

# 2023年大班健康出汗了教案(通用7篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

## 大班健康出汗了教案篇一

利用自然资源，让幼儿在自然的情景中和树木的亲近，通过亲亲树、绕树走等形式，体验大自然带来的快乐，同时为下一个阶段做准备。进一步利用园内资源开展游戏活动，经过一个个环节的锻炼，发展幼儿的平衡和跳跃能力，并学习遵守游戏规则，注意安全。通过沙地“种树”，进一步提升发展幼儿的跳跃能力。通过欣赏小树林和演唱歌曲《小树》来分享活动的快乐，回味甜美的过程。

- 1、让幼儿在自然的情景中，亲近大自然，感受“种树”活动的快乐。
- 2、通过走小石墩、跳格子等途径，发展幼儿的平衡能力和双脚并拢跳跃能力。
- 3、遵守游戏规则，注意活动的安全。
- 4、促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。
- 5、培养幼儿健康活泼的性格。

1、自制的可插放的“小树”每人一棵

2、自然场景

一、亲亲树木，融入自然。

- 1、自主亲亲小树，要求：自由组合去抱抱树，闻闻树的味道。
- 2、分男、女组亲近树木：绕小树走、半蹲弯腰钻。
- 3、碰碰树枝：双脚并拢向上跳。

## 二、越野练习，发展能力。

- 1、走小石墩。要求幼儿双手打开往前走，尽量不要掉下来。
- 2、跳格子。要求幼儿双脚并拢向前跳，注意轻起轻落，一格一格跳。

a□幼儿自由练习双脚并拢向前跳。

b□按照正确的跳跃方法练习该跳跃。

- 3、走小石墩。要求幼儿双手叉腰走

## 三、沙地“种树”，体验乐趣。

要求：幼儿到达沙地，站在轮胎上后听老师口令进行跳跃，要求半蹲往远处跳。落地后到沙池的中间拿一棵“小树”，自由找一块空的地方，将“树”插进去。种好之后马上回到轮胎上。

## 四、完成任务，分享快乐。

- 1、欣赏小树林
- 2、唱歌《小树》

## 五、活动结束，教师带领幼儿去观看其它树木等。

整个活动自始至终都是在自然的环境中进行。自然中开始，

自然中结束。

## 大班健康出汗了教案篇二

- 1、尝试把物品夹在下肢不同位置进行行进跳，体验下肢不同力量的运用。
- 2、体会游戏的快乐。
- 3、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。
- 4、提高幼儿身体的协调能力，体验玩游戏的乐趣。
- 5、培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

饮料瓶、泡沫板、布球若干。

一、开始部分：

英语游戏“paper□scissors□stone”（石头剪子布）幼儿两两合作玩游戏。

二、基本部分：

1、孩子们，天气这么好，咱们去野餐好不好？野餐要准备什么呢？饮料、水果、饼干（饮料瓶、布球、泡沫板）

启发幼儿用下肢分别夹住饮料瓶、布球、饼干行进跳，教师巡回指导，然后回到草地上，品尝美味。

2、玩游戏：

野餐结束了，可是食物还剩下很多，我们不能浪费了，所以我们一起把东西送回家。

分组比赛，视游戏情况而定，可适当添加障碍。

三、结束部分：

我们一起把食物送到仓库去。

鼓励幼儿和老师一起整理材料后回班。

幼儿园体育活动的目标是提高幼儿对身体锻炼的兴趣，发展其基本动作，促进幼儿身体的健康发展。体育活动是一项综合教育课程，它包含了一个对幼儿进行多重心理素质和个性培养的过程。我们应在每次体育活动中都提供幼儿身体均衡发展的机会。

## 大班健康出汗了教案篇三

### 《我换牙了》

- 1、了解换牙的过程，明白换牙时要注意的问题。
- 2、巩固正确的刷牙方法，养成早晚刷牙、饭后漱口的好习惯。
- 3、体会换牙给自我带来的特殊感受，并与大家分享换牙期所带来的成长喜悦和烦恼。

镜子；各种饼干；纸；笔；牙刷；牙膏；杯子。

- 1、猜谜语引入主题：“健康卫士穿白衣，上下两排真整齐。中午饭菜它磨碎，早晚用刷把澡洗。”
- 2、用小镜子照口腔，观察自我牙齿的形状，把它画下来。
- 3、展示牙齿形状，结合交流，认识门牙、尖牙、磨牙。
- 4、请幼儿品尝饼干，提问：你们是用什么牙咬的？用什么牙

磨碎的？（感知不一样形状和不一样位置的牙齿，有不一样的作用）

5、牙齿除了吃东西，还有什么作用？

小结：牙齿的形状是大大小小，有粗有细的，排列得很整齐，不一样形状的牙齿有不一样的作用，牙齿除了能帮忙我们咀嚼食物，还能帮忙我们正确地发音，说话清楚。

比较观察：

1、请换牙的和没换牙的幼儿张嘴，看看他们的牙齿有什么不一样，引出“换牙”的概念。

2、请换牙或牙齿松动的幼儿说一说换牙的感受。

讨论：为什么要换牙？换牙时该怎么办？

小结：小朋友最初换牙时总感到害怕担心。其实，换牙是我们每个人都要经历的过程。换牙的特殊经历，让你们真的长大了！

幼儿听故事《乳牙和恒牙的话》，经过故事了解乳牙和恒牙，了解换牙时的正确行为。

1、小实验：教师先请幼儿品尝饼干，然后请幼儿拿出镜子照照：你发现了什么？

3、请幼儿探讨正确的刷牙方法。教师请一名幼儿示范讲述正确的刷牙过程：用水杯接一杯水，先在牙刷上挤点牙膏，再喝一口清水漱口，然后开始刷牙，将牙膏泡沫吐出来，最终喝水将嘴漱干净。

4、带领幼儿到盥洗室亲历一次刷牙，教师注意指导方法不正确的幼儿。

小结：换牙时期是十分重要的，期望小朋友记住正确的刷牙方法，还期望你们每次刷牙后都用小镜子检查检查，让镜子成为你护牙的小帮手。

争做护牙小明星：请幼儿或爸爸妈妈按表记录幼儿每一天刷牙的情景，每做到一次就得一颗星。看看谁得的星最多，谁就会拥有一口健康、漂亮的牙齿，成为健牙小明星。

## 大班健康出汗了教案篇四

1. 愿意参与活动，积极探索易拉罐的不同摆放方式及玩法，增进创造性运动思维，体验体育游戏带来的乐趣。
2. 能愉快地参与活动，提高身体的协调及跳跃能力。
3. 学习走、跑、跳等基本动作，提高身体素质。
4. 培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。
5. 喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

### 一、幼儿自由玩易拉罐

1. 请幼儿尝试易拉罐的多种玩法；

教师提问：谁愿意向大家介绍自己的玩法？（提问个人幼儿）

请个别幼儿展示自己的玩法

### 二、跳的练习

1. 自由组合，拼搭图案，进行各种各样跳的练习
2. 教师讲解示范双脚并拢跳的动作

3. 幼儿练习，教师指导（分两组）

三、根据幼儿的能力摆放易拉罐的宽度

1. 分两组，让幼儿练习双脚跳（一个接一个跳）

2. 教师鼓励并指导幼儿双脚跳（一个接着一个跳）

四、活动结束

1. 没有热身活动，教师应设计一个七分钟的热身操。

2. 活动准备不充分，没有达到一人一个易拉罐。

3. 引导探索时，罐与罐之间要有距离。

4. 在活动中，教师没有示范动作，没有讲动作要领。

5. 在游戏过程中，教师要提醒幼儿注意安全。

6. 教师要注意自己情绪，要活跃活动气氛。

## 大班健康出汗了教案篇五

1、发展幼儿的平衡，跳跃能力，提高动作的协调性和灵敏性。

2、培养幼儿克服困难的精神以及同伴合作的意识和能力。

1、筒管事先放在操场上。

2、口哨一只

3、录音机和磁带

1、开始 春天到了，树枝发芽了，各种色彩鲜艳的花儿开放

了。瞧！那边有一片美丽的森林，让我们走过小桥，穿过山洞，到那边去玩吧。（放音乐）过小桥时请大家注意安全，千万别摔到河里去哦。终于安全到达目的地了，真高兴啊。

2、教师带领幼儿进行各种筒管游戏 今天天气可真好，阳光灿烂，森林里美极了，让我们骑着马儿看看这美丽的景色吧。谁会骑马？（请幼儿示范）现在我们骑着马儿看美景去喽。

（教师吹口哨）孩子们请大家骑着马到这里来休息一下。看看哪组排得最快，最好。下面我们来比赛，请2个小朋友来比赛。

a □骑马真开心，接下来我们进行爬山游戏。那怎样把筒管搭成小山呢（请1位幼儿来搭小山）下面请第2组的小朋友把筒管排列起来搭成小山，搭好后请站到小山旁。请其他3组搭好小山，然后站到小山旁。请2，3两组来比赛，再请1，4两组来比赛。

b□走平衡木的游戏：刚才玩得真开心，孩子们闭上小眼睛坐下来休息一下老师要变魔术了，变变变，看我把筒管变成了什么。我请能干的小朋友帮老师来摆好平衡木。下面我们来比赛。

3、结束今天玩得真开心，时候不早了，我们骑马回家吧。（幼儿做放松活动。拿着筒管回教室……）

## 大班健康出汗了教案篇六

知道关爱生病的小朋友

准备：未洗的水果、生水、白纸、颜料

1、由儿歌引入新课。

你说一，我对一，春天到了有意义；你说二，我对二，我们



都是好幼儿；你说三，我对三，健健康康过春天；你说四，我对四，我们一起来学习。

2、小朋友们，今天我们一起学习：健康过春天。

a□提问：今天我们班幼儿到齐没有？为什么没有到齐？

b□哦，是因为感冒了。

c□为什么会感冒呢？

5、让小朋友们充分回答。

6、教师小结。

7、感冒了很不舒服，小朋友们知道怎样预防感冒吗？

8、小朋友们讨论后回答。

9、看图片后找对错。

10、总结全文，用儿歌结束新课。

## 大班健康出汗了教案篇七

1. 养成不挑食的习惯。
2. 了解不同食物有不同的营养。
3. 能大胆的表述自己的想法。

各种蔬菜、荤菜、米饭、水果等模型、盘子若干。

一、认识各种菜的名称：

1. 老师出示这些模型，提问：“你们说一说这些是什么？”
2. 幼儿互相学习，认识菜名。

## 二、交流日常生活中的饮食内容。

1. 老师提问，幼儿回忆：“在这些食物中最喜欢吃什么？为什么？”“除了吃刚才你看到的食物外，平时你还吃什么？”“你觉得什么东西最营养？”
2. 请幼儿回忆生活中的早餐、午餐和晚餐中的各类食物：“平时吃的早餐、午餐，晚餐吃的东西一样吗？为什么不一样？”
3. 来总结一日三餐的合理搭配。

## 三、活动结束活动延伸幼儿尝试自己设计一日食谱。

通过教学，改变了幼儿不良的午餐习惯，培养了幼儿良好的生活饮食习惯，幼儿挑食现象有所改变。达到了就有的目的。

课堂教学中，幼儿积极，师生配合默契，教学的设计充分尊重了幼儿的习性和年龄特征，能根据幼儿的情绪合理组织教学过程，让幼儿获得积极的情感，能接受老师，同学的建议和意见，幼儿在活动中能自我感知，互动。收到较好的教学效果。