

幼儿园健康教案内容 幼儿园健康活动教案 (优秀8篇)

作为一名教职工，总归要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。优秀的教案都具备一些什么特点呢？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

幼儿园健康教案内容篇一

活动目标：

明白食品袋上有生产日期和保质期，要食用新鲜的食物。

了解几种常见的保存食物的方法，如冷藏、冷冻、干燥、罐装等。

乐意参加调查实践活动，能和同伴相互配合完成调查资料。

活动过程：

1教师引导幼儿初步了解事物的生产日期和保质期。

教师组织幼儿观察大家事先收集的食品外包装。

引导幼儿讨论：你发现食品袋上有什么？包装上为什么要注明生产日期和保质期。教师小结：在购买食品时要注意看清外包装上的生产日期和保质期，这样可以保证我们吃上新鲜、卫生的食物。

2、教师和幼儿共同进行食品保存方法的调查。

教师激发幼儿的调查兴趣。

幼儿园健康教案内容篇二

- 1、知道小脚会随着身体的成长而长大。
- 2、喜欢跟着老师做小脚的游戏。
- 3、初步了解怎样保护自己的小脚，养成勤洗脚的好习惯。

1、请爸爸妈妈在家带领小朋友们学习怎样正确脱袜子、穿袜子。

2、地垫每人一块。

3□ppt课件、《幸福拍手歌》音乐、《给妈妈洗脚》广告视频。

4、活动前一天请爸爸妈妈在家给宝宝们洗干净小脚，并穿上干净的袜子。

1、《幸福拍手歌》律动导入。

2、认识小脚，感知小脚的特征与特点。

(1)感知小脚的特征，初步了解小脚由脚趾、脚面、脚心、脚跟等部分组成。

引导语：刚才身体哪个部位和我们一起跳舞了？(小手，小脚)脱掉袜子，真舒服，和你的小脚玩玩吧。你的脚上有什么？动一动。(脚趾，脚面，脚心……)

师：哦，我们的'脚趾哪一个长得最胖啊？(大拇指)好，让我们从大拇指开始数一数每只脚上有几只脚趾？(幼儿数脚趾)另一只呢？(幼儿数脚趾)对，也是5个脚趾。

师：挠一挠脚心，挠挠自己的脚，挠挠别人的脚，有什么感

觉?(提前渗透)

幼：很痒!

小结：我们的脚由脚趾、脚面、脚心、脚跟等部分组成。

(2)游戏巩固：“点一点、玩一玩”。

过渡语：我们的小脚可高兴了，因为小朋友们今天特别认真的去认识它、了解它，它想邀请我们来玩一个“点一点”的游戏。听到老师说什么，就用小手去点一点吧!

你的脚趾点点头、点点头;你的脚跟点点地、点点地;你的脚面碰一碰、碰一碰;你的脚心挠一挠、挠一挠。

1、通过讨论来了解小脚的本领。

2、观看课件，进一步了解小脚的本领。(看课件)

走路：你的小脚可以带你去你想去的地方。

跑步：你的小脚可以帮你锻炼身体。

玩沙：你的小脚可以和你做游戏。

跳舞：你的小脚可以让你学会一项特长。

玩水：你的小脚可以在夏天玩水的时候，带给你清凉的感觉。

爬楼梯：你的小脚可以把你带到你想去的楼层。

边看课件边模仿动作。

小结：呀，小朋友说了这么多小脚的本领，小脚是我们的好朋友，我们离不开它，所以我们要爱护我们的小脚。

师：小朋友，我们来比一比，是你的脚大还是老师的脚大？

幼：老师的脚大。

幼：因为老师长大了。

师：小朋友，刚才我们说了小脚是我们的好朋友，等小脚长成大脚以后本领会更大，那让我们一起来爱护我们的小脚吧！那我们可以怎样保护我们的小脚呢？（引导幼儿说出穿上鞋子和袜子。）

师：还有什么办法能保护我们的小脚呢？

（洗一洗……）

师：你每天晚上都是怎么洗脚的？（爸爸、妈妈帮我洗）。爸爸妈妈帮你把脚洗的香香的、干干净净的。

哦，我们来看看有一个小朋友他是怎样洗脚的？（播放《给妈妈洗脚》的广告，渗透情感教育。）

师：爸爸妈妈是最爱你的人，每天工作那么辛苦晚上还要帮小朋友们洗脚，让我们的小脚丫干干净净的讲卫生、不生病。等小朋友学会了洗脚时，也可以给爸爸妈妈洗洗脚，让他们也舒舒服服的感受你们的爱！

引导语：呀，小朋友们，赶紧摸摸你的小脚，有一点凉凉的了，快，让我们给小脚丫穿上鞋袜，到室外活动活动，让我们的小脚暖和起来吧！

幼儿园健康教案内容篇三

1、练习双脚并拢向上跳，发展跳跃能力。

2、锻炼动作的'灵活性。

人手一个塑料圈，音乐磁带

1、跳虫舞。

(1) 启发幼儿说说什么虫会跳。

(2) 请幼儿将两手食指放在头上，听音乐活动身体、四肢，模仿跳跳虫跳舞的样子。

2、跳水坑。

(1) 请幼儿取一个塑料圈放在地上当“水坑”，自由跳圈，避免相互碰撞。

(2) 带领幼儿双脚并拢，在圈中跳进跳出。

(3) 请跳得好的幼儿表演，游戏反复进行。

3、幼儿自由玩圈，做放松运动结束。

可请幼儿单脚跳或请幼儿跳过绳子

幼儿对于双脚同时跳还不是很行，许多幼儿只能双脚交替跳，教师可先让幼儿练习后再模仿跳跳虫。

幼儿园健康教案内容篇四

1. 知道食品袋上有生产日期和保质期，要食用新鲜的食物。

2. 了解几种常见的保存食物的方法，如冷藏、冷冻、干燥、罐装等。

3. 乐意参加调查实践活动，能和同伴相互配合完成调查内容。

4. 愿意与同伴、老师互动，喜欢表达自己的想法。

5. 幼儿可以用完整的普通话进行交流。

1教师引导幼儿初步了解事物的生产日期和保质期。

教师组织幼儿观察大家事先收集的食品外包装。

引导幼儿讨论：你发现食品袋上有什么？包装上为什么要注明生产日期和保质期。

教师小结：在购买食品时要注意看清外包装上的生产日期和保质期，这样可以保证我们吃上新鲜、卫生的食物。

2、教师和幼儿共同进行食品保存方法的调查。

教师激发幼儿的调查兴趣。

教师：你知道怎样才能让食物保持新鲜呢？有哪些常见的方法？

教师出示调查表，和幼儿讨论如何完成调查表。如：两两结伴，一个人记录，一个人讲述；学习用符号和图画来表示发现的内容；要专心完成任务，不能开小差等等。

教师引导幼儿两两结伴，一同到附近的超市中完成调查任务，并将自己的调查结果详细地记录在表格中。

1、幼儿整理、统计调查表。

2、教师请幼儿展示自己的调查表，并介绍自己调查的结果。

3、教师和幼儿一起讨论：怎样将大家的调查结果展示在一张大的图表上？引导幼儿分头进行统计，并邀请几名幼儿记录。

4、教师和幼儿一同完成统计表，并张贴在活动室

幼儿园健康教案内容篇五

1感知水果的不同味道，知道有甜的’和酸的。

2喜欢吃多种水果，知道吃水果有营养。

1不透明的袋子1个，内装洗干净的苹果、橘子、香蕉各一个。

2果盘3个，分别放干净的苹果块、香蕉块、橘子瓣；果皮盘3-4个；小餐巾人手1条。

3活动前组织宝宝洗干净小手。

1玩游戏“袋袋妙”，引发兴趣。

教师先轻轻摇一摇袋子，然后请2-3名宝宝把手伸进袋子摸摸，引导宝宝说出水果的名称。

2宝宝吃水果

将果盘放到桌子上，请宝宝围坐在一起吃水果，感知水果是什么味道，激发宝宝爱吃水果的欲望。

3提醒宝宝将果皮等放到果皮盘里，吃完水果后及时洗手、擦嘴。

1将苹果、香蕉、橘子放到发现区，引导宝宝继续观察、感知水果的颜色和外形特征。

2制作水果图片，引导宝宝进行实物与图片的配对活动。

幼儿园健康教案内容篇六

- 1、感知保护牙齿的重要性，初步了解刷牙的重要性。
- 2、认识刷牙的工具材料，学习正确的刷牙方法。
- 3、愿意天天早晚刷牙，养成良好的卫生习惯。
- 4、初步了解健康的小常识。
- 5、初步了解预防疾病的方法。

1、有关刷牙的ppt

2、牙膏、杯子、牙刷3，牙齿模型4，幼儿已学会漱口，会念儿歌。

一、观看动画片《小红脸和小蓝脸》感知刷牙的重要性。

- 1、看ppt第一张（有小红脸和小蓝脸的图片）引出故事。
- 2、观看动画片前半段，感知刷牙的重要性。
- 3、老师就动画片里的内容提问。
- 4、小结；细菌小红脸和小蓝脸最喜欢不爱刷牙的小朋友，让他的牙齿生病，牙齿生病了不仅不好看还会使人疼的不想睡觉、不想吃饭影响我们的健康。

二、借助幻灯片和实物，了解刷牙的工具和步骤。

- 1、提问：刷牙用到什么？小朋友快告诉小明。
- 2、平时如何刷牙的，请小朋友来示范。

3、告诉小明刷牙前先给牙刷上挤牙膏，然后往杯子里倒水接下来含一口水漱口（念漱口歌边做动作）开始刷牙最后漱口。

三、学习正确的刷牙方法。

1、拿出牙齿模型观察牙齿感知牙齿。

2、借助牙齿模型学习正确的刷牙方法。

3、学习刷牙歌，练习正确的刷牙方法。

4、观看动画片的后半段，体验刷牙的作用。

四、发刷牙记录表，强化天天刷牙的意识。

五、幼儿带口杯牙刷刷牙，教师观察指导。

通过这次教育活动孩子们知道了要怎样保护牙齿，并且学会了怎样刷牙。在这次教育活动中孩子们学习的兴趣非常浓厚，课堂气氛活跃，效果较好。

小百科：刷牙是使用牙刷去除牙菌斑、软垢和食物残渣，保持口腔清洁的重要自我口腔保健方法；也是人们自我清除菌斑，预防牙周病发生、发展和复发的最主要手段。选择合适的牙刷、牙膏、刷牙方法可以最大程度的帮助控制牙菌斑，维护口腔健康或延长修复体的使用寿命。如果刷牙方法不适当，不但达不到刷牙的目的，反而会引起各种不良后果，最常见的是牙龈萎缩和牙齿颈部的楔状缺损。

幼儿园健康教案内容篇七

1、了解身体的一些洞洞（器官）名称和功能，知道它们需要保护。

- 2、大胆尝试用身体创造洞洞，体验洞洞的有趣。
- 3、培养良好的.卫生习惯。
- 4、了解生病给身体带来的不适，学会预防生病的方法。

图片、课件。

一、联系经验看图讲述

- 2、牙齿很坚固，怎么会有洞洞？这个洞洞会给我们带来什么麻烦？
- 3、心上有洞洞，会有什么感觉？什么事会让你感到心痛、难过？、小结：这些洞洞给我们带来了麻烦、疼痛、难过，我们都不喜欢它们。

二、关注自我观察寻找

- 1、我们身体上还长着许多有用的洞洞，它们在哪里呢？我们互相找一找。
- 2、这些洞洞都有什么用？（关注鼻孔、耳洞、嘴巴、肚脐眼）
小结：这些洞洞都有自己的本领，给我们带来了健康，我们要好好爱护它们。

三、游戏体验拓展经验

- 1、我们的身体还能变出各种洞洞，谁来试一试。
- 2、有什么好办法能变出更大的洞洞吗？（观看视频）3、原来我们合在一起就会把洞洞变得更有趣、更好玩，找好朋友一起玩一玩。（幼儿自由游戏）
小结：身体的本领真大，能变出这么多有趣的洞洞，给我们带来了快乐。

通过游戏的形式让幼儿亲身体验了解眼睛的作用，感受到保护眼睛的重要意义，并初步掌握了解简单的自我保护眼睛的方法。

幼儿园健康教案内容篇八

1、练习肩上投掷，投准1.5——2米远的目标。

2、能遵守游戏规则，体验体育游戏的乐趣。

（一）练习场地布置

1、用即时贴标出练习场的起点线和投掷线（间距15米）。

2、材料准备：三个小黑板做成的圆形靶心、纸球当炸弹装在两个大篮子里，并放在投掷线后。

（二）游戏场地布置

1、用即时贴标出游戏场的起点线和投掷线（间距15米）。

2、在起点线至5米间布置地雷区（散放椰壳当地雷，间距有疏有密），在投掷线后布置森林场景，并放置离投掷线1.5—2米远的怪兽4个。

3、材料准备：纸球当炸弹，装在两个大篮子里，并放在起点线后。

（三）背景音乐：进场、奥特曼主题曲、放松音乐共三段。

（四）奥特曼角色头饰

一、热身运动

1、进场。教师（雷欧）和幼儿都带上奥特曼面具，听进场音

乐做奥特曼走、跑、跳变身的动作进场。

2、热身操：（雷欧带着小奥特曼战士们听着音乐一起做运动，尽量锻炼到头、脖子、肩、手关节、腰、膝关节等。）

二、投掷练习。

1、第一次近距离练习，投掷线距靶心1.5米。

幼儿先自由探索、练习，然后集体学习正确方法，并进行练习。

2、第二次近距离练习。小奥特曼战士们练习投掷，雷欧（老师）在一旁纠正小奥特曼战士们不正确的投掷动作和提醒幼儿向靶心投掷。

3、第三次远距离练习（2米间距）。

三、攻打怪兽。

1、初次作战

（1）接受任务：雷欧提示全体战士聆听行动命令（播放一段从奥特曼影碟中截取的行动命令），提出作战任务，要求幼儿听命令认真执行。

（2）介绍作战场地，交代游戏规则：奥特曼战士们必须手拿炸弹，绕过来地雷（椰壳），跑到白色投掷线，对准怪兽投掷炸弹，再往回跑；来回经过地雷区时，要注意安全，不能踩到地雷。

雷欧（老师）示范作战方法。

（3）执行任务，将奥特曼战士们分成三组，当奥特曼主题曲响起小奥特曼战士们按游戏规则要求去消灭怪兽。

(4) 任务结束，小结。

雷欧（老师）小结奥特曼战士的活动情况：指出奥特曼战士们在执行任务过程中不足之处，提示奥特曼战士们向远处的怪兽投掷时，投掷的动作要正确而有力。

2、再次作战

(1) 提出要求，再次强调游戏规则：必须站在投掷线后对准怪兽投掷炸弹，跑回来时也要绕过地雷，不要踩到地雷。

(2) 执行任务。注意观察幼儿，进行个别的指导。

(3) 任务结束，雷欧（老师）小结作战情况，表扬肯定幼儿。

四、放松活动。雷欧（老师）带领奥特曼战士们随意放松。
(播放放松音乐)