

2023年大班健康活动表情变变变 大班健康活动教案(实用10篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

大班健康活动表情变变变篇一

- 1、引导幼儿初步养成早睡早起的生活习惯。
- 2、引导幼儿懂得不迟到是一种良好品质，引导其理解坚持上幼儿园和参加幼儿园活动的重要性。

拍摄的四幅幼儿用书《我会坚持》画面、音乐《铃儿响叮铛》

一、谈话引起幼儿兴趣

- 1、小朋友，你们明白此刻是什么季节吗？早上起床时，你感觉天气怎样样？（很冷）
- 2、天这么冷，你想有一件不怕冷的大衣穿在身上吗？你看过不怕冷的大衣吗？

我们来听一个故事，看看不怕冷的大衣是什么？

二、教师有表情地讲述《不怕冷的大衣》故事。

- 1、提问：小朋友，不怕冷的大衣是什么？你明白吗？（引导幼儿进行讲述）

2、教师小结：原先锻炼就是一件不怕冷的大衣，小兔锻炼以后，身上热乎乎的。它再也不怕冷了。宝宝怕冷吗？我们一齐来看看。

三、出示画面，引导幼儿看看、说说图上小朋友是怎样战胜寒冷，按时入园的。

1、出示图一。

天黑了，宝宝在干什么？你猜猜他是几点睡觉的？

2、引导幼儿看第二幅图。

这是什么季节？你从哪里看出来的？宝宝害怕外面的寒冷吗？

3、引导幼儿看第三幅图。

这是什么地方？你从哪里看出来的？这时小朋友的心境怎样？她去上幼儿园开心吗？

4、引导幼儿看第四幅图。

小朋友和教师在干什么？小朋友的心境怎样？你从哪里看出来的？

5、教师小结：天气虽然那么冷，可是宝宝每一天都会早睡早起，不怕寒冷高高兴兴按时入园不迟到。跟着教师一齐锻炼身体，学习各种本领。

四、引导幼儿不怕寒冷，坚持上幼儿园。

1、如果天冷了，就不上幼儿园。或睡懒觉迟到的话。宝宝能不能学到本领呢？哪你有什么方法使自我不怕寒冷，坚持上幼儿园呢？（引导幼儿说出经过锻炼）

2、幼儿听音乐《宝宝不怕冷》进行锻炼，感受锻炼给身体带来的变化。

大班健康活动表情变变变篇二

- 1、经过观察，了解舌头的外形特点和构造。
- 2、让幼儿在尝试、比较、讨论中了解舌头的三大作用。
- 3、引导幼儿认识在生活中该怎样保护自我的舌头。
- 4、发展幼儿的味觉感官，培养探索自身奥秘的兴趣。

1、每人镜子一面，调味品一份（包括酸、甜、苦、辣、咸），吸管一根。

2、电脑、投影仪、多媒体课件。

导入，引出主题

- 1、教师和幼儿一齐玩舌发出声音。
- 2、提问：是谁帮忙我们发出这些趣味的声音？

认识舌头各部分的名称及部位

1、师：对了，是我们的舌头，你有没有仔细地观察过它？今日教师为每个小朋友准备了一面镜子，请你仔细地观察一下自我的舌头，看看它的上头、下头有什么。

2、幼儿边观察边发言。

3、教师把自我的手当作舌头演示，幼儿认识各部分名称：舌头后面连着喉咙的部分叫“舌根”，舌根的前面部分叫“舌体”，舌体的最前面叫“舌尖”，舌体的上头叫“舌背”，

舌背上有舌苔，舌体的下头叫“舌腹”，舌腹上有舌系带、血管和突起。4、师：刚才小朋友说得真好，小舌头自我还想介绍一下自我，我们一齐来听听它说什么。（看多媒体软件）

了解舌头的作用

1、幼儿和教师试试舌头不动，还能不能说话。

2、师：舌头除了能帮忙我们说话，还有什么作用？（幼儿讨论）

3、幼儿用吸管品尝各种调味品。品尝后教师提问：你尝到了什么味道？是谁帮忙你明白这些味道的？舌头为什么能尝出各种味道呢？（教师：因为舌背上有许多小小的味蕾，这些味蕾对味道异常敏感。）什么地方的味蕾对什么味道反映最灵敏？（看多媒体介绍。）

4、幼儿和同伴互看，比较舌头的异同。

教师指导并引导幼儿讨论：为什么有的小朋友的舌苔会异常重？（教师：因为舌头是反映身体状况的一个标志。）

5、教师：我们的舌头不仅仅能帮忙我们说话、品尝味道，还能反映我们身体的健康状况，舌头的作用真大。

讨论如何保护舌头

2、幼儿讨论。

3、师生共同小结：舌头最怕刺激性强的食物，我们以后吃东西时要细心，不要吃太辣、太烫或太冷的东西，也不要吃得太快，不能边吃边说，以免咬着舌头，还要注意多吃一些蔬菜、水果，增强营养，坚持口腔卫生，早晚刷牙，饭后漱口，让小细菌无法生长。

活动延伸

- 1、智力抢答，教师出有关舌头的知识题，幼儿抢答。
- 2、回家找资料查查动物的舌头是不是跟人类长得一样，它们有什么特殊的本领。

大班健康活动表情变变变篇三

今天，我带孩子们参观了食堂，看到了食堂里的阿姨忙着洗菜、切菜、做饭等等，活动结束后，他们产生了争论：我们每天吃的菜到底是怎样搭配的？是不是想吃什么就吃什么？有的小朋友认为肉、鱼、鸡蛋应该多吃些；有的认为蔬菜要多吃，于是我们就生成了《健康宝塔》的活动，让孩子了解健康的膳食搭配。

：健康宝塔

- 1、了解合理的饮食营养结构。
- 2、为自己设计营养菜谱。

活动准备

- 1、你最喜欢吃什么？（幼儿自由发言）
- 2、你觉得哪些东西应该多吃，哪些应该少吃？怎样最合适？
- 3、每天吃的东西就像宝塔一样，最底层的.要多吃，最上面一层要尽量少吃。（观看示意图）
- 4、吃的最多的应该是什么？（米饭、馒头、面包等）

这些是粗粮做的食物，吃了就会有力气。

5、排在第二的是什么？（蔬菜、水果）

6、接下来又是什么？（牛奶、鸡蛋、鱼肉不能吃太多）

7、吃的最少的是什么？（油炸食品、碳酸饮料等）

8、小结：看了营养宝塔，我们知道了哪些应该多吃，应该有一个合理的膳食搭配。

9、延伸活动：

在区角活动里为自己设计一份食谱。

现在很多孩子挑食现象比较严重，包括很多的家长也不知道该如何来安排孩子每天的膳食，往往觉得鱼肉要多吃、而对于粗粮、蔬菜则不以为然。在活动中，我采用了色彩鲜艳、逼真的示意图，便于孩子理解，起到了很好的效果。我把活动延伸到平时的区角中，让每一个都有机会来尝试合理的配菜。活动开展以后，许多小朋友的家长纷纷反映孩子回家后零食买的少了，吃菜挑食现象有了明显的好转，还嚷着要自己来配菜，这是我感到欣慰的，也是活动想要达到的目的。

大班健康活动表情变变变篇四

1、知道感冒了身体很不舒服，懂得身体健康的重要性。

2、了解基本的预防感冒的生活小常识。

3、培养幼儿养成讲究卫生的良好习惯。

使幼儿知道感冒后身体很不舒服，懂得身体健康的重要性。

了解基本的预防感冒的小常识。

- 1、小猪图片若干
- 2、教学视频
- 3、预防感冒的歌曲

一、 导入部分：

- 1、听一听这是什么声音？（阿嚏、打喷嚏的声音）
- 2、我们在什么时候打喷嚏？

二、 基本部分

（一）通过创设“小猪”生病的情境引导幼儿了解感冒的主要特征。并且懂得身体健康的重要性。问题：

- 1、我的小猪生病了？（感冒）
- 2、你们感冒过吗？是怎样感冒的？感冒的时候身体哪里不舒服？（引导幼儿回忆感冒经历，说出感冒症状，教师用图片做归纳展示）
- 3、请你把你感冒时候的特征，贴在小猪的脸上，并来和大家说一说。（请幼儿操作图片）
- 4、请幼儿把操作的图片放到桌子第二层。

（二）请幼儿观看故事《阿嚏，阿嚏》

- （1）故事里谁先感冒了？（小猪）
- （2）小动物们怎么样了？（被小猪传染了）
- （3）得了感冒容易打喷嚏，打喷嚏时要怎样做才能不传染别

人？（引导幼儿懂得打喷嚏时要用胳膊掩住口鼻，并模仿练习正确的打喷嚏的方法。）

三、了解患病后的做法。

1、提问：怎样才能不感冒或少感冒？生活中有哪些预防感冒的小窍门？（讲卫生、勤洗手、多锻炼、多喝水、不挑食等）

2、如果我们感冒了我们应该怎么做？（看医生、打针、吃药、多喝开水、注意休息、不去公共场所……）

3、如果我们从外面回到家里应该先干什么？

重点：学习洗手的正确方法并模仿练习。

儿歌：搓搓搓，搓手心，搓搓搓，搓手背，

换只手，再搓搓，冲冲冲，冲冲手，

冲冲冲，冲干净，关上龙头甩三下，一二三！真干净！

4、通过识别、粘贴“健康小贴士”的活动提升幼儿预防感冒的经验，教师提供多种图片给幼儿观察，请幼儿选出预防感冒的好方法，粘贴在健康宝宝周围。

四、结束活动：师幼共同随巧虎的音乐跳起来，结束活动。

2、现在请小朋友们和巧虎一起来做一做预防感冒的运动吧！

大班健康活动表情变变变篇五

1. 能用喜欢的方式排解自我独自在家时的害怕心理；

2. 能辨别一个人在家时的安全和危险行为，明白一个人在家

时的基本安全事项。

1. 故事《一个人在家》录音及图片；《有人来敲门》图片。

2. 布置家的场景。

一、创设故事情境，引导幼儿讨论，帮忙幼儿克服一个人在家时的恐惧心理。

——故事里的小朋友一个人在家时害怕吗他做了一些什么事情做这些事情的时候他心境怎样样还害怕吗。

——如果你自我一个人在家时你会害怕吗害怕时你准备做些什么事情让自我变得不那么害怕。

——小结：一个人在家时做点自我喜欢的事情，比如画画、看书、搭积木，就会感觉时间过得更快，慢慢地就没那么害怕了。

观察指导要点：引导幼儿在听了故事后，结合自我的实际情景进行讨论，了解如何用自我喜欢的方式排解独自在家时的害怕心理。

二、调动幼儿已有经验，了解独自一人在家时要注意的安全事项

——那一个人在家时要注意些什么为什么

——(出示图片)有人来敲门时应当怎样办

——小结：独自在家时要异常注意安全：不玩火、不玩电源插座、不爬窗台和阳台；当有人来敲门时必须问清楚是谁，陌生人敲门时千万别开门。

观察指导要点：调动幼儿已有经验进行讨论，明白一个人在

家时的基本安全事项。

三、模拟情境游戏：独自在家不害怕

游戏玩法：两人结伴，一人当爸爸一人当宝宝，“爸爸”上班去了，留“宝宝”一个人在家，“宝宝”做自己喜欢的事情等“爸爸”回家，教师扮演陌生人随机敲宝宝的门。

观察指导要点：创设游戏情境，引导幼儿在游戏中再次了解做自己喜欢的事情能够排解独自在家时的害怕心理，并明白一人在家时怎样保护好自我。

大班健康活动表情变变变篇六

一、活动依据：

孩子比较喜欢户外活动，在本次活动中我将竞技游戏以及他们喜欢的卡通人物融合在一起，希望能在锻炼身体的同时，让他们得到的快乐。

二、活动目标：

- 1、让幼儿在活动中体会游戏的快乐和成功的喜悦
- 2、训练幼儿跑、跳、投掷、跨越的能力

三、活动重难点

（一）活动重点：能够让让幼儿在活动中体会到游戏的快乐和成功的喜悦

（二）活动难点：让幼儿在跑、跳、投掷、跨越的能力有所提高

四、活动准备：

（一）知识经验准备：引导幼儿会在户外活动时注意保护自己与他人不受伤害，常规较好。

（二）物质材料准备：

五、活动过程：

（一）开始部分：播放音乐，带领幼儿来到场地进行列队练习，热身活动可前踢腿、后踢腿等，全面活动幼儿身体。

（二）基本部分：创设情境，示范玩法，提出要求和游戏规则1、教师提出：今天蜘蛛侠瑶邀请大家做客，但是务必经过许多考验才能到达，通过的小朋友就可以得到一份礼物。

第一关：跳跳洞（从4个体操圈中跳过，要求幼儿双脚并拢跳，不能踩到圈）

第二关：过草地（将可乐瓶等障碍物左右摆放，要求幼儿快速跑过，过程中不能碰倒可乐瓶等物品）

第三关：大怪兽（要求幼儿抓起面前染好颜色的“水果”投向“怪兽大口袋”，未扔到着就要被怪兽抓起来）

第四关：摇摇岛（要求幼儿跨过“撒鲨鱼5”站上摇摇岛，并蹲下用手拿蜘蛛侠面具——蜘蛛侠给大家的奖励）

大班健康活动表情变变变篇七

活动目标：

1、懂得情绪愉快有利与身体健康。初步学习正确的方式排解

不开心的情绪。

2、引导幼儿逐渐养成积极乐观的生活态度。

活动准备：4个木偶、一个开心枕

重难点分析：学习正确的方式排解不开心的情绪。

活动过程：

一、感受快乐——拍手入场，进行开心碰碰碰的游戏。

二、开心与烦恼

1、刚才玩的真开心，你们想想平时你还遇到过什么开心的事？

2、开心的时候你会怎样？（用动作表现）

4、不开心的时候你会怎样？（用动作表现）

5、你喜欢开心的自己还是不开心的自己？

小结：不开心就是生气，生气不仅不让人喜欢，还会对我们身体产生坏的影响。生气的时候，人吃不下饭，睡不好觉，身体越来越差，所以我们要尽量不让自己生气，把生气这个坏习惯消灭掉。

三、化解不开心

1、生气商店：谁知道什么是消气商店？

2、我们来看看谁来消气商店了？

3、依次出示小动物，请幼儿帮他们想办法！

4、你觉得消气商店好吗？为什么？

5、如果你生气了，你会想哪些办法让自己消气呢？

小结：每个人都有生气的时候，你生气的时候，可以唱唱歌，跳跳舞，玩玩玩具，看看电视或者大声的哭一哭，这样你就能消气，让自己快乐起来。

四、让自己开心

1、介绍开心枕。

2、传递开心，让每个幼儿和“开心枕”抱一抱，亲一亲。

3、说一说抱着“开心枕”有什么感觉？

4、把开心枕送给其他人来感受一下开心的滋味。

大班健康活动表情变变变篇八

1. 了解感冒的症状，知道感冒后身体不舒服要及时告诉大人。

2. 初步了解预防感冒的方法。

3. 知道感冒了不怕打针吃药，做个勇敢的孩子。

1. 手偶一个

2. 打针的照片

3. 预防感冒方法的照片（洗手、吃饭、锻炼……）

4. 欢乐节奏音乐

一、设置情景——引发兴趣，导入活动。

出示小叮当手偶：“今天我给小朋友请来了一位小客人，小朋友看看他是谁？”小叮当：“大家好！我是小叮当，今天我给大家唱一首歌曲（唱两句后不停的打喷嚏），我怎么了？我不能给大家表演节目了，小朋友再见！”

二、组织讨论——了解感冒的症状及原因。

问题一、小叮当怎么了？为什么会感冒？

师小结：穿衣服少了、蹬被子了、到人多的地方被传染了都容易引起感冒。

问题二：你们感冒过吗？感冒了会有什么感觉？

师小结：鼻子不透气、流鼻涕、嗓子痛、头痛、咳嗽、打喷嚏、有时候会发烧，当身体不舒服的时候要及时告诉大人。

三、观看照片——渗透情感，懂得不怕打针吃药。

讨论：生病了要怎么办？他打针的时候哭了没有？小朋友打针的时候是怎么做的？

师小结：小朋友也是勇敢的孩子，如果你感冒了，要赶紧去看医生，不怕打针吃药，这样感冒很快就会好了。

四、结合照片展开讨论——初步了解预防感冒的方法。

（二）讨论：小朋友想一想，怎么样就不感冒了？

活动反思

在这个活动中，我们渗透了情感的教育，幼儿对生病有体会，也能展开讨论说出自己的想法。课堂气氛浓，锻炼了幼儿的

口语表达能力。同时，幼儿对锻炼身体的重要性也有了解，经验得到了提升。

大班健康活动表情变变变篇九

课题：独角兽过丛林

目标：1、在乐中学习双脚跳，提高下肢自控能力。

2、乐意参加体育游戏。

准备：音乐《青蛙合唱》；障碍物长棒若干；幼儿操作材料4《独角兽过丛林》。

过程：1、准备动作的练习：

教师播放音乐，请幼儿欣赏一遍。

教师引导幼儿跟随音乐的节奏拍手、拍腿、双脚原地跳，做好准备活动。

2、音乐游戏：

教师和幼儿一起将障碍物依次摆放好。

教师播放音乐并引导幼儿扮成独角兽，双脚跳穿越障碍物往返几次。教师指导幼儿，双脚跳时应甩动两臂，双膝下蹲，双脚并拢。

教师根据幼儿的能力，适当调整障碍物之间的距离，并作连续跳跃。

3、幼儿游戏：

幼儿根据能力分成四组进行竞赛游戏。

教师讲解预习规则后，比赛开始。

颁奖，教师小结。

4、结束：

教师引导幼儿收拾好活动材料。

本次游戏的主要目的是发展幼儿下肢的运动能力，提高其注意力和下肢自控能力的活动，在活动中要及时调整好障碍物之间的距离，让运动能力不同的幼儿有各自的挑战。

不足之处请各位老师同仁们给予指正批评，欢迎多给建议，谢谢！

大班健康活动表情变变变篇十

- 1、运用肢体表现的动作。
- 2、培养幼儿身体的节奏感和能快乐的与同伴合作。
- 3、促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。
- 4、培养竞争意识，体验游戏带来的`挑战与快乐。
- 5、喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

八音盒一个。

1、开始部分：导入活动。

(1) 做第一套广播体操。

(2) 音乐：对列入场

2、基本部分：

教师：今天，老师给大家带来了一段好听的音乐和一段优美的舞蹈。请小朋友们看看！（幼儿欣赏）

（2）提问：小朋友刚才看到了什么？（小娃娃跳舞）那我们也来学学这个娃娃跳舞好吗？（幼儿开始学跳，提醒幼儿速度要慢）

教师总结：小朋友说的很对，那听我来说：小朋友和娃娃都是用自己的身体顺着一个方向转圈，这就叫旋转。（请幼儿再次尝试）

（3）全体幼儿坐下休息，我们讨论一下，除了用身体做旋转以外，还可用身体的什么地方旋转。（幼儿讨论，回答，并请幼儿进行示范）。

（4）全体幼儿起立：

音乐：教师带领幼儿跟着音乐，将说出的旋转动作结合音乐做一遍。（做完后，小结，再来一遍）

（5）启发幼儿相互结合着做旋转的游戏。

教师：刚才呀！每一个小朋友都是自己用自己的身体部位旋转，那如果两个两个小朋友，三个三小朋友，或是更多的小朋友在一起，还能旋转吗？（我们试一试，请小朋友找一下自己的小伙伴讨论一下）教师对每一组小朋友进行指导。

音乐：待每组小朋友准备好后，教师放音乐，请每组小朋友而跟着音乐做自己的动作。

3、结束部分：

每组的小朋友做的都很好。

教师：小朋友刚才只玩了其中的一个，还有好多，小朋友都可以玩！（提醒幼儿游戏可以互换…）

各种旋律的物品：球、木棒、椭、螺帽、沙包、瓶子、风扇。

在此次活动中，孩子跳得很开心，充分让孩子自己主导怎样跳，激发了孩子的积极性，调动了孩子跳得兴趣，尤其是延伸中提出让孩子自己想游戏的玩法，更让孩子的兴趣提高到顶点，孩子自主玩的机会太少，以后要多创设这样的活动，让孩子真正玩的尽兴。