幼儿园中班健康领域目标指南 幼儿园中班健康领域教案(实用5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

幼儿园中班健康领域目标指南篇一

1、理解故事内容，知道运动能使身体健康。

2、探索各种运动减肥的方式，知道运动能使自己健康。

3、有帮助别人减肥的良好愿望

重点：知道运动能使身体健康。

难点：探索各种运动减肥的方式。

1、皮球每人一个

2、胖胖兔的图片。

一、出示胖胖兔，引出主题

出示胖胖兔图片。它是谁？它看起来怎么样？肥胖有什么麻烦？

胖胖兔想减肥，你们有什么好办法吗？

引导幼儿分组讨论，然后将讨论结果告诉大家。

胖胖兔后来减肥成功了吗？让我们听听胖胖兔减肥的故事。

二、倾听故事《胖胖兔减肥》，通过提问，帮助幼儿理解故事内容。

教师：胖胖兔后来减肥成功了吗？让我们听听胖胖兔减肥的故事吧。

教师完整地讲述故事一遍。

提问：

胖胖兔为什么一走起路来就呼哧呼哧喘粗气？

袋鼠帮胖胖兔想了个什么减肥办法？

胖胖兔是怎样学会拍球的？

三、讨论：除了不运动会使人发胖，还有哪些情况会使人发胖？

使幼儿知道运动量不足和营养过剩，都能使小朋友肥胖，知道要合理进餐，不挑食、不偏食，经常参加运动，加强锻炼，才能是自己的身体更加健康。

四、户外拍球活动

教师：胖胖兔通过拍球锻炼自己的身体，我们和胖胖兔，一起出去拍球锻炼身体好吗？

幼儿人手一个球，自由在场地上练习拍球。

请班里比较肥胖的孩子讲讲自己运动后的感觉，鼓励幼儿热爱运动，加强锻炼。

幼儿园中班健康领域目标指南篇二

晨间活动时，我鼓励幼儿用纸板来锻炼身体，如顶纸板走、跨跳纸板、双脚并拢跳纸板等。为了充分发挥材料的作用，我试图引导幼儿探索纸板的更多玩法，于是结合小班幼儿的特点设计了“运送蛋宝宝”这一活动。在该活动中，纸板经历小小的“变身”，变成了运蛋的小拖车。在“帮助鸡妈妈运蛋”这一游戏情境中，幼儿用纸板练习拖物走以及按一定路线拖物走，发展了身体控制能力和动作的协调性。

1．学习玩纸板，尝试用纸板拖物走，发展身体控制能力。

2．体验与教师、同伴游戏的快乐。

1．人手一块纸板，有红、黄、绿色；用报纸做的红、黄、绿色纸蛋若干；系有绳子的小夹子人手一个。

2．录音机，音乐磁带。

3．情境创设：红、黄、绿三条不同颜色的路。

师：老师要和你们一起做游戏了。请每个人去拿一块喜欢的纸板，我们先来锻炼一下身体吧!

(析：漂亮的红、黄、绿纸板一下子吸引了幼儿的注意，节奏明快的纸板操既达到了热身的目的，又提高了幼儿活动的兴趣，更为后面的活动打下了基础。)

师：纸板不光好看还好玩呢!请你们玩一玩，看谁想出的玩法多。

1．自由探索玩纸板。

2．交流、分享玩纸板的方法。

师：你们刚才是怎么玩的?(幼儿每说一种玩法，教师就引导其他幼儿一起做一做。)

幼：将纸板放在地上，双脚并拢从上面跳过去。

幼：轻轻把纸板向上抛，然后接住。

幼：将纸板顶在头上，慢慢往前走。

师：现在请你们按红、黄、绿色纸板分成三组，把纸板间隔放在地上做小沟，然后从许多小沟上跳过去。(跳2～3次。)

师：现在我们把纸板铺成一条小路，大家从纸板小路上快速走过，小心不要走到小路外面去。(幼儿分红、黄、绿三组练习。)

(析：由于之前幼儿已有玩纸板的经验，所以教师创设了相应情境，既帮助幼儿梳理已有经验，又增强了玩纸板的趣味性。在玩纸板的过程中，教师始终以玩伴身份参与其中，激发了幼儿的活动兴趣。孩子们初步体验了玩纸板的乐趣，也充分活动了身体，发展了跨跳、平衡等能力。)

1．纸板大变身。

师：现在我要变魔术了!我用大拇指和食指捏住小夹子用力一摁，它就张大嘴巴“啊呜”一口咬住纸板了。纸板变成小拖车了!拖过来，拖过去，好不好玩?(教师示范。)

师：你们想不想把纸板变成小拖车?也像老师这样来变个魔术吧!(幼儿“变魔术”，教师个别指导。)

师：你拿的是什么颜色的小拖车?拖着你的车走一走吧!

(析：在这一环节中，教师以“变魔术”的方式激发了幼儿的好奇心和参与热情。生动形象的讲解使幼儿较容易地掌握

了“变魔术”的要领。虽然有的幼儿需要在教师的帮助下完成夹夹子的动作，但是幼儿的情绪是积极、愉悦和主动的。而让幼儿分辨自己小拖车的颜色，则是为下一环节“运相同颜色的蛋”作了铺垫。）

2．创设情境，幼儿初次运蛋。

师：等会儿你们去找一找鸡妈妈的蛋在哪里。如果是红色的小拖车，就运一个红色的蛋；如果是绿色的小拖车，就运一个绿色的蛋；如果是黄色的小拖车要运什么颜色的蛋呢?你们一定要小心一点，可不能把鸡妈妈的蛋掉在地上摔坏了。

(教师和幼儿共同用拖车运蛋，教师提醒幼儿慢慢走，互相不碰撞，不要让蛋掉到地上。）

(析：游戏化的情境设计符合小班幼儿的年龄特点。活动中师幼融为一体，在充满童趣的游戏情境中相应的教育目标和要求得以渗透，如：拖物走、按颜色分类、感知数量等，体现了教育的整合性。）

3．简单交流，幼儿再次运蛋。

师：你们真能干，没有把鸡妈妈的蛋掉到地上去。你们是怎么运才没有让蛋掉到地上的?

师：鸡妈妈还有很多蛋，我们还要运两次。地上有红、黄、绿三条路，你们的车是什么颜色的就去运什么颜色的蛋，而且要走在同样颜色的路上，千万不能让车开到路外面去。

4.师幼共同庆祝运蛋成功。

(析：沿着路线拖物走对幼儿提出了新的挑战，充分锻炼了幼儿身体的控制能力和平衡能力。这样的设计避免了重复游戏的枯燥乏味，使幼儿始终对活动保持浓厚的兴趣。）

幼儿园中班健康领域目标指南篇三

活动目标：

1、知道感冒了身体很不舒服，懂得身体健康的重要性。

2、了解基本的预防感冒的生活小常识。

3、知道要配合医生看病才能好得快。

活动准备：

1、了解近期班上幼儿的健康状况，有无患感冒的幼儿，让幼儿了解感冒的感受。

2、多媒体课件（感冒症状记录表、视频、预防感冒的视频、图片、健康歌的音乐）。

活动过程：

一、导入活动：

1、出示小猪的图片，导入活动。

师：小朋友，你们看，它是谁呀？它怎么了？

2、师：感冒了，我们应该怎么做？可是，小猪是怎么做的呢？我们一起来看。

二、播放多媒体课件：故事《阿嚏》，引导幼儿欣赏。

幼儿看完故事，教师提问：

1、小猪感冒了，它是怎么做的？

2、小猪到大街上玩，遇到了谁？还有谁？

3、它们怎么了？

4、它们都感冒了，为什么？

三、了解感冒后的主要症状。

1、请患感冒的幼儿说一说自己感冒后有什么不舒服？

师：小朋友，你得过感冒吗？感冒了，身体有什么不舒服？

2、小结：感冒时，人很不舒服，会打喷嚏、咳嗽、流鼻涕、喉咙痛、发烧，严重时小朋友不能上幼儿园，大人不能上班。

四、了解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一谈感冒的原因。

小朋友，你们知道我们为什么会感冒吗？

2、如果你感冒了，应该怎么做呢？请和你身边的小伙伴说一说。

3、师：感冒了，应该怎么做？

五、了解预防感冒的方法。

1、我们应该怎么做才能不感冒呢？（引导幼儿讨论）

2、预防感冒有很多方法，请小朋友看（播放课件）。

3、怎样做，我们才能不感冒呢？（出示图片进行小结）

4、师幼共同学学说预防感冒的儿歌。

六、结束活动。

师幼共同随《健康歌》的’音乐跳起来，结束活动。

教学反思：

从执教的情况来看，我觉得自己在课堂上的组织语言还有待加强，如何让孩子对你的提问或是小结能更好的明白、理解，是自己在以后的教学中需要关注的一个重要方面。

幼儿园中班健康领域目标指南篇四

计划意图：

中班幼儿的均衡、爬行正处于生长阶段，凭据我班幼儿想象力富厚，喜好玩游戏的特色，我计划用泡沫板让幼儿边玩边缔造，生长幼儿均衡、及爬行本领。

目的：

1、经由过程玩泡沫板让幼儿试着创编弄法，训练均衡及爬行本领。

2、造就幼儿互助游戏的本领。

预备：灌音机、泡沫板、天线宝宝图案、篮球架、大积木等大型东西。

历程：

一、听音乐进课堂

1、我们是智慧的天线宝宝，一路去玩游戏好吗？幼儿手工制作先说个天线宝宝的’童谣吧。

2、说童谣：

天线宝宝真醒目，

智慧无比聪明大。

神奇的风车转一转，

高开心兴跳起来。

（放音乐做预备运动让幼儿自由做）

二、创编演示玩泡沫板

1、我知道天线宝宝很智慧，本日看谁拿泡沫板玩得格式最多，让我们来尝尝。

2、巡回引导实时勉励勇于创编的幼儿。

3、开导引诱：宝宝们看运动室里另有许多工具，你都可以操纵去。（让幼儿继承玩，勉励幼儿勇于创编，先生也到场创编。）

4、快来神奇的风车转了，由于天线宝宝都开动了头脑，创编了很多风趣的弄法，都有什么弄法呢？（总结适才幼儿创编的弄法）。

5、这么多弄法你喜好那种弄法？

6、用幼儿喜好的弄法举行比赛游戏。

7、我刚传闻天线宝宝乐土的巷子坏了，我们背着幼儿园教育随笔天线宝宝爬已往给它铺一条路吧，路铺好了我们从巷子爬到天线宝宝乐土去吧。

三、竣事：

宝宝们都累了，我们去苏息一下吧！

幼儿园中班健康领域目标指南篇五

1、会用多种方法让大家开心，能关心体贴他人。

2、尝试寻找正确的方式排解不开心的情绪，做一个快乐的孩子。

3、知道快乐的情绪能相互感染。

1、前期经验准备：开展“心情发布会”交流活动，引导幼儿了解各种各样的心情。

2、布置、营造“消气俱乐部”场景：休闲吧（内有各种图书、油画笔、休闲食品），娱乐吧（内有电子琴、小乐器、各种玩具），运动吧（内有沙袋、羊角球等），小剧场（内有电脑、演出服）。

3□ppt课件□ppt□□小猴子向小朋友招手□ppt2□小猴子的“消气俱乐部”开业□ppt3□小狗的画面与歌曲《一只哈巴狗□□ppt4□肥胖的鹅小姐□ppt5□音乐《健康快乐动起来□□ppt6□生气的菲菲□ppt7□抢玩具的场景□ppt8□小鸟、大树、蓝天、白云，美丽的大自然画面）、小狗玩具、气球娃娃。

4、“消气好办法”展板，音乐《快乐阿拉蕾》。

一、幼儿做律动《幸福拍手歌》进入活动室

二、讨论高兴与生气时的表情以及生气的害处

1、师：你们今天高兴吗？高兴的时候是什么样子啊？

2、师：你们有生气的时候吗？生气的时候是什么样子？

3、师：生气好不好？为什么？

三、讨论各种消气的方法

1、出示ppt1□2□师：今天小猴子很高兴，它的“消气俱乐部”开业了，它想邀请小朋友一起去玩玩。

2、接待第一位来宾（受伤的小狗）。

（1）观察小狗怎么了。教师导入：昨天小狗不小心让汽车撞到了腿，医生帮它包扎后叮嘱它不要动，呆在家里好几天了真寂寞，小狗不开心了，想请小朋友帮它消消气。

（2）引导幼儿出主意，让小狗快乐起来。

（3）出示ppt3□采用唱歌消气法，一起唱《一只哈巴狗》，引导幼儿感受帮助他人后的快乐。

（4）随机教育：走路时要遵守交通规则，不能东张西望。

3、接待第二位来宾（肥胖的鹅小姐）。

（1）出示ppt4□引出肥胖的鹅小姐：森林里马上就要举行选美比赛了，我这么胖，怎么能获奖呢？真是急人，我真生气。

（2）鼓励幼儿为鹅小姐出主意消气，让她快乐起来。

（3）出示ppt5□采用跳舞消气法，一起跳《健康快乐动起来》。

（4）随机教育：在日常生活中，少吃垃圾食品，多做运动，这样身体才会健康。

4、接待第三位小客人（生气的菲菲）。

（1）出示ppt6，引出生气的菲菲。

（2）猜一猜菲菲为什么生气。

（3）出示ppt7，揭示菲菲生气的原因：菲菲表姐抢走了她的玩具，所以菲菲生气呢！

（4）启发幼儿为菲菲想办法，怎样才能不生气，引出游戏消气法。

（5）出示ppt8，观察菲菲自己消气的方法。

师：菲菲是用什么方法让自己变得开心的呢？菲菲跑呀跑，来到大自然，听听鸟叫，看看蓝天白云，不知不觉气就全消了。

（6）随机教育：与同伴相处要互相谦让，善于与同伴合作的人，大家才喜欢。

四、幼儿去“消气俱乐部”自主尝试，提升经验

1、请幼儿回忆自己遇到过什么生气的事情，是怎么解决的。

2、引导幼儿自主选择活动区体验，教师随机询问他们的心情。

（1）娱乐吧：听一听、唱一唱、跳一跳，体验音乐带来的快乐。

（2）休闲吧：玩一玩、说一说、画一画、尝一尝，体验与同

伴沟通交流带来的快乐。

（3）运动吧：拍一拍、踢一踢、打一打，体验运动带来的快乐。

（4）小剧场：看一看、试一试、演一演，体验表演带来的快乐。

3、提问：刚才大家在“消气俱乐部”里玩得开心吗？都玩了什么呀？跟你的好朋友说一说吧。出示“消气好办法”展板，教师总结：每个人都会有生气的时候，生气时，可以唱歌、跳舞、听音乐、玩玩具、看电视、散步，或者找大人、同伴聊天、下棋，也可以在没人的地方叫一叫、哭一哭。这样我们就能消气，使自己快乐起来，身体才会更健康。

五、游戏：快乐传递幼儿围在一起，听音乐《快乐阿拉蕾》，传递气球娃娃，体验快乐的情绪能相互感染。