

# 2023年小班运东西游戏 小班健康活动教案 (大全5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 小班运东西游戏篇一

1. 愿意在团体中大胆地表达自己的想法。
2. 养成良好的饮食习惯，努力做到不挑食，不偏食。
3. 初步了解食物与健康的关系。

小狗和小狗妈妈的手偶。

1. 导入活动：欣赏故事《好宝宝不挑食》，明白挑食的危害。

(1) 教师戴上手偶，讲述故事《好宝宝不挑食》，引导幼儿发现挑食会对自我的身体有危害。

教师：小灰狗有一个不好的习惯是什么

(2) 教师提出问题，引导幼儿了解，因为挑食，小灰狗越来越瘦，身体也越来越差，所以差点儿被风吹跑了。

教师小结：小灰狗因为挑食，越来越瘦，身体越来越差，所以差点儿被风吹跑了。

2. 根据故事资料讨论。

(1)教师以故事中狗妈妈的口吻提问，小朋友有没有像小灰狗那样的挑食习惯

(2)教师引导幼儿说说如何来帮忙小灰狗改掉挑食的习惯。

教师：我们应当对小灰狗说什么我们应当为小灰狗做些什么

(3)教师小结：小朋友此刻正是长身体的时候，身体需要各种营养。如果挑食，就会使小朋友的身体缺少营养，最终像小灰狗一样，长不高、长不大，浑身没有力气。

3. 说一说、想一想。

(1)教师结合班上幼儿普遍挑食的情景，找出这些食物的图片，帮忙幼儿了解这些食物的营养价值。

教师：这些食物中哪些是你吃过的哪些是你喜欢吃的

教师：它们对小朋友有哪些营养价值呢

(2)教师小结：牛奶--是补充钙，让小朋友长得高而壮；鱼肉、羊肝--让小朋友的眼睛更加明亮；肉--补充热量，让小朋友更有劲儿。

活动延伸：

师生一齐了解当天的食谱，请幼儿说一说相关食物的营养价值，鼓励幼儿在进餐时吃一些自我不爱吃的食物。

## 小班运东西游戏篇二

1. 了解抹香香的简单方法，并乐意理解与尝试。

2. 明白天冷要保护皮肤，养成良好的生活习惯。

初步学会抹香香。

1. 一个包装好的礼物盒、各种香味不一香香（放在桌上）。

2. 环境创设：活动室周围摆放若干镜子，自编儿歌《抹香香》。

一、猜一猜：激发抹香香的兴趣导入：今日真开心，朋友送我礼物，想看看吗？（想）

1. 教师神秘地拿起盒子，你觉得会是什么东西呢？（自由发挥）

2. 进一步引导：师夸张地做“闻”的动作“有一股香味，会是什么呢？（鼓励幼儿随意猜想）

二、说一说：调动孩子生活经验

小结：宝宝霜，香喷喷。

2. 回忆经验抹过香香吗？抹过什么香香？为什么要抹香香？

小结：天冷了，皮肤很干燥，香香抹在脸上会很舒服，能保护皮肤。

三、抹香香：学学抹香香的方法

1. “香香怎样抹的？谁来试一试？”请个别孩子进行操作。

(1) 先请一位幼儿任意涂，让幼儿观察，你发现什么了？

a.皮肤上有的地方白，有的地方不均匀b.香香取多了，涂不了了（强调取少一点）

(2) 谁来帮忙他？（幼儿自我解决）

(3) 如果不需要帮忙，想什么办法自我解决呢？（出示镜子）  
小结：抹香香照照镜子，细细擦，抹均匀。

2. 师：（帮帮教师）“我也要抹香香，你们一齐帮帮我，好吗？”师边说边涂面油：宝宝霜，香喷喷，我要和你做朋友。蘸一蘸，点一点，照一照，抹一抹，抹均匀了吗？“快给我检查呀，我每个地方都抹到了吗？哦，每个地方都抹到了，我的脸好舒服。”

3、徒手练习抹香香的过程。

一齐来抹香香，“你们想抹香香吗？小镜子前有你喜欢的香香，去试试吧。”

小结：高兴吗？我们真高兴，我们会自我保护皮肤了，我们把香香放好，每一天都和它做朋友。

活动延伸：

小朋友们，今日回家后，我们告诉爸爸妈妈要怎样保护皮肤，怎样抹香香好不好？

附：儿歌《抹香香》

宝宝霜，香喷喷，我要和你做朋友。蘸一蘸，点一点，照一照，抹一抹。小手转一转，香香不见了。

## 小班运东西游戏篇三

让幼儿掌握正确漱口的方法

小班幼儿刚刚进入幼儿园，在生活自理能力和卫生习惯方面比较欠缺，缺乏自我服务的意识，而小班第一学期的培养目标主要是培养其良好的生活习惯和卫生习惯的养成，然后针

对我们班幼儿在近阶段的出现的饭后、点心后不会主动擦脸、漱口等现象，并根据我园近阶段的要求，因此我设计了本次活动。本次活动利用请客的方式激发幼儿参与活动的兴趣，并利用儿歌的形式帮助幼儿了解正确的漱口方法。

1、“今天老师给小朋友带来了礼物想不想知道是什么呀？  
（教师出示芝麻糖，让幼儿品尝）

“老师带来的糖好吃吗？哎呀，你们的牙齿怎么了呀？（引导幼儿发现牙齿上的黑芝麻，引导幼儿之间相互观察自己的牙齿）。

2、幼儿自由讨论清洁牙齿的办法。

3、教师总结：

牙齿脏了可以用牙刷刷牙，也可以用漱口的办法，可是幼儿园里没有牙刷，就让我们来漱口吧。那谁在家里漱过口的，请你来试一试。（请个别幼儿示范漱口）

4、请幼儿讨论漱口的方法是否正确。

5、集体学习：正确漱口的方法

（1）、教师演示：手拿小杯子，喝口清清水，抬起头，闭起嘴，咕噜咕噜吐出水。

（2）、幼儿边念儿歌边学习正确漱口的方法。（空手模仿）

（3）、请个别幼儿听口令做动作。

（4）、集体听口令，做动作。

6、漱口，幼儿拿好杯子喝水漱口，吐在水桶里。

7、照照镜子，比一比，谁的牙齿最干净。

## 小班运东西游戏篇四

1、幼儿探索爬的方法，掌握手膝着地爬的基本动作。

2、幼儿在“帮小狗搬家”等游戏活动中，巩固手膝爬的动作，进一步锻炼手脚动作的协调性和灵活性。

3、幼儿乐意参与体育活动，感受游戏带来的快乐。

重点：幼儿探索爬的方法，掌握手膝着地爬的基本动作。

难点：幼儿在“帮小狗搬家”等游戏活动中，巩固手膝爬的动作，进一步锻炼手脚动作的协调性和灵活性。

1、小乌龟玩偶；小狗图片

1、教师带领幼儿热身活动《太阳咪咪笑》教师：今天的天气真好呀！我们一起来锻炼锻炼身体吧！

2、创设情境，激发兴趣。教师：小朋友们表现的太好了！连小动物都想来和你们一起玩了，有一个小动物，身上有个重重的壳，走起路来慢吞吞，你们知道它是谁吗？（幼儿回答）教师：你们快看，小乌龟来啦！小乌龟想请你们去它的好朋友小花狗家去做客呢！乌龟宝宝们快跟妈妈出发吧！

3、设置游戏场地，教师带领幼儿练习手膝着地爬

（1）教师扮乌龟妈妈，幼儿扮乌龟宝宝

（2）教师带领幼儿自由爬：注意观察幼儿爬的方法，讲解一些爬的动作要领（有的孩子用手脚着地的方法爬行；有的孩子用“匍匐前进”的方法爬行；有的孩子用手膝着地的方法

爬行)

教师总结：刚才我看到有一些小乌龟宝宝爬的又快又稳，他们是手和膝盖着地进行爬行的，我们都来和他们一起学一学吧！

(3) 个别幼儿示范正确的手膝爬行，教师请所有幼儿一起练习手膝爬行。

#### 4、游戏“帮小狗搬家”

(1) 小组竞赛游戏：教师：宝贝们，小狗要搬家了，家里有好多的玩具搬不完想请你们一起帮忙，你们愿意吗？幼儿分两组，每人背上一个安装好肩带的小筐，从起点拿起一块泡沫积木放入背上筐中，爬行钻过桌子，到达终点将积木放入大筐中，幼儿依次出发，比比哪一队幼儿运得快。

(2) 集体游戏：

教师：乌龟宝宝们太能干了，小狗说：谢谢你们，快给自己鼓鼓掌吧！接下来我们一起来比比看，哪个乌龟宝宝爬的最快吧！设置好起点和终点线，所有幼儿起点准备，开始时一起爬向终点。

#### 5、整理及延伸

教师：乌龟宝宝们真能干，而且还特别团结，老师真为你们感到骄傲。今天你们还帮助了小狗，小狗很开心，你们是不是也很开心啊？那以后回到教室希望小朋友们也能主动去帮助别人，这样自己也会很快乐的，现在让我们来放松放松，休息休息吧。

整个活动下来幼儿的参与性很强，采用小背筐为道具，增强了幼儿的参与兴趣；活动设计由易入难，层层递进，让幼儿

在参与中自然掌握了手膝爬行的方法；另外，游戏情景的设置不仅增加了活动的趣味性还让幼儿在分组活动中感受到了合作带来的快乐。

## 小班运东西游戏篇五

- 1、乐于比较食物制作过程中的变化，激发探究周围食物的兴趣。
- 2、了解食物在某一特定条件下的形态变化。
- 3、初步了解油炸食物不利于健康，乐意少吃油炸食品。
- 4、知道人体需要各种不同的营养。
- 5、初步了解健康的小常识。

面包、包子、油条等食物、魔法棒、锅盖、课件。

一、魔法导入。

（教师把食物放到桌子上，锅盖盖住图片。）

——教师请一个幼儿上台，教师拿出魔法棒和幼儿们一起念魔法咒语变魔法。

——请一个幼儿上台打开锅盖。请在座的幼儿说说变出了哪些食物？（面包、包子、油条等）

——师：小朋友们，你们知道这些食物是用什么做出来的吗？（面粉）

——师：要将面粉做成以上这些食品，需要经过怎样的加工呢？我们一起来看看。

## 二、了解形态变化。

1、教师播放课件，了解食物形态的变化。

2、请幼儿分别说一说食物加工前后的变化。（面包、包子、油条、麻球、爆米花、棉花糖等）

3、（出示面包、包子、油条等）引导幼儿看看、尝尝，并用纸巾吸吸油，比较谁的油多。

4、小结：这些包点有蒸出来的、炸出来的、烤出来的、煮出来的等等，其中蒸出来的和煮出来的食物相对来说是健康的，幼儿可以常吃。炸出来的和烤出来的食物相对来说不太健康，幼儿应该少吃。

## 三、肢体变魔术。

——教师引导幼儿一起参与编出每种食物的相应动作，请幼儿站成一个圈，根据教师的指令变出相应的食物。例如：变变变，变成小面包。（所有幼儿做面包的动作）教师留意幼儿的创意性动作，并给予表扬。

教师可以在网络上找一些油炸食品的制作过程给幼儿看，让幼儿注意观察油锅里食物形态的变化。

1、有条件的幼儿园，可以带幼儿到厨房观看厨师制作包子的过程。

2、班级可以在幼儿家里举办制作糕点的亲子活动，让幼儿身临其境地感受糕点制作前后的形态变化。

## 区角活动

语言区：将各种食物加工前后的图片贴在语言区，让幼儿比较食品加工前后形态的变化，并用自己的语言说一说。

美工区：提供橡皮泥，让幼儿尝试搓包子、油条等食物。

环境创设：在主题墙上设置健康食品区和垃圾食品区，引导幼儿将各种食物的图片贴在相应的区域，引导幼儿区分健康食品和垃圾食品。

## 家园同步

1、请家长告诉幼儿哪些是健康食品，哪些是垃圾食品，引导幼儿注意饮食健康，少吃垃圾食品，并做到以身作则。

2、日常制作糕点时，支持幼儿一起制作，体验制作糕点的过程和乐趣。

随机教育：生活中的食品都是由大米、小麦、高粱、玉米等等农作物加工而来，这些农作物都是农民伯伯辛苦种出来的，所以大家要爱惜粮食，避免浪费。

老师根据幼儿年龄特点，注重教学趣味性用变魔术的方法激发幼儿的兴趣，运用多样化教学手段调动幼儿学习的积极性，使幼儿在认知能力和情感方面得到发展。通过观察比较，发展幼儿观察力，提高感知力，丰富了认知。