

# 2023年大班健康教案(通用18篇)

高中教案可以帮助教师系统地整理和梳理教学内容，提高教学效果。以下是一些经过实践验证的四年级教案，希望能给教师们提供一些启示。

## 大班健康教案篇一

升大班了，孩子的牙齿也慢慢的脱落。正常情况下儿童从6岁左右开始换牙，乳牙开始生理性脱落，替换乳牙的恒牙相继萌出。因此，注意教育孩子正确护牙，认真刷牙，有助于牙龄自洁，促进颌骨及颌面部的生长发育。

1. 知道换牙是正常现象，感受换牙带来的体验。
2. 了解换牙期的基本常识，懂得不舔牙、不晃牙正确的护牙方法。

活动准备：视频、家长资源、图画书课件、幼儿笑脸照片等

重点：学会换牙期正确的护牙方法。

难点：感受换牙带来的体验。

一、情景再现、引出主题

2. 欣赏视频

提问：这个小朋友是怎么了？（牙齿松动、掉牙）牙齿松动了会怎样？从他大声的喊妈妈表情当中，你能感到他当时的心情是怎样的？（害怕、紧张、担心）

二、经验交流、换牙经历

指导语：咱们小朋友有过牙齿松动、掉牙的情况吗？（有）你掉了几颗？（一颗）你还记得你掉牙的情景吗？你能给大家讲一讲吗？（2个幼儿讲述自己换牙时的经验）

提问：你掉牙的时候害怕了吗？你掉牙的时候遇到了什么情况？

过渡语：其实啊，我们每个人出生以后长出的第一副叫乳牙，乳牙小，而且不坚硬，当我们小朋友长到五六岁的时候，乳牙开始脱落，新牙长出来，这种现象叫换牙，换牙是一种正常现象，小朋友不用慌张不用害怕，换牙就说明小朋友又长大了。

### 三、医生出场、互动问答

1. 指导语：今天老师有幸请到一位牙科医生，医生会帮助我们小朋友解决一些换牙的问题，我们分组讨论一下吧。

2. 幼儿相互讨论。

3. 指导语：你好，丁医生，你已经到了？好，孩子们让我们掌声欢迎丁医生。丁医生请坐，我们小朋友有许多换牙的问题想问问你，就请您给他们解答一下。好了孩子们，你们刚才讨论的问题，谁先来问。

4. 幼儿和牙科医生互动交流。

指导语：那医生给我们解决了这么多问题，我们应该说什么呢？（谢谢）丁医生还要上班呢，那我们和丁医生说再见吧！

（总结讨论的问题：1、为什么牙齿不整齐？2、为什么牙齿会是黑黑的呢？3、牙齿松动了应该怎么办？4、为什么6岁了还不掉牙？）

#### 四、趣味故事，学以致用

指导语：老师还给小朋友带来一个有关换牙的故事。小朋友们仔细听哦！

过渡语：莎莎听了小朋友说的话，不再担心了，也渐渐的露出了微笑。

#### 五、展现笑容，美好祝愿

指导语：(为幼儿提前拍好照片)孩子们你们看，认识他们吗？他们是谁呀？他们都拥有一口洁白整齐的牙齿，看他们笑起来多美丽。我知道有些小朋友掉了牙都不好意思笑了，其实没有关系。掉牙是小朋友成长过程中难忘的经历，也是美好的回忆。小朋友们想不想将你们自信的笑容展现给老师？

(想)那给大家一分钟准备的时间，将自己的小椅子摆在后边。请所有的小朋友大大方方的走到中间，给大家展示你自信而灿烂的笑容。

## 大班健康教案篇二

健康

社会

1、通过协作练习，提高幼儿的平衡和团结协调能力。

2、培养幼儿团结合作精神和交通安全意识。

、难点 重点：推小车的方法要领。

：在游戏中幼儿的合作意识和动作的平衡协调。

1、用泡沫板、海绵垫、不同宽度的长凳搭成不同的小桥，用

圆形积木拼成小树林。筐子五个、篮球若干个。红绿牌子一块、录音机一台、磁带一个。

2、场地布置修理厂、停车场。

一、动物热身模仿操

1、 教师带领幼儿四路纵队变大圆圈走然后再变回四路纵队。

2、 在走大圆时，幼儿听教师口令模仿动作，如高人走、矮人走、大象走、熊走、狮子走、兔子跳、小鸟走等。

二、学习推小车

1、 教师请一位小朋友同教师一起示范，并讲解动作方法与玩法。

2、 小朋友自由结伴自由练习。

教师：“请你们注意安全不要相互碰撞，如果哪辆小车翻倒了，我就会把它托运到修理厂去。

3、 幼儿互换角色。

三、按交通规则推小车

1、 教师出示红绿牌，幼儿看教师手里的记录牌推小车。

教师：“如果有小车不遵守交通规则闯红灯，我就会把你交给交警。”

2、 幼儿互换角色。

四、在桥上和树林里练习推小车

1、引导幼儿到桥上和树林里练习推“小车”。

教师：“你们看那边有好多小桥和树林，你们敢不敢在那上面和里面开车。

## 五、推小车运“西瓜”

1、游戏玩法：幼儿们推小车过小桥或绕过树林，到达西瓜地后后面的幼儿从地上捡起“西瓜”，然后推着小车从路上回来把西瓜放在筐子里，看哪组小朋友运的“西瓜”多就为获胜。

## 六、放松练习

# 大班健康教案篇三

1. 学习单脚跳。
2. 在游戏中保护自己。
3. 能遵守游戏规则，喜欢传统游戏。

1. 户外空旷场地。
2. 音乐《斗鸡》。

### 一、开始部分

音乐导入热身活动。

——小朋友们，听一听，这是什么音乐？

——我们来一起跳一跳吧。

### 二、基本部分

## 1. 说一说

——今天我们在户外来玩斗鸡游戏，谁知道在玩斗鸡游戏要注意哪些方面？

## 2. 教师讲解游戏规则

幼儿每两人为一组，面对面站立。游戏开始，两人各自用左（右）手攥住自己的右（左）脚，成单腿独立，用脚的膝部顶撞对方的膝部进行“决斗”。谁的双脚落地或身体倒地，即为输，游戏中不能用身体的其他部位去碰撞对方。

3. 幼儿分组游戏，教师巡回指导。

## 三、结束部分

放松运动

活动延伸

拓展游戏“斗鸡运沙包”

## 大班健康教案篇四

1. 能挑担走过多种障碍物，发展平衡能力。

2. 能利用持物动作调节身体平衡。

3. 养成爱劳动的好习惯。

1. 用饮料瓶和短棍制作成挑水的水桶，饮料瓶里的水多少不一。

2. 场地上画出不同的小路。

3. 易拉瓶若干，平衡木 4 麻，纸板若干。

1. 幼儿随教师进行走跑练习，利用场地上的不同区域，进行绕过小树林—走过小路—走过独木桥—跨过小河沟等练习，最后站成六路纵队。

1. 教师：今天我们要做送水员给小动物送水，送水前先要练习挑水走路的本领，现在请每位小朋友拿一根“扁担”挑两桶水，去试一试。

2. 根据幼儿自己的能力，选择不同重量的水桶，自由练习挑担走。

3. 引导幼儿讨论：怎样才能走得又快又稳。

4. 请幼儿分别在不同的区域进行示范。

5. 幼儿自由交换区域，教师注意提醒幼儿要在每一个区域活动。

1. 教师介绍游戏玩法和规则：幼儿分成人数相等的四队，每队第一名幼儿挑着装水的水桶绕过障碍，走过小桥，将水桶放下，再挑起旁边空的水桶，从原路返回，交给第二名幼儿，第二名幼儿挑空桶送过去，再换装水的桶返回。依次进行，先完成的队获胜。

## 大班健康教案篇五

1、通过看看、想想、议议、编编心情预报，帮助幼儿理解和体验他人的情绪情感。

2、通过活动让幼儿知道每天都要有一个快乐的心情。

一、收听天气预报，导入活动。

小朋友注意了，天线宝宝提醒大家，天气预报时间到了，请注意收看！（教师播送天气预报：各位观众大家好！现在是天气预报时间，今天是晴天，明天阴天，北风三到四级！天气预报播送完毕，谢谢收看！）

提问：

- 1、刚才的天气预报告诉大家，今天是什么天气？
- 2、那明天是什么天气？
- 3、小朋友还知道哪些天气？

二、通过听听、想想、说说心情预报，帮助幼儿理解他人情绪。

在美丽的大森林里，不仅有天气预报，还有心情预报呢！我们一起听听心情预报是怎样播报的？（教师播报心情预报：大家好！我是森林电视台的主持人机灵，现在播报心情预报，今天大部分动物的心情是晴天，只有狮子的心情是雨天，并伴有八级脾气！心情预报播送完毕，谢谢大家！再见！）

提问：

- 1、听完心情预报，你听到了什么？

小结：森林里大部分小动物的心情是晴天，小狮子的心情是雨天。

- 2、为什么大部分小动物的心情是晴天？（出示图片）

小结：小猴子在荡秋千，大象在玩皮球，它们玩得真开心，所以它们的心情是晴天。

- 3、狮子的心情为什么是雨天？（出示图片，看狮子的表情，



发生了什么事，它的心情是雨天？）

4、狮子到底遇到什么不开心的事，我们一起问问它：“狮子，狮子，你为什么不开心呀？”（教师回答：我生病了，身体不舒服）

小结：原来狮子生病了，很难受，它的心情是雨天。

5、还可以用哪些天气说狮子的心情？

小结：除了雨天，还可以用阴天、雪天说狮子的心情。

6、森林里的小动物听了这个预报后，它们会怎样做呢？

小结：小动物有的给它唱歌，有的给它跳舞，还有的给它带来了礼物，这时，小狮子的心情是晴天，它特别高兴，小朋友，我们一起和狮子唱起来，跳起来吧！（唱：如果感到幸福……）你们高兴吗？那现在我们的的心情和狮子的心情一样，都是晴天。

### 三、说心情

小动物的心情有的时候是晴天，有的时候是阴天，有的时候是雨天、雪天，小朋友的心情也会变化。

1、想一想，遇到什么事，你的心情是雨天？

小结：小朋友遇不开心的事，心情是雨天，这样的心情对小朋友的身体不好，所以要把这些不开心的事说出来，大家一起为你分担，你的心情就会变成晴天。

2、小朋友，你的心情什么时候是晴天？

小结：小朋友遇到高兴的事，心情是晴天，可以把高兴的事说给大家听，让大家和你共同分享快乐，这样大家的心情都

会是晴天。

#### 四、学做主持人

今天，小朋友的心情怎样，老师想请小朋友当节目主持人，预报自己的心情，下面请先听老师的心情预报。你们想当节目主持人吗？不过，做主持人还有个要求：要先问大家好，然后说出自己的名字，接下来说自己的心情，最后要有礼貌的和大家再见。

现在，小朋友一起来当主持人，预报自己的心情。

谁愿意给大家预报自己的心情？

结束：小朋友说的真好！老师希望你们长大后做一名优秀的节目主持人，同时，老师希望你们天天都有好心情，健康快乐的成长！让我们唱起来，跳起来，把我们快乐的心情带给大家！

## 大班健康教案篇六

- 1、 指导小学生知道变质的食物有害身体健康。
  - 2、 学会辨别常见的变质食物和过期食品。
    - 1、 培养小朋友注重饮食健康的好习惯。
    - 2、 对于食用变质或过期食品不赞同或进行阻止的态度。
      - 1、 注重饮食安全，不食用变质或过期食物。
      - 2、 对于不健康的饮食行为敢于制止。
- 学会辨别最基本的致人中毒的食物，初步培养健康饮食的意

识。

- 1、 自制赋有童趣的食物小录像四段、幻灯四张。
- 2、 各小组卡通食物头饰若干。
- 3、 本课所需健康食物和相应的变质食物图片，文字条幅。

小朋友们，大家好！欢迎大家和老师一起步入小学生《防食物中毒》专题课的学习！小朋友们，你们知道吗？我们长得如此健康、强壮，食物在其中可起了很大的作用，下面我们来一起认识一下他们吧！（播放日常食物的自制小录像，引导小朋友们了解各种食物的营养以及作用。）

提问：小朋友们，你最喜欢小录像中的哪种食物？说说看，为什么？（讨论发言）

板书：教师按学生答复张贴健康食物小图片。

小结：恩，真不错，大豆富含蛋白质，可以另小朋友们营养大脑，长的更聪明；西红柿富含维生素，可以另小朋友们增强抵抗力；大馒头含淀粉，可以让我们长的更健康等等，他们都有益健康。

板书：在健康食物后板书“有益健康”。

1、 看第二段自制小录像片段《变质的豆豆》，认识如果大豆变质了，对于我们身体的危害。

提问：如果富含蛋白质的大豆变质了，我们吃下去会怎么样呢？（讨论发言）

2、 看第三段自制小录像片段《发芽的土豆》。认识如果土豆发芽了，对于我们身体的危害。

3、看第四段自制小录像片段《可怕的变质食物》看馒头、青椒、过期的薯条面酱、发霉的火腿面包和存放时间过长的橘子。

提问：小朋友们，你发现了什么？录像中的小朋友吃了变质食物后怎么样了？

板书：从健康食物的底部翻出变质食物，从学生的讨论中总结“有害健康”。

提问：看到有人吃这样的食物，你会怎么做呢？（引导小朋友认识到食用这些食物的危害性，以及敢于阻止不对行为的品格。）

1、播放辨析是非的幻灯四张。

提问：小朋友们，上述图片，你认为哪些是正确的，哪些是错误的，要是你，你会怎样做呢？（讨论发言）

小结：看到家人或者朋友食用这样的食物，我们要及时制止，并告诉他变质食物的危害。

2、观看小组表演，《健康家--小乐乐》。

发放食物小头饰，小朋友按小组模仿表演，教师指导小组行为。找示范组表演，大家鼓掌欢迎。

伴着大屏幕“健康歌”的音乐教师小结：

小朋友们，今天我们一起学习了《防食物中毒》这一课，我们可学到了不少的知识，以后我们要谨防病从口入了，不吃变质食物，不吃过期食品，（张贴条幅）养成健康饮食的好习惯，好吗？恩，除了这些我们还要多锻炼身体多运动，把身体养的壮壮的，最后，祝小朋友们身体健康，谢谢小朋友

们，再见！

## 大班健康教案篇七

1、激发从小热爱劳动的品质和体验劳动的辛苦。

2、学会相互传递的搬运方法。

3、培养相互合作的能力。

1、课件：“各种各样的房屋”、场地布置“建筑工地”。

2、录音机、《兔子舞》、《加油干》音乐磁带，动物胸卡若干。

3、各种大小不一的纸箱、纸盒及胶带、绳子、剪刀等。

### 一、热身

教师带幼儿开汽车进入活动室，随音乐《兔子舞》进行热身活动。

师：孩子们，我们随着音乐一起开着小汽车进入活动室好不好？

幼：好！

(随音乐进入场地后作“擦汽车”的热身律动。)

### 二、引发兴趣，自由讨论

1、请幼儿观看课件录象《各种各样的房屋》。

师：刚才我们活动了身体，是不是感觉身上暖暖的？

幼：是。

师：接下来该活动一下我们的小脑筋了，老师有个小问题“你们的家住在楼房还是平房？”

幼：我家是平房。

幼：我家住在楼房里。

幼：我的家也是楼房。

.....

幼：想！

师：老师给你们带来了一段关于各种房屋的录像，在看之前，我有小要求“看的时候要安静，不说话，否则会打扰其他小朋友。还要记住你都看到了哪些房屋，一会儿告诉老师。”

## 2、提问，幼儿自由谈话

师：你在录象里看到了什么样的房屋？

幼：我看到了楼房。

幼：我看到了尖房子。

幼：我看到了石头房子。

幼：我看到了大高塔。

幼：我看到了草房子。

.....

师：是吗？你们观察的真仔细。那如果你是小小建筑师，你想建造什么样的房子？

幼：我想建大楼房。

幼：我想盖平平的房子。

幼：我想建有尖顶的房子。

幼：我想建有圆顶的房子。

.....

### 三、创设情景，尝试搬运

#### 1、出示材料，引发兴趣

师：你们的想法真是不错，瞧，这是什么？

(幼儿观察)

幼：茶叶罐

幼：小药盒

幼：酒盒

幼：奶箱

.....

幼：好！

#### 2、幼儿分组并讨论如何搬运砖块

师：这就是我们的建筑工地，我呢？就是你们的队长。你们就是小队员，我们来分成两队，“老虎队”和“飞马队”，分别负责运送工地两侧的砖块到指定位置——建筑工地，在运送之前，先来讨论一下你们各自的方法。

(幼儿分组讨论，教师适时参与并鼓励肯定幼儿的方法。)

### 3、教师提出要求，幼儿尝试搬运

师：你们刚才都说了好多办法，一会儿我们要行动了，不过队员们一定要听从“队长”的指挥，哨声响起，就马上停止工作，等待命令。还有一定要轻拿轻放，并摆放整齐。好，队员们，开始行动吧！

## 大班健康教案篇八

健康

艺术、社会

1、探索梯子的多种玩法，能在高20—30厘米的斜坡上练习间隔走。

2、积极愉快，大胆勇敢的参加活动。

重点：幼儿利用竹梯进行间隔走的练习。

难点：在手提水桶的过程中能保持身体的平衡。

1、竹梯若干架，轮胎若干。

2、装水的塑料瓶和大塑料筐若干。

一、热身运动



1、热身跑进场。

2、幼儿听口令练习跳（向前、后、上）、单脚(左右脚)站立。

二、幼儿自由探索玩竹梯。

1、引导幼儿自由探索玩玩竹梯。

教师：“利用梯子的横档和空格，我们可以怎么玩？但玩的时候要遵守秩序，不抢先、推别人，要注意安全。”

2、请个别幼儿介绍自己的玩法。

3、幼儿再次探索玩竹梯，并学习同伴的玩法。

教师：“刚才你们玩了好多种方法，这次你可以自己在想出不一样的法或玩一玩同伴的玩法。”

4、引导幼儿在梯子的横档上正确的走。

教师：“你们看他走的多稳啊。他是怎么走的？（要手臂伸直侧平举，眼睛看前下方，走的时候要慢稳）。我们也来学学试试。”

5、增加难度，引导幼儿在垫在轮胎上练习走练习。

教师：“刚才你们在梯子上玩出了很多种方法，现在我把轮胎垫在梯子上你们敢在上面走吗？（敢）但要注意安全。”

6、幼儿自由选择拿一个水瓶在梯子上走。

教师：“这儿有好多水桶，你们手里每人拿一个水桶在梯子上走一走，比一比谁走的最稳。”

三、游戏：“送水”

1、游戏方法：幼儿选择不同的装满水的两个瓶子，并自由选择经过不同“小桥”，将水运到指定的终点。

教师：“这里有大小不同的装满水的瓶子，路上要经过不同高度的斜坡，将水运到运动场的水箱里，并且要把水瓶摆放整齐，送完以后回到队伍中，继续再送，看哪谁运得多。”

2、幼儿进行“送水”游戏，教师应注意保护幼儿的安全。

3、评析本次游戏并评出大力士奖。

教师：“你们都很勇敢，不过有个别小朋友没有遵守游戏规则。你们中谁运水最多啊？我们把他评为小小大力士。”

四、幼儿随音乐做放松动作。

带领幼儿放松四肢。

## 大班健康教案篇九

### 勇救小动物

1、练习蹬脚踏车，发展幼儿动作的协调性和灵敏性.提高平衡能力.

2、培养幼儿勇敢、爱护小动物的精神。

脚踏车2辆、变形平衡木2个、大纸箱2只、活动前与幼儿共同收集的小动物玩具若干（为幼儿人数2—3菲倍）

将幼儿分成人数相等的2路纵队，站在场地一端；每队之间放置大纸箱一个；场地中间设置“山洞”；场地另一端的变形平衡木两侧放置小精灵玩具若干。

老师发令后，各队第1名幼儿蹬滑跑冰车钻过“山洞”、到达“浮桥”。上桥救起1个小动物，并带着小动物踩脚踏车原路返回，第2名幼儿再出发。在规定时间内比哪一队救到的小动物数量多为胜队。

- 1、必须双手扶把脚踏车至“浮桥”；待上桥后才能救小精灵。
- 2、若游戏中途发生意外情况或未带小动物成功返回应在原地重新通过。

## 大班健康教案篇十

- 1、寻找和发现生活中的快乐。
- 2、学习让自己快乐起来的几种方法。
- 3、培养健康的心理和开朗的性格。

表示快乐的照片若干，绘画用的笔和纸。

一、说一说自己什么时候感觉快乐。

- 1、每个人都有快乐和悲伤的时候，你什么时候会感觉快乐呢？
- 2、请幼儿结伴进行讨论。

二、请幼儿说一说照片中快乐的事。

- 1、这张照片中你发现的快乐是什么呢？
- 2、幼儿大胆猜测照片中的内容，并说一说自己有没有这样的情况。
- 3、请照片的主人说说这张照片中快乐的事。

### 三、不开心时如何调整。

2、让幼儿通过和同伴之间的讨论明确：在我们的周围到处都有快乐，游戏是快乐的，帮助别人是快乐的，在分享别人的快乐时，自己也会感到开心，观看表演和参与表演时我们都是快乐的等。

3、：我们要善于发现周围的快乐，并能够用快乐赶走自己生活中的不快乐。

### 四、延伸活动。

1、请幼儿将自己感到最快乐的一件事画下来，并讲给同伴听。

## 大班健康教案篇十一

2、能较清楚地表达自己的探索 and 发现；活动准备：教室里面的各种废旧物品

师：那保质期的时间是不是都是一样的呢？回家的时候你们看看再告诉我。

3、联系3、15讲一讲昨天老师吃了过期的食品后，你们知道老师是怎么做的吗？我去消费者协会投诉了，因为昨天是3、15号，也就是3、15消费者权益保护日，如果你买的东西质量不好或者是过期食品都可以为自己讨回公道的。

## 大班健康教案篇十二

1. 迁移已有经验进行充分的想象，并能够大胆表达自己的设想。

2. 尝试运用遮挡的方法处理较为复杂的画面。

3. 体验解决问题后的成就感和快乐。

纸和记号笔。

鼓励幼儿在创作中较为主动地表现自己的想法。

提醒幼儿运用遮挡的方法表现物体和动物的前后关系。

教师：小老鼠是怎样偷到大油瓶中的油的？你是怎么画的.？

## 大班健康教案篇十三

《胖国王》和《瘦皇后》是一套图画书。《胖国王》讲述了国王不爱运动，爱吃零食，爱吃鸡腿、汉堡等食品，结果身体太胖了，给生活带来了很多的不便；《瘦皇后》讲的是皇后天天担心国王的身体，心情不好，结果越来越瘦，经常晕倒生病。后来他们通过公主、厨师和大臣的帮助及自己的努力，变得越来越健康。幼儿对此非常感兴趣，回到班上后还在模仿剧中的人物。联想到班上幼儿体格生长偏离问题较大，全班36名幼儿中有6名肥胖儿、3名体弱儿，我们开展了此系列健康教育主题活动。

1、喜欢参加音乐剧表演活动，敢于表现自我。

2、能够主动参与体育锻炼，注意饮食习惯，学习调整自己的情绪情感。

3、逐步形成集体观念、任务意识及不怕困难的良好品质。

4、初步养成良好的卫生习惯。

5、了解多运动对身体有好处。

一、阅读图画书

1、理解图画书《胖国王》和《瘦皇后》的故事内容。

2、引导幼儿结合生活实际思考问题，解决问题。

1、图画书《胖国王》和《瘦皇后》，幼儿记录讨论结果用的纸和笔。

2、幼儿对图画书《胖国王》和《瘦皇后》的故事内容有一定的了解。

1、阅读图画书。

教师阅读《胖国王》和《瘦皇后》，引导幼儿用自己的动作表达出书的名称。

2、提出问题。

胖国王为什么会变得这么胖？瘦皇后为什么会晕倒？

3、分组讨论。

国王和皇后的身体不健康，急坏了公主、大臣和厨师，他们都想出了什么办法呢？你还有什么好办法吗？幼儿自由分组进行讨论，记录结果。

4、分享交流。

每组请一名幼儿汇报讨论结果，其余幼儿作适当补充。

5、教师总结。

区域活动中，引导幼儿根据故事内容自制图书《胖国王和瘦皇后》。

反思与效果

分组讨论是活动的重要一环，不仅要引导幼儿理解书中内容，还要鼓励幼儿结合自己的生活实际想出多种办法帮助胖国王和瘦皇后，同时引导幼儿正确对待体格生长偏离幼儿，为活动的深入做好铺垫。

## 二、角色竞争

1、激发幼儿的表演兴趣，引导幼儿积极参与表演。

2、增强幼儿的竞争意识。

3、培养幼儿想办法解决问题的能力。

1、教师表演的童话剧《胖国王和瘦皇后》的录像。

2、关于剧中五个人物的五张报名表。

1、观看教师表演的童话剧录像，激发幼儿的表演兴趣。

2、说一说剧中有几个角色，你最喜欢哪个角色，为什么？

3、解决大家都想参加表演的问题。（分组报名竞争）重点进行主要角色胖国王和瘦皇后的竞争，使肥胖儿和体弱儿愿意参与报名竞争，勇于挑战自己。

4、分组填写报名表。

过渡环节学习相关歌曲，引导幼儿结合生活实际创编动作。

## 反思与效果

全班35名幼儿都报名参与了演出活动，既保护了幼儿的表演兴趣，又便于活动的全面开展。通过竞争，肥胖儿自然去了胖国王组，体弱儿也去了瘦皇后组，他们都为自己能够竞争到剧中的主角，挑战高难度的表演而自豪。

### 三、健康计划

1、引导幼儿学习剧中，人物不怕困难的精神，坚持改正自己的不良习惯。

2、增强幼儿做事的计划性和目的性。

1、幼儿有做计划的经验。

2、便于各角色组粘贴健康计划的环境。

1、回顾剧中主要人物胖国王和瘦皇后，说说他们在身体不健康时是怎么做的。引导幼儿学习他们坚持改变不良习惯、不怕困难的精神。

2、结合生活实际说说自己有哪些影响健康的不良习惯及改进方法。

3、根据改进方法制定自己的健康计划。（离园带回家）

4. 各角色组根据个人的健康计划制定小组计划，粘贴在主题环境中。

各角色组在一日生活中按计划实施健康活动大比拼，家长在家督促幼儿实施个人健康计划。

“胖国王”在大家的建议下决定不再吃零食，按照自己的计划坚持运动。不会跳绳，他们认真地向别人学习，这次跳了一个，下次的目标就升为两个。孩子们之间还自觉地开始了比赛，看谁能坚持，不怕累。看到有人要放弃时，“大臣”们便会在旁边加以鼓励。“瘦皇后”在“公主”的帮助下建立了“快乐心情小屋”，让心情不好的小朋友去说悄悄话、听音乐、唱歌等。“厨师”们则在进餐过程中坚持为“胖国王”先盛一碗汤，鼓励“瘦皇后”不剩菜、不挑食。这样，



角色扮演与生活实际有机结合，真正起到了潜移默化的效果。

## 大班健康教案篇十四

幼儿正处长身体的时期，“吃得好”是保证他们健康成长的重要因素。若膳食结构不合理、营养过剩，就会给幼儿带来各种疾病，如营养不良、过度肥胖等，这也是当前令人担忧的社会问题。在家庭饮食里，幼儿是“主宰者”，挑食、暴饮暴食现象普遍，因此如何合理进食、正确地吃，不仅是大人们的事，更是孩子们需要了解、学习的内容。

《纲要》里提到的“既要高度重视和满足幼儿受保护、受照顾的需要，又要尊重和满足他们不断增长的独立要求，避免过度保护和包办代替，鼓励并指导幼儿自理、自立的尝试”，在让孩子们对健康、营养有初步了解的基础上，产生了设计让孩子们自主参与性高的健康教育活动“健康自助餐”的想法。

### 【活动目标】

- 1、积极主动参与自助和合作配餐，知道一餐饭要荤素搭配、有菜有主食。
- 2、知道健康配餐对身体有益，纠正挑食的不良习惯。
- 3、初步学会合理搭配一餐饭菜，提高自主能力。

### 【活动准备】

- 1、各种蔬菜、荤菜、海产品、豆制品、主食等盛在筐中；盛菜的筐、夹子、餐盘若干；“小不点餐厅”背景布置。
- 2、实物投影仪、录像机、电视机

3、患有营养不良性疾病的人、偏胖幼儿的录像；课前幼儿对食物金字塔有所了解。

## 【活动过程】

一、设置情境，引出活动主题。

1、教师以“小不点餐厅”经理的身份邀请幼儿到餐厅自助配餐，引起幼儿兴趣。

2、引导幼儿观察各种菜品，并按荤菜和素菜分类。

二、幼儿初次配餐，初步讨论如何健康配餐。

1、幼儿第一次自选食物搭配一餐菜，提出配餐要求和秩序。

2、幼儿介绍自己的配餐，讨论如何配菜对我们的身体有益。

三、观看录像和实物投影仪引导幼儿了解偏食习惯的危害，懂得合理搭配食物。

1、结合录像，引导幼儿了解人体所需营养与食物的关系，知道不正确饮食产生的危害。

2、运用实物投影仪，针对幼儿选菜中的偏食现象，引发幼儿讨论。

3、教师小结合理搭配食物的原则：荤菜与素菜搭配，主食和菜搭配，这样吃才健康，对身体有益。

四、幼儿再次配餐

1、评价自己的配餐多了什么？少了什么？

2、调整自助餐的搭配，巩固对合理配餐的认识。

3、评出健康配餐师。

五、引导幼儿分小组自助、合作配餐。

活动延伸：

请厨房的师傅根据幼儿的配餐和意图做菜，幼儿品尝。

## 大班健康教案篇十五

1. 能意识到安全的重要性，增强对班级和同伴的责任感。
2. 能关注周围环境，找出班级中的安全隐患，并设计相应标志。
3. 学会保持愉快的心情，培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。
4. 让幼儿知道愉快有益于身体健康。

挂图、彩笔、胶带。

1. 出示安全标志图，引导幼儿找出自己认识的标记，并说一说在哪里见过，代表什么意思。感受在生活中标志无处不在，知道其作用，体会标志与人们生活的关系。
2. 请幼儿自由分组，寻找班级中的安全隐患。
  - (1) 幼儿分组观察班级里的环境，查找班级中有危险的地方。
  - (2) 讨论：班级中有哪些不安全的事物？会带来什么危险？应该怎么预防？
3. 幼儿以绘画、符号等表征方式为班级设计安全标志，教师帮幼儿将设计意图用文字说明。

4. 幼儿相互介绍自己设计的标志，并张贴在适宜位置。

这个活动的开展让孩子不仅体验到歌曲创编的快乐，同时也增强了孩子自我保护和保护他人的意识。在活动中幼儿积极思考和踊跃回答问题这个现象，让我感受到了欣慰，这个欣慰在于幼儿这短短三个星期的安全教育没有徒劳，孩子在活动中逐渐的在成熟和成长。此类活动可以继续延伸下去，如大带小活动，幼儿的宣传安全小卫士活动，相信这样更能让孩子在活动中成长起来！

## 大班健康教案篇十六

1. 体验户外集体活动的乐趣。

2 . 探索袜子的多种玩法，提高四肢的灵活性、协调性。

1. 每人一只袜子。

2 . 彩虹伞，动物图片，滑溜布等。

3. 户外场地。

1. 热身活动：身体画圆圈。

(1) 教师提问：幼儿是否可以用自己的身体部位来画圆圈。

(2) 幼儿自己探索身体的各个部位怎样画圆圈。

(3) 引出主题玩袜子。

2. 一起探索袜子的玩法。

(1) 教师引导并带领孩子向各个方向旋转手中的袜子。

(2) 幼儿尝试另外的玩法，向空中扔、抛、接等。

(3) 教师引导幼儿集中讨论、交流袜子的玩法。

### 3. 游戏：

(1) 士兵打靶：拉开彩虹伞，成半圆，上面贴上对人类有害的动物图片，练习打靶，看谁打得准。

(2) 在第一个游戏的基础上，把彩虹伞换成滑溜布，把孩子分成两队，各站一边，进行pk□注意提醒孩子保护好自己。

### 4. 放松活动：幼儿穿好袜子，活动结束。

太空一直是人类想要探究的神秘地带，而在孩子的眼里，太空是个有许多宝物、玩具的地方，他们对那里充满了好奇，经常幻想自己长了一双翅膀飞到太空去遨游。而不久前我国宇航员杨利伟乘坐载人飞船成功遨游了月球，孩子们更是对太空、对宇航员产生了极大的兴趣，我们及时地开展了一系列“遨游太空”的主题活动，如：我们人类的家——地球，地球的朋友——月亮和太阳等等；通过开展这些活动，我发现幼儿特别喜欢模仿宇航员去太空探险，为了满足孩子的求知欲，尊重孩子的情感需要，根据大班幼儿对周围事物、现象感兴趣，喜欢模仿成人战斗的特点，我设计了大班体育活动——小小宇航员。

由于大班幼儿体能的发展是很显著的，在身体方面更壮实、精力更充沛，动作更加协调，而在对游戏的兴趣上有较明显的变化，竞赛意识较强，对游戏的效果非常关心在完成任务过程中能表现出明显的主动性、积极性、创造性和坚持性，行动的盲目性减少了，提高了分析和选择能力，对个人承担的任务有较强的责任感，因此我在制定目标时，在充分满足幼儿受保护、受照顾需要的基础上，尊重和满足他们不断增长的独立要求，引导幼儿自主探索各种器械的不同玩法，体验运动、竞赛的乐趣，并且要求他们能自主游戏，克服困难，培养合作精神。

本次活动是以幼儿模仿宇航员到月球探险寻宝的游戏形式组织幼儿对身体个方面的练习和活动。在“遨游太空”系列活动中，幼儿通过看录像、图片，对太空已经有了一定的了解，都幻想自己能成为宇航员到太空去遨游，。在游戏中，幼儿都是在想像活动，小小的场地变成了浩渺的太空，自己成为探索太空奥秘的宇航员。在完成任务、争取优胜的过程中锻炼幼儿体力与思维紧密结合，全神贯注，耳听眼看，机智灵活，果断行事，在各种变化条件中适应周围环境，从而能在活动中，促进幼儿注意力、观察力、思维力、想像力、创造力的发展，在寻宝探险游戏中能培养幼儿勇敢、坚强、爱护同伴及团结协作的优良品质。在活动准备方面，为了让幼儿更好地投入游戏，融入角色，我把整个场地布置成“太空”模样，让幼儿有身临其境的感觉；为了每个幼儿提供表现自己长处机会，在器械准备方面分为了难易不同的程度，使每位幼儿都能找到自己游戏的器械，获得成功感，赢得自信心。

本次活动共分为三个部分，让幼儿以宇航员的身份在太空中探险这一情节贯穿于整个主题活动当中。首先是导入及准备活动，教师以谈话法导入让幼儿明白自己是小宇航员，增强其自豪感，并学习宇航员叔叔做几个太空动作，如走太空步，坐摇摆椅等等。一方面从生理上幼儿做一些基本身体准备活动，逐步提高幼儿身体的机能活动并为展开较大活动量的身体运动做好准备；一方面从心理上充分调动幼儿参与活动的积极性和愿望，使幼儿精神振奋，情绪饱满，跃跃欲试。这部分占整个活动的10%~20%。

第二部分为基本部分，是这节课的重难点。全课的运动负荷高峰都在这个环节，且出现高峰的次数也多。为了掌握好基本部分的节奏，合理安排好幼儿的运动负荷，我把幼儿主动探索器械玩法放在前面，等幼儿运动高峰逐渐稳定后，再把情绪易激动的游戏“宇宙探险”放在后面。在幼儿自主探索器械玩法时，充分发挥幼儿的自主能动性，运用操作练习法让幼儿自己去探索，去实践，去发现。如：在走棉垫区，看似一样平坦的棉垫，走着却会突然陷下去，失去平衡；在高空

跳中幼儿从跳台跳到海洋球池中，不知道到底有多深，这都需要幼儿通过自己的实践、探索才能明白；在实践探索中去克服困难、锻炼意志品质。

而游戏部分是整节课的高潮。教师以讲述讲解的方法把游戏的要求简单、明了的传达给幼儿让幼儿明白自己的任务及要注意的事项。语言准确精练，并充分调动幼儿的积极性。整个游戏围绕太空寻宝，需要坐摇摆椅、走棉垫、爬过攀爬墙，在各个角落找到宝物。在此我为幼儿准备了两条遨游太空的路线，一条较难，一条较容易。幼儿需要了解自己的能力，来自由选择一条符合自己能力的游戏线路，这样就避免了因幼儿能力差异使有些能力较弱的幼儿在活动中有挫败感，尽量让每个幼儿都能愉快游戏。在游戏中幼儿要克服困难，学会与同伴协作解决，锻炼幼儿的意志品质。在准备好的太空场景、音乐中幼儿愉快游戏，而教师作为幼儿游戏中的支持者、合作者、引导者，随时密切关注幼儿的活动，使他们尽量能在游戏中高度兴奋，完成活动量较大的游戏活动。这部分占总课程的70%~80%。

最后的结束部分我以简明扼要的语言小结了本次活动，并安排给每位幼儿颁奖，使他们获得成功感、满足感，也让幼儿的身体和情绪从高度紧张、兴奋、激动的状态过度到相对平稳的状态。这部分活动时间约为总课程的10%。

在本次活动中我遵循循序渐进性原则及发展性原则，使幼儿在活动中从易到难、从简到繁；根据大班年龄特点及幼儿体育课的特点，在运动负荷上做到了强度较小、密度较大、时间较短、激缓结合，动静结合。使幼儿在活动中身体得到了很好的锻炼，心理上也得到了满足；培养了他们克服困难，与同伴合作的精神。我希望通过这次活动更激发幼儿对太空、对宇航员的兴趣，对科学的兴趣，为孩子以后走上科学的道路奠定基础！

# 大班健康教案篇十七

- 1、知道蛀牙产生的原因
- 2、懂得怎样爱护自己的牙齿
- 3、简单了解牙齿的结构，学习正确的使用牙刷刷牙的方法，知道健康的刷牙时间

- 1、牙刷、牙杯、镜子、封口袋子若干；
- 2、教学ppt和牙齿模型
- 3、牙医博士的图片一张
- 4、《牙医之歌》见附

（出示牙医博士的图片）他是谁呀？想不想知道他是什么医生呢？听一听他怎么说吧！

教师唱《牙医歌》，向幼儿介绍牙医博士

你的牙齿疼过吗？什么时候？为什么疼的？

你认为我们的牙齿里会有洞洞吗？

（照镜子寻找自己的蛀牙）今天呀，牙医博士就是专门小朋友们的牙齿的。牙医博士说了，要想帮助自己的牙齿，就要先找到牙齿哪里生病了。牙医博士给小朋友们准备了好多小镜子，请你们现在就去照照小镜子，找一找自己有没有有洞洞的牙齿，如果有洞洞，那洞洞是什么样子的？什么颜色的？赶快去看看吧！

师幼讨论蛀牙产生的原因——教师：蛀牙的产生是因为糖或巧



克力之类的吃多了，或者小的时候喝了太多的酸奶，又或者含有糖粉的零食、点心吃的太多了，所以才会导致蛀牙的产生。

师幼讨论——教师：蛀掉的牙齿，我们可以找牙医博士来补完整。而且我们要注意饭后漱漱口、少吃零食、少吃糖，最重要的是要坚持每天刷牙。只有做到这些了，我们的牙齿才会越来越健康。

（出示牙齿模型）向幼儿介绍牙齿结构（牙龈：保护牙齿的根部，还对牙齿的稳固起着重要的作用；牙齿：咀嚼食物）——幼儿讨论正确使用牙刷、牙膏和刷牙的正确方法，应且个别幼儿上前利用牙齿模型演示——教师，并正确掩饰牙刷和牙膏的正确使用方法和刷牙的正确方法：每天要刷两次牙才是健康的。因为一天吃三顿饭，再吃点水果、点心之类的，虽然每次都漱漱口，但是还是会有残留的东西，如果晚上睡觉之前不刷牙就会导致蛀牙。为什么早上要刷牙呢？因为啊人在晚上睡觉的时候，口腔一直都是闭合的状态，口腔内会滋生很多的细菌，对身体的健康和牙齿的健康都没有好处，所以早上起床也是一定要刷牙的。而且牙医博士还建议我们每次刷牙要刷够2分钟，才能真正的对牙齿有好处呢。

师：老师为你们准备了一首儿歌动画，时间刚好是健康的2分钟刷牙时间。当歌曲和动画结束的时候就是我们刷好牙齿的时候哦！下面我们请马老师为我们拿出牙刷和牙杯，一起来清洁一下我们的小牙齿吧！（幼儿分组拿自己的小杯子用牙刷刷牙！）

收拾牙刷（用封口袋子装起来）和小杯子——用小镜子照一照检查一下自己的牙齿有没有刷干净附：

### 《牙医之歌》

我是一名小牙医，我的本领大！

你的牙齿生病了，就来找我吧！

我来帮它看看病，然后修修它！

保证你的小牙齿，白亮又健康！

## 大班健康教案篇十八

1、了解基本的劳动技能，体验劳动的乐趣。

2、养成从小爱劳动的习惯。

3、了解五官的作用，掌握保护五官的方法，培养幼儿自我保护的能力。

4、引导幼儿学习缓解眼睛疲劳的保健操。

1、餐前准备：

(1)、保育员指导值日生有序地铺桌巾，分碗、勺、盘、筷子等餐具及毛巾。

(2)、鼓励能力强的幼儿自己盛饭、盛汤（吃多少盛多少），并为同伴服务。

2、进餐过程：

(1) 结合膳食，知道幼儿剥、剔食物。

(2) 鼓励幼儿不挑食，吃完自己的一份饭菜。

(3) 将事物的残渣放在固定的盘子里，保持桌面清洁。

(4) 及时处理幼儿进餐中出现的问题，如饭菜打翻时，提醒幼儿即使避让，再用工具清理。

### 3、餐后整理：

(1)、餐后幼儿先清理桌面的残渣，再将餐具分类摆放在固定的地方。

(2)、值日生整理餐桌。

幼儿的兴趣非常浓，能积极回答老师的问题，但在幼儿讨论的这个阶段，我应该创设情景，让幼儿体验。我会多看看多学学，让以后的教学活动能够更好。