

2023年中班植物健康活动教案 中班健康课教案及反思(通用7篇)

作为一位杰出的教职工，总归要编写教案，教案是教学活动的总的组织纲领和行动方案。那么教案应该怎么制定才合适呢？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

中班植物健康活动教案篇一

1. 通过练习“垫上举物翻滚”动作，发展身体的灵敏性及协调性。
2. 激发参加体育活动情绪，体验运动的快乐。
3. 锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。
4. 促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。
5. 让幼儿初步具有不怕困难的意志品质，体验健康活动的乐趣。

“持物垫上翻滚”动作练习。

体操垫4张；大呼啦圈3个，画有直线、曲线的场地，宽窄纸皮4张，装有水的大小可乐瓶人手3个。

1. 成一路纵队走、跑交替进场，进行变速走跑热身活动。
2. 听口令进行左右分队走练习；四队变两队，两队变四队。
3. 模仿解放军。

(1) 自由模仿解放军的各种生活动作与训练动作。

(2) 教师带领幼儿模仿解放军站岗、刺杀、投弹、卧倒等动作。

活动反思：幼儿对解放军就是有一种天生的仰慕感，所以当请孩子们来扮演“小小解放军”，孩子们的'精神马上就提起来了，模仿解放军的各种动作也非常认真，尤其是“敬礼”、“刺杀”动作，孩子们做的还是挺到位的。

4. 探索怎样垫上运输炮弹。

(1) 教师提出要求：要求炮弹不能着地，不能行走过地垫。

(2) 幼儿分组自由探索、尝试运送炮弹的方法。

活动反思；孩子们整个人融入到了“运炮弹”的情境中，探索中方式比较多，有的跪着走，有的像虫一样蠕动，其他孩子也纷纷跟学，为我导入下一环节的教学做了很好的铺垫。

5. “持物垫上翻滚”动作教学。

(1) 教师介绍并示范垫上持物翻滚动作的要领。

(2) 幼儿按示范要求进行新本领的练习，教师个别指导。

活动反思：在逐个练习“持物垫上翻滚”的动作时，大部分孩子都掌握的比较好第一次练习中也有个别孩子“炮弹”没有发到头顶上，而是放在了身上，这样翻滚比较困难，我用“炮弹放在自己身上就炸死自己了”来提醒孩子，孩子们很快调整的比较好，孩子们之间也学会相互提醒了。

6. 分组进行持物垫上翻滚锻炼。

(1) 游戏：轰炸敌区阵地。

持物垫上翻滚——s行走——助跑跨跳——返回继续。

活动反思：整个游戏孩子们因为有“小小解放军”的头衔，秩序与规则都掌握得比较好，但是助跑跨跳的动作融入于游戏中，很多孩子的动作因为不够熟练就不够标准，还需要继续练习。

(2) 游戏：回收炸弹。

7. 在教师的带领下做放松动作。

这节课是一节体育课，主要是引导幼儿学习跨跳、钻爬的动作技能。幼儿园老师应该是知识和技能的引导者而不能是直接的传授者。学会解放军本领后，应该再次让孩子们了解解放军叔叔的作用，如抗洪救灾，捉坏人，保家卫国等等，培养他们对解放军叔叔的感恩之情。

中班植物健康活动教案篇二

《蛙跳高手》是中班的一堂健康课，它的目标是：1. 尝试各种跳跃动作，练习纵跳触物；2. 发展跳跃能力。它的重点就是原地各种动作跳跃和纵跳触物。为了达到重点我先从大四班老师那借来了一根长长的跳皮筋，把跳皮筋横系在教室的前面空地上，又挂上一些纸条作为“害虫”。准备就绪，去请了几名小朋友过来试试高度，一开始很容易够到，所以我就把皮筋又拉高了些，可这回幼儿怎么纵跳都够不到。我在旁边示范着：蹲下再起来，努力向上蹦去够到纸条！孩子们越跳越起劲，越跳越正确，终于有一个高个子男孩抓到了纸条，可他使劲地一拉，其他孩子就跟着拉，当我阻止时皮筋已经松了。我发现皮筋好像不太适合，因为它的弹性很大，一位幼儿拉下后就会送下来能拉到很低很低，所以我打算寻找另一种道具。找什么代替好呢？我去问了我的指导老师，她说我们班有很长的布条很适合用。我就去跟着拿了，可一

卷很新很新的布条，我不好意思用，怕这样的课堂一过，布条就会没有其它用处了，这样不就很浪费吗？可老师说：“用吧，为了课堂！”于是我又开始拉线了，这下好了没有了很足的弹性。我很开心的’又叫来了几位幼儿，请他们尝试，调好了高度。

于是上课开始了，我的心里很忐忑，因为这样的跳跃在我看来很枯燥，没有什么新意。唯一有新意有趣的地方就只是后面的环节：青蛙捉“害虫”。那需要幼儿的想象和扮演青蛙角色，可“害虫”只是用纸条来做的，没有任何的形象性，我很担忧提不起幼儿的兴趣，我想让课堂更吸引孩子，更贴近孩子，可又心有余而力不足，不知该如何下手，如何修改？我很纠结……在课上我一开始还是处于纠结状态：该把重点怎么放呢，真的可以到达效果吗？到了课堂的中间环节时我才松了一口气，因为孩子们对这样的青蛙跳非常的喜欢，练习地也非常非常地认真，幼儿用他们的表现感染了我，我也变的情绪高涨，指导着跳的姿势有点不正确的幼儿，不断都自己加入其中！在后面的青蛙捉“害虫”环节达到了本堂课的高-潮：幼儿们分批扮演青蛙去捉“害虫”，在碰到纸条后孩子们露出了自信的笑容，让每一位幼儿感受到了运动的快乐和来之努力换来的成功感！

通过这样的课堂让我看到了虽然只有一个简单的在成人看似无趣的纵跳动作，孩子们却乐此不疲；虽然“害虫”没有任何的装饰，可孩子们非常认真地捉着“害虫”。在活动最后，一个孩子跑过来告诉我：“张老师，我们再玩这个游戏好不好？我觉得很好玩！”

中班植物健康活动教案篇三

- 1、了解外伤的简单处理方法。
- 2、知道受伤时要请大人帮忙，严重时要及时就医。

教学挂图60—24。

一、引导幼儿结合生活经验，谈谈有关跌倒受伤、眼睛进异物、流鼻血的情况。

教师小结：教师根据幼儿的回答进行小结。

二、结合挂图，向幼儿介绍受外伤时的简单处理方法。

1、出示图片1、

教师：这个小朋友怎么啦？遇到这种情况，应该怎么办呢？

教师小结：应该请大人帮助小朋友清洗伤口，然后给伤口消毒上药，最后在伤口处贴上创口贴。

2、出示图片2、

教师：这个小朋友眼睛里进了东西，应该怎么办？

教师小结：你们千万不能用手去揉眼睛，应该闭上眼睛，让眼泪把眼睛里的灰尘冲出来。

3、出示图片3、

教师：这张图里的小朋友怎么了？遇到这种情况，如果大人不在身边该怎么办呢？引导幼儿大胆回答。

教师小结：这时应该低下头，用手捏住鼻子。

老师总结：在生活中很有可能会发生这些小意外，当我们遇到像刚才图片里小朋友遇到的情况时，我们千万不要慌乱，要及时请大人帮忙。如果是小问题，就用我们刚才讨论的方法解决就好了；如果受伤比较严重，一定要及时去就医。

三、请幼儿看挂图，讨论了解受伤的方法。

2、引导幼儿根据自己平时生活经验回答：预防摔伤、眼睛进异物、流鼻血的方法。

3、出示收集的图片：这些图片里的小朋友，谁做的对？谁的做法是不对的呢？请幼儿在能够有效避免受伤的方法的图片时举起小手。

教师小结：我们除了会处理这些情况外，还要会预防这些情况的发生，知道应该怎样去避免受伤。我们要在安全的'场地里玩，跑步的速度不能太快，如果很快，就控制不了自己的身体，会很容易摔跤受伤的；当眼睛里进异物时，我们千万不能用手去揉眼睛，以防细菌感染；平时要多锻炼身体，不挑食，多吃瓜果蔬菜，这样就不会流鼻血了。

四、引导幼儿讨论朋友受伤时应该怎么办。

1、教师：如果你的好朋友受伤了或遇到这样的情况，你会怎么办呢？

2、幼儿讨论交流。

教师小结：大家在一起都是好朋友，我们要互相关心，互相照顾。当别人摔倒时，要帮忙把他扶起来，还可以帮别人拿需要的东西，并帮助他去告诉大人，请求大人的帮助。

中班植物健康活动教案篇四

1、了解身体器官的作用，知道它们在我们生活中是缺一不可的。并形成初步的自我保护意识。

2、乐意运用五官积极参与愉快的探索和游戏活动。

1、故事《五兄弟》ppt图片。

2、眼罩若干，香水、《我的身体都会响》音乐。

3、嗅觉瓶、味道盒、音乐播放器等。

一、韵律活动：

《我的身体都会响》，激发幼儿活动兴趣。

师：老师听说我们班的小朋友能让自己的身体发出好听的声音，来做给我看看吧。

师：我看见你们的眼睛，鼻子、嘴巴都很能干哦，有一位叔叔的眼睛，鼻子也说自己本领大，它们争吵了起来，让我们一起去看看。

二、运用ppt五官活动图片，讲述故事《五兄弟》。

故事：一位邮递员叔叔累了，很早就休息了。这时房间里传来争吵声。原来是五兄弟在争谁的本领大。谁也不让谁。眼睛一声不响，耳朵嘴巴鼻子以为眼睛一点本领也没有，就把眼睛赶走了。

1、体验：请3—5名幼儿带上眼罩，尝试找自己的位子。

师：让我们也来试试，没有眼睛会怎样。（幼儿体验）

提问：让我们来猜猜看没有眼睛的叔叔会发生什么事（幼儿谈论）出示ppt上班时撞车了，鼻子、耳朵嘴巴和手都受伤了。

小结：眼睛是很重要的，它可以让我们看见周围的事物，眼睛不能少。（粘回眼睛）

2、续讲故事：耳朵他们赶紧把眼睛请了回来，眼睛不能少，他们又一起说：“鼻子鼻子，你最没有用了，你走吧！”鼻子被赶走了。（拿掉鼻子）

师：让我们来试试没有鼻子的感觉吧（体验）讨论回答。

师：除了呼吸空气，鼻子还有一个很大的本领，今天我带来的宝贝就是来考考谁的鼻子本领最大。现在请你们闭上眼睛，猜猜它是什么。

小结：对啊！鼻子能帮助我们呼吸还能辨别气味，所以鼻子本领也很大，它能少吗？（不能）赶紧把鼻子请回来吧（粘回鼻子）

3、续讲故事：鼻子不能少，鼻子回来了，嘴巴说：“那一定是耳朵你最没有用了，你走吧！”。（取下耳朵）提问：你们猜猜，叔叔没有了耳朵会发生什么事？（自由发言）

小结：耳朵听不见声音多不方便呀，所以耳朵不能少。（粘回耳朵）

4、续讲故事：眼睛、鼻子、耳朵太生气了，它们一起大声地说：“嘴巴嘴巴，肯定你最没有用了，你走吧！”（取下嘴巴）

提问：嘴巴真的能少吗（ppt晚餐）

小结：是啊，没有了嘴巴，我们就不能吃东西，不能说话了，所以嘴巴也不能少。

5、续讲故事：眼睛不能少，鼻子不能少，嘴巴不能少，耳朵也不能少，它们一起大声地说：“手，肯定你最没有用了，你走吧！手被赶走了。（取下手）

提问：手真的能少吗？（幼儿自由回答）没有它会怎样？

小结：是啊，没有了手，我们就不能拿东西、做事情了，所以手也不能少。

三、“五兄弟”的作用

师：看来五兄弟都有各自的本领，是我们人身体的一部分，我们应该怎样爱护它们呢？（幼儿讨论发言）

小结：眼睛帮助我们看见周围的事物，鼻子帮助我们呼吸和辨别气味，耳朵帮助我们听到声音，嘴巴帮助我们说话吃东西，手帮助我们做事情。现在他们明白了谁也不能少。于是他们和好了，叔叔又成了一个快乐的邮递员。

四、游戏：

传娃娃。再次体验五兄弟的用处。

师：今天老师带来了一个神秘盒，里面藏着许多宝贝，它们想试一试五兄弟的本领。

教师提出游戏要求。听音乐依次传娃娃。音乐停了，娃娃也停止传，看娃娃在谁的手里，谁就来神秘盒中摸出一样事物（盒中放有嗅觉瓶、味道盒、mp3播放器等）“你摸出来的是xx，它是要考考xx的本领哦。按要求做相应的游戏。（如摸到五味瓶，就闻闻其中的气味，并猜出它是什么？再请幼儿进行验证）并说说五兄弟的作用。”“我用什么做了什么？”

五、活动延伸：

讨论如何保护我们的五官。

中班植物健康活动教案篇五

在用餐时我发现孩子有挑食的坏习惯 不爱吃蔬菜 我设计了

这一活动 激发孩子对蔬菜的了解 从而纠正孩子的偏食挑食行为。

活动目标

- 1 了解蔬菜特点作用 培养幼儿对蔬菜的热爱及喜爱之情。
- 2 知道常见蔬菜的食用方法和营养价值 做到不挑食的习惯。
- 3 初步了解健康的小常识。
- 4 知道人体需要各种不同的营养。
- 5 让幼儿知道蔬菜有益于身体健康。

重点难点

通过猜谜 多媒体 实物等课件 认识各种蔬菜。

明确蔬菜营养 教育幼儿不挑食。

活动准备

西红柿 黄瓜 萝卜 胡萝卜 每人一份 展示各种蔬菜图片的多媒体课件。

活动过程

一 猜谜导入活动。

1 小朋友猜一猜 它是谁 你认识么。

颜色绿黄 瘦长的身体 坑多刺多 清香脆凉 (黄瓜)。

出示黄瓜的图片 请小朋友观察 看看黄瓜是什么颜色?(绿黄)。

请小朋友说说黄瓜都能做哪些美味食物呢？

2 出示实物 问问这是什么(萝卜)

请同学说一说它的形状和用途。

3小朋友 再猜猜这个谜语

好像柿子没有盖 好像苹果逗人爱 味道酸甜营养多 能当水果
能做菜(西红柿)。

小朋友你知道么 西红柿不仅酸甜好吃 他的抗癌作用居蔬菜
首位 我们要多吃哦。

二 老师向幼儿介绍 各种蔬菜的营养价值 和对人体的好处
鼓励幼儿吃饭不挑食

三 让幼儿说说喜欢吃哪些蔬菜 不喜欢吃哪些蔬菜 为什么

五 用多媒体展示各种蔬菜的图片及蔬菜的用途和营养价值。

延伸

我们身边还有好多蔬菜 你如果不知道用途和做法回家后问问
父母亲。

教学反思

我通过采取猜谜语 多媒体 实物等形象的手法 为幼儿创设学
习环境 引导幼儿主动探索生活 由于所学的内容 是幼儿通过
实践思考后自主认识的 所以幼儿能较快理解并掌握 与此同
时 也激发幼儿的感知认识 有利于提高幼儿的认知能力 所以
我们每一位老师在一日工作中 一定要改变观念 努力贯彻
《纲要》的精神 以幼儿为主体 充分发挥教师的主导作用 使
幼儿成为学习的主人。

中班植物健康活动教案篇六

- 1、练习双腿夹物跳的动作，发展腿部力量。
- 2、激发对体育活动的兴趣，充分体验游戏的快乐。

可乐瓶若干，塑料圈人手一个，斜坡一个，杂物若干，录音机，磁带。

1、准备运动：

兔子舞师戴头饰：孩子们，我们一起来跳个舞吧！（音乐起）

2、基本动作：

游戏《狼来了》

师：这儿真美，我们在这儿安家吧！（取下圈，放在地上当家）我们还有很多粮食没搬，得把它们搬到仓库里。（指定一个地点为仓库）

示范：走到场地一侧，取一件物品，用双腿夹住，跳到仓库处放下，再继续。（请个别幼儿示范，强调动作要领：在搬时一定要用夹物跳的方法。）当大灰狼出现时，小兔要立即在塑料圈中蹲下，大灰狼走了，再继续搬东西。

幼儿在音乐伴奏下练习两次。

新课程的理念是让每个幼儿都能在原有的基础上得到发展。活动中，我紧紧把握这个理念，使幼儿在积极愉快的气氛中以游戏的形式，让幼儿轻松地认识、理解了学习内容。课上的气氛也是很活跃的，发言也很积极，较好地达到了预期设计的活动目标。

中班植物健康活动教案篇七

“洗手歌”，这首儿歌是中班的语言活动，适合中班幼儿的年龄特点。平时幼儿不太注意手的卫生，通过此项活动，可以让幼儿从小养成爱洗手、讲卫生的好习惯。

活动目标

重点难点

学习朗读儿歌，并能边做动作边读。

活动准备

挂图、香皂、毛巾、自来水

活动过程

1、谈话导入：

老师：小朋友们，小手脏了怎么办？

幼儿：用水洗。

老师：你们会不会洗？

幼儿：会。

老师：那你都是怎样洗手的呢？先做什么再做什么？

幼儿回答各自的洗手方法。

2、老师：（出示挂图）

老师：图上有谁？在做什么？

幼儿：小朋友，在洗手。

老师：我们在什么时候需要洗手？

幼儿：吃饭前、上厕所后、玩耍后、从外面回到家里或教室里，等等。。。

老师小结：宝贝们说得都很好，先搓手心，再搓手背，然后关水，用干净的毛巾擦干小手，现在让我们一起来把这些步骤编成一首好听的儿歌吧。

3、学习儿歌。

(1)教师示范朗读儿歌，边读边做动作。

儿歌：小肥皂，手中拿，手心手背搓搓。

冲冲水，冲冲水，小手干净了。

(2)幼儿配合动作跟读。

实践练习洗手一次

1、幼儿洗手，教师指导个别幼儿，提醒幼儿不玩水，并能按一定的步骤边读边做洗手的动作。

2、表扬正确洗手的幼儿。

教学反思

洗手是幼儿每天都要做的事情，活动中，我先让幼儿来示范如何正确洗手，在老师的引导下，幼儿能做到先卷起袖子，然后手心搓搓，手背搓搓，并告诉老师不能玩水。结合动作，幼儿较容易地学会了儿歌，而且能边唱念边表演，效果很不错。但在之后的实践环节中，有的幼儿没有老师的提醒就又

开始了玩水，可见，不玩水的行为个别幼儿还是不能控制好自己，需要老师的随时提醒。当然，在一次活动中就想改变幼儿玩水的坏习惯，确实不可能，这需要老师在平时对引导多提醒，在日常生活中，慢慢地使幼儿养成正确洗手的好习惯。