

# 最新健康活动我爱喝水的教案及反思 我爱喝水中班健康教案(优秀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。那么问题来了，教案应该怎么写？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

## 健康活动我爱喝水的教案及反思篇一

- 1、初步懂得人的身体需要水分，知道白开水是最好的饮料。
- 2、养成主动饮水的习惯。

### 【活动准备】

ppt一桶温开水，每人一只水杯。

### 【活动过程】

- 1、师：小朋友我们刚锻炼过，现在你的嘴里感觉怎么样？
- 2、师：请你去倒半杯水，先观察一下水是什么颜色的？尝尝水是什么味道的？
- 1、师：请你欣赏完ppt后告诉我，儿歌里讲到人们在什么时候最想喝水？  
(口渴时、锻炼后、劳动后、游玩时、洗澡后、起床时)
- 2、喝水有益健康。  
(1)师：我们不感觉渴时要不要喝水呢？为什么？

(出示各种饮料的外包装盒、瓶，向幼儿简单说明只有白开水才是最好的饮料。)

### 【活动延伸】

教师在日常生活中提醒幼儿多喝开水

## 健康活动我爱喝水的教案及反思篇二

- 1、初步懂得人的身体需要水分，知道白开水是最好的饮料。
- 2、养成主动饮水的习惯。

### 【活动准备】

ppt一桶温开水，每人一只水杯。

### 【活动过程】

- 1、师：小朋友我们刚锻炼过，现在你的嘴里感觉怎么样？
- 2、师：请你去倒半杯水，先观察一下水是什么颜色的？尝尝水是什么味道的？

1、师：请你欣赏完ppt后告诉我，儿歌里讲到人们在什么时候最想喝水？

(口渴时、锻炼后、劳动后、游玩时、洗澡后、起床时)2、喝水有益健康。

(1)师：我们不感觉渴时要不要喝水呢？为什么？

(出示各种饮料的外包装盒、瓶，向幼儿简单说明只有白开水才是最好的饮料。)

## 【活动延伸】

教师在日常生活中提醒幼儿多喝水。

## 健康活动我爱喝水的教案及反思篇三

- 1、学会恰当的方式帮助和安慰别人，表达自己的爱心。
- 2、能感受他人的悲喜忧伤等情绪。
- 3、愿意主动地与同伴交流。
- 4、学会保持愉快的心情，培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。
- 5、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

课件，电视机，话筒，操作卡。

师：小朋友，今天的天气怎么样？你是怎么知道的？有了天气预报真好，我们可以根据天气情况增加衣服，安排活动。

老师这里有一台神奇的电视机，不仅可以播报天气，还能播报心情呢！

- 1、师：今天，森林里小动物的心情怎么样？可是只有狮子心情雨天，并伴有8级脾气。
- 2、师：“雨天”是怎样的心情？为什么狮子的心情是雨天呢？  
(课件)
- 3、师：原来狮子生病了，孤孤单单的躺在床上，真难受啊！狮子真可怜，怎样才能帮助他呢？请你和好朋友讨论一下，

然后来告诉我们。

4、师：你有没有遇到雨天心情呢？你是怎么办的呢？有没有谁来帮助你？

5、师：森林里的小动物听到了狮资心情雨天是怎么做的？  
（播放课件）

6、师：狮子后来怎么样了？“晴天”是怎样的心情呢？

7、师：现在狮子的心情从雨天变成了清甜，你们开心吗？

狮子的心情为什么会从雨天变成晴天呢？两种心情你更喜欢哪种？

8、师：我们都喜欢晴天心情，要是别人是雨天心情，你能怎样帮助他们？

9、师幼互动：让我们学做小记者去采访一下人家的心情到底是晴天心情还是雨天心情，为什么？该怎么办？你可以去问一问你的好朋友，还可以问问后面的老师。

10、播报员：好，森林电视台心情播报开始啦，哪位播报员来播报一下你采访的情况。

（做好的小朋友可以予和你的好朋友说一说你得想法。）

2、教师讲评。

3、总结：人总会有心情不好的时候，但我们不能为一些小事就轻易生气，当别人心情不好的时候，我们可以做很多的事情帮助他，帮助别人就是帮助自己。

4、延伸：等会我们到其他地方去看一看，还有哪些人需要我们帮助。

孩子在活动中能感受到被尊重，理解，并用不同颜色的心情果表达自己的心情，大胆说出自己的不开心，在交流中了解不良情绪对身体是有害的。在游戏中和同伴分享快乐，知道有好的心情才会让自己变得快乐！快乐才会健康成长。

## 健康活动我爱喝水的教案及反思篇四

- 1、知道人体需要水分，要多喝白开水
- 2、形成少喝饮料多喝白开水的良好习惯

活动重点：知道人体需要水分，要多喝白开水

活动准备：幼儿每人一个杯子；与水相关的图片

教师谈话导入，引起幼儿兴趣(教师：你们口渴的时候嘴巴有什么感觉?喝了水之后又有什么感觉?)

教师组织幼儿排队喝水，到户外做游戏。

## 健康活动我爱喝水的教案及反思篇五

- 1、在说说、画画中知道如何让不愉快的心情变好。
- 2、能用连贯的语言表达自己的想法。
- 3、通过活动学会关心他人，萌发互相关爱的情感。

小兔布偶一个、一棵大树、各种树叶状的彩纸、记号笔□ppt□  
人手一份笑脸和哭脸。

师：昨天小兔子去公园玩了，它好开心啊，它的心情是愉快的  
(笑脸)

可是今天小兔子生病了，它好难受啊，它的心情就是难过的  
(哭脸)

小结：每个人都会有这两种情绪，这些都是很正常的。

师：每个人的书袋里面都有两个心情图片，请你选择一种心情卡片来代表你今天的心情。

(一) 分析原因

(二) 找寻高兴起来的方法

1、师：如果心情不好，不开心，就会给我们带来很多的问题  
(出示图片)。那我们赶快来找个让自己开心起来的办法吧？  
如果你心情不好了，你会用什么办法呢？(请几个幼儿回答，  
为了下一环节做铺垫)

(一) 听听小朋友心情不好的原因

(二) 帮助小朋友找到快乐起来的办法

师：把你找到让她快乐起来的办法画下来。

(三) 把这些办法编成一首诗。

师：每个人总会碰到心情不好的时候，这时候我们要学会调节自己的情绪。

我可以吃上一颗糖果，让自己的心情变得甜甜的

我可以穿上漂亮的衣服，让自己的心情也变得美美的

我还可以……

把心情树放到班级的心育墙上，当小朋友不高兴时，可以过

去看一看，这样心情就会变得好起来。