

最新健康活动教案及反思 饮茶与健康教学反思(通用9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。写教案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

健康活动教案及反思篇一

这节课也存在着一些不足：

一如何对待学生提出的问题：

对学生提出的问题，教师整理得较好，整理成了三大类别，但这三大类别，或者说三个问题都是比较的，其实，下健康还可以有一些小问题，老师应该把学生提出的一些问题归纳到大问题之下，而不应该把这些小问题删掉，学生可以从大问题中选择感兴趣的小问题进行研究，因为，往往问题越小，越容易操作。

二如何进行小组合作

综合实践活动倡导团体学习与协同学习。为了提高本堂课的学习效率，老师可以分成几个大组，每个大组又可以分成几个小组，分别研究不同的问题。相同的问题可以在一起研究，充分发挥集体的智慧，这样效果更好。

三如何更有效地交流。

应该说，这节课，教师对学生的自主探究很重视，但学生的交流方式比较单一，特别是研究之后的结果，因为时间关系，很多学生没来得及上传，集体交流基本没有。整合以后，交

流形式应该更丰富：生生交流、生机交流、师生交流等等，应该是一种立体化的交流模式，这一点，老师做得不够。

四如何进行评价

评价不应该是形式，不应该简单为：你收获了什么？还应该对学习过程中自己的各方健康表现进行反思，不仅仅对个人进行反思，对小组、集体的活动进行反思。这一点，在本课堂上是做得不够的。

这是一堂较为成功的综合实践课，我觉得她主要的成功之处在于：

一、坚持活动从生活中来，回到生活中去

综合实践活动课程强调：学生要善于从日常生活中发现自己感兴趣的问题。这位老师健康向学生的生活实际（你每天的早餐是什么？）引出研究课题，早餐与健康的关系，应该说，这对学生来说是非常感兴趣的，有了兴趣，学生才有了研究动因。同时，在课堂的最后，在学生经过初步的研究活动后，又回到学生生活实际，解决学生的实际生活问题：如何健康更有营养的早餐。

二、坚持学生的自主选择 and 主动探究，为学生个体充分发展创造空间

1、教师充分地尊重学生，让学生提出自己感兴趣的问题，并且有自己的选择权，可以研究自己最感兴趣的问题。

2、注重培养学生的问题意识，对学生提出的问题进行分类归纳，有些问题不一定能很好地开展活动，教师在活动中应该注重问题的整理和删选，这对学生以后自己学会选择问题，整理问题是非常有好处的。

3、信息技术为学生的自主研究提供了支撑。

信息社会中，信息素养已经成为社会文化的四大支柱。如何利用信息技术为我们的`教学服务，学生如何利用信息技术为自己的学习服务？信息技术与课程整合，就是让学生成为学习与认知的有效工具。

综合实践课堂强调学生的自主探究活动，而在这堂课里，网络为学生自主研究提供了

可能，学生利用网络：获取和贮存信息（选择自己最感兴趣的资料进行浏览，突破了时空的局限，信息量大，且可供选择），整理信息（学生在word里修改，整理等），交流信息（学生利用bbs发表自己的见解，和同伴、老师交流）。这些都是非常可取的。

三、摆正了教师的地位和角色。

健康活动教案及反思篇二

五月中旬，在陈**老师在指导以及同组教师的合作备课探讨下，我在水头一小上了一堂主题为爱的礼物的心理教育课。下面我就这节课作如下反思。

1、由于执教班级四年级学生较为活跃，所以上课之前，与学生做好了约法三章：学会倾听，学会尊重，学会保密。这些课前约定为后面课程的顺利进行起了很大作用。

2、以父母送的各种礼物引入话题之后带着学生观看了一段视频，选取的内容是学生磊磊与妈妈之间发生的矛盾争吵，由于贴近学生的生活更容易引起学生共鸣。

3、成员分享“爱的表达”选取优秀的爱心卡片，在幻灯片上显示。总结感受爱的表达可以有很多很多，这些都是我们同

学非常用心的爱的表达，我相信爸爸妈妈们一定能够感受到我们到这份爱。我们与爸爸妈妈之间的那份不理解也会慢慢消融。

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

健康活动教案及反思篇三

（由于我们学校地处山区，到了冬天就特别的冷，为了让孩子们在冬天有一个健康的身体，能够安全、快乐的度过冬季）

1、让幼儿知道冬天天气寒冷时，要多穿一些衣服，多运动及吃热的食物等，注意保暖。

2、要加强锻炼。

让幼儿加强锻炼，同时注意保暖

教具准备：

热饮料、穿着单薄的洋娃娃

开始部分：

谈话引出活动内容：

师：“小朋友们，已经是冬天了，你们冷吗？”

生：“冷”

师：“那很冷怎么办呢？”

基本部分：

1、引导幼儿根据自己的体验讨论天气冷了怎么办，让他们知道天气冷时要多穿衣服，出门戴手套、围巾和帽子，还可以锻炼、喝开水等，让身体暖和起来。

2、带领幼儿进行冷暖体验活动。

（1）带领幼儿到户外锻炼。

（2）回教室喝点热饮。

结束部分：

游戏“帮助娃娃过冬天”

（1）出示穿着薄衣服的洋娃娃，请小朋友想办法：怎样使洋娃娃不冷呢？

（2）教师采纳幼儿的意见，为洋娃娃穿上冬装或让洋娃娃进行各种御寒的活动。

通过这次健康活动，使小朋友们知道了如何在冬天做好保暖措施，不让自己冻着，但在以后的时间里，还要时时处处提醒幼儿在冬天不要喝冷饮，要多穿一点衣服，以免自己感冒

了！

健康活动教案及反思篇四

歌曲《过新年》是一首欢快、热烈的儿童歌曲，歌曲采用了汉族民间音调和特点，曲调欢快、活泼，“咚咚锵”的反复出现，为歌曲增添了热烈欢快的节日气氛，生动形象地描绘了孩子们喜气洋洋过新年的欢乐情景。

教学中，我通过学唱曲调、接唱歌词、为歌曲伴奏、锣鼓镲乐器伴奏、学跳秧歌等环节来丰富本节课教学，由于本节课设计的内容较多，所以个别环节进行的不够充分、完整，比如1、应该先教唱曲调，才能进行曲调接龙的游戏。对于二年级的孩子来说，接龙的音要少，最好是每一句的最后一个音，这个音一定要唱准，最好带柯尔文手势，不要着急进行下一个环节。学唱曲调后可以模唱，当然对《过新年》这首简单的歌曲来说，不需要模唱。2、每堂课教授的每个环节语言尽可能简练，更多的让孩子听、唱、表现。3、不要说出来这里唱的不好、或唱错了，可以说，你们听老师是怎样唱的。4、还有课堂预设方面要加强，比如，乐器锣和镲很多孩子是第一次见到，更是第一次使用，他们会觉得特别新鲜，既然新鲜，就会控制不住表现出特别兴奋，还有，为了更好地让孩子们进行音乐活动，本节课还第一次尝试没有桌子的课堂，孩子们挨着坐在一起，难免会前后左右的碰到，那课堂秩序方面就不如之前好了，这也为课堂管理增加了很多难度，这些都是课前预设没有预设到的，这也就需要课堂上多些灵活应变的能力。

有位老教师曾给我说过这样的话：“你怎么课前没预设好课堂，也没有提前试过学生，怎么就敢让学生尝试完全新鲜的东西，自己也尝试新鲜的课堂呢？预设不好的课堂怎么就算是你备好了的课呢？”仔细想想，评价的真的很有道理，细想我们的音乐课，不是环节丰富就是好的，真的是课堂内容不能太多，重点掌握住每个重点，解决其中的难点，让孩子

们学会才是主要的；小学音乐课最重要的不是知识点讲述，课前预设、课堂管理才是上好一节音乐课的关键。我应该根据孩子的学习和掌握情况果断的舍掉1—2个环节，这样重点就会突出，难点会解决，课堂也就会有层次感。

要把课前预设、课前备课、课堂管理、学生的情况等准备的非常充分，才算是备完整了一节课，孩子们尝试了新鲜的东西，自己也尝试了新鲜的课堂，现在反思觉得准备的还不够充分，既然发现了很多不足，就要像以前一样，多向梁老师还有其他优秀教师学习，还有网络学习，多学习别人好的教学环节、教学衔接、课堂组织、课堂管理等，还要多向别人请教课堂预设等环节。还要多请老师们听课、评课，才能发现很多自己发现不了的缺点，才能更好的促进自己教学的提高。今后还要在课上反复斟酌，多下功夫才行。

健康活动教案及反思篇五

本课的教学设计主要体现在以下几方面：

1. 用心研究，深入了解教材的意图。

营养学研究发现，维持人类生命健康至少需要42种以上的营养素，其中包括各种蛋白质、脂肪、淀粉、维生素、矿物质和水等。而这些营养素必须通过摄入各种不同的食物来实现，由于各类食物所含营养成分不同，因此我们的日常饮食要注意科学、合理地搭配，以求达到人体对营养的需求平衡。本课的教学目标主要是能反思日常饮食的情况，利用查阅书刊及其他信息资料，积极主动地探究饮食健康，学习科学搭配自己的饮食，做到均衡营养，养成良好的饮食习惯。因此，在深入了解教材编写意图的基础上，为了达到上述目标，教学中我以活动为主线，由浅入深。

首先让学生交流自己的饮食科学吗？谈谈自己的早餐饮食情况。然后出示教材中常见的四种早餐配餐方式，分别是以肉

类食品为主的配餐、以腌制食品为主的配餐、以油炸食品为主的配餐、以甜食为主的配餐。让学生观察后，说出自己喜欢吃的类型，大家共同交流各自的想法，并提出自己的建议，由此学生初步认识到平时饮食中的一些不合理现象。接着，让学生认识营养学家们的合理饮食标准，凭借理论基础和生活经验自己设计一份合理的一日三餐。此时，进一步深入，除了饮食结构要合理外，还要注意什么？让学生更深入地体会到只有养成良好的饮食习惯，才能更健康的成长。最后，利用所学的健康饮食知识，举办一次手抄报活动，进一步激发了学生课下继续探究的兴趣。

2. 耐心引导，以学生为主体，发挥教师的主导作用。

“学生是科学学习的主体。”科学课堂教学中要立足学生的角度，努力体现以每一位学生的发展为本的教学理念，努力体现课程标准对该课程的要求。教学中我就从围绕学生做文章，努力贴近学生的最近发展区，把关注的中心放到了学生身上。课前我让学生仔细调查自己的早餐饮食情况，并多方面、多渠道了解一些健康饮食知识，为学生的探究交流作好了铺垫。因此，学生在课堂上就能畅所欲言，充分发挥自己对健康饮食的认识，也避免了教师讲学生听的现象。然后在怎样合理搭配食物、如何合理地设计一日三餐、怎样做才会有益于我们的健康活动中，充分以学生为主，学生自主探究。当然，教师的主导作用这时不能忽视。教学中，我适时、恰当地引导，充分发挥教师的主导作用，在学生探究过程中，关注了学生思维的发展，及时解决了学生注意力不够集中，思维不够活跃的问题。立足于学生的学习效率，从学生的学习角度出发，多进行换位思考，分析过程与方法。在学生对生活要科学饮食有一个初步认识的基础上，我及时引导：“你认为怎样搭配食物才合理呢？”这时没有让学生盲目地去自己设计自己的饮食，而是出示了营养学家的合理饮食建议，并配以食物金字塔图片，让学生真正理解这个饮食标准所说的意思，然后结合自己的理解和生活经验，再设计一份合理的一日三餐，这样由浅入深，和谐自然，水到渠成。

3. 精心设计，从生活走向科学，让科学回归生活。

这主要体现在课的开头、探究和结尾。从生活走向科学，课的开始，我利用学生最经常的“早餐吃了什么？”这一问题来导入，对于早餐学生表达出了自己的看法。联系自己的生活实际，学生发现日常生活中有很多不合理的饮食现象，从而认识到合理饮食的重要性，激发起了学生探究的欲望。

在进行“如何饮食才健康”的探究活动时，我也充分利用学生的生活实际来引导学生进行探究。开始我让学生说说早餐吃了什么？然后交流汇报，有的说他的饮食科学，有的说他的饮食合理……这时让学生进行评价，并提出自己的建议，学生初步认识到自己日常生活中饮食的诸多不合理，从而对合理搭配自己的饮食有了新的认识和看法。这时，让学生依据营养学家提供的食物金字塔，对自己的一日三餐进行合理、科学地搭配，学生们表现出了极高的兴致，纷纷动手设计。汇报展示中，学生们迫不及待地想展示自己的设计成果，都争着想当一名营养学家。

学习科学是为了更好地生活。最后，我设计了这样一个问题：“你今后将怎样合理的安排自己的饮食？”学生纷纷发表自己的见解。由此可见，学生对健康饮食的认识上了一个新的台阶。接着，我让学生利用所学知识对家里的饮食情况提出合理的改进方案，并举办一次以“营养与健康”为主题的手抄报评比活动。这样设计，以生活开始，到生活结束，落实了“让科学回归我们的生活，服务于我们的生活”这一课程理念。

健康活动教案及反思篇六

体育引导课一般是指每学期开始的第一节室内讲授课。它的目的和任务是通过有关情况介绍和说理，去动员与组织学生认真上好体育课。教学实践证明，认真上好每学期的引导课，对提高教学质量有两点好处：

一、有利于集中学生的注意力

学生经过较长时间的假期休息后，思想容易分散，注意力一下子未能转移到学习上来。如果上好新学期的第一节引导课，就象部队做好一次战前动员那样，有利于提高学生对体育课和课外活动的认识，调动他们上好体育课、积极参加课外活动的热情，使课堂教学迅速进入正常化。

二、有利于学生完成学习任务

学期开始安排体育引导课，向学生讲明体育教学工作计划，使学生做到心中有数，明确学习任务，根据新学期体育课考核的项目、标准、时间和自己的实际情况制定计划和措施，按教师的要求抓紧时间训练，有利于更好的完成教学任务。

健康活动教案及反思篇七

今天，给同学们上了一节《学会原谅》心理健康活动课，上完课后，细细琢磨了半天，想了些心理健康活动课的一些方法和意图：

一、课题导入注意创温馨的课堂氛围

宽松、民主、和谐、温馨的教学氛围是心理健康教育课实施的起点，是激活或唤醒学生心理活动的“起搏器”，是诱发学生积极行动的外在因素。人们常说：“良好的开端是成功的一半。”所以，课题导入对一堂课的成功与否起着至关重要的作用。下面谈一下我用到的情境创设法。

1、妙用故事法。同学们都喜欢听故事，生动有趣的故事能牢牢地吸引他们，启发其思考，这也是我惯用的导入新课法。

此外，我使用的情境创设还有多种，如：问题讨论法、情感感染法、开门见山法等等。但无论使用哪一种方式，我都因

活动内容而定，正因为情境的创设适合了学生的年龄特点，适合了活动内容，才达到了一石激起千层浪的效果。

二、教学内容要灵活，以满足学生的心理需要

我根据学生年龄特点、认知规律、学识水平和已有的生活经验，自行增删、调整教学内容，找到学生感兴趣的话题、关心的热点问题或迫切需要解决的问题，在我的引导下，学生会很投入地主动参与、积极探讨，从而实现心理上的成长。

三、关注体验和分享

表演结束，表演者都谈了自己的真实感受，从中不难悟出：文明礼貌的语言、行为让人心生感动，会化干戈为玉帛；反之无礼、冲动、不肯包容的行为会使冲突升级，参与分角色表演的同学对“若冒犯了别人，能否主动说对不起”而产生的不同结果感同身受，相信通过这样的体验，今后遇到类似事件，这几位同学肯定会做出正确的选择。而台下的同学虽然没能设身处地的去表演，但他们通过观看，听表演者谈感受，还是分享了表演者的真实体验，可以说，类似这样的角色扮演、体验情感的活动方式，促进了全体学生心理素质的协同发展和提高。

健康活动教案及反思篇八

今天上午的汇报课上完以后，感触颇多。其中优缺点我也仔细回味了一下。

“过新年”是中华民族盛大的节日。中国人过年，过的是团圆，过的是欢庆，过的是祝福，过的是吉祥。对于孩子来说更是一种快乐和满足。基于我对“新年”的这种理解，在设计这节课的时候，我力求做到：在活动中感受文化，在小组合作学习中，培养学生创新意识。

一、在活动中感受文化。

“过新年”这个题目中包含着太多的民族民俗文化内涵。我在导入新课时，让学生通过上网查资料并进行汇报，了解了我国各族人民及世界各国过新年的不同风俗及习惯。例如：侗族的“芦笙节”，彝族的“跳虎节”，德国的“跳进新年”，西班牙的“吃12颗葡萄”。学生发言踊跃。

二、小组合作学习。

本节课我尝试着让一年级的学生在音乐课上进行小组合作学习。刚开始，大家还进行的不错，后来学生们都变成了以绘画为主要表现形式，来表现过新年的喜庆气氛。学生没有完全按照我设定的教学程序走，这时我急了，如果当时让孩子画完画，再上台展示一下，不是更好吗？或是提前分好组，一组用锣鼓伴奏，一组用筷子伴奏，一组进行绘画以绘画的形式来表现过新年，一组跳秧歌舞等等。

总之，如何更有效地在一年级学生中进行小组合作学习，有待于今后我不断地探索。

健康活动教案及反思篇九

《蔬菜与健康》这个活动中，以“我认识的蔬菜有哪些特点”及“根据蔬菜的特点尝试归类”的活动来体现学生的自主学习。我在课堂上通过组织学生的探究和交流活动。在探究活动中，采用小组合作的学习方式，促进学生的相互认识、相互学习、相互交流和团结协作。在探究和交流活动，引导学生能发现问题、提出问题，进行探究性学习，并体验探究带给自己的乐趣。这是这节课的亮点。

比如引入课堂时，通过猜蔬菜，由生活走入课堂，又让蔬菜以人化的娃娃形象出现，直观、亲切、有趣，从而激起学生的兴趣。另外学生在动眼、动手、动脑、动口中认识了更多

的蔬菜，既学到了知识，同时也学会了与人交流，在“问”与“被问”中还学会了欣赏自己与欣赏别人。在探究蔬菜的吃的部位时，出示大家不认识的蔬菜，学生的注意力集中了，求知欲被激起。让学生自己想办法探究苦瓜与黄瓜的异同点，点燃了学生思维的火花，激发了学生探究与创新的欲望，使学生在不知不觉中、在充满热情的状态下愉快地学习并发展自己。

前面是通过个体研究而让学生掌握探究的方法，这一步则是探究方法的运用。至于研究什么蔬菜，怎么研究都由学生自己决定。学生自始至终是积极主动的参与者，教师主动与学生交流，充当鼓励者、帮助者的角色。在学生的“我发现……”“我也发现……”的汇报交流活动中，唤起了学生对探究过程的回忆，既汇报了研究成果，又梳理了研究方法，这些陌生或熟悉的蔬菜的特点，不是老师向学生讲解的知识点，而是学生们独自探究的“伟大成果”，从而坚定了学生继续探究的信心。最后出示的儿歌是整堂课内容的高度概括，有助于学生总结归纳能力的提高，更有利于培养学生从小养成爱吃蔬菜、常吃蔬菜的良好习惯。总之，记住它也是一种收获。

虽然蔬菜每天和人打交道，但所涉及的内容量大，知识面广，特别是各种蔬菜吃的是植物的哪一部分，都要老师亲自去查阅、请教，去实践、体会，在这个过程中，我也学习着，提高着，充实着自己。在教学过程中，面对一些无法预见的，从未经历的教学情境，教师的课堂调控能力，教学机智水平明显不足，课堂评价语激励性不强，显得平淡、苍白，而教学能力的提高是“冰冻三尺非一日之寒”，课堂教学提醒我，要不断加强自身修养，提高自身素质，使知识和心理素质在新的教学情境中不断提升和完善，为实现创造性地“教”而不懈努力。