

最新大班健康活动教案(通用10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。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？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。

大班健康活动教案篇一

课题：独角兽过丛林

目标：1、在乐中学习双脚跳，提高下肢自控能力。

2、乐意参加体育游戏。

准备：音乐《青蛙合唱》；障碍物长棒若干；幼儿操作材料4《独角兽过丛林》。

过程：1、准备动作的练习：

教师播放音乐，请幼儿欣赏一遍。

教师引导幼儿跟随音乐的节奏拍手、拍腿、双脚原地跳，做好准备活动。

2、音乐游戏：

教师和幼儿一起将障碍物依次摆放好。

教师播放音乐并引导幼儿扮成独角兽，双脚跳穿越障碍物往返几次。教师指导幼儿，双脚跳时应甩动两臂，双膝下蹲，双脚并拢。

教师根据幼儿的能力，适当调整障碍物之间的距离，并作连续跳跃。

3、幼儿游戏：

幼儿根据能力分成四组进行竞赛游戏。

教师讲解预习规则后，比赛开始。

颁奖，教师小结。

4、结束：

教师引导幼儿收拾好活动材料。

本次游戏的主要目的是发展幼儿下肢的运动能力，提高其注意力和下肢自控能力的活动，在活动中要及时调整好障碍物之间的距离，让运动能力不同的幼儿有各自的挑战。

不足之处请各位老师同仁们给予指正批评，欢迎多给建议，谢谢！

大班健康活动教案篇二

- 1、运用肢体表现的动作。
- 2、培养幼儿身体的节奏感和能快乐的与同伴合作。
- 3、促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。
- 4、培养竞争意识，体验游戏带来的`挑战与快乐。
- 5、喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

八音盒一个。

1、开始部分：导入活动。

(1) 做第一套广播体操。

(2) 音乐：对列入场

2、基本部分：

教师：今天，老师给大家带来了一段好听的音乐和一段优美的舞蹈。请小朋友们看看！（幼儿欣赏）

(2) 提问：小朋友刚才看到了什么？（小娃娃跳舞）那我们也来学学这个娃娃跳舞好吗？（幼儿开始学跳，提醒幼儿速度要慢）

教师总结：小朋友说的很对，那听我来说：小朋友和娃娃都是用自己的身体顺着一个方向转圈，这就叫旋转。（请幼儿再次尝试）

(3) 全体幼儿坐下休息，我们讨论一下，除了用身体做旋转以外，还可用身体的什么地方旋转。（幼儿讨论，回答，并请幼儿进行示范）。

(4) 全体幼儿起立：

音乐：教师带领幼儿跟着音乐，将说出的旋转动作结合音乐做一遍。（做完后，小结，再来一遍）

(5) 启发幼儿相互结合着做旋转的游戏。

教师：刚才呀！每一个小朋友都是自己用自己的身体部位旋转，那如果两个两个小朋友，三个三小朋友，或是更多的小朋友在一起，还能旋转吗？（我们试一试，请小朋友找一下自己的小伙伴讨论一下）教师对每一组小朋友进行指导。

音乐：待每组小朋友准备好后，教师放音乐，请每组小朋友而跟着音乐做自己的动作。

3、 结束部分：

每组的小朋友做的都很好。

教师：小朋友刚才只玩了其中的一个，还有好多，小朋友都可以玩！（提醒幼儿游戏可以互换…）

各种旋律的物品：球、木棒、椭、螺帽、沙包、瓶子、风扇。

在此次活动中，孩子跳得很开心，充分让孩子自己主导怎样跳，激发了孩子的积极性，调动了孩子跳得兴趣，尤其是延伸中提出让孩子自己想游戏的玩法，更让孩子的兴趣提高到顶点，孩子自主玩的机会太少，以后要多创设这样的活动，让孩子真正玩的尽兴。

大班健康活动教案篇三

1. 了解感冒的症状，知道感冒后身体不舒服要及时告诉大人。
2. 初步了解预防感冒的方法。
3. 知道感冒了不怕打针吃药，做个勇敢的孩子。

1. 手偶一个

2. 打针的照片

3. 预防感冒方法的照片（洗手、吃饭、锻炼……）

4. 欢乐节奏音乐

一、设置情景——引发兴趣，导入活动。

出示小叮当手偶：“今天我给小朋友请来了一位小客人，小朋友看看他是谁？”小叮当：“大家好！我是小叮当，今天我给大家唱一首歌曲（唱两句后不停的打喷嚏），我怎么了？我不能给大家表演节目了，小朋友再见！”

二、组织讨论——了解感冒的症状及原因。

问题一、小叮当怎么了？为什么会感冒？

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。

问题二：你们感冒过吗？感冒了会有什么感觉？

师小结：鼻子不透气、流鼻涕、嗓子痛、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、观看照片——渗透情感，懂得不怕打针吃药。

讨论：生病了要怎么办？他打针的时候哭了没有？小朋友打针的时候是怎么做的？

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、结合照片展开讨论——初步了解预防感冒的方法。

（二）讨论：小朋友想一想，怎么样就不感冒了？

活动反思

在这个活动中，我们渗透了情感的教育，幼儿对生病有体会，也能展开讨论说出自己的想法。课堂气氛浓，锻炼了幼儿的口语表达能力。同时，幼儿对锻炼身体的重要性也有了解，经验得到了提升。

大班健康活动教案篇四

一、活动依据：

孩子比较喜欢户外活动，在本次活动中我将竞技游戏以及他们喜欢的卡通人物融合在一起，希望能在锻炼身体的同时，让他们得到的快乐。

二、活动目标：

- 1、让幼儿在活动中体会游戏的快乐和成功的喜悦
- 2、训练幼儿跑、跳、投掷、跨越的能力

三、活动重难点

（一）活动重点：能够让让幼儿在活动中体会到游戏的快乐和成功的喜悦

（二）活动难点：让幼儿在跑、跳、投掷、跨越的能力有所提高

四、活动准备：

（一）知识经验准备：引导幼儿会在户外活动时注意保护自己与他人不受到伤害，常规较好。

（二）物质材料准备：

五、活动过程：

（一）开始部分：播放音乐，带领幼儿来到场地进行列队练习，热身活动可前踢腿、后踢腿等，全面活动幼儿身体。

（二）基本部分：创设情境，示范玩法，提出要求和游戏规

则1、教师提出：今天蜘蛛侠瑶邀请大家做客，但是务必经过许多考验才能到达，通过的小朋友就可以得到一份礼物。

第一关：跳跳洞（从4个体操圈中跳过，要求幼儿双脚并拢跳，不能踩到圈）

第二关：过草地（将可乐瓶等障碍物左右摆放，要求幼儿快速跑过，过程中不能碰倒可乐瓶等物品）

第三关：大怪兽（要求幼儿抓起面前染好颜色的“水果”投向“怪兽大口袋”，未扔到着就要被怪兽抓起来）

第四关：摇摇岛（要求幼儿跨过“撒鲨鱼5”站上摇摇岛，并蹲下用手拿蜘蛛侠面具——蜘蛛侠给大家的奖励）

大班健康活动教案篇五

活动目标：

- 1、懂得情绪愉快有利与身体健康。初步学习正确的方式排解不开心的情绪。
- 2、引导幼儿逐渐养成积极乐观的生活态度。

活动准备：4个木偶、一个开心枕

重难点分析：学习正确的方式排解不开心的情绪。

活动过程：

一、感受快乐——拍手入场，进行开心碰碰碰的游戏。

二、开心与烦恼

- 1、刚才玩的真开心，你们想想平时你还遇到过什么开心的事？
- 2、开心的时候你会怎样？（用动作表现）
- 4、不开心的时候你会怎样？（用动作表现）
- 5、你喜欢开心的自己还是不开心的自己？

小结：不开心就是生气，生气不仅不让人喜欢，还会对我们身体产生坏的影响。生气的时候，人吃不下饭，睡不好觉，身体越来越差，所以我们要尽量不让自己生气，把生气这个坏习惯消灭掉。

三、化解不开心

- 1、生气商店：谁知道什么是消气商店？
- 2、我们来看看谁来消气商店了？
- 3、依次出示小动物，请幼儿帮他们想办法！
- 4、你觉得消气商店好吗？为什么？
- 5、如果你生气了，你会想哪些办法让自己消气呢？

小结：每个人都有生气的时候，你生气的时候，可以唱唱歌，跳跳舞，玩玩玩具，看看电视或者大声的哭一哭，这样你就能消气，让自己快乐起来。

四、让自己开心

- 1、介绍开心枕。
- 2、传递开心，让每个幼儿和“开心枕”抱一抱，亲一亲。

3、说一说抱着“开心枕”有什么感觉？

4、把开心枕送给其他人来感受一下开心的滋味。

大班健康活动教案篇六

1. 练习跨、钻、助跑等动作，培养幼儿平衡能力；

2. 体验一种大绳多种不同玩法，激发幼儿积极参与体育游戏。

体操垫12块、大绳1条、圆球1个、音乐

1. 游戏导入：听指令互动激趣。

教师：今天我们来玩一个有趣的游戏，大家都爱拍照吗？拍照喜欢摆什么手势？（幼儿剪刀手），当我说小朋友你们说耶，小朋友，（耶）小女生（耶）小男生（耶）。

2. 热身教师：学习北斗神拳动作，舒展身体学习动作，跟随音乐做游戏“北斗神拳”。

1. 大绳的不同玩法

1) 小朋友们，今天我可不是空手来的，我带来了一个神奇的宝贝，什么呢？想看吗？（幼儿：想）请坐得好的小朋友帮助我！

2) 请你爬到我身边，顺着我的手看，请你跑过去，扛起来，拉过来，是什么呢？

3) 刚刚小朋友说了我的宝贝是什么？（绳子）你们看这绳子长什么样？

4) 你们平常见这绳子是怎么玩的？（幼儿回答）

2. 尝试大绳的. 几种玩法教师：你们说的这些玩法我们都不玩，今天来玩老师带来的大绳游戏，什么呢？移动的绳子，等会请小朋友躲在绳子的下面，跟着绳子移动，记住不要让绳子碰到。（教师游戏，幼儿左右移动，变快变慢，高低变化）

3. 幼儿探索用身体的不同部位夹住大绳并尝试走动

1) 教师：喜欢这条绳子吗？把它拿在手上，摸一摸，绳子什么感觉？（幼儿回答）除了用手拿绳子还可以放在身体的什么部位？（幼儿回答）

2) 教师：我们用脖子试一试、用脚试一试。

4. 请幼儿进行舞龙游戏。幼儿高举大绳随音乐。

5. 挑战不同的方式穿越大绳

1) 绳子高度低于30厘米，引导幼儿用多种方式从下面钻过大绳。

教师：绳子向我们发起挑战，你们敢不敢接受？小朋友们看，绳子升高了，怎么到绳子的另一头呢？（幼儿：爬、跳、钻等）现在我们从绳子的底下过去，不能让绳子碰到，谁想来试试？（请一名幼儿示范），谁能用不一样的方法过去呢？（女生示范，教师讲解，有匍匐、爬、滚等，男生示范。）

2) 绳子高度在40厘米至45厘米之间，请幼儿从上面越过大绳。

教师：挑战升级，绳子继续上升，小朋友们，如何到绳子的另一头呢？（幼儿：跨）请你来试试？快跑还是慢跑？注意不要让绳子碰到，注意安全。

教师：谁想试试？人数太多，我们5位小朋友一组，从绳子上方跨过。（幼儿分组练习）

3) 绳子高度在50厘米至55厘米之间，鼓励幼儿勇敢面对困难，从大绳上面快速翻过。

教师：小朋友们都从绳子上方跨过了吗？还想不想接受挑战（幼儿：想）那我们接受绳子最大的挑战，小朋友们看，来了一块大垫子，垫子上面非常安全和舒服，绳子继续上升，邀请小朋友飞过去，你们会飞吗？（会）那我们来试试。谁想试试？邀请一名幼儿尝试。爽不爽？（幼儿：爽）。

教师：谁想尝试？教师分批尝试。

小结：今天我们和大绳做了很多游戏，想了很多办法，特别是在飞越大绳时大家都勇敢探索，勇于挑战，我们一起来为自己加油鼓励！

随音乐与绳子舞动，放松身体。

大班健康活动教案篇七

为了丰富幼儿的户外体育活动，新学期，我在运动器材中投放了几种新玩具：飞环，保龄球，竹蜻蜓，孩子们对新玩具非常好奇，不久，飞环，保龄球，就成了孩子们的新宠，可是竹蜻蜓却依旧躺在盒子里，默默无闻，孩子们不知怎样玩，我纳闷，怎么没人想到让它转起来？于是我拿起竹蜻蜓两手夹住竿子一搓，竹蜻蜓转起来了，顿时引来了孩子们惊喜的欢呼声，纷纷围着想试一试，只听顾星凯小朋友说：“真好玩，像直升飞机上转的一样，我怎么没有想到。”我随口说：“是呀，你们怎么没想到把它转起来呢，你们想想，这么多玩具中还有什么能转起来。”我的问题一出，许多小朋友纷纷尝试，不久，有的小朋友告诉我：“老师，圈能转。”“老师，飞环能转。”看来可以进行一次有关转的探索活动了。

1、帮助幼儿获取有关物体转动的经验，并引导幼儿发现转动

形成圆的现象。

2、培养幼儿的观察力和语言表达能力。

3、激发幼儿对转动现象的好奇和探索的愿望。

4、锻炼平衡能力及快速反应能力。

5、喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

1、幼儿有过玩圈、竹蜻蜓的经验。

2、幼儿操作材料：一元硬币，乒乓球，皮球，塑料圈，圆盘，圆形积木，各种方形积木，竹蜻蜓等若干。

3、玩具汽车（自行车），螺丝（螺帽），吊扇（扇叶包红色纸），钟等。

4、实物投影仪。

（一）玩一玩

1、请幼儿自由选取几种操作材料玩一玩。

2、请几名幼儿上来展示自己的玩法[小物体用实物投影仪展示]，对幼儿让物体转起来的玩法加以肯定、引导□“xxx小朋友让xx转起来了，这个玩法真好，还有谁也能让你手里的东西转起来？”

（二）试一试

1、鼓励幼儿再玩一次，试一试，让你手中的东西转起来。

（三）看一看

1、幼儿再次操作，仔细观察，“物体转起来后你发现了什么？”

2、请说一说你的发现。

3、请幼儿观看吊扇“怎样让电扇转起来？”（打开开关）师开开关，由慢到快，“电扇转起来后你发现了什么？”（圆）

（四）找一找

1、幼儿再次操作，寻找观察物体转动后形成的圆，“找一找，你手里的东西转起来后有没有出现圆？”

2、幼儿互相交流。[对转动后出现圆较明显的物体用实物投影仪展示]

小结：物体转动后形成圆。

（五）说一说

1、你知道还有什么东西会转？转动后给我们的'生活带来了什么？

例：电扇的叶子会转，转起来后吹出了风。

[实物示范，观察]

2、小结：今天我们发现了许多会转的东西，其实，在我们身边还有很多会转的东西，这些东西就在我们身边，只要你认真看，仔细想，你还会发现更多有趣的东西，如果你发现了，请告诉我，或告诉你的好朋友。

在本活动中，我以运动导入，调动了幼儿已有的经验，激发了幼儿活动的兴趣。通过提供多种幼儿身边熟悉的操作材料进行操作、观察、猜想、思考中体验、获取有关转动的知识

经验。在交流中，我采取了自由交流、小组交流、集体交流的形式，让幼儿去探索发现。

大班健康活动教案篇八

- 1、探索布袋的多种玩法，发展的想象力和创造力；
- 2、通过布袋游戏，增强跳跃能力，提高身体协调性；
- 3、勇于克服困难，体验合作乐趣。

布袋人手一只，组合器材一套，录音机，磁带。

1、幼儿进场分散站立于场内，在音乐的伴奏下随老师活动身体各部分。

2、玩布袋

- (1)、教师出示布袋，启发幼儿利用布袋，创造各种玩法。
- (2)、教师巡回指导，观察幼儿玩布袋的情况，提示注意安全。
- (3)、个别幼儿演示玩法，幼儿集体模仿。

3、“袋鼠”游戏

(1)、教师提示：“这个小朋友跳的多好啊，你们看象什么小动物呢？那我们学学小袋鼠到草地上做游戏，练本领吧！”

(2)、幼儿合作游戏。教师：“我们找几个小伙伴一起做游戏，练本领。”

(3)、教师提出活动要求：“今天天气真好，小袋鼠们一起去秋游，好吗？首先要越过小河(脚步器)，跳过树桩(塑料圈)，再穿过树林(塑料桶)，最后要通过小桥(滑梯拼成)。”

(方法：幼儿依次出发，越过各个障碍(在音乐伴奏下)，当幼儿感到体力不支时，可到“加油站”加油，通过这个活动进行自我调节。)

4、放松游戏：布袋魔术

5、幼儿离场

大班健康活动教案篇九

爱玩是孩子的天性，孩子都喜欢出去旅游，每次旅游回来都希望把自己见到的、好玩的事情说给老师、小伙伴听。结合孩子的需要和兴趣，我班开展了“快乐的旅行”这一主题。随着活动的不断延伸，一次孩子们在进餐中窃窃私语，老师蹲下身仔细倾听孩子的对话，才知道他们有一个新的“发现”：食物在肚子里会“旅行”吗？多有趣的问题呀！孩子们都关注着呢。《纲要》指出：科学教育应密切联系幼儿的实际生活进行，利用身边的事物与现象作为科学探索的对象。生活中有多种多样的食物，孩子们总是吃不够、说不完。为满足孩子们的好奇心和探究愿望，“食物的旅行”主题活动由此生成展开。为体现新课改精神，我以整合的观念，目光短浅是让幼儿在认识人体的消化器官，了解食物的消化过程的同时，重点知道胃与身体健康的关系，提高他们的自我保护意识。同时培养幼儿的观察力及合作能力。为使活动真正引发幼儿参与的兴趣，我注意灵活采用教法：首先设置问题情境（从孩子们好奇心入手——“吃下去的东西哪去了？”）观察法（用孩子的眼睛去发现——食物在人体里的消化过程）操作法（以孩子喜爱的操作形式展开——动手动脑拼图、“构建”消化系统图）等等。为更好地突出重点、突破难点，我们充分发挥多媒体教学手段的作用，亲手制作课件，使学习活动更为具体生动且有趣味性。

1、初步认识人体的主要消化器官，了解食物的消化过程。

- 2、学习简单的自我保护方法，提高自我保护意识。
- 3、培养幼儿良好的饮食和卫生习惯。
- 4、初步了解健康的小常识。
- 5、加强幼儿的安全意识。

重点：讲解胃与身体健康的关系，让幼儿明白不良饮食习惯对胃的伤害。

难点：知道人体消化器官的顺序及功能保护。

□1□flash课件《食物的旅行》以及相关的故事。

(2) 音乐：《幸福拍手歌》

(3) 人体消化系统图，即时贴消化系统卡片图，小蛋糕，小饼干。

一、创设情境，导入新课

1、小朋友，你们喜欢和爸爸妈妈一起去旅行吧？旅行的时候有没有看到什么有趣的事呢？

3、播放课件，讲述故事《小蛋糕的旅行》。

故事：《小蛋糕的旅行》 小朋友最喜欢吃小蛋糕了，小朋友把我放到嘴里，嚼呀嚼，把我弄得痒痒的，一不留神，我就被吞了下去。不一会儿，我到了一条长长的管子里，就像坐滑梯一样，真好玩！还没等我玩够，就滑到了一个大袋子里，这个大袋子可神奇了，它会一边分泌出一些液体，还一边慢慢地蠕动，把我磨得呀越来越碎，越来越碎...被磨碎的我接着到了一条弯弯曲曲的小管子里，像迷宫一样，好不容易出了

迷宫，我就到了一条皱巴巴的大管子里，在这我的营养都被吸收掉了，最后我就被排出了体外。

4、听完小蛋糕的故事，你知道小蛋糕它去了什么地方旅行吗？

二、观看动画，通过提问帮助幼儿认识主要消化器官，了解食物的消化过程

引导幼儿逐幅观看flash动画课件

1、放第一段食物从口腔到食管的动画。

提问：小蛋糕从哪里进去？知道那叫什么名字吗？（口腔）它在我们的嘴巴里怎么样了？

（牙齿把食物嚼碎了，方便吞下去）

经过嘴巴后，小蛋糕被吞了下去，到了什么地方？知道那长长的管子叫什么吗？（食管）

2、放第二段，了解胃的功能以及胃与身体健康的关系。

提问：接着小蛋糕从长长的管子滑下去，到了一个在袋子里，这个大袋子叫什么名字呢？（胃）它有什么作用呢？（教师小结）

3、放第三段，知道小肠的作用

4、放第四段，理解大肠的用途

提问：小蛋糕又到了哪里呢？这是什么地方呢？

三、让幼儿品尝饼干，想象食物进入各个器官，并排出旅行路线图。

把幼儿分成四个旅游团，“小饼干的旅行开始了！”

2、请各组小朋友品尝饼干，并根据提示把小饼干旅行的顺序排列出来

提示：（1）这是旅行的入口（口腔），在这里给它拍张照吧！（出示口腔图片）

（2）我们的牙齿先把小饼干咬破，嚼碎了，吞下去，到了哪里哪？（食管）

（4）胃磨啊磨，把饼干磨得更碎了，到了哪里了？（小肠）小饼干的营养大部分在这里被吸收。

（5）小肠把小饼干里的营养都吸收了，然后到了哪里？（大肠）大肠转呀转，把没有用的残渣都排出去了。

小饼干的旅行也结束了，

3、评析每个小组的排列情况。

四、结束部分，听音乐做活动

我们把食物吃下去以后，还需要做些轻微的活动帮助它们消化，现在请小朋友们轻轻起立，和老师一起做动作。（播放音乐：《幸福拍手歌》，让幼儿跟随音乐做律动。）

本活动选取的内容接贴近幼儿的生活，深受孩子们的欢迎。活动的设计做到动静结合，由浅入深，从感知到体验，层层深入，并把科学知识与健康、语言、艺术等领域内容进行有机地整合，给孩子开创了广阔的学习空间。下面谈谈教学后的几点体会。

一、优点：

1、运用课件辅助教学，优化教学过程。

为了让孩子能更直观、逼真、有系统地了解食物在人体内的旅行过程，以及食物进入消化器官后的消化情况，我准备了活泼生动的多媒体课件，积极调动幼儿的各种感官进行主动探索学习，让幼儿看看、听听、说说，在轻松活泼的气氛中掌握科学知识，达到寓教于乐的目的。

2、利用材料创设情境，体验游戏乐趣。

活动中，教师观察到幼儿已掌握了食物旅行的过程，并初步了解各消化器官的名称及作用，便设置了游戏活动——“食物的旅行”。先请小朋友品尝自己喜欢的食物——小蛋糕，让小朋友体会小蛋糕到人体的各个消化器官中去旅行一次，然后让幼儿合作拼一幅完整的消化系统图这是小朋友非常感兴趣的环节，既满足了幼儿动手的需要，又提高了幼儿合作能力，整个游戏过程中幼儿热情高涨，兴趣浓厚，每个幼儿都积极参与，在愉快的氛围中把活动推向了**。同时，在孩子们玩得意味犹未尽时，教师及时地抛出新问题，使活动向更深层次发展，达到了活动目标。

二、存在问题

在教学活动中教师如何倾听、观察、捕捉幼儿的信息，并使之成为丰富和调节活动的资源，让活动中的指导更具体、更有针对性，有待加强培养、训练。此外，在活动中应给与孩子更多的拓展思维，还可以利用现场的资源，让幼儿与更多的同伴或老师交流。

大班健康活动教案篇十

1、发展幼儿通过听觉判断方向的能力，提高前庭功能，发展平衡能力和灵敏性。

2、激发幼儿的想象力，让幼儿积极尝试利用布袋开展活动的兴趣。

3、培养幼儿的自我调节、克服困难的态度和能力。

4、促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。

5、锻炼平衡能力及快速反应能力。

1、环境的布置。

2、了解“蚕吃桑叶”——“蚕吐丝”——“蚕作茧”——“蚕变飞蛾”的过程。

3、米袋人手一只。

4、铃鼓4个，《健康快乐动起来》伴奏带。

5、桑叶若干

6、彩带。

1、热身运动

(1)、播放《健康快乐动起来》伴奏带师：让我们跟着音乐做运动吧！

(2)、游戏：“做相反”幼儿听老师口令做相反动作。“向前走—向后走—高人走—矮人走”

2、玩布袋（布袋分散在四周）

师：小朋友，你们看，地上有很多的布袋，大家想一想，布袋可以怎么玩呢？看谁能玩的跟别人不一样，让我们一起来玩一玩吧！玩的时候要注意安全。玩之前老师给大家提个要

求，当老师唱《两只老虎》时，请小朋友赶快回到原来的位子上去。

（提醒幼儿注意安全，并注意观察幼儿玩袋的情况。）

3、说一说米袋可以怎么玩。

4、出示“蚕宝宝”的图片，了解它的生长过程。

师：你们知道蚕宝宝是怎么走路的吗？（幼儿集体在地上做蚕宝宝走路）

师：看，这只蚕宝宝爬的真好，我们来看看它是怎么爬的？

5、“蚕宝宝”游戏

（1）师：小朋友玩的真不赖，现在让我们钻进布袋，把自己变成一只蚕宝宝吧！来，变——变——变！

（2）模仿“蚕吃桑叶”——“蚕吐丝”——“蚕作茧”——“蚕变飞蛾”。

a师：蚕宝宝们爬了这么久，肚子一定饿了吧？看，那边有桑叶，我们爬过去吃吧！

（教师作为喂桑叶的人，不断地变动自己的位置，蚕儿也随之改变爬行的方向。）

b师：让我来摸一摸，蚕宝宝的肚子吃的可真饱啊！咦？我好象听到有蚕宝宝在吐丝了。

c师：蚕宝宝吐了这么多的丝，把自己也包在里面了。

d师：蚕宝宝在茧里面睡着了，慢慢地变成了蛹，它在茧里滚

来滚去，飞蛾终于咬破茧，飞了出来，一只又一只，一只又一只，都飞出来了。（模仿飞蛾的动作四散跑）

（3）师：刚才小朋友都从蚕宝宝变成了飞蛾，学的可真像！接下来我们玩个游戏，好吗？

6、“盲人听音走路”游戏

（1）师：平时我们都是把布袋套在脚上玩的，今天我们要换种玩法，把布袋套在头上玩。大家体会一下盲人走路时的感觉。

（2）幼儿将布袋套在头上，四处走动。教师提示注意安全，互不碰撞。

（3）师：听，有声音传来了，我们试着朝声音发出的方向走去吧！（请四名老师在场地的四个角落，看教师的手势敲打乐器）

（4）游戏结束，师：请小朋友把布袋拿下来吧，现在你们可以体会到盲人走路是多么的不方便，如果我们平时遇到盲人应该怎么做？（幼儿各抒己见）

师：小朋友说的真好！相信小朋友一定能说到做到！

7、放松游戏：布袋魔术

师：好，我们用布袋再来变个魔术吧！我们先把它从一个胖子变成一个瘦子（将布袋竖向对折），然后变成一个矮子（再将小布袋横向对折），然后再变得矮一点，成一个小矮人（再将布袋横向对折，此时，布袋已经被折叠好），现在，我们一起把这些小矮人送回家里去吧！（拿着布袋走出场外，活动结束）

本活动以游戏为基本形式，引导幼儿利用袋子探索与动物相关的各种玩法，组织幼儿进行一系列的跳、走、滚、爬等活动，充分发挥了袋子这一运动器械的多功能性和可变性。幼儿不仅从中获得了积极愉快的情绪体验，而且发展了身体动作及肢体的柔韧性、灵活性和协调性，培养了合作意识。

从组织形式来说，有自由探索活动、分散活动和集中活动，这三种组织形式既符合活动内容的需要，又符合幼儿发展的实际，从而合理科学的调节了运动密度和运动强度，提高了体育锻炼的实效性。

从活动设计来说，我对整个过程是经过周密考虑的：幼儿用袋子自由探索与动物相关的各种玩法，这一环节既调动了幼儿活动的兴趣，培养了幼儿发散思维的能力又是后面“蚕宝宝长大了”游戏的铺垫；此外整个过程我安排了密度大一些，强度小一些的运动量，动静交替，体现了体育教学中循序渐进的原则；在密度较大的自由探索后，及时评价幼儿的表现并，并回忆蚕的生长过程，这既是对前面知识的总结，又可以为游戏作铺垫，还可以使幼儿稍作休息调节体能；设计蚕四次蜕皮的情节和蚕吃不同位置的桑叶，用以照顾幼儿存在的身体差异，达到区别对待的目的。

从实践效果来说，本次活动，幼儿始终处于宽松自由的氛围中，幼儿活动积极，情绪高涨，活动目标较好的完成了，幼儿的合作意识也得到了较好的培养。

从我自身来说，我非常投入，也很有亲和力；整个过程，我用自己的表现来感染孩子，鼓舞孩子。