

# 最新大班健康活动有趣的椅子 大班健康 活动教案(大全6篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 大班健康活动有趣的椅子篇一

1. 体验团队合作游戏的快乐。
2. 能利用板凳搭建平衡通道，并保持身体平衡通过通道。
3. 了解叶菜类和根茎类两类蔬菜特点，知道多吃蔬菜身体好。

保持身体平衡通过通道。

利用板凳搭建平衡通道。

小椅子、蔬菜手环、音乐

一、师幼问候，导入活动。

1. 师：欢迎小朋友们来到我的蔬菜园，首先请你们在蔬菜筐里选一个你喜欢的蔬菜手环，戴在手腕上。
2. 请幼儿扮演自己手腕上蔬菜的种子，并介绍：我是xx种子。
3. 分两队：叶菜类蔬菜向前走两步，根茎类蔬菜向后退两步。

二、基本活动。

1. 播种：听到口令后，全体种子坐下，顺势躺在地面上。

(1) 左右：教师报左，幼儿伸左臂，教师报右，幼儿伸右臂。

(2) 滚动：分别向左、向右滚动身体变成俯身。

2. 松土机：教师从一侧向另一侧“松土”，幼儿反方向滚动身体。

3. 长大：起身，跳跃。请认为自己长大成熟了的小朋友举手示意，通过认定后，站在自己的椅子上。

4. 传送带。

(1) 请幼儿站在椅子上，随教师的口令踏步走。（要求：听到口令“立定”时，立刻站住，尽量不要掉下来）“蔬菜们都成熟了，请站在传送带上准备出厂”。

(2) “一二三，下。”

(3) 请幼儿在椅子对面站成一路纵队，教师出示图示，请幼儿选择与椅子摆放对应的图示。

(4) 依次通过椅子传送到对面。

(5) 自主搭建传送带。

a.看图示一路纵队搭建传送带后，幼儿依次通过。

b.分菜叶类和根茎类两组，搭建本组的传送带。

c.小组竞赛活动。

三、结束活动

小结：蔬菜们都顺利出厂了，蔬菜富含维生素和纤维素，小朋友们多吃各种各样的蔬菜，营养均衡身体好。

## 活动反思

《3-6岁儿童学习与发展指南》指出：“要注重领域之间、目标之间的相互渗透和整合；幼儿的学习是以直接经验为基础，在游戏和日常生活中进行的。”《幼儿园教育指导纲要》指出：“以多种有趣的体育活动，特别是户外和大自然中的活动来吸引幼儿，培养幼儿积极参加体育锻炼的积极性，并提高其对环境的适应能力。”在组织幼儿开展运动游戏活动时，我对“在故事情境性的游戏中，激发幼儿的主动性和创造性”的实践，做了一些探索和尝试，并作了校本研修主题《基于图画书故事情节的运动游戏》，取得了一点阶段性的成果。今天组织的健康活动《开心蔬菜园》，源于绘本故事《上面和下面》，兔子在熊的蔬菜园里种蔬菜，让熊在蔬菜的上面和下面做出选择。这个绘本，可以延伸到植物的生长、分类等，于是就有了我今天组织的这个活动。除了与绘本的结合，本次健康活动还渗透了科学、社会两个领域，比如蔬菜的分类，孩子们通过听取口令、动作反应，对两类蔬菜有了更深的认识；蔬菜的生长过程是整个活动的线索等。在社会性发展方面，体现了团结、协作、谦让、竞争等。

## 大班健康活动有趣的椅子篇二

- 1、感知和发现身体中会动的部位，激发探索身体的兴趣。
- 2、懂得一些保护自我身体的正确做法。

物质准备：幼儿操作单、水笔、课件

经验准备：幼儿对能动的关节有必须的认知。

一、以游戏“木头人”导入，激发幼儿活动兴趣。

师：我们一齐来玩“木头人”的游戏吧。“我们都是木头人，拿起枪来打敌人，一不许动，二不许笑，三不许露出大门牙！”木头人能够动啦！

提问：木头人与人有什么不一样之处呢做木头人的感觉怎样样

小结：做木头人不能动，一点也不舒服。还是做人好，能够随便动。巧虎邀请我们跟他一齐跳个舞。来吧，让我们的身体动起来吧。

二、找一找，探索身体上会动的部位。

1、跟随《和欢乐在一齐》进行舞蹈。

师：在跳舞的时候，你身体哪些地方动了

2、出示操作单，介绍操作要求。

师：其实我们的身体上还有很多会动的部位，接下来我们就来动一动、看一看、找一找，找到会动的部位就在图片娃娃身上相应位置画上一个标记(出示图片示范)。

3、幼儿操作并相互交流，并把有标记的部位动给对方看。

师：把你找到的贴好标记的部位动给你旁边的小朋友看一看。

4、观看课件，团体找出身体会动的部位。

师：你找到身体哪些部位是会动的。谁愿意看着你的图片娃娃来说一说

三、试一试，感受身体受伤造成的不便。

2、让幼儿感受身体受伤造成的不方便。

师：假如我们的一条腿断了不能动了，走一走，试一试，方便吗哎呀，一只手也脱臼了，用一只手能把自我的衣服脱下来吗幼儿尝试进行操作，感受身体受伤造成的不方便。

四、讲一讲，懂得保护自我的身体。

五、教师小结，结束活动。

师：小朋友们真棒，懂得这么多保护自我身体的方法！让我们赶紧回去告诉其他的小伙伴吧！

## 大班健康活动有趣的椅子篇三

1. 了解注意个人卫生的重要性，掌握使自己身体保持清洁的方法。

2. 能把使身体保持清洁的'方法画下来制作成宣传画，促使自己和同伴养成良好的个人卫生习惯。

3. 在活动中体验快乐，知道讲卫生有利于自己身体健康，也可以给自己和他人带来愉快的情绪，同时也会受到大家的欢迎。 活动重点：

了解注意个人卫生的重要性，掌握使自己身体保持清洁的方法。 活动难点：

自觉养成良好的个人卫生习惯。

《我爱洗澡》背景音乐、课件《不讲卫生的波波》、制作宣传画的纸、笔、自制挂图、知识竞赛题及积分牌。

一、 做律动《我爱洗澡》激趣导入。

请幼儿说一说律动中做了什么卫生行为，为什么要洗澡？

二、 播放课件《不讲卫生的波波》让了解注意个人卫生的重要性。

1、 播放课件《不讲卫生的波波》幼儿观看。

2、 幼儿讨论：波波是个什么样的孩子？大家喜欢他吗？为什么？

不讲卫生会对我们的身体有什么不好的影响？

3、 教师小结：我们想要有健康的身体，受到大家的欢迎，就应该爱护自己的身体，使自己的身体保持清洁。

三、 了解如何做一个爱清洁、讲卫生的孩子。

1、 出示图片，幼儿观察学习怎样做一个讲卫生的孩子。

2、 组织幼儿讨论：为什么要洗手、洗头、洗澡、刷牙、换衣服、剪指甲。

3、 儿歌《小动物讲卫生》复习小结。

四、 举行知识竞赛复习巩固。

五、 课后延伸：鼓励幼儿制作讲卫生的宣传画册张贴在楼道里。

## 大班健康活动有趣的椅子篇四

1、 知道芹菜对人体的作用以及多种吃法，乐意吃芹菜。

2、 体验自己动手包馄饨的乐趣。

带根的芹菜制作成芹菜宝宝，馄饨馅、馄饨皮、碗、勺子。

1、（出示芹菜宝宝）这是谁啊？它的头发、身体、裙子分别是哪一部分？

2、帮助幼儿认识芹菜的根、茎、叶。

1、你们喜欢吃芹菜吗？吃的是芹菜的哪一部分？

2、芹菜吃在嘴里有什么感觉？

3、了解芹菜能帮助小朋友消化食物，顺利排便。

请幼儿在芹菜茎中寻找帮助大家消化食物的纤维，知道其对人体的好处。

1、这么好的芹菜，你们平时是怎么吃的？

2、教师和幼儿一起动手包芹菜馄饨。

3、品尝馄饨。

## 大班健康活动有趣的椅子篇五

今天，我带孩子们参观了食堂，看到了食堂里的阿姨忙着洗菜、切菜、做饭等等，活动结束后，他们产生了争论：我们每天吃的菜到底是怎样搭配的？是不是想吃什么就吃什么？有的小朋友认为肉、鱼、鸡蛋应该多吃些；有的认为蔬菜要多吃，于是我们就生成了《健康宝塔》的活动，让孩子了解健康的膳食搭配。

：健康宝塔

1、了解合理的饮食营养结构。

2、为自己设计营养菜谱。

## 合理膳食示意图

- 1、你最喜欢吃什么？（幼儿自由发言）
- 2、你觉得哪些东西应该多吃，哪些应该少吃？怎样最合适？
- 3、每天吃的东西就像宝塔一样，最底层的要多吃，最上面一层要尽量少吃。（观看示意图）
- 4、吃的最多的应该是什么？（米饭、馒头、面包等）

这些是粗粮做的食物，吃了就会有力气，幼儿教案《大班健康教案-健康宝塔》。

- 5、排在第二的是什么？（蔬菜、水果）
- 6、接下来又是什么？（牛奶、鸡蛋、鱼肉不能吃太多）
- 7、吃的最少的是什么？（油炸食品、碳酸饮料等）
- 8、小结：看了营养宝塔，我们知道了哪些应该多吃，应该有一个合理的膳食搭配。

### 9、延伸活动：

在区角活动里为自己设计一份食谱。

现在很多孩子挑食现象比较严重，包括很多的家长也不知道该如何来安排孩子每天的膳食，往往觉得鱼肉要多吃、而对于粗粮、蔬菜则不以为然。在活动中，我采用了色彩鲜艳、逼真的示意图，便于孩子理解，起到了很好的效果。我把活动延伸到平时的区角中，让每一个都有机会来尝试合理的配菜。活动开展以后，许多小朋友的家长纷纷反映孩子回家后零食买的少了，吃菜挑食现象有了明显的好转，还嚷着要自己来配菜，这是我感到欣慰的，也是活动想要达到的目的。

## 大班健康活动有趣的椅子篇六

1、引导幼儿练习各种身体动作，锻炼平衡，跨跳以及从高往下跳的能力，促进身体的协调和灵敏，增进四肢肌肉的力量。

2、发展参与活动的自主性，积极性和创造性，培养不怕挫折、勇敢竞争的良好品质。

1、选择离幼儿园较近且田埂宽度、硬度较适宜的闲地。

2、让幼儿做好外出活动的准备。

1、谈话活动：这里有许多田埂，它到底有什么用呢？

2、游戏“抢田埂”。

(1) 自由玩抢田埂游戏，探索各种玩法。

(2) 幼儿介绍自己的玩法，选择自己喜欢的玩法游戏。

(3) 在平地上集合，听口令分组抢占田埂，提醒幼儿注意安全。

3、游戏“跟我走田埂”。

(1) 请一名平衡性较好的幼儿在前面走，其余幼儿按顺序依次从田埂上走过。

(2) 启发幼儿探索：侧平举、叉腰、上举、抱头等动作，看哪一种动作走起来更平稳。

(3) 要求胆小，能力弱的幼儿走慢一些，但要勇敢地坚持走下去。

4、跨跳田埂。

(1) 选择一条高度适宜的田埂做障碍，要求幼儿助跑、屈膝跨跳过去。

(2) 幼儿站成四横排依次练习。

(3) 及时帮助幼儿纠正动作姿势，提醒幼儿注意落地的平衡和安全。

5、游戏“从高往下立定跳远”。

(1) 选择一条高度适合自己的田埂，练习由高往下跳远。

(2) 引导幼儿思考落地时应当怎样保护自己。

(3) 根据幼儿练习的情况讲评，请跳的好的幼儿示范后，再继续练习。

6、游戏：学小猴爬。

师生共同总结讲评。