

最新中班健康教案及教学反思 中班健康教案及教学反思五官(优质8篇)

作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。那么问题来了，教案应该怎么写？那么下面我就给大家讲一讲教案怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

中班健康教案及教学反思篇一

在活动实施的过程中，对于五官名称的回答，孩子们都能回答积极，准确。但是有部分的幼儿还是不能用汉语准确的表述，在今后要加强练习。

在动手粘贴时，孩子们都积极动手参与、兴趣很高。从他们的作品可以看出，他们都掌握了五官的位置与名称。虽然有的幼儿动手能力很差，如鼻子、眼睛贴不好的。但是他也能积极的参与活动，这也是一个进步，也要给予支持与鼓励。

中班健康教案及教学反思篇二

- 1、练习四散跑和改变方向跑。
- 2、发展动作的灵敏，协调及躲闪能力。

大的操场上

练习四散跑和改变方向跑

- 1、教师和幼儿玩游戏。

教师站在全体孩子的前面对大家说：“小朋友，我在前面跑，你们一起来捉我，看谁能捉住我。”说完，教师在前面跑，

孩子四散地在后面追捉，在孩子快要接近时，迅速躲闪孩子，改变方向跑。跑了一段时间，教师停下来让孩子捉住。

2、幼儿玩游戏。

请一名动作发展较好，跑得较快的幼儿在前面跑，其余孩子四散追捉，直到捉住。休息后，可换人继续。

教师可以手持某样教具，让幼儿来捉，使幼儿兴趣更浓。

活动让幼儿在宽松的氛围内自由探索，充分发挥了幼儿做为活动主体的作用。调动了幼儿的积极性，教师以活动的引导者、合作者等不同的身份参与活动，增加幼儿参与活动的积极性及情趣。

中班健康教案及教学反思篇三

1、能背书包灵活地、连续地侧身钻过50厘米高的障碍物，进一步巩固侧身钻的动作要领。

2、萌发上小学的愿望。

1、每人一个小书包，包内装有不同重量的物品，并在包外做好重量的标记。

2、拱形门、平衡木、轮胎。

一、热身运动：

组织幼儿选择适当重量的书包，做各种动作，如走、跑、跳等。

二、请幼儿自由探索背书包侧身钻过拱形门的方法。

1、出示拱形门，引导幼儿自由探索不同钻法。

师：今天我们要背着书包钻过拱形门，试试看，怎样钻可以不碰倒拱形门？

2、请个别幼儿示范，引导幼儿交流并相互学习各种不同的钻法。

背书包侧面钻的动作要领：侧对拱形门——侧下蹲，蹲的时候要尽可能的低一些——单腿先过拱形门——低头——深深地弯腰，不要让书包碰到拱形门——屈膝，等重心完全移动再站起来，身体不碰到拱形门。

三、以小组竞赛活动进行游戏，提高侧面钻的动作技能，提高幼儿遵守游戏规则。

1、教师交待玩法：幼儿分成4组，站在起跑线上，游戏开始时，排头第一名幼儿连续钻过三个“山洞”（拱形门），走过“独木桥”（平衡木），跳过“小石头”（轮胎），到达“学校”后，快跑回来拍第二个小朋友的手，游戏反复进行，先完成的小组为胜。

2、幼儿连贯练习1—2遍，教师重点指导：幼儿钻的时候避免出现手扶拱形门，背弓太高，不会低头，上体过早抬起，顾头不顾身，弯腰不弯腿等不协调的现象。

四、整理物品：

引导幼儿将书包放到指定地方，并摆放整齐。

五、引导幼儿做放松运动后活动结束。

在整个说课的过程中，从一开始准备我觉得自己还是挺认真的，我没有按照一般的要求的去设计这节课，我以为这会是

好的，没想到这却成了偏题，说实话有一点儿伤心，不过这是第一次嘛，而且我觉得应该是在设计的课中并不能体现我的想法，所以老师们就更不能理解了，只是会觉得我设计的课偏题了，这对于我来说是一个经验教训：在还没有把课说好的情况下就不要去一味的讲究新颖，这样反而会弄巧成拙，不但不能表达自己的本意可能还会很乱。

中班健康教案及教学反思篇四

新仓西瓜远近闻名，孩子们对家乡的西瓜有极大的兴趣，总是说着关于西瓜的知识。我们抓住幼儿的兴趣，结合本班幼儿解决问题能力较差、合作意识不强的情况，特设计了此次活动。通过此次活动既发展幼儿的体育技能，提高幼儿发现问题、解决问题的能力，培养幼儿的合作意识，又能增进幼儿对家乡西瓜的喜爱之情。随着情景：勤劳的小猪们要把西瓜运回家，可是要走过窄窄的独木桥还要钻小小的圈，途中还会有大灰狼出没，小猪们要格外小心，碰到了狼要赶快蹲下，等狼走了才能继续往前走，历尽艰难险阻，小猪们终于把西瓜成功运回家。幼儿会发现原来可爱的新仓西瓜不仅能吃，还能做游戏呢。

在这次《小猪运西瓜》上得很轻松，我语言表达简单明确，用心的去讲解与示范，让幼儿能够更深入的明白。

首先把队伍整理好了，左边小朋友举起手，其他小朋友伸手打开，接着给幼儿们做热身运动，回忆动作，加起了儿歌一起做准备运动，然后介绍材料，提出要求，让幼儿们自由练习拍球，两人一组，再集合回来老师请个别幼儿上前来示范刚刚你们是怎么玩的（踢球、滚球、抛球等）从中引出了运西瓜，老师边示范边讲解运西瓜的方法，幼儿两人一组，练习运西瓜，最后游戏，老师介绍游戏的规则与示范，先练习后背夹球，看看幼儿们是否练习的方法正确了，然后再次示范讲解运西瓜的方法，接着分组进行游戏比赛，一组太阳队，

一组西瓜队，老师与幼儿一起做运西瓜的示范，让幼儿明白是怎么玩的，才能进行游戏，老师先带头开始游戏，比赛结束后，老师评价比赛结果及表扬幼儿，同时并鼓励没有赢的幼儿下次再努力和做得好的地方，最后做放松运动，老师比手势集合整理队伍，回教室。

对于活动内容，孩子是非常感兴趣的，也在尽自己最大的努力完成活动任务，尤其是摘西瓜和追西瓜的环节，孩子们都完成得很棒，但是在送西瓜的环节中，很少有孩子是跨过小河，很多都是踩着过河的，因此教师可让孩子分批去送，使前面的孩子对后面的孩子起示范作用。

中班健康教案及教学反思篇五

- 1、初步了解预防疾病的方法。
- 2、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

找小兔

- 1、练习双脚连续向前跳，提高腿部肌肉力量及平衡能力。
- 2、体验集体游戏的乐趣。

呼啦圈、自制小兔图片若干张。

- 1、活动重难点：练习双脚连续向前跳。
- 2、指导要点：通过游戏练习双脚连续向前跳，提醒幼儿跳时注意保持身体平衡。

1、热身活动教师与幼儿一起来听音乐做热身活动：今天老师给你们带来了一个好玩的游戏。在玩游戏之前，请小朋友们跟着老师一起来跟着音乐活动一下我们的小身体。

2、基本活动教师导入：今天老师带来的这个游戏，叫做“找小兔”。小兔太贪玩了，跑到外面没回来，兔妈妈可着急了，希望小朋友们帮它把小兔找回来。但是找小兔之前必须要学会小兔走路，不然小兔是不会愿意跟着我们回来的。谁知道小兔是怎样走路的？（请一个小朋友上来演示。）

a□借助呼啦圈让幼儿练习跳，提醒幼儿每跳一个圈要注意保持身体平衡。

师：原来呀，小兔走路是双脚并拢一起往前跳的。小朋友们真厉害。是双脚往前跳，那要是我们一只脚一只脚的跳，对不对呀？（不对）现在请小朋友们来认真看老师学小兔跳，看老师学得对不对。现在我们就一起到呼啦圈做的石头小路上来练习一下小兔跳吧。注意跳的时候，身体要保持平衡，别摔着了。

师：小朋友们都懂得了小兔走路的方式，现在就让我们一起出发去把小兔找回来吧。教师讲解规则：去找小兔的过程中，我们要用双脚跳的方式走过那条石头小路，到那边把小兔找回来，放到篮筐里，然后排好队。记住每人只能去找一次，而且一人一次只能找一只小兔。

第一次游戏：幼儿自由练习，提醒幼儿遵守游戏规则，每人每次只能找一只“小兔”。

小结：教师对幼儿进行评价，鼓励幼儿按照游戏规则来进行游戏

第二次游戏：分组比赛师：现在我们来进行比较，看看哪一组的小朋友最棒。

教师先讲解并示范玩法：幼儿分为两组，各组第一个小朋友听到老师的口令后，双脚连续向前跳，跳到对面去找一只小兔，然后跑回来把小兔放到篮筐里后拍第二个小朋友的手，

第二个小朋友才可以出发，其他幼儿以此类推，最先跳完的一组为胜利者。

第三次游戏：提升幼儿动作，适当增加游戏难度。教师变换呼啦圈的排列形式，适当增加游戏难度，让幼儿的动作得到提升。

3、结束部分教师小结：这次比赛四组的小朋友获得了胜利，但是老师觉得呀，每个小朋友今天都很棒，把贪玩的小兔都找回来了，都值得表扬。一起来表扬一下自己。我们玩了这么久得游戏了，每个人都累了，我们来放松放松一下自己，伸一下小腿，拍拍大腿、小腿。

在本次活动中，幼儿的兴趣极为浓厚，课堂气氛也很活跃。从目标来讲，我觉得整个活动下来已经达到了我所预测的'目标。在热身活动这一环节中，所有的热身动作我都是有针对性的根据本次目标中所要发展幼儿的基本动作来进行的。而在基本活动这一环节，我首先是让幼儿先自由练习小兔双脚跳，然后再在此基础上让幼儿进行游戏，再接着是让他们进行分组比赛，让他们加快双脚连续跳的速度。而在本次活动中不足的地方在于：游戏难度不够，需要加强难度，让幼儿的动作能得到提升。

中班健康教案及教学反思篇六

- 1、练习用脚尖步行。
- 2、发展平衡能力，锻炼平衡感。
- 3、能在游戏中体验到游戏的快乐，乐于与小朋友一起游戏。
- 4、让幼儿知道愉快有益于身体健康。
- 5、了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。

铃鼓、呼啦圈。

在场地上摆放呼啦圈，数目与幼儿人数相同，幼儿随音乐模仿企鹅用脚尖步行，先用脚尖站立，慢慢向前走，两手左右摇摆模仿企鹅走路。但不能碰到呼啦圈，当音乐停止，幼儿各自进入呼啦圈内，模仿企鹅的有趣动作。

游戏规则：每人只能选择一个圈站好。

每个孩子的动作发展水平不同，运动能力也不同，具有明显的'个别差异性。在活动中我充分照顾到幼儿的个别差异性，让每位幼儿都能体验到成功的快乐。

中班健康教案及教学反思篇七

5——6岁

- 1、培养身体的协调性。引导幼儿体验参加游戏的快乐。
- 2、帮助幼儿学习探索用身体带动某一物体，使物体动起来的方法。

幼儿能够通过侧身滚动或手脚着地爬来带动纸箱动起来。

废旧大纸箱若干，有关交通工具图片，及坦克图片。

一、复习儿歌并表演《轱辘歌》

二、刚才表演是胳膊在轱辘轱辘转，小朋友再找一找身上还有哪些地方可以轱辘轱辘转动？“文章。出自快思老。师教案网。”例，眼睛能轱辘轱辘转，头能轱辘轱辘转动，膝盖、脚。

三、出示图片：

(1) 老师今天带来几张图片，看看它们什么能轱辘轱辘转？

(2) 出示坦克图片，他的什么能轱辘转动？链轨也叫履带，链轨转动起来坦克也就动起来了。

四、出示纸箱，让幼儿自由探索，让纸箱转动起来。

师；出示纸箱，看他像不像坦克的链轨。好，现在小朋友来开坦克，看谁的坦克能动起来。及时表扬动脑筋想办法的小朋友。

五、总结坦克动起来的方法，并让孩子演示，以便幼儿模仿。

六、让孩子试一试哪种方法坦克开得快。

七、游戏《会动的`坦克》，比一比看谁的坦克开得快。

八、结束，表扬纸箱动得快的小朋友。

中班健康教案及教学反思篇八

1、练习追逐跑，培养幼儿动作的敏捷性。

2、让幼儿养成遵守规则的习惯。

3、了解生病给身体带来的不适，学会预防生病的方法。

4、了解保持个人卫生对身体健康的重要性。

幼儿分散在场地上，自由做走、跑、跳及其他动作练习，并听老师数1-10，当数到10的时候老师说：“结冰”。全体幼儿就不动了(可以两人或三人拥抱)，老师说“冰化了”!幼儿散开继续自由做动作，如此重复游戏。

游戏是最适宜于促进幼儿主体性和个性化教育的.形式，因此，

教师应积极地将理念转化为行为，注重在活动中观察、捕捉幼儿的兴趣，把握时机及时引导，促使孩子们更深入进行游戏，让孩子在健康游戏中得到更多的发展。