

# 2023年我爱喝水健康教案反思大班 多喝水身体好学前班健康教案与反思(精选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。写教案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编收集整理教案范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 我爱喝水健康教案反思大班篇一

活动目标：

- 1、知道白开水比其它饮料更好，口渴时知道去喝水。
- 2、学习给各种饮料分类。

活动准备：

各种饮料瓶等。

活动过程：

一、师生共同讨论，大家带来了哪些饮料。

今天，我们这里有许多的饮料，一起来看看，都有什么呢？

二、为饮料瓶分类。

- 1、大家带来了这么多不同的饮料瓶，如果我们希望很快地找到想要喝的饮料，怎么办呢？(让幼儿相互讨论分类方法、分类标准。)

2、我们一起将牛奶瓶放在一起，果汁瓶放在一起，矿泉水瓶放在一起。

3、幼儿上前操作，将瓶子分类。

三、师生共同讨论：口渴了喝什么。

1、秋天到了，天气比较干燥，如果口渴了，我们喝什么好呢？

2、果汁等饮料喝到嘴里很甜，白开水喝到嘴里清凉舒服。（幼儿分别品尝饮料和白开水，然后说说它们各自的味道。）

4、小结：喝太多甜饮料，容易蛀牙，对身体不好。白开水不会引起蛀牙，清凉解渴，所以口渴时我们要多喝白开水。白开水不仅可以防蛀牙，还能补充身体内所需的水份，能让皮肤看上去更有光泽。坚持每天起床后喝一杯白开水，还可以顺肠通便呢？喝白开水有这么多好处，小朋友们回家一定要告诉家人！

四、幼儿知道口渴时自己去喝水。

1、如果我们口渴了，你会选择喝呢？

2、我们每天都会有各种活动开展，小朋友如果觉得口渴了，自己可以随时去喝水，每天多喝水，对身体健康有很大好处。

活动反思：

让幼儿明白白开水才是最健康的饮料。最后，通过每周末评选“喝水小宝宝”的方式，激发幼儿主动饮水的意愿。活动后，大多数幼儿能主动饮水，个别幼儿不能断绝喝饮料，需要一个慢慢适应的过程。

## 我爱喝水健康教案反思大班篇二

活动目标：

- 1、初步认识身体的主要部位，知道头、手、脚的主要作用。
- 2、能愉快地参加活动，并迅速地指出身体的相应部位。
- 3、对自己的身体产生兴趣。

活动准备：

身体拼图教学挂图毛绒玩具

活动过程：

一、教师出示毛绒娃娃，师生共同观察

1、教师边操纵毛绒娃娃边说：小朋友们好，我是宝宝，很高兴能和你们一起玩！

教师：今天我们来玩个找身体部位的游戏。

教师：我要用身体的各部们身大家问好，比比看你们谁能最先在自己身上找到我动的部位。

2、教师操纵毛绒娃娃分别动动头、手、脚向大家问好。

娃娃每动一个部位，教师就提问动了身体的哪里。请幼儿用自己身体模仿毛绒娃娃的动作。

二、翻开幼儿用书，了解头、手、脚的作用。

1、教师：刚刚苏老师让娃娃用它的头、手、脚和我们打招呼了。小朋友，那你们说说我们的头、手、脚还有什么作用呢？

请幼儿翻开幼儿用书，仔细观察并说说这些小朋友头、手、脚分别在做什么？鼓励幼儿说一说，做一做。

2、教师小结：我们的头可以思考问题；小手会拿画笔在画画、拿勺子吃饭、拿杯子、搬椅子等；小脚也很有用，会走路、跑步、足球、骑三轮车等。

### 三、游戏：“我说你指”

1、教师：小朋友，你们对自己的身体了解了吗？现在我们来玩我说你找的游戏吧！教师说到身体哪个部位，就让小朋友迅速地指出他们自己身体上的这个部位。

2、教师还可以请幼儿分组，两人一组玩我说你找的游戏，并且在游戏中可以交换角色进行。

### 四、幼儿玩身体拼图

1、教师：老师这儿有一套拼图和底板，我想请小朋友分小组来拼一拼，看看哪组能又快又准地把它拼出来。

2、请每组幼儿互相讨论如何拼图，然后派代表去拼图

3、给拼图又快又准的组进行奖励，鼓励大胆发表自己想法的幼儿。

### 五、结束活动

教师：引导幼儿正确收拾教学用具。

### 活动反思：

因为活动准备充分，过程安排合理，并且采取了幼儿与环境材料、幼儿同伴以及教师的互动的方式，使幼儿在情感、态度、能力、知识、技能等方面得到自主发展，实现了以自己

最小的支持，促进幼儿最大限度的发展的目的。

## 我爱喝水健康教案反思大班篇三

设计意图：

喝水对幼儿的健康成长具有重要作用。然而，很多幼儿即使是天气炎热时都不知道主动补充水分。有些幼儿虽然口渴了会主动找喝的，但在家中他们往往更倾向于选择甜甜的饮料，而非白开水，因此我们设计了该活动。

活动目标：

- 1、知道人每天都需要喝水，想喝水时会主动去喝。
- 2、懂得白开水是最好的饮品，在日常活动中能主动喝白开水。

活动准备：

- 1、自制ppt(锻炼后、外出游玩时、洗澡后、起床时等图片，池塘里的水、自来水、井水等不能饮用的水的图片)。
- 2、两盆洋花萝卜(一盆因浇水而发芽、长叶，一盆因没浇水而干枯)。
- 3、活动前，教师带幼儿进行实验探究，观察同样光照下的两盆洋花萝卜，每天带幼儿给一盆浇水，另一盆不浇水。

活动过程：

- 1、感知讨论，了解水对身体生长的重要作用。

(1)通过回忆激活已有体验，感受口渴后喝水带来的舒适(活动前进行体育活动，之后教师带幼儿喝水)

师：玩过游戏之后，你们感觉嘴巴有点怎么样？

师：喝了水之后有什么感觉？

师：喝了水之后我们就不渴了，身体舒服多了。

(2) 观察洋花萝卜，了解缺水的后果。

师：这里有两盆洋花萝卜，一盆萝卜发芽长叶了，另一盆却枯萎了。请你仔细看一看，猜一猜为什么。

师：看看它们的泥土是怎么样的？(一干一湿。)

师：原来，萝卜没有水喝就会枯死，就发不了芽、长不了叶。人也像萝卜一样离不开水，我们只有每天多喝水才能长高长大。

2、了解什么时候应喝水、哪些水不能喝。

(1) 观察图片，了解锻炼后、外出游玩时、洗澡后等情况下人会想喝水，睡觉起床时也会想喝水。口渴了不喝水会很难受，小朋友想喝水的时候可以自己去喝水。

(2) 了解有些水不能喝。

师(出示图片)：这些地方的水我们能喝吗？为什么？

师：池塘里的水、自来水、井水这些水看上去清清的，但是都不能直接喝，因为水里有细菌，只有烧开了才可以喝。我们保温桶里的水是烧开过的，所以可以喝。

3、通过保健医生的讲解，了解白开水是最好的饮品。

师：口渴的时候你最想喝什么？为什么？

师：到底喝什么对小朋友的身体最好呢？我们来听听保健医生怎么说。

师：小朋友喜欢喝的可乐、雪碧等饮料里面加了很多东西。喝起来甜甜的，是因为里面放了很多糖，这对我们的牙齿不好，容易让我们产生蛀牙。闻起来香香的，是因为里面加了很多香精；看上去红红的、绿绿的很漂亮，是因为里面加了很多色素。这些香精、色素其实都对我们的身体有害。只有白开水才是对身体最好的，最有利于健康的。

4、评选“喝水小宝贝”。

师：知道口渴了要喝白开水。想喝水的时候会自己去喝，就能被评为“喝水小宝贝”了。

师：你们想不想当“喝水小宝贝”？那你要记得口渴了、想喝水的时候就要去喝。

师：现在嘴巴有点渴了，我想喝水了。你们也喝点好吗？

延伸活动：

1、制作“今天你喝了没有”的记录表贴在保温桶旁，请幼儿每次喝水后用印章记录在自己的标记后，周五评选“喝水小宝贝”。

2、家园配合，提醒幼儿口渴时喝白开水，少喝饮料，养成健康饮水习惯。

教学反思：

本次活动首先从幼儿的体验入手，让幼儿在锻炼后饮水，感受口渴时喝水的舒适。其次引导幼儿观察洋花萝卜，切实体会喝水的重要性。第三，通过幼儿心目中的权威人物保健医

生的讲解，让幼儿明白白开水才是最健康的饮料。最后，通过每周末评选“喝水小宝宝”的方式，激发幼儿主动饮水的意愿。活动后，大多数幼儿能主动饮水，个别幼儿不能断绝喝饮料，需要一个慢慢适应的过程。

## 我爱喝水健康教案反思大班篇四

小班幼儿是自我认知，自我意识初步形成的时期，他们对自己的身体，自己的事和物越来越感兴趣，同时，小班孩子在玩耍中，缺乏生活经验，自理能力较差，因此，在《我自己》这一主体中我们开展了《我会穿鞋》活动，重在让幼儿在活动中体验成功的快乐，培养幼儿自理能力，学会穿鞋。

### 【活动目标】

- 1、培养幼儿自理能力和团结协作的精神。
- 2、让幼儿尝试体验知道，要穿大小合适的鞋子，学会穿鞋。

### 【活动准备】

- 1、大脚娃娃一个
- 2、图片（爸爸、妈妈、娃娃、脚三只）
- 3、音乐磁带
- 4、大鞋若干双（与幼儿人数相等）

### 【活动过程】

#### 一、导入部分

- 1、师：今天，我请来了特别可爱的小客人，想认识他吗？



（出示大脚娃娃）大脚娃娃最喜欢和我们的脚丫做游戏了，脱下鞋子露出小脚丫与大脚娃娃一起做游戏。

2、（放音乐）师同幼儿一起光脚丫跟音乐做游戏。

## 二、基本部分

1、（出示爸爸、妈妈、娃娃图片）师问：图片上都有谁？

（出示脚丫图片）师问：他们分别是谁的呢？（在回答问题中，让幼儿知道爸爸脚大、宝宝的脚小）

师问：爸爸应该穿什么鞋子？宝宝呢？（让幼儿知道爸爸穿大鞋，宝宝穿小鞋。）

2、让幼儿通过游戏，体验穿合脚的鞋子才安全、舒服。

师：如果我们给宝宝穿上一双大鞋子会是什么样子？想不想穿上玩玩？让幼儿穿上大鞋玩。

师问：小朋友，刚才我看见有的小朋友掉鞋了，有的小朋友摔倒了，为什么呀？（让幼儿知道穿大鞋子不跟脚，不安全，要穿合脚的鞋子）

好，去找自己合脚的鞋子穿上吧。

## 3、学习穿鞋

（1）师边说儿歌边示范脱穿鞋子。

师：小朋友，今天呀老师教小朋友一边说儿歌一边脱、穿鞋子，可好玩了，来，先把小手藏好，看老师做。

师说儿歌：脱下这个鞋宝宝，脱下那个鞋宝宝，小脑袋靠一起，鞋儿妈妈往里靠，小脚丫抬抬起，分别钻进鞋子里，蹬

一蹬，提一提，蹬一蹬，提一提，两边鞋扣紧紧系。

(2) 师幼一起边说儿歌边脱穿鞋子。

师：好了，老师穿好了，我们一起来一遍吧。

(3) 幼儿自己练习穿鞋。

(4) 幼儿一起比赛穿鞋。

师：小朋友，我们让大脚娃娃当裁判，比赛谁穿鞋快，穿的快的小朋友可以抱一抱大脚娃娃。

4、师幼穿上合脚的鞋跳舞。

师：穿合脚的鞋舒服吗？好。我们一起来跳个舞吧！

总结：穿合脚的鞋不会掉鞋，也不会摔倒-

## 我爱喝水健康教案反思大班篇五

### 活动设计背景

喝水对幼儿的健康成长具有重要作用，然而很多幼儿即使是天气炎热时都不知道主动补充水分。有些幼儿虽然口渴了会主动找喝的，但在家中他们往往更倾向于选择甜甜的饮料，而非白开水，因此我设计了该活动。

### 活动目标

1. 知道人每天都需要喝水，想喝水时会主动去喝。
2. 懂得白开水是最好的饮品，在日常活动中能主动喝白开水。

### 教学重点、难点

1、养成健康饮水好习惯。

2、少喝饮料。

### 活动准备

1、自制ppt(锻炼后、起床时等图片，自来水、井水等图片)，两盆洋花萝卜(一盆浇水，发芽、长叶，一盆没水，干枯)。

2、活动前，教师带幼儿进行实验探究，观察同样光照下的两盆萝卜，每天带幼儿给一盆浇水，另一盆不浇水。

### 活动过程

1、感知讨论，了解水对身体生长的重要作用。

(1) 通过回忆激活已有体验，感受口渴后喝水带来的舒适。

(活动前进行适当体育活动，之后教师带幼儿喝水。)

(2) 观察洋花萝卜，了解缺水的后果。

师：这两盆萝卜有什么不同?你知道为什么吗?

师：原来，萝卜没有水喝就会枯死。人也像萝卜一样离不开水，我们只有每天多喝水才能长高长大。

2、了解什么时候应喝水、那些水不能喝。

(1) 观察图片，了解锻炼后、外出游玩时、洗澡后想喝水，睡觉起床时也会想喝水。口渴了不喝水会很难受，小朋友想喝水可以自己喝水。

(2) 了解有些水不能喝。

出示图片：井水、自来水、池塘水。师：这些水看上去清清的，但是不能喝，因为水里有细菌，只有烧开了才可以喝。

3、通过保健医生的讲解，了解白开水是最好的`饮品。

饮料里有色素、糖、香精，对身体很有害，只有白开水是最好的。

4、评选“喝水小宝宝”

延伸活动：

1、制作“今天你喝了没有”的记录表贴在水桶边。

2、家园配合，提醒幼儿口渴喝白开水，少喝饮料，养成好习惯。

教学反思

本次活动首先从幼儿的体验入手，让幼儿在锻炼后饮水，感受口渴时喝水的舒适。其次引导幼儿观察洋花萝卜，切实体会喝水的重要性。第三，通过幼儿心目中的权威人物保健医生的讲解，让幼儿明白白开水才是最健康的饮料。最后，通过每周末评选“喝水小宝宝”的方式，激发幼儿主动饮水的意愿。活动后，大多数幼儿能主动饮水，个别幼儿不能断绝喝饮料，需要一个慢慢适应的过程。