

# 2023年健康我上大班了教案(优质5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。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

## 健康我上大班了教案篇一

设计意图：天气逐渐热起来了，有太阳的时候，孩子会发现地上有自己的影子，颇感兴趣，我想可以通过影子培养他们四散跑的能力。

1. 练习在一定范围内四散跑，培养躲闪能力。

2. 知道物体在阳光下会产生影子。

1. 活动前了解影子。

2. 选择有阳光的场地。

：练习在一定范围内四散跑

1. 找影子。（1）教师扮演兔妈妈，幼儿扮演小兔，边念儿歌（走走走，走走走，一个拉着一个的手，拉拉手，拉拉手，拉成一个大太阳。）边围成一个大圆圈。（2）一起找一找别人与自己的影子。

2. 踩影子。（1）“小兔”分散踩自己的影子。（2）“小兔”互相追踩别人的影子，提醒幼儿避免推撞。（3）游戏反复数遍，注意控制活动量。

可利用散步等户外活动时间，带领幼儿观察树影、大型玩具影子。

孩子们的积极性很高，追得很尽兴，但是教师要规定好范围，以免幼儿跑得太远，消耗过多体力。

## 健康我上大班了教案篇二

- 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。

ppt□一桶温开水，每人一只水杯。

### 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。)

教师在日常生活中提醒幼儿多喝开水。

## 健康我上大班了教案篇三

想增进妈妈和宝宝之间的感情,也让宝宝得到锻炼。

- 1、能跟妈妈默契配合给妈妈鲜花。
- 2、提高动作的协调性与灵敏性。
- 3、初步培养幼儿体育活动的兴趣。
- 4、培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。
- 5、初步了解健康的小常识。

增进妈妈和宝宝之间的感情。

歌曲《快乐你懂的》,大小玩具盒若干,海洋球若干。

- 1、引出游戏。

师:妈妈和宝宝间的亲子关系是如何建立的呢?那就是通过游戏咯。宝宝在家里会跟妈妈玩游戏吗?今天老师要带着宝宝和妈妈玩一个测试默契性的游戏,看看谁是最默契的母子。

- 2、简述并示范游戏的玩法。

师:宝宝和妈妈面对面站着,只能够间隔两米,宝宝手拿5个小球,妈妈手拿玩具盒做篮子。宝宝要将手中的小球投进妈

妈的.篮子里,妈妈要拿篮子去接宝宝的小球,看看谁投进的小球多。

### 3、亲子共同制作。

播放背景音乐《世上只有妈妈好》，家长和宝宝一起制作。教师巡回指导，并提醒宝宝注意不要让颜料沾到衣服上去，完成好拓印以后洗手、擦手。

完成好的拓印作品可以签上宝宝和家长的姓名。

在很多生活中由于缺少经验幼儿自发进行往往是较为简单的活动，她们会因为活动过于简单或重复而不愿意玩下去。宝宝和妈妈在玩球的过程中幼儿更能充分的尝试和进一步探索发现从而真正成为活动的主体，让他们感受到探索发现无穷乐趣得到锻炼和精神满足。

## 健康我上大班了教案篇四

1、锻炼幼儿的动手能力。

2、体验劳动带来的快乐。

活动准备：每人一把椅子、抹布、水。

一、引出主题，激发兴趣。

师：小朋友出汗了，每天都要洗澡。可是我们的小椅子已经好久没洗澡了，它的身上脏脏的，好难受呀！

你们愿意帮小椅子洗澡吗？

二、师幼讨论帮“小椅子洗澡”的方法

师：你觉得应该怎样帮助椅子洗澡呢？

### 三、幼儿擦洗椅子

1、教师交代活动要求：抹布沾水后要拧干再擦，注意不要将水甩到别人身上。帮助小椅子的洗澡的时候，要仔细，每个地方都要擦。

2、幼儿擦洗小椅子。

四、展示成果。师幼评出小椅子擦得最干净的小朋友。

活动反思：活动开始，先以天气炎热小椅子也需要洗澡，来引起幼儿的共鸣，激发兴趣。进入中班的`孩子已经有了一定的动手能力，他们很愿意自己动手做一些事情，再加之如今独生子女居多，孩子做简单的家务机会很少。本次活动既锻炼了幼儿的动手能力，又让幼儿体验劳动的快乐。

## 健康我上大班了教案篇五

1、树立保护身体健康的意识，知道牙齿健康的重要性。

2、在观察活动中探索学习的能力。

3、初步了解龋齿形成的原因及怎样预防。

1、电脑、视频、教学挂图数幅挂在活动室墙上小镜子每人一个

2、了解本班幼儿得龋齿的情况

1、观察牙齿，引出课题。

请幼儿照镜子观察自己的牙齿，有什么发现？

“变黑、变坏或者补洞的牙齿是怎么回事？一龋齿  
龋齿是怎么得的？是虫子咬得吗？还是其他什么原因？”

2、了解龋齿形成的原因。

(1) 带着问题看视频。

(2) 带着问题重点看视频边了解引起龋齿的原因。

(3) 了解龋齿的危害。得了龋齿有什么不舒服的地方？怎么保护好牙齿不得龋齿呢？

3、幼儿利用各种方式学习保护牙齿的办法。

(1) 小朋友讨论防止龋齿的办法

(2) 观察图片学习。

(3) 请教保健医生。

老师总结：不想得龋齿，一定要养成良好的生活习惯，

坚持早晚正确刷牙；健康饮食少吃糖；饭后漱口不可少；牙齿定期去检查。这样你一定会有一口健康美丽的牙齿。

4、老师表演快板诗，幼儿学习诗。

1、评价

2、总结

附：《预防龋齿》歌谣

预防龋齿，

牙齿健康人人夸，

健康的牙齿人人需要，小朋友要记牢，

不想得龋齿一定要做到：牙齿早晚正确刷，

饭后漱口要干净，

健康饮食少吃糖；

牙齿定期去检查；

只要坚持能做到，

牙齿肯定会健康。

牙好，胃口就好，

吃嘛嘛香，身体倍棒！幼儿园中班健康教案：预防龋齿好办法