

# 2023年中班健康赶海捕鱼教案 幼儿园中班健康活动教案(优质9篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。优秀的教案都具备一些什么特点呢?以下是小编为大家收集的教案范文,仅供参考,大家一起来看看吧。

## 中班健康赶海捕鱼教案篇一

中班上期的孩子初步具备能与他人玩追逐、躲闪跑的游戏的能力,因此,我们利用“柳絮跑进鼻子里会打喷嚏”这一个有趣的点,设计了一个能提高孩子们的躲闪能力和灵敏性的体育活动。

1. 能够迅速蹲下避开丝带,提高躲闪能力;尝试在跑步状态下抓住丝带,提高灵敏性。
2. 体验体育游戏活动的乐趣,感受故事中柳絮引起打喷嚏的趣味性。

2米长丝带若干、轻音乐。

对活动中会出现的动作进行热身

### 1. 游戏一:躲丝带

游戏规则:请一位小朋友来当古古,其他小朋友站在原地不动,双手抱肩,古古高举柳絮丝带在其他小朋友当中跑来跑去,小朋友们要尽可能地避开柳絮丝带。当它快碰到你的时候要很快蹲下来,当柳絮丝带离开时你要很快站起来,被丝带碰到的小朋友,就大声地打一个喷嚏。

## 2. 游戏二：抓丝带

游戏规则：教师将小朋友每十人分成一组围成大圆圈，请一个小朋友当古古高举柳絮丝带，另一个小朋友当追柳絮丝带的人。你们可以在圆圈里随意跑动，当你抓到他手里的.丝带后，你就变成了古古，原本是古古的小朋友变成柳絮飞到圈外，跟外面的一个小朋友进行交换。

教师带领幼儿进行腿部肌肉放松，结束活动。

## 中班健康赶海捕鱼教案篇二

- 1、引诱幼儿做出多种运动手指和手臂的行动。
- 2、熬炼幼儿手和手臂的和谐本领。
- 3、学会集作，体验降服艰苦，做大胆孩子的快活。

音乐、星星、小旗、部署园地。

### 一、热身运动

幼儿随《去远足》音乐行动入场；律动“请你照我如许做”领导幼儿做预备运动。

### 二、运动手指和手臂

- 1、幼儿一路运动手指，并想像出多种象形行动。如：大雁飞、虫子爬、铰剪剪、鱼儿游、细姨星放光等。
- 2、引诱幼儿做出种种胳膊的象形行动，如：炸麻花、开仗车、打气、擦玻璃、洒水、蝴蝶飞、荡舟等。
- 3、以“小手变把戏”游戏引诱幼儿用手和手臂配合缔造种种

行动。

（引诱幼儿接洽一样平常生存说脱手的种种本事）幼儿园教育随笔

（毛毛虫、乌龟爬、开小车等）

三、游戏《向手挑衅》。

1、挑衅游戏：毛毛虫爬行角逐。

2、挑衅游戏：推小车。

分成两队，各队队员在互相联合的配合尽力下，开始完成使命的队为胜。末了为得胜队发小红旗，作为嘉奖。勉励没得胜队总结履历下次尽力。

四、放松运动：《摇篮曲》。

用我们身材的其他部位也可以做出许多行动，也可以像如许做许多游戏，运动后可以和爸爸妈妈一路摸索实验。

## 中班健康赶海捕鱼教案篇三

:

1. 学习肩上挥臂投掷, 初步尝试左右手交替将纸球向前上方投出。
2. 能在游戏中总结并尝试投得更远更准的方法。
3. 乐于参加投掷活动, 体验亲子游戏的乐趣。

报纸球若干、空筐或是空箱子一个、起点线（绳子或生活中

的东西替代)

## 1. 播放课件中的幼儿热身视频，亲子一起热身

——小朋友们你们好，这段时间我们一直待在家里，除了勤洗手、多通风以外，我们也要多锻炼身体，增强我们的体质。

——今天老师来教大家在家里也能玩的投掷游戏。

——在玩游戏之前，我们一起活动一下身体吧（重点是手腕和脚腕）。

——身体活动好了，就轮到报纸球登场啦。

——不过在玩游戏前，先来跟老师一起学一学投掷的方法吧。

——身体面向投掷目标，双脚前后打开，重心放在后脚上。

——接着，上半身稍微向后仰，两个手臂抬起到肩膀的高度，其中一只手握住报纸球，眼睛看向目标。

——最后，蹬后腿，挥手臂，手腕用力将报纸球投出

——老师准备了三个好玩的游戏，我们一起来试试吧。

### 1. 看谁投的远（难度一星）

——小朋友们你们站在起点处向远处投掷，看看你最远能投到哪里？如果爸爸妈妈有空的话，我们也可以和爸爸妈妈比一比，看看谁投的最远（比较开阔的房间，亲子站在线上向前方投掷）

——请你们观察观察爸爸妈妈是怎么投的远的？（是向高处远处投，不是向地上近处投；是用全身协调投掷，不是用手臂扔）

## 2. 比谁投的准（难度二星）

——接下来我们看看谁投的准，小朋友们还是站在起点处，把报纸球向远处的空箱子里投掷，看看你能不能投进去？我们也可以再和爸爸妈妈比一比，看看谁投的准（在离线4米左右的位置放空筐或是空箱子一个作为目标，亲子站在线上向目标投掷）

——请你们观察观察爸爸妈妈是怎么投的准的？（手眼一致、控制力度）

## 3. 躲避投掷赛（难度三星）

——最后一个也是最好玩的游戏，这个需要爸爸妈妈和我们一起玩，小朋友们站在起点处把报纸球投向站在另一边的爸爸妈妈，爸爸妈妈可以进行躲避，看看你能不能打中他们（请一位家长站在3到4米处，孩子在线上投掷，爸爸妈妈可以原地基本不动的情况下运用低头、侧身等躲避）

——游戏结束后，我们也可以交换角色，由小朋友躲避，爸爸妈妈来投掷。

——我们玩得很开心，可是房间有点乱了，让我们和爸爸妈妈一起收拾房间吧，下次我们再玩这个游戏。

## 中班健康赶海捕鱼教案篇四

孩子有着强烈的求知欲和好奇心，对熠熠生辉的火光总感到好奇，总喜欢睁大眼睛盯着看。然而由于年龄的限制和生活经验的缺乏，他们不了解防火知识，不懂得安全用火，常常因为好奇和贪玩，致使小火成大灾，酿成无可挽回的悲剧。我们必须根据日常生活中常遇到的问题和孩子常犯的错，有选择地教会他们一些实用的知识，增强幼儿防火意识，提高幼儿防火能力，对保护幼儿生命安全。

1. 学习躲闪跑，根据信号做向上跳的动作
2. 能研究看前方不碰撞他人，知道放鞭炮的安全要求。
3. 体验游戏的热闹与快乐。

有纸团的火柴棒

音乐

1. 教师和幼儿一起跟着音乐做敲锣打鼓放鞭炮的律动两次，提醒幼儿按照节奏做动作。
2. 教师出示火柴棒引起幼儿兴趣。
3. 游戏“放鞭炮”。

## 中班健康赶海捕鱼教案篇五

1. 会灵活协调地两人夹球走。
2. 能坚持合作，体验游戏的快乐。
3. 了解多运动对身体有好处。
4. 喜爱参加体育锻炼，养成爱运动的好习惯。

小皮球若干个、装球的球框。

人手一个小皮球，教师带领幼儿听音乐进场，活动身体各个部位。

(1)教师出示皮球，说：“今天我们要用手中的球来锻炼身体，看谁想的玩法多、想的玩法好。”

(2) 幼儿自由玩球。

(3) 教师巡回指导，注意观察幼儿玩的方法。请会玩的幼儿示范，带领全班幼儿玩。

(1) 教师讲解夹球走的玩法。

(2) 请幼儿两两合作练习。

(1) 教师交代游戏规则：教师提醒幼儿在游戏中遵守规则：必须用双臂夹球，不得用胸部顶着球；若球掉在地上，应从原地捡起，加好后继续前进；必须将球放进球框。

(2) 幼儿以队为单位先练习夹球走。

(3) 幼儿玩游戏，对胜利的一组进行表扬。

5. 教师带领幼儿一起进行放松活动“给小球按按摩”，活动结束。

今天我们玩得很开心，我们的小球宝宝今天也累了，我们来当按摩师给小球按按摩吧！将球放在手、肩、膝、脚、腿各部位轻轻敲打。

总观这节课，我个人觉得我抓住了本课的教学目标，对教材内容也做了正确处理，教学设计板块清晰，发挥了小组合作的有效性，但还存在很多细节问题。

## 中班健康赶海捕鱼教案篇六

能坚持自己的事情自己做，并愿意主动为大家做力所能及的事。

每人一张白纸，彩笔，小印章。

## 1、日常指导。

(1) 在学习活动、区角活动以及器械运动中提醒幼儿注意手的运用，体验手的灵活、灵巧。

(2) 在幼儿进行盥洗、进餐时以及睡觉前后穿脱、叠放衣服时引导幼儿进一步感知自己有一双勤劳的小手。

2、结合班上的值日生活活动引导幼儿用双手主动为集体、为他人做力所能及的事。

3、布置墙面环境“勤劳的小手”，记录每个幼儿能用手做到的事情。

(1) 让每个幼儿在一张纸上印画自己一只手的外形，并在纸上写上自己的名字，然后教师帮幼儿将纸有序的贴到一面墙上。

(2) 每天离园准备时，教师和幼儿一起说一说，评一评今天谁的小手最勤劳，做了那些事情或者学会了做哪些事情，可以自荐也可以推荐。被选出的幼儿可以用教师的小印章在自己的“手印”上盖一个印章画。

(3) 每月根据幼儿“手印”上的印章数评出“天才小能手”。

4、请家长配合，让幼儿在家里也坚持自己的事情自己做，比如自己穿袜子、洗手帕、扣纽扣等。并能够帮助家人做一些力所能及的事。

## 中班健康赶海捕鱼教案篇七

1、知道在走廊、楼梯上戏闹的危险性。

2、能正确地上下楼梯，不在走廊内大声喧哗，打闹。



- 3、养成良好的行为习惯，树立自我保护意识。
- 4、能学会用轮流的方式谈话，体会与同伴交流、讨论的乐趣。
- 5、愿意交流，清楚明白地表达自己的想法。

- 1、幼儿在走廊、楼梯嬉闹的图片一幅。
- 2、幼儿各种不良行为、良好行为的图片若干。

一、经验讲述——知道在走廊和楼梯上戏闹的危险性。

- 1、谁在走廊或楼梯上摔到过？
- 2、为什么会摔到？
- 3、结合图片让幼儿讲述：这几个小朋友在干什么？会发生什么情况？
- 4、小结：走廊和楼梯都是公共场所，又比较狭窄，来往的人特别多，如果在这些场所打闹、跑跳，会发生许多危险，或者和别人撞在一起，或者撞倒、摔伤，严重的还需要住院。

二、组织幼儿讨论——在走廊和楼梯上应该怎样做。

- 1、讨论：在走廊和楼梯上应该怎样做？
- 2、小结：在走廊上不能大声喧哗，打闹、你追我赶，上下楼梯要靠右边走，眼睛看着台阶，不在楼梯上跑跳，不滑栏杆。

三、游戏“走迷宫”——强化幼儿良好行为习惯。

出示画有许多幼儿不同行为的迷宫图片，引导幼儿分辨哪些行为是正确的，哪些行为是错误的。

幼儿的兴趣非常浓，能积极回答老师的问题，但在幼儿讨论的这个阶段，我应该创设情景，让幼儿体验。我会多看看多学学，让以后的教学活动能够更好。

小百科：走廊：走廊的意思是有顶的过道，建筑物的水平交通空间，也比喻连接两个较大地区的狭长地带。在中国比较出名的有位于甘肃的河西走廊，位于辽宁的辽西走廊。

## 中班健康赶海捕鱼教案篇八

一、练习肩上投掷，投准1.5——2米远的目标。

二、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）

## 中班健康赶海捕鱼教案篇九

通过小鸡的旅行，生动有趣的让幼儿知道路上存在的危险，知道如何避免危险，在轻松的氛围中学习交通知识。鼓励幼儿积极参与，对交警叔叔指挥交通的手势很感兴趣，初步了解并运用于生活。

1. 认识一些交通标志，了解一些常见的交通指挥手势。
2. 遵守交通行为规则，知道什么是正确的什么是错误。
3. 培养幼儿自觉遵守交通规则。

## 1□ppt□

2. 警帽，警服。

一、“小鸡出壳”动画小视频，激发幼儿兴趣。

引导语：咦，听什么声音？

1. 学习过马路的小知识。
2. 认识几个常见的交通标识。
3. 对一些马路上常见的现象判断对错。

1. 组织幼儿观看交通警察指挥交通的图片并让幼儿说说交通警察在马路上指挥交通时都做了哪些手势。指导幼儿学习一些简单的指挥交通的动作和手势。如左转右转，停止，直行等。

2. 游戏：带幼儿到操场上，教师画出十字路口路线，让幼儿扮演交通警察指挥交通，其他幼儿模仿司机开车的动作，在马路行驶，按交通警察的哨声和手势停止，左转，右转，直行等，轮流交替扮演做游戏。