得很专注。知道了以后哪些东西不能碰，不能做哪些危险的事情，知道自己已经长大了，要学会保护自己。通过故事画面，孩子能准确判断是与非，增强自己的安全意识。其实，也提醒老师在平常生活里要比较注意孩子的安全。

## 中班健康教案小脚丫课后反思篇七

1、让幼儿学习用手和腿的力量带动身体前进动作，锻炼幼儿手臂和腿的力量。

- 2、培养幼儿的合作意识。
- 3、通过游戏锻炼幼儿身体协调运动。

场地准备(一条河，河对岸有小草)、喜羊羊音乐、羊羊和灰太狼头饰、圈一个。

## 一、活动准备

幼儿戴上羊羊头饰在音乐声中和老师一起围成圆圈做走、跑、跳等动作。(引入：羊羊们，我是你们的领头羊，今天我们出去郊游，你们要听从我的指挥，现在开始出发。)

## 二、主要活动

- 1、音乐结束后来到了河边，引导幼儿学习划船的基本动作。
- 2、幼儿集体练习。
- 3、游戏：羊羊在领头羊的带领下划到河对岸，再从河对岸划回来。鼓励幼儿要靠手臂和腿的力量带动身体前进。
- 4、领头羊教羊羊划船带人的本领。(两个幼儿一起前进，一个幼儿在前面划，另一个幼儿在后面抱住前面的幼儿。)
- 5、羊羊两人一组自由组合进行练习，练习时划船手要交换角色。
- 6、游戏：河里带人划船比赛。
- 7、游戏：划船采草
  - a□教师示范
  - b□幼儿游戏。

游戏玩法：幼儿两人一组，从河边划到河对岸，当灰太狼走过后，迅速跑上岸采一颗草再到河里，划回来。如果跑慢了就会被灰太狼抓住。

8、营救羊羊。教师带领羊羊划到河对岸，用圈套住灰太狼，救出羊羊并划回来。

9、音乐声中，羊羊们欢庆着回家。

## 中班健康教案小脚丫课后反思篇八

反思，回头、反过来思考的意思。近代西方哲学中广泛使用的概念之一。下面是小编整理的关于中班健康活动教案反思，欢迎阅读参考。

### 中班健康活动教案反思【1】

睛是我们心灵的窗户，没有眼睛我们的生活将没有阳光，但现在很多小朋友都不怎么爱护眼睛，不是打架时打伤眼睛，就是写字、玩玩具时碰伤、戳伤眼睛，为了让幼儿了解眼睛的用途，能自觉的爱护眼睛，我们进行了《爱护眼睛》健康教育活动。

我就引导孩子们了解保护眼睛的必要性和保护眼睛的办法，先请幼儿欣赏故事《眼镜和鼻梁》，问他们“眼镜和鼻梁为什么吵架？最后发生了什么事情？”并告诉他们眼镜带在鼻梁上很不舒服，明明得了近视眼，没有眼镜什么也看不到，所以我们一定要好好保护我们的眼睛。

为了加深幼儿保护眼睛的意识，我们接着欣赏了几张图片，第一张一个小朋友在用脏手揉眼睛，请孩子们讨论这个小朋友做得对不对？为什么？应该怎样做？最后教师总结，小朋友的脏手上有许多的细菌，如果用脏手揉眼睛会让眼睛生红眼病，我们如果感到眼睛不舒服可以用干净的毛巾、手绢或

者卫生纸擦。第二张是一个小朋友头趴在桌子上画画。请孩子们讨论这个小朋友哪个地方做的不对？为什么？应该怎么做？平时还要注意什么事情？最后师生共同总结出：看书，画画时眼睛不能距离纸太近，也不要躺着看书，否则容易得近视眼。我们要在看书画画时抬起头，眼睛离开约1尺的距离。平时还要注意不要看电视的时间太长，看书时间长了要向远处眺望一下。不要玩尖锐的东西，多吃一些对眼睛有好处的胡萝卜、动物肝脏等食物。

## 中班健康活动教案反思【2】

设计意图：

新的学期一开始，我们发现经过一个月的假期，班上有几位小朋友的变化很大，我们高兴地对有的小朋友说：“恭喜你，你长胖了。”而对另一些孩子我们则皱皱眉头说：“你怎么又胖了，你怎么又瘦了？”于是，到底是胖好还是瘦好成为近期孩子们关注的话题。分析我班幼儿的身体成长状况，就能发现存在许多“参差不齐”，有的很胖，有的很瘦。幼儿在饮食方面也存在挑食现象，喜欢吃肉不喜欢吃蔬菜。并且到了晚上或双休日还喜欢以“自己的喜好”来填饱肚子，例如吃肯德基、麦当劳、饮料、冰淇淋等。家长也常因娇惯而满足幼儿的各种要求。

活动目标：

一、引导幼儿发表自己的观点，通过讨论，意识到太胖和太瘦都对身体健康有影响。

二、学习关注自己的身体健康状况，初步了解自身成长的需要，知道如何调整自己行为有利于健康。

三、激发幼儿在集体面前大胆表达、交流的兴趣。

活动准备： 活动前根据“学前幼儿体重标准表”为本班幼儿测量体重。

2红、黄、绿三种颜色的表格各一，并根据幼儿体重情况制作三种颜色的圆点卡片。

多媒体课件“来当营养师” “健康棋”六套，各种食品的卡片若干

活动过程：

大胆表达，各抒己见

幼儿将自己有关胖好还是瘦好的想法在集体中展示、扩散，表明自己的观点，并尝试用实例说服同伴。

过程：幼儿各抒己见，运用实例说明自己的观点。在幼儿的意见无法统一的情况下，教师出示“学前幼儿体重标准测量表”，知道胖瘦有一定的标准，太胖和太瘦都不健康。

(二)了解自身，对症下药

出示红、绿、黄三种颜色的表格，请幼儿根据手中圆点的颜色寻找自己在表中的位置，从而了解自身以及本班幼儿成长的状况。

集体讨论怎样才能使自己既不胖也不瘦，身体更健康。

“对症下药”：运用多媒体课件“来当营养师”为不同情况的孩子“开处方”。

分组游戏活动，经验梳理

棋盘竞赛：幼儿通过竞赛性游戏，在下棋过程中获得有关健康生活的经验。

自助餐：幼儿根据自身情况为自己挑选一份营养合理的美餐。

活动延续：

幼儿将已有的经验运用到生活中去，关注自己的身体特点，坚持健康饮食和锻炼，并把有关的信息带给身边的朋友和家人。

继续鼓励幼儿搜集资料，研究各种食物所含的营养。

## 中班健康教案小脚丫课后反思篇九

- 1、掌握正确的洗手方法。
- 2、养成良好的生活卫生习惯。
- 3、有为他人服务的意识，有责任感。
- 4、初步了解预防疾病的方法。
- 5、初步了解健康的小常识。

活动准备

- 1、洗手程序图卡。
- 2、视频短片“洗手的正确程序”。
- 3、轻快的音乐。
- 4、清洁宝宝贴画。

活动过程

- 1、出示洗手程序图卡，或播放《洗手的正确程序》视频短片，

和幼儿共同描述并练习洗手的正确方法。

2、将洗手程序图卡打乱，请小组长协助老师将图卡排好。

3、其他幼儿做出在活动2设计的动作，感谢小组长。

4、播放轻快的《洗手歌》音乐，幼儿随着音乐模仿图卡的步骤洗手。

5、小组长带领小朋友到卫生间洗手，老师加以引导。

6、洗完手后，小组长检查小朋友的手是否干净，并发给小贴画作奖励。

## 活动评价

懂得洗手的正确方法。

乐于担任小组长。

## 活动建议

程序卡有助于幼儿建立基本的时间概念，知道事情发生的先后次序。

## 活动反思

本节课通过让幼儿听一听、说一说、看一看、做一做等方法，调动幼儿的多种感官，通过观察图画、参与游戏进一步引导幼儿认识自己的小手，了解洗手的重要性和正确洗手的方法，在活动中培养了幼儿的观察力、语言表达力及实际操作能力，培养幼儿养成良好的卫生习惯，建立良好的的卫生保健常识，促进幼儿身心和谐健康的发展。

## 中班健康教案小脚丫课后反思篇十

- 1、知道只有冬天才下雪，能体会到玩雪的乐趣。
- 2、能根据自己的感受画出玩雪的情景。
- 3、能用唱歌、跳舞、绘画的形式表现出玩雪的快乐心情。
- 4、教育幼儿养成做事认真，不马虎的好习惯。
- 5、培养幼儿与他人分享合作的社会品质及关心他人的情感。

下雪的场景玩雪的工具(小铲、扫帚、小桶)纸蜡笔伴奏

- 1、下雪的时候带幼儿看雪景。鼓励幼儿用各种方法感受雪花、雪景。

提问：“什么季节下雪?雪是什么颜色的?雪花是什么样子的?树、房子变成了什么样?”

- 2、与幼儿共同玩雪。提醒幼儿使用工具、与同伴商量玩雪的方法，鼓励幼儿尝试各种方法，不怕寒冷。
- 3、说一说玩雪时的快乐心情。采取分组与个别发言结合的形式。

提问：“你与哪个小朋友一起玩的?你使用了那些工具?玩雪时你的心情怎么样?你想怎样表达你的心情?”

(根据幼儿的回答鼓励幼儿用唱歌、舞蹈等形式表现玩雪的快乐)

- 4、绘画“玩雪”

提问：你想不想把你玩雪的样子画下来?

幼儿作画，教师指导，鼓励幼儿大胆画出自己玩雪的情景，提醒幼儿均匀涂色。

幼儿展示、讲述自己的画。

幼儿自己布置主题墙饰。

我正在与幼儿一起在室内游戏时外面下起雪来，孩子们完全被外面的景色吸引，孩子们欢呼雀跃，纷纷要求去玩雪，于是我带孩子们去外面看雪。这个活动历时两天，完全是根据孩子们的兴趣点生成的综合活动。这个活动包含健康、语言、认知、社会、艺术五大领域的内容，孩子们在活动中充分发挥了主观能动性。在感受雪的过程中有的用手接雪、有的在地上打滚、有的把雪堆成一堆、有的尝雪；在玩雪时有的堆雪人、有的打雪仗、有的滚雪球、有的围着雪人跳舞；在说一说时吕牧溪、张宇涵等几个小朋友唱起了“雪花”歌曲、跳起了“堆雪人”舞蹈，调动了幼儿已有经验；在绘画中孩子们充分发挥了想象，有画雪人的、有画打雪仗的-----形态各异。

幼儿在雪地上没有一个喊冷，作画时没有一个不敢动笔。这说明只有活动是幼儿感兴趣的，才能调动起幼儿的积极性。不足之处，做为综合活动内容还不够充实，如加入儿歌、剪纸等活动会更丰富；有的提问还不够严谨。