

中班健康活动套圈达人教案 幼儿园中班 健康活动教案(实用10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。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？以下是小编收集整理教案范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

中班健康活动套圈达人教案篇一

现在的家长和老师都很重视孩子智力培养，对于孩子在情绪情感方面关注的不够。在日常生活中，我常常发现孩子在活动中有时候会出现情绪不稳定，不能用正确的方法表达内心的情感。《3—6岁儿童学习与发展指南》中指出：健康是指人在身体、心理和社会适应方面的良好状态。中班幼儿能经常保持愉快的情绪，不高兴时能较快缓解。愿意把自己的情绪告诉亲近的人，一起分享快乐或求得安慰。因此，我设计了本次教学活动。

脸上的表情

:

健康领域

4~5岁

- 1、认识生活中的几种表情。
- 2、分享令自己开心、生气、害怕、难过的事情。
- 3、体验游戏带来的乐趣。

ppt表情王国、游戏道具

重点：幼儿能认识开心、生气、害怕、难过四种表情。

难点：幼儿能分享自己在生活中的事情。

一、情境导入

小朋友们，今天老师想和你们一起去参观王国，我们出发吧！

二、引导幼儿认识开心、生气、害怕、难过四种表情。

1、我们来到开心王国，这里的人们都是什么表情？请小朋友们表演一下自己开心的时候是什么样子的。

2、我们又来到了生气王国，这里的人们是什么表情呢？你们生气的时候是什么样的。

3、我们又来到了害怕王国，这里的人们又是什么表情呢？请小朋友们表演一下自己害怕时候的样子。

4、我们又来到了难过王国，这里的人们表情又是什么样的？请你们来表演一下自己难过时候的样子。

三、请幼儿分享生活中另自己开心、生气、害怕、难过的事情。

刚才我们去了四个王国，每个王国里面的人表情都不一样，他们分别是：开心、生气、害怕、难过。

1、咦，我们一起来看看，这位小朋友什么表情？他为什么开心呢？如果这个小朋友是你，你会因为什么事情开心呢？请小朋友来分享一下。

那我们一起看看这个小朋友为什么开心？原来是他过生日了！

2、这个小女孩怎么了？她为什么生气？如果是你，你会因为什么事情生气呢？（幼儿分享）那我们一起看看她为什么生气？原来是玩具被抢走了！

3、他怎么了？为什么害怕？你们有哪些让自己害怕的事情呢？（幼儿分享）我们一起看看他为什么害怕？原来是看见了一只大狼狗！

4、他又是怎么了？为什么难过？你们有哪些让自己难过的事情呢？（幼儿分享）我们一起看看他为什么难过？原来是小朋友们不和他玩！

5、我们一起认识了四种表情，也和大家一起分享了自己生活中所遇到的一些事情，大家都表现的特别好。接下来，我们一起来玩一个游戏。

四、游戏环节

游戏名称：《我会变变脸》

游戏规则：1、听音乐，判断是哪一个王国。

2、进入王国，与王国里的人做同样的表情。

五、总结

今天我们一起认识了生活中的四种表情，并一起分享了自己生活中开心、生气、害怕、难过的事情。

六、延伸

中班健康活动套圈达人教案篇二

1、学习使用筷子，体验活动的乐趣。

2、培养幼儿小手的灵活性和各手指配合的协调性。

3、培养幼儿小肌肉活动能力。

一、律动：手指操

二、教师出示筷子引入，并介绍它的来源和用途，激发幼儿操作筷子的欲望。

提问：

1、小朋友看看这是什么？

2、是用什么材料做的？

3、谁还见过用别的材料制作的筷子？

4、那用它来做什么呀？

5、你们都会用筷子吗？

6、那咱们班谁会正确使用筷子而且夹东西又快呢？

三、学习活动。

1、师：小朋友下面一起来做一个《夹豆子比赛》。教师发给幼儿每人一双筷子、一个盘子、里面十10粒豆子、一个空碗，让幼儿进行比赛。看谁夹豆子最快。

四、教师讲解正确使用筷子的动作要领。

（一）实践活动后进行小组讨论：

根筷子，小拇指自然弯曲。夹东西时，食指和中指向内弯曲，使第一根筷子靠紧第二根筷子。（发给幼儿一人一双筷子里

操作用)

五、进行巩固游戏，培养幼儿使用筷子的灵活性和协调性，培养幼儿小肌肉活动能力，落实了目标中的第二第三要求。

1、游戏《传糖比赛》幼儿接力的形式进行比赛。

2、游戏《看谁是胜利者》幼儿夹糖和豆子进行比赛。幼儿分组在规定的时间内看谁把糖和豆子夹得多。

3、每组评出夹得最多的幼儿，鼓励其他幼儿向他们学习，平时多练习使用筷子。

中班健康活动套圈达人教案篇三

1. 认识几种常见的禽蛋。

2. 会给煮熟的蛋剥壳。

1. 煮熟的鸡蛋、鸭蛋、鹌鹑蛋若干。

2. 有各种图案的画纸、糨糊、抹布。

3. 教师和幼儿都洗净双手。

一、游戏《奇妙的口袋》激发幼儿学习的兴趣。

教师：请每一个小朋友在神奇的口袋里摸一摸、猜一猜，是什么？

二、出示实物蛋认识、比较各种蛋。

教师：你摸到的是什么蛋？它们有什么一样？有什么不一样？

教师小结：这些蛋都是椭圆型的。鹌鹑蛋宝宝个子最小，穿

着花衣服。鸡蛋宝宝个子中等，穿着有一点点红的粉色衣服。鸭蛋宝宝个子最大，穿着有点绿有点白的衣服。

三、幼儿相互讨论，交流剥蛋的方法。

教师小结：先将煮熟的蛋敲裂，用大拇指拨开蛋壳，连着蛋壳内的膜一起剥掉。

四、让幼儿品尝剥好的蛋，提醒幼儿要多喝水。

五、蛋壳拼贴

让幼儿在画好的轮廓上贴上蛋壳。

本活动与孩子们吃点心环节衔接，剥好的鸡蛋作为点心提供给孩子们品尝。

中班健康活动套圈达人教案篇四

能坚持自己的事情自己做，并愿意主动为大家做力所能及的事。

每人一张白纸，彩笔，小印章。

1、日常指导。

(1) 在学习活动、区角活动以及器械运动中提醒幼儿注意手的运用，体验手的灵活、灵巧。

(2) 在幼儿进行盥洗、进餐时以及睡觉前后穿脱、叠放衣服时引导幼儿进一步感知自己有一双勤劳的小手。

2、结合班上的值日生活活动引导幼儿用双手主动为集体、为他人做力所能及的事。

3、布置墙面环境“勤劳的小手”，记录每个幼儿能用手做到的事情。

(1) 让每个幼儿在一张纸上印画自己一只手的外形，并在纸上写上自己的名字，然后教师帮幼儿将纸有序的贴到一面墙上。

(2) 每天离园准备时，教师和幼儿一起说一说，评一评今天谁的小手最勤劳，做了那些事情或者学会了做哪些事情，可以自荐也可以推荐。被选出的幼儿可以用教师的小印章在自己的“手印”上盖一个印章画。

(3) 每月根据幼儿“手印”上的印章数评出“天才小能手”。

4、请家长配合，让幼儿在家里也坚持自己的事情自己做，比如自己穿袜子、洗手帕、扣纽扣等。并能够帮助家人做一些力所能及的事。

中班健康活动套圈达人教案篇五

1、通过各种起跑的游戏，提高儿童快速起动的能力。

2、加强儿童听信号做出反应的能力。

小朋友成一路纵队围成一圈，前后保持一定的`距离，教师站于圈中进行指挥，小朋友们前进行绕圈走的练习。

第一步游戏：在行进中，教师喊自己的名字，听到要求后，所有小朋友们快速跑到老师的身边，抱成一团。

第二步游戏：在行进中，教师任意喊出班上二个小朋友的名字，听到名字后，此两名小朋友不动，其他小朋友快速分散跑到此两名小朋友的身边抱成一团。

- 1、被叫到的二名小朋友位于圈的两端。
- 2、教师注意安全的要求。

此类游戏可以借助器材来进行，例如：在小朋友围成的圈内或圈外相应位置，放两种至三种颜色的大呼啦圈若干，教师可以任意喊出某种颜色，小朋友们快速聚集到相应的圈内抱着团。

中班健康活动套圈达人教案篇六

1. 收集资料，了解人们是怎样过冬的。
2. 萌发自我保护意识和勇敢抗寒的。

1. 师生共同收集人们在冬天里的`生活、活动使用的物品、照片、图片等，布置在教室周围。

2. 挂图：人们在冬天里。

1. 幼儿自由观看、议论图片、照片、实物等。

2. 鼓励幼儿大胆介绍方法和资料内容。

3. 引导幼儿讨论：人们是怎样过冬的？人们在冬天里常使用哪些物品？开展哪些活动？

- (1) 身体保暖御寒：棉衣、大衣、帽子、围巾、口罩、手套等。

- (2) 利用取暖工具：煤炭、火炉、电炉、空调机、取暖器、手炉。

- (3) 增加户外体育锻炼：冬泳、冬季长跑、跳绳、拍球、

踢拉线纸毽子等。

(4) 开展玩冰、玩雪活动：冰雕、堆雪人、滑雪等。

4. 强调自我保护的重要性。不怕寒冷，上幼儿园不迟到；不要老呆在室内，不长时间开空调，保持空气流通；擦油保护手脸皮肤不被冻伤等。

5. 教幼儿学习儿歌《手脸要呵护》

中班健康活动套圈达人教案篇七

1. 收集资料，了解人们是怎样过冬的。

2. 萌发自我保护意识和勇敢抗寒的。

1. 师生共同收集人们在冬天里的生活、活动使用的物品、照片、图片等，布置在教室周围。

2. 挂图：人们在冬天里。

1. 幼儿自由观看、议论图片、照片、实物等。

2. 鼓励幼儿大胆介绍方法和资料内容。

3. 引导幼儿讨论：人们是怎样过冬的？人们在冬天里常使用哪些物品？开展哪些活动？

(1) 身体保暖御寒：棉衣、大衣、帽子、围巾、口罩、手套等。

(2) 利用取暖工具：煤炭、火炉、电炉、空调机、取暖器、手炉。

(3) 增加户外体育锻炼：冬泳、冬季长跑、跳绳、拍球、

踢拉线纸毽子等。

(4) 开展玩冰、玩雪活动：冰雕、堆雪人、滑雪等。

4. 强调自我保护的重要性。不怕寒冷，上幼儿园不迟到；不要老呆在室内，不长时间开空调，保持空气流通；擦油保护手脸皮肤不被冻伤等。

5. 教幼儿学习儿歌《手脸要呵护》

中班健康活动套圈达人教案篇八

1. 引导幼儿观察比较浸入了醋和没有浸醋的蛋壳，了解酸会腐蚀牙齿。

2. 使幼儿懂得饭后漱口，早晚刷牙能保护牙齿，初步掌握正确的刷牙方法。

3. 通过活动，使幼儿养成良好的卫生习惯。

掌握正确的刷牙方法和养成良好的卫生习惯。

1. 被醋浸着的蛋壳和没有被醋浸过的蛋壳各一个。

动画片《蛀牙大王》，护牙图片若干。

3. 牙模型、牙刷一把，幼儿饼干，小镜子，纸杯，清水若干。

1. 放碟片《蛀牙大王》，幼儿观看。

2. 提问：动画片里的蛀牙大王为什么会有蛀牙？

1. 请幼儿照镜子，看看自己的牙齿怎么样？

2. 请幼儿互相观察同伴的牙齿，看看牙宝宝上有没有洞洞。

3. 讨论：怎么会有洞洞的？

1. 请幼儿观察浸泡在醋里的蛋壳和没浸泡在醋里的蛋壳。

2. 说一说它们有什么不同？

3. 讨论：为什么浸泡在醋里的蛋壳会变黑、变软呢？（提醒幼儿闻一闻醋的味道）教师小结：酸能腐蚀蛋壳中的钙，所以蛋壳放在醋里会变黑变软。

4. 请幼儿品尝桌上的饼干，吃完后照照镜子，观察牙齿上有些什么？

5. 请出专业牙科医生讲解，进行小结啊啊啊啊；我么吃过东西后，嘴巴里会有很多小的食物留下来，不马上漱口的话，时间长了，这些是食物就会变的和醋一样很酸，牙齿就像刚才的蛋壳一样，会变的又黑又软，时间一长，还会出现洞洞。

（幼儿自由想办法，边说边出示图片）

1. 早晚刷牙，进食后漱口。

2. 健康饮食，不食过硬、过冷、过热的食物。睡前不吃零食，少吃糖。

3. 定期检查牙齿。

1. 请小朋友说说做做。

2. 教师边念儿歌边出示牙模型和牙刷示范正确的刷牙方法。

3. 幼儿跟教师一起做。

教后反思通过学习，幼儿了解了龋齿形成的原因以及对人身体的危害，幼儿还掌握了正确的刷牙方法，有利于养成早晚

刷牙的良好卫生习惯，收到良好的效果。整个教学活动层层递进，从材料、形成到组织的各个环节，教师的语言以及幼儿的表现等，都是个性化浓郁的不断激发孩子欲望的，孩子主动探索，主动学习发现知识的一次活动。总之，是把枯燥的科学活动与语言活动、健康活动有机的结合在一起，达到了整合的目的。

中班健康活动套圈达人教案篇九

活动目标：

- 1、初步认识牙齿的构造，知道牙齿不仅可以咬碎食物，帮助消化，还能帮助咬准字音，使我们说话清楚。
- 2、懂得牙齿的用处很大，要注意保护好牙齿。
- 3、了解多运动对身体有好处。？
- 4、喜爱参加体育锻炼，养成爱运动的好习惯。

活动准备：

- 1、每四个人一个苹果，虾条每人1~2根。
- 2、牙齿的模型一副。操作卡片《白白的牙齿》六张。

活动过程：

- 1、让幼儿吃苹果，初步认识牙齿的用处。

引导幼儿大胆说出自己的体验，知道是用牙齿帮助咬断嚼碎苹果，吃下去的。

- 2、让幼儿认识牙齿的构造。

(1) 你们都有牙齿吗？张开嘴巴让我们们看一看牙齿是什么颜色的？

让幼儿相互看一看，知道每人都有牙齿，牙齿是白白的。

教师讲解并演示：牙齿有上下两部分，上下两部分是一样的，前面的牙齿是扁扁的，旁边的牙齿是尖尖的，后面的牙齿是方方的。

(3) 这些不一样的牙齿有什么用呢？

请幼儿看卡片1—4讨论，在教师的讲解和提问的帮助下，知道扁扁的牙齿可以切断食物，尖尖的牙齿可以撕拉食物，而方方的牙齿力量最大，可以压碎食物，它们各有各的作用，共同帮助我们吧食物咬断嚼碎。

3、让幼儿尝尝虾条，再次体验一下不同牙齿的作用。

4、讨论：牙齿除了可以帮助我们吃食物，它还有什么用呢？

让幼儿练习发音如：“师”、“四”、“字”，等教师着重强调发这些音时上下牙齿分开、并拢等情况。知道牙齿还可以帮助我们正确发音，使我们讲话清楚。

5、师生共同看操作卡片5-6讨论并小结：牙齿有很多用处，那么我们应该怎样保护自己的白白的牙齿呢？饭后漱口、早晚刷牙、睡前不吃糖和其他东西、不吃过硬的东西等等，牙齿才能不发黄，不发黑，让我们的牙齿一直是白白的，天天为我们服务。

活动结束：

1、结合进餐活动，让幼儿谈谈怎样用牙齿吃牛肉，芹菜等难嚼的食物，不包、不吮饭菜，养成正确使用牙齿进食的习惯。

2、利用日常活动，让幼儿谈谈这些问题：你的牙齿为什么发黑了？为什么你的牙齿烂掉了？这样有什么不好？让幼儿懂得牙齿清洁整齐，不但美观，而且能减少疾病。

教学反思

通过讲述保护牙齿这一教育活动，我觉得我班幼儿对如何保护牙齿这一内容十分感兴趣，在活动在组织过程中，我尝试运用了多种类型的师幼互动方式来推动幼儿的发展。在幼儿看课件《没有牙的大老虎》时，将几个问题抛给幼儿，“老虎的牙齿哪去了？”“故事里的老虎大王为什么会有蛀牙？”引导幼儿思考，蛀牙是怎样形成的呢？再通过吃饼干，逐个让幼儿看看，闻闻、摸摸醋中蛋壳，让幼儿知道吃完东西后会有食物残渣留在牙缝里，时间久了牙齿就象浸泡在醋里的蛋壳，会变软，变黑，久了牙齿还会掉落，此时的师幼互动达到一个小高潮，从而提高幼儿保护牙齿的意识。幼儿了解蛀牙形成的原因后，启发幼儿讨论如何预防蛀牙？怎样保护牙齿？通过保护牙齿的课件，使幼儿形像的观察了解到了牙齿的作用，掌握了正确的刷牙方法，特别是我在讲述正确的刷牙方法时，有的孩子都争先恐后的替我讲述，好像他们是老师似的，因此幼儿对“刷牙”的动作就有了一定的兴趣，因此在学习刷牙的时候，孩子参与的积极性很高，孩子都浸在了欢乐愉快的氛围之中。同时也在快乐的学习中懂得了怎样保护牙齿，并掌握正确的刷牙方法。

活动的不足之处：

- 1、我的肢体语言不丰富。
- 2、幼儿积极性较高，课堂活跃，幼儿纪律有点乱。
- 3、课件保护牙齿得声音有点小，使有的幼儿听得不太清楚，如用多媒体效果会更好。

中班健康活动套圈达人教案篇十

本次活动研究的主题是“用艺术手段激发幼儿的活动兴趣”。通过幼儿用丰富的表情和简单的动作表演朗诵儿歌和歌曲。充分发挥幼儿肢体语言的作用，使幼儿敢于在集体和他人面前表现，培养幼儿活泼开朗的性格。用绘画形式再现多彩的翅膀，再现艺术的魅力。增强幼儿的自信心和胆量。体验成功的快乐。

- 1、通过观察，幼儿了解昆虫翅膀的对称特点。同时感受对称图案的美。
- 2、用艺术手段激发幼儿对昆虫的兴趣。
- 3、培养幼儿想象力，提高幼儿语言表达能力。

幼儿观察了解昆虫翅膀的对称特点。

用艺术手段激发幼儿活动兴趣。

幼儿操作材料第17页。蝴蝶、蜻蜓、七星瓢虫彩色图片各一张

- 1、小朋友说一说你知道的会飞的昆虫有哪些?这几种昆虫用什么飞起来的?
- 2、这节活动课欣赏多彩的翅膀。板书课题：多彩的翅膀

二、基本环节

(一)看图操作

- 1、师：小朋友打开幼儿操作材料第17页。
- 2、师：仔细观察这三种昆虫图案怎么了?小朋友想知道它们

的另一半在哪里吗？

3、幼：把17页的按虚线向红箭头方向折过去，拼成完整的昆虫图案。

4、师：这三种昆虫，每种昆虫都有两对翅膀，而且左右两边的翅膀都是对称的。绘画时候要特别注意左右要对称。

(二) 昆虫特征

1、蝴蝶的特征。

2、蜻蜓的特征。幼儿动作表演同时朗诵儿歌。

3、七星瓢虫的特征。幼儿动作表演同时朗诵儿歌。

(三) 绘画昆虫

1、先画头胸腹，触角。

2、再画两对翅膀。每对翅膀的左右要对称。

3、最后涂色，颜色鲜艳。

(四) 展示作品

把小朋友的绘画作品贴在黑板上，共同欣赏。

(五) 拓展延伸

昆虫利用自己多彩的翅膀，去做自己能做的事情。小朋友假如你有一对翅膀你要做什么？

三、结束环节

王老师希望中1班的小朋友都能插上多彩的翅膀，飞向祖国的四面八方和世界各地。用集体舞蹈《蝴蝶飞》结束本次活动。

四、延伸环节

小朋友回家画一幅自己喜欢的昆虫。（画过的除外）