

# 幼儿园大班打沙包健康活动教案反思 幼儿园大班健康活动教案(优质6篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？下面是我给大家整理的教案范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 幼儿园大班打沙包健康活动教案反思篇一

- 1、探索用身体各部位夹球侧行的方法。
- 2、增强动作的协调性，体验与同伴合作的快乐。

人手一只球、箩筐四只、螃蟹头饰一个活动过程：

- 1、跟着螃蟹妈妈一起运动（侧着慢行，双手平举、快行、踢腿等）。

- 2、练习沿着线慢慢地侧行、加快速度侧行。

- 1、请螃蟹宝宝尝试运瓜（球），但不能用到大钳子（手）2、请个别幼儿进行交流示范。

- 3、幼儿再次练习。

- 1、幼儿尝试合作运瓜。

提示幼儿运的'时候步子要整齐，不能让瓜掉下来。

- 2、个别幼儿进行交流示范。

- 3、再次练习。

1、放松运动

2、请幼儿将瓜搬回家。

## 幼儿园大班打沙包健康活动教案反思篇二

1、了解食品的一些卫生常识，知道不讲卫生和垃圾食品对人体的危害。

2、在抢答的活动中，区分绿色食品和垃圾食品的种类。

3、乐意吃一些比较有营养的绿色食品，并参与绿色食品游戏赛。

1、一些和饮食卫生有关的图片若干。

2、幼儿用书人手一册，红色彩笔人手一支。

1、幼儿进行谈话活动：

1) 教师：你喜欢吃什么食品？为什么？

2) 教师将幼儿说的各类食品一一贴在黑板上或快速地画在黑板上，并进行分类。

2、通过观察幼儿用书，了解注意饮食卫生的重要。

1) 看图说说：图上的小朋友在做什么？想一想这样做对吗？为什么？

2) 观察画面，说说：这些小朋友怎么啦？他们为什么会生病？

例如：观察拉肚子的小朋友，说说：为什么他会拉肚子？

（吃蔬果不清洗，也没有洗手。）……观察一名肥胖儿童：他为什么会这么胖？（他吃的东西太多了、甜食吃多了、油

腻的食物吃多了……) )

3、引导幼儿参与讨论：吃什么食品比较好？什么样的食品要少吃，为什么？

4、请幼儿在纸上记录绿色食品和垃圾食品。

教师请幼儿谈论自己记录的结果，并将记录的结果进行总的汇合，找出最好的食品和最差的食品，并给以“绿色食品”和“垃圾食品”的称号。

5、食品抢答，教师报出食品的名称，请幼儿说出垃圾或绿色食品。

1) 教师：水果、蔬菜。 幼儿：绿色食品；

2) 教师：薯片、妙脆角、炸鸡腿。 幼儿：垃圾食品。

6、引导幼儿评选出2个绿色食品。

7、游戏“蹲一蹲”

教师请3位幼儿上来分别扮演3个绿色食品，并站成一排。

玩法：分别说出自己蹲和别人蹲，要接得快。例如：有绿色实物：黄瓜、西红柿、青菜，第一个是黄瓜说：“黄瓜蹲，黄瓜蹲，黄瓜蹲完了青菜蹲。”青菜听到后。

## 幼儿园大班打沙包健康活动教案反思篇三

孩子在成长过程中，对自己的身体充满了好奇，我们经常会看到孩子们在卫生间好奇地探讨有关便便的问题，比如：“为什么我的便便的颜色和你的不一样？”，“为什么我的便便里会有西瓜籽呢？”等等。为了帮助孩子了解便便

形成的过程，养成良好的生活与卫生习惯，以通俗易懂的方式设计了本次活动，让孩子们在有趣的故事中学习食物在自己的身体里旅行的过程，认识几种形状不同的便便，了解自己便便形成各色各样的原因，从而引发他们对身体健康的关注，注意饮食和营养均衡，知道保证便便的健康，才能保证身体的健康。

- 1、了解食物在体内被消化吸收并转化成粪便的过程。
- 2、认识几种不同形状的便便，知道便便与健康相关。
- 3、懂得营养均衡的重要性，能做到不偏食，不挑食。

ppt背景音乐，绘本《便便是怎么来的》

了解食物在体内被消化吸收并转化成粪便的过程.

## 一、开始部分

小朋友们，你们知道便便为什么是黄色吗？

在这里，我们得先知道便便是怎么来的呢。

## 二、基本部分

### 1、讲述绘本《便便是怎么来的》

大家好，我是一坨便便，有些人也称我为”屎”或者“粑粑”。虽然我的气味闻起来令人有点不愉悦，但我可以作为庄稼的有机肥料。很多小朋友都很想知道便便是怎么形成的，今天，我就给大家讲讲食物在人体的旅程吧。

早晨，丁丁洗漱好之后。……就这样，在丁丁身体里转来转去的小玉米粒，终于结束了漫长的旅行。那颗小玉米粒呢，

碰到别人就要讲起它在人体内的神奇的旅行。（完整讲述故事内容）

2、什么样的才是健康的便便？

小朋友们，你们现在知道便便是怎么来的了吗？

香蕉形状的便便是无可挑剔的好便便。

小朋友们，我们每天早上起床后要喝一杯水，吃饭要细嚼慢咽、不挑食，还要多吃蔬菜和水果，还有想便便的时候要马上去，这样就会拉出健康的便便。

三、结束部分

小朋友们，现在我们知道了便便是怎么来的了，那么，便便为什么是黄色的呢？

肝分泌的胆汁是消化液的一种，胆汁存储在胆囊里，如果食物进入体内，就会流出。黄色的胆汁与消化完成的食物一起排出，因此，便便的颜色通常是黄色或者黄褐色。除了胆汁以外，吃下的食物也会对便便的颜色产生影响。

## 幼儿园大班打沙包健康活动教案反思篇四

1、初步了解健康日，知道爱牙日、爱眼日、爱耳日都是和健康有关的宣传日。

2、阅读图文标记，知道健康日的具体日期，协商分配工作，尝试和大家一起制作健康日的宣传栏。

愿意向大家宣传健康知识，尝试设计健康日的宣传用语。

1、准备制作宣传专栏的材料，笔、纸、图片、照片等材料。

2、师生与健康日有关的一些资料。

一、念谜语，猜测五官，记录五官的形象，

1、教师念谜语，幼儿猜测，

2、教师在黑板上画出五官的形象。

二、讨论五官的重要，引出健康日。

1、教师：眼睛、耳朵、牙齿这些器官有什么重要的作用？

三、阅读图文，了解健康日的由来。

1、教师在眼睛、耳朵和牙齿图片的上方写上具体的日期，并鼓励幼儿阅读，告诉幼儿这是健康日，启发幼儿想一想：写在眼睛上方的日期表示选床什么日子呢？鼓励幼儿讲述爱眼日、爱耳日、爱牙日。

2、教师小结。

3、带领幼儿完整讲述，如：6月6日是爱眼日，3月3日是爱耳日，9月20日是爱牙日。

四、带领幼儿观察健康日教育方面的图片或影像资料，加深对健康日的认识。

五、组织幼儿讨论，加深认识。

启发幼儿设计健康日宣传栏。

在课前，我准备了形象的五官图片，以及人们在健康日所开展的各项活动图片，让幼儿对五官以及健康日有更全面的了解。以猜谜的方式引发幼儿的学习的兴趣，并积极参与到活动中。为了加深幼儿对健康日的认识，我组织了幼儿进行讨

论，但没有完全激发他们讨论的积极性，以至于讨论时间很短，讨论得不够深刻。最后，组织幼儿每组设计一幅健康日宣传画，使幼儿在向大家宣传健康日的同时，学会分工合作，从中得到愉快的体验。在整个活动过程中，我应提供给幼儿更多发言的机会，扩大幼儿的思维空间，让幼儿回答问题能够更全面。

## 幼儿园大班打沙包健康活动教案反思篇五

1. 知道贪吃冷饮对身体造成的影响。

2. 知道当肠胃不适应时要找成人帮助。

知道贪吃冷饮对身体造成的影响。

提前请幼儿与家长讨论那些冷饮不能吃

一、请幼儿谈论喜欢吃冷饮的原因。

1. 什么时候你特别喜欢吃冷饮？

2. 吃冷饮的时候是什么感觉？

3. 你喜欢哪一种冷饮呢？

二、引导幼儿回忆自己冷饮吃多了的经验。

1. 你有没有因为冷饮吃多了而觉得不舒服的时候？那时身体的哪里不舒服呢？

2. 不舒服的时候怎么办？

三、帮助幼儿总结吃冷饮时要注意的事项，如只能少量食物，感到不舒服时要立刻停止食物用等等。

## 四、结束活动

# 幼儿园大班打沙包健康活动教案反思篇六

活动目标：

- 1、知道游泳是有益于身体健康的运动，但是一不小心就会有危险。
- 2、感受游泳时不注意安全带来的危害。
- 3、在解决问题和情境游戏中学习游泳时简单的自我保护方法。
- 4、锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。
- 5、培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

活动准备：

- 1、教具准备：奥运比赛时的录像，图片。
- 2、学具准备：幼儿有过游泳的经历。

活动过程：

一、教师告诉幼儿今天我们来学习小朋友们很喜欢的一项运动。

- 1、教师出示教学材料奥运比赛时的录像，图片。吸引幼儿的兴趣。
- 2、让幼儿说说里面运动员游泳时候的姿势是什么样的？

老师：那个动作像不像一只青蛙啊？那个就是蛙泳。



幼儿：哇！还有那个像蝴蝶，是蝶泳。

二、老师通过示范让幼儿知道游泳对我们身体有什么好处啊？

1、老师提问幼儿那个小朋友学过游泳的？你们知道游泳对我们身体有什么好处啊？

2、老师教幼儿上来示范游泳时的动作。

老师：你们瞧，老师的手脚都在运动哦，还有头部。

幼儿：老师很累，呼吸也很快。

3、老师和幼儿一起讨论有也是锻炼了我们的身体的哪些部位？对我们身体有什么好处。

老师：你们瞧，老师的手脚都在运动哦，还有头部。

幼儿：老师很累，呼吸也很快。

4、老师和幼儿总结一下，游泳时候我们通过手和腿，头部锻炼了我们的身体的灵活性，通过运动时我们用力呼吸时，锻炼了我们的小朋友的肺活量，从而使我们的身体很健康。

三、老师通过让幼儿看录像，图片知道游泳时要注意安全。

1、让幼儿讨论游泳时会出现什么危险？

2、应该怎么去避免危险。

四、老师和幼儿表演游泳时的情景，让幼儿知道怎么保护自己在游泳时不受伤害。

活动延伸：

老师可以找一些音乐，让幼儿在音乐的伴奏下，有节奏的做出各种游泳姿势，体验游泳时的愉快和与其他小朋友一起玩耍的乐趣。