

中班健康健壮的骨骼教案反思 中班幼儿健康活动教案(精选10篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

中班健康健壮的骨骼教案反思篇一

1. 了解牙齿结构、功能及生长特点。
2. 学会正确的刷牙方法。
3. 从小培养爱刷牙、讲卫生的好习惯。
4. 初步了解健康的小常识。
5. 教育幼儿养成清洁卫生的好习惯。

关于保护牙齿的ppt□苹果若干、饼干若干、人手一把小牙刷和口杯

小小石头硬又白，整整齐齐排两排，天天早晚刷干净，结结实实不爱坏。

1. 观察牙齿，数数有几颗牙。

教师小结：正常儿童嘴里有20颗牙，成人是32颗。

2. 仔细观察对方牙齿的颜色、大小、形态。

师：再看看你好朋友的牙齿是什么颜色的？每颗牙齿长得一样

吗？

3. 给牙齿起名字。

小结：像小铲子的牙叫门牙，像小尖刀细长形的叫犬牙(虎牙)共8颗，像一座座小山凹凸不平的叫臼牙(磨牙)。

4. 介绍门牙、犬牙、臼牙吃食物时各有什么作用。

师：我们吃东西的时候，每颗牙齿分工一样吗？

请幼儿吃一片苹果，试一试不同牙齿的不同作用
小结：门牙比其它牙齿薄，它们可以切开和咬断食物；犬牙比较尖、长，粗壮有力，可以撕裂食物；臼牙又宽又厚，可以磨碎食物。

1. 通过故事引出龋齿的危害。

师：有一只小熊却要去拔牙，这是为什么呢？

2. 找龋齿。

两个小朋友互相观察，看看对方是否有龋齿。

3. 组织幼儿讨论龋齿形成的原因。

(1)发给幼儿每人一块饼干品尝，饼干什么滋味？

(2)回答问题：两个小朋友互相观察牙齿上有什么？牙缝里多了什么？(粘在牙缝上的饼干渣) (3)讲解食物残渣中的糖在细菌作用下会分解成酸，酸会腐蚀牙齿变黑，成为龋齿。

1. 讨论保护牙齿的方法。

师：我们平时要怎样保护牙齿呢？

教师小结：我们应该少吃甜食，吃完东西记得漱口，把留在口腔、牙齿里面的脏东西吐出来，还要记得早晚刷牙，保护牙齿，这样我们的牙齿就能健健康康的，我们也能开开心心的生活。

2. 请个别幼儿示范平时刷牙的方法。
3. 教师讲解正确的刷牙方法，教育幼儿养成早晚刷牙的习惯。

教师小结：正确的刷牙方法应当是顺着牙缝上下转动地刷，即上牙从上往下刷，下牙从下向上刷，咬合面来回刷，里里外外都要刷干净。

中班健康健壮的骨骼教案反思篇二

- 1、知道只有冬天才下雪，能体会到玩雪的乐趣。
- 2、能根据自己的感受画出玩雪的情景。
- 3、能用唱歌、跳舞、绘画的形式表现出玩雪的快乐心情。
- 4、教育幼儿养成做事认真，不马虎的好习惯。
- 5、培养幼儿与他人分享合作的社会品质及关心他人的情感。

下雪的场景玩雪的工具(小铲、扫帚、小桶)纸蜡笔伴奏

- 1、下雪的时候带幼儿看雪景。鼓励幼儿用各种方法感受雪花、雪景。

提问：“什么季节下雪?雪是什么颜色的?雪花是什么样子的?树、房子变成了什么样?”

- 2、与幼儿共同玩雪。提醒幼儿使用工具、与同伴商量玩雪的

方法，鼓励幼儿尝试各种方法，不怕寒冷。

3、说一说玩雪时的快乐心情。采取分组与个别发言结合的形式。

提问：“你与哪个小朋友一起玩的？你使用了那些工具？玩雪时你的心情怎么样？你想怎样表达你的心情？”

(根据幼儿的回答鼓励幼儿用唱歌、舞蹈等形式表现玩雪的快乐)

4、绘画“玩雪”

提问：你想不想把你玩雪的样子画下来？

幼儿作画，教师指导，鼓励幼儿大胆画出自己玩雪的情景，提醒幼儿均匀涂色。

幼儿展示、讲述自己的画。

幼儿自己布置主题墙饰。

我正在与幼儿一起在室内游戏时外面下起雪来，孩子们完全被外面的景色吸引，孩子们欢呼雀跃，纷纷要求去玩雪，于是我带孩子们去外面看雪。这个活动历时两天，完全是根据孩子们的兴趣点生成的综合活动。这个活动包含健康、语言、认知、社会、艺术五大领域的内容，孩子们在活动中充分发挥了主观能动性。在感受雪的过程中有的用手接雪、有的在地上打滚、有的把雪堆成一堆、有的尝雪；在玩雪时有的堆雪人、有的打雪仗、有的滚雪球、有的围着雪人跳舞；在说一说时吕牧溪、张宇涵等几个小朋友唱起了“雪花”歌曲、跳起了“堆雪人”舞蹈，调动了幼儿已有经验；在绘画中孩子们充分发挥了想象，有画雪人的、有画打雪仗的-----形态各异。

幼儿在雪地上没有一个喊冷，作画时没有一个不敢动笔。这说明只有活动是幼儿感兴趣的，才能调动起幼儿的积极性。不足之处，做为综合活动内容还不够充实，如加入儿歌、剪纸等活动会更丰富；有的提问还不够严谨。

中班健康健壮的骨骼教案反思篇三

- 1、初步了解病菌会传播疾病。
- 2、尝试根据相关线索推测故事情节。
- 3、能比较清楚地回答有关故事的问题。
- 4、初步了解健康的小常识。
- 5、初步了解预防疾病的方法。

活动准备

- 1、亲子故事《病菌来了》（《病菌拜拜》幼儿用书或电子书第2-9页）。
- 2、发霉的面包。

活动过程

- 1、老师出示发霉的面包，请幼儿说说自己对“病菌”的理解。
- 2、与幼儿讨论：
 - （1）病菌和我们的身体健康有什么关系？（病菌会使我们生病。）
 - （2）平常我们看得见病菌吗？（只用肉眼是看不到病菌的。）

夏天来了，病菌王国又在举行“霸占地球大会”，各种病菌纷纷到达会场。

戴着皇冠的病菌大王说：“炎热的夏天到了，你们趁这个时候去传播疾病了吗？”病菌拉拉说：“我们让人类拉肚子了。”他一边说，一边播放小男孩拉肚子的录像。（请幼儿推测故事的发展，猜猜小男孩生病的原因。）病菌拉拉笑着说：“我最喜欢这个孩子，因为他吃东西前不洗手，我们就可以躲在他的手上。当他吃东西时，我们就沾到食物上，与食物一起跑进他的肚子里。哈哈！这样我们就可以在他的肠子里进行大破坏，最后让他肚子痛、拉肚子。大王，你看我们的行动多成功！”

接着，坐在一角的病菌卡卡说：“大王，我们才厉害呢！只要人类沾上我们，就会咳嗽、流鼻涕、嗓子疼。”卡卡一边说，一边播放女孩生病的录像。（请幼儿推测故事的发展，猜猜女孩生病的原因。）卡卡说：“你们看，这个女孩染上感冒了，她是被一位老爷爷传染的。我们很喜欢这位老爷爷，因为他生病时不戴口罩，打喷嚏和咳嗽时，正好对着女孩，我们就像飞弹一样，飞到了女孩的身上，让她生病了。大王，你说我们干得怎么样？”

病菌大王高兴地说：“做得好，还有谁要报告好消息？”

这时候，病菌生生开始播放各种不干净食物的录像，说：“有些人喜欢吃街上不卫生的东西，还有些人不会保存食物，我们就躲在这些食物里，人类吃了这些食物就生病了。”

各种病菌都发完言后，病菌大王问：“那么你们打算用什么方法霸占地球啊？”拉拉、卡卡和生生抢着说出心里的诡计。（请幼儿推测故事的发展，猜猜病菌会怎么做。）拉拉说：“我们要让更多的人拉肚子。”卡卡拿着一家人的照片说：“我们要让这家人生病。”生生拿着地图说：“我们要

破坏这个地方的卫生。”病菌大王听了很满意，对他们说：“就按照你们的计划进行吧！地球很快就属于我们了！你们快快出发吧！”十支病菌队伍一起说：“出发了！”小朋友们，病菌来了！小心啊！

4、向幼儿提问：

- (1) 病菌王国在举行什么会议？（霸占地球大会）
- (2) 人们被病菌拉拉侵袭后会怎样？（拉肚子）
- (3) 你会用什么方法抵抗病菌拉拉？（自由回答）
- (4) 人们被病菌卡卡侵袭后会怎样？（咳嗽、流鼻涕和嗓子疼）
- (5) 你会用什么方法抵抗病菌卡卡？（自由回答）
- (6) 病菌生生怎样使人生病？（它会躲在食物里，人类吃了这些食物就会生病）
- (7) 你会怎样抵抗病菌生生？（自由回答）
- (8) 病菌有什么计划？（让更多人拉肚子、生病，破坏卫生）
- (9) 你认为他们的计划会成功吗？为什么？（自由回答）

5、幼儿分组扮演病菌和病菌大王，表演故事中的对话，老师可作旁白。

6、活动评价。

- (1) 能理解故事内容，初步了解病菌会传播疾病。
- (2) 能推测故事情节。

(3) 能比较清楚地回答问题。

7、活动建议：

在区域活动时间，可以与幼儿一起再次阅读故事。之后，幼儿可用表演区提供的病菌头饰和服饰玩角色扮演游戏。

中班健康健壮的骨骼教案反思篇四

1、知道人患感冒时的主要症状。

2、了解基本的预防和治疗感冒的生活小常识。

1、感冒症状记录表。

2、请当医生的家长做助教。

1、了解患感冒时的主要症状。

(1) 请患感冒的幼儿说一说：自己感冒时有什么不舒服？教师边听边做记录，相同的症状要用一样的标记记录，便于幼儿总结。

(2) 小结：人患感冒时很难受，会打喷嚏、流鼻涕、鼻塞、喉咙干痛、头疼、咳嗽等，有时还会发烧，严重时会导致小朋友不能上幼儿园，家长不能上班。

2、了解患感冒的原因及患病后的做法。

(1) 引导幼儿结合自己的经验谈原因。为什么会感冒？如着凉、不注意卫生、被传染的等。

(2) 想一想：感冒了怎么办？幼儿分组交流。

(3) 请医生为幼儿作介绍。交流得知：患感冒后，应及时看医生、按时吃药、多喝开水、注意休息、配合医生治疗等等。

3、了解预防感冒的方法。

(1) 听医生讲解，知道预防感冒的几个小秘密：保持空气清新流通，感觉冷时要加穿衣服，多喝开水，坚持参加体育锻炼，不用别人用过的餐具、毛巾等物，感冒流行季节少去公共场所等。

(2) 鼓励幼儿大胆向医生提出问题：怎样不患感冒？感冒后怎么办？怎样才能好得快？等等，进一步了解预防感冒的方法。活动结束后，与医生合影留念，感谢医生给我们的帮助。

4、活动延伸

运动前后应随时提醒幼儿增减衣物，鼓励幼儿天天锻炼身体，增强体质，预防感冒。

中班健康健壮的骨骼教案反思篇五

活动目标：

- 1、教育幼儿养成早晚刷牙的好习惯。
- 2、帮助幼儿了解蛀牙的危害及几种预防蛀牙的方法。
- 3、培养良好的卫生习惯。
- 4、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。
- 5、初步了解健康的小常识。

活动准备：

1、歌曲录音带、牙齿模型、(一个完好的，一个龋齿的)牙刷、一条毛巾、两张挂图。

2、向家长了解本班幼儿的龋齿和刷牙情况。(本班有幼儿42名，其中11名幼儿有不同程度的龋齿，每天刷牙的幼儿有8名，基本刷牙，但不是每天刷的有30名。)

活动过程：

1、开始部分：

出示牙齿模型，引导幼儿观察后说一说：牙齿怎样了？让幼儿知道有了蛀牙就会牙疼。

2、基本部分：

(1)引导幼儿讨论：为什么会有蛀牙？有了蛀牙怎么办？怎样才能预防蛀牙？

(2)看图讲故事：《君君的牙齿》。

(3)引导幼儿讨论：为什么会有蛀牙？有了蛀牙怎么办？怎样才能预防蛀牙？

(4)请幼儿说一说如何保护牙齿的健康，如：饭后漱口、早晚刷牙、少吃甜食、睡前不吃食物等。

(5)讲解和示范正确的刷牙方法。

(6)引导幼儿看书1——24页，以加深印象。

3、结束部分：

与幼儿一起听音乐做游戏《蛀牙虫》。

中班健康主题活动方案

中班健康健壮的骨骼教案反思篇六

- 1、掌握正确的洗手方法。
- 2、养成良好的生活卫生习惯。
- 3、有为他人服务的意识，有责任感。
- 4、初步了解预防疾病的方法。
- 5、初步了解健康的小常识。

活动准备

- 1、洗手程序图卡。
- 2、视频短片“洗手的正确程序”。
- 3、轻快的音乐。
- 4、清洁宝宝贴画。

活动过程

- 1、出示洗手程序图卡，或播放《洗手的正确程序》视频短片，和幼儿共同描述并练习洗手的正确方法。
- 2、将洗手程序图卡打乱，请小组长协助老师将图卡排好。
- 3、其他幼儿做出在活动2设计的动作，感谢小组长。
- 4、播放轻快的《洗手歌》音乐，幼儿随着音乐模仿图卡的步骤洗手。

5、小组长带领小朋友到卫生间洗手，老师加以引导。

6、洗完手后，小组长检查小朋友的手是否干净，并发给小贴画作奖励。

活动评价

懂得洗手的正确方法。

乐于担任小组长。

活动建议

程序卡有助于幼儿建立基本的时间概念，知道事情发生的先后次序。

活动反思

本节课通过让幼儿听一听、说一说、看一看、做一做等方法，调动幼儿的多种感官，通过观察图画、参与游戏进一步引导幼儿认识自己的小手，了解洗手的重要性和正确洗手的方法，在活动中培养了幼儿的观察力、语言表达力及实际操作能力，培养幼儿养成良好的卫生习惯，建立良好的的卫生保健常识，促进幼儿身心和谐健康的发展。

中班健康健壮的骨骼教案反思篇七

中班健康我喜欢和朋友玩

活动目标

- 1、讲述自己喜欢玩的游戏。
- 2、获得合作游戏的经验。

活动准备

1、气球、篮子、小球或沙包，秒表、布条。

活动过程

1、请幼儿自由谈论自己喜欢的游戏。

2、教师带领幼儿到户外场地。

介绍游戏规则：

(1)、小蚂蚁搬豆：

两位幼儿为一组，发给一个气球，将气球夹在两人胸前，抱着对方将气球送到指定的篮子里。

(2)、同心协力投沙包：两位幼儿一组，两人手勾手一起走。在篮子前画一红线，准备小球或沙包。请幼儿用没有勾在一起的手将沙包丢入篮中。

3、评出游戏中最快一组，全班给完成最快的小组一些鼓励。

游戏玩2——3次。

4、请幼儿说说游戏中有趣的事。

活动延伸

晨间活动中可让幼儿继续玩此游戏。

中班健康健壮的骨骼教案反思篇八

新的学期一开始，我们发现经过一个月的假期，班上有几位小朋友的变化很大，我们高兴地对有的小朋友说：“恭喜你，

你长胖了。”而对另一些孩子我们则皱皱眉头说：“你怎么又胖了，你怎么又瘦了？”于是，到底是胖好还是瘦好成为近期孩子们关注的话题。分析我班幼儿的身体成长状况，就能发现存在许多“参差不齐”，有的很胖，有的很瘦。幼儿在饮食方面也存在挑食现象，喜欢吃肉不喜欢吃蔬菜。并且到了晚上或双休日还喜欢以“自己的喜好”来填饱肚子，例如吃肯德基、麦当劳、饮料、冰淇淋等。家长也常因娇惯而满足幼儿的各种要求。

大班幼儿需要了解自身的身体状况、关注自己的成长、树立自我保育意识。因此我预设了本次的活动方案。

中班健康健壮的骨骼教案反思篇九

活动目标：1. 能自由结伴玩报纸，体验集体活动与创造的快乐。2. 在报纸上探索各种玩法，发展动作的灵活性和协调性。3. 在游戏活动中创编新三字经。活动准备：报纸若干张。活动过程1. 准备活动。教师：小朋友们，我们先一起来做一做《三字经》操。2. 教师出示一张报纸导入活动。教师：小朋友们！看，今天老师给你们带来了什么呀？3. 报纸游戏。教师：请大家动脑筋想一想，报纸可以有哪些玩法？拿到报纸后你就可以跟你的报纸玩一玩，你可以一个人玩，也可以两个人、三个人或更多的人一起玩，看谁想的办法多？幼儿分散自由探索报纸的玩法。4. 师幼仿编新三字经。教师：小朋友们，带着你们的报纸到老师这边来吧！刚刚你跟你的报纸玩得开心吗？谁愿意来跟我们一起分享你的游戏的？请幼儿示范的自己的玩法。教师：哦，他是把报纸捏成纸球然后往上扔的，真个办法不错。现在呢，老师想把他的这个游戏编一首好听的儿歌，你们想听吗？（大报纸，捏一捏，揉一揉，变纸球，往上扔，手接住，真好玩！）教师：小朋友，老师的儿歌说完了，你们有没有发现老师的儿歌每句话都是几个字呀？跟我们平时说的什么差不多？再请幼儿来示范，师幼共同游戏并创编新三字经。5. 师幼共同一边说新三字经一边玩游戏。教师：刚刚我们小朋友真棒！想了许多好玩的幼儿，

老师也想了一个好玩的游戏，看看老师怎么玩的。教师示范报纸贴胸前向前冲的幼儿，报纸不能掉下来。教师示范并讲解游戏的玩法：把报纸放贴在胸前，快速的向前跑，然后再将手放下来，不能碰报纸，报纸也不能掉下来。师幼共同将游戏的规则以《三字经》的格式来进行创编。教师：那我们小朋友在玩游戏的时候要注意什么呢？师幼将游戏中要注意的安全事项一起创编新三字经。教师：你们真聪明，帮老师的这个游戏也编了好听的儿歌，那现在我们一边说儿歌一边来玩玩这个游戏吧。

6. 放松运动，用纸球按摩自己的双腿进行放松活动。

7. 将报纸整理好，跟随教师回教室。

活动反思：体育活动是幼儿很感兴趣的活动，同时也成为幼儿一日生活中非常重要的一件事，为了让孩子们积极投身于体育锻炼中，以运动与游戏相结合的方式，进一步调动幼儿参与运动的积极性和主动性，增强幼儿体质。因此我以体育活动来呈现《三字经》创编的内容。以下是我在实施体育活动《玩报纸》过程中的一些感悟：

1. 适时的引导探索报纸的各种玩法。报纸是幼儿生活中常见但却容易忽视的物品，当听说要和报纸一起玩游戏时，幼儿都很开心，拿到报纸后便自己玩起来，但大部份幼儿跟别人玩的是一样的，这时，我便表扬玩得好的小朋友：“你真棒！你的办法真不错，我们其余的小朋友也要动动你的小脑筋，看看谁最聪明，谁的游戏跟别人的游戏不一样，谁想的办法多。”听到我的话后，孩子们渐渐地自己想办法争取跟别人的不一样，玩的都不错。
2. 引导幼儿自己创编新《三字经》。请幼儿到前面来示范你刚刚玩的游戏。这时，我借此来将游戏创编成儿歌让幼儿自己儿歌的格式跟平时说的《三字经》差不多，每句话都是三个字。第二次再请一个小朋友来玩游戏，第二次的《三字经》创编就请自己创编。我以新游戏来激发幼儿兴趣，采用游戏的口吻对幼儿说：“我的报纸很神奇，贴在身上不会掉下来。说完，我就把报纸放在胸前，先用手按住慢跑，然后逐渐加速，最后松开手跑。”让幼儿自己发现幼儿玩法并讲述在这一游戏中要注意的安全方面的知识，师幼在一起把这个游戏的规则和安全知识创编儿歌。在这一过程中，教师恰当的引导激发了幼儿参加游戏的兴趣，成为幼儿活动的引导者。总

之，《玩报纸》活动真正体现了“一物多玩”的教学特点。大大促进了幼儿学习的积极性，充分发挥了孩子们的主体作用，真正让孩子们大胆想，勇敢做，气氛轻松活跃，玩得尽兴。附新《三字经》：玩报纸大报纸，手中拿。捏一捏，揉一揉。变纸球，往上抛。手接住，真好玩。玩报纸大报纸，贴胸前。向前进，快步跑。手不碰，不能掉。小眼睛，看仔细。你不推，我不撞。跑跑跑，真开心。玩报纸大报纸，一张张。铺地上，变迷宫。好朋友，一起来。走迷宫，真好玩。玩报纸大报纸，手中拿。手举高，向前跑。跑跑跑，真开心。

中班健康健壮的骨骼教案反思篇十

五官与我们的日常生活息息相关，通过这节健康课，让幼儿知道五官的作用，让幼儿知道要保护我们的五官，一面给我们的日常生活造成不必要的麻烦。

1、在感知活动中发现五官，知道五官的名称

2、观察五官的相对位置和外形特征，初步了解保护五官的一般常识

3、学习保护五官

重点：让幼儿在活动中了解五官，知道保护五官的重要

难点：让幼儿知道五官的名称，在学习中知道五官的重要性

五官图像若干，五官脸谱

1、讲述故事《眉毛搬家》：宝宝累了，很早就休息了。这时房间里传来争吵声。原来是五官在争谁的本领大。谁也不让谁。眉毛一声不响，眼睛嘴巴耳朵鼻子以为眉毛一点本领也没有，就把眉毛赶走了。结果宝宝上幼儿园时，汗水流下来。一直流进眼睛里。宝宝摔倒了，鼻子耳朵嘴巴都受伤了。

2、了解五官的作用

提问：你们知道他们是因为什么吵架吗？他们先把谁赶走了？

（五官在为谁的本领大而吵架）（先把眉毛赶走了）

眉毛被赶走后发生了什么事情？

为什么没有了眉毛，宝宝为什么会摔倒呢？（因为眼睛看不见了）为什么眼睛看不见？（因为汗水流进眼睛里了）那为什么汗水会流进眼睛里？（因为眉毛不见了）

小结：眉毛有挡汗水的功能。

3、续讲故事：听了小朋友的话，它们都知道了，原来眉毛也有很大的本领，不能少了它。就赶紧把眉毛请了回来。（教师把眉毛粘回原来的位置）眉毛不能少，那到底谁本领大呢？它们一起看着眼睛：“眼睛眼睛，你最没有用了，你走吧！”眼睛被赶走了。（教师拿掉眼睛）

提问：小朋友们想一想没有了眼睛，会怎样呢？（看不见东西了）

体验：现在请小朋友们起立，向前走几步闭上眼睛，转过身来再找找自己的位置。

（黑黑的、有些害怕）（有了眼睛可以看到周围的事物）（能够看到周围的事物感觉很幸福）

小结：眼睛可以让我们看见周围的事物，眼睛不能少。（粘回眼睛）

4、续讲故事：五官他们赶紧把眼睛请了回来，眉毛不能少，眼睛不能少，那到底谁最没有用呢？五官们你看我，我看你，他们又一起说：“鼻子鼻子，你最没有用了，你走吧！”于

是鼻子被赶走了。（拿掉鼻子）

提问：鼻子真的没有用吗？

出示白酒和醋，小朋友，你们看我手中的两个小瓶中分别装着，白酒和醋，小朋友们想一想，应该用什麼办法才能知道那个瓶里是白酒，那个瓶里是醋？（幼儿自由猜测）那我们眼睛能区分出它们吗？（不能，它们都是透明的）。那到底应该怎样做呢？（用鼻子闻）我们一起来闻一闻。分别请幼儿闻白酒和醋：你闻到的是什麼？（酸味、辣味）你是怎么知道的？（用鼻子闻出来的）

体验：用手捏住鼻子有什麼感觉？

小结：对啊！鼻子能帮助我们辨别气味和呼吸，所以鼻子本领也很大，它能少吗？（不能）赶紧把鼻子请回来吧！（粘回鼻子）

5、续讲故事：鼻子不能少，鼻子回来了，嘴巴说：“耳朵耳朵，一定是你最没有用了，你走吧！”耳朵被赶走了。（取下耳朵）