

2023年中班健康活动能干的小手教案 中班健康活动教案能干的小手(通用8篇)

高中教案的设计是为了指导教师在教学过程中合理安排课程内容和教学活动的一种教学资源。通过教案的编写，可以使教学更加有条理，更容易达到预期的教学目标。领略中班教案的优秀之处，提高教师的教育教学水平。

中班健康活动能干的小手教案篇一

- 1、认识手的结构和功能，了解五个手指的名称。
- 2、帮助幼儿理解，体会自己的小手很能干。
- 3、简单了解保护手的方法。

- 1、手的图片
- 2、小指环（与幼儿人数相同）
- 3、操作材料：
（1）夹珠子（筷子、弹珠）

一、折花引起幼儿的兴趣。

师：老师今天来变魔术，用这张纸来变一朵花，看老师是怎么变的？（幼儿观察，老师折）看！老师变出了一朵什么花？解释一下是郁金香。

师：我们小朋友想不想也来变一变呀？你们说说刚才老师是怎么变的？老师边听边示范。

那我们小朋友也来变一变。幼儿折纸

二、引导幼儿说说自己的小手能做什么，使他们体会到自己的小手很能干。

提问：

1、刚才我们小朋友做了什么是用什么做的呀？ 幼儿回答，

2、老师总结：我们小朋友真聪明，刚才就是用我们的小手来变了一朵郁金香，我们的小手真能干，那除了小手会折纸以外，我们的小手还会做些什么呢（个别回答，与旁边的幼儿交流）

老师小结：小朋友的小手真能干，可以做这么多的事，我们来看看我们的小手长什么样的？手上有些什么呢请小朋友伸出自己的小手仔细地看一看。

三、观察认识手

1、幼儿观察手

提问：你的手上有什么（手指）手指上面还有什么？对的，我们手上有手指，手指上还有指纹。有几个手指呀幼儿讲述后，老师可以和小朋友一起数一数有几个手指。

2、认识手指名称。

师：你们知不知道我们每个手指都有它们的名字，谁知道它们都叫什么名字？讲得对的，老师可以表扬一下，你真棒，（请小朋友全体伸出这个手指）它叫什么一起说一说。

3、认识手的其它部分。

（1）刚才我们知道了我们每个人有十个手指，而且它们都有自己的名字，那我们的手上还有什么？（手掌）

四、幼儿讨论：

老师小结：勤洗手，保持手的清洁，不玩刀和其它尖的东西，

以防触伤自己的小手，冬天外出戴手套，涂一些护肤品等。

中班《能干的小手》健康活动教案4

1. 认识手的结构和功能，了解五个手指的名称。
2. 帮助幼儿理解，体会自己的小手很能干。
3. 简单了解保护手的方法。

1. 手的图片

2. 动物大指偶5个小指偶若干(与幼儿人数相同)

3. 操作材料:(1)夹珠子(筷子、木珠)(2)穿珠子(3)绘画(涂色：“手套”)

一、幼儿操作老师简单介绍操作内容和材料，请幼儿操作，让幼儿在操作的时候想一想：“你是用什么来做这些事的？”

二、引导幼儿说说自己的小手能做什么，使他们体会到自己的小手很能干。

提问:1. 刚才你做了什么?是用什么做的?2. 除了刚才做的事以外，你的小手还会做什么?(个别回答，与旁边的幼儿交流)老师小结:小朋友的小手真能干，可以做这么多的事，那么，小手为什么会这么能干呢，手上有些什么呢?请小朋友伸出自己的小手仔细地看一看。

三、观察认识手

1、幼儿观察手提问:你的手上有什么?(手指)

2、认识手指名称。

(1)介绍手指名称。出示图片，分别介绍五个手指的名称。最矮最粗的叫大姆指，让幼儿伸出大姆指表扬表扬小朋友，也表扬表扬自己，最细最小的叫小指，让幼儿伸出小指；中间最高的是中指，让幼儿伸出中指；中指和大姆指中间的叫食指，请幼儿伸出食指；中指和小指中间的叫无名指，幼儿伸出无名指。

(2)巩固认识手指□a.老师分别将动物指偶戴在五个手指上，幼儿说：老师将xx戴在xx指上□b.游戏：“戴指偶”老师说一个手指的名字，幼儿取一个指偶戴在相应的手指上。

3、认识手的其它部分。

(1)手指长在哪里?(手掌)

(2)手还可以怎样分?(手心、手背)老师伸出手心，手背提醒幼儿。

四、幼儿讨论：如果没有手会怎样?怎样保护手?讨论后请个别幼儿回答，老师小结：勤洗手，保持手的清洁，不玩刀和其它尖的东西，以防触伤自己的小手，冬天外出戴手套，涂一些护肤品等。

五、引导幼儿想想怎样使自己的小手更能干，教育幼儿多动手，勤动手。

提问：怎样使自己的小手更能干?启发幼儿想想：如果什么事都请爸爸、妈妈或爷爷、奶奶做，小手会不会很能干?教育幼儿自己的事情自己做，还要帮助大小做一些力所能及的事。

1. 让幼儿继续操作

2. 在日常生活中提醒、督促幼儿学着自己的事自己做。

中班健康活动能干的小手教案篇二

活动目标：

- 1、认识手的结构和功能，了解五个手指的名称。
- 2、帮助幼儿理解，体会自己的小手很能干。
- 3、简单了解保护手的方法。

活动准备：

- 1、手的图片
- 2、小指环（与幼儿人数相同）
- 3、操作材料：
（1）夹珠子（筷子、弹珠）

活动过程：

一、折花引起幼儿的兴趣。

师：老师今天来变魔术，用这张纸来变一朵花，看老师是怎么变的？（幼儿观察，老师折）看！老师变出了一朵什么花？解释一下是郁金香。

师：我们小朋友想不想也来变一变呀？你们说说刚才老师是怎么变的？老师边听边示范。

那我们小朋友也来变一变。幼儿折纸

二、引导幼儿说说自己的小手能做什么，使他们体会到自己的小手很能干。

提问：

- 1、刚才我们小朋友做了什么是用什么做的呀？幼儿回答，

2、老师总结：我们小朋友真聪明，刚才就是用我们的小手来变了一朵郁金香，我们的小手真能干，那除了小手会折纸以外，我们的小手还会做些什么呢（个别回答，与旁边的幼儿交流）

老师小结：小朋友的小手真能干，可以做这么多的事，我们来看看我们的小手长什么样的？手上有些什么呢请小朋友伸出自己的小手仔细地看一看。

三、观察认识手

1、幼儿观察手

提问：你的手上有什么（手指）手指上面还有什么？对的，我们手上有手指，手指上还有指纹。有几个手指呀幼儿讲述后，老师可以和小朋友一起数一数有几个手指。

2、认识手指名称。

师：你们知不知道我们每个手指都有它们的名字，谁知道它们都叫什么名字？讲得对的，老师可以表扬一下，你真棒，（请小朋友全体伸出这个手指）它叫什么一起说一说。

3、认识手的其它部分。

（1）刚才我们知道了我们每个人有十个手指，而且它们都有自己的名字，那我们的手上还有什么？（手掌）

四、幼儿讨论：

老师小结：勤洗手，保持手的清洁，不玩刀和其它尖的东西，以防触伤自己的小手，冬天外出戴手套，涂一些护肤品等。

中班健康活动能干的小手教案篇三

活动目标：

- 1、认识手的结构和功能，了解五个手指的名称。
- 2、帮助幼儿理解，体会自己的小手很能干。
- 3、简单了解保护手的方法。

活动准备：

- 1、手的图片
- 2、动物大指偶5个小指偶若干（与幼儿人数相同）
- 3、操作材料：（1）夹珠子（筷子、木珠）（2）穿珠子（3）绘画（涂色：“手套”）

活动过程：

一、幼儿操作老师简单介绍操作内容和材料，请幼儿操作，让幼儿在操作的时候想一想：“你是用什么来做这些事的？”

二、引导幼儿说说自己的小手能做什么，使他们体会到自己的小手很能干。

提问：刚才你做了什么？是用什么做的？2、除了刚才做的事以外，你的小手还会做什么？（个别回答，与旁边的幼儿交流）

老师小结：小朋友的小手真能干，可以做这么多的事，那么，小手为什么会这么能干呢，手上有些什么呢？请小朋友伸出

自己的小手仔细地看一看。

三、观察认识手

1、幼儿观察手提问：你的手上有什么？（手指）

2、认识手指名称。

（1）介绍手指名称。出示图片，分别介绍五个手指的名称。最矮最粗的叫大姆指，让幼儿伸出大姆指表扬表扬小朋友，也表扬表扬自己，最细最小的叫小指，让幼儿伸出小指；中间最高的是中指，让幼儿伸出中指；中指和大姆指中间的叫食指，请幼儿伸出食指；中指和小指中间的叫无名指，幼儿伸出无名指。

（2）巩固认识手指。

a□老师分别将动物指偶戴在五个手指上，幼儿说：老师将xx戴在xx指上。

b□游戏：“戴指偶”老师说一个手指的名字，幼儿取一个指偶戴在相应的手指上。

3、认识手的其它部分。

（1）手指长在哪里？（手掌）

（2）手还可以怎样分？（手心、手背）老师伸出手心，手背提醒幼儿。

四、幼儿讨论：如果没有手会怎样？怎样保护手？讨论后请个别幼儿回答，

老师小结：勤洗手，保持手的清洁，不玩刀和其它尖的东西，

以防触伤自己的小手，冬天外出戴手套，涂一些护肤品等。

五、引导幼儿想想怎样使自己的小手更能干，教育幼儿多动手，勤动手。

提问：怎样使自己的小手更能干？启发幼儿想想：如果什么事都请爸爸、妈妈或爷爷、奶奶做，小手会不会很能干？教育幼儿自己的事情自己做，还要帮助大小做一些力所能及的事。

活动延伸：

1、让幼儿继续操作

2、在日常生活中提醒、督促幼儿学着自己的事自己做。

中班健康活动能干的小手教案篇四

幼儿园中班健康活动指出：幼儿的身体经验和身体知识受制于具体的生活环境和文化形态，身体生长教育应当设法帮助幼儿正确地看待自己的身体。本班幼儿属于中班起点的，每一个幼儿无时不刻不在与自己的身体打交道，但他们对自己的身体部位没有充分的认识。因此根据本班幼儿的实际情况，我选择了西安版教材中的《能干的小手》这一节保健活动，其设计思路是通过谈话活动引导幼儿感知手的作用，懂得小手能做许多事情。

借助多媒体课件指导幼儿认识手的外部结构，能说出它们的名称，并教他们学会保护小手的方法，激励他们从小养成爱手护手的好习惯。通过操作活动加深幼儿对手的认识，知道自己的小手很能干，鼓励幼儿经常做力所能及的事会使自己的小手越来越灵活。

1. 知道手能做很多事情。

2. 指导幼儿认识手的外部结构，能说出它们的名称。

3. 学习保护手的方法。活动重点：了解手的作用。活动准备：吸管、细绳、课件。

一. 用幻灯片引出话题：师幼一起跳舞我们都有一双能干得的小手。

二. 启发幼儿认识五个手指的重要，以及保护手的方法。

(1) . 你喜欢你的小手吗？

(2) . 谁愿意来介绍自己的小手，小手是什么样的？（手心、手背、五个手指头）说说五个手指的名称。小朋友说的真好，来让我们一起看大屏幕进一步了解手的结构。

三、观看课件，让幼儿观察、了解手的结构。

(1) 、分别介绍五个手指的名称。最矮最粗的叫大拇指，什么时候用到它？最细最小的叫小指，什么时候用到它？；中间最高的是中指，用它敲敲桌子；中指和大拇指中间的叫食指用食指直指鼻子，用中指和食指做兔子的耳朵；中指和小指中间的叫无名指。

(2) 说儿歌

(3) 、做游戏《找手指》

四、老师出示自己的手巩固记忆手的外部结构。

1、小节：五个手指长短粗细各不相同，但是各有各的用途，它们互相帮助，才能把事情做好。讨论：如何保护手。

2、请小朋友想想还有什么办法保护我们的小手？小结：手是我们的好朋友，多用才能更灵活，更能干。我们要勤洗手，

勤剪指甲，不要咬手指，保持手的清洁，活动时不用手做危险的事情，不玩刀和其他尖利的物品，防止划伤自己的小手，冬天外出，要涂一些护肤品，并戴上手套。

五. 游戏：手指歌

六. 操作活动：

1、画画

2、幼儿作品展示。

中班健康活动能干的小手教案篇五

活动目标：

1. 认识手的结构和功能，了解五个手指的名称。
2. 帮助幼儿理解，体会自己的小手很能干。
3. 简单了解保护手的方法。

活动准备：

1. 手的图片

2. 动物大指偶5个小指偶若干(与幼儿人数相同)

3. 操作材料：(1)夹珠子(筷子、木珠)(2)穿珠子(3)绘画(涂色：“手套”)

活动过程：

一、幼儿操作老师简单介绍操作内容和材料，请幼儿操作，让幼儿在操作的时候想一想：“你是用什么来做这些事

的？”

是用什么做的？2.除了刚才做的事以外，你的小手还会做什么？（个别回答，与旁边的幼儿交流）老师小结：

小朋友的小手真能干，可以做这么多的事，那么，小手为什么会这么能干呢，手上有些什么呢？请小朋友伸出自己的小手仔细地看一看。

三、观察认识手

1. 幼儿观察手提问：你的手上有什么？

（手指）

2. 认识手指名称。

（1）介绍手指名称。出示图片，分别介绍五个手指的名称。最矮最粗的叫大姆指，让幼儿伸出大姆指表扬表扬小朋友，也表扬表扬自己，最细最小的叫小指，让幼儿伸出小指；中间最高的是中指，让幼儿伸出中指；中指和大姆指中间的叫食指，让幼儿伸出食指；中指和小指中间的叫无名指，幼儿伸出无名指。

（2）巩固认识手指。

a.老师分别将动物指偶戴在五个手指上，幼儿说：

老师将**戴在**指上。

b.游戏：“戴指偶”老师说一个手指的名字，幼儿取一个指偶戴在相应的手指上。

3. 认识手的其它部分。（1）手指长在哪里？

(手掌) (2)手还可以怎样分? (手心、手背)老师伸出手心, 手背提醒幼儿。

四、幼儿讨论: 如果没有手会怎样? 怎样保护手? 讨论后请个别幼儿回答, 老师小结:

勤洗手, 保持手的清洁, 不玩刀和其它尖的东西, 以防触伤自己的小手, 冬天外出戴手套, 涂一些护肤品等。五、引导幼儿想想怎样使自己的小手更能干, 教育幼儿多动手, 勤动手。

提问:

教育幼儿自己的事情自己做, 还要帮助大小做一些力所能及的事。活动延伸: 1. 让幼儿继续操作2. 在日常生活中提醒、督促幼儿学着自己的事自己做。

中班健康活动能干的小手教案篇六

1. 认识手的结构和功能, 了解五个手指的名称。
2. 帮助幼儿理解, 体会自己的小手很能干。
3. 简单了解保护手的方法。
4. 知道一些保持身体各部位整洁卫生的方法。
5. 了解主要症状, 懂得预防和治疗的自我保护意识。

1. 手的图片;

2. 动物指偶若干;

3. 操作材料: 夹珠子(筷子、珠子);穿珠子。

4. 歌曲：《我有一双小小手》。

一. 手指游戏互动。

二. 幼儿操作老师简单介绍操作内容和材料，请幼儿操作，让幼儿在操作的时候想一想：“你是用什么来做这些事的呢？”

三. 引导幼儿说说自己的小手能做什么，使他们体会到自己的小手很能干。

师提问：刚才你做了什么？是用什么做的？(幼儿回答)，师：除了刚才做的事以外，你的小手还会做什么？(个别幼儿回答，与旁边幼儿交流)

教师小结：小朋友的小手真能干，可以做那么多的事，那么，小手为什么会这么能干呢，手上有些什么呢？请小朋友伸出自己的小手仔细地看一看。

四. 观察认识手

1. 幼儿观察手。

师：“你的手上有什么？(手指)

2. 认识手指名称。

(1) 介绍手指名称。出示图片，分别介绍五个手指的名称。最矮最粗的叫大拇指，让幼儿伸出大拇指表扬表扬小朋友，也表扬表扬自己，最细最小的叫小指，让幼儿伸出小指；中间最高的是中指，请幼儿伸出食指；中指和小指中间的叫无名指，幼儿伸出无名指。

(2) 巩固认识手指

a老师分别将动物指偶戴在五个手指上，幼儿：老师将什么戴

在什么指上。

b游戏：“戴指偶”老师说一个手指的名字，幼儿取一个指偶戴在相应的手指上。

3. 认识手的其它部分。

(1) 手指长在哪里?(手掌)

(2) 手还可以怎样分?(手心、手背)老师伸出手心、手背提醒幼儿。

五. 幼儿讨论：如果没有手会怎么样?怎样保护手?讨论后请个别幼儿回答。

教师小结：勤洗手，保持手的清洁，不玩刀和其它尖的东西，涂一些护肤品等。

六. 引导幼儿想一想怎样使自己的小手更能干，教育幼儿多动手，勤动手。

小结：教育幼儿自己的事情自己做，还要帮助他人做一些力所能及的事。

七. 结束部分：

我们一起来唱一唱，夸夸我们能干的小手吧!歌曲《我有一双小小手》

1. 让幼儿继续操作。

2. 在日常生活中提醒、督促幼儿学自己的事自己做。

中班健康活动能干的小手教案篇七

1. 认识手的结构和功能，了解五个手指的名称。
2. 帮助幼儿理解，体会自己的小手很能干。
3. 简单了解保护手的方法。

1. 手的图片

2. 动物大指偶5个小指偶若干(与幼儿人数相同)

3. 操作材料:

(1) 夹珠子(筷子、木珠)

(2) 穿珠子

(3) 绘画(涂色：“手套”)

一、幼儿操作老师简单介绍操作内容和材料，请幼儿操作，让幼儿在操作的时候想一想：“你是用什么来做这些事的？”

二、引导幼儿说说自己的小手能做什么，使他们体会到自己的小手很能干。

提问:1. 刚才你做了什么?是用什么做的?2. 除了刚才做的事以外，你的小手还会做什么?(个别回答，与旁边的幼儿交流)老师小结:小朋友的小手真能干，可以做这么多的事，那么，小手为什么会这么能干呢，手上有些什么呢?请小朋友伸出自己的小手仔细地看一看。

三、观察认识手

1. 幼儿观察手提问:你的手上有什么?(手指)

2. 认识手指名称。

(1)介绍手指名称。出示图片，分别介绍五个手指的名称。最矮最粗的叫大姆指，让幼儿伸出大姆指表扬表扬小朋友，也表扬表扬自己，最细最小的叫小指，让幼儿伸出小指；中间最高的是中指，让幼儿伸出中指；中指和大姆指中间的叫食指，请幼儿伸出食指；中指和小指中间的叫无名指，幼儿伸出无名指。

(2)巩固认识手指。

a.老师分别将动物指偶戴在五个手指上，幼儿说：老师将**戴在**指上。

b.游戏：“戴指偶”老师说一个手指的名字，幼儿取一个指偶戴在相应的手指上。

3. 认识手的其它部分。

(1)手指长在哪里?(手掌)

(2)手还可以怎样分?(手心、手背)老师伸出手心，手背提醒幼儿。

四、幼儿讨论：如果没有手会怎样？怎样保护手？讨论后请个别幼儿回答，

老师小结：勤洗手，保持手的清洁，不玩刀和其它尖的东西，以防触伤自己的小手，冬天外出戴手套，涂一些护肤品等。

五、引导幼儿想想怎样使自己的小手更能干，教育幼儿多动手，勤动手。

中班健康活动能干的小手教案篇八

活动目标：

1. 认识手的结构和功能，了解五个手指的名称。
2. 帮助幼儿理解，体会自己的小手很能干。
3. 简单了解保护手的方法。
4. 知道一些保持身体各部位整洁卫生的方法。
5. 了解主要症状，懂得预防和治疗自我保护意识。

活动准备：

1. 手的图片；
2. 动物指偶若干；
3. 操作材料：夹珠子(筷子、珠子)；穿珠子。
4. 歌曲：《我有一双小小手》。

活动过程：

一. 手指游戏互动。

二. 幼儿操作老师简单介绍操作内容和材料，请幼儿操作，让幼儿在操作的时候想一想：“你是用什么来做这些事的呢？”

三. 引导幼儿说说自己的小手能做什么，使他们体会到自己的小手很能干。

师提问：刚才你做了什么？是用什么做的？(幼儿回答)，师：

除了刚才做的事以外，你的小手还会做什么？(个别幼儿回答，与旁边幼儿交流)

教师小结：小朋友的小手真能干，可以做那么多的事，那么，小手为什么会这么能干呢，手上有些什么呢？请小朋友伸出自己的小手仔细地看一看。

四. 观察认识手

1. 幼儿观察手。

师：“你的手上有什么？(手指)

2. 认识手指名称。

(1)介绍手指名称。出示图片，分别介绍五个手指的名称。最矮最粗的叫大拇指，让幼儿伸出大拇指表扬表扬小朋友，也表扬表扬自己，最细最小的叫小指，让幼儿伸出小指；中间最高的是中指，请幼儿伸出食指；中指和小指中间的叫无名指，幼儿伸出无名指。

(2)巩固认识手指

a老师分别将动物指偶戴在五个手指上，幼儿：老师将什么戴在什么指上。

b游戏：“戴指偶”老师说一个手指的名字，幼儿取一个指偶戴在相应的手指上。

3. 认识手的其它部分。

(1)手指长在哪里？(手掌)

(2)手还可以怎样分？(手心、手背)老师伸出手心、手背提醒

幼儿。

五. 幼儿讨论：如果没有手会怎么样？怎样保护手？讨论后请个别幼儿回答。

教师小结：勤洗手，保持手的清洁，不玩刀和其它尖的东西，涂一些护肤品等。

六. 引导幼儿想一想怎样使自己的小手更能干，教育幼儿多动手，勤动手。

小结：教育幼儿自己的事情自己做，还要帮助他人做一些力所能及的事。

七. 结束部分：

我们一起来唱一唱，夸夸我们能干的小手吧！歌曲《我有一双小小手》

活动延伸：

1. 让幼儿继续操作。
2. 在日常生活中提醒、督促幼儿学着自己的事自己做。