

2023年幼儿园大班健康教案做早操(通用17篇)

小班教案可以帮助教师准确把握幼儿的学习特点和兴趣，有效激发他们的学习动力。小学教案的编写需要充分考虑学生的个体差异和兴趣爱好，这里有一些案例供您参考。

幼儿园大班健康教案做早操篇一

- 1、初步了解眼睛的形状和主要作用，并且能够自己表述眼睛的重要性。
- 2、学习简单的眼病预防知识和自我保护方法。
- 3、了解眼睛近视形成的原因，培养幼儿的用眼卫生和良好的生活习惯。
- 4、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。
- 5、能够将自己好的行为习惯传递给身边的人。

挂图6幅、兔子、小鸡模型一个、保护眼睛的宣传标语

一、猜谜激趣，导入新课

师：今天老师给小朋友带来一则谜语，“上边毛，下边毛，中间有颗黑葡萄”要求幼儿在自己身上找一找是什么东西。
幼儿回答（眼睛）

二、了解眼睛的构造，用途

- 1、出示图片引导幼儿了解眼睛的构造及用途。

2、游戏巩固，整体体验眼睛的重要。

《找椅子》

师：眼睛看不见是什么感觉呢？我们闭紧眼睛做个游戏。

第一遍：闭眼一起立—左转—右转—请幼儿坐在椅子上。

第二遍：睁开眼睛做游戏一遍。

师：眼睛看不见，连椅子都难找到。

师小结：眼睛就像一扇窗，张开的时候可以看到灿烂的太阳、皎洁的月亮、蓝蓝的天空、广阔的大地、无边的海洋、万紫千红的花草树木和各种各样的动物；可眼睛闭起来的时候，不能做很多事，如写字、画画、看书等等，甚至走路都困难。所以，我们每天学习、生活、劳动都要用眼睛，我们一定要保护好我们的眼睛。

三、保护眼睛的办法

1、木偶表演，幼儿了解造成眼睛近视的原因。

师：有一件事情很奇怪，小兔的眼睛没有受伤，却看不清东西了，这是怎么回事呢？我们一起来看看。（木偶表演）

师：小兔的眼睛为什么看不清了？幼儿：小兔的眼睛近视了。

师：为什么会近视呢？（幼儿讨论、回答）

2、出示图片指导幼儿观察图片，联系自己说一说平时是怎样做的。

图1、写字画画坐姿要正确。

图2、看书看电视时间不要过长，看完后闭上休息一会。

图3、不用脏手揉眼。

图4、看电视离的不要太过近。

图5、不要在阳光灯光下看书。

师小结：小朋友们可爱护好自己的眼睛，看书，画画时眼睛不能距离纸太近，也不要躺着看书，否则容易得近视眼。我们要在看书画画时抬起头，眼睛离开约1尺的距离。平时还要注意不要看电视的时间太长，看书时间长了要向远处眺望一下。不要玩尖锐的东西，多吃一些对眼睛有好处的胡萝卜、动物肝脏等食物。（运用图片让幼儿知道自己该怎样做才能保护好眼睛，而且内容源自幼儿的生活，幼儿理解掌握起来也容易）

四、儿歌巩固，养成习惯

1、请幼儿闭上眼睛休息一会，欣赏儿歌《护眼歌》内容：三指到笔尖，一拳挡胸前，一臂到眉心。

2、学习儿歌，请幼儿边说儿歌边做动作

（这个环节既对整个活动内容起到巩固、小结的作用。孩子们闭上眼睛欣赏儿歌，让眼睛得到休息，这也是上个环节刚刚进行的保护眼睛的方法之一）。

五、结束部分

游戏《小小宣传员》

师：今天我们班小朋友了解和掌握了这么多保护眼睛的方法，那怎么让我们幼儿园的其他小朋友也知道这些方法呢？小朋友动脑筋想一想，看谁的方法多，看谁想的办法好。

幼：广播、亲自告诉他们、在电视里播放等；

幼儿园大班健康教案做早操篇二

把塑料圈当成替代物来游戏对大班幼儿来讲是件非常感兴趣的事情。针对大班幼儿的认知水平，这种尝试能更好地提高幼儿发散性思维能力，而且在游戏过程中有一定的挑战性，这更加激发他们对游戏的兴趣，并在游戏的过程中体会到合作带来的乐趣。

1. 能把圈想象成各种物体进行游戏。
2. 练习钻、爬、跳、跑等基本动作，尝试合作游戏。
3. 引导幼儿体验自由玩圈及与小伙伴合作玩圈的乐趣。
4. 积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。
5. 体验游戏的快乐。

每个幼儿塑料圈人手一个。

- 1、重点：学习圈的多种玩法，发展多种运动技能。
- 2、难点：启发幼儿创造性的把圈想象成不同物体进行游戏及学会合作游戏的能力。

一、幼儿自由玩圈，可以独立玩或合作玩圈。

教师观察幼儿活动，鼓励幼儿将圈当作替代物进行游戏，如当幼儿将圈当作方向盘时，教师要及时肯定，并鼓励幼儿再想出其他玩法；对一些不会玩圈的幼儿，教师可给予一些暗示、帮助。

(1) 幼儿自由结伴，分成若干小组，尝试合作玩圈。

(2) 幼儿互相欣赏各组的玩法，并尝试玩玩他人想出的玩法。

二、我的圈儿会变。

1. 请个别幼儿介绍自己在玩圈时把圈儿变成了什么，并玩给大家看。如用圈当山洞，钻进钻出。用圈做乌龟壳，扮演乌龟在地上爬。把两个圈套在两个手臂上当翅膀，等等。

2. 想一想圈儿还能变成什么？

三、让圈儿一起变。

幼儿尝试合作玩圈，将圈儿想象成各种物体进行游戏。如几个圈合在一起做一条小河，练习跳跃；部分幼儿手持圈儿垂直排列成隧道，其他幼儿钻玩，等等。

四、幼儿互相欣赏各自想出的玩法，并尝试玩玩他人想出的玩法。

幼儿自由玩圈时，教师的观察尤为重要。教师可以通过观察了解幼儿的想像，及时肯定幼儿的创意，鼓励他们玩出各种各样的玩法，并适时为幼儿提供一些帮助。当幼儿不会玩时，教师可适当介绍几种玩法，提示幼儿。

五、难度练习，集体游戏。

(1) 幼儿把圈放在地上进行跳圈活动：单脚或双脚连续跳，左右脚交替跳，左右脚开合跳等。

(2) 组织幼儿分组进行竞赛游戏：部分幼儿手持圈儿垂直排列成山洞，其它幼儿钻玩，培养幼儿团队意识，竞争意识。

六、游戏结束，放松身体。

(1) 教师和幼儿随音乐做放松活动。

(2) 教师和幼儿再次开汽车，离开活动场地。

组织幼儿继续玩圈进行尝试和探索，鼓励幼儿创造不同的玩法。

给幼儿一个主动探索的空间，鼓励幼儿自主学习、大胆尝试，让幼儿获得成功感。活动一开始，让幼儿自由玩圈幼儿很快融入到游戏中去。在基本部分中，第一次探索活动，孩子们根据已有的经验，自由玩圈。发现了很多好的创意：有变成‘车轮’滚一滚”、变成‘山洞’钻一钻、变成‘乌龟壳’爬一爬、变成‘方向盘’开一开……第二次探索活动，将圈做替代物进行游戏，幼儿大胆尝试、积极动脑，有自己想的，有与同伴合作的，他们个个积极探索，活动气氛浓烈。第三次分散活动，孩子们利用我提供的辅助材料，尝试更有趣的玩法，这时，我仔细的去观察幼儿的尝试活动，一方面发现新的玩法，及时给予肯定，另一方面帮助有需要的孩子，让每个孩子获得一种成功感。在集中交流演示的环节中，我注意倾听全体孩子的想法，不仅让孩子把创造的成果展示出来使大家得到启发，而且让孩子有成功的体验。

由于各种花样玩法的展示时间过长了点，让孩子等待的时间较长。

幼儿园大班健康教案做早操篇三

- 1、体验在变洞洞游戏中的乐趣，愿意探索用多种方法解决问题。
- 2、了解”围集”的概念，运用身体的不同部位连接洞洞。
- 3、能主动参与游戏。与同伴合作玩洞洞的游戏。

4、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。

5、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

1、经验准备：幼儿对身体各部位已经有一定了解。

2、材料准备：报纸球15个左右、音乐碟片。

1、游戏：“请你跟我这样做”

(1) 教师用身体各部位变大象，变茶壶……

(2) 教师用手掌变出一个洞洞，引导幼儿思考：这像什么？（水杯、望远镜）引导幼儿说这是一个小洞洞。

(3) 请幼儿寻找身体上有哪些洞洞。（鼻孔、肚脐、耳孔）

(4) 教师引导幼儿用身体的其他部位来变洞洞。

2、变洞洞游戏

(1) 男女幼儿分组变洞洞。教师：看谁的洞洞最结实，可以让好朋友的报纸球钻过去。

(2) 请小朋友想办法，变出大一些的洞洞，让你的好朋友钻过去。

(3) 请大家动脑筋和好朋友合作，变出能让老师钻过去的大洞。

(4) 教师钻过的”洞洞”就跟在老师身后变成小火车，直到大家围成一个圆圈。

3、延伸活动

大家试一试，除了用我们自己的身体变洞洞，还有什么能帮助我们一起变洞洞？（墙壁、桌子、板凳）

探索用多种方法解决问题是这个活动的重点之一，我设计了能让每个孩子很快进入角色的导入游戏”变魔术”，将每一次探索和难度的提升渗透到孩子们感兴趣的游戏中；而掌握洞的正确概念，并能够用各种肢体语言准确地表现出来是这个活动的另一个重点。我借助的则是让小小报纸球穿过的游戏。

环节变洞洞。当我发现一个孩子将手臂放在耳边变出了洞，和别人变得不一样时，马上招呼其他幼儿来看看他是怎么变的，于是所有的孩子都将手臂放在耳边变出了洞。我在旁边不断地提醒：动动你的小脑筋。能想出和别人不一样的方法吗？有一个孩子用双手交叉变成了洞，我马上朝他点了点头，又用手指了指他的腿。说：“你能再试试吗？”孩子马上心领神会，用脚变出了洞洞。在 西 宁，在我们讨论到变出不一样的方法时。我注意让孩子示范的机会多一些。不再只示范一位孩子的动作，每当看到一名孩子用身体的各部位变化有所不同时，马上表扬，这下子孩子们的注意力都转移到设计不同的动作让小纸球穿过了。

环节玩洞洞。孩子们变出了洞洞，都等着我用纸球来”检验”洞洞是否结实。我赶紧请孩子们分成两组，男孩子和女孩子面对面，当一组变洞洞的时候另一组就把手中的报纸球从洞洞里扔过去，我做过示范后孩子们就非常投入地玩了起来。

在两次活动后我进行了分析，总的来说，这个活动来源于幼儿生活，设计层层递进，活动中幼儿始终处于自主积极的状态，与老师配合默契。随着教师预设情景的不断深入，孩子们由游离于目标之外到对活动本身产生较高的兴趣，从不熟悉老师到愿意和老师一同想各种办法，贯彻了《幼儿园教育指导纲要（试行）》中一再强调的让幼儿在自由探索、相互

学习中解决生活中的问题。

幼儿园大班健康教案做早操篇四

1、初步了解人体需要各种各样的食物。

2、尝试根据荤素搭配，学订一餐食谱。

3、培养不挑食、不偏食的饮食习惯。

1、知识准备：已认识常见食物的名称及其主要营养。

2、材料准备：每日食物结构图，一周午餐食谱图，胖、瘦和健康娃娃图片一张，操作材料每人一份。

一、谈话，唤起幼儿已有经验。

二、了解每日需要的主要食物结构。

（引导幼儿讲出：在三角形的食物结构中，最下面的是需要多一点，最上面的需要少一点。）

小结：粮食蔬菜和水果，每天要吃不能少；鸡肉鱼是和豆奶，不多不少要正好；巧克力糖果和肥肉，每天少吃要记牢。

三、了解偏食、挑食的危害，教育幼儿荤菜、素菜样样食物都要吃。

（教师组织幼儿讨论，启发幼儿说出专吃荤菜，不吃素菜，容易发胖；只吃素菜，不吃荤菜长得瘦；不挑食，样样吃最好。）四、认识食谱。

1、（出示一周午餐食谱）这是一份星期一到星期五的午餐食谱，看一看，每天有哪些菜？

小结：每天的午饭营养很丰富，有荤的、有素的，真好吃。

2、讨论：我们请小客人吃些什么呢？

五、根据荤素搭配的原则学订午餐食谱。

1、教师交待操作要求：盒子里有许多食物卡片，你想请小客人吃什么，就在食谱上贴什么。

2、幼儿操作。

3、评价幼儿订的食谱。

幼儿园大班健康教案做早操篇五

2、能较清楚地表达自我的探索 and 发现；

活动准备：教室里面的各种废旧物品

活动流程：谈话导入——观察感知——联系315

1、谈话导入师：教师今日的身体有点不舒服，我的肚子有点疼，你们明白怎样回事吗？（幼儿猜测）

其实，我是吃坏了东西了，哎，昨日的时候，教师和好朋友出去玩，买了一些牛奶喝了，谁明白牛奶是过期的，所以，教师的肚子此刻还疼呢。吃了过期的东西会不舒服的，会生病的。

教师是怎样明白吃过的牛奶是过期的呢？（盒子上有时间的）
盒子上的时间叫食品保质期

2、观察感知哪些食品有保质期啊？看看我们的教室里面哪些东西有保质期啊？你在哪里找到保质期？师生小结：一般来

说，饮料的保质期都在哪里？（瓶口上）盒子包装的保质期在哪里啊？（盒子底部）口袋食品的保质期在哪里啊？（口袋边上）

原先他们的位置都不一样的啊师：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315讲一讲昨日教师吃了过期的食品后，你们明白教师是怎样做的吗？我去消费者协会投诉了，因为昨日是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能够为自我讨回公道的。

幼儿园大班健康教案做早操篇六

活动目标：

1. 让幼儿乐意参与角色扮演，体验游戏的快乐。
2. 幼儿在游戏中练习钻、跑、跳等基本动作，增强身体动作的敏捷性。
3. 引导幼儿积极思维，培养他们善于动手、动脑的好习惯

活动准备：

每人一根金箍棒（用挂历纸卷成并装饰），一根用包装带编成的“马鞭”，录音机、歌曲《猴哥》 活动过程：

导入活动

——幼儿手持金箍棒，听《猴哥》音乐进入场地，走、跑、跳交替练习后，由二龙吐须变换成四路纵队，做大班棍棒操。

——游戏《白龙马嗒、嗒、嗒》，启发幼儿想办法把金箍棒

变成白龙马。介绍游戏玩法：把金箍棒系上小铃铛，手持“马鞭”，听音乐练习跑马步，扬鞭骑马做游戏。提醒幼儿在奔跑过程中不要挤撞。

——游戏《巧渡通天河》，取经路上会经过通天河，幼儿交流讨论用什么表示河水？引导幼儿用金箍棒摆成双线，练习双脚立定跳或跨跳，但是不能从“河中”走过去。

——教师小结，表扬幼儿在游戏中积极动脑筋想办法并认真遵守游戏规则。

幼儿园大班健康教案做早操篇七

1. 通过反复感受，知道歌曲名称，了解歌曲内容，引起学唱歌的兴趣。

2. 初步学习在念白处跟随老师说出抬起头、闭上嘴的. 语言节奏。

3. 了解漱口过程，知道讲卫生的孩子人人喜爱。

念白时语言节奏准确

小花杯一个、娃娃一个

一. 边拍手边念语言节奏：

好宝宝，真能干，自己的事情自己做

二. 生活模仿律动

在老师带领下，按四分音符的节奏做出穿衣、刷牙、洗脸、做操的动作

三. 新授歌曲

1. 感受理解音乐及内容

a. 出示小花杯，老师演示漱口

老师在干什么?老师还会唱一首《漱口歌》呢

b. 清唱第一遍。歌里唱了什么?我刚才在干什么?

c. 清唱第二遍

喝口什么水?(清清水)什么叫清清水?

我是怎样漱口的?幼儿跟老师学：抬起头、闭上嘴

漱口时嘴里怎样?老师示范做鼓动腮帮的动作

2. 进一步感受

a. 出示娃娃，清唱歌曲

娃娃是怎样漱口的?幼儿说出歌词内容，老师做出相应动作

b. 老师完整的唱

c. 幼儿按歌词顺序做漱口动作

四. 复习:

《小花狗》

幼儿园大班健康教案做早操篇八

- 1、激发幼儿参与体育活动的兴趣, 培养幼儿的独立意识, 体验成功的喜悦。
- 2、发展幼儿身体动作的'协调性, 增强幼儿的体质。
- 3、通过游戏引导幼儿走过平衡木、渡过攀岩墙, 发展幼儿平衡、攀爬、协调等基本动作。
- 4、鼓励幼儿积极参与游戏, 体验游戏带来的快乐。
- 5、促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。

攀岩墙一面、平衡木一条、荡木一条、跳绳两根、大皮球若干。

- 1、小班：“过小桥”。从起点开始自己独立走过平衡木, 到达终点后连续拍球20下, 即可获得奖品。
- 2、中班：“过荡桥”。从起点开始自己独立走过“荡桥”, 到达终点后连续跳绳10下, 即可获得奖品。
- 3、大班：“过攀岩”。从起点开始自己独立走过“攀岩”, 到达终点后连续跳绳20下, 即可获得奖品。

- 1、幼儿必须按规定数量完成游戏。
- 2、一切活动都要幼儿自己独立完成, 家长可以提醒, 不可以帮助。

活动始终以幼儿的兴趣为出发点和归宿, 给予孩子充分的探索、尝试机会, 让幼儿在玩中学, 在玩中寻找答案, 真正体现了幼儿的主体地位。通过此次活动的开展, 幼儿学习了跳

跃动作的技巧。此次活动培养了幼儿的想象力、创造力、表现力以及合作意识。

健康是一种动态平衡。这是一种平衡的状态：均衡地输入和输出能量和物质（甚至允许生长）。健康也意味着有继续生存的期望。对有情感的动物，例如人类，他是万物之灵，生来就有追求精神面与物质面两种更好的生活方式，所以对健康认知与要求会有更广的概念。

幼儿园大班健康教案做早操篇九

爱玩是孩子的天性，孩子都喜欢出去旅游，每次旅游回来都希望把自己见到的、好玩的事情说给老师、小伙伴听。结合孩子的需要和兴趣，我班开展了“快乐的旅行”这一主题。随着活动的不断延伸，一次孩子们在进餐中窃窃私语，老师蹲下身仔细倾听孩子的对话，才知道他们有一个新的“发现”：食物在肚子里会“旅行”吗？多有趣的问题呀！孩子们都关注着呢。《纲要》指出：科学教育应密切联系幼儿的实际生活进行，利用身边的事物与现象作为科学探索的对象。生活中有多种多样的食物，孩子们总是吃不够、说不完。为满足孩子们的好奇心和探究愿望，“食物的旅行”主题活动由此生成展开。为体现新课改精神，我以整合的观念，目光短浅是让幼儿在认识人体的消化器官，了解食物的消化过程的同时，重点知道胃与身体健康的关系，提高他们的自我保护意识。同时培养幼儿的观察力及合作能力。为使活动真正引发幼儿参与的兴趣，我注意灵活采用教法：首先设置问题情境（从孩子们好奇心入手——“吃下去的东西哪去了？”）观察法（用孩子的眼睛去发现——食物在人体里的消化过程）操作法（以孩子喜爱的操作形式展开——动手动脑拼图、“构建”消化系统图）等等。为更好地突出重点、突破难点，我们充分发挥多媒体教学手段的作用，亲手制作课件，使学习活动更为具体生动且有趣味性。

- 1、初步认识人体的主要消化器官，了解食物的消化过程。

- 2、学习简单的自我保护方法，提高自我保护意识。
- 3、培养幼儿良好的饮食和卫生习惯。
- 4、了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。
- 5、初步了解健康的小常识。

1、重点：讲解胃与身体健康的关系，让幼儿明白不良饮食习惯对胃的伤害。

2、难点：知道人体消化器官的顺序及功能保护。

(1)flash课件《食物的旅行》以及相关的故事。

(2)音乐：《幸福拍手歌》

(3)人体消化系统图，即时贴消化系统卡片图，小蛋糕，小饼干。

一、创设情境，导入新课

1、小朋友，你们喜欢和爸爸妈妈一起去旅行吧？旅行的时候有没有看到什么有趣的事呢？

3、播放课件，讲述故事《小蛋糕的旅行》。

故事：《小蛋糕的旅行》 小朋友最喜欢吃小蛋糕了，小朋友把我放到嘴里，嚼呀嚼，把我弄得痒痒的，一不留神，我就被吞了下去。不一会儿，我到了一条长长的管子里，就像坐滑梯一样，真好玩！还没等我玩够，就滑到了一个大袋子里，这个大袋子可神奇了，它会一边分泌出一些液体，还一边慢慢地蠕动，把我磨得呀越来越碎，越来越碎...被磨碎的我接着到了一条弯弯曲曲的小管子里，像迷宫一样，好不容易出了

迷宫，我就到了一条皱巴巴的大管子里，在这我的营养都被吸收掉了，最后我就被排出了体外。

4、听完小蛋糕的故事，你知道小蛋糕它去了什么地方旅行吗？

二、观看动画，通过提问帮助幼儿认识主要消化器官，了解食物的消化过程

引导幼儿逐幅观看flash动画课件

1、放第一段食物从口腔到食管的动画。

提问：小蛋糕从哪里进去？知道那叫什么名字吗？（口腔）它在我们的嘴巴里怎么样了？

（牙齿把食物嚼碎了，方便吞下去）

经过嘴巴后，小蛋糕被吞了下去，到了什么地方？知道那长长的管子叫什么吗？（食管）

2、放第二段，了解胃的功能以及胃与身体健康的关系。

提问：接着小蛋糕从长长的管子滑下去，到了一个在袋子里，这个大袋子叫什么名字呢？（胃）它有什么作用呢？（教师小结）

3、放第三段，知道小肠的作用

4、放第四段，理解大肠的用途

提问：小蛋糕又到了哪里呢？这是什么地方呢？

三、让幼儿品尝饼干，想象食物进入各个器官，并排出旅行路线图。

把幼儿分成四个旅游团，“小饼干的旅行开始了！”

2、请各组小朋友品尝饼干，并根据提示把小饼干旅行的顺序排列出来

提示：(1)这是旅行的入口(口腔)，在这里给它拍张照吧!(出示口腔图片)

(2)我们的牙齿先把小饼干咬破，嚼碎了，吞下去，到了哪里哪?(食管)

(4)胃磨啊磨，把饼干磨得更碎了，到了哪里了?(小肠)小饼干的营养大部分在这里被吸收。

(5)小肠把小饼干里的营养都吸收了，然后到了哪里?(大肠)大肠转呀转，把没有用的残渣都排出去了。

小饼干的旅行也结束了，

3、评析每个小组的排列情况。

四、结束部分，听音乐做活动

我们把食物吃下去以后，还需要做些轻微的活动帮助它们消化，现在请小朋友们轻轻起立，和老师一起做动作。(播放音乐：《幸福拍手歌》，让幼儿跟随音乐做律动。)

幼儿园大班健康教案做早操篇十

1、体验在变洞洞游戏中的乐趣，愿意探索用多种方法解决问题、

2、了解“围集”的概念，运用身体的不同部位连接洞洞、

3、能主动参与游戏、与同伴合作玩洞洞的游戏、

4、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、

5、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法、

1、经验准备：幼儿对身体各部位已经有一定了解、

2、材料准备：报纸球15个左右、音乐碟片、

1、游戏：“请你跟我这样做”

(1)教师用身体各部位变大象，变茶壶……

(3)请幼儿寻找身体上有哪些洞洞、(鼻孔、肚脐、耳孔)

(4)教师引导幼儿用身体的其他部位来变洞洞、

2、变洞洞游戏

(1)男女幼儿分组变洞洞、教师：看谁的洞洞最结实，可以让好朋友的报纸球钻过去、

(2)请小朋友想办法，变出大一些的洞洞，让你的好朋友钻过去、

(3)请大家动脑筋和好朋友合作，变出能让老师钻过去的大洞、

(4)教师钻过的“洞洞”就跟在老师身后变成小火车，直到大家围成一个圆圈、

3、延伸活动

大家试一试，除了用我们自己的身体变洞洞，还有什么能帮

助我们一起变洞洞?(墙壁、桌子、板凳)

幼儿园大班健康教案做早操篇十一

能辨认常见的安全标志，了解标志在人们生活中的作用，对各种标志感兴趣。

师幼共同收集日常社会中安全标志。

- 1、幼儿相互介绍自己认识的标志及其含义，说说在什么地方有这些安全标志。
- 2、向幼儿介绍几种日常不太熟悉的'安全标志。
- 3、引导幼儿找找园内、家中有哪些地方要注意安全。

幼儿园大班健康教案做早操篇十二

教室里面的各种废旧物品

- 1、了解食品的保质期及它的作用；
- 2、知道应该在保质期内实用食品，激发幼儿的食品卫生意识；
- 3、能较清楚地表达自己的探索和发现；

谈话导入——观察感知——联系3、15

看看我们的教室里面哪些东西有保质期啊？你在哪里找到保质期？师生小结：一般来说，饮料的保质期都在哪里？（瓶口上）盒子包装的保质期在哪里啊？（盒子底部）口袋食品的保质期在哪里啊？（口袋边上）原来他们的位置都不一样的啊师：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。

幼儿园大班健康教案做早操篇十三

- 1、观察营养宝塔，初步了解合理的饮食结构。
- 2、通过谈话和交流，知道不能偏食，要少吃甜食和油炸食品。
- 3、乐意向同伴介绍自己的营养餐。

一、游戏导入：

1、教师与幼儿互动谈话，导入游戏。（小朋友，今天早晨你们吃了什么早餐？你们最喜欢吃什么？……现在，老师这里有许多好吃的东西，都画在了纸上，你喜欢什么就可以到老师这里随便拿。）

2、幼儿自由上台拿小纸片。

3、教师引导幼儿说说自己都拿了哪些食物。

4、教师小结，提出疑惑。

（小朋友们喜欢吃的东西真多，有的也是老师喜欢吃的，那你们知道这些东西吃了合适吗？哪些东西应该多吃？哪些东西又应该少吃呢？）

二、营养大学堂

1. 观察营养宝塔

（出示挂图）引导幼儿看营养结构图。

2、互动交流：

谁能告诉大家我们每天吃的最多的应该是什么？（米饭、馒头、面包和面条，还有玉米等）

的确，这些粮食做的食物可以让我们长力气。那么，吃的第二多的是什么？（蔬菜、水果）

比蔬菜、水果吃得少一些的是什么？（牛奶、鸡蛋、鱼、肉……）

吃得最少的又应该是什么？（巧克力这样的甜食和一些油炸的食品。）

老师还要告诉大家我们每天吃东西也要讲规律。也就是早上吃得好，中午吃得饱，晚上吃得少。

三、我的营养食谱

1、设计一张营养食谱，向同伴介绍。

2、选择几份典型的食谱，引导幼儿讨论他们设计得是否合理，是否有利于健康。经讨论合格的食谱教师盖上“健康印章”。

教学评析：大班健康活动《我能够》

大班健康活动《我能够》是幼儿园建构式教材上的一堂关于幼儿形体游戏的活动。活动重点目标之一是定在让幼儿尝试身体的各个部位的充分伸展。在实施的过程中，教师极力引导幼儿充分的伸展身体，让幼儿体验到身体某部位被拉伸的感觉，体验身体柔韧弯曲的感觉。但在活动中，教师忽略了以下两个关键点：

1、关注目标的解读：教师对目标的解读能力决定了教师集体教学的方向和质量。在建构式教材上，许多活动的目标十分宽泛、灵活性较大，需要我们教师进一步进行解读和分解、细化。在解读细化目标的过程中，明确活动的重点和难点，并实施相应的教学策略进行解决。如本次活动中的主要目标是尝试伸展身体部位，执教教师把伸展身体部位的具体目标落实在幼儿柔韧性的表现上，整个活动虽然能够很好地围绕这一目标开展，但是因为目标定位的片面性，可能也就间接导致了幼儿活动的片面性。“伸展身体部位”除了在身体的柔韧性上有一定要求外，还有对身体的延展性、动作的创造性等等方面的要求。因此片面界定为感知“柔韧性”就颇为片面了。

2、关注领域的特点：幼儿教育各个领域都有其教学特点，尤其是户外健康活动，其涉及到外部环境场地、活动器材、教师策略、活动密度等等，都与常规的室内活动有很大的区别，因此教师在组织这类活动时因更加细致地考虑到这些细节问题：如站队应该以横列为主，以拉近师生的距离；幼儿听讲应该背对太阳，以减少阳光刺激烈带来的影响；活动器材提应该充分，以保证活动量与活动密度；活动规则应提前制定，以保证幼儿注意力的集中等等。细致地考虑才能保证体育教学活动正常、有序地开展。

幼儿园大班健康教案做早操篇十四

1、通过图片展示和讨论，使幼儿了解家人和长辈是如何关心和爱护自己的，引导幼儿学会关爱家人和长辈。

2、制作爱心卡，表达幼儿对长辈的一份爱心，大胆地想象，有创新的表现。

3、在活动中感受亲情，培养感恩的意识，学会表达感恩之情。

4、运用自己的方式回馈别人对你的爱。

5、初步培养感激之情、感恩之心。

图片、爱心卡纸模型、各色软蜡笔;各种颜色的花朵(幼儿活动前已经做好了)、剪刀、各色手工纸、胶棒。

1、在你成长的过程中，你摔过跤、受过伤吗?当时的感觉怎样?

2、你出生最初的几个月，你的爸爸妈妈每晚要起来7~8次给你喂奶、换尿布，在这么精心的照料下，你才能存活下来。你是这个世界上最脆弱的生物。要知道，一只老鼠生下来2个小时就会走路，自己找食吃，自己存活下来。而你没有你爸爸妈妈爱你，你根本没有办法活下来。

1、师讲述父母爱孩子的故事：

之一： 2005年，贵州发生了空中缆车失灵事故，缆车以疯狂的速度下坠，在撞击地面的一瞬间，一对夫妇同时举起两岁半的儿子，结果夫妻双双遇难，儿子却安然无恙。

之二： 去年，四川大地震中，人们在清理废墟时，发现一位母亲割破血管用热血哺育怀中的婴儿。

听了老师的讲述，你想说点什么?老师相信，你们的父母也非常爱你们。

2、请幼儿说说爸爸妈妈爱你、让你感动的五件事：

下面，请选择一件最能体现爸爸妈妈爱你的一件事来说一说，让我们大家也一起来分享爸爸妈妈对你的爱。(边叙述边播放《感恩的心》)

是呀，父母给了我们生命，并且不畏艰辛养育了我们，把最无私的爱给了我们，使我们享受到了人间无尽的亲情和幸福。

鼓励幼儿，回家表演给爸爸妈妈看，让他们知道你是爱他们的。

教师给幼儿准备皱纹纸、浆糊、卡纸、水彩笔等等材料，让孩子自己选择，为自己的爸爸妈妈制作一件小礼物。

1、师总结：其实，感恩体现在生活中的每一个细节：一句话语、一个行动，都能表达和诠释感谢的真谛；一份努力、一点进步都能传达一份真情与心愿，让父母感到安慰和快乐。心存感恩之心的人，一年365天都有阳光照耀；缺乏感恩之心的人，一年四季都会感觉寒冷。

2、引导幼儿表达感恩之情。

让我们怀着一颗感恩的心，用平实的话语和实际行动表达我们对父母的感激之情——呼唤(爸爸——我爱你 妈妈——我爱你)。

幼儿园大班健康教案做早操篇十五

- 1、练习呼啦圈的玩法，体验游戏活动的乐趣。
- 2、促进身体协调能力发展，提高身体健康水平。
- 3、体验人多力量大，同伴间应该相互合作的情感。
- 4、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。

多个呼啦圈、音乐

一、音乐激趣

伴随《健康歌》的音乐，进入准备好的活动场地。

师：小朋友们，小萱萱和爷爷在做运动，这节课也让我们来做运动。

二、游戏活动

1、你们喜欢玩呼啦圈吗？出示准备好的呼啦圈。

教师在身体上玩转呼啦圈。

师：小朋友，呼啦圈好玩吗？老师很喜欢玩呼啦圈。你们谁来试一试、做一做？

小朋友上前展示呼啦圈的玩法，教师评价。

师：刚才这位小朋友玩得很好，那么呼啦圈还有什么玩法呢？让小朋友展示自己其它的玩法。

师：下面我们每人玩一个呼啦圈，看谁的玩法多，谁玩得好。

2、幼儿自己创编呼啦圈的'各种玩法，教师进行指导。

(1) 在胳膊上转

(2) 在脖子上转

(3) 身体上同时转多个呼啦圈。

3、呼啦圈玩法展示

(1) 分小组学习、练习。

给各组划分区域，互相玩呼啦圈。

(2) 各组优秀小朋友展示，进行玩转呼啦圈比赛。

4、教师评价、小结。

小朋友们，这节课我们一起玩了呼啦圈。呼啦圈有很多玩法，希望大家今后通过各种方法玩呼啦圈，促进身体的健康成长。

本次教学内容的选择比较适合幼儿生活经历，幼儿十分的感兴趣。呼啦圈比较贴近生活，幼儿玩得很开心。但在教学过程中，我发现幼儿的思维很受限制，特别是在玩法和创新方面。因为是在户外上，很多幼儿比较散开，自己追逐呼啦圈去玩了，所以老师要时刻提醒。

小百科：呼啦圈又称健身圈，20世纪50年代流行于欧美、澳日等国。由于其轻便美观，练习活动占地不大，很快成为一项老少皆宜的运动项目。熟练者能获得腰腹肌肉、臀部肌肉、腿部肌肉较好的运动与发展，能有效提高人体腰、髋、膝关节的灵活性、柔韧性。

幼儿园大班健康教案做早操篇十六

1、知道哪些垃圾是可以回收的，哪些不可回收的。

2、培养幼儿的环保意识。

1、垃圾桶2个（贴有可回收，不可回收的标志），一次性手套若干。环保小卫士的标牌若干。

2、收集一些饮料瓶、罐子、果皮、报纸、壳子、树叶、等废旧物品。

1、现在大家看我们的面前就有两个垃圾桶，我们来看看应该丢到哪个垃圾桶里。

2、师：在上课之前，吴老师想与小朋友一起分享一段视频。

师：这些小朋友在干什么？

幼：在捡垃圾。

师：他们把这些垃圾扔进了哪儿？

幼：垃圾袋。

3、幼儿辨认可回收垃圾桶和不可回收垃圾桶。

今天的活动，我们又掌握了一个新知识，知道哪些垃圾是可以回收的，哪些垃圾是不可以回收的。希望从今天开始，小朋友都能将每天的垃圾分类回收，做一个真正的环保小卫士。

幼儿园大班健康教案做早操篇十七

1、认识牙齿，了解牙齿的功用。

2、了解换牙的知识，认识乳牙、恒牙。

3、消除对换牙的恐惧感。

《成人的牙齿》和《幼儿的牙齿》挂图各一张。

1、观察牙齿。

两人一对，互相数数对方有多少颗牙齿；仔细观察对方牙齿的颜色、大小、形态，发现门牙、犬牙、臼牙的不同。

2、介绍门牙、犬牙、臼牙的不同功用。

引导幼儿说说自己的门牙、犬牙、臼牙吃食物时各有什么作用。小结：门牙比其它牙齿薄，它们可以切开和咬断食物，犬牙比较尖、长，可以撕裂食物；臼牙又宽又厚，可以磨碎食物。

- 3、出示挂图，引导幼儿比较成人与幼儿的牙数，找出不同处。
- 4、引导幼儿讨论：有的幼儿掉了牙，还会长出来吗？
- 5、介绍乳牙、恒牙。
- 6、了解换牙的知识。

引导有换牙经验的幼儿说说牙齿是怎样掉落的，掉牙时有些什么现象，教师告诉幼儿乳牙到5、6岁时就会脱落，然后长出新牙——恒牙。掉牙时会有一点疼，流一点点血，小朋友不要害怕，流血时，用凉开水漱口，就会止住。每个小朋友都要常常注意自己的牙齿有没有松动，如果有，就是要长新牙了。