

# 2023年大班健康教育教案 大班健康 活动教案(实用7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。那么教案应该怎么制定才合适呢？下面是小编为大家带来的优秀教案范文，希望大家可以喜欢。

## 大班健康教育教案篇一

1. 探索布袋的多种玩法，尝试用购物袋练习双脚跳。

2. 体验布袋的多种游戏带来的'快乐感受。

1. 购物袋

2. 纸盒

1. 热身运动。

——孩子们，今天我们一起出发去运动，好吗？

幼儿听音乐做热身运动。

2. 尝试探索布袋的的多种玩法。

——打开布袋可以怎么玩呢？

——幼儿自由尝试探索。

——集体交流：怎么样能稳稳地跳呢？

——随着音乐节奏的快慢跳。

3. 布袋跳障碍。

(1) 盒子竖放障碍（将盒子竖起摆放当作树林）孩子们绕盒子障碍物以s形到对面。

——交代要求：前面有一个个小树林，我们要提着布袋，跳s形过树林。

——个别示范。

——小组鱼贯练习。

(2) 盒子靠拢平放（将盒子平放并拢变成小路）

——交代要求：看，前面有一条小路，我们要跳着经过这条小路。

——小组练习跳。

——集体交流。

——个别展示。

(3) 盒子分开平放（将盒子平放变成较宽的篱笆。）

——这个宽宽的篱笆你能过这些篱笆吗？

——个别示范。

——幼儿挑战。

(4) 综合场地布置，挑战过复杂的路。

——交代要求：跳过小树林，绕s形过树林，越过篱笆。

——幼儿随着音乐游戏。

4. 放松运动。

## 大班健康教育活动方案篇二

1. 练习从高处往下跳。
2. 培养灵敏的反应能力。
3. 通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。
4. 促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。
5. 培养幼儿健康活泼的性格。

将高30—50厘米的平衡木排成一排作“太空飞船”，用旧袜子包住乒乓球自制“流星宝贝”若干。带着“流星宝贝”跑回“飞船”上站好。

教师扮“太空怪兽”，蹲在“流星宝贝”后面。幼儿扮“宇航员”，站在“飞船”上念完儿歌“宇宙飞船真有趣，带我飞到太空中”，即从“飞船”上跳下，并向“流星宝贝”的方向行走。当看到“太空怪兽”站起来时，“宇航员”就摆出一个姿势原地不动，以免被“怪兽”发现。当看到“太空怪兽”蹲下时，“宇航员”便继续向前走，直至找到“流星宝贝”。当“太空怪兽”说“天黑了”并起身去追“宇航员”时，“宇航员”要赶紧带着“流星宝贝”跑回“飞船”上站好。游戏可重复进行。此游戏适合大班幼儿。

1. “宇航员”如果被“太空怪兽”发现在动，将被抓回“地球”，停止游戏一次。
2. 天黑时被“太空怪兽”抓住的“宇航员”将送回“地球”，停止游戏一次。

3. “太空怪兽”追到“飞船”处就不能再抓“宇航员”，须返回“流星宝贝”处。

在本活动中，我以运动导入，调动了幼儿已有的经验，激发了幼儿活动的兴趣。通过提供多种幼儿身边熟悉的操作材料进行操作、观察、猜想、思考中体验、获取有关转动的知识经验。在交流中，我采取了自由交流、小组交流、集体交流的形式，让幼儿去探索发现。

## 大班健康教育教案篇三

1. 通过玩梯子,发展攀登、爬、走、跑、跳等基本动作,掌握手脚交替向上攀爬的动作。

2. 探索梯子的不同玩法。

3. 勇敢参与攀爬梯子的活动,体验玩梯子的乐趣。

梯子三把、轮胎若干、热身音乐,游戏音乐,放松音乐。

一、热身运动,激发幼儿玩梯子的兴趣。

1. 排一排,听哨声,跑步活动。

2. 跟音乐,活动关节。主要活动胳膊、肩膀、腰部、腿部、膝盖等关节。

二、自由探索梯子的多种玩法。

(一) 幼儿自由玩梯子:

1. 将梯子平放、侧放,幼儿分三组,穿越山路、钻过山洞。

将梯子平放,走小桥、走平衡木、跳格子……有的将梯子侧

立放，钻山洞、跨栏……

2. 加快速度，用自己的方法走一遍。

三、幼儿自由组合，加入轮胎，合作探索多个梯子的玩法。

1. “刚才我们是几个小朋友玩梯子，如果咱们加入轮胎和梯子放在一起是不是更好玩呢？来试一下。”

2. 分享玩法。

可以玩跷跷板、爬高楼、过独木桥、抬花轿等。重点讲解攀爬动作要领。（攀爬梯子有妙招，手脚交替向上爬，手要抓牢脚踩实，眼睛看好最重要。）

四、参与挑战，巩固技能。

学习了这么多本领，你敢于挑战吗？

1. 挑战路线：穿越山路-巧钻山洞-勇渡危桥。

2. 加大难度，危桥更高。

3. 加快速度，限时完成。

五、放松活动

体育游戏是幼儿非常喜爱的活动，活动中幼儿的手、脚及全身都能得到协调的发展。可是一般在室内开展的各种活动都比较注重动脑、动手，忽略对脚及身体其它部位的锻炼。为了加强幼儿全身锻炼，为了孩子能得到全面的发展。《纲要》中明确提出幼儿的学习内容应是广泛的、启蒙的、综合的、整体的。梯子可以爬、走、跳、钻、攀登等，梯子这一常见的生活工具来作为体育器械。孩子们从来没有实际接触过，仅仅知道它的用途，却对其功能了解的不多，对于他们来说

是一件新鲜的玩意儿。没有接触过的东西，对幼儿来说往往具有刺激性与挑战性，更能激起孩子的兴趣。在整个活动过程中，让孩子积极、自主的去摸索、去发现，教师作为活动的参与者、支持者、合作者有效的加以引导。

## 大班健康教育活动方案篇四

- 1、激发保护弱小的情感，树立竞赛意识。
- 2、发展上肢的力量和动作的控制力，积极探索通道的摆放方法。
- 3、知道扇扇力量大小与气球运动的关系。

1、幼儿熟悉故事情节。

2、长条积木、气球、扇子。

3、场地布置：用长条积木摆成宽25厘米、长10米的通道4个，每个通道放1个气球。

指导幼儿快速、用力、连续扇，不能将气球扇出通道，气球到终点才能往回扇。

1、故事情节——教师：卡梅利多的弟弟被杰克、皮特兄弟俩偷走了，该怎么办呢？

2、我们把蛋救回来吧！

1、搭建通道：幼儿分成四组，用积木搭成通道，但要注意积木搭建时的摆放方法，以免气球从两边有空隙的地方跑出去。

2、尝试用扇子将气球扇过通道。

提问：

怎样用积木搭通道才能保护鸡蛋不被扇出去？

怎样搭建通道最省材料？

怎样用力鸡蛋跑得又快又好？

4、扇子扇球比赛。

幼儿分成4组，在通道两旁面对面站好，将4把大扇子分别交到每组第一个小朋友手里，4个气球分别放在同一边4个通道的边线上。第一人开始，拿扇子用力将气球扇到对面终点线后，对面幼儿接到气球再用力将气球扇回来。

5、活动提示。

扇气球时可用双手或单手。

## 大班健康教育教案篇五

1. 体验团队合作游戏的快乐。

2. 能利用板凳搭建平衡通道，并保持身体平衡通过通道。

3. 了解叶菜类和根茎类两类蔬菜特点，知道多吃蔬菜身体好。

保持身体平衡通过通道。

利用板凳搭建平衡通道。

小椅子幼儿人数一倍、音乐

场地：多余椅子

## 一、师幼问候，热身活动

1. 分两队：男孩向前走两步，女孩向后退两步。

2. 听到口令后，全体幼儿坐下，顺势躺在地面上。

辨别左右：教师报左，幼儿伸左臂，教师报右，幼儿伸右臂。

滚动：分别向左、向右滚动身体变成俯身。

## 二、基本活动

1. 起身，跳跃。通过认定后，站在自己的椅子上。

2. 椅子上的平衡踏步走。

(1) 请幼儿站在椅子上，随教师的口令踏步走。（要求：听到口令“立定”时，立刻站住，尽量不要掉下来）

(2) “一二三，下。”

3. 搭建通道，平衡通过通道。

(1) 请幼儿在椅子对面站成一路纵队，教师出示图示，幼儿选择与椅子摆放对应的图示。

(2) 双臂侧平举，依次通过椅子。

(3) 自主搭建通道。

a.看图示一路纵队搭建通道后，幼儿依次通过。

b.男孩女孩分组，自主搭建本组的通道。

c.小组竞赛活动。



### 三、结束活动

1. 随音乐放松身体。
2. 小结：当我们遇到困难的时候，要勇敢面对，开动脑筋想办法，一定会取得成功。

活动前，我一直在思考，这样一气呵成的游戏活动是否能够在没有情境的直切式活动中让孩子得到发展，给他们欢乐。恰巧，活动前，我跟孩子们进行了简单的互动，了解了他们对蔬菜的认知和分类并不是很清楚。《指南》强调，尊重理解幼儿，以幼儿为中心开展活动。于是，我索性将活动的情境去掉，采取直切式环节相扣进行运动游戏的组织。

运动活动的三个核心：运动量、动作发展和游戏化，在今天的'活动中均得以实现。当我们把活动交还给孩子，站在孩子的角度思考，真正成为活动支持者、合作者和引导者，相信孩子的能力，让孩子自主判断，孩子们必会让一个个活动丰富多彩起来，他们才是我们最好的老师。

## 大班健康教育教案篇六

- 1、在活动中能遵守交通规则，与同伴和睦相处分享快乐的心情。
- 2、锻炼幼儿腿步肌肉，练习蹬的动作。
- 3、锻炼平衡能力及快速反应能力。
- 4、促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。
- 5、增强合作精神，提高竞争意识。

生活用具：毛巾、衣筐

## 一、共同布置场地

1 师：今天老师请你们来当小司机，司机是做什么工作的呢？那开车应该注意什么？应该往哪边走？当小司机之前我们先来做做运动，热热身吧！

2 师：我们看见马路中间有什么？（路线）今天老师想请你们来建这个防护栏，用跨栏和梅花桩，雪碧瓶你们会建出一个怎样的防护栏呢？幼儿自行设置。

思考：幼儿已升入大班，已经有能力自己设想出自己想要的东西，那么老师只需把要求说清楚，把需要的材料交代好让幼儿动手做。

## 二、交待要求：

师：现在我们每个人都拿到了车，而且刚才我们已经布置好了路，在开车时我们应该保持一定的距离，以免发生撞车事故。在路上开车时注意遵守交通规则，保证安全。

## 三、幼儿活动教师观察

看幼儿参与活动的情况，是否有危险行为及是否有违规现象。

出示红绿灯，暗示幼儿遵守交通规则。

提醒运动量大、出汗多的幼儿注意休息。

思考：停车场是在固定的一个p的地方，开始时要让幼儿清楚，停车场的地方。

## 四、接力车赛

今天我们来玩个游戏，我们来个接力赛，在玩的过程中，可能有

危险,那怎样来避免呢?如:在第一个跑的过程中,我们跑步时身体不能前倾,不能去撞别的幼儿,要保持距离.接力棒要交给对面的幼儿后,那个幼儿才能开始跑.

## 五、整理玩具

提醒幼儿放到原来的地方整理好。

根据本班幼儿实际情况,准备激烈有趣的比赛活动。通过活动自由交流,亲身体验,独自感受。使幼儿进入快乐的气氛中,懂得身体需要运动,运动有助于健康的重要性。

## 大班健康教育教案篇七

1. 发展幼儿的平衡能力和跨跳能力。
2. 发展幼儿的.运动能力,增强幼儿的竞争和合作意识。

篮球;小椅子;布袋;梯子;小山洞;轮胎;圆筒;音乐磁带。

1. 教师带领幼儿做热身运动。
2. 接力比赛:将幼儿分成红、黄、蓝队,幼儿每人抱一球。

走平衡木(梯子竖放,走两边)一爬过山洞一跨过小山(两个小椅子)一跳过轮胎一将球放入圆筒。

提醒幼儿注意安全并遵守游戏规则。

### 3. 接力比赛

走平衡木(梯子竖放,走两边)一爬过山洞一跨过小山(两个小椅子)一将球放入轮胎一用木棍将球夹入圆筒。

提醒幼儿注意安全并遵守游戏规则。

4. 接力比赛：幼儿两人合作运宝（用布袋装球）。

合作将球装入布袋—走平衡木（梯子竖放，走两边）—爬过山洞—跨过小山（两个小椅子）—跳过轮胎—将球放入圆筒。

提醒幼儿注意安全并遵守游戏规则。

5. 放松活动，教师带领幼儿坐放松动作。

6. 结束，师生共同收拾器材。