

# 最新幼儿园中班健康活动赛龙舟教案及反思(实用6篇)

作为一名教职工，总归要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。那么问题来了，教案应该怎么写？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

## 幼儿园中班健康活动赛龙舟教案及反思篇一

在刚进入主题活动《春天来了》时，我和孩子曾经有过一次讨论。我引导孩子从颜色、声音、动物、植物等方面加以想象，孩子讨论得热火朝天，有的幼儿说：“小草绿了、大树发芽了”等等。其中有个男孩说：“你们知道谁告诉我春天来了吗？呵呵，是燕子，只要暖和了，它就会从很远的地方飞回来。我每年这个时候都能看到它们呢！”孩子们一听说到燕子，都又兴高采烈地谈论起来。当春天到来时，燕子都会从南方北归，这是我们北方特有的景象，我们称燕子为春天的使者。看到孩子对天空中飞翔的燕子极为感兴趣，于是我们抓住孩子兴趣点，设计了此活动《春天小使者》。

- 1、从自身及周围环境的变化中，感受初春的到来，了解春天的基本特征。通过小燕子的眼睛，感受春天万物复苏的景象。从而培养幼儿热爱大自然的美好情感。
- 2、让幼儿尝试创编故事，提高幼儿语言表达能力以及表现力。
- 3、在活动中，通过多种形式的表现，让幼儿享受创意作画的乐趣。

重点：了解春天的基本特征，知道燕子与春天密不可分的关系。

难点：能说出小燕子在空中看到的花草树木的变化。

1、燕子北归的大图片。

2、图画纸、蜡笔。

3、儿歌磁带。

一、儿歌引入《小燕子》。

三、

1、出示有关燕子北归的图片，让幼儿欣赏并描述图片内容，请幼儿说说想到了什么。

2、老师提示幼儿假想燕子北归的途中会看到哪些春天的特征，请幼儿尝试创编故事。

四、

1、自由分成几组，请幼儿将刚刚创编的故事在画纸上表现出来。

2、教师讲解要求，如：保证画纸干净、整洁；幼儿要合作完成；发挥想象创设作品。

4、完成创作后，请幼儿介绍自己的作品。

5、请幼儿把自己创作的画挂于展览区，和其他伙伴共同分享。

6、活动结束。

## 幼儿园中班健康活动赛龙舟教案及反思篇二

1、有时与家长谈话时，有的家长说孩子几乎每天晚离园后

吵着要东西。

2、有的小朋友早晨起床总爱挑拣衣服，有时天气还冷时，就吵着穿裙子。

3、孩子有攀比心理，你穿什么，我也穿什么；你戴什么，我也戴什么。这种心理严重影响孩子的健康。

1、让幼儿知道任性是不好的心理品质和行为，对人体的健康有危害。

2、初步学会会有意识地控制自己的情绪和愿望。

3、引导幼儿做一个健康的娃娃。

故事《任性的牛牛》的有关图片，情景表演《买玩具》，课件《挑衣服》；健康娃娃的有关图片。

1、师出示图片讲述故事：一天晚离园时，牛牛被爸爸接出了幼儿园，牛牛看见幼儿园周围有许多卖好吃的东西，就让爸爸买了酸奶和羊肉串，可是牛牛又看到了爆米花和棉花糖，又吵着说：“爸爸，我还要爆米花和棉花糖。”爸爸说：“牛牛，已经买了酸奶和羊肉串了，不能再吃了！”可是牛牛把手里的东西一扔哭着说：“我都给扔了，告诉奶奶去！”看到牛牛这个样子，爸爸特别生气。

2、欣赏完后讨论：

（1）牛牛开始跟爸爸要了什么？

（2）爸爸买了后，牛牛又要吵着要什么？

（3）爸爸是怎么说的？为什么爸爸说不能再吃了？

（4）牛牛后来又是怎么说的？怎么做的？

(5) 牛牛这样做对吗？为什么？

小结：其实小朋友有时喜欢吃什么，可以请爸爸妈妈帮你买点，但如果一下子让爸爸妈妈买很多的东西，小朋友吃了身体会受不了的，影响你们的健康。牛牛这样任性，哭着叫着，不仅对自己不好，而且还影响爸爸的健康。

1、内容：一天，妈妈领着涛涛来到商场，涛涛看到玩具架上有一个大变形金刚，就对妈妈说：“妈妈，快点给我买变形金刚。”妈妈说：“涛涛，家里的玩具已经够多了，再说妈妈带的钱也不够呀！”“不吗，买买买，非买不行！”说完，就坐在地上哭了起来。

2、引导幼儿讨论：

(1) 涛涛让妈妈买什么？

(2) 妈妈是怎么说的？

(3) 涛涛又是怎么说的，怎么做的？

(4) 他这样做对吗？

(5) 如果是你，你会怎么做？

1、内容：早晨，娇娇起床了，对妈妈说：“妈妈，今天我要穿超短裙。”妈妈说：“娇娇，现在天气还很冷呢！我们还是穿裤子吧！”可是娇娇不高兴地说：“不穿那件超短裙，我就不上幼儿园！”

2、引导幼儿讨论：

(1) 妈妈为什么不让娇娇穿超短裙？

(2) 娇娇又是怎么说的，怎么做的？她这样做对吗？

小结：我也听有的小朋友的妈妈告诉我说，有的小朋友早晨起床总爱挑拣衣服，妈妈说穿这件，她又要穿那件，妈妈说这件衣服脏了脱下来，她非要穿着，小朋友这种任性的心理是不健康的。

四、 讨论：你还有哪些任性的行为？应该怎样做？

五、 游戏《谁是健康娃娃》

出示图片 1：小红自己在床上和布娃娃甜甜的睡着了。明明非要妈妈陪着睡。

提问：这两个小朋友谁做的对，谁做的不对，为什么？

## 幼儿园中班健康活动赛龙舟教案及反思篇三

- 1、了解吃饭对身健康的影响，能按时吃饭不挑食。
- 2、知道应该怎样吃饭，向吃饭好的幼儿学习。
- 3、能够愉快的参与课堂活动

《吃饭不挑食》歌、三只小熊图片

一、歌曲《吃饭不挑食》导入活动

（一）幼儿听歌曲，回答问题

（二）提问：歌曲里面唱了些什么？

小结：歌曲中的小哥哥不吃肉也不吃菜，而弟弟不挑肉也不挑菜，所以弟弟的个子比哥哥高。

二、出示三只小熊图，引发幼儿观察

(一) 分别出示胖、瘦两张小熊图 (教师讲述故事)

1、提问：这两只小熊一样吗？什么地方不一样呢？你们知道为什么有的胖有的瘦吗？

(三) 出示漂亮小棕熊图，讲故事

2、幼儿自由讨论，表达自己喜欢的熊以及原因

3、教师总结：大家都想做漂亮的小棕熊，那你们就要像小棕熊一样，蔬菜和肉都要吃，这样身体才会健康。

三、学唱儿歌《吃饭不挑食》结束活动

(一) 听一遍音乐

(二) 教师逐句教幼儿

(三) 全班幼儿一起唱

日常生活中教育幼儿不挑食、不挑菜、并简单介绍一些常见菜。

中班讲述活动“我不挑食”教学反思。在这次活动中，我所设计的是中班讲述活动“我不挑食”，活动的目标为三点：1. 引导幼儿了解常见的食物，知道各种食物的营养价值，要养成不挑食的好习惯。2. 帮助幼儿围绕中心话题进行讲述。3. 积极参与游戏活动。

在设计方案的时候，我根据我班的生活特点提出了在活动中需要完成的目标，孩子为什么要挑食，怎样可以把这个坏习惯改掉？我根据活动中情况围绕所提出的问题作以下反思。

在活动开始的第一个环节中，我预设的内容是让幼儿自己体会图中熊熊不同，了解小熊为什么不同。

然后就是通过游戏活动来加深孩子对常见食物的名称和营养价值的了解。由于时间的问题，老师不能让每位幼儿都讲述，所以我设计了自由讲述这一环节。让幼儿自由的跟伙伴们交流，自己喜欢吃的食物。最后在老师的带领下参观厨房，孩子参与活动的积极性非常好。

在这节活动中我有很多个不足之处，在教学活动中我没能关注幼儿之间的个体差异。下次我会更加努力的。

## 幼儿园中班健康活动赛龙舟教案及反思篇四

1. 会制订简单的运动计划，了解运动对身体的好处及要注意的安全事项。
2. 能用简单的符号、图案、数字等制作运动计划表，并说出它们代表的意思。
3. 喜欢参加体育锻炼，养成爱运动的好习惯。

重点：会制订简单的运动计划，了解运动对身体的好处及要注意的安全事项。

难点：能用简单的符号、图案、数字等制作运动计划表，并说出它们代表的意思

1. “教师运动计划表”1 张；“幼儿运动计划表”幼儿每人 1 张。

2. 自制课件（教师抓拍幼儿进行各种运动的照片）。

1. 结合课件组织谈话活动，引发幼儿活动兴趣。

提问：你喜欢什么运动？做这些运动有什么好处？

小结：小朋友的运动真是丰富多彩。多做运动，能使小朋友长得高、长得结实；能提高身体抵抗疾病的能力，让小朋友少生病；运动还能让我们感到快乐。

2. 出示教师“运动计划表”引导幼儿观察讨论，了解运动计划表中不同符号的含义。

(1) 出示“教师运动计划表”，引导幼儿观察讨论。

提问：计划表的都有哪些内容？你是怎么知道的？这是老师几天的运动计划？

(2) 有重点地介绍运动计划中每种符号代表的含义。

小结：制定运动计划要考虑周到，运动计划中要有运动的时间、喜欢做的运动、用什么器械、运动的个数等内容。

3. 幼儿制定运动计划，教师指导。

(1) 请幼儿说说自己想制订怎样的运动计划。

(2) 幼儿制订计划，教师重点观察：幼儿安排的运动项目是否合适，时间等方面是否有遗漏，及时给予幼儿提示或帮助。

(3) 引导幼儿展示交流各自的运动计划，互相提出补充意见。

4. 组织幼儿讨论运动中要注意的安全事项。

(1) 提问：在运动中要应该怎样保护自己？

小结：我们在运动前要做好热身活动，在运动过程中要注意安全，保护好自己，让我们一起运动起来吧。

(2) 教师和幼儿在音乐中运动，感受运动的快乐。



运动后鼓励幼儿和同伴分享运动时的快乐心情。

本次活动从幼儿生活经验出发，通过设计观察“教师计划表”、幼儿自主制定运动计划、分享运动计划、讨论运动注意事项/师幼跟着音乐动起来等环节，由浅入深，让幼儿了解制定运动计划表的方法以及运动的好处、注意事项等；通过教师启发性的提问，很好的解决了活动的重难点，较好的达成了本次活动目标。

1. 亲身体验，经验入手。活动前，教师和幼儿一起玩各种运动游戏，丰富幼儿的运动经验，并了解幼儿喜欢的运动项目。在幼儿已有经验的基础上，和幼儿一起梳理运动对身体重要性以及运动时的快乐，为活动提供了丰富的经验准备，也激发了幼儿爱运动的情感。

2. 提问开放，大胆放手。整个活动中，教师都采用了开放性的提问，给幼儿充分的观察、交流的机会。教师在出示“教师计划表”后，通过开放性的提问：“计划表的都有哪些内容”“你是怎么知道的”引导幼儿通过自主观察，发现自己能看懂的符号以及不明白的地方，注重了幼儿的主动性和探究性。活动最后分享环节，教师提问“你能看懂他的计划表吗？”“他是怎么安排运动的？”“为什么你能看懂他的计划表”等有层次的提问，引导幼儿互相分享评价同伴运动计划表，通过这样的一系列有层次的提问巩固了幼儿对计划表完整性的认知又发挥了幼儿主动性。

教师也应该考虑到幼儿在安排运动项目时的可行性等方面。最后的引导幼儿了解运动要注意的安全事项时比较仓促，没有给幼儿及时提升经验。

本次活动从幼儿生活经验出发，通过设计观察“教师计划表”、幼儿自主制定运动计划、分享运动计划、讨论运动注意事项/师幼跟着音乐动起来等环节，由浅入深，让幼儿了解制定运动计划表的方法以及运动的好处、注意事项等；通过

教师启发性的提问，很好的解决了活动的重难点，较好的达成了本次活动目标。1. 亲身体验，经验入手。活动前，教师和幼儿一起玩各种运动游戏，丰富幼儿的运动经验，并了解幼儿喜欢的运动项目。在幼儿已有经验的基础上，和幼儿一起梳理运动对身体重要性以及运动时的快乐，为活动提供了丰富的经验准备，也激发了幼儿爱运动的情感。2. 提问开放，大胆放手。整个活动中，教师都采用了开放性的提问，给幼儿充分的观察、交流的机会。教师在出示“教师计划表”后，通过开放性的提问：“计划表的都有哪些内容”“你是怎么知道的”引导幼儿通过自主观察，发现自己能看懂的符号以及不明白的地方，注重了幼儿的主动性和探究性。活动最后分享环节，教师提问“你能看懂他的计划表吗？”“他是怎么安排运动的？”“为什么你能看懂他的计划表”等有层次的提问，引导幼儿互相分享评价同伴运动计划表，通过这样的一系列有层次的提问巩固了幼儿对计划表完整性的认知又发挥了幼儿主动性。活动中也有不足，个别地方特别是引导幼儿观察计划表时语言不够简练；评价环节教师的提炼有欠缺，过多注重了运动计划表的完整性，教师也应该考虑到幼儿在安排运动项目时的可行性等方面。最后的引导幼儿了解运动要注意的安全事项时比较仓促，没有给幼儿及时提升经验。

## 幼儿园中班健康活动赛龙舟教案及反思篇五

幼儿生活经验有限、安全方面的知识比较缺乏，他们经常会有一些不安全的举动，并不知道那些危险所带来的伤害。因此，幼儿安全方面的教育是很必要的，通过真实情景的再现让他们真正了解哪些行为是安全的，哪些是会给自己带来伤害的，帮助幼儿学会自我保护。

1. 引导幼儿辨别哪些行为是危险的，哪些是安全的。
2. 帮助幼儿掌握遇到危险时的简单自护和求救的方法。

视频课件、幼儿自己搜集的安全图片。

1. 请幼儿结合自己搜集的图片谈谈看法。幼儿对图片进行简单的介绍讲解，请其他幼儿判断是安全的做法还是危险的做法，提问“如果是你，你会怎么做”。

2. 观看关于安全方面的视频课件(运用绘声绘影视频编辑软件制作的影片)。

(1)请幼儿说一说给你印象最深的情景。为什么?

(2)逐一观看片段，判断分析其危险原因。

(3)幼儿发表自己的想法。

3. 安全教育小结。

(1)请幼儿说说今后在日常生活中，应该如何保护自己，远离伤害。

(2)选出每日安全员，确定职责，长期巩固下来。

(3)安全员负责观察、搜集日常生活中的不安全隐患，发现危险及时劝导阻止。

(4)每周召开安全会议，每日安全员讲述每日所见所闻，和自己采取的措施，其他幼儿提出自己的建议。

活动延伸

我们将开辟安全新闻角，将幼儿所见、所想用文字和图片的形式进行展示。将这些资料再次编辑成影像，组织幼儿为其他班级幼儿服务，宣传安全自我保护的常识。

活动反思

运用制作成的影片，可以影像配以音乐、解说、文字很直观地呈现出来，让幼儿在活动中更为积极主动地思考，印象更深刻。

视频影像为幼儿提供了真实的视觉感应，幼儿通过看、听了解到一些安全常识，同时也提高了幼儿的安全意识。这样，幼儿在平时生活中，对不安全的行为能够加以判断，保护自己远离伤害。监督的工作也发挥了作用，每周的安全会议中，安全员发挥了自己的职能，将自己的所见所闻与大家分享。每名幼儿都积极参与其中，发表自己的建议。

附：视频影片制作方法

1. 选择音乐。

2. 录制声音文件，运用soundforge软件录制声音文件。录音按钮同录音机按钮相同。录制好的声音是双轨的，要全选后点击处理菜单选择声道切换，然后点击确定。另存为wav格式。

1. 将图片一一插入视频轨道，设定好时间。

2. 将mp3音乐插入音乐轨。

3. 录制好的音频文件插入声音轨。

4. 将所要显示的文字插入标题轨。

5. 保存文件，另存为mpeg格式。

## 幼儿园中班健康活动赛龙舟教案及反思篇六

中班上期的孩子初步具备能与他人玩追逐、躲闪跑的游戏的能力，因此，我们利用“柳絮跑进鼻子里会打喷嚏”这一个

有趣的点，设计了一个能提高孩子们的躲闪能力和灵敏性的体育活动。

1. 能够迅速蹲下避开丝带，提高躲闪能力；尝试在跑步状态下抓住丝带，提高灵敏性。
2. 体验体育游戏活动的乐趣，感受故事中柳絮引起打喷嚏的趣味性。

2米长丝带若干、轻音乐。

对活动中会出现的. 动作进行热身

### 1. 游戏一：躲丝带

游戏规则：请一位小朋友来当古古，其他小朋友站在原地不动，双手抱肩，古古高举柳絮丝带在其他小朋友当中跑来跑去，小朋友们要尽可能地避开柳絮丝带。当它快碰到你的时候要很快蹲下来，当柳絮丝带离开时你要很快站起来，被丝带碰到的小朋友，就大声地打一个喷嚏。

### 2. 游戏二：抓丝带

游戏规则：教师将小朋友每十人分成一组围成大圆圈，请一个小朋友当古古高举柳絮丝带，另一个小朋友当追柳絮丝带的人。你们可以在圆圈里随意跑动，当你抓到他手里的丝带后，你就变成了古古，原本是古古的小朋友变成柳絮飞到圈外，跟外面的一个小朋友进行交换。

教师带领幼儿进行腿部肌肉放松，结束活动。