

最新我健康我快乐反思 幼儿园小班健康 活动教案快乐拥抱含反思(优秀5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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

我健康我快乐反思篇一

【活动目标】

- 1、通过看一看、摸一摸认识小脚丫。
- 2、在游戏活动的过程中，体验小脚丫带来的乐趣，激发幼儿保护小脚丫的意识。
- 3、了解保持个人卫生对身体健康的重要性。
- 4、培养幼儿勇敢、活泼的个性。

【活动准备】

一、知识准备：幼儿已有认识小手的经验

二、物质准备：

- 1、幼儿围坐成半圆。
- 2、平足塑料模型。
- 3、事先准备好的三条小路（海绵软垫、各种豆类、木板铺成

的路) 小路以半圆形铺在幼儿的座位后面。

【活动过程】

1、谈话导入，激发幼儿兴趣

(引导幼儿说出小脚丫，并脱下鞋子，露出小脚丫，将脱下的鞋子放在椅子下面)

2、探索实践，认识小脚丫

(先请幼儿自由数自己的脚趾数，再集体数数)

(幼儿摸摸自己的和别人的脚指甲，知道指甲是硬硬的，长指甲会戳痛皮肤)

—师：脚上除了有脚趾和脚指甲，还有什么呢？

(引导幼儿通过摸一摸、看一看自己的小脚，知道脚除了有脚趾、脚指甲，还有脚跟、脚心、脚背骨头等)

(教师和幼儿一起比一比，可以从脚的大小、指甲的长短、脚心的形状等作比较，并且认识平足)

—师小结：我们的小脚和小手一样有2只，每只脚上有5个脚趾，一共10个脚趾；脚有脚趾、脚跟、脚心和脚背等；脚趾上还有硬硬的脚指甲。

3、创设环境，组织幼儿提升经验

—师：人的脚有什么用呢？(走路)请小朋友按顺序在不同的路上走走、跑跑、跳跳。

(幼儿在事先准备好的场地上走走、跑跑、跳跳，先回到座位的幼儿先穿好鞋子)

—师：走在不同的小路上，感觉怎么样？

（幼儿自由发言，师帮助组织语言）

—师：我们的小脚丫很重要，那怎么保护自己的小脚丫呢？

（幼儿讨论发言，师帮助组织语言）

—师小结：脚是人体重要的组成部分。我们要爱护自己的脚，不能总是赤脚，要做到勤洗脚，勤俭脚趾甲，勤换袜子，不穿太大或太小的鞋等。

【活动反思】

整个教学活动的环节紧扣，条理清晰，幼儿跟着老师的步骤有序的进行。在探索实践过程中，因为已有认识小手的经验，知道手指甲、手心、手背等知识，所以幼儿能够迁移知识，很快认识自己的小脚丫。

我健康我快乐反思篇二

活动目标

- 1、喜欢参加体育活动，愿意与同伴抱一抱。
- 2、练习在大小不同的报纸上平衡站立。
- 3、培养孩子的创新思维和大胆尝试的精神。
- 4、让孩子知道生病了，不怕打针吃药，做个勇敢的孩子。
- 5、知道生病了不怕打针吃药，做个勇敢的孩子。

活动准备

废旧报纸、欢快的音乐磁带。

活动过程

（一）热身运动，初步体验拥抱的快乐。

1、播放音乐，请幼儿听教师口令做不同的动作“走、跑、跳”。

师：孩子们，我们学着小动物的样子，一起来锻炼身体吧！

“小鸡小鸡走走、小鹿小鹿跑跑、小兔小兔跳跳、小象甩着鼻子走……”

3、提问：你和谁拥抱在一起？你觉得好朋友拥抱快乐吗？你是怎样拥抱的？

教师小结：拥抱有很多不同的姿势，可以搂住脖子抱，可以搂住腰抱，可以胳膊上下抱。有这么多的办法和好朋友拥抱，和好朋友拥抱什么感觉？（很舒服、很快乐）

（二）组织幼儿利用废旧报纸玩快乐拥抱的游戏

1、探究尝试两人平衡站立在报纸上。

师：小朋友的小手放下来，休息一下，看老师带来了什么？

出示报纸。

我们今天和报纸玩一个有趣的游戏。动物园要召开联欢会，我们变成小动物一起来参加吧！我们把报纸变成一个神奇的宝地。（教师摆放报纸，圆圈状）请两个小朋友试一试，刚才我们是在地面上拥抱的，在报纸上可以两人拥抱吗？请两位小朋友试试看，小脚是不是都能踩在了报纸上呢？（请两名幼儿尝试）

2、将报纸平铺，根据鼓声的指令做动作。

(1) 师：我们现在一起学着小动物的样子在宝地周围游戏吧，我们一起试一试，先找好自己的小伙伴，商量一下怎样拥抱最舒服。你们听着老师的鼓声，当听到“咚”一声结束的时候，请马上和好朋友找到一个宝地并且快快拥抱在一起，看哪两个小朋友先抢到宝地。请幼儿尝试。（走、跑动作练习）

教师小结：你们都找到宝地了吗？怎样才能又快又稳的抢到宝地呢？小脚必须都得站在宝地上。两名小朋友互相照顾，互相拥抱，才能获得胜利。

(2) 将报纸平铺，听鼓声的快慢，创编相应动作进行游戏（跳、蹲走动作练习）

师：你们猜森林里还会有哪些小动物参加呢？

根据幼儿的回答，集体模仿小动物的样子（如：兔子、青蛙、小鸭企鹅等）。但老师有一个新要求：小动物的脚步是和鼓声一起的，鼓声快，就做得快，鼓声慢就做得慢，鼓声结束的时候，你们可以和好朋友来抢宝地，争抢的时候要注意安全，不要碰在一起。

3、加深难度，将报纸对折，听音乐游戏（走、跑、跳、蹲走的技能）。

师：小朋友都能和好伙伴又快又稳地拥抱在一起，真了不起！现在请你们把报纸对折一下，变成刚才的一半大。（请幼儿之间互相示范、学习）

“孩子们，现在我们的宝地发生什么变化了？”“变小了”

“我们再来试一试，能不能在变小的报纸上和好朋友拥抱？”

请幼儿一起模仿小动物的样子，音乐结束的时候，再来尝试在对折的报纸上平衡站立。

教师小结：小动物们在变小的宝地上也能和好朋友拥抱，更了不起了。

4、将报纸再对折，探讨方法，听音乐，做游戏，练习走、跑、跳、蹲走的技能。

“孩子们，宝地再变小一点，你觉得我们还可以安全的站上去吗？”

请幼儿和好朋友试一试。

活动反思

快乐作为一种积极的情绪，对幼儿的发展至关重要。《快乐拥抱》这节活动，帮助幼儿建立自信、发展幼儿自尊。孩子们在活动中以积极的状态投入到与伙伴的拥抱，从中体验与伙伴、与老师拥抱的高兴与快乐，从中获取了安全、自信、温馨、快乐的信息，幼儿感受到“快乐”在幼儿园里、“快乐”在游戏中、“快乐”在好朋友中、“快乐”在老师的眼睛里。

我健康我快乐反思篇三

活动目标

- 1、喜欢参加体育活动，愿意与同伴抱一抱。
- 2、练习在大小不同的报纸上平衡站立。
- 3、培养孩子的创新思维和大胆尝试的精神。活动准备废旧报纸、欢快的音乐磁带。

活动过程

(一) 热身运动，初步体验拥抱的快乐。

1、播放音乐，请幼儿听教师口令做不同的动作“走、跑、跳”。师：孩子们，我们学着小动物的样子，一起来锻炼身体吧！“小鸡小鸡走走、小鹿小鹿跑跑、小兔小兔跳跳、小象甩着鼻子走……”

2、师：你们还会学哪些小动物的样子呢？(如：老虎、青蛙、马儿、小鸭等)我们再来学一学小动物的样子锻炼身体吧！但老师有个要求：当音乐停止的时候，请你们马上去找一个好朋友拥抱在一起，拥抱时要注意安全，可不要把小伙伴碰倒了，好吗？3、提问：你和谁拥抱在一起？你觉得好朋友拥抱快乐吗？你是怎样拥抱的？教师小结：拥抱有很多不同的姿势，可以搂住脖子抱，可以搂住腰抱，可以胳膊上下抱。有这么多的办法和好朋友拥抱，和好朋友拥抱什么感觉？(很舒服、很快乐)

(二) 组织幼儿利用废旧报纸玩快乐拥抱的游戏

1、探究尝试两人平衡站立在报纸上。师：小朋友的小手放下来，休息一下，看老师带来了什么？出示报纸。我们今天和报纸玩一个有趣的游戏。动物园要召开联欢会，我们变成小动物一起来参加吧！我们把报纸变成一个神奇的宝地。(教师摆放报纸，圆圈状)请两个小朋友试一试，刚才我们是在地面上拥抱的，在报纸上可以两人拥抱吗？请两位小朋友试试看，小脚是不是都能踩在了报纸上呢？(请两名幼儿尝试)

2、将报纸平铺，根据鼓声的指令做动作。(1)师：我们现在一起学着小动物的样子在宝地周围游戏吧，我们一起试一试，先找好自己的小伙伴，商量一下怎样拥抱最舒服。你们听着老师的鼓声，当听到“咚”一声结束的时候，请马上和好朋友找到一个宝地并且快快拥抱在一起，看哪两个小朋友先抢

到宝地。请幼儿尝试。(走、跑动作练习)

教师小结：你们都找到宝地了吗？怎样才能又快又稳的抢到宝地呢？小脚必须都得站在宝地上。两名小朋友互相照顾，互相拥抱，才能获得胜利。(2)将报纸平铺，听鼓声的快慢，创编相应动作进行游戏(跳、蹲走动作练习)师：你们猜森林里还会有哪些小动物参加呢？根据幼儿的回答，集体模仿小动物的样子(如：兔子、青蛙、小鸭企鹅等)。但老师有一个新要求：小动物的脚步是和鼓声一起的，鼓声快，就做得快，鼓声慢就做得慢，鼓声结束的时候，你们可以和好朋友来抢宝地，争抢的时候要注意安全，不要碰在一起。

3、加深难度，将报纸对折，听音乐游戏(走、跑、跳、蹲走的技能)。师：小朋友都能和好伙伴又快又稳地拥抱在一起，真了不起！现在请你们把报纸对折一下，变成刚才的一半大。(请幼儿之间互相示范、学习)“孩子们，现在我们的宝地发生什么变化了？”“变小了”“我们再来试一试，能不能在变小的报纸上和好朋友拥抱？”请幼儿一起模仿小动物的样子，音乐结束的时候，再来尝试在对折的报纸上平衡站立。教师小结：小动物们在变小的宝地上也能和好朋友拥抱，更了不起了。

4、将报纸再对折，探讨方法，听音乐，做游戏，练习走、跑、跳、蹲走的技能。“孩子们，宝地再变小一点，你觉得我们还可以安全的站上去吗？”请幼儿和好朋友试一试。

我健康我快乐反思篇四

活动目标：

1. 喜欢参加体育活动，愿意与同伴抱一抱。
2. 练习在大小不同的报纸上平衡站立。

活动准备：

1. 废旧报纸
2. 欢快的音乐磁带。

活动过程：

一、开始部分

1. 师幼共同做热身运动：基本动作练习。（健康歌）

小朋友，跟我一起来做运动吧。2. 初步体验抱一抱快乐。播放音乐（一对好朋友）

二、基本部分

1. 出示报纸，谈话导入。今天老师请来了报纸朋友和你们做游戏，你们高兴吗？报纸朋友说我们要爱护它，不然它们就不跟我们做游戏。接下来，老师把报纸分给小朋友两人一张，玩一玩你们的报纸，想一想有哪些玩法？5. 组织幼儿利用废旧报纸玩快乐拥抱的游戏。（1）请幼儿两人一组选择一张报纸，将报纸平展，练习两人拥抱在一起站在报纸上，要求双脚必须踩在报纸上。（2）请幼儿听音乐做游戏（抢报纸）把报纸摆成一个圈，幼儿随音乐做跑、跳、蹲走等动作，音乐停时，任意两个幼儿的小脚都要站到同一张报纸上，并且轻轻的抱在一起。（提醒幼儿注意安全，避免碰撞。）抢不到报纸的幼儿学小花猫叫并出列加油。（3）请幼儿听音乐做“猫捉老鼠”的游戏，报纸是“小老鼠”的家。老师扮演“猫”，小朋友扮演“小老鼠”，小老鼠根据音乐节奏的快慢自由的做动作。音乐停止，猫捉老鼠，小老鼠赶紧跑回家，两人拥抱在一起，双脚必须站在报纸上。（4）减少报纸数量，增加游戏难度。师：有些小老鼠的家被猫发现了，小老鼠回不到家，只好躲到好朋友的家里。

抽掉一部分报纸，要求小老鼠在音乐停止时找到家，并和其他伙伴（增加到3——4人）拥抱在一起，双脚必须站在报纸上。

6. 和好朋友拥抱在一起真快乐！除了和好朋友拥抱，还可以和谁拥抱？（爸爸、妈妈、老师等）。今天来了这么多的客人老师，她们也想得到小朋友们快乐的拥抱！（激发幼儿大胆的拥抱老师，增强幼儿的自信心。）

三、结束部分

听音乐做放松运动。

健康活动《快乐拥抱》教学反思：

快乐作为一种积极的情绪，对幼儿的发展至关重要。《快乐拥抱》这节活动，帮助幼儿建立自信、发展幼儿自尊。孩子们在活动中以积极的状态投入到与伙伴的拥抱，从中体验与伙伴、与老师拥抱的高兴与快乐，从中获取了安全、自信、温馨、快乐的信息，幼儿感受到“快乐”在幼儿园里、“快乐”在游戏中、“快乐”在好朋友中、“快乐”在老师的眼睛里。

本次活动有太多的不足之处。在示范讲解及游戏活动过程中总是语无伦次，这是这节活动中最大的失败点，在讲解这方面还需下功夫个扶着一个毛病，加油改正掉。

我健康我快乐反思篇五

活动目标：

- 1、喜欢参加体育活动，愿意与同伴抱一抱。
- 2、练习在大小不同的报纸上平衡站立。

- 3、培养幼儿团结合作的观念。
- 4、锻炼平衡能力及快速反应能力。
- 5、培养幼儿健康活泼的性格。

活动重点难点：

活动重点：

喜欢参加体育活动，愿意与同伴抱一抱。

活动难点：

练习在大小不同的报纸上平衡站立。

活动准备：

废旧报纸、欢快的音乐磁带。

活动过程：

一、师幼热身运动，基本动作练习

1、师：今天，赵老师要带小朋友做游戏，我们一起来变成一个大皮球吧。

活动中：幼儿进入多媒体教室，眼睛看来看去。

师：走走走，跟着老师走；走走走，跟着朋友走；走走走，看着朋友走，抬起小脚走（用节奏儿歌逐渐调整幼儿注意力，提醒幼儿注意走的姿势）走成一个大皮球。

师：皮球有点小，变成一个大皮球好吗？（幼儿随老师后退一步）

2、听音乐做《动物模仿操》

二、初步体验抱一抱快乐

师：老师要和大家玩一个“好朋友抱一抱”的游戏。你有好朋友吗？找到你的好朋友抱一抱。游戏开始，大家要听音乐做动作，音乐停止小朋友马上找到一位好朋友轻轻的抱在一起，好，现在来试一试。

活动中：

师：请谢老师为我们放音乐，我们先来学解放军走路，挺胸、抬头准备好。

师：想想，应该找几个朋友抱在一起？

幼：（小声的）1个。

师：对呀，应该找到一位朋友抱在一起，没朋友的快快喊，朋友朋友快快来。

一名幼儿小声地说“朋友快来”

师：朋友抱在一起有什么感觉？（高兴……）

（游戏进行两遍）

三、出示报纸做抱一抱的游戏，介绍游戏玩法和规则

1、师：看老师拿来了什么啊？（报纸）报纸也想和大家玩抱一抱的游戏。教师把报纸放在耳朵边，假装听听。孩子们瞪大眼睛看着老师。

师：谁愿意和朋友来试一下。

幼儿纷纷举手，教师挑选一名幼儿，让他请自己的朋友站在报纸上抱一抱。

师：真能干，两人的小脚都站在报纸上了，稳稳的。你们想玩吗？

什么时候才能站到报纸上，和朋友轻轻抱在一起？

幼：音乐停的时候。

师：大家快把报纸请出来和我们一起做游戏吧。

2、幼儿在教师指挥下铺报纸，听音乐（学鸟飞、兔跳），玩游戏。

四、增加游戏难度，体验成功快乐

1、报纸对折后请幼儿继续游戏

师：小朋友看我把报纸边对边折一下，对折后的报纸变得怎样了？变小了的报纸还能做抱一抱的游戏吗？幼儿对折报纸尝试后，进行游戏。

师：我们来学小猫吧，小猫走路轻轻地，音乐一停，一定能和朋友在报纸上站的稳稳的抱在一起。

幼儿听音乐随教师口令快走、慢走，音乐停，快速找到朋友在报纸上站立。

师：猫宝宝真能干，和朋友抱在一起站的稳稳的，你们还想变成什么动物宝宝？

幼：老鼠、小狗…

教师挑选一种动物带幼儿游戏，用儿歌提醒幼儿基本动作要

求。

2、报纸再次对折后游戏

师：报纸还想再变的小一点，你们帮帮它！幼儿再次对折报纸，高兴告诉老师，我的报纸变小了。

师：和你的朋友试一试，还能站在报纸上吗？

幼：能。

教师根据孩子的意愿，把2—3种以上的小动物编进儿歌听音乐带幼儿游戏。

师小结：和朋友玩的开心吗？（开心）好玩的游戏，要和朋友一起玩，才会更开心。

五、放松运动结束：

师：报纸累了，我们送它去休息。小朋友累了吗？让我们变成气球宝宝吧！教师带幼儿缩成一团蹲下，教幼儿慢慢吸气呼气把气球吹大，慢慢飞高飞低，飞回教室。

活动反思：

我认为小班的活动设计教师既要吸引幼儿，又要引导幼儿。

本课根据小班孩子的年龄特点和操作能力进行了设计。吸引是教师要通过环节的设计和铺垫，逐步吸引孩子。如：从热身运动——跟着朋友走，动物模仿操；游戏深入——和朋友抱一抱，加入报纸增加游戏难度；放松运动——调整呼吸吹气球。

教学中，我注意一种自然的引导，通过问题和清楚的表述，引导幼儿明确游戏的规则。通过角色的不断变化，持续吸引

幼儿的关注，幼儿在听音乐做动作时，教师利用朗朗上口的小儿歌，让幼儿感觉自己有时是昂首挺胸的解放军，有时是可爱的小兔、小狗、小鸟、小鸭；有时动作要快些，有时动作要慢些，这样即练习了基本动作，又增加了活动的趣味性。

通过环节的层层递进提升幼儿的相关经验，同样对折报纸，第一次幼儿模仿，第二次教师就放手让幼儿自己操作。在一次次的挑战中，幼儿在小的报纸上也能稳稳的和朋友抱在一起，并笑盈盈的等着“动物妈妈”去检查哪对朋友站的又稳又好，等着“妈妈”的微笑和亲切的拥抱。幼儿参与活动的积极性高，较好的完成活动目标。