

2023年幼儿园大班健康活动教案(汇总6篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。优秀的教案都具备一些什么特点呢？那么下面我就给大家讲一讲教案怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

幼儿园大班健康活动教案篇一

- 1、了解食品的一些卫生常识，知道不讲卫生和垃圾食品对人体的危害。
- 2、在抢答的活动中，区分绿色食品和垃圾食品的种类。
- 3、乐意吃一些比较有营养的绿色食品，并参与绿色食品游戏赛。

- 1、一些和饮食卫生有关的图片若干。
- 2、幼儿用书人手一册，红色彩笔人手一支。

1、幼儿进行谈话活动：

1) 教师：你喜欢吃什么食品？为什么？

2) 教师将幼儿说的各类食品一一贴在黑板上或快速地画在黑板上，并进行分类。

2、通过观察幼儿用书，了解注意饮食卫生的重要。

1) 看图说说：图上的小朋友在做什么？想一想这样做对吗？为什么？

2) 观察画面，说说：这些小朋友怎么啦？他们为什么会生病？

例如：观察拉肚子的小朋友，说说：为什么他会拉肚子？

（吃蔬果不清洗，也没有洗手。）……观察一名肥胖儿童：他为什么会这么胖？（他吃的东西太多了、甜食吃多了、油腻的食物吃多了……）

3、引导幼儿参与讨论：吃什么食品比较好？什么样的食品要少吃，为什么？

4、请幼儿在纸上记录绿色食品和垃圾食品。

教师请幼儿谈论自己记录的结果，并将记录的结果进行总的汇合，找出最好的食品和最差的食品，并给以“绿色食品”和“垃圾食品”的称号。

5、食品抢答，教师报出食品的名称，请幼儿说出垃圾或绿色食品。

1) 教师：水果、蔬菜。 幼儿：绿色食品；

2) 教师：薯片、妙脆角、炸鸡腿。 幼儿：垃圾食品。

6、引导幼儿评选出2个绿色食品。

7、游戏“蹲一蹲”

教师请3位幼儿上来分别扮演3个绿色食品，并站成一排。

玩法：分别说出自己蹲和别人蹲，要接得快。例如：有绿色实物：黄瓜、西红柿、青菜，第一个是黄瓜说：“黄瓜蹲，黄瓜蹲，黄瓜蹲完了青菜蹲。”青菜听到后。

幼儿园大班健康活动教案篇二

- 1、能想出多种玩绳方法，尝试团队合作。
- 2、通过玩绳进行多种跑、跳练习。
- 3、增加腿部力量，提高协调能力。
- 4、在玩绳中体验新年热烈的气氛及感受同伴间合作带来的愉悦。
- 5、培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。

活动准备

- 1、观看新年放礼炮、舞龙灯等场景的录像。
- 2、幼儿每人一根稻草短绳，两根稻草长绳，两根5米长绳悬挂在空中，一面鼓，一枚龙珠。
- 3、《过新年》音乐、劲舞音乐磁带。

活动过程

- 1、《过新年》音乐响起，教师带领幼儿口喊“过新年啰”自由跑入活动场地成散点站立。

师：小朋友们，《过新年》的音乐响起来了，20__年过去了，新的一年又开始了，让我们一起运动起来吧。

- 2、放劲舞音乐，教师带领幼儿做热身操。
- 3、幼儿自由玩绳，教师鼓励幼儿想出各种玩稻草绳的方法。
- 4、玩“放鞭炮”游戏。教师指导幼儿将绳子揉成团，用力往

天空中抛，并大喊“啪”。规则：必须在教师点火后才能一齐放。

5、接力赛。教师将幼儿排成人数相等的四队，左右各两队面对面站立。一边两组，左面两队第一名幼儿将空中高挂绳抓住跑去交给对面第一名幼儿后再站到队尾，两队幼儿依次跑出，直至全部幼儿跑完。（第一遍练习，第二遍两队比赛，教师击鼓助威。）

6、请幼儿围坐在教师身边休息并一起小结“接力赛”情况。

7、游戏“双龙戏珠”。师：我们中国人喜欢舞龙灯来庆祝自己的节日，今天我们也来学一学舞龙庆祝新一年的开始吧！教师出示长绳，带领幼儿分两组，每组幼儿右手同抓一根长绳成“龙”，在“龙珠”的指引下或蹲、或走、或跑、或挥舞长绳。教师合理运用鼓声指挥幼儿团队合作舞龙。

8、组织两队“龙”踢踢腿、挥挥手，放松着舞出活动室。

安全教育：活动中注意观察幼儿是否将绳子用于绕颈等不安全玩法，并及时制止，教育幼儿不要与同伴相撞。

幼儿园大班健康活动教案篇三

1、探索用身体各部位夹球侧行的方法。

2、增强动作的协调性，体验与同伴合作的快乐。

人手一只球、箩筐四只、螃蟹头饰一个活动过程：

1、跟着螃蟹妈妈一起运动（侧着慢行，双手平举、快行、踢腿等）。

2、练习沿着线慢慢地侧行、加快速度侧行。

1、请螃蟹宝宝尝试运瓜（球），但不能用到大钳子（手）2、请个别幼儿进行交流示范。

3、幼儿再次练习。

1、幼儿尝试合作运瓜。

提示幼儿运的'时候步子要整齐，不能让瓜掉下来。

2、个别幼儿进行交流示范。

3、再次练习。

1、放松运动

2、请幼儿将瓜搬回家。

幼儿园大班健康活动教案篇四

活动目标：

1、知道每个人都有情绪，并能了解几种基本的情绪。

2、了解不同情绪对人身体健康的影像，初步知道要调节自己的情绪。

3、能大胆的表达自己的情绪。

4、让幼儿知道愉快有益于身体健康。

5、学会保持愉快的心情，培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。

活动准备：

- 1、三个情绪面具（快乐、悲伤、愤怒）。
- 2、每组一个情绪脸谱转盘。
- 3、自制电视机三台。

活动过程：

一、引导幼儿了解几种基本的情绪。

1、请幼儿欣赏表演《变脸》。

（1）请配班老师（或自己也行）表演变脸。

（2）请幼儿说说刚才看到了什么？

（3）观察脸谱的各种表情，并说出是什么表情。你认为他心里的感觉是怎样的？

（4）请幼儿说说除了快乐、悲伤、愤怒之外，人还有哪些情绪？

2、游戏：玩转盘。

（1）请个别小朋友上来玩转盘，背对着小朋友，转到什么情绪就做出相应的表情，让小朋友猜他转到的是什么表情。

（2）请小朋友以小组为单位玩转盘，一个人转动指针，指针指到一处情绪时，其他小朋友就要试着做出这种表情，并说说在怎样的情况下会有这种情绪的。

二、记录自己的情绪。

1、我们的情绪就像气温一样，有时好有时不好，天气的好坏我们是怎么知道的呢？（天气预报）

2、（出示电视机）今天我们要办一个“心晴雨报”节目，小朋友可以坐在电视机后把自己今天的或是这几天的心情告诉大家，还要说出为什么会有这种心情，这样有不开心的事小朋友才可以帮助你。

3、幼儿自己坐到电视机后说说自己的心情。

4、幼儿分三组自由进行心晴雨报的活动。

三、听故事，了解情绪对人身心健康的影响。

刚才我听到有的小朋友说自己今天很伤心，有的小朋友说自己今天很生气，那这些心情对我的身体有没有什么影响呢？下面请小朋友来听一个《小熊快乐生病》的故事。

1、教师讲故事。

2、讨论：

（1）小熊快乐怎么会躺在床上起不来的？它真的得了很重的病吗？

（2）后来它的病是怎样变好的？

（3）教师小结：悲伤、害怕、生气的情绪对身体都不好，有时候会使自己生病，起不了床，而快乐能使我们的身体变的很健康。

4、幼儿自由讨论。

5、请个别幼儿说说使自己变得快乐的方法。

6、出示事先准备好的图片，然后请幼儿自由的看一看，说一说。

7、请幼儿用小电视机播报“我得开心法宝”。

四、活动结束。

幼儿园大班健康活动教案篇五

活动目标：

- 1、知道游泳是有益于身体健康的运动，但是一不小心就会有危险。
- 2、感受游泳时不注意安全带来的危害。
- 3、在解决问题和情境游戏中学习游泳时简单的自我保护方法。
- 4、锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。
- 5、培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

活动准备：

- 1、教具准备：奥运比赛时的录像，图片。
- 2、学具准备：幼儿有过游泳的经历。

活动过程：

一、教师告诉幼儿今天我们来学习小朋友们很喜欢的一项运动。

- 1、教师出示教学材料奥运比赛时的录像，图片。吸引幼儿的

兴趣。

2、让幼儿说说里面运动员游泳时候的姿势是什么样的？

老师：那个动作像不像一只青蛙啊？那个就是蛙泳。

幼儿：哇！还有那个像蝴蝶，是蝶泳。

二、老师通过示范让幼儿知道游泳对我们身体有什么好处啊？

1、老师提问幼儿那个小朋友学过游泳的？你们知道游泳对我们身体有什么好处啊？

2、老师教幼儿上来示范游泳时的动作。

老师：你们瞧，老师的手脚都在运动哦，还有头部。

幼儿：老师很累，呼吸也很快。

3、老师和幼儿一起讨论有也是锻炼了我们身体的哪些部位？对我们身体有什么好处。

老师：你们瞧，老师的手脚都在运动哦，还有头部。

幼儿：老师很累，呼吸也很快。

4、老师和幼儿总结一下，游泳时候我们通过手和腿，头部锻炼了我们身体的灵活性，通过运动时我们用力呼吸时，锻炼了我们小朋友的肺活量，从而使我们的身体很健康。

三、老师通过让幼儿看录像，图片知道游泳时要注意安全。

1、让幼儿讨论游泳时会出现什么危险？

2、应该怎么去避免危险。

四、老师和幼儿表演游泳时的情景，让幼儿知道怎么保护自己在游泳时不受伤害。

活动延伸：

老师可以找一些音乐，让幼儿在音乐的伴奏下，有节奏的做出各种游泳姿势，体验游泳时的愉快和与其他小朋友一起玩游戏乐趣。

幼儿园大班健康活动教案篇六

活动目标：

- 1、关注甲型流感给人们生活带来的变化，知道预防甲流和自我保的方法。
- 2、会用多种方法、多种形式让幼儿园里的伙伴和家长了解甲流的防方法，感受、体验关心他人的自豪感。

活动准备：

关于甲流的新闻视频(自制)、各类色彩笔、宣传纸、照相机、涝六步法图片。

活动过程：

- 1、观看“新闻播报”，引导幼儿讲述自己的想法和感受。

教师：看了刚才的新闻，你想说些什么？

幼儿：甲型流感是一种传染病，如果得了要马上去医院治疗。

幼儿：小朋友得了甲流不能再上幼儿园，要不会传染更多的小朋友

幼儿：甲流会发烧、流鼻涕、咳嗽。

幼儿：甲型流感可以传染自己身边的人，身边的人还可以再传给多身边的人，所以得了甲流的人不要到外边玩，要不会传染更多的人。

幼儿：小朋友到商场买玩具，如果看到流鼻涕、咳嗽的人动了自己喜欢的玩具，千万不能再去摸这个玩具，要不会被传染的。

幼儿：妈妈总说，吃药、吃药，要不会得甲流，得了甲流就要打针很疼。

幼儿：妈妈总说，洗手、洗手，手脏了会得甲流。

幼儿：和好朋友玩的时间少了，大家因为怕得甲流都不出来玩了。

教师小结：甲型流感是一种传染病，如果小朋友发现自己和别人在身体上出现不适的症状：如发烧、咳嗽、流涕，就千万不要再到人多的地方去玩，应该马上到医院治疗，这样既不会延误病情也不会影响他人的正常生活。

2、讨论：预防甲流的好方法。

幼儿：小朋友不能到人多的地方玩。

幼儿：如果看到生病的人就离他远一点。

幼儿：在人多的地方要戴口罩。

幼儿：吃东西前和大小便后要认真洗手。

幼儿：打喷嚏时用手捂上嘴和鼻子。

幼儿：将吐出的痰用卫生纸包上扔到垃圾桶里。

幼儿：吃预防甲流的药。

幼儿：多喝水，多吃菜，不挑食。

幼儿：经常去操场运动，如踢球、跳绳、打羽毛球。

3. 鼓励幼儿用多种方法、多种形式让大家了解预防甲流的方法，感受助人为乐的自豪感。

教师：刚刚我们知道了许多预防甲流的好方法，你们想把这些好方法讲给谁听？

幼儿：我要讲给妈妈爸爸、爷爷奶奶听。

幼儿：我要讲给哥哥姐姐听。

幼儿：我要讲给弟弟妹妹听。

教师：我们怎样让他们知道预防甲流的这些方法呢？

幼儿：我们教弟弟妹妹正确的洗手方法，告诉他们如果用这些方法洗手，就不会得甲流。

教师：弟弟妹妹这么小，教一次要是不会怎么办？

幼儿：那我们天天去教他们洗手。

幼儿：我们给弟弟妹妹画张正确洗手的画，让他们自己看着画洗手

幼儿：如果他们看不懂你们画的画怎么办？

幼儿：老师你把我们洗手时正确的方法照下来，给弟弟妹妹

做成照片，把照片送给他们，让他们的老师把照片贴在盥洗间，弟弟妹妹洗手时，一看照片就会学着我们的样子去洗手了。

教师：这个方法真不错，还有没有其他的方法了？

幼儿：我们用画画把我们知道的关于甲流的预防知识都送给幼儿的弟弟妹妹和哥哥姐姐。

教师：还有更好的方法吗？

幼儿：我们给自己的妈妈爸爸写个纸条，告诉他们预防甲流的方法。

教师：这个方法真好，如果让更多的人知道就更好了。

幼儿：我们把写好的信多印些送给幼儿园所有的家长，让他们看我们的信后告诉自己的孩子有哪些预防甲流的好方法。

教师：你们的这些方法真的很棒，现在让我们一起去完成这些好方法吧。

活动延伸：

幼儿绘制甲流预防卡，和老师一起拍摄洗手照片等。

个人反思：

甲型流感是一种传染性极强的疾病，刚开始大家对它的关注不是很强，后来由于甲流的传播越来越广，得病的人也越来越多，家长、老师社会群体对甲流的看法逐渐恐慌起来，这种恐慌直接影响了身边的孩子们。孩子们受家长情绪、行为的影响，对此病也有了自己的认识，有的幼儿受自己消极情绪的影响，不敢出门游戏、不敢上幼儿园。针对孩子们的各种表现及当前的社会现实，我们开展了“关于预防甲流”的

多种活动，孩子们在对甲流预防有较深的认识和一定的经验后，知道了甲流是可以提前预防的。此次活动的设计是为了进一步丰富幼儿预防甲流知识，并通过运用这些知识、经验提高自我保护能力。活动还进行了关心、关爱的情感教育，通过运用多种方式、方法帮助身边的人去预防疾病，孩子们在帮助他人的过程中感受着助人为乐的快乐和自豪感。

主要内容：

- 1、活动设计思路清晰，将培养目标与当今的社会形势结合，具有一定的可操作性，活动内容的选择来源于幼儿的生活体验，能有效调动幼儿参与活动的积极性。
- 2、教学活动采用电教的手段，利用影像等形式吸引幼儿参与活动的兴趣，幼儿参与积极并能主动地想办法解决问题，促进了幼儿语言及思维能力的提高。
- 3、建议老师更多地引导幼儿将学到的方法与其实际行为相结合，在生活中不断坚持自己好的卫生行为习惯，并用自己的言行影响身边的人。

综合评析：

- 1、活动来源于生活，又走向生活。活动内容与幼儿的生活结合，选择了幼儿关心且需要帮助幼儿解决的问题，因此幼儿能够积极参与其中。而且教师能够把幼儿的社会性活动内容带出班级，引导幼儿带着关爱、关心弟弟妹妹和哥哥姐姐的情感走进幼儿园的整个大群体，给予幼儿关爱别人、帮助他人的广阔空间，使社会性教育生活化、社会化、情感化。
- 2、活动的操作性、参与性强。活动采用的教学方式符合幼儿特点，多媒体教学极大地激发了孩子们参与的热情，使其能够直观感受身边的事件，并在帮助他人、关爱他人的氛围中培养了幼儿的成就感。

3、小组合作反思是教师提升专业水平的重要方式，因此在活动后要给予教师充分思考与讨论的空间，对于活动中存在的问题不仅仅是点到，还要引导教师一步步深入分析其背后的原因与规律，如就教师提出的：“怎样更加有效又快捷地帮助弟弟妹妹和哥哥姐姐掌握预防甲流的正确方法”这一问题，可以层层深入地进行思考：教师在这一环节希望幼儿对什么产生情感体验？幼儿可能会产生什么情感体验？情感体验在这个社会性活动中的意义何在？是什么原因使幼儿的情感体验不够充分？如何调整使幼儿获得充分的情感体验？这样多方面的剖析才能使教师学会反思，学会正确地解决教学实践问题。