

# 2023年中班健康我不哭了教案(优秀5篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。那么教案应该怎么制定才合适呢？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。

## 中班健康我不哭了教案篇一

活动目标：

- 1、乐意学习儿歌，能理解其内容。
- 2、知道小朋友不挑食才能身体健康，逐步养成良好的进餐习惯。
- 3、了解生病的症状，知道感冒后身体不舒服要及时告诉大人。
- 4、教育幼儿养成清洁卫生的好习惯。

活动准备：

- 1、小动物图片（小乌龟、老鼠、小熊）
- 2、与儿歌内容匹配的课件。

活动过程一、观察图片，引出“不挑食”的话题。

分别出示小乌龟、小老鼠、小熊的图片1、提问：图片上有谁？

它们长的怎么样？

它们为什么会长成这样呢？

2、教师小结。

二、欣赏儿歌，理解儿歌内容。

1、教师有表情的朗诵儿歌一遍。

师：有一首儿歌说了他们的事情，我们一起听听看！

2、提问：儿歌的名字叫什么？

儿歌里谁挑食，谁不挑食？

3、幼儿再欣赏儿歌一遍。

4、提问：小乌龟、小老鼠长得怎么样？为什么？

小熊怎么样？为什么？

5、师幼一起念儿歌。

三、教育幼儿做个不挑食的健康宝宝。

1、师生谈话：小朋友以后要向谁学习？吃什么食物对身体的健康有好处？

2、教师小结，鼓励幼儿不挑食，做个身体健康的好宝宝。

教学反思

这节课我先从孩子们喜欢方式看图片开始，设疑：小熊为什么胖瘦不一？结合课文洋洋的故事，从而认识到挑食的危害。

我班有好多孩子有挑食的现象，他们主要是不喜欢吃蔬菜，而且饭也吃的很少，在家也这样。通过这次活动以后，当天吃饭时，就有孩子吃蔬菜了，而且还一口菜一口饭吃得很好。

最可喜的是莫继凡小朋友还很快吃完了自己的一份饭菜呢?为了让他们天天如此,我特地在班里表扬了他们,让他们继续发扬下去。我想在以后的日子里,我在孩子吃饭时经常提醒他们,以表扬、鼓励的形式,让他们养成不挑食的好习惯。

## 中班健康我不哭了教案篇二

帮忙幼儿学会分享。

录像机、木偶表演。

1演一演(1)看木偶表演。

小熊正在草地上放风筝,一不细心风筝挂在树上了,怎样也拉不下来,急得小熊都快哭了。正在这时,小羊走过来了,它对小熊说:“别着急,我来帮忙你。”只见它从草地上捡起了一根很长的树枝,对着风筝用力往上一顶。哈哈!风筝飞起来了,小熊真高兴,对小羊说:

“多谢你,你真棒!”小羊说:“不用谢,上次我的风筝也挂在树上了,是爸爸教我这样做的”“哈哈!原先是这样!”他们高兴地笑了。

讨论:小羊用什么方法帮忙了小熊它为什么会成功呢

(2)看录像。

2说一说。

(1)小红不爱吃青菜,你有什么办法帮忙她吗

(2)洋洋不会拍皮球,你有什么办法帮忙他吗

(3)涛涛爱打架，别人都不愿理他，你有什么办法帮忙他吗

(4)有个小朋友不爱睡午觉。你会怎样帮他

## 中班健康我不哭了教案篇三

了解感冒的症状，知道感冒后身体不舒服要及时告诉大人。

初步了解一些预防感冒的方法。

知道感冒了不要怕打针吃药，要做个勇敢的孩子。

预防感冒方法的图片(洗手、吃饭、锻炼等等)。

一、设置情景，引起幼儿的兴趣。

园园妈妈打电话给老师，说园园直打喷嚏，还流鼻涕，吃不下饭，不能来幼儿园和我们一起玩了。

二、说一说：感冒的症状及原因。

园园怎么了?为什么会感冒?

教师小结：穿衣服少了、蹬被子了、到人多的地方被传染了都容易引起感冒。

你们感冒过吗?感冒了会有什么感觉?

教师小结：流鼻涕、喉咙痛、头痛、咳嗽、打喷嚏、有时候会发烧，当身体不舒服的时候要及时告诉大人。

三、渗透情感，懂得要勇敢，生病不怕打针吃药。

教师小结：小朋友也是勇敢的孩子，如果你感冒了，要赶紧去看医生，不怕打针吃药，这样感冒很快就会好了。

四、结合图片展开讨论：初步了解预防感冒的方法。

讨论：小朋友想一想，怎么样就不感冒了？

## 中班健康我不哭了教案篇四

1、学习调整情绪的方法，保持愉快的心情。

2、能用积极的态度去面对困难和挫折。

1、取20个孩子参与本次活动，为幼儿准备好写有其名字和学号的'胸贴。

2、教具：小桌子、无线鼠标以及鼠标垫；放有弹珠的小箩筐1个、筷子1双、罐子1个、记录纸1张、记号笔1支；金牌6块，银牌6块；同一名幼儿夹弹珠不成功到后来夹弹珠很成功的两段视频以及其介绍成功经验的视频，两段小朋友遇到困难的视频。

3、学具：弹珠若干，小箩筐20个，筷子20双，橡皮泥罐子20个，记录纸人手一份，幼儿用笔人手一份。

一、 幼儿入场。

“小朋友，和客人老师打声招呼吧。”

二、幼儿入座，教师引题。

1、教师出示一份材料：放有弹珠的小箩筐、罐子、筷子、记录纸、笔。

师：“今天我们要进行一场夹弹珠比赛。老师为你们准备了这些材料，在规定的时间内请你把弹珠夹到罐子里，夹多的为胜，比赛结束后数一数自己夹了几个，把它记在记录纸上，

夹几个，圈数字几，然后带着记录纸回来。”教师边说边出示记录纸，示范记录方法。

2、幼儿自由选择空位，准备比赛。

三、幼儿操作比赛，教师口喊倒数计时。

1、师：“小选手们准备好，预备——开始！10——9——8——7——6——5——4——3——2——1——0！时间到！数数自己夹了几个，把个数圈出来。”

比赛开始，每位幼儿参与比赛，赛后圈出自己的成绩。（主配班分组指导）

2、师：“请你们带着记录纸回到座位上。”

幼儿拿着记录纸回到位子上，入座。

3、评选出金牌和银牌。

师：“谁夹了10个？”“谁夹了9个？”……

教师在评选时逐一请幼儿上台，根据情况给予孩子金银牌奖项，并为其挂上奖牌。

四、情感体验交流

（一）与获奖幼儿的交流

1、师：“你得了第一名，真厉害！我们为他（她）鼓鼓掌吧！”

“现在你的心情怎样？”教师做进一步的小结。

2、“你得了第二名，你的心情怎样？”

“得了第二名，你的心里很高兴，你有什么心里话要和大家说吗？”教师做进一步的小结。

## （二）与没获奖幼儿的交流

- 1、“那没有获奖的小朋友，你们的心情怎样？”
- 2、“你的心里是怎么想的？”
- 3、“你有没有想过自己为什么没有获奖呢？”请幼儿自由分析。

## （三）设问讨论

- 1、“没有获奖该怎么办？”请幼儿自由讨论。
- 2、师：“老师班里也有这么一个孩子，她也参加了一次夹弹珠比赛。我们来看看发生了什么事情。”

### （1）教师播放视频弹珠1。

“她怎么了？”“为什么哭了？”

（2）“过了一个月后，我们又进行了一场比赛，这回她怎么样了？”

教师播放视频弹珠2，请小朋友回答。

“那你知道为什么吗？”请幼儿自由回答。

“我们来听听看甜甜到底是怎么做的。”请幼儿回答。

### （3）教师播放视频弹珠3

教师小结：“甜甜说得对，当我们的愿望没有实现的时候，

首先不能灰心，要想一想自己失败的原因，再继续努力，争取有进步！”

## 五、看录像，帮助有困难的小朋友

1、师：“夹弹珠的时候会遇到困难，其实在生活中也会遇到很多的困难，那我们来看看录像中的小朋友遇到了什么困难。”

### （1）第一段视频

“这个小妹妹遇到了什么困难？”

“当你衣服不会穿的时候，你会怎么做？”（求助同伴、多练习、请老师帮忙……）

“我们把这些好办法告诉小妹妹吧！”教师播放小妹妹不会穿衣服的视频静态画面，引导孩子来说。

教师适当小结。

### （2）第二段视频

“录像里的小朋友在干什么？”

“发生了什么事情？”

“那你想想看他这样放弃了，以后还学得会跳绳吗？”

教师适当小结。

2、教师小结：“以后遇到困难我们不要害怕，不要灰心，可以向别人请教，请别人帮忙，接受别人的建议和帮助，相信自己通过努力，一定能克服困难，获得成功。”教师用鼓舞的语气对孩子进行激励性的小结。



七、教师激发幼儿继续努力，再次鼓起参加比赛的信心。

师：“老师下一次还要带小朋友们举行一次夹弹珠比赛，你们有信心参加比赛吗？让我们一起加紧练习吧！”

## 中班健康我不哭了教案篇五

我班大多数孩子都特别挑食，所以我想改掉这种坏习惯。

我就是设计了我不挑食这活动、来让幼儿改掉挑食的坏习惯。

### 活动目标

- 1、引导幼儿了解常见的食物，知道它们的营养价值，养成不挑食的好习惯。
- 2、帮助幼儿围绕中心话题来讲述。
- 3、积极参与游戏活动。
- 4、知道人体需要各种不同的营养。
- 5、初步了解健康的小常识。

### 教学重点、难点

重点：这活动的重点在于让幼儿知道各种食物的营养价值。

难点：营养这个词对幼儿来说难以理解，需要老师的具体解释和说明。

### 活动准备

- 1、常见食物图片

2、把教师布置成家的样子

3、手偶人手一个

活动过程

（一）开始部分

奇奇来做客为导入，小朋友们来招待这位客人。知道客人想吃什么，喜欢吃什么？

游戏

游戏规则：

奇奇说“我爱吃抓饭”一名幼儿说：今天吃抓饭。然后该幼儿把相应的卡片放到奇奇面前，再请下位幼儿继续游戏。

（二）展开部分：

根据已有的经验讲一讲：自己喜欢吃什么，为什么？

通过幼儿的讲述，简单的介绍常见食物名称和营养价值：

（小朋友不能挑食，不然就不会长高，不健康，就不聪明了）  
利用这些方法让幼儿知道挑食就不长高。

请几位小朋友在集体面前讲一讲啊：喜欢吃那一种食物，为什么喜欢？

幼儿自由讲述自己喜欢吃的食物。

教师：小朋友，如果你每天都吃一样的东西，会不会烦呢？

以这种方式让有知道，光吃一种饭是没有营养的，所以不能挑食。

### （三）结束部分：

到厨房去参观，说一说叔叔，阿姨们在为小朋友们做什么饭呢？