

幼儿园中班健康活动计划表内容 七彩阳光幼儿园中班第教学活动计划表(大全5篇)

计划是指为了实现特定目标而制定的一系列有条理的行动步骤。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

幼儿园中班健康活动计划表内容篇一

学

习

活

动

星期一

星期二

诗歌：鸟王请客

故事：小喜鹊说的对

星期三

综合：鸟的王国

数学：剥豌豆

星期四

科学：捕鼠能手—猫头鹰

美术：五彩鸟

星期五

科学：不会飞的鸟

体育：白鸽警士

游戏

活动

娃娃家、美工区、图书角等。

生活

活动

教育幼儿天气渐暖，要多喝水。

体育

活动

脚踏车、拍皮球、扔纸球等。

环境

创设

师生共同布置“鸟的王国”主题区域，收集有关鸟类的图片

及资料。

家长

工作请家长参与鸟类图片、资料的收集，并带孩子观察周围常见的鸟。

幼儿园中班健康活动计划表内容篇二

今年9月10日是我国第__个教师节，为和全园教师一起度过一个开心、难忘的教师节。我园组织了一系列的庆祝活动，下面就活动内容做如下小结。

一、组织全园幼儿为班上老师制作“爱心卡片”活动，孩子们将自己亲手做好(小班孩子只是在老师准备的半成品中加上几片花瓣或几片叶子)的卡片亲手送给自己尊敬的老师，并对老师说：“老师节日快乐!老师您辛苦了!”在一片柔和的音乐声中，老师们亲手接过孩子递上的卡片，脸上泛着幸福的笑容。

二、幼儿园拿出一笔经费组织教师周六、日两天游，教师节当晚组织教师唱k活动。

1、两天游活动。9月8-9日，我园组团前往__的__酒店。9月8日，我们全园教师20余人在一片欢呼声中开始了幸福的旅程。车上，在导游的幽默组织下，每位老师尽情欢笑，在一片“明天会更好”的合唱声中，我们抵达了__镇。大家8人一组上船捕鱼，部分老师坐上快艇，享受在海上电驰快飞的感觉;午餐时间，享用当地特色海鲜美食;下午，前往__岛沙滩，老师们一起享受沙滩的惬意、宽广。一望无际的细沙尽踩脚下，老师们还相约一起享受“鱼疗”，在“鱼疗”馆中，不时传出老师们欢乐的尖叫声，在享受“鱼疗”的同时让老师们的身心得到充分的放松。

下午3:00, 全体教师一起泡入大海, 大家在海边嬉戏, 时而自己游泳, 时而泼水打闹, 时而捡拾沙滩贝壳……开心之极, 令人流连忘返。

晚上6:00, 入住__酒店。餐后, 老师们三五成群进入温泉区, 享受牛奶池、香酒池、柠檬池、玫瑰池、生姜池、熏衣草池、薄荷池……72个池之间来回穿梭, 乐不思返。

活动至今已有四天的时间, 老师们仍在回味这几天的庆祝活动, 每个人的心里都载满了幸福与感动, 对“__”这个大家庭更多了一份归属感。

幼儿园中班健康活动计划表内容篇三

一、指导思想:

幼儿健康教育是幼儿教育整体结构的重要组成部分, 也是健康教育的基础。本学期, 根据《幼儿园教育指导纲要》, 结合本园实际, 针对中班幼儿年龄特点, 我们将积极开展身体保健和身体锻炼活动, 养成良好的个人生活、卫生习惯, 形成健康的初步意识。同时, 根据幼儿的生长发育和体育活动规律, 以身体练习为基本手段, 并充分利用空气、阳光、水等自然因素, 锻炼幼儿的身体, 增强幼儿的体质, 促进其身心健康发展。

二、教育目标:

1、生活习惯: 知道盥洗的顺序, 初步掌握洗手、洗脸的正确方法; 会用手帕、纸巾擦眼泪、鼻涕; 遵守幼儿园的生活作息制度; 有个人卫生、生活环境卫生的初步意识。

2、饮食与营养: 会自己用筷子吃饭, 保持桌面、地面的整洁; 知道饭前洗手; 爱吃幼儿园的饭菜, 不挑食, 细嚼慢咽; 主

动饮水，按要求取放茶杯。

3、人体认识与保护：进一步认识身体的主要外部器官，知道名称；愿意接受疾病预防与治疗。

4、保护自身安全：了解玩大型玩具、坐自行车时的安全常识；懂得不把异物放入耳、鼻、口内。

5、身体素质和活动技能：练习走、跑、跳等基本动作；学习简单体育器材的使用方法；形成活泼开朗的性格。

6、基本体操练习：保持正确的身体坐、立、行姿势；学习一个跟着一个走；练习器械操；爱做体育游戏，遵守游戏规则；感受体育活动的愉快。

三、具体活动安排：

二月份：《预防感冒》、《鼻子出血怎么办》

三月份：《赶小猪》、《抛球和接球》、《保护皮肤》、《做一个爱干净的孩子》、

四月份：《春游》、《蚂蚁搬豆》、《看看我们的身体》、《谁的眼力好》

五月份：《蝴蝶传花粉》、《好玩的圈》、《动物是怎样睡眠的》、《会闻味道的鼻子》

六月份：《小乌龟运粮》、《送小动物去玩》、《打针、吃药我不怕》、《乐乐不高兴了》

一、指导思想和现状：

分析小班幼儿身体各个器官的生理机能尚未发育成熟，各个组织都柔嫩，其身体素质还相当薄弱；同时，他们又处于生长

发育十分迅速的时期，这有利于幼儿培养发展良好的身体素质。本班幼儿共38人，班上的孩子年龄在三岁半-四岁半之间。由于年龄上存在差异，以及在情感、遗传、爱好等的原因，孩子的动作发展方面也有一定的差别。所以，我们在实施健康计划同时要根据以下指导思想：

1. 《幼儿园指导纲要》(试行)中关于目标的论述：促进幼儿身体正常发育和机能协调发展，增强体质。培养良好的生活习惯、卫生习惯和参加体育活动的兴趣，培养自信、友爱、勇敢、守纪律等良好品质和行为习惯。

2. 掌握幼儿身心发展规律，重视幼儿动作发展的辅导。0-6岁是儿童动作发展的关键期。最初的动作和基础性的动作都是在这个时期学会。儿童的基本动作都要经过练习帮助其掌握，指导孩子掌握动作要求一定的技术。有目标、有计划地分步训练。

二、健康教育目标：

1. 引导幼儿积极主动地参加集体活动，在集体生活中保持安定、愉快的情绪。

2. 练习和改进幼儿走、跑、跳、投掷、平衡、钻爬、等基本动作，帮助幼儿掌握有关的粗浅知识，使其动作灵敏、协调、姿势正确。

3. 培养幼儿在体育活动中团结合作、遵守规则、勇敢竞争、不怕挫折等良好品质。

4. 教给幼儿有关基本体操和队列、队形变化的简单知识和技能，逐步提高幼儿的做操兴趣和能力，发展幼儿的空间概念。

三、具体内容：

(一) 体能方面

1. 能运用各项基本动作做游戏指定范围内走和跑;四散走和跑;在直线、曲线上走和跑;双脚向上跳、投掷、爬行等。
2. 基本体操会听音乐做模仿操;会一个跟一个排队;会一个跟一个走圈。
3. 体育器械的运用及操作会玩滑梯、荡椅、攀登架等大型体育器材;会滚球、传球;会骑三轮车等。
4. 愿意参加各项体育活动及游戏

(二) 良好生活、卫生习惯

1. 生活自理能力的培养会愉快进餐,不挑食,初步培养良好进餐习惯;会主动喝水,初步懂得不吃零食的道理;能按时睡觉、起床、进餐等;不害怕健康检查和预防接种,生病时愿意接受治疗。
2. 生活卫生习惯的培养会保持身体各部位的清洁卫生、学会盥洗方法;会使用自己的毛巾、杯子;能保持周围环境清洁、初步知道环保的意义;认识身体器官的名称及作用,初步了解保护方法;养成良好的生活作息时间。

一、情况分析

我班幼儿在身体运动方面发展得比较好,但有一小部份幼儿的自理能力还要进一步加强。如:雷沐宸等。大部分幼儿能熟练地进行穿脱衣服、整理玩具等,有一定的生活自理能力,有爱整洁的好习惯。上学期在本班老师的共同努力下,幼儿进餐情况得到好转,都能自己主动进餐,但还存在个别幼儿挑食现象,因此,在日常中,教师要具体、形象地向幼儿介绍当日食谱并讲解粗浅的营养知识,通过“看、摸、尝”的

亲身经验，了解各种食物的营养价值，培养幼儿爱吃各种食物，并知道喜欢吃的东西也不宜吃得太多，身体超重也会影响健康。

二、目标

- 1、能穿脱及整理衣服;能整理玩具清洁;有初步的生活自理能力。
- 2、认识几种常见食物，包括鸡蛋类、蔬菜类等，结合品尝经验,了解一些简单的饮食注意方法。
- 3、了解一些交通准则，具有一定的安全意识，学会避开危险和应付以外事故的方法。
- 4、能听信号按节奏上下肢协调的走和跑;能熟练的听各种口令和信号作出相应的动作;能听音乐准确的做徒手操。
- 5、具有一定的抵御困难、抵御疾病的能力。

三、具体措施

- 1、创设活动区，教师将一些可以让孩子系鞋带的操作材料放到活动区，让孩子操作，根据班上孩子情况进行系鞋带比赛。
- 2、组织一些外出参观活动，通过观察、了解各类食物对人体的益处。还通过讲故事、讲实例等方式鼓励幼儿不挑食、不偏食，养成良好的生活习惯。
- 3、请幼儿园的保健医生到班上对幼儿进行保健知识教育以及认识身体器官，初步懂得保护自己。
- 4、每天保证两小时的户外活动时间，每次户外活动中为幼儿准备大量的器材，让幼儿主动参与，并获得愉悦的心情。

5、开展系列比赛活动，如：穿脱衣服比赛、叠衣服等活动，提高幼儿生活自理能力。

四、进度安排

第三周怎样不感冒

第七周小小交警

第十一周爸爸妈妈不在家

第十五周心情娃娃

幼儿园中班健康活动计划表内容篇四

我班幼儿在身体动动方面发展得比较好，但有一小部份幼儿的自理能力还要进一步加强。如：雷沐宸等。大部分幼儿能熟练地进行穿脱衣服、整理玩具等，有一定的生活自理能力，有爱整洁的好习惯。上学期在本班老师的共同努力下，幼儿进餐情况得到好转，都能自己主动进餐，但还存在个别幼儿挑食现象，因此，在日常中，教师要具体、形象地向幼儿介绍当日食谱并讲解粗浅的营养知识，通过“看、摸、尝”的亲身经验，了解各种食物的营养价值，培养幼儿爱吃各种食物，并知道喜欢吃的东西也不宜吃得太多，身体超重也会影响健康。

二、目标

- 1、能穿脱及整理衣服；能整理玩具清洁；有初步的生活自理能力。
- 2、认识几种常见食物，包括鸡蛋类、蔬菜类等，结合品尝经验，了解一些简单的饮食注意方法。

3、了解一些交通准则，具有一定的安全意识，学会避开危险和应付以外事故的方法。

4、能听信号按节奏上下肢协调的走和跑；能熟练的听各种口令和信号作出相应的动作；能听音乐准确的做徒手操。

5、具有一定的抵御困难、抵御疾病的能力。

三、具体措施

1、创设活动区，教师将一些可以让孩子系鞋带的操作材料放到活动区，让孩子操作，根据班上孩子情况进行系鞋带比赛。

2、组织一些外出参观活动，通过观察、了解各类食物对人体的益处。还通过讲故事、讲实例等方式鼓励幼儿不挑食、不偏食，养成良好的生活习惯。

3、请幼儿园的保健医生到班上对幼儿进行保健知识教育以及认识身体器官，初步懂得保护自己。

4、每天保证两小时的户外活动时间，每次户外活动中为幼儿准备大量的器材，让幼儿主动参与，并获得愉悦的心情。

5、开展系列比赛活动，如：穿脱衣服比赛、叠衣服等活动，提高幼儿生活自理能力。

四、进度安排

第三周

怎样不感冒

第七周

小小交警

第十一周

爸爸妈妈不在家

第十五周

心情娃娃

幼儿园中班健康活动计划表内容篇五

开设“飞机场“

八：午餐

- 1、分组洗手：强调正确洗手的顺序，用水将肥皂泡冲洗干净。
- 2、排队取点心：安静排队，不拥挤。
- 3、享用午餐：随轻柔的音乐安静享用。

一、生活活动：

1、晨间活动：引导幼儿在语言区看书、玩桌面玩具。重点指导幼儿

小声交流、将玩具收放整齐。

2、日常生活活动：

(1)、盥洗活动：重点指导幼儿用正确的方法洗手。

(2)、喝水：引导幼儿排队接水不拥挤。

3、进餐：重点指导幼儿合理搭配饭菜，吃完自己的一份，不

撒饭，不浪费。

4、早操活动：

(1)、提醒幼儿下楼梯注意安全，靠右手扶扶手。

(2)、引导幼儿有序的取放活动器械。提醒幼儿在活动中避免互相碰撞，增强幼儿自我保护意识。

二、集体活动

活动名称：科学《磁铁找朋友》

活动目标：

1、让幼儿初步了解磁铁的基本特性

2、体验游戏带来的快乐，并对游戏结果进行正确的记录。

3、培养幼儿的探索兴趣，积极参与游戏。

活动准备：磁铁、记录表、木制玩具、塑料玩具、钉子、夹子、回形针、塑料杯等等……

一、活动过程：

一引题师：小朋友，今天老师要带你们去一个很好玩的地方，但是去那个地方玩我们小朋友都要带上一样东西才能进去，我们看看我们要带什么东西进去？(教师出示磁铁)。

幼：磁铁

师：现在小朋友们可以拿着磁铁进去玩了？你们看看会发生什么事？

幼：好

师：小朋友看看为什么磁铁吸不住这个东西啊？

幼：因为它是木头的

师：小朋友聪明，那你们看看磁铁为什么又不能吸住这个东西呢？

幼：因为它是塑料的

幼：有钉子，有夹子，有瓶盖，有别针

幼：他们都是铁做的

教师小结：原来磁铁可以吸住铁的东西做它的朋友。

二、游戏：开汽车，找朋友，并对游戏结果进行记录。

1、教师：请每一个幼儿在老师准备好的盘子里拿一样东西，进行游戏活动：音乐开汽车，找好朋友。加深幼儿了解“磁铁和铁是好朋友”。

2、出示记录表，引导幼儿按活动要求进行正确的记录。

三、幼儿动手操作，发现磁铁隔物吸铁的特性

幼：能

师：小朋友先试一试，什么方法才能又快又好的把回形针宝宝救出

来，你们玩玩看会发生什么事？(幼儿尝试多种救出回形针宝宝的方法)。

幼：我的磁铁把回形针宝宝救出来了。

师：啊！小朋友这么厉害啊，有这么多方法都能救出回形针宝宝，我们用磁铁试一试。

师：老师和幼儿一起进行实验，幼儿感受磁铁隔物吸铁的特性。

教师小结：小朋友真聪明！我们发现磁铁还有一个秘密就是它还可以隔着物体吸铁，但是这些物体不能太厚。

四、创设情境，让幼儿进行拯救回形针大比赛。

师：我们一起喊加油。

五、活动结束

师：小朋友，刚才我们知道了磁铁幼这么多的本领，现在小朋友和老师一起来找一找，磁铁还有什么秘密。

户外活动：多功能大型玩具

目标：1、鼓励幼儿积极参与活动，体验活动的快乐。

2、知道正确游戏的方法，初步形成自我保护意识。

共2页，当前第2页12