

最新小班健康活动生成方案及流程(通用10篇)

为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

小班健康活动生成方案及流程篇一

- 1、认识自己常常会面对的有哪些困难，正确分析产生困难的原因。
- 2、懂得遇到困难时要主动思考解决问题的办法，敢向困难挑战。
- 3、认真参与活动，体验解决困难的快乐。

1、物质准备：故事《弗洛格找宝藏》ppt、电网场地创设

2、经验准备：幼儿有困难的经验，有失败和成功的体验。

一、谈话引入主题，知道遇到困难是正常的。

教师总结：原来每个人都会遇到困难，遇到困难是件正常的事情。

通过提问引入，顺其自然的引出困难的主题，为下面的环节作了很好的铺垫。

二、听故事，讨论，了解弗洛格的困难。

3、说说自己的困难及做法：小朋友们，你们遇到过困难吗？

遇到过什么困难?你是怎么做的。

教师总结：小朋友们在生活、游戏中常常会遇到各种困难，有的孩子退缩了，有的孩子坚持下来获得了成功。

弗洛格是孩子们很喜欢的一个动物的形象，很多孩子也阅读过它的系列图书。这个环节从幼儿的兴趣出发选择了这个故事，通过故事来让幼儿产生共鸣，从弗洛格的困难联想到自己的困难，激发了孩子们表达的欲望。

三、挑战困难。

1、介绍游戏内容。

师：今天青蛙弗洛格要去其他小动物家，可是在路上它遇到了一个困难，要通过“电网”，弗洛格试了好几次都没有通过，请小朋友们来试试，看看能不能顺利通过。

2、组织幼儿进行游戏，并进行讨论，找出失败的原因，分享成功的经验。

3、请失败的幼儿再试一次。

4、加大难度，请幼儿进行尝试。

这个环节遵循“游戏是幼儿的主要活动”的原则，重在激发幼儿参与活动的兴趣。通过这个挑战困难的游戏，让幼儿知道困难是不可怕的，有时候努力努力就战胜了。游戏体现了心理课递进强化的原则通过第一次尝试——找出困难的原因——再次尝试——加大难度，层层递进，符合大班幼儿的年龄特点，让孩子在游戏中强化困难的概念，积极积累经验。

四、总结面对困难的方法。

师：小朋友在成长的过程中会遇到很多困难，大家要积极面

对困难，认真分析困难的原因，慢慢战胜困难，我们会越来越棒的。刚才游戏中还没通过的小朋友，你们已经比第一次有进步了，努力找找原因，相信很快就能通过的，到时候别忘了把这个好消息告诉我哦！

最后老师针对性的总结面对困难的态度、方法，帮助孩子进行梳理，让孩子再次面对困难有了心理基础。

小班健康活动生成方案及流程篇二

1、知道害怕的感觉人人都会有，愿意大胆说出自己内心的恐惧。

2、能够想办法消除害怕的心理，尝试战胜害怕。

1、绘本《我好害怕》。

2、事先让幼儿和家长讨论并记录自己最害怕的事或物。

3、打针情景。

一、绘本植入，引出害怕心理。

你们看，谁来了？(小熊)

小熊今天怎么了？小小的圆眼睛瞪得大大的，毛都立了起来，双手握得紧紧的。到底怎么了？(不高兴、生气、害怕)

发生什么事情了呢，我们一起来看看。

原来是遇见了一只凶恶的大狼狗，还在汪汪汪地叫呢！小熊真害怕！

二、经验迁移，说出自己的害怕。

1、根据记录图，讨论自己的害怕。

那你有害怕的时候吗?(有)

昨天宝宝们和爸爸妈妈一起，已经把自己害怕的事情画了下来，我们一起来看看。请你轻轻地从小椅子下面取出图片，和身边的朋友说一说。(老师巡回倾听)

2、个别幼儿说出自己的害怕心理。

你害怕的是什么?(大灰狼)

为什么会害怕?(因为大灰狼会咬我们)

害怕的时候你心里是什么感觉?(不舒服)

我们来做做害怕时的样子。

原来害怕时我们会全身发抖、缩成一团;还会闭上眼睛、捂住耳朵等，真不不舒服。

3、经验归类梳理。

还有谁也害怕这种厉害的动物?(我怕老虎、我怕的是蛇)

总：原来你们都害怕蛇、老虎、大灰狼这些厉害的动物。(教师边说边出示展板)

你害怕的是什么?(刀)

为什么?(因为它会把人割伤的)

(因为插头有电要电死人的;剪刀碰到别人也会受伤的)

你害怕的是什么?(打雷)

为什么?(很响, 很吓人)

还有谁也害怕这种很响的声音?(我怕气球爆炸、风声)

总: 原来那些很响、很恐怖的声音也会让我们感到害怕。(出示展板第三部分)

我们来看看他害怕什么?(打针)

为什么?(打针很疼)

哦, 有很多小朋友因为怕疼, 害怕打针。(揭示展板第四部分。)

小结: 原来每个人都会害怕, 害怕是种冷冷的、紧紧的、不舒服的感觉。害怕的时候我们会哭、会躲起来。你喜欢这种感觉吗?(不喜欢)

三、讨论交流, 克服害怕心理。

1、结合展板, 讨论解决的办法。

怎么样才能让我们不害怕呢?

遇到这些凶猛的动物时, 我们可以怎么做?(逃跑、躲起来、找妈妈……)

总: 有了这些好办法, 我们就不怕这些凶猛的动物了。(将害怕表情翻面成笑脸)

电、刀这些东西, 我们在生活中都会用到, 但是一不小心就会受伤, 那该怎么做?(小心使用、不玩电和火、请爸爸妈妈帮忙)

总: 你们真会动脑筋, 这样这些东西我们也不怕了。(翻转笑)

脸)

听到可怕的声音怎么办?(捂耳朵、放音乐、让妈妈抱)

总：原来我们也可以想办法分散注意，战胜这些可怕的声音。
(翻转笑脸)

3、情景表演，积极面对害怕。

打针你们怕吗?

打针可以治疗疾病;打预防针可以让我们身体变得棒棒的，能不能因为害怕就不打针呢?怎么做才能让自己不害怕?(有的不怕，真勇敢;怕，打针的时候不看，躲在妈妈怀里……)(找一个勇敢的孩子来说一说：你为什么不怕，是怎么做的?)

我们一起来学学打预防针的样子：袖子卷一卷、手臂弯一弯、脑袋歪一歪，告诉自己我不怕!我不怕!我不怕!(你们真勇敢!翻转表情)让幼儿大声地说出来：打针我不怕!

小结：原来有些害怕的事情，我们可以躲起来，说出来告诉别人，或者做一些让自己舒服的事情，这样害怕就会变少。但有的害怕，只要我们勇敢面对，也就不怕了，就像打针一样。

四、绘本回归，生活应用。

1、回归绘本，了解小熊的克服方法。

你们都想到了好办法克服了害怕，变成了勇敢的孩子。小熊有没有变勇敢呢?我们一起来看看。(播放多媒体)

它想到了什么办法(躲得远远的)

现在小熊脸上是什么表情?(开心)

是啊!因为它也知道害怕的时候该怎么做了。

2、生活应用，克服害怕

幼儿的年纪太小，还不懂什么是心理健康，但是并不代表他们不会遇到心理健康的问题，所以，老师要为幼儿打好基础，让他们明白心理健康的重要性。

小班健康活动生成方案及流程篇三

一、师幼交流。

2、老师组织幼儿之间相互讨论，并发言。

1、老师在听完幼儿的发言后，说老师这有一首关于滑滑梯的歌，让我们一起来听一听歌中是怎样唱的。

2、老师唱歌曲一遍。

3、老师问歌中是怎样唱的？

4、鼓励幼儿积极思考，并回答。

1、老师先领念一遍歌词，在理解歌词的基础上学唱歌曲。

2、并让幼儿分组练习。

1、在学唱歌曲的基础上，老师描述在大集体中只有互相谦让，才能交到好的朋友。

2、老师带领幼儿到户外活动，并主要培养幼儿在集体中的谦让心理。

3、培养幼儿的这种习惯，可以让他们在游戏中养成。如：找朋友

小班健康活动生成方案及流程篇四

- 1、了解龋齿形成的原因及预防龋齿的有关知识。
- 2、了解牙齿的作用，要养成早晚刷牙的习惯。
- 3、了解换牙常识，学会保护恒牙。

教学重点

了解牙齿的作用教学

难点

了解龋齿形成的原因

活动准备

- 1、龋齿形成的教学挂图一幅。
- 2、保护牙齿的教学挂图。
- 3、事先提前两天与幼儿找几个蛋壳，洗净后把每个蛋壳的一半浸醋里。
- 4、每人一面小镜子。
- 5、每人一块饼干

活动过程

以猜谜语的形式引出课题。

附：谜语《牙齿》

健康卫士穿白衣，上下两排真整齐，口中饭菜它磨碎，早晚用刷把澡洗。

1、师：请小朋友先说一说牙齿有什么作用？(引导幼儿发散思维，对积极回答的幼儿给予肯定和表扬)

2、请小朋友每人吃一块饼干，通过尝一尝饼干让幼儿体会牙齿的作用。

教师小结：醋是酸的，醋会腐蚀蛋壳中的钙，所以蛋壳就会变黑、变软了。

5、找龋齿：请幼儿利用小镜子观察自己有没有长龋齿？

6、讨论：(1)、启发幼儿讨论为什么会长龋齿？

(2)、重点请长了龋齿的小朋友说一说长了龋齿后的感受是怎样的？你又是怎样治疗的？

教师利用教学挂图向幼儿讲解龋齿形成的过程。

7、教师结合教学挂图小结：食物吃到嘴里后，会有残渣留在牙缝里，嘴里唾液中有一种酶会使食物残渣变酸，日子久了，(教案出自：屈老师教案网)这些酸会使食物残渣腐蚀蛋壳一样，使我们牙齿表面的钙被腐蚀掉，牙齿就会变黑，发生龋洞，变成龋齿，也就是我们常说的虫牙。长了龋齿以后会牙疼，还要请牙科医生给你治疗，所以请小朋友一定要注意保护好自已的牙齿。

8、让幼儿讨论：如何预防龋齿。

9、巩固练习，出示保护牙齿的教学挂图。

让幼儿说一说图中的小朋友是怎样保护牙齿的？

10、教师指导幼儿用正确的方法刷牙，欣赏儿歌：刷牙歌。

幼儿讨论还有哪些保护牙齿的方法，教师进行补充。

教师总结保护牙齿的有关知识：第一，当牙齿活动时，不要用手去摇它，这样会影响恒牙的萌出，并容易引起感染发炎，(教案出自：屈老师教案网)要让它自己脱落。第二，当新牙快长出时，不要用舌头去舔它，这样会使牙齿长的不整齐。第三，当乳牙还没掉，新牙就从旁边长出来，或者有些小朋友的牙齿掉了很长时间，还没长出新牙，应当让爸爸妈妈带到医院请医生看一看。第四，要早晚刷牙，饭后漱口，不多吃糖果，不挑食，多吃含蛋白质和钙质的食物。

1、与家长配合，请他们提醒幼儿坚持每天早、晚用正确的方法刷牙。

2、引导幼儿开展比比谁的牙齿好活动。(利用小朋友在幼儿园吃点，教师提醒幼儿吃完点后要漱口，保持口腔卫生，养成保护牙齿的好习惯。)

小班健康活动生成方案及流程篇五

冬天到了，气温骤降，孩子们大部分时间是在室内活动，有一部分孩子还出现了感冒症状。为了增强幼儿的体质，我结合小班幼儿的好玩儿好动的年龄特点，激发幼儿参加活动的积极性，体验游戏的乐趣特意安排了这节健康教育活动。

活动目标

- 1、激发幼儿参加活动的积极性，体验游戏的乐趣。
- 2、知道身体各部位的弯曲可以为我们做哪些事情。
- 3、体验身体弯曲的丰富多样性。

教学重点、难点

教学重点：初步认识了幼儿身体上的关节后，请幼儿自由弯曲身体、想象、表现各种造型。

教学难点：通过多种游戏，让孩子通过多种形式锻炼不同的关节，并感受到关节的灵活，激发了幼儿大胆探索并表演的兴趣。

活动准备

音乐、口袋、盒子、摄像机、电视

活动过程

一、游戏导入“煮面条”

1、教师：配音乐玩游戏，体验弯曲。

2、教师：让幼儿根据刚才玩的游戏，感受到身体有哪些部位弯曲了？

二、感受身体各部位的弯曲有哪些作用

教师：通过提问让幼儿思考，通过弯曲可以为我们做哪些事情？

1、通过手的弯曲可以做哪些事情？

2、通过脖子的弯曲可以做哪些事情？

3、通过胳膊的弯曲可以做哪些事情？

4、通过腰的弯曲可以做哪些事情？

5、通过腿的弯曲可以做哪些事情？

6、通过脚的弯曲可以做哪些事情？

三、游戏活动

游戏“夹口袋”（幼儿分成若干组，比一比哪组夹得最多为胜）巩固游戏“钻山洞”（教师当山洞，幼儿当小汽车）

四、课堂延伸

通过弯曲进行组合造型，感受弯曲的丰富多样性。

1、教师：请小幼儿自由组合造型，比一比哪组的造型最美。（教师用摄像机记录下幼儿精彩的造型）

2、请幼儿通过电视观看刚才的造型，进行评论。

3、引导幼儿讨论保护关节的办法。

五、在舞蹈中结束活动

教师：“现在就请小朋友们跟随着“健康歌”的音乐一起跳起来吧，看看谁的身体弯曲得最灵活。”

活动扩展：不仅身体能弯曲，还有好多的东西都能弯曲，现在让我们去找一找在我们的生活中还有哪些东西能弯曲吧。

小班健康活动生成方案及流程篇六

活动目标：

1、初步了解眼睛的结构，知道眼睛的功能。

2、通过看眼睛、说眼睛，增进互相了解和交流。

3、初步懂得保护眼睛的重要,注意用眼卫生。

活动准备:

每人一面小镜子,“大大的眼睛”画面两幅。

活动过程:

二、让幼儿用小镜子观察自己的眼睛是什么形状的?引导幼儿在镜子里仔细

看看,或用手轻轻摸摸自己的眼睛,知道眼睛像一个小圆球。

三、提问:眼睛什么地方会动?幼儿边摸边感知眼球会动。

眼睛里有什么?是什么颜色的?眼睛长在哪里?

四、让幼儿互相观察眼睛,并进行比较。进一步感知眼睛的结构。

五、引导幼儿讨论眼睛有什么用?(幼儿互相讨论、交流)

六、出示画面并提问:

1、眼睛有什么用?2、我们怎样爱护、关心自己的眼睛?

让幼儿知道画画时要坐端正,不用脏手揉眼睛,要用干净手帕擦眼泪等。

小班健康活动生成方案及流程篇七

使中学生能正确认识各种事物、情绪(狂喜,悲伤)的发生,学会以不同的眼光(积极的)去看待它。

应如何看待发生在自己周围的事、情绪。

树立正确的看待、解决问题的观念。

帮助学生树立以积极、全面的眼光去看待、解决问题

处于青春期的初中，高中学生

投影仪，电脑

提问，讨论，活动学习

2、阐述课题——换个角度看问题。

3、举例说明任何事物从不同的角度看是不一样的，产生不一样的效果，引发不同的情绪和心境。

举例：半杯水

乐观的人，看到桌上的半杯水，会说：呵呵，还有半杯水啊，真好。

悲观的人，看到桌上的半杯水，会说：咳，只剩下半杯水了。

4、强化主题。对刚才的例子让学生讨论，说说其产生的原因。再次引出课题，对其强化。

5、怎么换个角度看问题才是科学的？积极的看问题，改变注意、认知的对象，注意观察、把握生活（美好的方面），创新性。

6、活动：邀请四个学生（最好是男生）上来，要求四个人不能用脚支撑身体也可以使四个人同时比较稳当的支撑在地面上。

备注：较好的方法四个人用手支撑在地上，脚放在另一个人的身上。

7、活动的思考：此看来，我们如果换一种思考的角度，往往会得到意想不到的收获。因此我们要常常学会换一个角度去看待问题。

8、讨论：怎样树立正确的看待、解决问题的观念

一是知足常乐。

人生是否快乐，关键看你是否知足。俗话说欲壑难填，人的欲望是无止境的，一种欲望满足了还会有更多的欲望滋生，若欲望太多太高，则永远得不到满足和快乐。在各种满足不了的欲望面前，我们需要换一个角度去理解。这样会让我们好过不少。

二是心理换位。

各执己见往往是人与人之间矛盾冲突的重要原因。人们在生活中难免会与家人、朋友、同事、学生或者领导产生这样那样的矛盾和分歧。这种矛盾和分歧会使人伤心气愤，若矛盾双方都各执己见，互不相让，可能还会导致过激的言行，致使人际关系恶化，而人际关系恶化是非常有害于心理健康的。要避免这种情况出现，需要心理换位：试着站到对方立场上去思考，你就会发现其实对方的观点也不无道理。

三是要学会转移认知对象。

当我们因某个问题而困扰，因某个偶发事件而过度紧张和焦虑时，不妨暂时将自己的注意力强行转移到其他事情上去。有些问题百思不得其解，越想越烦恼，想得头脑也僵化了，这时如果转换一种活动内容，也就换了一种心情，你就有可能如释重负。

四是要合理宣泄。

比如找人倾诉，当心里感到困扰时，找个可以信赖的朋友说上一通，只要对方愿意耐心倾听，你的心理压力就会减轻很多。又比如写日记，当身边没有可倾诉的对象时，把满腔的话语付诸笔端。另外，每个人总会有一些隐秘的东西是不能与人分享的，不妨拿出一纸一笔，在上面尽情挥洒，怎么写都不要紧，写什么都不要紧，写出来的东西通顺不通顺都不要紧，写完了，气消了，写下的“成果”当场撕毁也好，留待日后细细咀嚼也好，都没关系，但是你的心情却可能轻松许多。再如听听音乐，唱唱歌，不过瘾时大喊几声，以排遣心中久积的郁闷和倦怠。实在觉得没法子，找个没人的地方或者躲到被窝里大哭一场，也会有很好的效果。

五是自我安慰。

9、教师总结，再次点题。

小班健康活动生成方案及流程篇八

2022年6月6日是第27个全国“爱眼日”，眼睛是我们心灵的窗口，是我们的通向美丽新世界的桥梁，是获得光明的器官，所以我们应该珍爱自己的眼睛，让孩子们了解眼睛的重要性，懂得如何爱护好自己的眼睛。

1、通过宣传教育活动，使孩子了解自己的眼睛，知道爱护和保护眼睛，普及爱眼知识。

2、通过活动体验使幼儿养成用眼卫生的好习惯。如：不要长时间地看电视节目；保证充足的睡眠时间。

1、爱护眼睛健康宣传单

2、宣传板报

3、各班活动教具

2022年6月6日上午

- 1、向家长发放爱护眼睛健康宣传单
- 2、利用板报、橱窗等宣传方式宣传
- 3、各班半日教学活动，开展“爱眼日”宣传教育活动

小班健康活动生成方案及流程篇九

- 1、知道几个常用的急救电话号码,并会正确拨打报急电话。
- 2、教育幼儿不玩火,掌握自救这是,增强自我保护意识。

多媒体课件

一、播放几种急救车的警报声,请幼儿分辨,并说出这些急救车是干什么用的。

师:小朋友们好!今天,老师想请大家听几种声音,说一说它们是什么东西发出的声音。

救护车是干什么用的?警车是干什么用的?消防车是干什么用的?

听说是一个小朋友的家里发生火灾了,你们猜一猜,这位小朋友的家里是怎么起火的。

二、请幼儿发表自己的看法。

三、出示课件,请幼儿观看火灾的原因。

- 1、玩火
- 2、电器

3、吸烟

4、放鞭炮

四、出示课件，请幼儿观看自救常识。

1、拨打急救电话

2、马上开窗呼救

3、用衣服压住火苗

4、立即披上用水打湿的衣服和被子

五、请幼儿在电脑上玩游戏,谁对谁不对。

小朋友一起探讨。

小班健康活动生成方案及流程篇十

1、通过观看情境表演，理解故事内容，并能用情境性的语言进行讲述。

2、知道生病要去医院看病，并懂得关心问候病人的情感。

熊先生头饰、小兔子头饰、护士帽、白大褂、针筒、药瓶、药、号码牌、医生用具(听诊器、压舌板、手电筒等)。

一、感知理解讲述对象。

1、角色导入，激起幼儿听故事的兴趣。

提问一：熊先生怎么了?(熊先生在不停地咳嗽和流鼻涕。)

提问二：熊先生应该找谁帮忙呢?(熊先生感到身体不舒服，与幼儿讨论熊先生应该找谁帮忙?)引导幼儿知道生病了找谁来

帮忙。

2、 教师完整的情境讲述表演。

(一个教师扮演熊先生、一个教师扮演医生、一个教师扮演护士。)

二、围绕讲述内容自由交谈，教师逐个进行指导。

引导幼儿回忆并且讲述故事内容。

(你感冒了，要按时吃药，多休息、多喝水，很快就会好的。)提问六：最后，熊先生看好了病对医生说了一句什么话?(谢谢医生。)提问七：熊先生拿到了药，对护士又说了一句什么话?(谢谢护士。)

三、引进新的讲述经验，学习情景中的对话。

邀请幼儿讲述故事，幼儿再次欣赏故事，教师完整地讲述故事内容。

四、巩固迁移新的讲述经验。

教师指导幼儿用故事中的对话进行角色表演。

五、教师小结。

附：《熊先生生病了》

今天，熊先生没有去上班，他感冒了，在不停地咳嗽和流鼻涕。

他来到了在家附近的医院，并挂了号。接着，他来到了兔医生的办公室。

兔医生：“熊先生，请问您哪里感到不舒服啊？”熊先生：“我不停地咳嗽和流鼻涕，觉得全身乏力。”兔医生用听诊器听了熊先生的呼吸和心跳，接着又请熊先生张开嘴巴，用压舌板和手电筒看了熊先生的喉咙。

兔医生：“你感冒了，要按时吃药，多休息、多喝水，很快就会好的。”熊先生：“谢谢医生！”兔医生：“不用谢！”熊先生在药房拿到了药，并对护士说：“谢谢护士！”护士：“不用谢！再见！”熊先生：“再见！”