

最新小班教案健康教案及反思 健康活动 小班心得体会教案(精选10篇)

小班教案可以帮助教师合理安排教学时间和资源，提高教学效果。在下面，小编为大家提供了一些初二教案的案例，供教师们借鉴和参考。

小班教案健康教案及反思篇一

健康活动对我们每个人都非常重要。近年来，以促进身体健康为目的的健康活动在社会上越来越受重视。为了加强人们对健康的认识，提高健康知识和意识，我校举办了一次健康活动小班教学。通过这次教学，我们收获颇丰，不仅学到了更多关于健康的知识，还培养了良好的生活习惯。接下来，我将以五段式文章的形式，向大家分享我在这次教学中的体会与心得。

首先，准备阶段是教学的重要环节之一。在课程开始之前，老师精心准备了相关教材和活动材料，并组织了一次小组讨论，以便更好地了解学生的需求。在讨论中，同学们讲述了自己日常生活中的健康问题和困惑。老师负责了解并记下每位同学的问题，为下面的教学做好充分准备。此外，老师还参考了最新的健康资料，以获得准确的信息和最新的趋势。整个准备过程呈现了一种积极的教学态度，使我们对这次教学充满了期待。

其次，教学内容的丰富性也给我们留下了深刻的印象。通过各种形式的教学课程，我们了解了健康的概念、重要性以及如何保持健康等方面的知识。通过图文并茂的展示，我们学习了膳食搭配、养生方法以及日常锻炼的重要性等内容。并且，老师还利用实际案例向我们介绍了一些常见的健康问题，如疾病预防、合理用药等，这让我们更深刻地认识到了健康问题的严重性。通过这些丰富的教学内容，我们对健康有了

更全面的认识，也更加明确自己在日常生活中应该如何去保持健康。

第三，小班教学的实施使我们更好地参与其中。在每堂课后，老师都会组织小组讨论，让我们就所学内容进行讨论和交流。通过这种互动式教学，我们不仅加深了对知识的理解，而且培养了合作精神和团队意识。在小组中，我们能够相互倾听，相互启发，互相提供帮助和建议，使学习的效果更加显著。同时，这种小班教学也为师生之间建立了更亲近和融洽的关系，使我们更愿意与老师沟通和交流，进一步促进了教学的顺利进行。

第四，教学评估的方式丰富多样。在整个教学过程中，老师采用了多种评估方法，如小组讨论、个人报告和问答环节等。通过这些评估手段，老师能够全面了解我们对知识的掌握情况，及时帮助我们解决问题和困惑。同时，这种评估方式也鼓励我们主动参与讨论和思考，培养了我们的创新能力和解决问题的能力。通过这种双向的评估方式，我们不仅能够提高自己的学习能力，也能够更好的体验和享受学习的过程。

最后，整个教学过程结束后，我们进行了一次全面的总结。老师邀请我们进行自我评价，并鼓励我们提出自己对教学的建议和意见。在这个过程中，我们互相分享了自己的感受和收获，互相鼓励和激励。通过这次总结，我们能够更好地认识自己的不足和问题，并为今后的学习和生活作出相应的改进。

通过这次健康活动小班教学，我们不仅学到了更多关于健康的知识，还培养了良好的生活习惯。我们将永远铭记这次教学带给我们的启示，将所学知识应用到实际生活中，并不断改进和提高自己的生活方式。因此，这次健康活动小班教学对我们来说是一次宝贵的经历，让我们受益匪浅。我们相信，在今后的学习和生活中，我们将能够更加健康、积极地面对生活的各种挑战。健康是我们最宝贵的财富，我们要珍惜它，

不断努力去保持健康的身体和积极的心态。

小班教案健康教案及反思篇二

1. 观察比较浸入了醋和没有浸醋的蛋壳，了解酸会腐蚀牙齿。
2. 使幼儿懂得饭后漱口，早晚刷牙能保护牙齿，初步掌握正确的刷牙方法。

掌握正确的刷牙方法和养成良好的卫生习惯。

1. 被醋浸着的蛋壳和没有被醋浸过的蛋壳各一个。
2. 动画片《没有牙齿的大老虎》，护牙图片若干。
3. 牙刷一把，幼儿饼干，小镜子，纸杯，清水若干。

示范法、比较法、观察法。

一、引出课题，激发幼儿兴趣。

1. 放视频《没有牙齿的大老虎》，幼儿观看。
2. 提问：动画片里的大老虎为什么会有蛀牙？

二、幼儿观察讨论怎样会有蛀牙的？

1. 请幼儿照镜子，看看自我的牙齿怎样样？
2. 请幼儿互相观察同伴的牙齿，看看牙宝宝上有没有洞洞。
3. 讨论：怎样会有洞洞的？

三、经过观察，了解酸会腐蚀牙齿。

1. 请幼儿观察浸泡在醋里的. 蛋壳和没浸泡在醋里的蛋壳。
2. 说一说它们有什么不一样？
3. 讨论：为什么浸泡在醋里的蛋壳会变黑、变软呢？（提醒幼儿闻一闻醋的味道）

教师小结：酸能腐蚀蛋壳中的钙，所以蛋壳放在醋里会变黑变软。

4. 请幼儿品尝桌上的饼干，吃完后照照镜子，观察牙齿上有些什么？
5. 请出牙科小博士，“我们吃过东西后，嘴巴里会有很多小的食物留下来，不立刻漱口的话，时间长了，这些是食物就会变的和醋一样很酸，牙齿就像刚才的蛋壳一样，会变的又黑又软，时间一长，还会出现洞洞。”

四、请小朋友谈谈有蛀牙的感受：有了蛀牙会怎样样呢？

五、讨论：怎样保护自我的牙宝宝？

（幼儿自由想办法，边说边出示图片）

1. 早晚刷牙，进食后漱口。
2. 健康饮食，不食过硬、过冷、过热的食物。睡前不吃零食，少吃糖。
3. 定期检查牙齿。

六、学习正确的刷牙方法。

1. 请小朋友说说做做。

2. 教师示范正确的刷牙方法。

3. 幼儿跟教师一齐做。

七、结束活动

师：“今日我们认识到牙齿的重要性，明白了要保护牙齿，也学会了刷牙的方法，请小朋友们回家以后也要坚持每一天刷牙哦！”

小班教案健康教案及反思篇三

第一段：引言（200字）

健康是人类最宝贵的财富之一，而健康活动在提升个体生活质量和幸福感方面起着非常重要的作用。在小班教学中，通过参与各种健康活动，学生们能够获得身体健康、增强体质，并提高自身社交能力和沟通技巧。本文将探讨如何通过适当的健康活动教案来提高学生的心理、体能和社交能力。

第二段：心理健康活动（200字）

健康活动不仅仅是运动和锻炼，心理健康同样重要。作为教师，我们应该设计一些适合小班的心理活动，例如绘画课、手工制作、读书分享等。这些活动不仅能够培养学生的创造力和专注力，还可以帮助他们减轻学业压力和疏导情绪。通过参与这些心理健康活动，学生们能够提高自身的情绪管理水平，增强内心的平静和积极性。

第三段：体能健康活动（200字）

体能是健康活动的重要组成部分，通过适当的体能活动可以提高学生的体质和身体素质。教师可以设计一些动感十足的游戏，如拔河比赛、足球比赛等，让学生积极参与，锻炼身体。

体。此外，教师还可以组织一些户外活动，如远足、骑自行车等，给学生提供机会感受大自然的美好，同时进行锻炼。这些体能健康活动不仅能够增强学生的体质和耐力，还可以培养他们积极向上的生活态度和团队合作精神。

第四段：社交能力活动（200字）

社交能力是健康活动中不可忽视的一环。为了帮助学生更好地与他人相处，教师可以设计一些团队竞赛，如团体拼图、口才比赛等，让学生在合作中学会沟通和妥协，增强团队意识。此外，教师还可以组织一些互动游戏，如交际舞会、角色扮演等，让学生在游戏中锻炼表达能力和自信心。通过这些社交能力活动，学生们能够提高自身的人际交往能力和合作能力，为将来的社会生活打下基础。

第五段：总结（200字）

健康活动小班心得体会教案的目标是通过适当的心理、体能和社交能力活动，提高学生的综合素质和健康水平。教学中，我们要根据学生的年龄特点和兴趣爱好，合理设计各种活动，在活动中注重培养学生的自律和责任感。通过这些活动，学生将不仅获得身体健康，还能增强自身的心理素质和社交技巧，为未来的发展打下良好的基础。因此，我们要不断总结经验，不断完善教学，共同培养出更多健康快乐的学生。

小班教案健康教案及反思篇四

此刻的孩子都是独生子女，离开了熟悉的家庭环境对幼儿园的一切感到陌生，个别幼儿出现不合群现象，这样会影响幼儿个性的发展。根据这一现象，我设计了小班活动《一齐玩，真欢乐》，由于小班幼儿年龄小，形象思维占主导地位，我制作了幼儿喜爱的动画形式的课件，并为幼儿准备了很多玩具，让幼儿在玩中体验大家一齐玩欢乐，并引导幼儿与同伴友好相处，培养幼儿合群、乐群的性格。

- 1、经过活动使幼儿体验，大家一齐玩的欢乐。
- 2、引导幼儿与同伴友好相处，培养幼儿合群、乐群的性格。

课件、磁带、录音机、大型积木、各种玩具若干。

给幼儿供给大家一齐玩的机会。

引导幼儿在游戏活动中与同伴友好相处。

- 2、展开：放课件，幼儿观看。

图二、我们看又发生了什么事情，妞妞怎样了她为什么生气了鼓励幼儿想办法：你能够和你的小伙伴商量一下，怎样做才能让妞妞不生气，欢乐起来呢小朋友想的办法真不错，我们看妞妞的小伙伴是怎样做的。

图三、来许多小朋友哄她(对不起，我们不是故意的，你别生气了)妞妞看到小朋友态度那么友好，就原谅了他们，也不生气了。

图四、小朋友们拉起妞妞的手说：“妞妞，和我们一齐玩去吧”

图五、妞妞和大家一齐玩，真欢乐呀！

提问：

小朋友你们觉得妞妞一个人玩欢乐，还是和小朋友一齐玩欢乐你喜欢一个人玩还是和大家一齐玩，当你和小朋友玩玩具或做游戏时，不细心碰到了别人或者碰坏了别人刚搭好积木时，怎样办呢要向别人说：对不起，这样别人才原谅你，喜欢你，才能成为好朋友。

小结：

刚才看了妞妞一个人玩不欢乐，也没意思和大家一齐才是最欢乐的，教师给小朋友准备了许多玩具，小朋友要和大家一齐玩看看是不是很欢乐。

幼儿玩玩具，体验大家一齐玩的欢乐，教师巡回指导幼儿，如发现一个人玩玩具，教师引导幼儿和大家一齐玩。

小结：

请小朋友说：你刚才是怎样玩玩具的(如我和xxxx小朋友一齐搭积木了)(我和xx小朋友玩汽车了)小朋友和大家一齐玩欢乐吗大家一齐玩玩具很高兴，大家都成了好朋友，我们做个《找朋友》的游戏吧！

结束：幼儿听音乐做《找朋友》游戏，结束。

小班教案健康教案及反思篇五

近年来，随着人们对健康生活的重视，健康活动也逐渐成为大家关注的热点。为了提高学生的身体素质和健康意识，我校特意开设了健康活动小班。在这个小班中，学生们通过各种有趣的活动，掌握了一些基本的体育知识，培养了自己的运动能力，并对健康生活有了更深入的认识。本文将围绕这个主题，以五段式的形式，展开我对这个健康活动小班的心得和体会。

首先，通过参加健康活动小班，我们学到了很多基本的体育知识。在课堂上，老师为我们介绍了一些常见的运动项目和运动技巧，例如篮球、足球、羽毛球等。我们还学会了正确的体育锻炼方法，了解了运动的好处和注意事项。这些知识对我们今后进行体育锻炼和参加各种运动比赛都非常有帮助。例如，以前我对乒乓球并不了解，只知道它是一项流行的体育项目，但通过这个小班，我从基本的技巧到打球的策略都学到了，现在我已经能和其他同学进行一场愉快的比赛了。

其次，参加健康活动小班，让我意识到了保持身体健康的重要性。在课堂上，老师通过讲解和案例分析，向我们传达了“身体是革命的本钱”的重要理念。他告诉我们，只有保持身体健康，我们才能有更好的学习和工作表现。他还给我们举了一些身体不健康的例子，告诉我们那些人因为缺乏体育锻炼而导致的各种疾病和身体不适。这些例子深深地触动了我，让我更加认识到了健康生活的重要性，我决心以后要更加注重体育锻炼，保持良好的生活习惯。

此外，在健康活动小班中，我还培养了自己的运动能力。通过不断的练习和训练，我现在能跑得更快、跳得更高，体力也有了明显的提高。在体育课上，我现在能够与其他同学一起参与激烈的篮球比赛，不再是站在一旁观望的角色。这种体育锻炼的乐趣，让我对运动产生了浓厚的兴趣，也激发了我不断挑战自己的勇气。通过参加健康活动小班，我深刻地体会到了运动给人带来的快乐和满足感，这也进一步坚定了我以后继续参加体育活动的信心。

最后，通过健康活动小班，我还结识了许多志同道合的朋友。在这个小班里，我们一起参加活动、训练，彼此鼓励和帮助，建立起深厚的友谊。在和他们一起训练和比赛的过程中，我们互相学习、共同进步，不断超越自我。这种友谊和合作的氛围，让我觉得非常温暖和幸福。在以后的学习和生活中，我相信这些朋友会给我带来更多的支持和帮助，一起共同成长，共同进步。

总之，通过参加健康活动小班，我收获颇丰。我掌握了一些基本的体育知识，增强了对健康生活的意识，培养了自己的运动能力，结识了许多志同道合的朋友。这个小班不仅让我在身体上得到锻炼，更让我在心灵上感受到了人与人之间的温暖和友谊。我相信，通过持之以恒的努力和坚持，我会在以后的学习和生活中取得更好的成绩，并以健康的体魄迎接未来的挑战。

小班教案健康教案及反思篇六

一日三餐，天天如此。培养良好的进餐习惯，是幼儿园小班生活教育中最基本的资料之一。因为，此刻的孩子在家大多数往往是饭来张口，家长包办代替。那么，进入幼儿园以后，团体的生活场所，需要他们增强一些生活的自理本事，逐步学会自我的事自我做。自我吃饭是最基本的生活自理本事，也是这一年齡的孩子力所能及的。注重幼儿独立进餐习惯的培养，不仅仅能使幼儿摆脱依靠的习惯，还将对幼儿构成良好的进餐习惯，获得一些生活本事的锻炼，促进他们身心健康的发展都是十分有利的。所以，我根据小班幼儿特点设计了本次活动。

- 1、得要自我吃饭，不要别人喂。
- 2、学习一些独立进餐的基本方法：学用小勺，能把饭菜一勺一勺送进嘴里细嚼慢咽。

重点与难点：

掌握一些独立进餐的基本方法，改变进餐依靠的习惯。

- 1、生活区角活动：舀小勺
- 2、体育游戏：给小动物喂食
- 3、饭厅环境布置：自我吃饭真能干、小镜子若干、小奖品若干

感知讨论—实践操作—强化巩固

1、感知讨论

(1)餐厅环境布置“自我吃饭真能干”。用环境隐性的教育手

段，让幼儿潜移默化感知，吃饭要自我吃。

(2)演示“学用小勺”。请几名幼儿演示各自用小勺的方法，然后让小朋友说说谁拿的方法对或不对。教师再示范讲解正确使用小勺的方法：左手扶碗，右手拿小勺，用拇指、食指和中指捏住勺柄，无名指和小指配合抵住，不宜捏得过低或过高。

(3)照镜子“我们的牙齿真能干”提议可利用吃点心时，发给每位幼儿一面小镜子，先张开小嘴照一照，看见嘴巴里有牙齿和咽喉部等，再拿一块点心放进嘴里，看看原先的点心怎样会变得越来越碎zui后是从哪里咽下去的让幼儿直观感知一下，自我的牙齿真能干，吃东西时要咀嚼，一口一口咽下去，这样才能吸收营养长身体。

2、实践操作

(1)生活区角活动：在生活角里投放一些玻璃弹或各类豆粒等材料，让幼儿练习舀小勺，掌握正确用小勺的方法。

(2)体育游戏“给小动物喂食”，让幼儿扮演饲养员，给小动物喂食(要用小勺舀起“食物”送进小动物嘴里)看哪组饲养员喂得又快又多。

(3)幼儿餐点时，注意督促提醒幼儿要正确使用小勺，一勺一勺把食物舀进嘴里，要细嚼慢咽。对特殊幼儿，先要求会嚼会咽，逐步要求自我拿勺吃。

3、强化巩固

提议可不定期地在午餐时搞一些小奖励，对那些能独立吃完自我一份饭菜的幼儿送以小奖品，激发幼儿独立进餐的进取性，逐步构成良好的进餐习惯。

4、活动延伸

经过家园之窗，向家长进行幼儿独立进餐要求的宣传，要求幼儿在家在园一个样，父母不要包办代替，尽可能坚持培养幼儿独立进餐的习惯，随时坚持家园联系，沟通了解幼儿进餐的情景。

小班教案健康教案及反思篇七

帮忙幼儿建立良好的生活习惯，养成坐、立、绘画、看书姿势正确的好习惯。

教学准备：小猴子头饰若干

一、进行游戏“请你向我这样做”

1、看图书的姿势。

2、听课时的姿势。

3、画画时的姿势。

二、发给幼儿每人一个小猴头饰，进行游戏“小猴学样”，教师说出简单的词，让幼儿做出相应的动作，如：拍手、坐正、手放膝盖、看书姿势、绘画姿势等等。

三、加大游戏难度，加快变换动词的速度及难度，让幼儿模仿正确姿势。

四、进行“比一比”活动。

五、家园合作。

在幼儿日常生活各个环节，纠正错误姿势。家长在日常生活

中注意自我坐、立等姿势的正确性，为幼儿做好榜样，并及时纠正幼儿不正确的姿势。

小班教案健康教案及反思篇八

- 1、初步认识身体的主要部位，明白头、手、脚的主要作用。
- 2、能愉快地参加活动，并迅速指出身体的相应部位。
- 3、对自我的身体产生兴趣。活动准备：幼儿用书、教学挂图

一、教师出示教学挂图，引导幼儿认识身体的各个部位及其作用。

1、教师：今日袁教师给小朋友带来了一张挂图，小朋友一齐来看看，图上有什么。（娃娃）

2、小朋友能把娃娃身体的各个部位找出来吗

（指头）这是娃娃的什么小朋友的头在哪里

请小朋友摸摸自我的头。我们的头有什么作用呢（请幼儿自由地说一说）

5、教师小结：我们的头能够思考问题；小手会拿画笔画画、拿勺子吃饭、拿杯子、搬椅子；小脚也很有用，会走路、跑步、踢球。

二、游戏“我说你指”。

1、教师：小朋友们对自我的身体都很了解了，此刻我们来玩“我说你做”的游戏。我说到身体哪个部位，你们就迅速指出自我身体上的这个部位。

2、教师先慢后快地说出身体部位，请幼儿指认。

3、教师小结游戏情景

三、活动延伸。

可在课外游戏中组织两人一组玩“我说你指”的游戏，让幼儿进一步了解自我的身体。

小班教案健康教案及反思篇九

3-6岁幼儿正是身心发育阶段，尤其是小班幼儿，缺乏一些必要的生活经验，自我保护意识差，常常不能预见自我的行为会产生什么样的后果。近期，我班幼儿常发生抠鼻子致其流血的情景，所以，我设计了本节活动。

1、经过故事，幼儿能够萌发出保护鼻子的意识。

2、引导幼儿了解鼻子的作用。

3、基本能够正确掌握擤鼻涕的方法。

重点：基本掌握正确擤鼻涕的方法。

难点：经过故事，幼儿能够萌发出保护鼻子的意识

1、有特殊气味的生活用品、纸巾若干。

2、有擤鼻涕的生活经验。

（一）导入部分由添画游戏导入活动：出事一张未画完整的画像。

小结：小朋友真聪明，这副画缺少了鼻子，由此引出鼻子这个主题。

（二）活动部分1、玩游戏：师幼共同玩游戏《看谁的本领大》，引导幼儿用各种器官去尝试分辨事先准备好的各种物品的特殊气味（醋、花露水、酒），说对的给予鼓励。

2、引导幼儿根据以往的经验说一说，鼻子还闻到过什么气味（臭味、甜味、烧焦味等）。

3、引导幼儿说一说鼻子的作用。

鼻子除了用来闻味，还有什么作用？（呼吸）所以，我们要保护好自我的鼻子，不要让它受到任何的伤害。

此刻教师有个故事，小朋友想不想听一听是怎样回事？故事的名字是《翘鼻子鲁鲁》。

小结：保护好鼻子，不能乱挖鼻子，不要把东西往鼻子里塞，这样做很危险也很不讲卫生。

5、教幼儿正确擤鼻涕的方法：

（1）幼儿自我用纸巾擦鼻涕。

（2）根据幼儿的表现，讲解擤鼻涕的正确方法，用手帕或纸巾按住鼻子，先按住一侧鼻孔，轻轻擤另一鼻孔的鼻涕，再按住另一侧鼻孔，轻轻一擤，擦净鼻孔周围的鼻涕。

（三）结束部分组织幼儿用正确的方法，学擤鼻涕，对动作正确的幼儿给与鼓励。

【活动延伸】

组织幼儿回班级，与同伴们分享、讨论保护鼻子的方法。

小班教案健康教案及反思篇十

- 1、经过活动，使幼儿能够正确区分男孩和女孩。
- 2、初步了解男孩和女孩的性格特征，培养幼儿对自我性别的认同感和自豪感。

男孩和女孩的图片各种衣服、发型自编歌曲《男孩和女孩》

1、教师出示男孩和女孩的图片，请幼儿说一说，他们谁是男孩，谁是女孩，你是从哪里看出来的(幼儿分别从头发的长短、高跟鞋、衣服等方面看出。)

2、教师请幼儿分别为图片中的男孩和女孩换上不一样的衣服，最终，教师为女孩也换上短裤和短发，再请幼儿说说，他们都是男孩吗为什么不是仅从头发的长短和所穿的衣服，能不能正确地确定男孩和女孩啊(不能)

3、怎样才能正确地确定出男孩和女孩呢

(幼儿进取思考，并结合上次活动资料找出了许多不一样之处，如xxx小朋友说：“男孩有小鸡鸡，女孩没有”xxx小朋友说：“看子宫，女孩有子宫，男孩没有。”有的幼儿观察十分仔细，其中xxx小朋友说：“看脖子，男的脖子上有个疙瘩，女的没有，我爸爸就有，妈妈就没有。”我问孩子们那个疙瘩叫什么名字xxx小朋友说：“那叫‘喉结’。”还有的幼儿说“男的都挟着包，女的都背着包”等等，我对孩子们的回答都给予了进取的肯定，并让幼儿了解男孩等到长大了才会长“喉结”。

我惊讶于孩子们观察的仔细，但我更惊讶于孩子们的提问xxx小朋友问：“教师，那要是有一个男的和一個女的，穿得一样的衣服，剪一样的头发，背着我们，那我们怎样区分呀”看来，孩子们真的是动脑筋了，当即，我把问题提给了

大家，请幼儿说说该如何区分。孩子们有的说：“看个子，个子高的就是男的。”有的说：“男的胖，女的瘦。”还有的说：“让他们说句话听听，声音粗的是男的，声音细的是女的。”等等，方法真是多种多样。当大家都同意看脖子是区分男女的最方便的好方法时□xxx小朋友又问：“那要像我妈妈冬天带着围巾，或者穿着高领毛衣，看不见脖子那怎样办呢”孩子们认真听教师的讲解，并进取思考提出了许多有价值的问题。经过进取的讨论，最终得到结论，要正确地区分男孩和女孩不能从一个方面来观察，要从多个角度去区分，这样才能得到正确的结果。)

4、你觉得男孩和女孩在性格上有什么不一样(女孩胆子小;女孩比男孩细心;男孩勇敢，什么都不怕;女孩听话，男孩淘气;女孩漂亮……)小结：男孩应当勇敢、坚强，同样也应当在做事的时候做到认真、仔细;女孩应当漂亮、文静，同样也应当在做事的时候做到勇敢、坚强，男孩、女孩都不错。

5、学唱歌曲《男孩和女孩》(附后)，培养幼儿对自我性别的认同感和自豪感。

1、我心中的男孩和女孩

2、幼儿作品展览