

2023年幼儿园中班健康教案(通用5篇)

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。那么教案应该怎么制定才合适呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

幼儿园中班健康教案篇一

1. 了解牙齿结构、功能及生长特点。
2. 学会正确的刷牙方法。
3. 从小培养爱刷牙、讲卫生的好习惯。
4. 初步了解健康的小常识。
5. 教育幼儿养成清洁卫生的好习惯。

关于保护牙齿的ppt□苹果若干、饼干若干、人手一把小牙刷和口杯

一、谜语导入，引出牙齿课题。

小小石头硬又白，整整齐齐排两排，天天早晚刷干净，结结实实不爱坏。

二、认识牙齿的结构、功能及生长特点。

1. 观察牙齿，数数有几颗牙。

教师小结：正常儿童嘴里有20颗牙，成人是32颗。

2. 仔细观察对方牙齿的颜色、大小、形态。

师：再看看你好朋友的牙齿是什么颜色的？每颗牙齿长得一样吗？

3. 给牙齿起名字。

小结：像小铲子的牙叫门牙，像小尖刀细长形的叫犬牙（虎牙）共8颗，像一座座小山凹凸不平的叫臼牙（磨牙）。

4. 介绍门牙、犬牙、臼牙吃食物时各有什么作用。

师：我们吃东西的时候，每颗牙齿分工一样吗？

请幼儿吃一片苹果，试一试不同牙齿的不同作用
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，粗壮有力，可以撕裂食物；臼牙又宽又厚，可以磨碎食物。

三、认识到龋齿的危害。

1. 通过故事引出龋齿的危害。

师：有一只小熊却要去拔牙，这是为什么呢？

2. 找龋齿。

两个小朋友互相观察，看看对方是否有龋齿。

3. 组织幼儿讨论龋齿形成的原因。

(1) 发给幼儿每人一块饼干品尝，饼干什么滋味？

(2) 回答问题：两个小朋友互相观察牙齿上有什么？牙缝里多了什么？（粘在牙缝上的饼干渣）
(3) 讲解食物残渣中的糖在细菌作用下会分解成酸，酸会腐蚀牙齿变黑，成为龋齿。

四、预防龋齿，保护牙齿，学会正确的刷牙方法。

1. 讨论保护牙齿的方法。

师：我们平时要怎样保护牙齿呢？

教师小结：我们应该少吃甜食，吃完东西记得漱口，把留在口腔、牙齿里面的脏东西吐出来，还要记得早晚刷牙，保护牙齿，这样我们的牙齿就能健健康康的，我们也能开开心心的生活。

2. 请个别幼儿示范平时刷牙的方法。

3. 教师讲解正确的刷牙方法，教育幼儿养成早晚刷牙的习惯。

教师小结：正确的刷牙方法应当是顺着牙缝上下转动地刷，即上牙从上往下刷，下牙从下向上刷，咬合面来回刷，里里外外都要刷干净。

幼儿园中班健康教案篇二

我们班小朋友上学都要妈妈背书包，活动少，手臂力量得不到锻炼。我通过这样的课程想锻炼幼儿的肩、手、臂、的肌肉力量。

一、练习肩上挥臂投物，增强上肢、肩、背、等部位的肌肉力量。

二、培养小朋友手眼协调能力。

三、幼儿了解流星，流星和星星的区别。

重点：让幼儿的上肢得到锻炼。

难点：让幼儿了解流星，用手模仿流星。

一、鸡毛毽子，塑料筐两个。

二、塑料盒、绿色包装带、蓝色皱纹纸布置山坡、草地、小河，距离又远道及排列。

一、幼儿扮小星星自由进入场地，集中在老师周围。教师当月亮姐姐，师生一起随音乐准备操，活动上肢、肩、背等身体部位。

二、激发幼儿活动兴趣，引导幼儿练习肩上挥臂投远。

教师：星宝宝在天空很寂寞，有的想飞到大地妈妈的怀抱，你们愿意帮助小流星去他想去的地方吗？教师引导幼儿用自己的方式将小流星（鸡毛毽）投到远处的山坡、草地、小河，幼儿将“小流星”捡回，并告诉大家，自己将“小流星”送到哪里。讨论：

（一）谁将“小流星”送的最远，请动作示范。

（二）你们想将小流星送的更远么？

三、教师讲解示范动作要领，幼儿学习肩上挥臂投物运动。

四、游戏：（谁投的`远）

幼儿分组进行游戏，看谁的流星飞过小河，谁的流星飞过上坡，哪个队飞过上坡的流星多就获胜。

幼儿园中班健康教案篇三

1、了解人的`各种表情可以表达自己的感受和情绪。

2、知道开心的笑有助于身体健康。

- 3、让幼儿知道愉快有益于身体健康。
- 4、学习控制自己的情绪，难过或疼痛时不哭。
- 5、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。

2、一个小朋友的面部轮廓图，贴有五官

3、幼儿用书、练习册

2、幼儿观察后回答问题，并与教师一起一边往画上贴五官，一边说说他们的作用。

1、玩变脸

一个人做表情，大家猜。玩法（开始时大家一起念儿歌，嘴角弯弯，眼睛弯弯，猜猜我的心情怎么样？小嘴嘟嘟，眉毛皱皱，猜猜我的心情好不好？当儿歌念完后，一个人做表情，大家猜，一个人说表情，大家做。玩法（游戏开始相同，只是在念完儿歌后，一个人说表情，大家做。

2、让幼儿看幼儿用书，仔细观察图片中小朋友的表情，并进行讨论

老师今天请来了很多很多好朋友，我们看看他们的心情怎么样？

看后讨论：

老师小结：笑脸代表开心快乐，这样的表情是最漂亮的，我们大家都喜欢，开心地笑还会有利于我们的身体健康，所以我们对待好朋友都应该笑哦！

1、教师拿着贴好的笑的表情教具，五官贴完了，大家看，小

朋友是什么表情呀！（笑了）

2、老师会变魔术，在他的脸上动一动。看他现在怎么了（生气了）

3、看一看这个小朋友又是什么表情，害羞

4、小朋友的这个表情又是什么？（发怒）

我们一起来听歌曲做游戏，当歌曲开始时，你要去一个好朋友，在找到好朋友后要对好朋友做一个特别的表情，让朋友感到快乐。

整个活动我分为四个环节，第一个环节是：观察图片，引导幼儿识别表情。在这个环节中，我首先利用一个没有五官的小女孩，通过添加五官、改变五官的形状，引导幼儿知道不同的表情代表不同的心情，但作为中班上学期的幼儿，他们不知道用“伤心”来形容不开心的情绪。第二个环节是：游戏一看表情猜心情，在这个环节中，首先教师示范了一种表情让幼儿猜，再请个别幼儿做表情让其他幼儿猜，孩子们基本能猜出来，但是环节太过单调，还可以让幼儿根据心情来做表情，丰富孩子的知识面。第三个环节是看图片说心情，再这个环节里，我要求孩子们看看ppt中孩子们的面部表情，说一说图片中小朋友的心情怎么样，你为什么觉得他是这个心情，但是小班孩子的思维比较单一，他们不能说出为什么觉得他是这种心情，而是会说我觉得为什么他会开心（伤心），不过总体来说孩子们的积极性比较高。第四个环节找朋友。这个环节小朋友们边听音乐边找朋友，在找到朋友时，对着朋友做一个表情，让你的朋友觉得快乐，孩子们的积极性非常的高。

整个活动下来，不足的地方还有很多，需要在以后的各个活动中深入。

幼儿园中班健康教案篇四

- 1、激发幼儿探究黄豆与豆制品关系的欲望和兴趣。
- 2、引导幼儿初步认识黄豆及其制品，并了解其营养价值。
- 3、培养幼儿运用多种感官辨别黄豆并区分豆制品的能力。
- 4、知道人体需要各种不同的营养。
- 5、初步了解健康的小常识。

重点：帮助幼儿了解黄豆及其制品具有丰富的营养价值。

难点：引导幼儿运用多种感官、方式辨别黄豆，区分豆制品。

黄豆、红豆、绿豆等各种豆子，各种豆制品若干，蔬菜、水果若干，图片“黄豆爷爷”。

(一)开始部分：

- 1、请幼儿品尝豆制品，引出认识黄豆的课题。
- 2、教师与幼儿边品尝边互相交流。
- 3、教师提问：这些食物都是用什么做的？

(二)基本部分：(重点、难点部分)

幼儿通过观察、比较及讨论辨别出黄豆，掌握其外形特征，了解其营养价值，并能运用所学知识区分豆制品。

- 1、幼儿运用已有经验，尝试性地寻找出黄豆。(教师提供黄豆、绿豆……请幼儿看、摸，并运用经验找出黄豆。)

2、认识黄豆外形特征。

(1) 幼儿相互交流，掌握黄豆外形。

(2) 教师引导幼儿总结出黄豆外形特征。

a. 黄豆是什么颜色的？

b. 黄豆是什么形状的？

c. 黄豆上有什么？

d. 黄豆摸上去有什么感觉？

3、认识豆制品，了解它们的营养价值。

(1) 幼儿利用已有经验，理解黄豆与豆制品的关系。（教师讲解什么是豆制品。）

(2) 引导幼儿通过生活经验，说出豆制品。

(3) 教师提问：你还吃过哪些豆制品？

(4) 帮助幼儿了解豆制品具有的丰富营养价值。

4、引导幼儿在已有知识基础上，区分出豆制品。

(1) 出示各种豆制品及非豆制品食物。

(2) 通过游戏“豆宝宝找爷爷”让幼儿在众多食物中找出豆制品。

(三) 结束部分：

1、观察豆芽，激发幼儿探索豆芽生长过程的兴趣。

2、引导幼儿观察豆芽。

3、引起幼儿探究黄豆变豆芽的欲望。

(四)延伸活动：《发豆芽》

幼儿园中班健康教案篇五

帮助幼儿学会分享。

像机、木偶表演。

(1)看木偶表演。

小熊正在草地上放风筝，一不小心风筝挂在树上了，怎么也拉不下来，急得小熊都快哭了。正在这时，小羊走过来了，它对小熊说：“别着急，我来帮助你。”只见它从草地上捡起了一根很长的树枝，对着风筝用力往上一顶。哈哈！风筝飞起来了，小熊真高兴，对小羊说：

“谢谢你，你真棒！”小羊说：“不用谢，上次我的’风筝也挂在树上了，是爸爸教我这样做的？”“哈哈！原来是这样！”他们高兴地笑了。

讨论：小羊用什么方法帮助了小熊？它为什么会成功呢？

(2)看录像。

(1)小红不爱吃青菜，你有什么办法帮助她吗？

(2)洋洋不会拍皮球，你有什么办法帮助他吗？

(3)涛涛爱打架，别人都不愿理他，你有什么办法帮助他吗？

(4)有个小朋友不爱睡午觉。你会怎么帮他？