

2023年幼儿园健康课教案中班上学期(实用12篇)

教案可以帮助教师有条不紊地组织教学内容，提高教学效果。以下是小编为大家整理的四年级教案范文，供大家参考和借鉴。

幼儿园健康课教案中班上学期篇一

设计意图：中班幼儿的平衡、爬行正处于发展阶段，根据我班幼儿想象力丰富，喜欢玩游戏的特点，我设计用泡沫板让幼儿边玩边创造，发展幼儿平衡、及爬行能力。

目标：1通过玩泡沫板让幼儿试着创编玩法，练习平衡及爬行能力。

2培养幼儿合作游戏的能力。

准备：录音机泡沫板天线宝宝图案、篮球架、大积木等大型器械。

过程：一。听音乐进教室

1、我们是聪明的天线宝宝，一起去玩游戏好吗？先说个天线宝宝的儿歌吧。

2、说儿歌：

天线宝宝真能干，

聪明无比智慧大。

神奇的风车转一转，

高高兴兴跳起来。

（放音乐做准备活动让幼儿自由做）

二、创编演示玩泡沫板

- 1、我知道天线宝宝很聪明，今天看谁拿泡沫板玩得花样最多，让我们来试试。
- 2、巡回指导及时鼓励勇于创编的幼儿。
- 3、启发引导：宝宝们看活动室里还有很多东西，你都可以利用去。（让幼儿继续玩，鼓励幼儿勇于创编，老师也参与创编。）
- 4、快来神奇的风车转了，因为天线宝宝都开动了脑筋，创编了许多有趣的玩法，都有什么玩法呢？（总结刚才幼儿创编的玩法）。
- 5、这么多玩法你喜欢那种玩法？
- 6、用幼儿喜欢的玩法进行竞赛游戏。
- 7、我刚听说天线宝宝乐园的小路坏了，我们背着天线宝宝爬过去给它铺一条路吧，路铺好了我们从小路爬到天线宝宝乐园去吧。

三结束：

宝宝们都累了，我们去休息一下吧！

幼儿园健康课教案中班上学期篇二

1. 初步了解食物在人体内的消化、吸收过程。

2. 愿意养成饭前洗手、细嚼慢咽、不吃不洁食物的饮食卫生习惯。

1. 幼儿用书。

2. 热牛奶，洗净的苹果。

1. 体验活动：食物哪儿去了？

请幼儿慢慢地喝温牛奶，体会水被慢慢咽下去的感觉，猜一猜喝下去的牛奶到哪儿去了？

请幼儿吃苹果，体验苹果在口腔中初步被磨碎的过程，感受食物在口腔中的变化，体会下咽的感觉，说一说咽下的苹果去哪儿了。

2. 阅读幼儿用书，观察食物的“旅行”线路图。

教师引导幼儿观察幼儿用书的相关画面，并将上面的文字念给幼儿听，再结合幼儿喝牛奶、吃苹果的体验做适当的讲解，帮助幼儿了解食物在消化系统内的变过程。

教师：食物进入人体后，都经过哪些器官？

教师：这些器官都有什么作用？

3. 讨论。

教师：小朋友有没有肠胃不舒服的时候？什么时候？为什么？

教师：小朋友怎样保护这些器官？

教师小结：吃东西时要细嚼慢咽，不要吃得太多，也不要饿着，不吃不干净的食物，少喝冷饮，多喝水，多吃蔬菜。

活动变式可以结合本班幼儿的饮食问题引出话题。也可以用故事、保健医生的专引出活动。

活动延伸进餐时，引导幼儿体验不同的食物在口腔咀嚼的感觉；提醒幼儿饭后认真漱口，早晚刷牙，保护牙齿，以更好地咀嚼食物。也可开展娃娃家喂娃娃等游戏，写提供牙齿的图片、模型，帮助幼儿认识牙齿作用，练习用牙刷刷牙。

重点提示讲述食物在消化系统的旅行活动过程时，只要让幼儿知道旅行的线路及各消化器官的名称即可。

个别指导 进餐时，指导值日生报菜名，提醒幼儿干稀搭配、荤素搭配、细嚼慢咽，不暴饮暴食，养成文明进餐的习惯。

幼儿园健康课教案中班上学期篇三

1. 探索身体运动的不同方法，体验集体运动的快乐。
2. 能跟着音乐有节奏的动作。
3. 锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。
4. 提高幼儿身体的协调能力，体验玩游戏的乐趣。

一、律动分享

1、教师带幼儿律动

听！这是什么音乐？对！是健康歌的音乐。跟着老师一起来运动吧！

我们一起来喊口令。

二、创编动作分享交流

1、谁知道刚才我们运动的是身体的哪个地方？

小结：经常的运动关节可以让我们的身体更加灵活。

2、我们身体上还有什么地方也需要经常的做运动？

说了那么多的地方，能不能听着音乐做做看？什么时候做？我来做望远镜，找找你们有几种不一样的运动身体的方法。

3、集体初步尝试

4、个别交流

我找到了好多运动身体不一样的方法。谁来做小小教练，教教我们大家？

（动作的方向，力度，节奏，伸展度上引导幼儿）

5、集体再次尝试

可以学学朋友的好方法，也可以做做自己想到的好方法，比比谁的动作最象教练，又漂亮又有力。

三、观察图片，拓展新动作

2、给你们一点时间，去看一看，试着做一做，看能不能发现我锻炼的方法。

手叉腰图片、箭头一圈的图片两张一方向不同（发现箭头的涵义）

左右角轮换出去，头摇摆动作的图片四张（从图片的顺序中找到运动身体的方法）

踮脚动作（发展幼儿的观察力）

3、交流发现，尝试有节奏的动作

你看明白了哪一张？

小结：看懂了箭头的意思就明白了这个锻炼的方法。

小结：只要仔细一点，耐心一点，按着图片的顺序1234一个一个做，就能发现这个动作是怎么做的了。

小结：虽然这个动作只有两张图片，但是如果看得不仔细，就很难发现我锻炼的秘密了！

1、三个幼儿一起做一个方法，他们做的一样吗？你和谁做的一样？再听着音乐一起做

2、一个幼儿带着其他幼儿一起做，动作由慢到快，———清唱动作

3、幼儿讲，然后听音乐一起做）

还有好方法吗？回到教室教给你的好朋友。

整节课下来，课堂气氛是很活跃的。幼儿的积极性和参与度都很高。因为《健康歌》幼儿平日生活中也接触过，所以学习歌曲非常的快，一节课下来，都能记住歌词并能完整的演唱下来。目标也基本达成。在表演环节，幼儿能充分发挥自己的想象，编出各种可爱的且符合歌词内容的动作，并能通过身体把它表现出来。不足的地方就是歌曲表演时，时间不是很长，很多幼儿很爱表演，让所有幼儿都能参与到活动中来。

幼儿园健康课教案中班上学期篇四

1、知道太阳、空气与人们的身体健康有密切的关系。

2、 知道多晒太阳，多在空气清洁的户外游戏活动，可以使人的身体更健康。

幼儿用书：“暖暖的’太阳、新鲜的空气”活动过程：1、讨论：身体健康离不开太阳。

（在太阳下游戏会感到很舒服，很暖和，小朋友们正在长身体，更需要多晒太阳，太阳光能帮助我们身体多吸收钙，使骨头长得粗壮结实。）出示佝偻病□o型腿患儿的照片，介绍多晒太阳的重要性。

：太阳真好，照在身上很温暖，能帮助我们杀死衣服及其他东西上的细菌，使人们不生病或少生病，使我们的骨头长得结实。没有太阳的照射，我们会生病。人离不开太阳，人需要多晒太阳才健康。

2、 讨论：清洁的空气对我们身体健康有好处。

提问：图片中的小朋友怎么啦？他们为什么会这样？

3、 ：太阳和空气真好，能使我们身体健康。

小朋友们要多晒太阳，多呼吸新鲜清洁的空气，这样才能使你们更好地健康成长！

幼儿园健康课教案中班上学期篇五

1、继续运用同种色或相似色进行渐变接色。

2、知道西红柿是有营养的蔬菜，对人体有很多益处。

1、涂色—西红柿

2、油画棒，彩图西红柿若干。

教师：看看，这是什么蔬菜？

西红柿有什么营养？对我们有哪些好处？

提问：新鲜的西红柿是什么样的？

（果实很饱满不干瘪，叶子和果实有很多水份，发着光亮。）

提问：西红柿有几种红色，除了红色还有什么颜色？

（红红的，很新鲜，很饱满。）

观察教师涂朱红，然后涂桔黄，使之自然过渡。

1、每个人选两个颜色画一个新鲜的西红柿。

2、分辨颜色的深浅与过渡，创造性地进行选配。

例如：有的是朱红和桔红，有的是桔红和桔黄，有的是桔红和中黄。

3、不断观察调整深浅的过渡。

哪些西红柿看上去特别新鲜？它们是怎样配色和涂色的？哪些西红柿看上去有点像假的？

幼儿园健康课教案中班上学期篇六

现在幼儿健康问题非常重要，家长更是溺爱幼儿，只要幼儿喜欢吃的，不管有没有营养都随幼儿，这样从小对幼儿健康不利，所以我设计本节活动，让幼儿自身知道吃健康的食物对身体的好处，吃“垃圾”食品对身体，对胃的伤害。

1、通过学习初步感知胃的存在，知道胃的重要性。

2、知道食物的消化过程。

苹果、挂图、多媒体课件

1、提问引入：“小朋友们，今天老师带你们去一个好玩的地方，你们想去么？”（出示挂图，苹果园）

“小朋友们，你们喜欢吃苹果么？喜欢什么颜色的苹果啊？”

“今天老师给小朋友们在果园摘了好多的苹果，请小朋友尝一尝，看看老师的苹果好吃不好吃？”

2、教师将苹果分发给小朋友，同时出示多媒体影片（果园风景）。

苹果现在在哪呢？”（肚子里）

3、教师这时问“哦，那我们知道肚子里面到底长得什么样子呢？”（让幼儿想象回答）

4、教师通过听小朋友答案后，引导小朋友观看“胃的自述”影片。影片过后，再次让幼儿回答前面问题“苹果到底到哪了？”初步感知“胃”，和食物运动的过程。

5、让幼儿自己找找胃的位置。

6、“小朋友们，你们真厉害，都找到自己的胃了！那我们现在就和胃成为好朋友了是吗？”（幼儿回答是）

然后观看影片《胃的烦恼》，让幼儿感知胃的功能，以及如何保护胃的方法。

影片后，叫幼儿回答问题：“什么时候胃会难受？”“怎样保护？”

教师：“今天我们认识谁啊？”“我们的好朋友胃希望我们能好好保护他，我们一定好做到哦！”继续加深幼儿对胃的认识。

1□

2□

“今天小朋友表现的太好了，老师带你们去外面看看，还有哪些好吃的水果成熟了，好不好？”伴随轻音乐离开活动室。

幼儿园健康课教案中班上学期篇七

1、引导幼儿了解饮食卫生与人体健康的密切关系，知道蛔虫病是怎么回事。

2、知道怎样预防蛔虫病的相关卫生知识。

1、录音机、磁带。

2、图片：胖、瘦不同的两个圆圆纸偶娃娃、水果等。

1、出示纸偶娃娃圆圆，以自我介绍的形式出场。

圆圆：“大家好，我叫圆圆，你们看我长得胖乎乎的，是不是很可爱呀？”

幼：“可爱。”

圆圆：“可是这不是现在的我了，现在的我已经变成这个模样了，小朋友们，请你们说一说，现在的我是什么样子的好吗？”

幼：“瘦瘦的。”

圆圆：“那你们猜猜胖胖的圆圆为什么会变瘦了呢？”

幼1：“不吃饭。”

幼2：“挑食，吃了不卫生的东西了。”

师：小朋友的答案可真多呀！现在请圆圆把自己变瘦的故事讲给大家听好不好呀？

2、听录音故事，并逐一出示图片。

教师根据故事情节提问幼儿，引导幼儿回答问题并讨论。例：

师：“圆圆原来为什么很胖？现在为什么经常肚子疼？”

幼1：“吃干净的东西，好好吃饭圆圆就会很胖。”

幼2：“吃了没有洗干净的水果，肚子就疼了。”

3、围绕故事展开讨论，圆圆为什么变瘦？怎样预防蛔虫病？

师：“日常生活中自己应该怎样做？你的身边有没有像圆圆那样的孩子？”

4、教师总结：小朋友日常生活中应该注意哪些卫生问题。

师：小朋友们今天表现的可真好呀！所以老师要把圆圆送给我的这一篮子水果奖给大家吃，好不好啊？启发幼儿知道把水果洗干净再吃，讲卫生不生病。并教育幼儿在以后的生活中都要记住讲卫生，养成良好的生活、卫生习惯。

幼儿园健康课教案中班上学期篇八

- 1、激发幼儿探究黄豆与豆制品关系的欲望和兴趣。
- 2、引导幼儿初步认识黄豆及其制品，并了解其营养价值。
- 3、培养幼儿运用多种感官辨别黄豆并区分豆制品的能力。

1、重点：帮助幼儿了解黄豆及其制品具有丰富的营养价值。

2、难点：引导幼儿运用多种感官、方式辨别黄豆，区分豆制品。

黄豆、红豆、绿豆等各种豆子，各种豆制品若干，蔬菜、水果若干，图片“黄豆爷爷”。

（一）开始部分：

- 1、请幼儿品尝豆制品，引出认识黄豆的课题。
- 2、教师与幼儿边品尝边互相交流。
- 3、教师提问：这些食物都是用什么做的？

（二）基本部分：（重点、难点部分）

幼儿通过观察、比较及讨论辨别出黄豆，掌握其外形特征，了解其营养价值，并能运用所学知识区分豆制品。

1、幼儿运用已有经验，尝试性地寻找出黄豆。（教师提供黄豆、绿豆……请幼儿看、摸，并运用经验找出黄豆。）

2、认识黄豆外形特征。

（1）幼儿相互交流，掌握黄豆外形。

(2) 教师引导幼儿总结出黄豆外形特征。

教师提问：

- a. 黄豆是什么颜色的？
- b. 黄豆是什么形状的？
- c. 黄豆上有什么？
- d. 黄豆摸上去有什么感觉？

3. 认识豆制品，了解它们的营养价值。

(1) 幼儿利用已有经验，理解黄豆与豆制品的关系。(教师讲解什么是豆制品。)

(2) 引导幼儿通过生活经验，说出豆制品。

(3) 教师提问：你还吃过哪些豆制品？

(4) 帮助幼儿了解豆制品具有的丰富营养价值。

4、引导幼儿在已有知识基础上，区分出豆制品。

(1) 出示各种豆制品及非豆制品食物。

(2) 通过游戏“豆宝宝找爷爷”让幼儿在众多食物中找出豆制品。

(三) 结束部分：

1、观察豆芽，激发幼儿探索豆芽生长过程的兴趣。

2、引导幼儿观察豆芽。

3、引起幼儿探究黄豆变豆芽的欲望。

（四）延伸活动：《发豆芽》

幼儿园健康课教案中班上学期篇九

1、了解故事的基本情节，能说出感冒的一些症状，了解感冒给身体带来的不适。

2、学会预防感冒的方法。

ppt

1. 看这是什么？（口罩）

你们见谁带过口罩？（医生、护士、清洁工）你知道为什么要带口罩？（口罩可以抵挡细菌）

3. 分段欣赏课件，理解故事内容。

（1）欣赏课件第一段，说说小河马怎么了？

小河马得了什么病？医生给它戴什么了？为什么要带口罩？

（2）欣赏课件第二段，猜猜“口罩不见了”又会发生什么事情？

他打了一个大大的喷嚏，结果……（把大口罩打的不见了）小朋友们这个喷嚏怎么样？（很大）那他会是怎么打的呢？谁想学一学？我们来一起学一下吧！你们的喷嚏可真厉害啊！（不过打喷嚏的时候我们要注意不能对着食物和人来打，那样会传染细菌，而且是不礼貌的。）

想想谁会捡到这个病菌的大口罩？会用他来干嘛？

想想谁会捡到小河马的大口罩？他们又会用口罩做什么事呢？

(3) 欣赏课件，说说“口罩不见了”后发生的事情。

小河马把大口罩打飞了，口罩会飞哪里呢？我们来一起看看吧！

这个带着病菌的口罩飞到过哪里？见过谁呢？他们把口罩当成什么了？

最后小动物们怎么了？为什么会感冒？小路和小羊没碰过口罩为什么也生病了？（总结：原来小动物们都是被小河马的大口罩传染的，因为小河马得了重感冒，大口罩上带了很多细菌，很多小动物都用过大口罩，小鹿和小羊还吃过用大口罩来装的蘑菇，所以他们都感冒了，感冒原来是会传染的。）

带细菌的口罩到过这么多地方，是谁让口罩沾上病毒的？
(小河马)

带完口罩能乱放吗？应该放在哪里呢？我们可以随便捡地上的东西来用吗？为什么啊？

四、了解感冒的症状。

小朋友们你们感冒过吗？怎样得的感冒？感冒后会怎么样呀？结合自己的经历来说一说

五、说一说治疗感冒的方法。

如果你是熊医生，你怎样为小动物治疗感冒。

六、说一说预防感冒的方法。

1. 感冒了，你觉得难受吗？那请你们想想有什么办法让我们少生病？（多喝开水、适当穿衣、多吃蔬菜、锻炼身体、空

气流通，注意卫生）。

2. 为了我们的身体不容易生病感冒，不和小河马一样得重感冒，想不想把我们的身体也锻炼的棒棒的啊！我们一起来运动运动，锻炼一下身体。

幼儿园健康课教案中班上学期篇十

1、锻炼幼儿多个器官动作的协调性和灵活性

2、培养幼儿有爱护环境、保持环境整洁好习惯的意识准备：塑料胶袋人手一个、垃圾（由大小厚薄不同的报纸分散四周替代）、积木若干个、教师铃鼓一个过程：

1、活动身体：幼儿随音乐节奏跟着老师做自由舞

2、商议活动进程：今天，老师带你们来到了幼儿园的新操场上，看到了很漂亮的图画在地上，是不是？那小朋友，你们说，要是这里有很多垃圾在这里，还漂亮吗？所以呢？今天我们中二班的小朋友来做个能干的好孩子，帮我们的幼儿园把垃圾清理干净（幼儿自由商议，教师了解幼儿的想法）

3、实践操作：幼儿在场地上四散练习捡“垃圾”

4、集中幼儿，教师对幼儿成果进行评价：谁捡的多？

8、随音乐回教室。

幼儿园健康课教案中班上学期篇十一

1、知道太阳、空气与人们的身体健康有密切的关系。

2、知道多晒太阳，多在空气清洁的户外游戏活动，可以使人的身体更健康。

幼儿用书：“暖暖的太阳、新鲜的空气”活动过程：1、讨论：身体健康离不开太阳。

（在太阳下游戏会感到很舒服，很暖和，小朋友们正在长身体，更需要多晒太阳，太阳光能帮助我们身体多吸收钙，使骨头长得粗壮结实。）出示佝偻病□o型腿患儿的照片，介绍多晒太阳的重要性。

：太阳真好，照在身上很温暖，能帮助我们杀死衣服及其他东西上的细菌，使人们不生病或少生病，使我们的骨头长得结实。没有太阳的照射，我们会生病。人离不开太阳，人需要多晒太阳才健康。

2、 讨论：清洁的空气对我们身体健康有好处。

提问：图片中的小朋友怎么啦？他们为什么会这样？

3、 ； 太阳和空气真好，能使我们身体健康。

小朋友们要多晒太阳，多呼吸新鲜清洁的空气，这样才能使你们更好地健康成长！

幼儿园健康课教案中班上学期篇十二

现在的孩子大部分都是家里的独苗，在家长们的溺爱下，使他们养成了以自我为中心的性格。当他们的需求得不到满足时，就会大哭大闹，不会调节自己的心情，不懂得如何让自己快乐，更不懂得保持良好情绪的重要性。因此，我通过开展本次活动，让孩子感受情绪的变化并懂得保持良好的情绪对身体的好处。

1、对情绪有初步的认识，知道人的情绪会变化，会用情绪温度计记录自己的情绪

2、懂得保持良好的情绪对身体的好处

3、让幼儿知道愉快有益于身体健康。

4、教育幼儿养成清洁卫生的好习惯。

1、气温温度计一个、人手一支水性笔

2、《洋娃娃和小熊跳舞》、《葬礼进行曲》音乐

3、课件ppt有兴高采烈、伤心难过、垂头丧气等等的脸谱图

体会高兴与伤心的不同心情，理解情绪对健康的影响

了解人的情绪变化，并学习制作情绪温度计

（一）出示温度计。

师：你们知道这是什么吗？它有什么用途？

小结：温度计可以用来测量温度的高低，人们也可以通过温度计来知道天气的冷暖。

【评析：出示温度计引起幼儿的兴趣，让他们结合自己的生活说说温度计的用处。】

小结：零度以上温度是越来越高，零度以下温度是越来越低。

（二）体验不同情绪，知道人的情绪也会变化。

1。播放音乐《洋娃娃和小熊跳舞》、《葬礼进行曲》，感受自己的情绪变化。

2。出示不同的情绪脸谱并认识：兴奋、高兴、伤心。

【播放课件】

师：小朋友们，你们有没有过这样的情绪？【教师组织幼儿自由交流。】

（三）了解情绪对健康的影响。

1. 师：小朋友，你喜欢什么样的情绪？为什么？什么样的情绪最让人舒服、对身体最有益。

【教师出示情绪脸谱，请个别幼儿上台表演。】

2. 教师讲故事《小兔过生日》和《一只丑小兔》。

【评析：通过这两则故事，让幼儿了解过分高兴和过分伤心的情绪都不利于身体健康。】

（四）学习制作情绪温度计。

小结：我们开心的时候可以用红色表示，生气的时候可以用蓝色表示。

师：你觉得在“情绪温度计”中，记录下红色刻度好，还是蓝色刻度好？为什么？

小结：我们可以用情绪温度计记录自己每天不同的情绪变化，每个人要经常保持愉快的心情，这样才有利于身体的健康。

【教师做示范，在情绪温度计上记录自己的情绪，让幼儿把握要点。】

在活动中，孩子们根据自己的感受讲述了自己的情绪，有喜有悲，让我很感触。我告诉孩子，每个人都有开心与不开心的时候，它直接影响着一个人的情绪，温度计反映了一个人的内心，冷的时候温度下降，热的时候，急剧上升。但是不

管怎样，我们每个人都要保持开心的心态，调节自己的情绪。我给孩子看了一些情绪图片，教孩子学会情绪管理的方法。让孩子认同自己，有情绪空间，能自由、开放地感受和表达自己的情绪，使某些园本正常的情绪感受不因压抑而变质。我和孩子一起看图片学习怎样适当宣泄自己的情绪，如：在愤怒的时候，不妨跑跑步、打球来释放；在悲伤时，不妨大哭一场等。只有驾驭自己的情绪，才能成为健康的孩子。