

# 2023年幼儿园大班健康教育小常识 幼儿园大班健康教案(模板7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？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 幼儿园大班健康教育小常识篇一

- 1、了解近视眼造成的原因及给生活带来的不便。
- 2、懂得保护视力的基本常识和方法。

戴眼镜的小猫图片、眼镜、保护眼睛的食物图片活动过程：

- 1、出示戴眼镜的小猫。

师：今天教室里来了一位客人，它是谁？小猫怎么了？小猫为什么要戴眼镜？

- 2、欣赏故事。

(1) 师：老师这里有一个故事，故事里就告诉我们小猫为什么戴眼镜？

(2) 欣赏故事师：小猫的眼睛怎么了？

小猫的眼睛为什么看不清？

小结：有这么多的行为会使眼睛生病，眼睛生病了给小花猫的生活带来了那些不方便？

3、讨论：近视眼会给小猫的生活带来哪些不便？

4、戴假眼镜感受不便之处。

师：小花猫的眼睛生病了，给它的生活带来了很大的不便，老师今天带来了一副眼镜，请小朋友戴一戴感觉一下。

小结：戴眼镜不但不方便而且还不漂亮5、怎样保护我们的眼睛。

幼儿自由回答，教师根据幼儿回答做相应的动作纠正不良的坐姿。

小结：除了在行为方面可以保护我们的眼睛，在饮食方面也起到可以预防作用我们一起来看一看有哪些食物对我们的眼睛有好处。

6、操作练习。

请你来找一找正确的用眼方法。

## 幼儿园大班健康教育小常识篇二

爱玩是孩子的天性，孩子都喜欢出去旅游，每次旅游回来都希望把自己见到的、好玩的事情说给老师、小伙伴听。结合孩子的需要和兴趣，我班开展了“快乐的旅行”这一主题。随着活动的不断延伸，一次孩子们在进餐中窃窃私语，老师蹲下身仔细倾听孩子的对话，才知道他们有一个新的“发现”：食物在肚子里会“旅行”吗？多有趣的问题呀！孩子们都关注着呢。

《纲要》指出：科学教育应密切联系幼儿的实际生活进行，利用身边的事物与现象作为科学探索的对象。生活中有多种多样的食物，孩子们总是吃不够、说不完。为满足孩子们的

好奇心和探究愿望，“食物的旅行”主题活动由此生成展开。为体现新课改精神，我以整合的观念，目光短浅是让幼儿在认识人体的消化器官，了解食物的消化过程的同时，重点知道胃与身体健康的关系，提高他们的自我保护意识。同时培养幼儿的观察力及合作能力。为使活动真正引发幼儿参与的兴趣，我注意灵活采用教法：首先设置问题情境（从孩子们好奇心入手——“吃下去的东西哪去了？”）观察法（用孩子的眼睛去发现——食物在人体里的消化过程）操作法（以孩子喜爱的操作形式展开——动手动脑拼图、“构建”消化系统图）等等。为更好地突出重点、突破难点，我们充分发挥多媒体教学手段的作用，亲手制作课件，使学习活动更为具体生动且有趣味性。

- 1、初步认识人体的主要消化器官，了解食物的消化过程。
- 2、学习简单的自我保护方法，提高自我保护意识。
- 3、培养幼儿良好的饮食和卫生习惯。

重点：讲解胃与身体健康的关系，让幼儿明白不良饮食习惯对胃的伤害。

难点：知道人体消化器官的顺序及功能保护。

□1□flash课件《食物的旅行》以及相关的故事。

（2）音乐：《幸福拍手歌》

（3）人体消化系统图，即时贴消化系统卡片图，小蛋糕，小饼干。

一、创设情境，导入新课

1、小朋友，你们喜欢和爸爸妈妈一起去旅行吧？旅行的时候

有没有看到什么有趣的事呢？

3、播放课件，讲述故事《小蛋糕的旅行》。

故事：《小蛋糕的旅行》小朋友最喜欢吃小蛋糕了，小朋友把我放到嘴里，嚼呀嚼，把我弄得痒痒的，一不留神，我就被吞了下去。不一会儿，我到了一条长长的管子里，就像坐滑梯一样，真好玩！还没等我玩够，就滑到了一个大袋子里，这大袋子可神奇了，它会一边分泌出一些液体，还一边慢慢地蠕动，把我磨得呀越来越碎，越来越碎...被磨碎的我接着到了一条弯弯曲曲的小管子里，像迷宫一样，好不容易出了迷宫，我就到了一条皱巴巴的大管子里，在这我的营养都被吸收掉了，最后我就被排出了体外。

4、听完小蛋糕的故事，你知道小蛋糕它去了什么地方旅行吗？

二、观看动画，通过提问帮助幼儿认识主要消化器官，了解食物的消化过程

引导幼儿逐幅观看flash动画课件

1、放第一段食物从口腔到食管的动画。

提问：小蛋糕从哪里进去？知道那叫什么名字吗？（口腔）它在我们的嘴巴里怎么样了？

（牙齿把食物嚼碎了，方便吞下去）

经过嘴巴后，小蛋糕被吞了下去，到了什么地方？知道那长长的管子叫什么吗？（食管）

2、放第二段，了解胃的功能以及胃与身体健康的关系。

提问：接着小蛋糕从长长的管子滑下去，到了一个在袋子里，

这个大袋子叫什么名字呢？（胃）它有什么作用呢？（教师小结）

3、放第三段，知道小肠的作用

4、放第四段，理解大肠的用途

提问：小蛋糕又到了哪里呢？这是什么地方呢？

三、让幼儿品尝饼干，想象食物进入各个器官，并排出旅行路线图。

把幼儿分成四个旅游团，“小饼干的旅行开始了！”

2、请各组小朋友品尝饼干，并根据提示把小饼干旅行的顺序排列出来

提示：（1）这是旅行的入口（口腔），在这里给它拍张照吧！（出示口腔图片）

（2）我们的牙齿先把小饼干咬破，嚼碎了，吞下去，到了哪里哪？（食管）

（4）胃磨啊磨，把饼干磨得更碎了，到了哪里了？（小肠）小饼干的营养大部分在这里被吸收。

（5）小肠把小饼干里的营养都吸收了，然后到了哪里？（大肠）大肠转呀转，把没有用的残渣都排出去了。

小饼干的旅行也结束了，

3、评析每个小组的排列情况。

四、结束部分，听音乐做活动

我们把食物吃下去以后，还需要做些轻微的活动帮助它们消化，现在请小朋友们轻轻起立，和老师一起做动作。（播放音乐：《幸福拍手歌》，让幼儿跟随音乐做律动。）

本活动选取的内容接贴近幼儿的生活，深受孩子们的欢迎。活动的设计做到动静结合，由浅入深，从感知到体验，层层深入，并把科学知识与健康、语言、艺术等领域内容进行有机地整合，给孩子开创了广阔的学习空间。下面谈谈教学后的几点体会。

### 1、运用课件辅助教学，优化教学过程。

为了让孩子能更直观、逼真、有系统地了解食物在人体内的旅行过程，以及食物进入消化器官后的消化情况，我准备了活泼生动的多媒体课件，积极调动幼儿的各种感官进行主动探索学习，让幼儿看看、听听、说说，在轻松活泼的气氛中掌握科学知识，达到寓教于乐的目的。

### 2、利用材料创设情境，体验游戏乐趣。

活动中，教师观察到幼儿已掌握了食物旅行的过程，并初步了解各消化器官的名称及作用，便设置了游戏活动——“食物的旅行”。先请小朋友品尝自己喜欢的食物——小蛋糕，让小朋友体会小蛋糕到人体的各个消化器官中去旅行一次，然后让幼儿合作拼一幅完整的消化系统图这是小朋友非常感兴趣的环节，既满足了幼儿动手的需要，又提高了幼儿合作能力，整个游戏过程中幼儿热情高涨，兴趣浓厚，每个幼儿都积极参与，在愉快的氛围中把活动推向了高潮。同时，在孩子们玩得意味犹未尽时，教师及时地抛出新问题，使活动向更深层次发展，达到了活动目标。

在教学活动中教师如何倾听、观察、捕捉幼儿的信息，并使之成为丰富和调节活动的资源，让活动中的指导更具体、更有针对性，有待加强培养、训练。此外，在活动中应给与孩

子更多的拓展思维，还可以利用现场的资源，让幼儿与更多的同伴或老师交流。

## 幼儿园大班健康教育小常识篇三

- 1、认识几种常见的黑色食品，初步了解黑色食品的营养价值。
- 2、通过游戏的方式，讲述各种黑色食品的名字，愿意吃各种黑色食品。
- 3、体验与同伴一起表演的快乐。
- 4、初步了解健康的小常识。
- 5、知道人体需要各种不同的营养。

1、师生提供收集的各种黑色食品，并场景布置《黑色食品大集合》展台。

2、按小组准备对门开的屏风五副。

3、黑布、黑纸、各种装饰材料、剪刀、胶棒等。

1、游戏活动《芝麻开门》，认识各种黑色食品。

2、探索发现食品的共同点，进一步了解黑色食品。

教师：仔细看看这些实物有哪些相同的特征？

教师：这些食品都是黑色的，所以我们就叫它黑色食品，你还认识哪些黑色食品。

3、观看表演，探讨黑色食品的营养价值。

教师拿着袋装的黑色食品进行表演，让幼儿感知了解几种黑

色食品的营养价值。

教师讲述表演，幼儿观看，感知黑色食品丰富的营养价值。

教师小结：不同的黑色食品的营养价值也不一样。

4、教师组织幼儿用各种材料将自己打扮成黑色食品，玩“芝麻开门”的游戏。

5、激发幼儿自己玩“芝麻开门”游戏的兴趣。启发幼儿用黑色食品打扮自己，并讲述自己的营养价值。

教师和幼儿分小组玩游戏“芝麻开门”。

因为没有让孩子们事先带黑色食品，所以，我简单的准备了芝麻和黑豆让孩子们观察，孩子们得出结论是黑色的。

孩子对绿色食品是最熟悉的，但对黑色食品见得比较少，所以，能说出来的很少。有的甚至说巧克力也是黑色食品。

课前，我没有上网查查关于黑色食品的鉴定，所以，当孩子问我可乐是不是的时候，我只能告诉他们不是，却不能说出原因，孩子接受的很勉强。所以，下次我应该先自己了解，做好充足的准备，才能给孩子讲解。

## 幼儿园大班健康教育小常识篇四

本学期一开始，我们发现经过一个月的假期，班上有几位小朋友的变化很大，我们高兴地对有的小朋友说：“恭喜你，你长胖了。”而对另一些孩子我们则皱皱眉头说：“你怎么又胖了，你怎么又瘦了？”于是，到底是胖好还是瘦好成为近期孩子们关注的话题。

分析我班幼儿的身体成长状况，就能发现存在许多”参差不

齐”，有的很胖，有的很瘦。幼儿在饮食方面也存在挑食现象，喜欢吃肉不喜欢吃蔬菜。并且到了晚上或双休日还喜欢以“自己的喜好”来填饱肚子，例如吃肯德基、麦当劳、饮料、冰淇淋等。家长也常因娇惯而满足幼儿的各种要求。

幼儿需要了解自身的身体状况、关注自己的成长、树立自我保育意识。因此我预设了本次的活动方案：

- 1、引导幼儿发表自己的观点，通过讨论，意识到太胖和太瘦都对身体健康有影响。
- 2、学习关注自己的身体健康状况，初步了解自身成长的需要，知道如何调整自己的行为有利于健康。
- 3、激发幼儿在集体面前大胆表达、交流的兴趣。
- 4、帮助幼儿了解身体结构，对以后的成长会具有一定的帮助。
- 5、初步了解健康的小常识。

活动前根据“学前幼儿体重标准表”为本班幼儿测量体重；红、黄、绿三种颜色的表格各一，并根据幼儿体重情况制作三种颜色的圆点卡片，活动前发给幼儿；多媒体课件“来当营养师”；“健康棋”六套，各种食品的卡片若干（活动前请幼儿画好）。

活动重点：通过幼儿自由辩论帮助幼儿正确理解胖和瘦的概念。

活动难点：使幼儿了解自身的健康状况，知道如何调整自己的行为有利于健康。

突破方法：利用不同颜色的圆点来表示幼儿的健康状况，并请幼儿自己贴到相应的表格中使幼儿了解自身的健康状况。

通过集体讨论、多媒体课件和“自助餐”的游戏来帮助幼儿树立自我保育意识。

### （一）大胆表达，各抒己见

幼儿将自己有关胖好还是瘦好的想法在集体中展示、扩散，表明自己的观点，并尝试用实例说服同伴。

过程：幼儿各抒己见，运用实例说明自己的观点。在幼儿的意见无法统一的情况下，教师出示“学前幼儿体重标准测量表”，知道胖瘦有一定的标准，太胖和太瘦都不健康。

### （二）了解自身，对症下药

（1）出示红、绿、黄三种颜色的表格，请幼儿根据手中圆点的颜色寻找自己在表中的位置，（红色表示偏瘦，黄色表示偏胖，绿色表示正常）从而了解自身以及本班幼儿成长的情况。

（2）集体讨论怎样才能使自己既不胖也不瘦，身体更健康。

（3）“对症下药”：运用多媒体课件“来当营养师”为不同情况的孩子“开处方”。

### （三）分组游戏活动，经验梳理

（1）棋盘竞赛：幼儿通过竞赛性游戏，在下棋过程中获得有关健康生活的经验。

（2）自助餐：幼儿根据自身情况为自己挑选一份营养合理的美餐。

幼儿将已有的经验运用到生活中去，关注自己的身体特点，坚持健康饮食和锻炼，并把有关的信息带给身边的朋友和家人。

继续鼓励幼儿搜集资料，研究各种食物所含的营养。

本次活动是针对孩子的年龄特点专门设计的，还是比较适合幼儿的性格发展，整个活动中只有小辉不怎么参与活动，主要是小辉有轻微的电视自闭症，尽管平日教学中已经有很大的进步，但是在语言交流中还是有一定的障碍。

## 幼儿园大班健康教育小常识篇五

1. 通过反复感受，知道歌曲名称，了解歌曲内容，引起学唱歌的兴趣。
2. 初步学习在念白处跟随老师说出抬起头、闭上嘴的. 语言节奏。
3. 了解漱口过程，知道讲卫生的孩子人人喜爱。

念白时语言节奏准确

小花杯一个、娃娃一个

一. 边拍手边念语言节奏：

好宝宝，真能干，自己的事情自己做

二. 生活模仿律动

在老师带领下，按四分音符的节奏做出穿衣、刷牙、洗脸、做操的动作

三. 新授歌曲

1. 感受理解音乐及内容

a. 出示小花杯，老师演示漱口

老师在干什么?老师还会唱一首《漱口歌》呢

b.清唱第一遍。歌里唱了什么?我刚才在干什么?

c.清唱第二遍

喝口什么水?(清清水)什么叫清清水?

我是怎样漱口的?幼儿跟老师学:抬起头、闭上嘴

漱口时嘴里怎样?老师示范做鼓动腮帮的动作

2. 进一步感受

a.出示娃娃,清唱歌曲

娃娃是怎样漱口的?幼儿说出歌词内容,老师做出相应动作

b.老师完整的唱

c.幼儿按歌词顺序做漱口动作

四. 复习:

《小花狗》

## 幼儿园大班健康教育小常识篇六

1、引导幼儿认识到养成良好的'饮食卫生习惯的重要性;培养学生对饮食的科学态度。

2、帮忙幼儿了解浅显的营养学的知识,明白人体生长发育需从各种食物中吸取不同的营养。认识到偏食会造成不良的后果。

3、培养幼儿养成不挑食、注重营养搭配的良好饮食习惯。

1、录象、课件

2、课前把各种菜的卡片贴在黑板上，用布挡着，准备好快餐盘。

一、激趣导入。

1、小朋友们，这节课我们先来看一组录象（录象：学生排队去食堂、用餐、特显饭菜，轻快的音乐）

2、这是在哪里？我们食堂里的菜可丰富了，你能叫出它们的名字吗？

3、哪些菜是你最喜欢吃的？哪些菜你不喜欢吃呢？为什么不喜歡？

二、认识明理。

1、你们不喜欢它们，可它们是你们身体里不可缺少的朋友呢！你们看，这是什么？（出示：豆腐、青菜、西红柿）听听它们的自我介绍吧！

化、皮肤开裂的，快来和我做好朋友吧！番茄：我有两个名字，大名叫西红柿，小名叫番茄，我是蔬菜中长得最漂亮的一个，我的本领可大着哩！我内含很多水分、糖分和维生素，人们喜欢把我当成水果来吃，我能够防治牙齿出血、皮肤病、退高烧，还能够美容呢！）

3、小结：听了它们的介绍，你们愿意做他们的好朋友吗？是呀，我们要跟它们做好朋友。有些小朋友不喜欢吃荤菜，比如说鱼、肉等都不要吃，这个也不好，因为它们内含丰富的脂肪和蛋白质，身体里也是不可缺少的。所以我们吃东西要

注意荤素搭配。

三、深化理解。

1、如果平时不合理用餐，对你的身体是不利的。你们瞧！

（1）（出示胖子）这个小朋友长得怎样样？越胖越好吗？为什么？（行动缓慢，做了一点儿事就气喘吁吁，跳跃运动都做不起来，还容易生病，太胖了还会影响智力）哎呀，怪不得，很多小胖墩要减肥。怎样才能苗条一点？（锻炼、少吃肉、多吃蔬菜）

（2）（出示：瘦子）这个小朋友长得怎样样？他为什么这么瘦？他的表情怎样样？（不开心）你从哪看出他不开心？是呀，身子长得瘦瘦的，就像一根豆芽。想想，他为什么不开心？你看他长得面黄肌瘦，一点儿也没有精神，一副病态。

治病？给她一些推荐。是呀，多吃蔬菜和水果，增加维生素c□  
牙齿出血的毛病肯定会好的。

（4）但是，他还是很痛苦，因为（出示：我经常便秘。）什么叫便秘？哪些小朋友也便秘过？有什么感觉？之后怎样办的？除了吃药以外，在食物上注意些什么？对呀，多吃水果香蕉、杂粮、蔬菜就没有这个痛苦了。看来，这个小朋友的确要不挑食，不偏食，增加各种营养，这样身体才能长得棒！

## 幼儿园大班健康教育小常识篇七

1、练习四散追捉跑的能力。

2、能在运动中调节自己的身体活动，进行追捉或躲闪。

3、乐于探索和积极活动。

4、喜爱参加体育锻炼，养成爱运动的好习惯。

5、了解多运动对身体有好处。

选择有阳光的天气进行，注意检查场地的安全

1、准备活动。

(1)组织幼儿站成四路纵队，走成一个大圆。

(2)交替进行走、跑练习。

2、影子造型。

(1)引导幼儿在阳光下，和老师围着圆圈回头看看自己的影子。

教师：“咦，怎么地上也有一个老师呀？”“我们叫它影子。现在你也来找找地上有没有自己的影子？”“你还在什么地方看过自己的影子？”幼儿讨论，老师总结：我们在阳光下可以看到我们的影子，在月光下、路灯下也可以看到我们的影子。

(2)让幼儿变动一下方位，看看影子有什么变化。

老师：“请小朋友们围着圆圈走，你们发现了什么？”

幼儿：“影子会和我们一起动，我们走到哪里它就会跟到哪里。”

(3)让幼儿变化不同的姿势，看看影子有什么变化。

老师：“请小朋友们变一变自己的姿势，摇摇头、摆摆手、蹲下来，你又发现了什么？”

幼儿：“我们动那儿它跟着动那儿”。

老师：原来“影子和我们是好朋友，我们变动作的时候它也会跟着变。”

(4) 让幼儿明白将姿势变化和方位变化结合起来，影子也就动起来了。

老师：“如果我们边走边动，你又会发现影子怎么变？”

(5) 师幼小结：影子是我们的好朋友，人动，影子也随着动，做的姿势不同，影子的造型也不同。

### 3、我和影子做游戏。

(1) 幼儿两人一组在空地上互相追捉对方的影子，一个人踩，一个人躲，踩到影子后互相交换再玩。提醒幼儿追跑时注意安全。

(2) 暂停游戏，引导幼儿讨论在游戏中怎样才能踩到别人的影子，或者怎样才能不被别人踩到影子。

(3) 幼儿再次进行游戏，教师提醒幼儿不能盲目乱跑，要注意观察同伴的行动，进行追捉和躲闪。

(4) 幼儿熟练后，集体进行游戏，幼儿相互踩躲闪，看谁更灵敏。(活动中注意动静交替)

### 4、老师和幼儿随音乐进行放松活动。

幼儿跟随老师做整理活动，然后排队回教室。