

# 最新健康教案我不挑食(模板8篇)

在大班教案中，我们可以设计富有趣味性和启发性的教学活动，帮助幼儿更好地掌握知识。小编为大家准备了这些初中教案范文，希望能帮助教师们更好地理解教学要求和学生的学习需求，从而设计更加有针对性和有效性的教学活动。

## 健康教案我不挑食篇一

1、猜谜，引起幼儿兴趣。

教师提问：五个兄弟住在一起，名字不同，长短不齐。

2、游戏“印指纹”。让幼儿了解每个人的手是不一样的。

提问：每个人的手一样吗？什么地方不一样？你发现纸上有什么？

3、幼儿操作，认识手的功能。

(1)、幼儿自选材料用手进行操作，如剥花生，夹弹子，纽纽扣、绘画等。

提问：你是用什么做事物的？怎样用手做事情？

(2)、实验：光用大拇指解纽扣；用左手拿剪刀剪纸。

提问：做实验时有什么感觉？这说明什么？

小结：大拇指要和其他手指协同工作才能做成一件事，手要多用才灵活。

(3)、提问：你的手还会做哪些事情？（教育幼儿自己的事情自己做）。

(4)、游戏“奇妙的口袋”。

幼儿用手感知物体的不同属性，出示口袋，请幼儿用手升入口袋触摸，说出感觉，并拿出让其他幼儿触摸。

小结：做任何事离不开手，手能感知物体属性。

(5)、手势游戏：幼儿和老师一块用手势表达意思，让幼儿了解交警、聋哑人用手势指挥、交流意思。

4、引导幼儿思考并讨论手的重要性及如何保护小手。

(1)、假如没有手会怎样？

(2)、我们应该怎样保护小手？

在日常生活中组织幼儿进行自我服务小竞赛。

1、引导幼儿懂得人的生活、学习、劳动都离不开手，手不仅可以做许多事，还可感知出物体的冷、热、软、硬、光滑、粗糙等属性。

2、教育幼儿多动手做自己能做的事情，并能注意保护小手。

1、纸、笔、筷子、弹子、花生、剪刀等。

2、口袋一个，里面装有热、冷、软、硬、粗糙、光滑等不同特点的材料。

## 健康教案我不挑食篇二

1、引导幼儿懂得人的生活、学习、劳动都离不开手，手不仅可以做许多事，还可感知出物体的冷、热、软、硬、光滑、粗糙等属性。

2、教育幼儿多动手做自己能做的事情，并能注意保护小手。

1、纸、笔、筷子、弹子、花生、剪刀等。

2、口袋一个，里面装有热、冷、软、硬、粗糙、光滑等不同特点的材料。

1、猜谜，引起幼儿兴趣。

教师提问：五个兄弟住在一起，名字不同，长短不齐。

2、游戏“印指纹”。让幼儿了解每个人的手是不一样的。

提问：每个人的手一样吗？什么地方不一样？你发现纸上有什么？

3、幼儿操作，认识手的功能。

（1）幼儿自选材料用手进行操作，如剥花生，夹弹子，纽纽扣、绘画等。

提问：你是用什么做事物的？怎样用手做事情？

（2）实验：光用大拇指解纽扣；用左手拿剪刀剪纸。

提问：做实验时有什么感觉？这说明什么？

小结：大拇指要和其他手指协同工作才能做成一件事，手要多用才灵活。

（3）提问：你的手还会做哪些事情？（教育幼儿自己的事情自己做）。

（4）游戏“奇妙的口袋”。

幼儿用手感知物体的不同属性，出示口袋，请幼儿用手升入口袋触摸，说出感觉，并拿出让其他幼儿触摸。

小结：做任何事离不开手，手能感知物体属性。

（5）手势游戏：幼儿和老师一块用手势表达意思，让幼儿了解交警、聋哑人用手势指挥、交流意思。

4、引导幼儿思考并讨论手的重要性及如何保护小手。

（1）假如没有手会怎样？

（2）我们应该怎样保护小手？

在日常生活中组织幼儿进行自我服务小竞赛。

## 健康教案我不挑食篇三

1. 引导幼儿懂得人的生活、学习、劳动都离不开手，手不仅可以做许多事，还可以感知物体的冷，热、软、硬等属性。

2. 培养幼儿的`动手做自己能做的事，并能注意保护小手。

懂得日常生活中，都离不开我们的小小手。

自己能做的事自己做，并能保护好小手。

手、剪刀、笔、口袋、笔（硬）、卫生纸（软）、杯子（装开水）。

一．导入（猜谜，引起幼儿兴趣）

师：小朋友，今天呀？我们来猜一个谜语，看看那个小朋友猜得又快又准？

师：五个兄弟住在一起，他们的名字各不同，长短也不齐，猜猜是什么？（是与我们的身体离不开的）

## 二．幼儿操作，了解手的作用

1. 幼儿自选材料用手进行操作，如：解纽扣、绘画、剪纸。

师：小朋友，平时做事的时候，你是用什么来做到的？（手），那又怎样用手做事呢？

师：那我们现在一起来做一个实验，你们想一起来玩这个实验吗？

实验：我们只用大拇指解纽扣；用左手拿剪刀剪纸。

提问：做实验时有什么感觉？这说明了什么？

师小结：大拇指要和其它手指协同工作才能做成一件事，我们的小手要多用才灵活。

师提问：你的手还会做哪些事情？

师小结：刚刚我们的小朋友说了，手还会做很多事情，因此，只要我们自己能做的事情，就自己做。

## 三．游戏“奇妙的口袋”

师：小朋友，今天老师还带来了一样奇妙的东西，

看看是什么？（口袋）这口袋来里还有很多秘

密，你们想知道吗？我们不能用眼睛看，只能

用小手去触摸。（请小朋友来触摸）

师：小朋友，我们用手把这个秘密开了，小朋友们，真棒。

活动结束：

师小结：我们今天明白一个道理；做任何事都离不开手，手还能感知物体属性。

## 健康教案我不挑食篇四

活动目标：

- 1、引导幼儿懂得人的生活、学习、劳动都离不开手，手不仅可以做许多事，还可感知出物体的冷、热、软、硬、光滑、粗糙等属性。
- 2、教育幼儿多动手做自己能做的事情，并能注意保护小手。

活动准备：

- 1、纸、笔、筷子、弹子、花生、剪刀等。
- 2、口袋一个，里面装有热、冷、软、硬、粗糙、光滑等不同特点的材料。

活动过程：

- 1、猜谜，引起幼儿兴趣。

教师提问：五个兄弟住在一起，名字不同，长短不齐。

2、游戏“印指纹”。让幼儿了解每个人的手是不一样的。

提问：每个人的手一样吗？什么地方不一样？你发现纸上有什么？

3、幼儿操作，认识手的功能。

（1）幼儿自选材料用手进行操作，如剥花生，夹弹子，纽纽扣、绘画等。

提问：你是用什么做事物的？怎样用手做事情？

（2）实验：光用大拇指解纽扣；用左手拿剪刀剪纸。

提问：做实验时有什么感觉？这说明什么？

小结：大拇指要和其他手指协同工作才能做成一件事，手要多用才灵活。

（3）提问：你的手还会做哪些事情？（教育幼儿自己的事情自己做）。

（4）游戏“奇妙的口袋”。

幼儿用手感知物体的不同属性，出示口袋，请幼儿用手升入口袋触摸，说出感觉，并拿出让其他幼儿触摸。

小结：做任何事离不开手，手能感知物体属性。

（5）手势游戏：幼儿和老师一块用手势表达意思，让幼儿了解交警、聋哑人用手势指挥、交流意思。

4、引导幼儿思考并讨论手的重要性及如何保护小手。

（1）假如没有手会怎样？

(2) 我们应该怎样保护小手?

## 健康教案我不挑食篇五

1、引导幼儿懂得人的生活、学习、劳动都离不开手，手不仅可以做许多事，还可感知出物体的冷、热、软、硬、光滑、粗糙等属性。

2、教育幼儿多动手做自己能做的事情，并能注意保护小手。

3、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识

4、教育幼儿养成清洁卫生的好习惯。

5、探索、发现生活中的多样性及特征。

1、纸、笔、筷子、弹子、花生、剪刀等。

2、口袋一个，里面装有热、冷、软、硬、粗糙、光滑等不同特点的材料。

1、猜谜，引起幼儿兴趣。

教师提问：五个兄弟住在一起，名字不同，长短不齐。

2、游戏“印指纹”。让幼儿了解每个人的手是不一样的。

提问：每个人的手一样吗?什么地方不一样?你发现纸上有什么?

3、幼儿操作，认识手的功能。

(1)、幼儿自选材料用手进行操作，如剥花生，夹弹子，纽纽扣、绘画等。



提问：你是用什么做事情的呢？怎样用手做事情？

(2)、实验：光用大拇指解纽扣；用左手拿剪刀剪纸。

提问：做实验时有什么感觉？这说明什么？

小结：大拇指要和其他手指协同工作才能做成一件事，手要多用才灵活。

(3)、提问：你的手还会做哪些事情？(教育幼儿自己的事情自己做)。

(4)、游戏“奇妙的口袋”。

幼儿用手感知物体的不同属性，出示口袋，请幼儿用手升入口袋触摸，说出感觉，并拿出让其他幼儿触摸。

小结：做任何事离不开手，手能感知物体属性。

(5)、手势游戏：幼儿和老师一块用手势表达意思，让幼儿了解交警、聋哑人用手势指挥、交流意思。

4、引导幼儿思考并讨论手的重要性及如何保护小手。

(1)、假如没有手会怎样？

(2)、我们应该怎样保护小手？

活动延伸：

在日常生活中组织幼儿进行自我服务小竞赛。

《纲要》指出：“传播健康知识要着眼于幼儿的内化程度，培养幼儿的健康态度要着眼于幼儿的情感体验，形成健康行为要着眼于幼儿的自觉自动，任何时候，健康教育都要调动

幼儿参与的积极性，遵循幼儿的身心发展规律。”因此在设计此活动的备课时，我始终遵循以幼儿的.兴趣为出发点，充分调动幼儿的各种感官和参与的积极性。

活动以手偶的形式导入，一下子引起了幼儿的学习兴趣，当我把故事讲出来后，孩子们都主动伸出自己的小手高高地向客人老师问好，并且满脸写满了自豪。此时，我就组织幼儿操作剥花生、扣纽扣、剪纸，幼儿在操作活动中真真切切地感受到了自己的小手的作用。我又提问“你的小手会做什么事情呢？”“会擦桌子，会穿衣服，会系鞋带……”所有的回答都是与幼儿的生活经验紧紧相连。幼儿的注意力是不能长期集中地，因此，我设计了“米奇妙妙屋”，让孩子摸一摸奇妙的口袋……通过老师故弄玄虚的神秘感，促使了每个孩子的好奇心，让幼儿进一步了解到了原来手可以做好多的事情，让孩子了解到了手的功能是很大的，它不仅可以帮助我们做很多的事情，还能让我们感觉出东西的冷、热、软、硬、粗糙、光滑等，我们生活、学习、劳动、游戏都离不开手。最后，我又加入了小手会“说话”，幼儿在快乐的表演中更感受到小手的巨大作用，因此，保护小手水到渠成，轻而易举突破了难点。

整个活动都充分激发幼儿参与的积极性，初步培养了幼儿良好的健康行为意识。我想：这就是教育的真谛吧！

## 健康教案我不挑食篇六

活动目标：

- 1、知道独自在家时如何应对陌生人来访。
- 2、了解独自在家的一些安全知识，初步养成自我保护的意思和能力。
- 3、积极参与活动，大胆发表自己的想法。

活动准备：

- 1、小兔头饰人手1个，兔妈妈、大灰狼、山羊头饰个1个。
- 2、《小兔乖乖》配乐磁带、录音机。
- 3、根据本班实际创设游戏情境，突出“小兔之家”。
- 4、幼儿用书：《小鬼当家》。

活动过程：

（一）教师模仿兔妈妈的口吻创设游戏氛围，激发幼儿参与游戏的兴趣。

教师：你们都是我的兔宝宝，妈妈今天要出门，你们在家可要当心哦！

（二）教师带领幼儿进行情境游戏。

1、“小兔”在家玩，教师戴山羊头饰（大灰狼头饰藏在山羊头饰下）敲门。（可配背景音乐）“山羊”：我是你们的山羊老师，来看看你们。快开门把！

2、教师根据幼儿的情况进行表演。

如果“小兔”开门，“山羊”就拿掉山羊头饰，露出大灰狼面具，用夸张的语气说：“哈哈，你们上当了，我是大灰狼，我要吃掉你们！”如果小兔不开门，“山羊”可利用食物、玩具等继续“行骗”。

4、教师小结：独自在家时，如果陌生人敲门，千万不能开门，要先问清是谁、找谁，然后告诉他（她），等爸爸妈妈回来以后再开。随便给陌生人开门会发生危险。

(三) 教师引导幼儿了解独自在家的安全常识。

1、“兔妈妈”：明天妈妈要出去很长时间，你们在家干什么呢？

3、教师小结：独自在家要特别注意安全，不做危险动作（如翻跟斗等）《不玩弄电器插头、插座以及煤气开关，不倒阳台上去。可以安静地看书、画画、玩玩具。

(四) 教师引导幼儿阅读幼儿用书《小鬼当家》，学习制作“危险警示卡”。

1、教师：“小兔”们，我们一起来做一些警示卡，把它们贴在家中可能发生危险的地方（电源插座、煤气开关、阳台、桌角、玻璃门等），它们会时刻提醒我们注意安全。

2、幼儿学习制作“危险警示卡”。

3、教师扮演“兔妈妈”，带领“小兔”将警示卡张贴在电器插头及插座、消毒柜、煤气开关、阳台、桌角、玻璃、门框等大家认为危险的地方。

## 健康教案我不挑食篇七

1. 能平稳单脚站立

2. 学会控制自己的情绪和行为，体验规则的含义。

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. 喜爱参加体育锻炼，养成爱运动的好习惯。

活动准备

塑胶拼版若干。

## 活动过程

1. 热身活动：教师带领幼儿活动身体各部位，为游戏活动做好准备。

2. 游戏“我是不倒翁”，尝试练习单站立。

(1) 原地游戏。

教师数数，幼儿模仿不倒翁的动作：左右脚相互交替支持身体，身体随换脚而两边晃动，双臂侧平举。

(2) 走动游戏。

教师背对幼儿边走边数数，幼儿跟在教师后面任意做各种动作，如跑跳等，当教师快速转身看向幼儿时，幼儿快速变成一个不倒翁晃动造型（单脚站立，双臂平举，身体自然晃动）

3. 玩游戏“我站得稳”，提醒幼儿自觉遵守规则进行游戏。

(1) 游戏玩法：幼儿两两成对，面对面四散在场地上站好，两人双臂向前平举，手心相对互相用力推，看谁站得稳，脚不动的幼儿赢。

(2) 分组比赛：幼儿分成两组，分别选派和塑胶拼版数量相同的幼儿站在拼板块上，教师手心相对，大家一起数5个数，看看每组有几个没被推下拼板块的幼儿，数量多者为胜。

4. 师幼玩放松游戏“不倒翁变软了”。

教学反思：

从执教的情况来看，我觉得自己在课堂上的组织语言还有待

加强，如何让孩子对你的提问或是小结能更好的明白、理解，是自己在以后的教学中需要关注的一个重要方面。

## 健康教案我不挑食篇八

### 一、活动目标：

- 1、初步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，体会自己的小手本领大。
- 3、简单了解保护手的方法。

### 二、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：“我的小手”)

### 三、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本领很大。

#### 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：小朋友的小手本领真大，可以做这么多的事，那么，小手本领为什么会这么大呢，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?

1、讨论后请个别幼儿回答，

2、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的本领更大，教育幼儿多动手，勤动手。

提问:怎样使自己的小手本领更大?启发幼儿想想:如果什么事都请爸爸、妈妈或爷爷、奶奶做，我们小手的本领会不会还这么大呢?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。

四、活动总结:

教师针对幼儿的今天的表现，给予及时适当的评价，表扬和鼓励那些在活动中表现积极的幼儿。同时教师要留意那些能力相对较弱幼儿的情绪，增强其自信心。

五、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。