

# 2023年大班健康活动教案及反思(实用9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？下面是我给大家整理的教案范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 大班健康活动教案及反思篇一

### 二、基本部分

#### (一)游戏——巧过竹竿

##### 1. 介绍玩法

今天我们要和好朋友，一起合作过竹竿。怎么玩呢？

##### 2. 示范玩法

[评析：师幼共同示范，便于幼儿快速准确地把握游戏的玩法和规则。]

##### 3. 提出要求

##### 4. 分组游戏

##### 5. 分享交流

6. 教师小结：我们过竹竿成功的秘诀是：首先要和同伴商量好方法，然后根据口令，同时过竿。

## (二) 游戏——与竹共舞

### 1. 介绍玩法

教师结合图片，讲解游戏玩法：小组成员要一起手握竹竿朝箭头方向一起移动。

[评析：借助图片，能让游戏玩法变得形象易懂。]

### 2. 提出要求

### 3. 分组游戏

### 4. 分享交流

5. 教师小结：在和竹竿跳舞的时候，每组组员要朝同一个方向一起移动，移动的速度也要一样。

[评析：小组游戏后的经验的梳理提炼能为后续集体游戏打下基础。]

### 6. 集体游戏

#### (1) 提出要求

#### (2) 集体尝试

#### (3) 分享交流

#### (4) 再次尝试

#### (5) 随乐移动

(6) 教师小结：看来我们不仅要看着图示方向统一移动，而且还要听着音乐跟着节奏，用同一速度来跳舞，这样跳出来的

舞蹈才能整齐，又好看。

### (三)游戏——开汽车

#### 1. 第一次：四散开。

##### (1)介绍玩法

师结合图片介绍：每组手握两根竹竿；一边一根，最前面的小朋友要握住竹竿的最前端，最后面的小朋友要握住竹竿的最后端。

[评析：细节图片的展示，让幼儿明确了握竹竿的方法。]

##### (2)提出要求

##### (3)幼儿游戏

[评析：《小汽车》音乐的加入，增加了游戏的情境性。]

(4)分享交流：师：刚刚小朋友在开车的时候发现了什么问题？

##### (5)教师小结

#### 2. 第二次游戏：

##### (1)介绍玩法

(2)提出要求：要注意安全，同一速度往前开。

##### (3)幼儿游戏

(4)教师小结：4辆汽车要整齐的行駛，不仅大家要看着图示，同时改变方向，而且还要互相看齐，保持同一速度前进。

#### (四)活动总结

今天我和竹竿一起玩了这么多有趣的游戏，有过竹竿、和竹竿跳舞还有开汽车。这些游戏都是要和小伙伴配合、相互合作才能完成的。

#### 三、结束部分——放松结束

### 大班健康活动教案及反思篇二

1、了解骨骼是人体的支架，对身体很重要。

2、知道均衡饮食及保持正确的坐姿、站姿势和锻炼可以使骨骼长得更健康。

1、幼儿用书、练习册。

2、各类食物小图片及画有餐盘的操作单、胶棒幼儿人手一份。

3、教师自制错误的做、站姿图片各1张。

一、引导幼儿摸一摸自己的身体，激发幼儿学习兴趣。

着大大小小的骨骼，骨骼像支架一样支撑着我们的身体。

二、通过让幼儿知道骨骼的重要性，引起孩子的重视。接着引导幼儿讨论使骨骼健壮的办法。

1、教师通过实验，引导幼儿感知到骨骼的重要性。

们的就不能站起来，不能做任何事情！所以我们要好好保护我们的。骨骼，让我们的骨骼长的更棒。

三、讨论该如何让我们的骨骼这样的更棒。

师：你们知道怎样才能使骨骼长得更棒吗？（鼓励幼儿自由讨论）

1、了解营养均衡，骨骼会长得更棒。

师：我们的身体好，我们必须要吃哪些食品？食品是对骨骼有好处的呢？

长得更高，骨骼更坚固。所以每种食物我们都要吃，不能挑食，不然就长不高了。

2、了解保持正确的坐、站姿、骨骼会长得更棒。

师：书本里的小朋友的动作有什么不一样？我们要向哪个小朋友学习？

教师小结：正确的坐、站姿可以使骨骼生长得更健康。

3、知道加强锻炼，骨骼会长得更棒。

师：还有什么办法可以使我们的骨骼长得更好呢？我们可以每天坚持做哪些适合的运动？

教师小结：我们还要经常锻炼身体，这样我们的骨骼就会很坚实，不会容易断。

四、结束活动。

师：我们知道了要怎么样才能让我们的骨骼长的很好，那现在开始我们来看看谁做的好。，谁长的最棒了！

## 大班健康活动教案及反思篇三

设计意图：

升大班了，孩子的牙齿也慢慢的脱落。正常情况下儿童从6岁左右开始换牙，乳牙开始生理性脱落，替换乳牙的恒牙相继萌出。因此，注意教育孩子正确护牙，认真刷牙，有助于牙龄自洁，促进颌骨及颌面部的生长发育。

活动目标：

1. 知道换牙是正常现象，感受换牙带来的体验。
2. 了解换牙期的基本常识，懂得不舔牙、不晃牙正确的护牙方法。

活动准备：视频、家长资源、图画书课件、幼儿笑脸照片等

重难点分析：

重点：学会换牙期正确的护牙方法。

难点：感受换牙带来的体验。

活动过程：

一、情景再现、引出主题

2. 欣赏视频

提问：这个小朋友是怎么了?(牙齿松动、掉牙)牙齿松动了会怎样?从他大声的喊妈妈表情当中，你能感到他当时的心情是怎样的?(害怕、紧张、担心)

二、经验交流、换牙经历

指导语：咱们小朋友有过牙齿松动、掉牙的情况吗?(有)你掉了几颗?(一颗)你还记得你掉牙的情景吗?你能给大家讲一讲吗?(2个幼儿讲述自己换牙时的经验)

提问：你掉牙的时候害怕了吗？你掉牙的时候遇到了什么情况？

过渡语：其实啊，我们每个人出生以后长出的第一副叫乳牙，乳牙小，而且不坚硬，当我们小朋友长到五六岁的时候，乳牙开始脱落，新牙长出来，这种现象叫换牙，换牙是一种正常现象，小朋友不用慌张不用害怕，换牙就说明小朋友又长大了。

### 三、医生出场、互动问答

1. 指导语：今天老师有幸请到一位牙科医生，医生会帮助我们小朋友解决一些换牙的问题，我们分组讨论一下吧。

2. 幼儿相互讨论。

3. 指导语：你好，丁医生，你已经到了？好，孩子们让我们掌声欢迎丁医生。丁医生请坐，我们小朋友有许多换牙的问题想问问你，就请您给他们解答一下。好了孩子们，你们刚才讨论的问题，谁先来问。

4. 幼儿和牙科医生互动交流。

指导语：那医生给我们解决了这么多问题，我们应该说什么呢？（谢谢）丁医生还要上班呢，那我们和丁医生说再见吧！

（总结讨论的问题：1、为什么牙齿不整齐？2、为什么牙齿会是黑黑的呢？3、牙齿松动了应该怎么办？4、为什么6岁了还不掉牙？）

### 四、趣味故事，学以致用

指导语：老师还给小朋友带来一个有关换牙的故事。小朋友们仔细听哦！

过渡语：莎莎听了小朋友说的话，不再担心了，也渐渐的露出了微笑。

## 五、展现笑容，美好祝愿

指导语：（为幼儿提前拍好照片）孩子们你们看，认识他们吗？他们是谁呀？他们都拥有一口洁白整齐的牙齿，看他们笑起来多美丽。我知道有些小朋友掉了牙都不好意思笑了，其实没有关系。掉牙是小朋友成长过程中难忘的经历，也是美好的回忆。小朋友们想不想将你们自信的笑容展现给老师？（想）那给大家一分钟准备的时间，将自己的小椅子摆在后边。请所有的小朋友大大方方的走到中间，给大家展示你自信而灿烂的笑容。

## 大班健康活动教案及反思篇四

- 1、认识生活中的安全标志，分析标记图的图案，了解这些标记的实际意义。
- 2、通过寻找生活中的安全标记，了解生活中的安全标记和人的生命安全有着密切的联系。
- 3、在制作安全标记的过程中，加强对安全标记的认识，培养一定的安全意识。

活动准备：

- 1、常见的安全标记图；红、绿灯；禁止吸烟；禁止攀爬；禁止通行等。
- 2、幼儿用书人手一册。

活动过程：

1、教师出示红、绿灯的安全标记图，引导幼儿观察：这是什么，你在什么地方见到过这些标记？这个标记告诉我们什么？然后分别出示其它标记，引导幼儿认识具体方法同上。

2、结合日常生活，组织幼儿分组讨论，扩大对各种标记的认识。

—提问：生活中，你还在什么地方见到过什么标记？它们是什么样子的？你知道它表示什么意思吗？用笔画下来。

—请每组幼儿介绍自己小组讲述的标记，全班交流小朋友见过的标记。

3、请幼儿打开幼儿用书，读一读书上的安全标记，请幼儿在幼儿用书的两个框子中自己设计或见过的两个安全标记。

4、讨论：

—生活中，为什么要有那么多的标记？标记有什么用？

—想一想，在我们班上、在我们幼儿园，那些地方也需要有安全标记呢？

5、小组制作标记。

每组选择一个标记主题，自由分配任务，合作完成。

大班体育活动：车轮滚滚

大班体育活动：车轮滚滚

设计思路：废旧轮胎在我们生活中随处可见，如何利用这种物品的特征及用途设计多用途的玩法呢？我们先让幼儿自己动脑筋想出办法，然后综合幼儿的思路，教幼儿创造性地玩轮胎，以发展幼儿的基本动作和体能。

活动目标：

1. 通过活动，发展幼儿的跑、跳、平衡等基本动作和基本体能。
2. 在活动中，培养幼儿的主动性，创造性和团结协作精神。

活动准备：

1. 废旧汽车轮胎若干。
2. 录音机一架、磁带。
3. 事先与幼儿交谈汽车轮胎的玩法。

活动过程：

1. 教师分配角色，请幼儿模仿汽车司机，做模仿动作：

a□司机开车 b□司机停车 c□司机洗脸 d□司机擦背

e□司机睡觉、司机起床。

2. 幼儿排成二路纵队听音乐模仿开汽车沿场四周慢跑汽车

听信号“开车”、“停车”。

3. 请个别幼儿讲述并示范他玩轮胎的方法，教师小结几种玩法：

a□滚轮胎，几个幼儿面对面滚轮胎。

b□将轮胎排成直线，练习在轮胎上走，发展幼儿的平衡能力。先教师示范，幼儿练习。

c□小组进行轮胎夸跳的动作，也可以双脚向前跳。

d□脚跳上轮胎脚跳下轮胎。

e□钻轮胎。

4. 再次启发幼儿自己选择玩轮胎的方法，幼儿选择玩法再练习一遍。

5. 游戏：勇敢的侦察兵；小侦察兵先钻过小山洞（轮胎），走过小拱桥，俯式爬上山顶，绕过红旗后身躺下翻身滚下山，往回跑，跳过路上障碍物（平放轮胎）回到起点。

指导a□一幼儿在桥上即不能碰别人，又要控制自己的身体，不掉下桥，又稳又快地排除“地雷”。

b□提示个别幼儿分腿跳跃，注意选用按轮胎蹬地跃过轮胎再松手。

6、小结表扬能按要求完成任务的幼儿，特别是能互相关互相帮助。以及表现勇敢、聪明、不怕困难的小侦察员。

7、结束。

大班健康领域《推小车》

大班健康领域

《推小车》活动设计

德州市直机关幼儿园莫冰

活动目标：

- 1、尝试协作推小车的多种玩法，激发幼儿的创造性和想象力；
- 2、发展幼儿的肢体协调能力，培养幼儿对合作游戏的兴趣。

活动准备：

- 1、独轮车四辆、指示图卡，拱形门四个、半月摇四个。
- 2、欢快的游戏音乐，进行曲。

活动过程：

### 一、导入活动

- 1、幼儿跑步进入活动场地。听音乐做准备动作。
- 2、玩独轮小推车，激发幼儿的兴趣。

### 二、自由探索

- 1、提出问题，引导幼儿发散思维

师：“弟弟妹妹把小车借走了，我们还能玩推小车的游戏吗？”

- 2、自由探索、尝试练习

讨论：哪种方法更省力？哪种方法更好玩？为什么？

- 3、师幼共同分析、

(1) 二人推车法：请一位小朋友双手着地，教师双手握其双脚脚腕，成“推小车”状前行。

(2) 三人推车法：请一位小朋友双手着地，另请两位小朋友

分别握其左脚腕和右脚腕，成“小推车”状前行。

游戏：送小车回停车场

把全体幼儿分成二组进行“推小车”比赛。

比赛共分三次：双人赛、三人赛、设置障碍赛

规则：幼儿两两结合或三人组合成小车状，去停车场停车，下一组小朋友要等前一组小朋友到达停车场才能出发，比比哪组先把车全部停到停车场。

放松活动

在音乐伴奏声中幼儿一起做放松活动，以缓解紧张疲劳的身体

活动延伸：

活动结束后教师和幼儿一起搜寻诸如“抬花轿”、“跳房子”等民间游戏，既可解决体育游戏与器械不足的矛盾，又可将民间游戏发扬光大。

幼儿园大班体育教案：树叶运动会

活动目标：

- 1、通过游戏掌握正确的游戏方法
- 2、有一定的团队精神，能够鼓励同伴坚持到最后
- 3、能够听口令活动，有规则意识。

活动准备：

- 1、各种树叶若干。
- 2、长绳两根、人手一本书。

活动过程：

### 一、热身游戏

- 1、说说我的叶子。

幼：我发现我们的叶子都不一样，我的是圆的，他的是像扇子一样的。

幼2：颜色都不一样，还有形状、大小都不一样。

- 2、我的叶子先落地

- 3、总结：为什么叶子落地有先后？

幼：因为我们的叶子都不一样，有的大就落下来快，小的就飘啊飘落下来慢。

### 二、树叶运动会

- 2、说游戏规则

- 3、幼儿第一次游戏

- 4、总结吹树叶的方法，请第一名幼儿示范如何吹才省时又省力。

- 5、幼儿掌握方法后再次吹树叶比赛。

### 三、谁是“叶子王”？

- 1、说规则
- 2、幼儿比赛扇树叶
- 3、教师示范简单有效果的方法。
- 4、幼儿再次比赛

#### 四、活动结束

今天树叶在我们幼儿园开张的运动会很成功，它们让我感谢你们，会教室休息。

#### 大班健康教案：牙齿上的洞洞

##### 活动目标：

- 1、知道酸会腐蚀牙齿；
- 2、能说出龋齿三种以上的危害；
- 3、看动画片，学习牙防五步曲，知道正确的护牙常识；
- 4、培养幼儿良好的卫生习惯。

##### 活动准备：

- 1、鸡蛋壳、饼干、杯子、醋、镜子
- 2、课前两天和幼儿一起将鸡蛋壳浸在醋里；
- 3、产生龋齿的过程图片和牙防五步曲的`图片
- 4、牙模型、牙刷各一

5、动画片〈〈聪聪王子牙防历险记〉〉

6、字卡若干

活动过程：

一、律动进场，引出情景表演；

牙宝宝在哭，原是他的小主人喜欢吃甜食，又不刷牙，时间长了，细菌在牙宝宝的身上钻了几个洞洞。

二、寻找龋齿产生的原因

2、“我们的嘴里一种细菌会使这些食物残渣变酸（出示图片）如果时间长了，我们原健康的牙齿会怎样呢？（出示图片）

4、讨论：为什么鸡蛋壳会变黑变软了呢？（醋是酸的，会腐蚀鸡蛋壳中的钙，以鸡蛋壳就变黑变软了）

三、龋齿哪些危害？学习牙防五步曲，知道正确的护牙方法

四、游戏“保护牙齿佳佳”（结束）

方法：选一幼儿扮演‘蛀牙虫’一位幼儿扮演‘牙防卫士佳佳’其余幼儿扮演‘牙齿’跟在‘佳佳’后面，‘蛀牙虫’去抓‘牙齿’‘牙防卫士’要拦住‘蛀牙虫’保护‘牙齿’。

多变的流星球

活动目标：1、让幼儿感受参加体育游戏的乐趣，尝试自制器械流行球的多种玩法。

2、通过活动，提高幼儿动作的灵敏性和协调性。

3、培养勇敢、不怕困难的意志品质。

活动重点：培养幼儿参与体育活动的兴趣。

活动难点：能创造出流星球的多种玩法。

活动准备：流星球若干、大型玩具活动区、分组标志。

活动过程：

### （一）开始部分

教师带领幼儿，以游戏形式在音乐声做准备动作。（爬山、跨河等）

### （二）基本部分

1、幼儿自己想办法，用走、爬、滚、纵跳、攀登或其它动作技能，取下悬挂或搁放在大型玩具上的流星球。

2、自由尝试流星球的多变玩法。

3、集中讨论、交流玩法。并帮助他们将有趣的玩法推广。

4、引导幼儿合作玩流星球游戏《飞向地球》

幼儿按标志分组，用流星球搭成一串山洞。然后手持一个流星球，钻过山洞，向距离5米远的“地球”投去。

### （三）结束部分

听音乐，随教师做放松动作下山，走出场地，结束活动。

评析：大班健康活动《我能够》

大班健康活动《我能够》是幼儿园建构式教材上的一堂关于幼儿形体游戏的活动。活动重点目标之一是定在让幼儿尝试

身体的各个部位的充分伸展. 在实施的过程中, 教师极力引导幼儿充分的伸展身体, 让幼儿体验到身体某部位被拉伸的感觉, 体验身体柔韧弯曲的感觉. 但在活动中, 教师忽略了以下两个关键点:

1、关注目标的解读: 教师对目标的解读能力决定了教师集体教学的方向和质量。在建构式教材上, 许多活动的目标十分宽泛、灵活性较大, 需要我们教师进一步进行解读和分解、细化。在解读细化目标的过程中, 明确活动的重点和难点, 并实施相应的教学策略进行解决。如本次活动中的主要目标是尝试伸展身体部位, 执教教师把伸展身体部位的具体目标落实在幼儿柔韧性的表现上, 整个活动虽然能够很好地围绕这一目标开展, 但是因为目标定位的片面性, 可能也就间接导致了幼儿活动的片面性。“伸展身体部位”除了在身体的柔韧性上有一定要求外, 还有对身体的延展性、动作的创造性等等方面的要求。因此片面界定为感知“柔韧性”就颇为片面了。

2、关注领域的特点: 幼儿教育各个领域都有其教学特点, 尤其是户外健康活动, 其涉及到外部环境场地、活动器材、教师策略、活动密度等等, 都与常规的室内活动有很大的区别, 因此教师在组织这类活动时因更加细致地考虑到这些细节问题: 如站队应该以横列为主, 以拉近师生的距离; 幼儿听讲应该背对太阳, 以减少阳光刺激烈带来的影响; 活动器材提应该充分, 以保证活动量与活动密度; 活动规则应提前制定, 以保证幼儿注意力的集中等等。细致地考虑才能保证体育教学活动正常、有序地开展。

## 大班健康活动教案及反思篇五

活动目标:

1. 在活动中, 学会与人友好合作, 体验合作的成功和快乐。(情感)

2. 初步理解合作的意义，知道生活中处处有合作。（认知）

3. 初步学会探索的方法，学会与人友好合作。（技能）

活动重点：在活动中，学会与人友好合作，体验合作的成功和快乐

活动难点：

初步学会探索的方法，学会与人友好合作。活动准备：

1. 经验准备：幼儿已经学会了《蚂蚁搬豆》这首儿歌。

2. 物质准备：《蚂蚁搬豆》图片关于合作的相应图片（一个人睡觉、一个人跳绳、合作脱衣服、合作拉被子）

活动过程：一、儿歌导入

通过《蚂蚁搬豆》儿歌感知合作（出示图片）

--小朋友们，你们看这上面画的是什么动物，它在干吗？

--之前我们一起学过了《蚂蚁搬豆》这首儿歌，我们再来念一遍好不好？

--这只蚂蚁最后有没有把豆豆抬走，他是怎么样做的？（回洞口请来了好朋友们一起搬着走）

--如果没有好朋友的帮忙，小蚂蚁能把豆豆抬回家吗？

--合作就是2个或更多的人，一起努力做一件事情，就像蚂蚁和朋友们一起合作搬豆豆。

--合作可真神奇呀，大家一起合作做事情，就会把事情做的又快又好，而且更容易成功！

## 二、探究讨论，如何合作

1. 搬桌子比赛：配班教师一个人，然后再请6个小朋友搬桌子，比一比谁搬得快。让幼儿说一说为什么他们力气比老师小，却比比老师搬得快。

(合作就是大家一起努力做一件事，会把事情做得又快又好)

2. 看图片，幼儿分辨哪些是在合作，哪些不是？

教师出示相应图片：一个人睡觉、一个人跳绳、合作脱衣服、合作拉被子。

3. 教室给出几个情景，让幼儿思考应该怎么样合作。(收拾玩具时、搬重的东西时、玩具不够时)，再请幼儿想一想还有什么时候需要合作才能做得好的事情。进一步帮助幼儿理解合作，并了解合作的形式各种各样，生活中处处都在合作。

## 大班幼儿心理健康活动设计方案

1、欣赏故事，感受故事中所表达的爱并尝试用语言、行为等方法大胆表现。

2、体验爱和被爱的快乐情感。

3、懂得怎样用实际行动来关心父母、尊敬长辈。

1、故事《快乐地家》，爸爸妈妈写给孩子的信，制作的`相册，说给孩子们的话（录音），感恩的心（歌曲）课件。

2、爱心卡。

一、出示课件，导入活动。

(一) 欣赏故事《快乐的家》。

提问：

- 1、小兔乐乐有一个快乐而温馨的家，听乐乐在说什么？怎么说的？他们的心情会怎样？
- 2、乐乐说出了自己对爸爸妈妈的爱，那你们爱爸爸、妈妈吗？

（二）小结：

爱一个人的时候，一定要大声说出来，是怎样爱的？

二、倾听书信，爸爸妈妈对小孩子的爱。

（一）读爸爸妈妈的来信《宝贝，你长大了》

- 1、你们听后有什么感受？
- 2、用信可以传递我们的爱。

（二）欣赏“爱的相册”1、请每位幼儿说一句最想向爸爸、妈妈说的话。

2、相册可以留下我们的爱。

（三）听录音《亲爱的孩子，我爱你》

总结：每个人都有爸爸妈妈，他们天天为我们忙碌着，的确很辛苦，我们也要好好的回报父母。

三、你对爸爸妈妈的爱

（一）欣赏课件并提问：

- 1、你看到的小朋友是怎样爱爸爸妈妈的？

2、在日常生活中，你是怎样爱爸爸妈妈的？

（二）“悄悄话”爱心卡。

我们爱爸爸妈妈的方式很多很多，为了表达对他们的爱，把我们的心愿说在爱心卡上，送给爸爸妈妈。

（三）表演歌曲《感恩的心》，活动结束。

1、把自己的爱心卡献给爸爸妈妈。

2、在日常生活中，用各种方式表达对家人的爱。

孝敬父母，尊敬长辈是中华民族的传统美德，如今的孩子，大多数都是独生子女，都是在父母亲百般呵护，悉心照料下，无忧无虑的成长。今天的父母已经倾尽所有来爱孩子、照顾孩子。但孩子们由于接受了太多的爱，渐渐的，连他们自己也把这一切视为理所当然，养成了对父母只知索取，不懂感恩的不健康心理。为了培养幼儿从小感恩父母的情感，我设计了本活动《爸爸妈妈，我爱你》。

大班幼儿心理健康活动设计方案

1. 引导幼儿积极讨论克服害怕的方法。

2. 两次的调查，让幼儿发现自己的成长变化。

课件、幼儿人手一个自画像、展板一块。

1. 师有感情地讲故事。

2. 故事里有哪些小动物，发生了什么事？（幼：幽灵。一起喊：幽灵幽灵，我不怕你）

3. 生活问题：你是怎么睡觉的？你跟谁一起睡？（引导幼儿

说出（1）和爸妈睡，（2）睡一个房间，但是分床睡（3）分房睡）

师：这么多人都想说一说，我有一个好方法——统计表（课件出示统计表图片）

和幼儿一起讨论“统计表”上图案的意思。

4. 出示自制展板统计表，请每位幼儿把手中的“自画像”贴在相应表格中。

5. 师幼共同观察、总结。

有几个小朋友是分房睡的？有几个小朋友是分床谁的？有几个小朋友适合爸妈一起睡的？（师幼一起数数，教师在表格中用数字记录）

提问：

1. 你为什么会自己睡呢？（提问分房睡的幼儿）

幼：没人跟我抢被子，很舒服。

一个人睡，有没有害怕过呢？小结：一开始害怕，慢慢地适应了就好了。

2. 你为什么要跟爸妈分床睡呢？（提问分床睡的幼儿）

3. 你们想过要自己睡吗？（提问同床睡的幼儿）

请自己睡觉的孩子帮不敢自己睡觉的孩子想想办法。（幼儿讨论，说一说，教师随即点击相应图片。）

师：有这么多好方法，故事里的小动物是怎么做的呢？（播放课件）

幼：一起睡。

师：谁愿意把你害怕的事大声说出来？（请幼儿面对幽灵图片，大胆、大声说一说）

师：现在感觉怎么样？幼：心里舒服多了。不害怕了。

师：现在有没有勇气，想自己睡一睡呢？

幼：想。

师：那就请你把你的头像试着变一变吧。（幼操作）

活动结束：

（“原来——现在——想尝试——”的句式说一说）

## 大班健康活动教案及反思篇六

绳是一种古老的民间活动，具有浓厚的趣味性和娱乐性，我班选择绳来探索民间的一些玩法，在活动游戏中主要培养幼儿积极主动的参与游戏，建立良好的同伴合作关系，来提高幼儿的合作意识，发展合作技能。

### 【活动目标】

- 1、探索绳子的各种玩法，掌握玩绳的基本技能，发展幼儿的身体动作。
- 2、会一物多玩，体验创造性玩绳的乐趣，发展幼儿的想象力和创造力。
- 3、培养幼儿的合作与团结意识。

### 【重点难点】

重点是引导幼儿和伙伴一起探索绳子的多种玩法。

难点是在玩的过程中幼儿能掌握玩绳技巧。

### 【活动准备】

1、录音机、磁带、幼儿每人一根绳。

2、幼儿有跳绳和一物多玩的经验。

### 【活动过程】

引导幼儿听音乐做律动，活动身体各个部位。

1、谈话：小朋友，你们看老师手里拿着什么？（绳子）今天我们就一起来玩绳子，看谁能想出好玩的方法。

2、选几名幼儿自由分散玩绳：

可以让孩子自由选择绳子玩耍，探索不同的玩法

3、师：“孩子们你来想一想，手里的绳除了刚才小朋友的玩法，还有什么不同的玩法？（让幼儿自己找一个空地探索不同的玩法，教师教育幼儿注意安全）

师：小朋友真聪明，都想出了这么多的玩法。

4、幼儿展示自己绳的多种玩法。

（1）踩绳跳：

每人一根一米长的绳子，两手捏住绳子的两端，双脚踩在绳子的中间部位，两手拉紧绳子，双脚用力前跳。

（2）走小路：

两条绳拉成相距有一定距离的平行线做小路，幼儿在小路中间走，踩绳、出绳为犯规。

### (3) 走钢丝：

把绳子拉成一—或s形，幼儿踩绳前进。

5、引导幼儿学习同伴的好玩法，探索合作玩绳的方法，体会合作的快乐。

师：“绳子除了一个人玩，还能与好朋友一起玩？”

(1) 幼儿自由结伴，2人、3人或多人合作探索绳子的玩法。

(2) 幼儿分组展示自己创编绳子的玩法，老师与其他幼儿及时对展示的玩法做出评价，（让幼儿做评委），鼓励大家互相学习。

#### a.两人跳绳。

一名幼儿抡动绳子两人同时起跳；每名幼儿用一只手抡动绳子，两人同时起跳。

b.三人跳绳。两名幼儿抡动绳子，一名幼儿在绳中间跳。

#### c.捉尾巴：

幼儿两人一队，各自在后腰带上系上短绳子当尾巴。游戏开始，四散跑开，每一对幼儿要想办法捉到对方“尾巴”，同时要保护自己的“尾巴”。先抓到对方“尾巴”者为胜。

#### d.给娃娃打领结：

幼儿分成人数相等的四队，各队第一名幼儿手拿短绳当领带

站在起跑线后。游戏开始，教师发令，幼儿去给娃娃系好领带后返回并拍第二个幼儿的手，比赛依次进行，快的为胜。

e.跨栏：

多名幼儿拉直绳子，组成高低不同的障碍，让其余幼儿跨越。

1、放音乐：老师带幼儿做创编“绳操”的模仿动作，进行放松活动。

2、活动延伸：做“骑马驾鞭”的动作，随音乐《草原小牧民》的曲子自由活动。

## 大班健康活动教案及反思篇七

了解造成视力下降的原因，懂得如何预防近视。

能主动参与讨论，大胆地表达自己的想法。

知道一些保持身体各部位整洁卫生的方法。

了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。

初步了解健康的小常识。

纸、笔、录像、塑料条、表格、图片、老鼠纸偶、幼儿视力统计表。

以幼儿的“视力统计表”引出视力下降的原因。

(1)请幼儿看视力表，了解幼儿的视力情况。

(2)分析造成视力下降的原因。

幼儿猜想：他们的视力为什么会下降？

看录像，全面了解视力下降的原因。

了解小朋友平时有没有这种不正确的姿势。

小结并出示图片

如果长时间以这种不正确的姿势看书、学习、看电视，你们也会视力下降，慢慢发展成近视眼。

幼儿亲自体验眼睛近视了是什么感觉。

把塑料条放在眼前看周围的事物，并说出自己的感觉。

讨论眼睛近视了给人们的生活、学习带来的不方便，认识眼睛的重要性。

(1) 幼儿分组讨论，请个别幼儿说出想法。

(2) 教师小结。

讨论如何预防近视。

(1) 幼儿分组讨论。

(2) 教师小结并贴出相关图片。

(3) 和教师一起用“老鼠\\纸偶”做放松眼球的游戏。

## 大班健康活动教案及反思篇八

自我控制能力，是一种内在的心理功能，它使人能自觉的进行自我调控，积极的支配自己，采取合理的行为方式去追求良好的行为效果，保证一个人的活动经常处于良性运行的轨道上，从而积极、持久、稳定、有序地实现一个又一个目标。

5岁的幼儿已经具备了一定的自控力，辨别是非的能力逐步增强。但是，对于大班幼儿来说，仅做到这些是不够的，更重要的是让幼儿认识到生气、急噪、乱发脾气、耐不助性子等是不良的行为，不利于身体健康，应尽量避免。引导幼儿懂得要控制自己的不良情绪和行为，鼓励孩子大胆尝试，不怕失败，更重要的是要帮助他们学会控制自己的情绪，作好应付困难的心理准备，培养幼儿的耐心和克制力。

人的一生是短暂而漫长的，在人生旅途上，难免会碰到自己力不能及的事和无法控制的情形。帮助幼儿自我控制不健康的情绪和行为，使他们从小养成做事善始善终的良好习惯，对他形成良好的性格将起重要作用，并使他们终身受益。

正是基于以上考虑，特设计本次活动。

## 二、教学目标

- 1、通过对故事的理解，能够让幼儿懂得生气是一种不好的行为，而且不利于身体健康
- 2、教育幼儿要从点滴小事中学会控制自己的情绪和行为，让幼儿知道，无休止地要玩具、吃冷饮等，都不是好孩子应该做的。
- 3、培养幼儿自我控制能力和活泼开朗的性格。

## 三、重难点分析

重点：通过理解故事和欣赏歌曲，让幼儿懂得生气、愤怒都是不好的行为，而且不利于身体健康。

难点：如何引导幼儿学会从点滴小事中控制自己的情绪和行为。

## 四、教学准备

故事挂图及图片、录音机及音乐磁带。

## 五、教学过程

### (一) 导入

教师出示画有‘婕婕生气’和‘小朋友高高兴兴’的图片让幼儿感受两副图片中的情绪对比。

教师：“婕婕为什么生气，我们来听一听故事就知道了。”

### (二) 展开

1、出示挂图并为幼儿讲述故事《爱生气的婕婕》，引导幼儿懂得经常生气是一种不好的行为，而且不利于身体健康。

教师讲完故事后提问：

(1)吃早饭的时候婕婕为什么要生气？

(2)早晨的时候婕婕为什么要生气？

(3)到了幼儿园她看到小朋友在一起玩，又怎样了？

(4)手工课上她为什么生气？

(5)妈妈来接晚了，她又是怎样表现的？

2、出示图片(在超市里妈妈没给亮亮买东西，亮亮大哭)并提问问题，通过对问题的理解让孩子知道无休止的要玩具、吃冷饮等，都不是好孩子应该做的。教育幼儿要从点滴小事中学会控制自己的情绪和行为。

教师提问：

(1)亮亮在干什么？

(2)他这样做好不好？

(3)小朋友认为应该怎样做？

3、幼儿分组讨论，互相向自己的小伙伴讲述自己曾经生气的几件事，并分析自己生气应不应该。通过幼儿间的讲述，让幼儿知道随便发脾气是不好的行为，进一步理解不愉快的情绪有害于人的身心健康，要尽量避免。

4、欣赏歌曲《拉拉钩》让幼儿知道小朋友之间不能随便发脾气，小朋友们都喜欢和不爱生气的小朋友做朋友。

(三) 结束

教师和幼儿随着音乐做游戏并相互之间拉拉钩，保证以后不随便发脾气，做一个快快乐乐的好宝宝。

(四) 延伸教学

通过幼儿在园一日生活，鼓励幼儿和小伙伴或老师自由交流，说说怎样做才是对的，才能不生气，让幼儿互相谈一谈以前是怎样做的，以后该怎样做。

## 大班健康活动教案及反思篇九

活动目标：

1、利用已有的生活经验，尝试用多种方法玩乒乓球。

2、激发探索欲望，并能用语言表达。

- 3、锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。
- 4、培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。
- 5、培养幼儿对体育运动的. 兴趣爱好。

活动准备：

- 1、人手一个乒乓球。
- 2、操作材料：小棒、属片罐、可乐瓶、绳（小尾巴）、垫板、乒乓版、废纸楼、小盆、橡皮泥、双体杯等若干。

活动过程：

### 一、引起回忆、引出主题

上次我们知道许多有关乒乓球的小知识，今天，我们就来玩乒乓球。

### 二、玩乒乓球

- 1、你能和乒乓球玩出几种花样？
- 2、幼儿自由玩乒乓球。（教师观察为主，适时提醒多玩几种方法，并提醒个别幼儿注意安全。）
- 3、介绍乒乓球的玩法谁来介绍一下你是怎么玩乒乓球的？
- 4、教师幼儿共同分享玩后感受。

### 三、探索玩法

- 2、幼儿游戏，教师指导观察。

3、介绍探索出材料和乒乓球的玩法谁愿意把你的玩法告诉大家吗？（介绍玩法或发现一些现象）

4、幼儿教师共同分享经验。

#### 四、实验延伸

这个球，它怎么了？这个球还能玩吗？实验泡瘪乒乓球如果不泡我们还有办法玩吗？

活动反思：

在欢快的音乐声中孩子们的探索活动结束了，从他们意犹未尽的脸上可以看出，孩子们是玩得开心，学得快乐的。在探索过程中，我用交流会的形式，鼓励孩子大胆地向同伴展示自己的探究成果，较好地达到了预设的要求。