

# 最新中班健康活动的教案设计意图反思(优质5篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。那么教案应该怎么制定才合适呢？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。

## 中班健康活动的教案设计意图反思篇一

为了加深幼儿对蔬菜的认识，并针对幼儿不喜欢吃蔬菜的不良习惯，我们设计了本活动——绿色营养餐厅。

活动目标：

- 1、培养幼儿爱吃蔬菜、多吃蔬菜的意识和习惯。
- 2、引导幼儿学习配菜及自主取放工具材料。
- 3、培养幼儿与他人分享合作的社会品质及关心他人的情感。

活动准备：

- 1、物质准备：盘子、碗若干，香料、酱油、醋、香油、鸡精等各种拌凉菜的调料，围裙、抹布，萝卜、黄瓜、青菜等多种已切好的蔬菜块，筷子、牙签。
- 2、经验准备：幼儿在小餐厅角色区玩过拌凉菜的游戏，并知道凉菜有一定营养价值。

重点、难点：

重点：学习配菜及自主取放工具材料。

难点：培养分享合作及关心他人的情感。

活动过程：

1、请小餐厅幼儿讲述推出的菜(凉拌菜)及理由，并引出活动。

教师提问：“你们为什么要在活动区拌凉菜呢？”

幼儿：“因为现在是夏天，夏天天气热，吃凉菜解暑，而且特别爽！”

教师：好，今天我们就请来了一位大厨师教我们拌凉菜。

2、请家长为幼儿展示拌菜的过程及方法，激发幼儿动手实践的兴趣。

当头带厨师帽的家长出现在幼儿面前时，他们很惊奇地问：“哇！原来孙叔叔是个大厨师呀！你一定会做好多好吃的吧！”孙叔叔说：“是呀！今天叔叔就是来教你们做凉菜的。”

孙叔叔给幼儿一步步演示拌凉菜的过程并讲述注意事项。

3、幼儿做准备工作。

家长做完之后请幼儿品尝，他们相互点头称赞：“好吃！好吃！”于是，孩子们都争先恐后地想品尝。

这时教师适时介入：“孩子们，孙叔叔给咱们拌的凉菜这么好吃，是不是也想来自己试试拌菜？咱们看谁拌的菜最好吃、最棒、最受大家欢迎！”这一提议得到幼儿的一致同意。

教师：请你们想一想在拌菜之前，我们应该做哪些准备工作？

幼儿：我们应该先洗手。

幼儿：做饭要带围裙。

教师：请你们先去洗手，再来找老师系围裙，然后你们再去选择合适的材料。

4、幼儿进行操作，教师及家长巡回指导。

拌菜过程中，孩子们边一点点地往菜里添加佐料，还交流自己的“成果”，“哎！我的菜是不是甜味不够？”另一个回应：“那你就得再加点糖！”有的自言自语：“太淡了，应该再加一点盐！”

“你放鸡精了吗？孙叔叔说鸡精要先放，拌好的菜才鲜”当孩子有疑惑或遇到困难，教师和家长给予即时帮助。

5、幼儿相互品尝，感受味道。

教师：“孩子们你们真能干，每个人都亲自拌了一次凉菜，现在让我们尝尝好吃不好吃。”

孩子们兴致勃勃地品尝起来。

同桌的幼儿一边交流自己做菜的经过，一边互相用牙签品尝着对方的拌菜：“我觉得我的菜没你的`好吃，你尝尝缺什么味？”

“哇！太甜了，放点醋就好了，来，我来帮你放！”

“哎！你尝尝我的凉菜太酸了。”

另一个幼儿刚一尝就被酸得直流口水，咂着嘴说：“你快放糖！酸死了！快！放糖就不酸了，我刚才放了糖。”幼儿在品尝中不断交流着拌菜的经过及味道，并向对方提出更好的建议。

活动延伸：

请幼儿讲述如何才能使自己的凉菜做得更加可口，既不酸也不甜，既不淡又不成，进一步给幼儿讲述营养均衡的知识。

个人反思：

1、活动中的优点：

能够从幼儿游戏中发现有价值的教育契机与内容，并转为集体教育活动，较好地满足了幼儿的需要，有效地促进了幼儿的发展。

2、活动中的不足：

本次活动由于关系到幼儿“进口”环节饮食卫生，所以还应该向幼儿提出严格的卫生要求，选择更适宜的场地，比如可以直接带几个幼儿到厨房亲自体验拌凉菜，更加完善操作步骤，使活动开展更加符合卫生保健的要求。

主要内容：

1、前期经验铺垫为本次活动的顺利开展奠定了基础。

从我们设计的“做健康宝宝”的系列活动进行到现在的“绿色营养餐厅”，从知识丰富、做事有序的规则上都是一点一滴的培养而成的。因此，这节课的成功来源于我们在主题系列活动中层层递进、步步深入所做的大量经验和常规培养铺垫。

2、充分而又巧妙地利用了家长资源。

本次活动也属于一次家长进课堂活动，利用家长厨师这一职业特点，充分挖掘其潜在的教育价值，实现了真正的家园合作。

3、在设计任何活动时，必须考虑幼儿安全健康问题。

从活动整个过程来看，教师在活动预设时在“拌菜”环节中是否考虑幼儿从家带来的各种菜及装菜器皿的消毒问题，将各种蔬菜焯一下标准把关问题？切菜刀和案板进行严格消毒的办法是什么？教师、幼儿取放蔬菜时手的消毒如何保证？相应规则的先期培养以及整个过程须保健医监督等。

## 中班健康活动的教案设计意图反思篇二

设计思路：

在开展主题活动《变变变，长大了》时，有一个分题活动是“身体的秘密”。当我们说起男女小朋友入厕的情景，立即炸开了锅。同时，他们对两性问题表现出的早熟倾向引起了我们的关注：有的孩子在课后拉住我提了很多他关于成人生活的话题；还有的孩子在大便、小便的时候竟忍不住好奇，偷偷看对方……于是，我们决定对孩子们现阶段最为关注的话题作出正面的、积极的回应，同时对学前教育阶段如何开展启蒙“性教育”进行探索，生成了本次活动“身体的秘密”。

活动目标：

- 1、带领幼儿科学、正确地面对性话题，学会尊重自己和别人的身体。
- 2、有初步的自我保护意识，了解基本的防卫方法。
- 3、引导幼儿积极地思维，自由地表达。

活动准备：

- 1、幼儿的准备：活动前的调查记录，对两性的区别有了初步的认识

2、教师的准备：搜集大量的性教育资料，以应对课堂上孩子们的突发提问；角色分工、互助协调；布置有关两性知识的活动区角（包括人物、动物），提供较为丰富安全的可操作材料。

活动形式：集体活动、小组活动

活动过程：

一、谈话引入，讲解什么是“性”。

1、请小朋友按性别分成男女两组，两名老师明确分工。

2、引导幼儿通过观察，阐述自己所看到的“男、女有什么区别”，请幼儿充分讨论自己对不同性别的看法。

3、提问引发思考：什么是“性”？

教师小结：“性”是和我们的身体密切相关的，不关是从头发的长短就能判断性别的，更重要的是我们身体的某些部位，是代表着性别差异的。是哪些部位呢？就是我们穿衣服遮起来的部位。

二、明确身体的隐私部位，学会尊重自己和别人的身体。

1、请幼儿观看《蜡笔小新》，对小新随便脱裤子的行为进行讨论。

2、出示洋娃娃，请幼儿指出什么部位是要保护的，不能随便给别人看的？（用“游泳”讲解）

小结：我们身体的某些部位是不能随便给别人看的，我们要尊重自己和别人的身体，因为那是我们的隐私，随便暴露自己的隐私是不礼貌的行为。

三、案例分析，幼儿分组开展“参与式讨论”，老师做好引导和记录。

1、教师结合本班幼儿的实际进行案例讲述，组织幼儿开展讨论。

2、分组“参与式讨论”，提出自我防卫的策略。

（打电话给父母、报警、向可信任的成人求助、大声呼叫求救……）

四、教师小结：教育幼儿在日常生活中要保护好自己，同时要尊重别人的身体。

活动建议：

1、此活动的开展，一定要根据本班幼儿的实际需求来进行。

2、活动在开展之前，教师要搞好充分的调查，了解幼儿对此相关知识的了解程度，以便有的放矢。

3、自主选择活动区，丰富有关身体的知识。

4、了解幼儿关注的热点，捕捉有价值的教育素材，继续生成、开展相关的主题活动。

5、教师应根据本班幼儿的实际，充分考虑到孩子们可能会提出的一些关于“性”知识的问题，教师要做好相应的解答的准备。

活动反思：

这个活动结束后，孩子们对自己身体中的小秘密都基本了解，知道了保护自己身体的简单方法。特别是讨论小新随便脱裤子这一环节，孩子们的积极性很高，都说出了自己的看

法，从中知道随便脱裤子是不对的，是不尊重自己的表现，在日常生活中不仅要尊重自己的身体，也要尊重别人的身体。在玩游戏“找朋友”时，个别幼儿不遵守纪律，还是有不友好现象，通过讲解知道自己的行为是不对的。我觉得在活动开展之前，对幼儿对此相关知识的了解程度还不是很充分，形式还应该再丰富些，要力求与各个领域相结合，可以配上琅琅上口的儿歌、形象有趣的谜语等，来唤起幼儿对自己身体的了解欲望，效果会更好。

本文来自：逍遥右脑记忆/youer/

相关阅读：幼儿园优秀教案-有趣的转动(中班)

中班健康教案：眼睛小体操

中班健康教案：预防感冒中班健康教育活动：好玩的纸箱板

中班健康教案《小脚来运动》

[有关幼儿园中班的健康教案设计]

## 中班健康活动的教案设计意图反思篇三

活动目标：

- 1、知道骨骼是人体的支架，初步了解骨骼的名称和作用。
- 2、懂得用多种方法保护骨骼，养成良好的行为习惯，促进骨骼的生长发育。
- 3、帮助幼儿了解身体结构，对以后的成长具有一定的帮助。
- 4、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。



5、初步了解健康的小常识。

活动准备：

动物骨头：鱼骨头、肉骨头；骨骼支架图一幅；操作卡若干；录音机、磁带、投影仪、笔等。

活动过程：

（一）以动物骨骼引起幼儿兴趣。

（二）了解人体的支架——骨骼。

1、找找说说哪儿有骨骼？它是怎样的？

2、结合图片共同整理，了解人体骨骼的数量和有关名称。

3、体验了解骨骼的作用。

（三）懂得保护骨骼的多种方法。

1、幼儿判断操作卡上幼儿行为的正误，懂得保护骨骼的多种方法。

2、评价：集体讲讲、学学或者修改。

3、师幼共同小结，用歌曲提升（加油干的音乐）。

内容：喝牛奶呀么呵嘿，喝牛奶呀么呵嘿，我们大家喝牛奶  
喝牛奶喝牛奶骨骼强又壮呀！（喝牛奶可更换为：晒太阳、  
作运动、坐得直、站得稳等）

活动延伸：

1、在日常生活中继续延伸

活动反思：

过程中，孩子们积极性还是很高的，当我问到：没有骨骼，我们会怎样时，孩子们会给出“没有骨骼我们会死掉”这样的答案。这跟我预设中的答案不太一样，以至于自己慌了手脚，没有很好的将骨骼是人体的支架，没有骨骼我们就没法站立这个主旨很好的点出来。课后我反思，孩子们的说法其实并没有错，没有了骨骼，人体只剩一副皮囊，各个器官无法运作，人会死去，这不也很好的说明了人体是骨骼的支架这一作用吗？如果当时我给予孩子们一些肯定，我想，孩子们的参与热情会更高，我得到的答案也会更富有想象力。

## 中班健康活动的教案设计意图反思篇四

### 【活动目标】

让幼儿通过了解故事明白怎样才能让自己更健康.

教学重点、难点

理解故事内容

### 【活动准备】

实物口罩磁带健康歌

### 【活动过程】

(一)开始部分

1、师出示口罩问：小朋友，这是什么？你见过谁戴口罩啊？他们为什么要戴呢？

2、幼儿自由讨论

3、师小结:口罩可以抵挡细菌,防止细菌进入我们的身体.别人戴过的口罩上会有很多病菌.

## (二)基本部分

1、现在让我们一起来听个关于口罩的故事,请你仔细听,那个口罩是谁的,好吗?

2、师讲故事

3、讨论:

那个大口罩是谁的?医生为什么要给它药和口罩?

小河马在回来的路上发生了什么事?又有谁用过河马的.口罩呢?

那为什么第二天医院有那么多病人呢?(引导幼儿说出传染的原因)

4、小结:哦,原来别人用过的东西都会有病菌,特别是病人。所以,我们要注意卫生,别人用过的口罩、毛巾、牙刷,我们就不要用了。

5、生病很难受,请小朋友想想有什么办法可以让我们少生病呢?幼儿自由说说,(如勤洗手,不吃变质的东西等)。

6、师:老师还有个办法,也可以预防疾病,就是多运动.来我们一起来动动我们的身体吧,让幼儿说做什么运动,然后大家跟着做.

## (三)结束

到室外跳健康歌.

## 【教学反思】

我上完这节课后,我发现我们班的幼儿没有一起吃一根糖的现象了,反而经常听到有小朋友说,那里有细菌,谁不讲卫生的话语了.我相信幼儿已经从故事中学到东西了.

这节课的难点是理解故事内容,体会不讲究卫生的后果.在引导幼儿过程中,我层层深入,在幼儿回答完问题后,突然明白了,生活中要讲究卫生,不然就会生病.

但是在本节课中,由于年龄不一样,生活体验也有差别,所以在引导过程中,仍然有一些小朋友不太积极,对故事内容理解不够深.

## 中班健康活动的教案设计意图反思篇五

教学目标:

1. 尝试根据交通信号走跑交替,初步学会倒退走;
2. 发展动作的灵活性和协调性;
3. 强化遵守交通规则意识。

教学准备:

2. 入场、热身、游戏、放松环节的背景音乐。

教学重点:

练习根据信号玩游戏。

教学难点:

初步学会倒退走。

活动过程：

## 一、热身，谈话引发兴趣

小司机们，我们一起玩游戏咯，准备好，出发！

有礼貌的孩子和后面的老师问好。请找一个碰不到伙伴的地方站好，来活动一下身体。

## 二、练习根据交通信号走跑交替，初步学会倒退走

### 1. 认识红绿灯，并在马路上练习行驶。

你们说的很清楚：红灯停，绿灯行，黄灯亮了等一等。

请大家仔细看，马路上还有什么？（箭头）遵守交通规则的小司机一定要按照箭头指示的方向行驶。绿色汽车站在绿色的箭头后面，黄色汽车站在黄色的箭头后面，往前行驶，注意看信号灯，然后沿箭头往回跑，跑到你队伍的后面等待，继续前行。注意在跑的时候不能压线行驶。

强调红灯停绿灯行的交通规则。

### 2. 认识减速慢行标志，并在马路上练习行驶

小司机真厉害，你们非常的遵守交通规则。请坐下来休息一会儿。

你们瞧，这是什么标志？认识中间的字吗？这是减速慢行，小司机看到它一定要慢慢的通行。

看路上有没有这个标志？（有，教师走过去）原来这里有一座小桥，为了安全需要司机减速慢行。我请2名小司机来试试。

我们一起来练习吧。

小结：你们真厉害，都能安全的通过小桥。加油。请小司机回到停车位。

### 3. 认识倒车行驶标志，并在马路上练习行驶

看，这是什么？我来告诉你们，这是倒车行驶，小司机看到这个标志，就要倒退走。谁知道怎样倒退走？请1名幼儿示范。你做的很标准很安全，（教师示范小结倒退走规则）往后倒的时候左右看看，小脚不能交叉，经过倒车区，就可以快速向前跑。请小司机来试试，请起立，向前开车，倒回你的停车位。

看路上有这个标志吗？我们该怎么做？请2名小司机来试试。

非常棒，请大家一起来练习。

### 4. 情境游戏：帮小猪运砖头

太棒了，刚才小司机们都能很好的遵守交通规则，过小桥，倒车的本领也能够熟练掌握了！（教师示范搬砖块）我们运砖块时，要按照箭头的方向行驶，绿灯请快速跑过，每次只搬一块砖头，要横着搬，以防砸着小朋友的脚。过小桥，倒车后，把砖头放在小猪家再回去运，排好队，做文明小司机。

我们一起来练习吧。教师巡回观察，及时指导。

## 三、评价、放松环节

小司机们，辛苦了，到老师这里来。你们瞧，今天帮小猪运了这么多砖块，相信它一定能盖一间不错的房子。放松一下我们的身体。一起出去玩了，和老师们说再见。