

# 健康类教案大班上学期 大班健康教案(实用11篇)

高二教案还可以帮助教师创设合适的教学环境和氛围，促进学生的积极参与和学习效果的提高。通过阅读范文，你可以了解初三教案的编写思路和教学策略，以便更好地指导你的教学实践。

## 健康类教案大班上学期篇一

- 1、了解与他人友好交往方法。（重点）
- 2、懂得谦让、理解他人，会给自己带来快乐。（难点）

1□ppt□心情播报员、壮壮和小朋友。

2、音乐：快乐颂、快乐拍手歌。

3、心情卡3张，记录纸和笔。

一、创设情境、体验情绪

（一）、律动：《快乐颂》

（二）、心情预报

观看心情预报——ppt

（三）、猜一猜心情不好的原因

提问：晴天代表什么样的心情？阴天代表什么样的心情？猜一猜壮壮为什么会心情不好？

重点引导幼儿根据自己的已有经验讲述心情不好的原因。

（四）、观看——ppt《壮壮和小朋友》，了解壮壮阴天心情的原因

- 1、 提问：壮壮为什么心情不好？小朋友为什么都不理他了？
- 2、 帮助壮壮想想办法，他应该怎样做才能让小朋友重新喜欢他？
- 3、 我们帮助壮壮解决了问题，看看壮壮现在的心情是怎样？

（播放ppt心情预报员）

- 4、 讨论：生活中你游戏的时候，如果你想玩别人的玩具，应该怎么办？
- 5、 教师小结：大家一起玩的时候要学会谦让、等待、协商、合作，这样别人才会喜欢和你做朋友，朋友多了你才会更快乐。

二、寻找快乐的办法，并体验快乐。

2、 分组讨论并记录调节心情的方法。

（站排头、想看同一本书、别人说我画的画不好看）

教师重点引导幼儿想出调节心情的方法并进行记录。

3、 结束活动：音乐《快乐拍手歌》

其实让我们快乐的方法还有很多，比如唱歌、跳舞、跑步、吃好吃的食物、看电视、散步等都会让我们的心情好起来！让我们一起来跳支舞吧！

## 健康类教案大班上学期篇二

喝水对幼儿的健康成长具有重要作用，然而很多幼儿即使是天气炎热时都不知道主动补充水分。有些幼儿虽然口渴了会主动找喝的，但在家中他们往往更倾向于选择甜甜的饮料，而非白开水，因此我设计了该活动。

### 活动目标

1. 知道人每天都需要喝水，想喝水时会主动去喝。
2. 懂得白开水是最好的饮品，在日常活动中能主动喝白开水。
3. 初步了解健康的小常识。
4. 初步了解预防疾病的方法。
5. 知道人体需要各种不同的营养。

### 教学重点、难点

- 1、养成健康饮水好习惯。
- 2、少喝饮料。

### 活动准备

- 1、自制ppt（锻炼后、起床时等图片，自来水、井水等图片），两盆洋花萝卜（一盆浇水，发芽、长叶，一盆没水，干枯）。
- 2、活动前，教师带幼儿进行实验探究，观察同样光照下的两盆萝卜，每天带幼儿给一盆浇水，另一盆不浇水。

### 活动过程

1、感知讨论，了解水对身体生长的重要作用。

(1) 通过回忆激活已有体验，感受口渴后喝水带来的舒适。

(活动前进行适当体育活动，之后教师带幼儿喝水。)

(2) 观察洋花萝卜，了解缺水的后果。

师：这两盆萝卜有什么不同？你知道为什么吗？

师：原来，萝卜没有水喝就会枯死。人也像萝卜一样离不开水，我们只有每天多喝水才能长高长大。

2、了解什么时候应喝水、那些水不能喝。

(1) 观察图片，了解锻炼后、外出游玩时、洗澡后想喝水，睡觉起床时也会想喝水。口渴了不喝水会很难受，小朋友想喝水可以自己喝水。

(2) 了解有些水不能喝。

出示图片：井水、自来水、池塘水。师：这些水看上去清清的，但是不能喝，因为水里有细菌，只有烧开了才可以喝。

3、通过保健医生的讲解，了解白开水是最好的饮品。

饮料里有色素、糖、香精，对身体很有害，只有白开水是最好的。

4、评选“喝水小宝宝”

延伸活动：

1、制作“今天你喝了没有”的记录表贴在水桶边。

2、家园配合，提醒幼儿口渴喝白开水，少喝饮料，养成好习惯。

## 教学反思

本次活动首先从幼儿的体验入手，让幼儿在锻炼后饮水，感受口渴时喝水的舒适。其次引导幼儿观察洋花萝卜，切实体会喝水的重要性。第三，通过幼儿心目中的权威人物保健医生的讲解，让幼儿明白白开水才是最健康的饮料。最后，通过每周末评选“喝水小宝宝”的方式，激发幼儿主动饮水的意愿。活动后，大多数幼儿能主动饮水，个别幼儿不能断绝喝饮料，需要一个慢慢适应的过程。

## 健康类教案大班上学期篇三

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、 教师出示红绿灯牌， 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

# 健康类教案大班上学期篇四

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。

### 健康类教案大班上学期篇五

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！

# 健康类教案大班上学期篇六

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，送水前要先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。

## 健康类教案大班上学期篇七

- 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！

## 健康类教案大班上学期篇八

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！

## 健康类教案大班上学期篇九

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”

## 健康类教案大班上学期篇十

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。

## 健康类教案大班上学期篇十一

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。