

2023年小班健康课我爱喝水教案 幼儿园 大班我爱喝水健康教案(通用9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。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？下面是小编为大家带来的优秀教案范文，希望大家可以喜欢。

小班健康课我爱喝水教案篇一

活动目标：

- 1、知道人每天都需要喝水，多喝水，身体好。
- 2、懂得白开水是的饮料，会主动去喝水。

活动准备：

一盆长势很好的康乃馨、一盆枯萎的康乃馨；有关起床后、锻炼后，游戏后喝水的视频；《乌鸦喝水》故事视频。

活动过程：

- 一、故事引入，了解什么时候需要喝水。
- 2、播放人们在起床后、锻炼之后，小朋友们在游戏之后喝水的短片，提问：为什么起床后，锻炼后，游戏之后喝水呢？鼓励幼儿大胆发言。

教师总结：起床之后喝水，有助于清理肠道的垃圾；锻炼时，身体会出许多汗，流失很多水分，所以得补充水；小朋友做游戏也会出汗，也会口渴，所以得喝水。

3、提问，我们还在什么时候需要喝水呢？

老师小结：外出游玩时，口渴时，感冒、发烧、拉肚子时等等。

二、通过实验观察，懂得水对身体的重要性。

观察教室里的两盆康乃馨，提问：他们有什么不一样呢？你更喜欢那盆呢，为什么？老师总结：小朋友们都喜欢开满鲜花的这一盆，因为它漂亮，而另外一盆快要枯死了，叶子都黄了，没有一个花骨朵，为什么两盆都是康乃馨，长得不一样呢？（鼓励大家大胆发言）

三、知道水是的饮料。

展示各种饮料和白开水，提问：你们口渴呢，最想喝哪一个呢？为什么？

有的说饮料，因为甜甜的，很好喝；有的说白开水，因为最解渴。

老师小结：其实，水是的饮料，其他的饮料中都含有许多的糖分和添加剂，这些物质不利于小朋友的健康成长，可能会导致各种疾病，平时要多喝水，身体才会棒棒的。

四、游戏活动：和老师一起喝水吧。

老师说了好多好多话，口好渴呀，你们要和老师一起喝水吗？看谁喝水有“咕咚咕咚”的声音。

小班健康课我爱喝水教案篇二

我的五个宝活动目标：1、认识眼睛、鼻子和耳朵的用处；2、懂得爱护自己的眼睛、鼻子和耳朵。活动准备：活动脸

谱，“小手拍拍”音乐。1、小朋友都是爸爸妈妈的宝贝，我们每个人脸上都有五个宝贝，是什么呢？2、看谁最先指出我们脸上的宝贝！鼻子、眼睛、嘴巴、耳朵、眉毛。3、变魔术，请一位小朋友上台。看看少了什么！眼睛眼睛有用吗？鼻子鼻子有用吗？嘴巴嘴巴有用吗？耳朵耳朵有用吗？4、听歌曲《小手拍拍》，作动作。5、孩子们喜欢看动画片吗，我们来看看这些小朋友做得对吗？6、大家一起来读儿歌吧：小小眼睛亮晶晶，不用脏手擦眼睛！鼻子耳朵和嘴巴，人人都要保护它！7、填健康卡。发小红花。8、宝贝再见！10月22日心海湾小一班开展了“家长半日活动”。以上是我给女儿所在班的孩子上课的教案。尽管课堂上有许多不满意的’地方，但我感受到了女儿的积极参与，也感受到了孩子和父母一起学习的快乐！

文档为doc格式

小班健康课我爱喝水教案篇三

活动目标：

- 1、知道喝白开水的好处，了解到白开水最容易解渴。
- 2、知道何时该喝水、如何喝水。
- 3、愿意在口渴时主动饮用白开水。
- 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、知道人体需要各种不同的营养。

活动准备：

- 1、在上课前让幼儿了解喝水的好处

2、歌曲《健康歌》

3、奖励卡片小水滴

4、“今天你喝水没有”的记录表

活动过程：

一、感知讨论，了解水对身体生长的重要作用。

(1) 通过回忆激活已有体验，感受口渴后喝水带来的舒适。

(2) 通过课前收集和讨论知道水好处，激发幼儿主动喝水欲望。

二、知道白开水对身体最好。

(1) 教师讲述故事《小猪嘟嘟》，幼儿欣赏。

(2) 讲述完故事后教师提出问题。

三、知道什么时候该喝水、如何喝水。

(1) 让小朋友自己想想有哪些时候该喝水。

(2) 教师情景表演。

(3) 加深要主动喝水的欲望。

教学反思：

我爱喝水这个活动是很接近生活的一节课，在本次的集体生活当中，我先让幼儿知道了解，引导幼儿知道，天气很热，很容易出汗，那就要及时的补充水分，就是要多喝开水。虽然课是告一段落了，但是像有些情况还是不能避免的，幼儿

对这种单纯性的谈话活动，本身就缺少兴趣，不能让幼儿有些就是根本就不来听老师的，希望西祠能想出好的对策，避免这种情况发生。

小班健康课我爱喝水教案篇四

活动目标：

- 1、知道喝白开水的好处，了解到白开水最容易解渴。
- 2、知道何时该喝水、如何喝水。
- 3、愿意在口渴时主动饮用白开水。
- 4、加强幼儿的安全意识。
- 5、初步了解健康的小常识。

活动准备：

- 1、在上课前让幼儿了解喝水的好处
- 2、歌曲《健康歌》
- 3、奖励卡片小水滴
- 4、“今天你喝水没有”的记录表

活动过程：

一、感知讨论，了解水对身体生长的重要作用。

- (1) 通过回忆激活已有体验，感受口渴后喝水带来的舒适。

(2) 通过课前收集和讨论知道水好处，激发幼儿主动喝水欲望。

二、知道白开水对身体最好。

(1) 教师讲述故事《小猪嘟嘟》，幼儿欣赏。

(2) 讲述完故事后教师提出问题。

三、知道什么时候该喝水、如何喝水。

(1) 让小朋友自己想想有哪些时候该喝水。

(2) 教师情景表演。

(3) 加深要主动喝水的欲望。

反馈我爱喝水这个活动是很接近生活的一节课，在本次的`集体生活当中，我先让幼儿知道了解，引导幼儿知道，天气很热，很容易出汗，那就要及时的补充水分，就是要多喝开水。虽然课是告一段落了，但是像有些情况还是不能避免的，幼儿对这种单纯性的谈话活动，本身就缺少兴趣，不能让幼儿有些就是根本就不来听老师的，希望西祠能想出好的对策，避免这种情况发生。

活动反思：

我爱喝水这个活动是很接近生活的一节课，在本次的集体生活当中，我先让幼儿知道了解，引导幼儿知道，天气很热，很容易出汗，那就要及时的补充水分，就是要多喝开水。虽然课是告一段落了，但是像有些情况还是不能避免的，幼儿对这种单纯性的谈话活动，本身就缺少兴趣，不能让幼儿有些就是根本就不来听老师的，希望西祠能想出好的对策，避免这种情况发生。

小班健康课我爱喝水教案篇五

二、幼儿回忆洗澡过程

第一页：

1. 了解为什么要洗澡。
2. 教育幼儿自己脱衣服，脱下来的衣服要放在一个地方，不乱扔。

第二页：

1. 认识常见的洗澡用品。
2. 了解冲水—涂肥皂(沐浴露)—搓澡的过程

第三页：

教育幼儿洗澡时注意安全，洗澡用品摆放有序。

第四页：

教育幼儿擦干水后马上穿好衣服，以免着凉。

三、幼儿模仿洗澡

1. 启发幼儿用彩线围个不同形状的浴缸。
2. 幼儿模仿洗澡

四、总结

夏天到了天气会越来越热，小朋友出了汗要天天洗澡，在家洗澡时，要让爸爸妈妈帮我们放好水，洗澡时要注意安全，

小心别滑倒。

小班健康课我爱喝水教案篇六

1、知道喝白开水的好处，了解到白开水最容易解渴。

2、知道何时该喝水、如何喝水。

3、愿意在口渴时主动饮用白开水。

2、歌曲《健康歌》

3、奖励卡片小水滴

4、“今天你喝水没有”的记录表

一、感知讨论，了解水对身体生长的重要作用。

(1) 通过回忆激活已有体验，感受口渴后喝水带来的舒适。

(2) 通过课前收集和讨论知道水好处，激发幼儿主动喝水欲望。

二、知道白开水对身体最好。

(1) 教师讲述故事《小猪嘟嘟》，幼儿欣赏。

(2) 讲述完故事后教师提出问题。

三、知道什么时候该喝水、如何喝水。

(1) 让小朋友自己想想有哪些时候该喝水。

(2) 教师情景表演。

(3) 加深要主动喝水的欲望。

小班健康课我爱喝水教案篇七

活动目标：

- 1、知道水能解渴，人每天都需要喝水。
- 2、迁移生活经验并对比，懂得白开水是最好的饮料，喝生水不卫生。
- 3、养成主动喝水的良好习惯。
- 4、初步了解水的小常识。
- 5、培养幼儿少喝饮料多喝开水的良好习惯。

活动准备：

瓶装可乐、汽水、橙汁，一杯白开水，一杯自来水

活动过程：

一、通过提问，引出话题：

提问：口渴了怎么办呢?(喝水、喝饮料、吃水果等。)

二、出示瓶装可乐、汽水、橙汁，一杯白开水。迁移生活经验进行讨论：

- 1、这里有什么?它们是什么味道的?
- 2、你知道口渴了喝哪种水最解渴、最好呢?

教师告诉幼儿汽水、饮料里面有许多许多的糖分，还含有许多的

二氧化碳，对我们小朋友的身体健康并不好；而白开水里没有这些成分，喝白开水最解渴，白开水是最好的饮料。

教师拿着杯子到水龙头前面接了一杯自来水，提问：自来水能喝吗？为什么？

教师总结：自来水不能喝，因为有很多的细菌还没有被消灭。只有经过高温消毒的水才能喝。

三、介绍喝水的重要性。

提问：为什么人每天都要喝水？让幼儿根据自己的经验大胆地说说。

教师总结：我们人体内每天需要有很多的水，但是我们活动后就会出汗，身体里的一些水就会蒸发掉，因此，我们每天都要给身体补充足够的水。

教师念儿歌：咕噜咕噜。小朋友请你们一起告诉小胖胖喝什么最解渴好吗？

儿歌：咕噜咕噜太阳大，天气热，小胖胖，买汽水，喝可乐，咕噜咕噜喝一杯。咕噜咕噜喝一杯。一杯两杯三杯……咕噜咕噜咕噜……喝了好多杯，小胖胖一样渴，小胖胖一样热，还把地上弄了一堆垃圾。

活动反思：

习惯的养成是长期坚持的结果，本次活动能够帮助幼儿建立正确的喝水意识，但行为习惯的养成还得靠老师和家长的共同努力。

故事引入，能够激发幼儿的好奇心和注意力，一系列的提问，和故事紧密联系，是幼儿的回答启发于故事，又回归于故事。

通过视频短片，人们都在喝水，帮助幼儿了解，什么时候要喝水呢？而不仅仅是口渴的时候。我充分利用了教室的资源，其中一盆花枯萎好久了，可能并不是只因为没有浇水，但幼儿能够完全相信，是因为没有浇水。在第三个环节中，有小朋友问我，牛奶，豆浆是不是饮料呢？纯牛奶，豆浆小朋友可以喝，但也不能喝太多，不然会导致营养过剩。整个活动，小朋友能够大胆发言，了解喝水的重要性，会主动要水喝，知道白开水是最好的饮料。但生活中还得我们的家长坚持督促幼儿良好喝水习惯的养成。

小班健康课我爱喝水教案篇八

1. 感受笑、生气、哭三种不同表情带来的不同情绪体验。
2. 在老师引导下，知道笑会带给自己好心情，也会给他人带来快乐。
3. 乐意参与活动，体验大家在一起的开心快乐。
4. 让幼儿知道愉快有益于身体健康。
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。

1. 知识经验准备：幼儿初步懂得每天应该高高兴兴上幼儿园，不能乱发脾气。

2. 物质准备：小姑娘布袋木偶1个；木偶剧《甜甜的微笑》；《幸福拍手歌》的音乐、录音机、表情娃娃布袋偶（笑脸、哭脸、生气脸共36个）、水彩笔、油画棒、橡皮泥、记号笔、制作表情娃娃的卡片（没有贴五官）36张等。

3. 环境创设：幼儿的座位排成两个弧形，在周围放置了人手一个的表情娃娃布袋偶，创设比较宽松的氛围。

一、以布袋偶小姑娘引入，激发幼儿的兴趣。

我是快乐的笑宝宝，今天要到小三班做客，真的好开心！你们开心吗？今天我还带来了好多表情宝宝，我们一起去看看吧！

反思：教师手持夸张的布袋偶小姑娘，并用自身愉快、高涨的情绪带动幼儿，让幼儿一下子就提高参与活动的积极性，为下面的活动做好铺垫。

二、引导幼儿和表情宝宝交朋友，初步体验自己今天的情绪状态。

这里有许多的表情宝宝，它们有不一样的表情，你喜欢哪一个表情宝宝，可以拿起来，套在手上，和它说说话。

1. 你喜欢哪个表情宝宝？为什么？（鼓励幼儿自由地与同伴进行交流）
2. 一起体验，学学开心、生气、哭泣时的表情，谈谈自己的情绪经验。

小结：宝宝笑了，我们小朋友也笑了，宝宝生气了、哭了，我们脸上的表情也不一样了，心情也不开心了。老师看到小朋友笑了，心里很开心，更加爱宝宝了；如果看到小朋友生气了，伤心地哭了，老师心里也会很难过。所以，小朋友要经常笑，让自己开心，也让老师开心。来，笑一个让老师看看。

反思：这个环节老师重在做幼儿学习活动的引导者，在创设情景中让幼儿自由地表露自己的心情，教师则通过倾听、观察、谈话，及时捕捉幼儿的眼神，及时给予幼儿回应，同时也激发了幼儿主动探索各种表情娃娃的积极性。教师尽量给予鼓励，并为此创造了一种自由、轻松的氛围，让孩子在已有经验的基础上自我表现、充分交流，分享活动带来的快乐，使活动成为幼儿生活的舞台，成为幼儿自我发展、展示自我

的舞台，使幼儿的主体性和创造性得以发挥。

三、欣赏木偶剧《甜甜的微笑》，了解应该保持快乐的心情。

花花为什么可以得到大家的喜欢呢？为什么小动物看到它，心里就像吃了蜂蜜一样甜呢？

小结：花花是个爱笑的宝贝，见到人总是甜甜的微笑，甜甜地打招呼，所以大家都很喜欢她。小朋友们也来当个爱笑的宝宝吧，大家相亲相爱在一起，来抱抱你旁边的小朋友，大家都是好朋友，我们大家在一起很快乐！笑的很开心！

反思：这个环节充分利用了幼儿感兴趣的形式，用木偶剧的形式，让幼儿安静地欣赏，观看了“花花”见到人总是甜甜的微笑，甜甜地打招呼，所以大家都很喜欢她。让幼儿明白不管遇到开心不开心的事情，都要讲出来，这等于给孩子一次说话的机会，表达自己内心的真实感受。在活动中，我提问：“为什么小动物看到花花，心里就像吃了蜂蜜一样甜呢？”大多幼儿都能回答出来，因为花花是个爱笑的宝宝，让幼儿懂得了笑表示快乐，快乐是可以传递的。

四、《幸福拍手歌》结束，让幼儿感受快乐、表现快乐。

我们一起来帮助哭宝宝和气宝宝找快乐吧，小朋友可以用自己的笑脸来帮助他们！让我们一起把开心、快乐的表情表现出来吧！引导幼儿伴随着快乐的音乐，有节奏操作表情娃娃地进行律动。

反思：这个环节幼儿情绪非常高涨，在音乐的熏陶下，大部分的幼儿能积极地参与，大胆地通过语言、动作、表情，告诉周围的人，现在他很快乐。同时，老师也及时地关注到个别幼儿，在刚开始的活动中有个别幼儿情绪比较低落，但是在同伴的影响下，他们也很快地调整自己的情绪，愉快地参与活动，将活动推向**。

1. 在一日活动中，教师重视为幼儿营造宽松、愉悦的心里环境，鼓励幼儿每天能愉快入园，积极参与各项活动。
2. 与家长沟通，关注幼儿每天的心情，及时了解幼儿不开心的原因，多与幼儿交流，并与幼儿一起讨论不开心的时候要怎么办。

《纲要》指出：“幼儿身体的健康和心理的健康是密切相关的，幼儿的心理健康以情绪愉快，适应集体生活为主要特征。”整个活动我认为是很成功的，教师引用了形象夸张、有趣的木偶形象，来激发幼儿的学习兴趣，能够让幼儿边操作表情娃娃，边进行交流，在活动中幼儿动脑、动口能力方面得到了提高。教师能充分发挥主导作用，结合幼儿的思维特点，调动幼儿的各种感官，使幼儿积极地参与活动，处处从幼儿主体的实际出发，鼓励孩子想象、实践，让幼儿在轻松自然的过程中，体验快乐，从而培养幼儿大方、豁达的良好个性心理品质。

小班健康课我爱喝水教案篇九

1. 知道微笑能够使自己和他人心情愉悦，喜欢微笑。
2. 大胆想象、尝试运用各种材料进行不同组合，在纸盘上拼出笑脸。
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. 让幼儿知道愉快有益于身体健康。
5. 初步了解健康的小常识。

活动难点：

尝试运用各种材料进行不同组合，在纸盘上拼出笑脸。

活动重点：

了解微笑的作用，喜欢微笑。

1. 纽扣、瓶盖、各类豆子、毛线、坚果壳、糖果等材料若干；
2. 贴有双面胶的纸盘人手一个；
3. 白板课件。

直观演示法、讨论法、讲述法、互动法等。

一、导入，看表情猜一猜。

师：你们今天开心吗？

师：我有一个办法一下子就能猜出来你们开不开心，现在我来试试看。

(教师根据幼儿表情猜测幼儿心情)

师：我猜的对不对呀？我是用的什么办法来猜的呀？(用眼睛看)

师：原来啊，你的心情都写在了你的脸上，如果你笑了，那么你可能很开心，如果你皱着眉头，那么可能是不开心啦。

二、我来逗你笑

1. 出示男孩子动态图，表情不开心。

师：这个男孩子怎么了？你从哪里看出他不开心？(幼儿讨论)

师：看到他不开心，你的心情怎么样？

师：你们有什么办法能逗他开心吗？

师：你可以走到他的面前和他说一说、玩一玩、看看能不能让他开心。

(教师根据幼儿回答点击不同按钮，如办法不够好，“男孩”则摇头、落泪，如果是好办法、“男孩”的表情则慢慢笑起来。)

2. 开心的表情

师：小朋友们真热心，想了这么多好主意，看，现在男孩子看上去怎么样？

(笑了、开心了……)

师：看到他笑的这么灿烂，你现在的心情怎么样？

3. 我爱笑我健康。

师：你们喜欢掉眼泪的孩子还是爱笑的孩子呢？

师小结：原来小朋友们笑的时候是最好看、最可爱的，当你看到别人在对你笑，你自己也会很开心。

师：你们知道吗，“笑”还能治病呢！其实“笑”也是一种运动，你经常笑嘻嘻的啊，能让自己的胃口变好，使人更有精神，还能放松身体。

师：原来“笑”有这么多的功能，谁再来说说“笑”有些什么功能呀？

(请幼儿回答问题，教师出示相应图片)

师：让我来看看谁是爱笑的宝贝呀？(请幼儿展现自己最美的笑容)

三、笑脸宝宝

1. 被丢弃的小宝贝

师：我这里有些宝贝啊，它们可不爱笑，我们来看看都有些谁。

(出示照片：有纽扣、瓶盖、各类豆子、毛线、坚果壳、糖果等丢弃在地上的照片)

师：都有些谁呀？它们为什么不爱笑呢？

师：原来啊它们都是被人们丢弃的东西，主人不要它们了，它们非常伤心，所以就不爱笑了。

师：为什么人们会把它们扔掉呢？(因为它们没有用了。)

师：我们有什么办法来帮帮这些小宝贝呢，让它们变得有用起来？(幼儿讨论)

师：你们想了很多有趣的办法，我这里啊也有一个办法！

(出示纸盘范例：用各种废旧材料拼贴成的笑脸娃娃)

师：现在它们看上去怎么样啊？(开心的笑了)

师：这个笑脸是怎么变出来的呢？(幼儿观察思考)

师：原来是这些小宝贝们变成了好朋友，它们相互手拉手，变出了弯弯的嘴巴，大大的眼睛，小小的鼻子……最后啊就变成了一个爱笑的娃娃啦！

2. 幼儿操作

师：你们想不想帮助这些小宝贝，让他们也变成爱笑的娃娃呀？

师：那我们一起来试一试哦！

(幼儿自由创作，把各种材料进行拼搭组合，粘在纸盘上。)

四、我和笑脸娃娃

1. 幼儿介绍自己的笑脸娃娃所用的材料。

师：你的笑脸娃娃是用什么变出来的？

师：它的嘴巴是用什么做的？眼睛、鼻子呢？

2. 幼儿微笑与笑脸娃娃合影。

本次活动分为四个环节，在动静交替中引导幼儿知道微笑能够使自己和他人心情愉悦，喜欢微笑。并鼓励幼儿大胆想象、尝试运用各种材料进行不同组合，在纸盘上拼出笑脸。活动开始，我通过看表情猜心情的游戏来吸引幼儿的注意力，同时我也请孩子们来尝试观察同伴的表情，尝试体会同伴的心情，孩子们积极的参与了观察与讨论。第二环节主要是引导幼儿体验同伴的心情，并能够用自己的方法都好朋友开心。这里我采用了多媒体示范法，孩子们看到白板中男孩子会哭、回笑，非常兴奋，积极的想出了很多办法。

同时我们也联系实际，请孩子们回忆了“平时班级中小朋友不开心了，你是怎么做的？”“以后你又会怎么做？”有的说：“我会把我的玩具给他玩！”有的说：“我会唱歌给他听。”通过本次活动，孩子们有了同伴意识，学会了用微笑来鼓励他人，同时也发展了幼儿的感受力和语言表达能力，使幼儿懂得帮助别人是一件快乐的事情。