

最新中班我爱喝水健康教案反思(通用10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。优秀的教案都具备一些什么特点呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

中班我爱喝水健康教案反思篇一

活动目标：

- 1、 知道人体需要水分，要多喝白开水
- 2、 形成少喝饮料多喝白开水的良好习惯

活动重点：知道人体需要水分，要多喝白开水

活动准备：幼儿每人一个杯子；与水相关的图片

活动过程：

一、导入

教师谈话导入，引起幼儿兴趣(教师：你们口渴的时候嘴巴有什么感觉?喝了水之后又有什么感觉?)

二、知道人体需要水分，要多喝白开水

一、教师让幼儿观察两株水分不一样的花，了解植物缺水的后果

二、教师通过谈话法让幼儿知道人体需要水

三、教师出示图片，让幼儿知道什么时候要喝水

四、教师通过谈话法让幼儿知道要少喝饮料多喝白开水

五、教师总结。评选“喝水小宝贝”

四、活动延伸：

教师组织幼儿排队喝水，到户外做游戏。

中班我爱喝水健康教案反思篇二

活动目标：

- 1、知道喝白开水的好处，了解到白开水最容易解渴。
- 2、知道何时该喝水、如何喝水。
- 3、愿意在口渴时主动饮用白开水。
- 4、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。
- 5、知道人体需要各种不同的营养。

活动准备：

- 1、在上课前让幼儿了解喝水的好处。
- 2、歌曲《健康歌》。
- 3、奖励卡片小水滴。
- 4、“今天你喝水没有”的记录表。

活动过程：

一、感知讨论，了解水对身体生长的重要作用。

(1) 通过回忆激活已有体验，感受口渴后喝水带来的舒适。

(2) 通过课前收集和讨论知道水好处，激发幼儿主动喝水欲望。

二、知道白开水对身体最好。

(1) 教师讲述故事《小猪嘟嘟》，幼儿欣赏。

(2) 讲述完故事后教师提出问题。

三、知道什么时候该喝水、如何喝水。

(1) 让小朋友自己想想有哪些时候该喝水。

(2) 教师情景表演。

(3) 加深要主动喝水的欲望。

教学反思：

我爱喝水这个活动是很接近生活的一节课，在本次的集体生活当中，我先让幼儿知道了解，引导幼儿知道，天气很热，很容易出汗，那就要及时的补充水分，就是要多喝开水。虽然课是告一段落了，但是像有些情况还是不能避免的，幼儿对这种单纯性的谈话活动，本身就缺少兴趣，不能让幼儿有些就是根本就不来听老师的，希望西祠能想出好的对策，避免这种情况发生。

附故事《小猪嘟嘟》

一提起小猪嘟嘟的名字，森林里的小动物都认识，嘟嘟是一只聪明伶俐，人见人爱的小猪，长着两只大大的耳朵，说起

话来呼噜噜的，非常可爱，森林里的小动物都愿意和它在一起玩耍，他们在一起捉迷藏、丢沙包，每天过的真高兴。

可是小猪嘟嘟有个不太好的习惯，它不爱喝水，那它渴了怎么办呢？嘟嘟头一昂，呼噜噜的说：“喝饮料呗，饮料酸酸甜甜的可好喝了，水一点味道也没有，一点也不好喝！”于是嘟嘟渴了便抱起饮料咕咚咕咚喝了一通，森林里的小动物知道它这个不好的习惯都劝它别喝这么多饮料，因为喝多了饮料对身体不好，可是嘟嘟却两眼一闭，呼噜噜地说：“有什么不好，我这不是挺好的吗？”时间一长，小动物们便不再劝说小嘟嘟了，嘟嘟照样把饮料当水喝。

最近一段时间，小动物们发现嘟嘟越来越胖，什么都不愿干，干什么也没劲，也不愿出去玩。于是小动物们都带它去看医生，小猴医生问嘟嘟：“你是不是爱喝饮料不爱喝水呀？”

嘟嘟说：“你怎么知道的呀？我就是爱喝饮料饮料酸酸甜甜的可好喝了！”

猴医生：“这就对了，你就是因为喝饮料喝的太多了才会越长越胖的，因为饮料中有许多糖份及对身体有害的物质，喝多了会得肥胖病等症状，对身体不好，所以你以后要改掉这个不好的习惯。”

嘟嘟不好意思的低下头说：“我知道了，我一定听大家的劝说，以后少喝饮料，多喝水，做个健康的小嘟嘟。”

中班我爱喝水健康教案反思篇三

- 1、知道人体需要水分，要多喝白开水
- 2、形成少喝饮料多喝白开水的.良好习惯

活动重点：知道人体需要水分，要多喝白开水

活动准备：幼儿每人一个杯子；与水相关的图片

一、导入

教师谈话导入，引起幼儿兴趣(教师：你们口渴的时候嘴巴有什么感觉?喝了水之后又有什么感觉?)

二、知道人体需要水分，要多喝白开水

一、教师让幼儿观察两株水分不一样的花，了解植物缺水的后果

二、教师通过谈话法让幼儿知道人体需要水

三、教师出示图片，让幼儿知道什么时候要喝水

四、教师通过谈话法让幼儿知道要少喝饮料多喝白开水

五、教师总结。评选“喝水小宝贝”

四、活动延伸：

教师组织幼儿排队喝水，到户外做游戏。

中班我爱喝水健康教案反思篇四

1、初步懂得人的身体需要水分，知道白开水是最好的饮料。

2、养成主动饮水的习惯。

3、引发幼儿学习水的兴趣。

4、了解人类对水的需求。

【活动准备】

ppt□一桶温开水，每人一只水杯。

【活动过程】

一、导入活动。

1、师：小朋友我们刚锻炼过，现在你的嘴里感觉怎么样？

2、师：请你去倒半杯水，先观察一下水是什么颜色的？尝尝水是什么味道的？

二、欣赏ppt□

1、师：请你欣赏完ppt后告诉我，儿歌里讲到人们在什么时候最想喝水？

（口渴时、锻炼后、劳动后、游玩时、洗澡后、起床时）

2、喝水有益健康。

（1）师：我们不感觉渴时要不要喝水呢？为什么？

（引导幼儿懂得，不管在什么时候，人们都需要补充水分，它可以帮助我们将身体里面的毒素通过小便排出体外，使我们的身体更健康。）

（2）师：小朋友，老师这里准备了很多饮料瓶，这些饮料你们喝过吗？喜欢喝吗？

（出示各种饮料的外包装盒、瓶，向幼儿简单说明只有白开水才是最好的饮料。）

【活动延伸】

教师在日常生活中提醒幼儿多喝开水。

中班我爱喝水健康教案反思篇五

活动目标：

- 1、知道身体的生长需要水分，白开水是最好的饮料。
- 2、愿意和白开水，在日常活动中能主动喝水。

活动准备：

- 1、幼儿用书：《想喝水就河水》（一）、（二）。
- 2、果奶瓶一个，茶杯一个。

活动过程：

- 1、组织幼儿户外活动，然后带幼儿进活动室。

通过谈话，引带幼儿思考：人为什么要喝水？

教师(出示茶杯)：我们干菜在室外玩得真高兴，晚了这么长时间有什么感觉？

教师：我也有点渴，要喝点水。喝了水就不渴了。

组织幼儿喝水。

教师：喝了水真舒服！小朋友想一想，我们什么时候想喝水？

- 2、引带幼儿看幼儿用书：《想喝水就喝水》

(一)了解人身体在什么时候应该补充水分。

教师：请看一看，图上的小朋友在干什么？做完这些事情以后，他们又干什么了？

教师小结：锻炼后、外出游玩时、洗过澡等因为运动而出汗的情况下就会想喝水，谁叫起床时也想喝水。渴了不喝水渴了不喝水会觉得很难受的。在幼儿园里，老师每天都会为大家准备水，小朋友想喝水的时候就可以自己去喝。

3、引导幼儿看幼儿用书：《想喝水就去喝水》

(二)了解“这些谁不能喝”。

讨论：为什么这些谁不能喝？

教师小结：池塘里的水、自来水龙头留下来的水看上去都是清清的，但是都不能直接喝。因为水里面有细菌。水烧开后细菌就被杀死了，所以即使干净的水也要烧开后才能喝。

4、介绍最好的饮料：白开水。

教师：渴的时候和喝果奶行不行？

教师小结：有的小朋友喜欢喝果奶。但是它们太甜了，对牙齿有害。白开水才是最好的。我们想喝水的时候就去喝白开水，这样对我们的身体有好处。

活动延伸：

引导幼儿进行“玩水”的游戏，并提供不同的材料的.物品让幼儿做试验，初步感受沉、浮的现象。

中班我爱喝水健康教案反思篇六

- 1、在说说、画画中知道如何让不愉快的心情变好。
- 2、能用连贯的语言表达自己的想法。
- 3、通过活动学会关心他人，萌发互相关爱的情感。

小兔布偶一个、一棵大树、各种树叶状的彩纸、记号笔□ppt□
人手一份笑脸和哭脸。

师：昨天小兔子去公园玩了，它好开心啊，它的心情是愉快的
（笑脸）

可是今天小兔子生病了，它好难受啊，它的心情就是难过的
（哭脸）

小结：每个人都会有这两种情绪，这些都是很正常的。

师：每个人的书袋里面都有两个心情图片，请你选择一种心情卡片来代表你今天的心情。

（一）分析原因

（二）找寻高兴起来的方法

1、师：如果心情不好，不开心，就会给我们带来很多的问题
（出示图片）。那我们赶快来找个让自己开心起来的办法吧？
如果你心情不好了，你会用什么办法呢？（请几个幼儿回答，
为了下一环节做铺垫）

（一）听听小朋友心情不好的原因

（二）帮助小朋友找到快乐起来的办法

师：把你找到让她快乐起来的办法画下来。

(三) 把这些办法编成一首诗。

师：每个人总会碰到心情不好的时候，这时候我们要学会调节自己的情绪。

我可以吃上一颗糖果，让自己的心情变得甜甜的

我可以穿上漂亮的衣服，让自己的心情也变得美美的

我还可以……

把心情树放到班级的心育墙上，当小朋友不高兴时，可以过去看一看，这样心情就会变得好起来。

中班我爱喝水健康教案反思篇七

- 1、初步懂得人的身体需要水分，知道白开水是最好的饮料。
- 2、养成主动饮水的习惯。

【活动准备】

ppt 一桶温开水，每人一只水杯。

【活动过程】

- 1、师：小朋友我们刚锻炼过，现在你的嘴里感觉怎么样？
 - 2、师：请你去倒半杯水，先观察一下水是什么颜色的？尝尝水是什么味道的？
-
- 1、师：请你欣赏完ppt后告诉我，儿歌里讲到人们在什么时候最想喝水？

(口渴时、锻炼后、劳动后、游玩时、洗澡后、起床时)2、喝水有益健康。

(1)师：我们不感觉渴时要不要喝水呢?为什么?

(出示各种饮料的外包装盒、瓶，向幼儿简单说明只有白开水才是最好的饮料。)

【活动延伸】

教师在日常生活中提醒幼儿多喝开水。

中班我爱喝水健康教案反思篇八

活动目标：

- 1、知道雨水能帮助植物生长。
- 2、尝试用水粉颜料自上而下地点雨滴，表现给花儿喝水的情景。

活动准备：

- 1、雨天的课件
- 2、花园背景
- 3、颜料盆、棉签若干
- 4、幼儿第一课时画好的作品

活动过程：

一、观察交流

1、（播放下雨的声音）听！这是什么声音？（下雨的声音；教师回应——春天到了，这是春雨的声音。）

2、春雨都会落到哪里呢？（大树上、屋顶上??）

3、（出示课件1）：看看春雨到底落到了哪里呢？（小朋友的雨伞上、大树上、花草上）

4、（出示课件2、3）：春雨落到了大树上，大树说：“春雨真好喝”！春雨落到了小花、小草上，小花、小草说：“春雨真甜真甜！”）

5、小树、小花、小草为什么都喜欢春雨呢？（喝了雨水能够长高、长大）

小结：小树、小花、小草都喜欢春雨，因为它们喝了春雨就会长大长高。

二、操作尝试

1、伤心的小花

1) 美丽的春天到了，我们的花园里面也种了许多植物，是什么呀？（小花）花园里都开了什么颜色的花朵？（红、黄、蓝??）。

小结：对呀，花园里开了五颜六色的花！

2) 听！是谁在哭呀？（是我，小花，呜呜~~）小花你为什么哭呀？（我口渴，没水喝~~）它们没有水喝会怎么样？（枯萎）那该怎么办？（浇水、下雨）

2、示范给小花喝水

1) 这时小花的哭声被天上的乌云听见了，它飘了过来决定要帮助小花，我们用什么请乌云出来？（纸团，教师边说边用纸团蘸上灰色的颜料在纸顶端画上“乌云”：蘸一蘸、按一按）乌云飘来了说明天要~~~？（下雨了，乌云里藏着小雨滴）

2) 教师演示给小花喝水（轻轻地从一团乌云处，一点一点地点下来，直到点到一朵花上）：下雨啦，下雨啦，一滴小雨滴、两滴小雨滴、三滴小雨滴??，从上往下落下来，小雨滴们排队啦！快快亲亲小花朵！

重点提示：自上而下地点雨滴，让每朵花都喝到雨水。

3) 谁也来试一试，让我们一起请小雨滴出来。（请个别幼儿上来点小雨滴）

三、绘画表现

1、花园里还有许多花儿也想喝水，我们一起来请小雨滴出来吧！

要求：小雨滴藏在乌云里面，我们先用纸团把乌云请出来哦，让乌云飘过来。

2、幼儿操作，教师巡回指导

指导重点：

1从云团到花朵，从上到下地用小点连起来。

1让每一朵花都喝到雨水。

1引导幼儿快快把小雨滴请出来。

3、将作品展示在“小花园中”。

1) 花园里的花喝到了雨水长得更加漂亮了，我们一起和它们跳舞吧！

我们幼儿园里还有许多小花，它们没有喝水，我们一起去帮帮它们吧！

活动反思：

可是这些都是孩子们对雨天的耳观感受，视觉感受却还是相对陌生的，因此我贴合主题展开了此次活动，活动的重点偏美术，让孩子们能尝试用水粉颜料自上而下地点雨滴，表现给花儿喝水的情景。

在活动教具的准备上，我所创设的小花园情景是孩子们在第一课时亲手绘画好的花朵，我再加以修饰，孩子们对自己“栽种”的小花园兴趣极浓，都很乐意去为花儿浇水。而我另外所要孩子们和我共同创设的“乌云”情境也是建立于他们已有的经验之上，此外，孩子们对棉签棒的使用也是并不陌生的，所以本次活动的重点便很自然地偏向了“自上而下”点画这一绘画方式上。但可能由于我在示范中，未足够明确强调每一朵花儿要喝足够多的雨水才能长大，所以孩子们在第三环节自己操作的时候出现了“一一对应”的情形，使得整副画面失去了我预想的效果，但在我后来的补救中，如“小花说‘我还是很渴’”等语言帮助幼儿更好地完成了整副作品。

总的说来，此次活动幼儿的兴趣还是很浓厚的，我也将在以后的美术活动中更关注对幼儿示范画的表现和言语上的辅助，帮助幼儿更好地理解绘画的要求等。

中班我爱喝水健康教案反思篇九

1、知道喝白开水的好处，了解到白开水最容易解渴。

- 2、知道何时该喝水、如何喝水。
- 3、愿意在口渴时主动饮用白开水。
- 4、养成主动喝水的习惯。
- 5、了解健康的小常识。

1、在上课前让幼儿了解喝水的好处

2、歌曲《健康歌》

3、奖励卡片小水滴

4、“今天你喝水没有”的记录表

1、通过回忆激活已有体验，感受口渴后喝水带来的舒适。

2、通过课前收集和讨论知道水好处，激发幼儿主动喝水欲望。

1、教师讲述故事《小猪嘟嘟》，幼儿欣赏。

2、讲述完故事后教师提出问题。

1、让小朋友自己想想有哪些时候该喝水。

2、教师情景表演。

3、加深要主动喝水的欲望。

我爱喝水这个活动是很接近生活的一节课，在本次的集体生活当中，我先让幼儿知道了解，引导幼儿知道，天气很热，很容易出汗，那就要及时的补充水分，就是要多喝开水。虽然课是告一段落了，但是像有些情况还是不能避免的，幼儿对这种单纯性的谈话活动，本身就缺少兴趣，不能让幼儿有

些就是根本就不来听老师的，希望西祠能想出好的对策，避免这种情况发生。

中班我爱喝水健康教案反思篇十

活动目标：

- 1、使幼儿了解粮食的生长过程，知道粮食来之不易。
- 2、知道浪费粮食是不对的，要学习珍惜粮食。
- 3、培养幼儿乐意在众人面前大胆发言的习惯，学说普通话。
- 4、培养幼儿乐观开朗的性格。

教学ppt

1、观看图片，谈话导入的教师提问：你觉得这样好吗？为什么？

提问：你们知道我们做饭的大米是从哪里来的？

2、认真看《爱惜粮食》动画，启发思考，教师提出如下问题：

- (1) 大米的生长过程是怎样的？
- (2) 为什么说农民伯伯种粮食很辛苦？
- (3) 小朋友们今后你会珍惜粮食吗？

3、幼儿有疑问可再次观看动画，老师根据本班级幼儿共性特征及个体差异，对动画进行暂停或播放，结合剧情节点，在幼儿已有经验上进行选择性互动提问教学。

教师总结：小朋友们，农民伯伯种粮食非常辛苦，从播种到

锄草、施肥、收割，不知洒下了多少汗水。晒黑了脸，累弯了腰，两手磨出了厚厚的老茧，才能收获粮食，我们要做珍惜粮食的好孩子，不能浪费。

4、教师提问：为了节约粮食，我们应该怎样做？

师引导幼儿总结：粮食来之不易，是农民伯伯辛苦种出来的，所以用餐时我们一定要吃完自己的一份饭菜，不浪费粮食，能吃多少盛多少。

5、熟悉儿歌，巩固幼儿经验《爱惜粮食》

香喷喷的米饭哪里来？

白花花的大米做出来。

白花花的大米哪里来？

金灿灿的稻谷脱出来。

金灿灿的稻谷哪里来？

农民伯伯种出来，一粒稻谷一滴汗，爱惜粮食理应该。

幼儿的兴趣非常浓，能积极回答老师的问题，但在幼儿讨论的这个阶段，我应该创设情景，让幼儿体验。我会多看看多学学，让以后的教学活动能够更好。

我爱喝水中班健康教案反思

我爱喝水中班健康教案ppt

本文来源：