

幼儿园小班健康教案感冒了 幼儿园小班健康活动教案(优秀9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。

幼儿园小班健康教案感冒了篇一

- 1、乐意尝试用抱枕玩各种游戏。
- 2、用抱枕玩爬、跑、跳等游戏，体验健康活动的乐趣。

用抱枕玩爬、跑、跳等游戏，体验健康活动的.乐趣。

引导幼儿探索抱枕的多种玩法。

各种颜色鲜艳的抱枕，课件，音乐

- 1、带领幼儿开汽车进活动室。（用抱枕做汽车方向盘）
- 2、认识抱枕，感触抱枕。

1、幼儿自由探索，引导幼儿顶抱枕、夹着抱枕跳…

2、躲猫猫用抱枕遮住身体的不同部位

1、到小乌龟家做客小乌龟邀请我们到它家去做客，你们想去吗？可是小乌龟家住在河的那边，我们要渡过河才能到小乌龟家，我们没有船怎么办啊？”鼓励幼儿想办法，用抱枕做船。

2、教师：“快看，小乌龟家到了，我们敲敲门吧。”小乌龟打

开门和大家打招呼。

小乌龟：“欢迎小朋友们来我家做客，我们一起做游戏好吗？我们来玩乌龟爬的游戏吧。”鼓励幼儿想办法，用抱枕做壳。

轰隆隆，打雷了，宝宝们要下雨了，赶快撑起小伞回家了。

幼儿园小班健康教案感冒了篇二

- 1、学习用杯子测量的方法来测量豆子。
- 2、能把实验结果记录到记录表内。
- 3、能积极的参加到量豆子的活动中来。

重点：学习用杯子测量的方法来测量豆子

难点：能把实验结果记录下来

每组两袋绿豆若干纸杯子

一、讲故事，引出问题

师：绿豆村的东边住着一位王爷爷，西边住着一位陈爷爷。有一天啊王爷爷去市场买了一袋绿豆背回家，陈爷爷也到市场买了一袋绿豆回家。王爷爷说：“我的绿豆多！”陈爷爷说：“我的绿豆比你多”两位爷爷决定比一比谁的绿豆多，于是，他们就坐着一粒一粒的数了起来。数了很久，才数了一点点，也没有比出来是谁多谁少。

（幼儿操作，教师巡回指导）

师：你是用什么方法的啊？

师：用眼睛看，

两袋绿豆提手上看看哪袋重

二、分组实验，哪个口袋的豆子多

幼：把豆子提手里看看那个重

用眼睛看，把豆子都倒在桌子上看看，哪袋的豆子多

师：小朋友们的都很棒，都有自己的方法，我们现在啊，看到桌子上面还放着，几个白色的一次性杯子，我们想想能不能利用杯子，知道哪袋的绿豆比较多，现在就请我们的每一小组的小朋友一起去试一试吧（幼儿动手操作，教师进行指导）

师：你们这一组想得到了什么好办法啊？

幼：用杯子盛一点绿豆然后在，数一数杯子里的绿豆数量

师：你们组想到什么好方法了吗？

幼：把杯子装满绿豆，看看能装多少个杯子

师：嗯，你们的想法很棒。我们介绍给其它组的小朋友们试一试吧

幼：把袋子里面的绿豆装到被子里面，装的满满一杯，看能装几杯（教师帮助介绍）

师：这个方法还像很好用，我们重新来试一试吧

三、填写记录表

师：记录好了的小朋友就请拿着记录表回到自己的位置上做好。我们来看一看你的实验结果是怎么样的。

四、集体看老师实验，总结实验结果

师：现在请一位小朋友带着你的记录表上来看一看，你的实验结果是怎么样的。

（教师动手实验）

师：我们这位小朋友是实验做得很成功，我们用杯子量绿豆的方法，很快的就能帮助王爷爷和陈爷爷谁袋子里的绿豆比较多。真是一个好办法。

幼儿园小班健康教案感冒了篇三

要求小朋友知道多吃零食会影响一日三餐的进食量，妨碍身体吸收全面的营养，影响身体健康。

1、挂图；

2、一些零食的包装袋，果奶瓶等。

1、教师分别出示一些零食的包装袋，果奶瓶等，与幼儿谈话，让幼儿说出这些东西都是装零食的，并请幼儿说说自己喜欢吃哪些零食。

2、组织幼儿讨论：多吃零食有什么不好。

3、看图片，回答问题。

（1）明明在家里喜欢吃什么？

（2）到了吃饭的时候，明明想不想吃饭？为什么？

（3）睡觉的时间到了，明明觉得怎样了？

（4）明明长得高不高？结不结实？

(5) 医生给明明体检时，对明明说了些什么？

4、教师总结：

让幼儿知道多吃零食也是挑食、偏食的表现，这会影响我们身体生长和健康。

幼儿园小班健康教案感冒了篇四

1、了解睡觉时要注意的事项：不蒙头、不蹬被子、不趴着睡、不妨东西到嘴巴里等。

2、培养幼儿良好的午睡习惯。

3、让孩子知道生病了，不怕打针吃药，做个勇敢的孩子。

4、知道生病了不怕打针吃药，做个勇敢的孩子。

1、摇篮曲音乐，幼儿用书画面。

2、娃娃家游戏玩具若干。

一、宝宝要睡觉

1、出示小娃娃玩偶，与幼儿打招呼。

教师：我们和小娃娃打声招呼吧。

2、摇篮曲响起：宝宝要睡觉了，让我来抱着宝宝轻轻摇一摇。

教师哼唱摇篮曲摇宝宝睡觉。

教师：老师是怎么抱小宝宝睡觉的，请小朋友们来学一学。

二、睡觉的注意事项

教师：宝宝睡着了，我们应该怎么去照顾宝宝呢？

1、幼儿开始讨论，如果幼儿回答不出，教师可以提示幼儿。

教师：宝宝蒙头睡觉好吗？宝宝一边吃东西一边睡觉好吗？

教师：为什么蒙头睡觉、边吃东西边睡觉都是不好的习惯呢？

2、教师引导幼儿知道这些不良睡眠姿势带来的坏处。

教师：睡觉蹬被子会使身体受凉；蒙头睡觉和趴着睡会使呼吸不畅通。

教师：边吃东西边睡觉会呛到自己所以小朋友睡觉时要注意。

二、学习儿歌

1、出示书画面教师：这里有许多的宝宝在睡觉？他们睡得好吗？

教师：老师带来一首儿歌，儿歌说的就是宝宝睡觉的事。

教师：儿歌的名字叫《宝宝睡觉了.》请小朋友听一听儿歌说了些什么？

2、教师示范朗诵儿歌《宝宝睡觉了》

教师：儿歌名字叫什么？儿歌里说了些什么？

3、教师再次朗诵儿歌。

4、教师带领幼儿学念儿歌。

5、幼儿集体朗诵儿歌。

教师：除了注意睡觉的姿势，按时睡觉对我们来说也很重要，小朋友晚上要在9：00以前睡觉，第二天才会有精神。

三、结束活动

教师：以后我们小朋友睡觉的时候也要用正确的睡姿睡觉哦。

幼儿通过形象生动的故事以及讨论明白了养成良好的睡眠习惯非常重要，了解了正确的睡眠姿势和习惯。对于有不良睡眠习惯的幼儿起到了教育意义。但是活动中幼儿亲身体会睡眠姿势的较少。

幼儿良好的睡眠习惯不是一天、两天可以养成的，它需要老师细心、耐心的指导。纠正幼儿不良睡眠习惯更是需要时间，并要老师和家长共同来完成。因而今后我们这项工作要持之以恒坚持去做。

幼儿园小班健康教案感冒了篇五

秋天是丰收的季节，到处硕果累累，水果家族其色彩斑斓、形态各异、味道鲜美、营养丰富等特点深受人们的青睐。对幼儿也具有很大的吸引力，更是他们健康成长的物质来源。在生活中，虽说，它是幼儿每天直接接触的事物，然而，这种接触大多是一种自然的接触，一种模糊的混沌的知觉。而对于那些刚离开家庭的幼儿来说，他们对亲身可以体会的事很感兴趣如：吃、玩，他们对这方面的经验也较丰富。《水果串》这一活动正好符合《纲要》中所体现的即适合幼儿的现有水平，又有一定的挑战性。既符合幼儿的现实需要，又有利于其长期发展。即贴近幼儿的生活来选择幼儿感兴趣的事物和问题，又有助于拓展幼儿的经验和视野。因此通过这个活动用幼儿感兴趣的方式提炼社会经验，发展基本动作的协调性和灵活性。

在家长们的大力配合下，我们从幼儿的兴趣入手，以寓教的形式贯穿始终，并注重以幼儿为主体，多渠道地调动幼儿运用多种感官去体验、了解各种水果的特性，如：活动前的“找水果”、“摸水果”、“分水果”活动中的“串水果”，活动后的“尝水果”都让幼儿积极主动地动脑、动手，极大限度地发挥了他们的自主性、创造性。所以幼儿的活动兴趣一直很高。在活动中，我们对幼儿的要求和指导也是因人而异的，力求为不同能力的孩子提供不同的发展机会，尽可能地挖掘幼儿的创造潜能，给予幼儿充分表现自我的机会，培养幼儿的自信心。

在活动过程中注重挖掘各种教育因素，并将其有机地结合、渗透。注重培养幼儿表达、交往、合作的能力；适时地渗透保健意识。注重激发幼儿对水果正确、美好的情感；注重在操作活动中发展幼儿观察、分析、比较、创造、想象等能力，不断积累知识经验等。本次活动的难点之一是“串水果”活动中的串，对于小班的幼儿来说有一定的难度，所以我在活动过程中对幼儿进行适时鼓励、引导和帮助。让幼儿自由选择水果，尽量分散坐，减少相互间的碰撞，以免造成不必要的伤害。

幼儿园小班健康教案感冒了篇六

故事启迪法

- 1、让幼儿知道为什么要常剪指甲和如何剪指甲。
- 2、培养幼儿养成良好的个人卫生习惯。

手指甲勤修剪既卫生又美观

剪完后把手洗净指甲要清理

指甲刀

（一）导入活动：

（二）关键步骤：

1. 教师：小朋友，你自己会剪指甲吗？知道怎样剪指甲吗？来说一说。

2. 教师：看一看老师是怎样剪指甲的？之后再描述。

3. 儿歌：指甲刀，张开嘴，咬住指甲不松开。小小手，来帮忙，用力按下指甲断。脏东西，露出来，清洁卫生不忘掉。

（三）结束部分：

小朋友你自己会剪指甲了吗？以后我们自己可以剪指甲了，我们都要做讲卫生的好孩子。

家园互动：

1. 家长可以在平时引导幼儿关注自己的指甲，养成勤剪指甲的良好习惯。

2. 帮助幼儿练习剪指甲的技能。

注意事项：

教师和家长一定要以身作则，女士不要留长指甲，也不要染指甲，为幼儿树立榜样。

1、孩子对活动的哪一环节最感兴趣？为什么？

2、你认为这个活动的成功之处在哪里？

3、你认为还有哪些地方需要改进？该如何改进？

幼儿园小班健康教案感冒了篇七

爬行是幼儿最早期的水平运动，也是小班幼儿喜欢的体育运动之一。爬不仅能够促进骨骼的生长，还可以锻炼幼儿四肢协调能力的发展。本次活动我结合本班幼儿特点，设计了以爬行为主的教学活动，同时利用小班游戏化的学习特点，设计了小老鼠吃蛋糕的情境，进一步提高幼儿身体动作的协调性与灵活性。

1. 巩固手膝爬，学习手脚自然协调地向前爬，发展动作协调性和灵活性。
2. 了解并遵守游戏规则，在积极参与活动的过程中，体验体育游戏带来的乐趣，激发运动热情。

学习手脚自然协调的向前爬行。

音乐：《欢快轻音乐》活动中、《宝贝乖乖睡》放松

一、开始部分：情境引入，激发幼儿对活动的兴趣。

1. 教师扮演鼠妈妈，以游戏口吻：“今天天气真好，小老鼠们快来和妈妈一起活动一下身体吧！看看哪只小老鼠身体最棒。”

2. 热身活动

儿歌：“小老鼠身体棒，伸伸胳膊举举高，转转脑袋摇一摇，弯弯身体扭一扭，踢踢腿来跳一跳。”

教师带领幼儿边说儿歌边做动作。

二、基础部分，利用情境探索爬行方式

（一）设置情境，熟悉场地。

今天是你们的生日，妈妈为你们订了好吃的蛋糕，但需要你们自己取回来。我们一起来看看需要途经哪些地方呢？”带领幼儿熟悉场地，引导幼儿爬过山洞，取蛋糕。

（二）巩固手膝爬

重点引导小老鼠将取回的“蛋糕”放在起点处的纸盒内。

（三）学习手脚爬行

玩法

1：切换情景，学习手脚爬行

“路上多了许多障碍物，你们要怎么爬过去呢？”

请两三名幼儿分享爬行的方式，引导幼儿遇到障碍（跨栏）后手脚爬行。玩法

2：往返爬行

幼儿熟悉玩法后，可引导幼儿往返取“蛋糕”，锻炼幼儿手脚爬行。玩法

3：幼儿游戏

教师重点指导个别手膝爬行的幼儿，帮助幼儿学习手脚爬行。

三、游戏结束放松（宝贝乖乖睡）

吃蛋糕：小老鼠吃蛋糕，拿起蛋糕尝一尝，啊呜一口，坐摇

摇右晃晃，伸伸腿来弯弯腰。

引导幼儿主要捶捶自己的大腿和小腿部分，充分放松下肢力量。

通过此次体育游戏，幼儿不仅巩固了手膝向前爬行动作，同时，在整个活动中幼儿身体协调性与灵活性也得到了相应的锻炼。在整个游戏情境下教师有目的引导幼儿探索新的爬行方式，学习手脚爬行。让幼儿在游戏中充分体验体育游戏带来的乐趣。

幼儿在整个活动中对活动感兴趣，使身体得到充分的锻炼，主要是因为教师运用了以下策略。

1、创设游戏化的情境，以游戏贯穿整个活动。

活动开始我利用小老鼠吃蛋糕的游戏情境为背景，为活动营造了轻松愉快的氛围；活动中孩子们围绕取蛋糕的任务进行游戏，让幼儿在游戏化的情境中能够自由的投入；活动结束后，教师以吃蛋糕的方式带领幼儿做放松运动。游戏化的学习符合小班幼儿的年龄特点，所以孩子们非常感兴趣。

2、投放适宜的材料，能够帮助幼儿更好地习得新技能。

本次活动前期巩固手膝爬，锻炼幼儿身体的灵活性；但是本次活动的重点是学习手脚爬，如何让幼儿自然地习得这一新技能？我选择了加入高度适宜的跨栏作为辅助材料，变换游戏情景，激发幼儿思考，调整爬行动作，从而自然地手膝爬转换到手脚爬。此外，在幼儿熟练掌握的基础上变换材料加深难度，让幼儿感受挑战新技能的乐趣。可见适宜的材料对幼儿在体育活动中的动作发展有着重要的促进作用。

在教学准备和实施过程中我收获了许多，每一次磨课都对自己的专业成长有着巨大的促进作用。当然，我也深刻感受到

自己在教学方面还有不足之处，比如：此次活动从材料的准备上“蛋糕”可以更加仿真，以此增加幼儿对活动的兴趣。再有，活动过程中，教师对体育活动规则的提示还需更加的精炼、简洁，帮助幼儿梳理活动的规则与重点。

在今后的教学中我会不断地反思自己，弥补教学中的不足，一切从儿童的角度出发，争取上好每一次活动。

幼儿园小班健康教案感冒了篇八

1. 能大胆尝试走过不同的桥，有障碍的“s”形的等，发展幼儿的平衡能力。
2. 培养幼儿勇敢的美好情感。

与幼儿人数相同的小凳子

一、开始部分：热身运动

在一座大森林里，住着一群可爱的小蚂蚁，他们非常的可爱，小朋友们，你们想和他们玩吗？（师幼一起听音乐做热身操）

二、基本部分：

（一）搭桥

去见小蚂蚁可不容易，在去小蚂蚁家的路上有几条小河，但是没有桥，小朋友们，你们有什么办法给这条小河搭一座桥呢？（幼儿答）好，今天我们就用小凳子来搭桥，记住小椅子要一个接一个得排起来，好，我们开始搭桥吧！

（二）过直线桥

引导幼儿两手张开，平举，保持身体平衡（幼儿集体过有障

碍的桥)

(三) 过有障碍的桥

小朋友们真棒，现在我们又来到了第二座桥，小朋友们看看这座桥和之前的那座有什么不一样的地方？（引出跨）那我们开始吧！

(幼儿集体过有障碍的桥)

(四) 过“s”形的桥

你们太棒了，现在我们走过最后一座桥就到小蚂蚁的家里，看，我们的桥发生了变化，这样的桥你能过去吗？怎么过这样的桥？幼儿集体过s形的桥。

三、结束部分：

放松运动

现在就让我们坐着小火车，一起去找小蚂蚁吧，活动自由结束。

幼儿园小班健康教案感冒了篇九

一、教会幼儿正确的刷牙方法和学会爱护牙齿的几个方法。

二、发展幼儿发现问题分析问题解决问题的能力。

三、通过爱护保护牙齿的教育，增进幼儿爱清洁以及自我保健的意识。

教会幼儿正确的刷牙方法和学会爱护牙齿的几个方法。

将练习学习到的正确刷牙方法内化为良好习惯的过程

牙齿模型、牙保护图片、正确刷牙图片、水盆两个、水杯、牙刷

(一)相互亲切打招呼微笑，引导幼儿观察说笑间露出什么？

1、相互观察牙齿白吗？

2、实验观察，和孩子漱口后，比较前后水盆离得水有什么变化。

3、启发孩子猜想有什么办法保护牙齿。

(二)出示牙齿模型

1、和孩子分享牙齿的简单结构，

2、提问幼儿你是怎样刷牙的

3、示范正确的刷牙方法

4、一起来学刷牙方法(边示范边指导)

(三)保护牙齿对我们有哪些好处？

1、观察图片，启发幼儿讲一讲，怎样保护好牙齿

2、学说儿歌《刷牙歌》