

# 最新健康活动设计教案我的情绪变变变(精选8篇)

在编写二年级教案时，需要注意教学资源的有效利用。接下来是一些六年级教案的精选范例，希望对大家的课堂教学起到一定的指导作用。

## 健康活动设计教案我的情绪变变变篇一

1. 了解情绪和人面部表情的关系，理解微笑的魅力。
2. 学习控制自我的情绪，能够关注他人的情绪，用微笑感染他人。
3. 萌发幼儿关心他人，愿为好朋友带来欢乐的完美情感。

多媒体课件一套，绘画材料若干。

了解情绪和人面部表情的关系，理解微笑有让人美丽和被人喜欢的魅力，学会关注他人的情绪，萌发幼儿关心他人，愿为好朋友带来欢乐的完美情感。

幼儿能真正理解微笑的实际好处，在不高兴、不开心的时候学会调节自我的情绪和情绪，学会用微笑感染别人。

看“微笑”一听“微笑”一谈“微笑”创“微笑”表达“微笑”。

### 一、看“微笑”

1. 师：小朋友们好！听到你们的回答，我的情绪已写在脸上，请小朋友看我的表情，能看出我此时的情绪吗对，我很欢乐，所以我把微笑送给你们。请收下吧。

教师先请小朋友欣赏一个幻灯片，（播放笑脸课件，由许多幼儿笑脸制作而成）

2. 组织幼儿讨论观看短片后的感受。

师：你们看见了什么

师：你们看了笑脸心里感觉怎样样（很舒服、欢乐）

师：微笑能告诉别人“我喜欢你，很高兴见到你，使我欢乐的是你…，所以人们看到微笑的表情会很欢乐。

二、听“微笑”、谈微笑

1、师：微笑不仅仅使人欢乐，并且微笑的人也是很美的，请小朋友欣赏诗歌《微笑》

幼儿欣赏配乐诗朗诵《微笑》

微笑

微笑是开在脸上的花朵，

微笑是挂在嘴上的蜜糖。

微笑比糖更甜，

微笑比花更香。

当微笑写在脸上，

脸就显得个性漂亮，

当微笑藏在心底，

心里就充满了欢喜，

2、提问：

a□诗歌里是怎样说微笑的

b□为什么说微笑是花园里的花朵微笑是挂在嘴上的蜜糖

引导幼儿讨论：因为微笑的脸让人看了感觉个性漂亮；并且心里感觉十分甜蜜，充满了欢喜。

3、你们喜欢这首诗歌吗请小朋友跟着录音朗诵一遍。（再次播放微笑课件）

4、讨论：生活中你在哪儿见到过这样美丽的微笑呢

引导幼儿联系生活实际体会微笑的作用。

小结：经常带着微笑的人，到处都会受到欢迎。因为看见你欢乐，大家也会跟着分享你的欢乐。

三、创造微笑

1、师：我们都明白了微笑的魅力，但我们在生活中有时也会遇到不开心的事情，那时你会怎样办呢（想办法解决问题、做些令自我开心的事、想些以前发生过的开心的事）

请小朋友看看发生在我们身边的小故事。（观看录像）

2、出示幼儿生活中的两个片段。

师：如果你在旁边会怎样做呢

幼儿讨论后之后放录像

旁边的优优看见了，拿起自我的油画棒递给文文，微笑着说：“别着急，用我的吧。”文文高兴地接过来：“多谢你优优，我喜欢你。”

师：优优是怎样做的（微笑着帮忙别人）文文怎样说的她情绪怎样样

幼儿讨论后放录像后半段：优优揉揉碰疼的腿，微笑着说：没关系，我很勇敢的。彬彬感激地说：“优优，你真好！我喜欢你！”

师：优优怎样做的（微笑着原谅了别人）彬彬怎样说的

透过直观表演录像，让幼儿能简单地感受到微笑在人际交往中的魅力。

师：你喜欢优优吗为什么

4、引导幼儿讨论得出结论：优优是个心地善良、喜欢微笑的孩子，所以小朋友都喜欢她。因为微笑很神奇，它能让人美丽，让人们情绪舒畅，还能让一些不开心的事情悄悄地从我们身边走开。所以我们要像优优那样和小朋友友好相处，经常露出美丽的微笑，互相关心、互相帮忙，这样你欢乐，我欢乐，大家都欢乐)

#### 四、表达微笑

##### 1、游戏：传递微笑

a□小朋友，此刻我要用照相机拍出你们最美丽的微笑，我看看谁笑的最漂亮（用相机给幼儿拍照）

b□此刻我们做个游戏“传递微笑”。请你对旁边的伙伴露出可爱的微笑，并且能够说些问候或者祝福的话，（比如我喜欢

你、见到你很欢乐等等)也能够用动作(拉拉手、抱一抱)来表示,这样一个一个传递下去幼儿传递微笑。教师巡视指导幼儿微笑。

c□幼儿交流活动后的感受

## 2、画“微笑”

鼓励幼儿画出自我最喜欢的微笑的表情,布置在准备好的相框里,并简单向同伴介绍,让幼儿进一步感受微笑的美丽和魅力。

## 五、结束部分

师:小朋友,这天你欢乐吗

幼:欢乐!

师:那就让我们一起随着音乐唱起来,跳起来吧!

师幼一起演唱歌曲《歌声与微笑》,自然结束。

## 健康活动设计教案我的情绪变变变篇二

每个人都生活在一个家庭里、生活在社会上或者一个群体当中,难免会遇到一些不顺心或不开心的事情,这是非常正常的,然而问题是当自己或身边的人心情不畅时,我们如何用正确的方法来调节自己,用比较有效的方法让身边的人很快地高兴起来,这才是非常重要的。

我发现,我们班的孩子,他们的情感体现非常地丰富,经常会看到有的孩子在家里碰到不高兴的事后,到幼儿园里还是撅着嘴,坐着不想玩,一副气呼呼的样子。今天的活动,正好是我们在开展《我的心情》主题中的一次活动,我们将通

过活动，让我们的孩子初步懂得“生气”不利于健康，并且让孩子们初步学会一些调节自己心情和让周围的人快乐的方法，从而体验别人快乐自己也快乐的情感。

另外，我班的孩子合作意识比较差，但部分幼儿好表现。因此，在今天活动的最后我专门设计了一个环节，让幼儿自己去找伙伴，自己协商分配角色，进行情景表演，来培养他们的合作精神和表演能力。

1、让幼儿懂得“生气”不利健康，要努力做到让自己和身边的人天天快乐。

2、体会父子之间的爱和故事中的幽默。

□

故事书展示台

一、听老师讲故事第一遍

1、幼儿边看电视，边听老师讲故事《爸爸生气了》

2、故事后提问：

1川川看到爸爸生气了，不理他，他怎么想的？

2他想到了不让爸爸生气的什么办法？他怎么做的？结果怎样？

4最后，爸爸和川川的心情怎样？

二、听第二遍故事

幼儿边看电视，边轻轻地跟着讲故事。

三、情景表演：爸爸生气了

老师扮爸爸，请一幼儿扮川川，进行表演。

#### 四、结合生活说一说自己的爸爸

1、你见过你爸爸生气吗？你爸爸生气的时候是什么样子的？

让幼儿从表情、声音、动作方面来描述

2、爸爸生气的时候，你会怎么做？

#### 五、幼儿合作进行情景表演

幼儿自由组合，自己分配角色，进行情景表演。

请两组上来进行表演。

### 健康活动设计教案我的情绪变变变篇三

前一阶段，我对广西贫困地区、少数民族地区幼儿园、学前班的保教工作进行了调查研究，深感有必要对农村幼儿园、学前班的健康教育进行一些指导，因此撰写了。可供农村幼儿园大班、学前班进行健康教育时参考使用，以求对农村幼儿良好卫生行为的形成有一定促进作用。

初步认识人体主要器官的生理功能；懂得爱护眼睛、耳朵、皮肤、牙齿等；养成良好的卫生习惯。

#### (一) 了解眼睛，爱护眼睛

1. 讲解眼睛的功用。

2. 我们应怎样爱护眼睛？不用手揉眼睛；不在光线很暗的地方看图书；使用剪刀等锐器时要小心；不放鞭炮，不围观别人放鞭炮。

## (二) 了解耳朵，爱护耳朵

1. 讲解耳朵的功用。
2. 我们应怎样爱护耳朵？不用手挖耳象；不把小东西放进耳朵里。

## (三) 了解牙齿，爱护牙齿

1. 让小朋友对着镜子数数自己有几颗牙，看看它们白不白，整齐不整齐？讲解牙齿的功用。
2. 我们应怎样爱护牙齿？饭后漱漱口；早晨、晚上要刷牙，刷牙应顺着牙缝竖着刷，上牙从上往下刷，下牙从下往上刷，里里外外都要刷到；换牙时别咬硬东西，别用舌头舔牙；不吮吸手指，不咬铅笔；多吃青菜少 吃糖，牙齿结实又漂亮。

## (四) 了解鼻子，爱护鼻子

1. 讲解鼻子的功用。
2. 我们应怎样爱护鼻子？不用手挖鼻孔；不把小东西放进鼻孔；擤鼻涕不要太用力，不要同时按着两个鼻 孔擤。

## (五) 了解皮肤，爱护皮肤

1. 讲解皮肤的功用。
2. 我们应怎样爱护皮肤？勤洗澡、勤理发、勤剪指甲；活动或劳动时要小心，不要碰破、刺破、划破皮肤；皮肤长疮要及时上药。

## (六) 养成良好的生活习惯

1. 吃饭：饭前洗手；不边吃边玩；不挑食；不吃不洁的食品，



瓜果要洗干净后再吃，不捡掉在地上的东西吃；刚吃完饭，不要马上跑着玩。

2. 睡觉：按时睡觉；不蒙头睡觉。

3. 排便：每天定时排大便；不憋尿；便后洗手。

(七) 培养良好的生活适应能力(参考有关“社会适应能力培养”内容的书刊)

(一) 结合其它内容的教育(如语言、音乐、美术、常识教育等)，有机地融入健康教育的有关内容。

(二) 家庭教育及家长的卫生行为对儿童卫生习惯的养成起着潜移默化的作用。比如，家长爱挖鼻孔，孩子就会模仿，家长生吃水果不洗，孩子也会拿来就吃。幼儿了解一些卫生知识不等于就能付诸于行动，习惯的培养是个长期的过程，教师必须向家长宣传卫生知识，使家长了解健康教育的内容和要求，取得家长的配合。

(三) 幼儿园、家庭需提供必要的生活用具，如专用的毛巾、牙刷、牙缸等。

(一) 教师以身作则，讲究个人卫生，有良好的卫生习惯。

(二) 有安全、平坦的儿童活动场地。

(三) 教室内光线、通风良好。

(四) 有条件的地方，用小椅子代替板凳。

(五) 为儿童提供清洁的饮水。

## 健康活动设计教案我的情绪变变变篇四

1. 大胆尝试流星球的. 不同玩法. 发展抛、接、滚、挥臂投掷等运动能力。

2. 感知红、黄、绿三种颜色，体验游戏的愉悦与满足。

3. 让幼儿知道愉快有益于身体健康。

4. 锻炼幼儿的反应能力，提高他们动作的协调性。

1. 红、黄、绿三色快乐流星球人手两个，红、黄、绿三色球门各一个(旧纸箱装饰做成或用大型水果筐代替)，旧挂历纸和果奶瓶做成的曲棍球棒人手一根。

2. 红色、绿色、黄色长条彩色即时贴若干(贴站位线及放球区标志线用)，活动场地布置见附图一。

一、导入部分鼓励每个孩子从纸箱中选择一个自己喜欢的流星球，自由地和老师、小伙伴说一说自己的球是什么颜色的、什么样子的。接着音乐响起，老师带领幼儿自由、愉快地跟随音乐节奏做一做简单的韵律操。鼓励每个孩子找空的地方跟着节奏用力做操。

### 二、过程部分

1. 提问:这些漂亮的流星球可以怎样玩呢?请大家试一试，看看谁想出的玩法又多又好

2. 幼儿尝试不同的玩球方法，教师作为游戏的参与者，及时将孩子们玩出的方法介绍给大家，并带领幼儿一起试一试有趣的玩法，如看谁抛得高、比谁扔得远、看谁踢得多、比谁转得快等。

3. 游戏结束哨响，幼儿将球放到绿色放球区然后坐到半圆站位线上，鼓励幼儿把自己喜欢的玩法表演给大家看。

4. 小小操作活动：解下流星球上面的彩色流苏，将流星球变成彩球。要求能干的孩子自己解开钮扣。取下彩色流苏放到备用纸箱中，不会解钮扣的小朋友找小伙伴帮忙，全部解开后和备用球一起放入红色放球区。

1. 教师边介绍边将三个球门(纸箱)放到相应位置(直径10米的大圆圈上)，并请大家一起说一说三个球门是什么颜色的，它们分别是哪种流星球的家。接着出示曲棍球，简单介绍游戏的玩法：用曲棍球将流星球赶着送到相同颜色的球门中，将流星球送回家。

2. 游戏：流星球找家。鼓励能力强的孩子送完一个再送第二个、甚至第三个，直至将全部流星球都送回家。

3. 流星球全部送回家后，游戏结束哨响，请孩子们站到半圆形站位线上。教师带领幼儿共同检查流星球是否都回到了自己的家，发现有送错的，请愿意帮忙的小朋友将球送回它自己的家。

### 三、结束部分

趣味放松活动教师借助趣味儿歌(敲敲臂、敲敲臂，敲敲腿、敲敲腿，敲敲身体真舒服；弯弯腰、伸伸臂，敲敲肩、敲敲肩，敲敲身体真健康)，引导幼儿用彩球轻轻敲击身体的不同部位，放松身体，体验游戏的趣味性。

制作方法制作材料：废旧报纸、彩色加厚塑料包装袋、钮扣、透明宽胶带、粗棉线、彩色即时贴等。制作方法：将废旧报纸(或旧海绵)揉成直径为13cm~15cm左右的纸球，中间塞入一根对折的粗棉线(纸球外表面留出一个1厘米左右的圆环作为钮扣眼)，外面用彩色即时贴贴好，再裹上透明宽胶带。流

星球尾巴用彩色加厚塑料包装袋(或废旧彩色包装绳)剪成1.5cm×45cm的彩条约15根扎成一束，根部订上一粒中等钮扣即可。

特点:既可随意拆卸又可和其他玩具组合游戏.可踢、可抛、可甩、可滚、可投掷，玩起来花样繁多.在发展孩子运动能力的同时又能很好地发展孩子们的创造能力。

此次活动圆满结束！活动前我为幼儿创设了宽松自由的活动氛围，让幼儿在宽松自由的氛围中轻松获得锻炼与提高。活动过程中，幼儿表现的积极主动，都能用较完整的语言回答老师提出的问题，并能主动与同伴交流。

## 健康活动设计教案我的情绪变变变篇五

- 1、能大胆选择材料，用自己喜欢的花瓣粘贴成花朵。
- 2、乐意佩戴自制的花手环展示舞蹈。

### 【活动准备】

竹环人手一对，双面胶、剪好的各色花瓣、音乐“手腕转动”磁带、录音机。

### 【活动过程】

#### 一、激发兴趣

- 1、在“手腕转动”的音乐声中，教师戴上花手环和幼儿一起跳舞，引起幼儿兴趣。
- 2、“今天我在跳舞时特别开心，你们看，我有美丽的花手环哦。你们觉得我的花手环好看吗？”“想不想和我一样戴着花手环跳舞呢？那就让我们动手自己来做吧！”

## 二、认识材料

- 1、出示竹环、花瓣及双面胶，观察材料，引发幼儿联想。
- 2、“我这儿呀有许多的花瓣，有方形的，圆形，三角形的，还有椭圆形的，它们都可以用来做花。”

## 三、介绍制作方法

- 1、先选好花心，选择一组花瓣，将花瓣粘贴在花心周围。
- 2、做好一组花朵后，将花朵有序地粘贴在竹环上。
- 3、可选择绿叶装点一下花手环。

## 四、幼儿尝试制作，教师指导。

### 重点：

- 1、围绕花心，选择喜欢的花瓣粘贴成花朵。
- 2、有序地将花朵粘贴在竹环上。

## 五、小小展览会

- 1、互相欣赏作品，鼓励幼儿向同伴展示介绍自己的作品。
- 2、随音乐一起跳舞，充分展现自制的花手环。

## 健康活动设计教案我的情绪变变变篇六

- 1、让幼儿知道，在接受别人爱的同时，还有许多人也需要我们的关爱和帮助。
- 2、培养幼儿奉献爱心的美德，体验助人的快乐情感。

1、幼儿心理读物每人一本。

2、“希望工程”捐献箱一个，幼儿自己从家带的玩具、衣服和信件。

### 一、师幼看图谈话、讲述

1、出示挂图：图中的小朋友在干什么？

师幼看图讲述故事内容，让小朋友知道：在接受别人爱的同时，还有许多人也需要我们的`关爱和帮助。

2、你喜欢为有困难的人做事吗？怎样帮助有困难的人？你曾经对他们做过哪些事？让小朋友认识到有很多时候可以关爱别人。

3、请小朋友讲述自己帮助有困难的人做事的事迹。

### 二、献爱心活动

2、出示“希望工程”捐献箱，请小朋友把从家带来的玩具、衣服和信件捐献给边远的小朋友。

## 健康活动设计教案我的情绪变变变篇七

一、“师生同乐”随影碟表演《表情游戏》，营造和谐、愉快的活动氛围。讨论：

1、现在的心情怎样？快乐的时候你们会怎么样？

2、除了唱歌、跳舞令我们快乐，还有哪些事能给我们带来快乐呢？

——活动开始教师就利用富有形象直观的影碟和孩子们共同

表演了幽默风趣的表情游戏，一下子就把孩子们的兴趣牢牢的吸引住了，充分调动了幼儿的口、眼、耳、手、脚等各种感官和肢体的运动，孩子们畅所欲言的表达自己的此时的心情，深深地感受到了愉快的情绪，为后面的活动做了很好的铺垫。

二、通过“抽奖”游戏《表情摸箱》和出示情境图，感受不同的表情，让幼儿表达自己的想法。

1、摸箱里放有4张表情图（哭、笑、怒、愁）。教师分别请4名幼儿从摸箱中摸出1张表情图，看后模仿图片上的表情，请全体幼儿来猜。

——通过抽奖、猜表情等方式，幼儿对自己和他人的表情非常感兴趣，纷纷模仿各种表情和动作，情绪高涨。

2、教师出示情境图（领奖、丢失了玩具），相应讨论：

1、你想想，他现在应该是什么表情娃娃？为什么？

——图上的孩子面朝里，等孩子说正确后，再把图转过来。

2、说说自己的表情：你什么时候，会有开心（生气、伤心、害怕）的表情？

——从自己的情绪中，体会表情的真正意义。如知道微笑让人舒服，对身体最有益。生气会对身体产生坏的影响，应该把生气这个坏习惯消灭掉等等。

3、解决问题，做快乐娃娃。如果你遇到这样的事，你会想什么办法让自己开心起来？

——从孩子的讲述中，去比较典型的事例分析。通过讨论和相互交流，了解一些自我排除不良情绪的方法。

小结：每个人都会遇到很多事情，但是快乐是最重要的，平

时我们遇到不开心的事情，可以找老师和小朋友帮忙，做个快乐娃娃。

### 三、播放轻音乐。

请幼儿随着音乐在教室里自由模仿小动物表演，音乐停止，教师就说出一种快乐情绪，如开心、高兴、哈哈大笑等等，请幼儿用形体动作表现出来。

### 四、分享快乐。

鼓励幼儿拿着笑脸图片，大胆向客人老师或同伴讲述自己经历的快乐往事。

### 五、总结性谈话：

和朋友相处最好用什么表情？希望朋友永远是什么表情？引导幼儿明白让朋友快乐的方法：用笑笑脸去面对朋友，说甜甜话让朋友快乐。

六、随音乐《幸福拍手歌》自由做动作，再次提升快乐的气氛，结束活动。

### 教学反思

本次活动涉及了语言、艺术、健康、社会等多个领域。活动形式多样，教师为幼儿营造了平等、宽松、支持的心理环境，并用鼓励的方法，因人而异地指导幼儿，充分调动了孩子的积极性、主动性和创造性。从而使幼儿在活动中表现得自信、主动，最终获得成功。

## 健康活动设计教案我的情绪变变变篇八

### （一）谈话导入：



播放课件。师：现在是什么时候？为什么？（有星星、有月亮）就在这么安静的夜晚，小老鼠要独自一个人睡觉了，你们知道为什么吗？（幼讨论，回答）

师：小老鼠觉得自己长大了，有自己的小床，想自己睡觉了。

## （二）故事欣赏

播放课件，听故事。

师：小老鼠到底有没有睡着呢？为什么？（没睡着，因为有声音）师：你们想不想做一回小侦探来帮小老鼠找找到底是什么声音？（幼：想）

再次播放声音，师一段一段播放，请幼儿猜一猜、说一说，再点击出相应图片。（如：风声，教师点击风声图片。请幼儿大声对小老鼠说：别紧张、别害怕，这是风的声音。一次类推）

## （三）联系生活、讨论

师：原来是房间的玩具在发出声音，是卫生间里在发出滴水声，是橱柜里的玩具掉到地上发出的声音啊。

师：原来是房间的玩具在发出声音，是卫生间里在发出滴水声，是橱柜里的玩具掉到地上发出的声音啊。

提问：你有什么好方法，让这些声音不影响到小老鼠呢？  
（幼讨论、回答）

师：把玩具收好、锁好，把水龙头关掉；把柜子里的东西好。

## （四）操作、讨论。

现在来听听小老鼠睡着了吗？（播放课件）他又说了什么呢？

幼：没睡着，它说“太黑了”。

师：你有什么好办法帮小老鼠解决黑的问题呢？请你把好方法画在纸上。

幼操作，上前介绍。

（五）结束部分。

师：你们的方法真好，听听小老鼠的爸爸想的方法吧，有什么和你们不一样的方法？

播放小老鼠打呼的照片。师：现在我们再来问问小老鼠：小老鼠，你睡着了吗？睡着了。

出示记录表，师介绍记录表。问：你们是怎么睡觉的？你觉得你能打几分？请你来说一说。

离场：小老鼠睡着了，我闷酒轻轻地离开，不要打扰它了。