

# 小班健康活动教案标记朋友 小班健康活动教案(实用10篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。那么我们该如何写一篇较为完美的教案呢？下面是我给大家整理的教案范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 小班健康活动教案标记朋友篇一

- 1、知道眼睛的作用，懂得保护眼睛的重要性。
- 2、了解保护眼睛的方法，注意用眼卫生。
- 3、大胆与同伴分享交流自己的经验。
- 4、培养良好的卫生习惯。
- 5、了解健康的小常识。

说出生活中的保护眼睛的方法

电脑课件故事图书图片拼图操作盘音乐

### 1、谜语激趣、引入课题

师：那我们一起来猜个谜语吧：上边毛，下边毛，中间一颗黑葡萄。（眼睛）

师：对了，是眼睛。你们怎么知道的呀？（出示图片课件）

师：哦，眼睛能帮助我们看东西，那我们还能用眼睛干什么呢？（幼：看东西、看书、看电视……）

你们看看老师的眼睛还能做什么？”（师用眼睛表演生气、高兴）

## 2、自由探索、获得感知

师：眼睛有这么大的作用，那你们知道要怎样保护眼睛吗？谁愿意来说说。

这里也有很多关于保护眼睛的资料：小朋友可以这儿看一看、想一想图片中哪些做法是对的，哪些是不对的，并把它们分一分、贴到黑板上，然后把了解到的保护眼睛的方法记录在我们的表格上；也可以拼拼图看看你发现了哪些方法，还可以看电脑、看图书，看看你们发现了哪些保护眼睛的方法。

## 3、分享交流、提升经验

师：（以拍手的方式引导幼儿集合）小朋友可以和自己旁边的小伙伴说一说你发现了哪些保护眼睛的方法。

师：小朋友知道了很多保护眼睛的方法，让我们一起来记住它们吧。（播放课件进行小结为幼儿展示正确的用眼方法和保护方法）。

别忘了要多吃水果蔬菜，让营养均衡，这样我们的眼睛才能更亮更有神哦。

师：眼睛让我们看到了蓝天、白云、小鸟，看到了很多美丽的景色，它是我们重要的朋友，所以小朋友们一定要好好保护我们的眼睛，让它永远明亮。

## 4、情感体验、加深感知

师：看了这么久，眼睛也累了，让我们一起来做做《爱眼健康操》，休息一下吧。

在音乐中，幼儿跟着老师边唱边跳，律动出室，活动自然结束。

通过活动的开展让幼儿明白眼睛的作用，通过合作研讨，得出保护眼睛的方法来，又经过课件的展示强化了幼儿的护眼意识，懂得眼睛的重要性。幼儿在活动中积极思考，讨论活跃，轻松的学到了护眼的方法。在整个活动中，幼儿表现积极，有很强的求知欲和兴趣。但在自由探索获得感知的过程中，有部分幼儿参与不够的现象，在此环节应加以改进，争取面向所有幼儿。

## 小班健康活动教案标记朋友篇二

- 1、在倾听故事中感知故事情节、结构的重复。
- 2、学习用语言、动作和表情表现对故事的理解。

### 1、故事《拔萝卜》

- 2、自制纸偶老爷爷、老奶奶、小孙女、小猫、小狗、小老鼠、大萝卜。

——当故事情节进行到拔萝卜时，教师演唱歌曲“拔萝卜”。

——在演唱歌曲时，配合做出“拔”和“招手”的动作，让幼儿参与朗诵与复述、歌唱和表演。

——老公公拔不动萝卜找谁帮忙？

——老公公和老奶奶还是拔不动萝卜，他们找谁帮忙了呢？

——根据故事情节继续提问，小孙女、小猫、小狗、小老鼠以此类推。

——一位教师戴上“萝卜”头饰坐在半圆形座位的排头，另一位教师坐在排尾。

——幼儿和教师共同侧身向排头，每人拉着前一个人的衣服，边唱边表演拔萝卜。

——当幼儿不知道下面该招呼谁来拔萝卜时，教师亮出“手饰”，提醒幼儿下面该谁来参与拔萝卜。

——教师与幼儿共同快乐地进行表演。

角色活动区：投放《拔萝卜》的乐曲及所需头饰或纸偶，让幼儿随乐曲边唱边表演。

- 1、能通过教师的动作提示感知故事的结构、内容。
- 2、能愉快地参与剧情演出。

## 小班健康活动教案标记朋友篇三

1. 了解结核病，了解随地吐痰传播病菌的危害。
2. 结合图片和讨论，知道有些病菌会通过空气传播疾病，了解随地吐痰传播病菌的危害。
3. 逐步养成不随地吐痰的习惯。

1. 了解随地吐痰不仅会污染生活环境，而且还会危害身体健康。图片（小朋友随地吐痰）

2. 请小朋友回家向爸爸、妈妈咨询有关痰和病菌传播的危害。

1. 出示图片，引导幼儿观察：图上的小朋友在干什么？这样做对吗？为什么？使幼儿明白：我们不能随地吐痰，随地吐

痰是不文明、不卫生的行为。

3. 教师小结：生病的病人身体内有很多的病菌，吐出的痰里也村有许多的病菌，这些如果被别人踩了，就把细菌带到了各个地方；这些痰被太阳晒干了，痰里的病菌会跑道空气中，就会被吸入我们的身体内，传播各种病菌，危害人体的健康。

4. 组织幼儿讨论：自己在生病痰多的时候，如何保护他人的健康和环境的卫生？使幼儿明确卫生要求：不能随地吐痰，咳嗽时不要正对他人，并且要用手帕或手捂住嘴巴。如果你有痰呀，怎么办呢？幼儿与教师共同讨论并得出以下的结论：吐在垃圾箱中。如果附近没有垃圾箱，可以把痰吐在纸头上，等有了垃圾箱再扔进去。可以把吐在厕所里，用水冲掉。

## 小班健康活动教案标记朋友篇四

1. 能听指令四散跑。

2. 喜欢参与体育活动，体验游戏的乐趣。

太阳头饰，小鸡挂饰，操场，沙包，框子

热身

老师：“蛋宝宝们，我们一起出去看看太阳公公出来了没有吧！”

老师：“哇，快看，太阳出来了，好舒服啊，看来我们这些蛋宝宝要长大咯。”（抚摸小朋友）

老师：“伸出我们的小脑袋（活动头部），伸出小翅膀（活动肩、臂），呀，我们跳出蛋壳变成小鸡啦（活动腰部、腿部）”

## 练习

### 1. 阳光下的运动

小鸡自由在阳光下运动。

老师：“我们跳出蛋壳变成了小鸡，在阳光下活动感觉怎么样啊？”

教师欣喜地告诉幼儿：“哈哈，小鸡们，阳光已经抱过你们了。”

### 2. 游戏：捉迷藏

老师：“你们想和太阳公公一起在菜地里玩躲猫猫的游戏吗？”

“太阳上山时”教师扮演太阳来追赶幼儿，逐个拥抱被追到的幼儿。

“太阳下山时”幼儿与太阳说再见，做休息状。

### 3. 捉迷藏升级版

老师：“我们菜地里突然多了好多小虫子啊，小鸡们，我们在躲猫猫的时候也要把我们的虫子捉到放在这个框子里哦！”

师幼进行游戏。

## 放松

老师：“小鸡们，我们和太阳公公玩的也累了，我们沿着这条路回家休息吧！”（边走边做放松运动）

## 小班健康活动教案标记朋友篇五

1. 能在间隔20厘米的空隙中持物行走。
2. 乐于参与游戏，大胆表现自己，萌发关爱小动物的情感。

活动内容：健康《解救小动物》

场地设计 报纸 轮胎 拱形门 呼啦圈 小动物 活动音乐。

活动重点：在间隔20厘米的空隙中持物行走。

活动难点：大胆游戏，攀爬，跳跃。

一、热身活动 □ 5 min 音乐1 奥尔夫音乐3 ) 我们今天要做一件非常厉害的事情，在做这件事情之前，我们得好好活动我们的身体，我们一起来吧！

幼儿坐在报纸上，活动身体的 四肢、腰腹、膝盖、手脚腕

- 1、双手支撑于地面，抬起腿来跑一跑。
- 2、交替抬腿。
- 3、转动腰部。
- 4、摸摸小脚、用头碰碰膝盖（活动腰腹）
- 5、双手抱腿，扭一扭脚腕，十指交叉，活动手腕。

二、游戏活动（音乐停止）

1. 情景及规则介绍森林里面发生了一件特别恐怖的事情，小动物们都被怪兽抓起来了，被关在黑黑的山洞里，他们特别害怕，咱们一起去救小动物吧！

去往山洞的路上特别危险，有一条很大的没有桥的河，过河的时候要踩着河里的石头（介绍场景，教师示范在空隙中行走）要钻过一个山洞，然后手爬上一座小山，再跳下去，还可能遇见怪兽，你们敢不敢去？（大声回答）请个别幼儿示范。

强调规则：每人去救一个小动物回来，保护好他们，沿着旁边的小路（报纸）走回来，把小动物放在小床上，让他们休息。救完小动物的小朋友，站在队伍后面休息一会。

2. 游戏开始（音乐2 向前冲）我们一起开始吧，请你们一个一个来，看到前面小朋友过山洞，你就可以出发了。

再次游戏（评价活动，我们再玩一次，这次要看谁救小动物救的最快，咱们来比赛！）

三、放松活动，游戏结束小动物都被救出来了吗？

他们休息了一会，可是还是很害怕，请你去安慰一下他们吧！找一个小动物，抱抱他，拍拍他（音乐3 八音盒）好累呀，我们也一起放松放松身体吧，深呼吸，拍打四肢，扭一扭脖子，腰，手脚腕。（音乐4）我们今天做了一件非常厉害的事情，小动物们都被救出来，他们高兴极了，现在，带着你的动物好朋友，一起去玩吧！

## 小班健康活动教案标记朋友篇六

孩子们平时喜欢玩球，但是对球的控制能力不好，为了能让幼儿提高控制能力，因此设计此活动，使幼儿不再是单纯地滚球。

1. 练习持物控球跑，提高控制能力。
2. 发展动作的协调性。



皮球、羽毛球拍、小椅子若干张。

1. 教师与幼儿手持羽毛球拍，听音乐做全身运动。

2. 幼儿每人领一头小猪（皮球），用球拍赶着小猪去散步。

3. 启发幼儿想象，赶着小猪去\*\*，边讲边练。

4. 小猪去郊游：

（1）介绍郊游的行程，走过一条小路，穿过一片树林，绕过小山。

（2）幼儿一个跟着一个赶猪经过行程。

5. 送小猪回家。

许多幼儿都能顺利完成任务，教师要随时提醒幼儿不要让球滚掉，如过滚走，要马上追回来。继续赶。另外，教师还可在幼儿游戏熟练后增加难度，将羽毛球拍换成纸棒。

## 小班健康活动教案标记朋友篇七

幼儿入园晨午检时，发现有些幼儿的小手不干净，让其去洗手，他们会有各种理由不去洗，“我洗过手了，我在家里洗的。”“手是干净的，不脏。”“衣服不脏，妈妈刚给我换的。”。当我告诉幼儿这些东西是脏的，洗干净的小手摸了不干净的东西也会变脏时，幼儿会听从我的建议去洗手，但同样的事情、同样的理由以后还会出现。用小毛巾擦一擦，把幼儿认为干净物品上的“脏”东西从隐蔽的状态显现在眼前，幼儿真正理解了“脏”的概念，才会把老师的要求，转化为自己的愿望，有效地转变自己的行为，养成爱洗手的习惯。

1、知道周围的许多东西是不干净的，许多脏东西是看不见的，

吃东西之前知道洗手。

2、引导幼儿讲究卫生，养成勤洗手的好习惯。

1、肥皂或洗手液、白色湿毛巾、水龙头（脸盆）；苹果及果盘。

2、分组坐在桌旁，看图书、玩玩具、聊天。

1、情景设置：一起吃苹果老师：小朋友们好！，看看盘子里放的是什么？

幼儿：又大又红的苹果。

老师：小朋友想不想吃？激发幼儿想吃的愿望。

谁不愿意去洗手？为什么？（手不脏，在家洗干净后来园的，手没摸脏东西，周围的物品不脏。）

2、小实验：它们干净吗用白色湿毛巾擦拭幼儿认为干净的物品如：图书、桌椅和玩具、幼儿自认为干净的小手等，引导幼儿观察并发现毛巾颜色的变化。

结论：我们周围的许多东西都是不干净的，许多东西脏了，小朋友用眼睛都看不出来，脏东西还会从一个地方跑到另一个地方呢。干净的小手，摸了这些东西就不干净了。

提问：

1) 毛巾为什么变脏了？脏东西是哪儿来的？（图书、桌椅和玩具是脏的，毛巾一擦，脏东西就跑到毛巾上。）

2) 刚才小朋友为什么说它们是干净的？（看不见）

3) 小手洗干净后，再摸图书、玩具、桌椅和衣服等东西，还

干净吗？

4) 小朋友现在你们该做什么？（幼儿：去洗手）现在我们先去洗手，把我们的眼睛看不见的脏东西洗掉，再回来吃苹果？（排队去洗手）

3、怎样洗手最干净？

1) 示范讲解洗手的步骤：

洗手前先挽起袖子，以防衣服湿水

1、开水龙头淋湿双手。

2、加入洗液或抹肥皂，用手搓出泡沫。

3、小心地双手相互擦手心、手背、指甲内外和四周、指尖、虎口位置，最少揉搓10秒钟才冲水。

4、用清水将双手彻底冲洗干净5、在关水龙头时，请记得冲洗水龙头，以避免双手洗净之后，又因为触碰水龙头而受到污染。

6、用干毛巾或手纸彻底擦干双手，或自动“风干”也不错。

提醒：擦手一定要用干净的个人专用毛巾、手巾或一次性纸巾擦干双手，并勤换毛巾。

2) 请2--3个幼儿演练，并及时表扬鼓励。

4、品尝苹果：

小朋友洗手后，大家一起品尝一下甜甜的苹果。

请小朋友把果皮、果籽扔到垃圾桶内，把果盘收拾一下，再

去洗洗手。

组织幼儿欣赏：《洗手歌》。

鼓鼓掌拍拍手讲卫生《呀》勤洗手，大家一起来唱歌相互提醒小朋友提醒小朋友进屋洗，饭前洗；手背洗《呀》手心洗肥皂擦擦来清理，养成习惯靠自己习惯靠自己拍皮球画图画捉迷藏《呀》玩游戏回家洗手别忘记偷懒只能害自己只能害自己，啦啦啦啦啦啦啦，啦啦啦啦啦啦。

活动对幼儿进行勤洗手的良好习惯的培养与日常生活相结合。开始以一条脏毛巾的话题讨论方式进入活动主题，让幼儿知道为什么要洗手，鼓励幼儿自己来介绍洗手的方法，提高幼儿参与活动的积极性。利用通俗易懂的儿歌，具体形象的演示，富有激情的语言，再加上有徒手练习的铺垫，先前进行个别的纠正和辅导，使得实际练习有条不紊的开展。让幼儿真切观察和感知到如何能把小手真正洗干净的真实过程，都学会了用正确方法洗手。

## 小班健康活动教案标记朋友篇八

活动目标：

1. 知道独自玩耍或独自在家时不跟陌生人走，不给陌生人开门。
2. 增强自我保护的意识和能力。
3. 考验小朋友们的反应能力，锻炼他们的个人能力。
4. 培养幼儿完整、连贯地表达能力和对事物的判断能力。
5. 加强幼儿的安全意识。

活动准备：

1. 幼儿用书：《不跟陌生人走》。
2. 事先让幼儿理解“陌生人”的含义。

活动过程：

一、认识陌生人。

1. 教师：你们知道什么是陌生人吗？

小结：陌生人就是我们不认识的人，陌生人不一定是坏人，也有好的陌生人，当我们遇到陌生人时，跟我们说话或吃东西是，不管她是好的或是坏的，我们都要有礼貌的拒绝。

2. 老师这里有两个小朋友叫丽丽和齐齐，她们也遇到了陌生人，看看她们是怎么办？

二、看录像《不跟陌生人走》。

1. 教师：丽丽一个人在家，外面响起了敲门声，这一次，丽丽没有直接开门，而是从猫眼里往外看，门口站着个陌生的阿姨，来人急匆匆地说：“我是你爸爸的同事，你爸爸叫我带你去玩，你快跟我去医院吧！”丽丽正想开门，但他一想说：“谢谢阿姨，我还是先打个电话给妈妈吧！”

小结：当我们小朋友独自在家有陌生人敲门时，我们不能给他开门，应该有礼貌的拒绝陌生人。

三、看幻灯（一）《不跟陌生人走》。

1. 教师：丽丽一个人在楼下玩，一个陌生人走过来对他说：“小妹妹，这包糖送给你吧！你想吃冰淇淋吗？我带你去买，走，跟我走吧！”

2. 教师：丽丽能跟这个人走吗？为什么？

小结：陌生人的东西不能随便乱吃，不管她是好意还是恶意，我们都要有礼貌的拒绝陌生人的东西。

四、看幻灯（二）《不跟陌生人走》。

1. 教师：奇奇在公园里和妈妈走散了，急得哭了起来，一个陌生人走上前说：“小弟弟，我带你找妈妈吧！”

2. 教师：奇奇能跟这个陌生人走吗？

3. 教师：请你和小朋友商量一下，如果你碰到这样的事情，你会找谁帮忙？

怎样区别公园的工作人员？（可以找公园的工作人员帮忙，或是找警察叔叔帮忙）

五、师幼共同小结。

1. 在生活中我们小朋友有没有遇到陌生人？你是怎么做的？

2. 小结：有时，爸爸妈妈因为有事而让你们独自玩或是独自在家，小朋友如果碰到陌生人和自己说话、给自己好吃的东西，邀请自己玩时，不管陌生人说什么，都不能跟陌生人走。

活动延伸：

幼儿讲一些相关的故事，让幼儿了解身边发生的事情，提高自我保护的主动性。

## 小班健康活动教案标记朋友篇九

1. 学习正确的洗手方法。

2. 能响亮地说出自己的想法。
3. 初步养成良好的卫生习惯。
4. 初步了解健康的小常识。
5. 初步了解预防疾病的方法。

1. 绘制《洗手步骤图》。

2. 在盥洗间墙上便于幼儿观察的位置张贴《洗手步骤图》。

一、组织幼儿户外活动，发现手的变化。

师：刚才我们在外面玩了什么？（玩皮球、玩小狗爬等等）

开心吗？（开心）

师：可是瞧，我们的小手变成什么样子了呢？

幼：手变得脏了。

幼：手变花了。

那么我们应该怎样做呢？（幼儿自由地说出经验）

幼：要洗手。

幼：要用餐巾纸擦手。

师：对了，我们要洗手，做个爱卫生的孩子。

师：不然脏了手会怎样呢？

幼：好吃的东西会不好的。

幼：去吃牛奶会不好的。

教师总结：去抓了饼干牛奶好多吃的东西放到肚子里会不舒服的，而且脏手弄眼睛，眼睛也会生病的呢。

(给予孩子讲出经验的机会，孩子们很会说，在平时生活中爸爸妈妈经常教孩子们注意平时的卫生给了孩子们很多的经验。)

二、出示《洗手步骤图》，了解洗手步骤。

师：洗手很重要，那么怎样洗手呢？

教师请幼儿观察挂图：洗手顺序是什么？

教师：打开水龙头、冲水、擦肥皂、再冲水、擦干。

三、教师总结正确的洗手顺序，并通过念儿歌帮助幼儿学习洗手。

1. 教师先卷起袖子，打开水龙头淋湿双手，然后抹肥皂，再搓手，最后冲净手上的肥皂沫，关上水龙头，用毛巾把手擦干，放下衣袖。

2. 教师边念儿歌边教幼儿正确的洗手方法。

和孩子们一起来示范如何开水龙头和关水龙头，如何处理沾湿水后水龙头的关，节省水资源。

3. 教师和幼儿一起边念儿歌边洗手。

4. 教师示范讲解用毛巾把手擦干的方法：洗完手后，用自己的毛巾将一只手的手心、手背擦干，再将另一只手的手心、手背擦干，最后放下卷起的衣袖。(出示洗手的图片，和孩子们一起再学一遍)



四、引导幼儿跟教师进盥洗间学习洗手。

教师将幼儿分成若干小组，跟老师进盥洗间学习洗手。

五、幼儿相互比一比谁的手最干净。

此活动可作为专门的活动开展，并让幼儿进行练习，也可以在午饭前、吃点心前的洗手活动时进行。

教学材料：

[儿歌]

洗手

搓搓搓，搓手心，

搓搓搓，搓手背；

换只小手再搓搓，

一二三，搓好了。

在活动中孩子们跟着我一起来玩洗手的游戏，孩子们玩得也不亦乐乎，大家都喜欢洗手，但我知道不是孩子们很爱干净，只是他们喜欢擦肥皂的环节，这可以在平时洗手的环节中感受得到，孩子们喜欢有许多泡泡的感觉，孩子们将这做为很大的乐趣，那么怎样让孩子们既把手洗干净，又养成节约水源的习惯呢，我让孩子们在沾湿手后加了一句，“轻轻拧紧水龙头”，孩子知道了，同时我还督促孩子们洗手，不让孩子们将洗手变成玩水活动，当然这也需要孩子们的自我管理。

同时我还发现还有许多的孩子他们虽然将小手洗得很干净，但是他们的手指甲却让他的手显得很脏，我让孩子们注意手指甲也要注意勤快地剪掉，这样我们的小手才显得更加干净。

# 小班健康活动教案标记朋友篇十

- 1、练习向上抛物。
- 2、学习用双手的食指和拇指对撕彩条。
- 3、锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。
- 4、培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。
- 5、喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

塑料夹子、彩色皱纹纸剪成的宽纸条若干。

## 1、导入：

师：“孩子们。今天老鼠先生要去新娘啦！听！它们来了！”放ppt课件（《抬花轿》音乐）

师：“哎呀！不好！礼花忘记买了，这可怎么办呢？”

## 2、教师示范，宝宝尝试撕纸条。

师：噢！老鼠先生告诉我，可以用彩纸做礼花。孩子们看，老师这有什么呢？（幼：彩纸）

师：对！我这里有許多漂亮的彩纸。下面我要用彩纸做礼花了，宝宝们，仔细看！拿起彩条，用拇指和食指对着撕彩纸的上面，把宽纸条变成窄纸条。宝宝，你也来试试吧！

## 3、教师提醒宝宝，要均匀的撕纸，不要横着撕纸、撕断。

师：看xxx是沿着彩纸花纹，把宽纸条竖起来撕的，撕得宽窄一样，她做的可真好！

4、教师示范“礼花”的做法，宝宝练习。

师：我发现宝宝们都撕完了，下面我用夹子夹住几条撕好的彩条，注意了！我是夹住纸条的顶部。哇！一个礼花做成了！宝宝，你们也来试一下吧！

5、指导幼儿“放礼花”。

师：嗯！宝宝们做的礼花可真漂亮啊！下面我们一块来放礼花吧！（教师将做好的“礼花”往上抛，提醒幼儿不要把“礼花”向小朋友的头上抛。）

师：xxx的礼花放的好高啊！快看啊！天空中开满了五颜六色的“礼花”，真好看！

6、结束

师：宝宝们，今天咱们都学会了制作礼花，还学会放礼花，你们的本领可真大！看！老鼠先生正等着我们和她娶新娘呢！（放音乐《抬花轿》）走！我们出发喽！

“纲要”中指出：培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的重要目标，要根据幼儿的特点组织生动有趣、形式多样的体育活动，吸引幼儿主动参加。体育课是有目的、有计划、有组织的教学活动，是完成幼儿体育任务，培养、促使幼儿全面发展的重要途径之一。