

大班健康快乐的我教案(通用8篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。那么问题来了，教案应该怎么写？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

大班健康快乐的我教案篇一

1. 能挑担走过多种障碍物，发展平衡能力。

2. 能利用持物动作调节身体平衡。

3. 养成爱劳动的好习惯。

1. 用饮料瓶和短棍制作成挑水的水桶，饮料瓶里的水多少不一。

2. 场地上画出不同的小路。

3. 易拉瓶若干，平衡木4麻，纸板若干。

1. 幼儿随教师进行走跑练习，利用场地上的不同区域，进行绕过小树林—走过小路—走过独木桥—跨过小河沟等练习，最后站成六路纵队。

1. 教师：今天我们要做送水员给小动物送水，送水前先要练习挑水走路的本领，现在请每位小朋友拿一根“扁担”挑两桶水，去试一试。

2. 根据幼儿自己的能力，选择不同重量的水桶，自由练习挑担走。

3. 引导幼儿讨论：怎样才能走得又快又稳。

4. 请幼儿分别在不同的区域进行示范。

5. 幼儿自由交换区域，教师注意提醒幼儿要在每一个区域活动。

1. 教师介绍游戏玩法和规则：幼儿分成人数相等的四队，每队第一名幼儿挑着装水的水桶绕过障碍，走过小桥，将水桶放下，再挑起旁边空的水桶，从原路返回，交给第二名幼儿，第二名幼儿挑空桶送过去，再换装水的桶返回。依次进行，先完成的队获胜。

大班健康快乐的我教案篇二

1、教会幼儿夹包跳的动作，培养幼儿的.弹跳力和动作的协调性。

2、培养幼儿与同伴间的相互合作能力。

3、发展创造性。

4、让幼儿知道运动有益于身体健康。

5、初步了解健康的小常识。

沙袋

(1) 队列练习。队形变化：走圈、开花、六个小圆、切断分队。

(2) 准备操，听信号做相反动作。如：口令向前走，幼儿向后走；口令向左走，幼儿向右走、高人走、矮人走等。

(1) 幼儿依次取沙袋在场地自由分散进行一物多玩活动，例如：自抛接沙袋，互抛接沙袋，头顶沙袋，手托沙袋走，脚

背托沙袋走，投运等。老师巡回观察指导，对玩法新颖有趣的及时给予肯定，并向其他幼儿推广。

(2) 学习夹包跳。集合幼儿，让幼儿站成大圆圈。老师交代活动名称，进行示范讲解：两脚前部夹紧沙袋，跳起用力抛出。幼儿练习。老师巡回辅导，让动作完成好的幼儿做示范。鼓励幼儿间展开比赛，看谁的沙包投得远。

(3) 集体夹包跳比赛。让幼儿站立于斜线上，交代比赛规则：听信号，每队第一名幼儿开始连续夹包跳行进至前方，拿起沙包快跑回来，交给下一位同伴，哪队先跳完为胜。

游戏“堆雪人”。

此活动还可以在户外活动中鼓励幼儿自创玩沙包的多种方法。以达到培养幼儿与同伴间的相互合作能力。

大班健康快乐的我教案篇三

1、了解家里容易引起烫伤的物品。

2、知道轻度烫伤的简单处理方法。

了解家里容易引起烫伤的物品。

知道轻度烫伤的简单处理方法。

1、烫伤的图片。

2、幼儿用书。

一、谈话引出活动，引导幼儿说说自己的经历。

1、师：昨天，老师看到一则新闻，新闻中报道：“妈妈正在

家里烫衣服，这时候电话铃正响起，于是妈妈去接电话，这时候四岁的儿子跑过来用手去摸热烫斗，手被烫伤了，大哭起来了！”这位小朋友为什么哭了？(手被热烫斗烫伤了)

2、师：你被烫伤过吗？怎么烫伤的？(请幼儿讲讲自己的烫伤的经历)

师小结：有的孩子被烫伤过，有的孩子没有烫伤过。

二、教师通过讲述故事《烫伤的文文》，引导幼儿讨论烫伤后的处理方法。

1、教师讲述故事后提出问题。

师：故事里，文文为什么被烫伤？

师：妈妈给文文处理烫伤的方法对吗？应该怎么做呢？

2、幼儿讨论后回答。

师小结：妈妈用凉水帮助文文冲烫伤的部位是正确的，当时在冲凉水之前，妈妈不应该把文文的衣服脱下。如果烫伤面积较小，只是发红，有轻微疼痛感，应立即将烫伤处放在冷水中浸泡降温，然后涂抹烫伤药就可以；如果是烫伤面积较大，而且还发生脱皮、起泡等现象，这时应该及时请大人帮忙处理，尽快去医院就医。

三、了解生活中容易烫伤自己的物品。

1、师：平时我们的生活中有哪些东西会让我们不小心被烫伤呢？(请幼儿进行讨论回答)

2、师小结：平时在我们的生活中，在幼儿园，每天的热的饭菜、热的餐点、饮水机里的开水我们要注意，不能再周围玩耍；在家里，热烫斗、热水壶、热汤、开水、取暖器这些东西

都要注意，不能随意的玩。

四、学习避免烫伤的方法。

2、幼儿根据自己的日常生活经验回答。

师小结：在家里遇到烫的物品时候，我们应该远离的远一些；如果食物很烫，我们就要等它凉一些再吃；不要再很烫的物品或食物周围玩耍，以免烫伤。

大班健康快乐的我教案篇四

教师说：今天小朋友都带了爸爸的鞋，我们每人去取爸爸的鞋，看看爸爸的鞋是什么样子的？再看看跟小朋友自己的鞋有什么不一样？有没有穿过爸爸的大鞋子呢？小朋友你们换上爸爸的'大鞋子走一走，试一试，看看有什么感觉？穿着大鞋子，比赛走路。幼儿分组站在场地的一头，听指令开始比赛，教师引导幼儿尽量平衡自己的身体。

我开展一次游戏活动课《爸爸的大鞋子》，目标是能穿着大鞋子协调地行走，发展平衡能力，体验穿大鞋子模仿爸爸的趣味。刚开始我问孩子们穿过爸爸、妈妈的大鞋子吗？孩子很高兴的说穿过，但也有一些孩子说没有，我让孩子把眼睛闭上，拿出我的大鞋，睁开眼睛孩子笑着说是老师的鞋子，“这是爸爸的鞋子，今天我们来体验一下穿大鞋子”先请一组的小朋友穿自己的鞋子走啊，跑啊，然后在穿上大鞋子感觉和穿自己的大鞋子有什么不一样，学一学爸爸走路的样子，让孩子说说自己的感受，气氛很好，孩子都很活跃也都想来尝试穿大鞋子，“老师，我来”看到他们都很感兴趣。这堂课的氛围很好，教具准备也很足够，那么多的鞋子让每一个孩子都来尝试。

大班健康快乐的我教案篇五

拉班运动方式创始人鲁道夫·拉班，这种运动理论是用来观察你的整个身体和有关系的各部分如何相互作用以及和周围环境是如何相互作用的。

拉班和费登奎斯（进行这种运动时只要求你思考你的感觉）和亚力山大（这种运动要求你提高对日常运动的感知力）有些不同。拉班运动方式是非常特殊的练习，其目的是想象对于在不同条件下身体应该如何运动这个问题，自己感觉并具有较强的感受力。通过你想让身体怎么做，你的身体动作就配合起来达到运动的目的。

走是最基本的一项动作技能。为了满足孩子对各种“走”的好奇心与活动欲望，我就有目的地组织了本次活动。旨在引导幼儿运用拉班运动方式探索和尝试身体的各种移动方法，结合其他几个纬度的练习从而丰富对身体各部位功能的认识，激发他们对身体游戏的兴趣，最终达到身体运动健康锻炼的目的。

活动目标

1. 认识自己身体各部位的不同作用，尝试运用身体不同部位移动身体，提高身体的灵活性和身体动作的表现力。
2. 积极探索新的动作，独立或合作设计完成动作，发展创新技能。
3. 在活动中体验身体游戏的乐趣，培养互助合作的精神。

活动准备

1. 音乐磁带。

2. 课件图片。

活动过程一、准备活动1. 热身运动“健康快乐动起来”。

师：“小朋友们，你们喜欢做运动吗？和我一起来做运动吧！”

幼儿随着音乐，在老师语言提示下，创编动作：

“游泳，跳绳，拍球，拳击，走路，举重，跳高，跑步，射击，艺术体操等动作。”

2. 交流活动“运动的累了吧，走成圆圈坐下来休息一下吧。”

问：“刚才我们都用了身体哪些部位，做了什么动作？”

幼儿个别交流并作示范。

二、探索活动(一)自由探索移动方法1、“我们身体的各部位还可以做很多动作，你们平时走路是什么样的呢？”

2. “如果不用小脚走，你可以用其他部位的动作来代替小脚走吗？”请个别幼儿示范。

3、“现在请你们做一个和平时走路不同的动作在我数到3之前把你们的身体移到老师身边来，大家试试看，比比谁的办法多。”

鼓励幼儿独立尝试或自由选择同伴合作。

(二)相互学习移动方法1. 幼儿之间相互学习“你是怎样移动身体的？”个别上台交流并演示自己的动作后，集体跟学，教师数数，控制时间。

2师幼之间相互学习“老师也想到了几种好办法，一起来看看吧！”教师示范。

“谁知道我是怎么做的？”

集体尝试，边看边模仿动作。

(三)游戏：奇妙的方法上小学1、以神秘的口吻激发兴趣：“今天我要用特别的走法带你们去一个地方，你们看，那是什么地方？”（看课件）“小学里要学很多知识想去看吗？”

2、“可是去小学要经过草地、小桥、石子路。一路上我们可以用什么方法来通过呢？”师幼讨论通过的方法，选择比较合适的动作。

3、幼儿自由尝试想象各种动作通过各个场地。然后在教师的带领下选择合适的动作经过各个道路。

4、用各种方法到达小学，欢呼胜利，并欣赏各类数字。“我们终于到小学了，看看里面有什么知识。”全体随机读数字。

三、放松活动1. 放松游戏“数字造型”：“小学里有数学知识，那我们的身体能变成数字吗？”幼儿单独或相互合作，尝试用肢体动作表现数字造型。

2. 请个别幼儿示范全体学习。

3. 小结：“我们的身体真灵巧，会做那么多有趣的动作，还能脚不沾地做高难度动作走路，所以我们要爱护身体的每一部位，平时多锻炼，有了健康的身体你想变什么就有什么。我们的身体也累了，该休息了，现在回家吧。”

(在舒缓的音乐声中幼儿走回活动室)

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

大班健康快乐的我教案篇六

1、想办法把报纸变一变，并利用所变物体进行简单的体育游戏。

2、锻炼幼儿动手动脑的能力，体验自主活动的乐趣。

报纸、透明胶、纸箱。课前观看亚运会的比赛录像。

1、导入活动

(1) 小朋友们都看了亚运会的比赛，都认识了哪些运动项目？

(2) 今天我们来想想办法，把报纸变一变，可以做这些运动项目吗？小朋友们试试看。

2、创造性的制作活动

在幼儿制作运动“器械”时，教师发现有些幼儿无法完成制作，有些幼儿制作的器械又软又不牢固时，要引导幼儿动动

脑筋，互相学习，尝试解决问题。

3、自主游戏

(1) 引导幼儿用制作的“器械”进行活动。可以自己玩，也可以和伙伴一起玩。

(2) 引导幼儿想出多种玩法，逐渐完善玩法。

4、交流分享

你刚才玩了哪个运动项目？你和谁一起玩了什么项目？你们是怎么玩的？

(1) 请一幼儿做扔纸棒的动作，引导大家说说这像什么运动。

4、比赛

教师与小朋友制作跨栏，并进行跨栏比赛

5、放松运动，结束。

大班健康快乐的我教案篇七

1、探索在环状器具中前进的方法。

2、体验探索身体运动的乐趣。

1、环状器具。

2、丰富有关甲壳动物的知识。

1、活动身体

教师做海龟妈妈，幼儿做海龟宝宝，一一躲在“壳”（环状器具）内。音乐响起，幼儿从“壳”里钻出，在教师的带领下做热身运动。

2、自由探索交流

（1）提问：海洋里除了海龟有壳以外，还有哪些动物是有甲壳的？（幼儿自由发表意见。）今天，我们就来学学甲壳类动物是如何前进的。

（2）引导幼儿分散自由探索。

（3）引导幼儿交流玩法，说说自己模仿的是什么动物，鼓励幼儿相互学习各种前进的方法。如：双膝双手着地爬、双手扶壳蹲走、滚动前进、匍匐前进等。

3、探索快速前进的方法

（2）鼓励幼儿分散探索快速前进的方法。

（3）请方法好、速度快的幼儿演示、交流，幼儿再次相互学习。

（4）带领幼儿按各自的动作向指定目标快速前进。

（5）引导幼儿练习在壳中快速前进，达到快速前进的目的。

4、放松身体。

一起做放松运动，自然结束。

大班健康活动教案：保护牙齿

大班心理健康教案

大班健康惊蛰优秀教案

大班教案健康心情播报

大班教案《我爱健康》

大班健康教育活动方案

大班生活活动教案

大班健康粗粮小吃店教案

大班健康快乐的我教案篇八

1. 探索布袋的多种玩法，尝试用购物袋练习双脚跳。

2. 体验布袋的多种游戏带来的'快乐感受。

1. 购物袋

2. 纸盒

1. 热身运动。

——孩子们，今天我们一起出发去运动，好吗？

幼儿听音乐做热身运动。

2. 尝试探索布袋的的多种玩法。

——打开布袋可以怎么玩呢？

——幼儿自由尝试探索。

——集体交流：怎么样能稳稳地跳呢？

——随着音乐节奏的快慢跳。

3. 布袋跳障碍。

(1) 盒子竖放障碍（将盒子竖起摆放当作树林）孩子们绕盒子障碍物以s形到对面。

——交代要求：前面有一个个小树林，我们要提着布袋，跳s形过树林。

——个别示范。

——小组鱼贯练习。

(2) 盒子靠拢平放（将盒子平放并拢变成小路）

——交代要求：看，前面有一条小路，我们要跳着经过这条小路。

——小组练习跳。

——集体交流。

——个别展示。

(3) 盒子分开平放（将盒子平放变成较宽的篱笆。）

——这个宽宽的篱笆你能过这些篱笆吗？

——个别示范。

——幼儿挑战。

(4) 综合场地布置，挑战过复杂的路。

——交代要求：跳过小树林，绕s形过树林，越过篱笆。

——幼儿随着音乐游戏。

4. 放松运动。