

幼儿园活动健康教案中班(优秀7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。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

幼儿园活动健康教案中班篇一

- 1、初步了解“生气”对人的影响，获得消除这一消极情绪的办法。
- 2、能关注自己的情绪，有积极调整自己情绪的愿望。
- 3、在活动中将幼儿可爱的'一面展现出来。
- 4、安静倾听同伴的讲话，并感受大家一起谈话的愉悦。

1、图片□ppt□

2、木偶；

3、关于各种消气方法的卡片

一、观察表情标：

意图：导入主题，了解生气是一种不良情绪。

- 1、小兔怎么了？你是从哪里看出来的？
- 2、生气会让人怎么样？
- 3、小兔可能为了什么事生气呢？（联系生活经验）

4、看一看、听一听，小兔到底怎么了？

二、故事讨论

意图：梳理经验，积累消除生气情绪的方法。

1、小兔生气的时候做了些什么？这样做有用吗？

2、怎样才能让小兔消气呢？（与木偶互动）

3、看一看，小兔用了哪些办法消气？（幼儿分散观察图片，教师巡回指导）

小结：深呼吸能使人冷静、放松；向关心自己的人说出生气的原因能得到安慰和帮助；想想别人的好，会很快忘记不高兴的事……小兔用了这些好办法，心里的气全消了。

三、游戏分享

意图：迁移生活，知道要保持愉快的情绪。

跟着音乐玩游戏：如果生气你会怎么做——

小结：每个人都会有生气的时候，这很正常，重要的是你必须记住生气时该怎样做。

希望大家快乐越来越多，烦恼越来越少，每天都有一份好心情。

让孩子们知道：在我们每个人的身上都有过生气的情绪，它是不可避免的，不可改变的。既然不能避免和改变，我们就要面对，解决，而且用科学的，积极的方法解决。

幼儿园活动健康教案中班篇二

在山城重庆特殊的地理环境下孕育出了“棒棒”这一带有浓厚巴渝文化特点的职业。棒棒的工作主要依靠一根棒棒帮助人们走街串巷，爬坡上坎搬运物品得以谋生，在生性豪爽的重庆人眼中，棒棒不但是日常生活中不可或缺的一项职业，同时也是重庆人勤劳坚韧品格的最好体现。幼儿在生活中具有模仿的天性，对生活中常见的棒棒灵活运用劳动工具“棒子”的行为有尝试的愿望，同时在日常生活的耳濡目染中对棒棒干练、坚韧的作风也有一定感受。时常自发地模仿棒棒的言行。为了让幼儿尊重劳动者，激发他们作为重庆人的自豪感，同时在活动中围绕“棒棒”这一器械达到身体运动的各项目标，设计了该活动。在活动中选择充气的空气棒作为活动器械，安全且便于幼儿运动。围绕“棒棒”这一劳动工具，引导幼儿尝试发挥创意使用棒子，结合开展多种形式的评价以激发幼儿的创意，在不断的评价与调整中完善创意，促进幼儿养成良好的游戏态度。

1. 了解“棒棒”的职业特点，体会“棒棒”的辛苦：
3. 感受与同伴合作创意行进的愉快，并能在活动中获得发挥创意的自我效能感。

物质准备：空气棒(棒棒)每人一根，立柱4个、器械收纳筐4个(带轮)、幼儿根据随机发放的分组标志(棒棒工作证)自然分成4组、活动背景音乐。

经验准备：初步了解“棒棒”的工作内容和形式。

1. 回顾棒棒的工作内容，明确棒棒的工作特点与要求

师：在我们山城重庆有一种帮助别人搬运东西的人叫什么？棒棒的工作需要做些什么呢？

2. 了解活动中出发的口令，感受棒棒的豪迈与热情

师：我们重庆人爬坡上坎搬运东西时要请棒棒来帮忙，都会大声喊“棒棒！”幼：“来咯！”今天就请小朋友们和老师一起来体验一下当棒棒的感觉。

3. 在创意热身活动中熟悉活动场地，初步感受创意行进中重创意而非速度的规则

师：棒棒的工作需要灵巧的动作，所以我们在活动中要看看谁的创意最好哦！

(1) 第一轮：根据棒棒工作证的颜色自然地分为四队，四队幼儿依次接力往返跑。

(2) 第二轮：用和上次不一样的方式往返。

(3) 第三轮：引导幼儿观察同伴的行进方式，并再次用自己新的方法往返。教师在幼儿行进中将空气棒以一根、两根并列的方式横放在行进路径中，幼儿想办法越过棒子。

4. 单人创意使用棒棒，并在多种评价方式中完善创意成果

(1) 幼儿将棒棒放在自己小组队伍前面的收纳筐中，要求幼儿在每轮运动结束后都将棒棒放到队首的收纳筐中。

(2) 单人创意使用棒棒往返行进一次并交流创意，结合教师评价的方法引导幼儿提炼出创意行进包含的两个元素：使用不同身体部位，用身体某一部位做不同动作，激发幼儿更多创意。

师：请你来表演一下你是怎么使用棒棒行进的，你使用了什么方法？(握、扛、夹等动作)你的方法可以用到身体的××部位，我们还可以用到哪些其他的身体部位？你还和棒棒一起做

了什么动作?想一想我们还可以用身体部位和棒棒做哪些动作?再来试一试吧!

(3)再次单人创意使用棒棒往返行进一次,结合自评的方式请个别幼儿讲述自己的创意,小结出创意行进的第三个元素:使用不同的动作完成往返(走、跑、双脚跳、跨跳等),并引导幼儿观察学习同伴的优点为之后的同伴互评做好准备。

师:你是怎么玩棒棒的?你觉得自己这个创意怎么样?好在哪儿?用到了身体的哪个部位?做的什么动作?你是用什么方式完成往返的?除了这样还可以用什么其他方式行进呢?请你来试试看。大家一起再次展示新的创意,请注意你同伴的创意,学习别人的优点。

(4)单人创意使用棒棒尝试用不同的行进方式完成往返,结合互评的方式引导幼儿关注同伴的创意并提出自己的建议,收到建议的幼儿要对别人的帮助表示感谢。

师:“说一说你觉得谁的创意比较好?他的创意好在哪儿?用了身体哪个部位,做了什么动作?怎么前进的?你觉得怎么做可以更好?请你试一试。

5. 两人合作创意使用两根棒棒,并能正确清楚的评价自己与同伴的创意

(1)两人一组,分组自由探索使用的方法。

(2)请个别小组展示介绍使用棒棒的方法,教师引导幼儿用多种评价方式完善创意成果。

(3)每组幼儿展示合作创意,教师引导幼儿明确合作必须是两人一起完成,并请幼儿自由互评,引导幼儿对别人的建议表示感谢。

6. 小组合作，利用器械收纳筐(带轮)和棒棒做出创意造型行进

(1)请小组幼儿合作，用全组幼儿的棒棒与器械收纳筐一起摆出创意造型，并为造型取好名字进行展示。

师：棒棒在工作中遇到很远的路时，就可以选择使用交通工具，重庆的交通四通八达，有汽车、轮船、轻轨、飞机等等，可能还有你们创造出的新的交通工具，要给你们的造型取一个好听的名字。

(2)各组摆出创意造型并一一介绍造型名称，其他组幼儿评价。

(3)听取其他人的建议，做出修改计划，完善自己组的造型，并展示调整后的新造型。

(4)小组合作造型创意行进，感受小组合作创意行进的乐趣。

在户外活动中引导幼儿将已经比较熟悉的运动器械进行单人或者多人的创意行进，并逐渐总结成“一物多玩”的体育游戏开展。

珺珺老师设计的活动《山城棒棒军》可以用“特别材料”和“创意的行进”来点赞。

“特别材料”是指棒棒军的工具，在活动中没有采用棒棒军的实物工具，而是选用更安全更轻便的“空气棒”，既保证了活动的安全性，又提升了活动的有效性。

“创意的行进”是指活动的途径，我们能清晰地感受到孩子们运动强度的从弱到强。活动方式上从个体到小组再到集体，而在这些不同强度、不同方式的学习中自始至终坚持了一个“创意”的核心，在行进中发展儿童运动能力，在创意中激发儿童创造潜能，为新《幼儿园教育指导纲要》背景下儿童学习

品质的培养做出了一次非常好的尝试和探索。

幼儿园活动健康教案中班篇三

1、练习助跑、跨跳等动作，提高幼儿弹跳能力和平衡能力。

2、培养幼儿勇敢及合作精神。

让幼儿熟练跑、跨、跳等动作，提高幼儿弹跳能力和平衡能力。

通过游戏，培养幼儿勇敢及合作精神。

1、知识准备：音乐律动“我是小小兵”。

2、物质准备：纸质独木桥4个（长2米，宽20厘米）、纸箱12个（高30厘米）、纸筒4个、纸团若干（是幼儿人数的2~3倍）、毛线一根（长4米）、音乐2首、奖品若干。

一、组织教学：音乐律动：“我是小小兵”

二、基本部分：

1、游戏“勇敢的小战士”

2、教师组织幼儿站到起点线后面，分为四组，每组7人

（1）介绍游戏规则及玩法。

说明：每名“小战士”应先跑完纸质平衡木，单脚跨过纸箱，然后拿起纸团，跳到指定地点，把纸团扔到纸筒里（第一次没有扔进去，可进行第二次，直到扔进去为止），然后从队列的右侧返回，站到队尾后，第二位小朋友继续上一位小朋友的动作。

(2) 游戏保证每位小朋友都尝试一遍。

三、结束部分：

幼儿园活动健康教案中班篇四

1. 通过教师朗读，理解故事内容

2. 知道如何保护牙齿，通过操作掌握如何刷牙和漱口。

教：今天我们小三班来了一位新朋友，它是谁呢？（一边问一边戴头饰）

教：下面就请小朋友们听一个关于小河马的好听的故事

（提倾听的要求）请小朋友仔细的听，安静的看

开始讲故事（之前就把背景图粘在黑板上）

讲完后，教：故事里的小河马怎么了？

教：为什么小河马的牙齿会坏呢？或是为什么小河马要拔牙呢？（按照幼儿上面的回答问）

教：小河马怎么才能保护好牙齿呢？

教：怎么刷牙呢？

教：看，这是一口整齐的牙齿，我准备了一个小牙刷，我来帮它刷刷牙（先横着刷），哎呀，脏东西怎么刷不下来啊？这可怎么办？（如果幼儿答不出可提示）

然后可以准备一段刷牙歌的音乐，让幼儿一起伸出小手，来刷一刷。

教：除了刷牙，还有是好方法保护牙齿？

教：怎么漱口呢？

教：我们漱口的时候先喝一口水，然后再嘴里面鼓一鼓，能不能把谁喝下去？最后吐掉，吐在哪里？我们一起来漱口吧（每个人杯子里倒一口水，每张桌上放两个桶）

漱口之前也要提要求，不能把水喝下去，把水吐在桶里。

给客人老师看看我们的漱口之后，牙齿有没有变干净。跟客人老师再见。

幼儿园活动健康教案中班篇五

发展幼儿相互躲闪的能力。

取若干浅色绒布制作成背心，取若干红、蓝两色布制作成花形，背面粘上刺毛，贴在背心上。

把幼儿分成红背心、蓝背心两队。游戏开始，两队幼儿各自撕下自己背心上的“花朵”，力争贴到对方的背心上，同时要躲闪不让对方贴到。当听到老师发出“停”的命令，就停止游戏，相互检查，“花朵”少的一队为胜出。

此游戏适合大班幼儿。

鼓励幼儿反应要快，不能拉对方的背心。

- 1、练习原地向上跳起顶球，发展弹跳能力、
- 2、初步获得跳的高低与顶球关系的经验、
- 3、能积极参与游戏活动、

气球若干，分别绑在绳子上，吊球高度略高于孩子身高
练习原地向上跳起顶球。

1、介绍玩法，孩子示范、

教师还可将绳子调高，让幼儿跳起击球，发展手眼协调能力和弹跳能力、

幼儿园活动健康教案中班篇六

幼儿喜欢做游戏，但与父母一起做游戏的机会却比较少，为了使幼儿体验与父母一起参与活动的乐趣，培养幼儿的合作意识和坚持到底的精神，特开展了摘苹果这一游戏活动。

1、引导幼儿体验与父母一起参与活动的乐趣。

2、培养幼儿的合作意识和坚持到底的精神。

模拟果树、筐子、《苹果歌》音乐光盘等

幼儿齐唱《苹果歌》并随音乐做热身运动。

1、讲解游戏玩法及规则

游戏玩法

游戏开始，父母一同用手臂抬幼儿跑至约8米处的果树跳一跳摘果子，幼儿每次只能摘一个，然后再由父母抬幼儿跑回起点，将果子放入筐内。如此反复，在规定的时间内，以摘果子多者为胜。

游戏规则

(1)幼儿的脚不能着地。

(2) 幼儿每次只能摘一个果子。

2、幼儿与父母一起在《苹果歌》音乐的旋律下做游戏。

游戏结束时表扬胜利的幼儿，同时鼓励失败的幼儿坚持到底就是胜利。

幼儿欣赏音乐并随着老师做捶捶肩、捶捶背及捶捶腿部的放松运动。

幼儿唱并表演《苹果歌》，并与小朋友讨论摘苹果游戏的其他玩法。

幼儿园活动健康教案中班篇七

1、认识白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等各种蔬菜。

2、了解吃蔬菜对身体的好处。

1、白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等各种蔬菜。（未加工的和做熟的两种。）

2、幼儿人手一套碗筷。

1、通过让幼儿品尝各种蔬菜来引出活动主题。

今天老师为大家准备了许多种菜，想请你们品尝一下，再猜猜看，他们都是什么菜。小结：你们刚刚吃到的是白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等，他们都是蔬菜。

2、观察、认识白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等蔬菜。

今天老师从地里摘了很多的菜来，小朋友认不认识这些菜呢？你们都吃过吗？小结：胡萝卜一头粗、一头细，它是橘黄色

的。芹菜是绿色的，它有许多的叶子，梗子是白色的。 刚刚的白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等，它们都是蔬菜。

3、你们知道吃蔬菜有什么好处吗？（讲述一段案例）。

这小朋友怎么了？他为什么拉不出尿呢？小结：蔬菜里含有丰富的维生素，如果长期不吃蔬菜，就会得上“坏血病”，导致牙龈出血，还有如果长期不吃蔬菜，小朋友上厕所拉屎就会有困难，小朋友还知道不吃蔬菜有什么坏处吗？幼儿讨论，小结：所以小朋友一定要多吃蔬菜。

4、通过让幼儿品尝各种蔬菜来引出活动主题。

今天你们的家人为大家准备了许多的蔬菜，想请你们品尝一下，我来看看那个小朋友想长的棒棒的’、壮壮的、高高的。

这是一节健康活动，主要是让幼儿了解吃蔬菜的好处。幼儿不爱吃蔬菜的原因可能是她们的味觉还没有发育完全，觉得蔬菜不好吃。在这节活动中，我首先让幼儿观察实物，以此来吸引幼儿对蔬菜的观察及讨论，让幼儿知道从地里拔出来的菜我们都叫它们蔬菜；其次，我以一些事例来吸引幼儿对吃蔬菜有什么好处进行讨论，并让幼儿知道蔬菜里有很多营养的东西，能帮助我们长高、长漂亮。并帮助我们消化；最后，我请幼儿品尝家长带来的蔬菜，鼓励幼儿要多吃蔬菜有益健康。这个活动的目标基本达到，但唯一不足的地方就是在介绍蔬菜的时候，如果能加入“小动物”就更好了，幼儿就更有兴趣，更容易认识蔬菜。比如：小白兔最爱吃胡萝卜，因为胡萝卜又甜又脆又解渴，小白兔每天都要吃它，可好吃了！我在以后的教学活动中，要对活动多预测，只有更好的预测才能更科学、合理的完成教学活动。