

# 小班健康活动计划 幼儿园小班健康教案(优质5篇)

计划是人们为了实现特定目标而制定的一系列行动步骤和时间安排。通过制定计划，我们可以将时间、有限的资源分配给不同的任务，并设定合理的限制。这样，我们就能够提高工作效率。那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 小班健康活动计划篇一

蛋是幼儿每天都要吃的食物，它是来源于生活的好教材。本次活动旨在通过与蛋宝宝做游戏——发现蛋的特点——找出鸡蛋和鹌鹑蛋的异同点——尝蛋的活动，激发幼儿对蛋的兴趣，培养幼儿观察能力和口语表达能力。

- 1、激发幼儿对蛋的兴趣。
- 2、知道鸡蛋和鹌鹑蛋的特征以及它们的相同之处与不同之处。
- 3、培养幼儿观察能力和口语表达能力。

鸡蛋、鹌鹑蛋若干，母鸡和鹌鹑图片各一幅，小花若干

一、寻找蛋宝宝并与蛋宝宝做游戏。

三、游戏：给蛋宝宝送红花。提问：你喜欢哪一种蛋宝宝？为什么？

四、找出鸡蛋与鹌鹑蛋的相同之处与不同之处。提问：鸡蛋与鹌鹑蛋有哪些相同的地方？有哪些不同的地方？小结：鸡蛋与鹌鹑蛋的相同之处：都有蛋黄和蛋白、蛋壳，都是椭圆形，都有营养，都可以进行孵化。鸡蛋与鹌鹑蛋的不同之处：

大小不同，蛋壳上的花纹不同，妈妈不同，孵化出来的宝宝不同。

五、自己剥蛋壳并品尝蛋宝宝。

区分熟蛋和生蛋。

## 小班健康活动计划篇二

1、初步养成良好的卫生习惯，学习正确的刷牙方法。

2、尝试沿着一条线段自上而下地画短线，初步学习正确的握笔姿势。

牙刷一把。画纸、蜡笔。

教师：你们每天刷牙吗？你们是怎样刷牙的？（告诉幼儿正确的刷牙方法。）

1、教师：小朋友们，牙刷是什么样子的？牙刷的刷毛又是什么样子的呢？（出示牙刷）

教师小结：牙刷毛短短的，直直的，排列得很整齐。

2、教师和小朋友一起讨论刷毛的画法。

（1）“小朋友，你们听是谁在哭啊？”教师出示一张画好牙刷但是没有刷毛的画纸。

（2）讨论“我们来帮助小牙刷画上刷毛吧！谁有好办法？”（请幼儿上前把自己的想法在纸上画出来）

（3）教师示范“牙刷的刷毛要排好队，一根一根靠得紧”

（4）再请小朋友上前来画，教师给予指导：刷毛不要画得太

长。

1、教师：刘老师这里有好多没有刷毛的牙刷，我们一起来为他们添画上牙刷毛吧！

2、鼓励大胆作画，提醒幼儿注意握笔的姿势。

3、指导幼儿画牙刷毛时，要从上往下、从坐往右一根一根地画，要画得多、画得紧密。

小牙刷，手中拿，

张开我的小嘴巴。

上下刷，里外刷，

牙齿刷得白花花。

早上刷，晚上刷，

没有蛀牙人人夸。

### 小班健康活动计划篇三

能灵活地追跑和躲闪。

能遵守规则玩游戏。

在活动中将幼儿可爱的一面展现出来。

猎人头饰若干。

1. 引导：小朋友们，我们都来当小猎人去打猎吧。

带领幼儿扮小猎人，做拉弓、射击、骑马、扔飞镖等动作。

2. 介绍玩法：选一个幼儿当小猎人，其他幼儿四散站在场地上。

游戏开始，幼儿扮小兔蹦蹦跳跳，“小猎人”不追捉“小兔”。如果“小兔”改变动作奔跑起来，表示是“狼”，“小猎人”可以去追捉。“狼”遇险可以马上改做“小兔”的动作，“小猎人”就不能追捉了。如果“小猎人”捉到“狼”，可与他互换角色，继续游戏。

3. 交代规则：“小猎人”只追捉奔跑的“狼”；“狼”改做“小兔”的动作后，“小猎人”就不能追捉了。

4. 放松活动：小猎人抬着捕捉到的猎物，欢欢喜喜回家了。

温馨提示：应鼓励胆小的幼儿变换动作，大胆奔跑。

## 小班健康活动计划篇四

活动设想：

幼儿年龄小，生活经验不足，口语表达不够准确到位，很多时候不能正确诉说自己的身体感受，不舒服时不知道如何处理，这会给他们带来伤害，甚至造成严重后果。为此设计活动“我不舒服”。

活动准备：挂图一套、录音机、事前选好的故事带。

活动过程：

### （一）讲故事——吸引幼儿注意

故事大致内容是一个叫龙龙的孩子病了，可他不声不响，真的难受时就不动——到此停住提问：“小朋友们如果你不舒服，会怎么办呢？”

（二）给幼儿充分的时间讨论——了解幼儿的想法，激发幼儿的探求欲望，互相学习，为下面的活动作准备。

1、不舒服怎么办？找谁呀？怎么说？

2、幼儿充分讨论互相交流以后请五、六名幼儿发言，根据他们不同的意见再一次请幼儿讨论评价。

3、请孩子自己说出哪一种方法最好并且请他们选出最恰当的说法。

如：“在幼儿园感觉不舒服时马上找老师，并说老师我不舒服、头痛、或者我肚子痛等……”

故事中的龙龙怎么样呢？龙龙不动，被老师发现了，问他怎么了，他只是说我不舒服，也不说哪儿不舒服，老师摸他头、测体温，结果到医院时，医生说“急性阑尾炎，来得再晚点龙龙就得动手术了……”

（打电话找爸爸、妈妈、打120）

（2）请幼儿互相交流一下，常见的不舒服的情况有哪些？

头痛、肚子痛、头痛发烧、咳嗽、头晕、恶心、呕吐等。

（三）出示挂图——巩固认识了解基本的医学常识。

（内容：安静的测体温、作检查，清楚的说自己哪里不舒服，吃药，打针不哭不闹，等等）

请幼儿选出图中正确的方法，说一说为什么？

（四）请部分幼儿练习表述不舒服的症状特征。

根据他们不同的意见再一次请幼儿讨论评价。3、请孩子自己

说出哪一种方法最好并且请他们选出最恰当的说法。如：在幼儿园感觉不舒服时马上找老师，并说老师我不舒服、头痛、或者我肚子痛等……故事中的…

## 小班健康活动计划篇五

1. 使幼儿认识米的外形特征，并能用较连贯的语言描述。
2. 让幼儿知道米和人们生活的关系。

装有陈米的无毒不透明塑料瓶每组1个；

每组1张16开或8开纸；

无色图案纸（每人一张）；

颜料（每组一盒）。

让幼儿摇动桌上的瓶子，以引发幼儿活动的兴趣

教师：小朋友，你们轮流摇桌子上的瓶子，听听有没有声音，猜猜里面是什么。一个摇过了要给另一个，不要争。

引发幼儿猜想瓶中的东西是什么

教师：刚才每个小朋友都摇过了，那你们猜猜瓶子里是什么呢？

教师：小朋友知道米有什么用吗？（米是粮食，可以做成饭，可以让小朋友吃饱，长身体。

教师：那么谁知道米是怎么来的呢，它在田里是什么样子的呢？（自由讨论）教师：我们每天吃的喷喷香的米饭是农民伯伯辛辛苦苦种出来的。农民伯伯要插秧、浇水、施肥、除

虫、除草、收割、脱粒，然后食堂里的炊事员叔叔、阿姨做成白米饭。白米饭来的真不容易。我们要爱惜白米饭，一粒都不能浪费。

让幼儿在现有的无色图案上粘贴米粒并着色，培养幼儿的创造力和美感。