

最新小班爱喝水健康教案(优秀8篇)

幼儿园教案应注重培养幼儿的观察力、想象力和创造力。以下是小编为大家精选的几篇四年级教案范文，希望能够为大家提供一些备课的参考和指导。

小班爱喝水健康教案篇一

活动目标：

- 1、知道身体的生长需要水分，白开水是最好的饮料。
- 2、愿意和白开水，在日常活动中能主动喝水。

活动准备：

- 1、幼儿用书：《想喝水就河水》（一）、（二）。
- 2、果奶瓶一个，茶杯一个。

活动过程：

- 1、组织幼儿户外活动，然后带幼儿进活动室。

通过谈话，引带幼儿思考：人为什么要喝水？

教师(出示茶杯)：我们干菜在室外玩得真高兴，晚了这么长时间有什么感觉？

教师：我也有点渴，要喝点水。喝了水就不渴了。

组织幼儿喝水。

教师：喝了水真舒服！小朋友想一想，我们什么时候想喝水？

2、引带幼儿看幼儿用书：《想喝水就喝水》

(一)了解人身体在什么时候应该补充水分。

教师：请看一看，图上的小朋友在干什么？做完这些事情以后，他们又干什么了？

教师小结：锻炼后、外出游玩时、洗过澡等因为运动而出汗的情况下就会想喝水，谁叫起床时也想喝水。渴了不喝水渴了不喝水会觉得很难受的。在幼儿园里，老师每天都会为大家准备水，小朋友想喝水的时候就可以自己去喝。

3、引导幼儿看幼儿用书：《想喝水就去喝水》

(二)了解“这些谁不能喝”。

讨论：为什么这些谁不能喝？

教师小结：池塘里的水、自来水龙头留下来的水看上去都是清清的，但是都不能直接喝。因为水里面有细菌。水烧开后细菌就被杀死了，所以即使干净的水也要烧开后才能喝。

4、介绍最好的饮料：白开水。

教师：渴的时候和喝果奶行不行？

教师小结：有的小朋友喜欢喝果奶。但是它们太甜了，对牙齿有害。白开水才是最好的。我们想喝水的时候就去喝白开水，这样对我们的身体有好处。

活动延伸：

引导幼儿进行“玩水”的游戏，并提供不同的材料的.物品让幼儿做试验，初步感受沉、浮的现象。

小班爱喝水健康教案篇二

【活动目标】

- 1、对漱口后口腔的清洁美进行审美感知，有口腔清爽、舒适的审美体验。
- 2、了解饭后漱口的必要性，有漱口的愿望，体验饭后漱口的快乐。
- 3、掌握正确的漱口方法，养成饭后自觉漱口的良好习惯。
- 4、初步了解健康的小常识。
- 5、培养良好的卫生习惯。

【活动重点、难点】

正确的漱口方法，饭后漱口的习惯。

【活动准备】

- 1、饭后漱口和没有漱口的口腔的录像及漱口示范录像（包括：正确漱口方法、漱口程序分解动作录像）。
- 2、双胞胎女孩头像图、故事配图。

【活动过程】

一、感知激励情感（建议：集体教育）

（一）请幼儿观看饭后漱口和没有漱口的口腔录像

（二）讲故事《红红和丽丽》

1、出示双胞胎女孩头像挂图，引出故事。

（引导幼儿观察出红红的牙又白又齐，丽丽的牙又黑又稀）

2、教师讲故事《红红和丽丽》

红红和丽丽是一对双胞胎姐妹。每次吃完饭后，红红都用小茶杯接半杯水，站在水池边，喝一口闭上嘴，咕噜，咕噜让水在嘴里冲冲牙，再把水吐到水池内，一直把茶杯里的水漱完才放小茶杯，嘴里的剩饭渣都被冲掉了，牙齿可干净了，又白又整齐。

丽丽就不一样了，她不爱漱口，吃完饭红红说：“丽丽来漱口。”丽丽摇摇头说：“不漱，不漱，烦死了。”说着一溜烟儿跑去玩了。

细菌小兰脸、小红脸发现了丽丽的这个毛病，可高兴了。偷偷地溜到丽丽的牙缝里吃剩东西，还把她的牙啃了个黑窟窿，痛得嗷嗷直叫，妈妈赶快带丽丽到医院去看牙。医生阿姨给丽丽开点药，并在丽丽的牙上钻个洞抓出了小兰脸、小红脸。妈妈对丽丽说：“你一定要记住饭后漱口呀！”

师：红红的牙是怎样的？为什么？

丽丽的牙是怎样的？为什么？

你看到丽丽又黑又稀的牙有什么感觉？

你看到红红又白又齐的牙有什么感觉？

你愿意有一口什么样的'牙齿？你准备怎样保护你的牙齿？

二、趣味学习技能（建议：集体教育）

（一）观看正确漱口的录像（配有儿歌）

拿起小茶杯，接上半杯水；

喝一口，闭上嘴，咕噜咕噜冲四下；

把水吐到水池内，

漱呀漱，水漱完，再放小茶杯。

师：小朋友吃完饭后想漱口吗？

怎样才能把嘴里的剩东西漱干净呢？

我们来看看电视里的小朋友是怎样漱口的？

（二）观看漱口程序分解动作录像

师：茶杯接多少水？

漱口时嘴是怎样的？脸上什么在鼓？鼓几下后把水吐出？想一想为什么要鼓？

漱口时应把水吐到哪里呢？

什么时候才放小茶杯？

师边放漱口录像边说《漱口》儿歌，总结漱口的正确方法。

（三）分别放漱口找错录像，边放边引导幼儿找错录像内容：

1、漱口时，接一满杯水，用不完把水倒掉；

2、漱口时，没有鼓腮帮冲，而是喝一口，吐一口；

3、漱口时，把水咽下；

4、漱口时，把水吐到地上。

师：这位小朋友漱口时做的哪不对？为什么？

（四）幼儿练习漱口

1、幼儿到卫生间，请个别幼儿先漱口，其他幼儿评价。

2、幼儿分组漱口，其余幼儿拍手说《漱口》儿歌。

三、体验欣赏成果（建议：个别教育和随机活动）

1、饭后漱口时，教师注意引导幼儿体验漱口后，口腔清爽、舒适的感觉。

师：漱完口了，你现在感觉嘴里怎么样呀？

2、照镜子让幼儿欣赏牙齿的清洁美，激发自豪感。

师：看看你的牙是怎样的？为什么会这么干净呢？

看着你这么干净的牙，你心里觉得怎么样？

3、幼儿漱完口，引导幼儿互相比一比谁的牙儿净。

四、行为巩固习惯（建议：集体、小组、个别交互进行）

1、小小检查员：每天班上选出5名表现较好的幼儿做“今日的小小检查员”，监督幼儿的漱口情况。

2、翻牌：每次饭后能正确认真漱口的幼儿，可到红花园地翻开自己的红花牌。

3、小金杯：一周之内，每一次都能坚持认真漱口的幼儿，经过周末幼儿评选可以得到一枚小金杯。

教学反思

此次活动圆满结束！活动前我为幼儿创设了宽松自由的活动氛围，让幼儿在宽松自由的氛围中轻松获得锻炼与提高。活动过程中，幼儿表现的积极主动，都能用较完整的语言回答老师提出的问题，并能主动与同伴交流。

小班爱喝水健康教案篇三

- 1、知道水能解渴，人每天都需要喝水。
- 2、迁移生活经验并对比，懂得白开水是最好的饮料，喝生水不卫生。
- 3、养成主动喝水的良好习惯。
- 4、初步了解水的小常识。
- 5、培养幼儿少喝饮料多喝开水的良好习惯。

瓶装可乐、汽水、橙汁，一杯白开水，一杯自来水

一、通过提问，引出话题：

提问：口渴了怎么办呢？（喝水、喝饮料、吃水果等。）

二、出示瓶装可乐、汽水、橙汁，一杯白开水。迁移生活经验进行讨论：

- 1、这里有什么？它们是什么味道的？
- 2、你知道口渴了喝哪种水最解渴、最好呢？

教师告诉幼儿汽水、饮料里面有许多糖分，还含有许多的二氧化碳，对我们小朋友的身体健康并不好；而白开水里没有

这些成分，喝白开水最解渴，白开水是最好的饮料。

教师拿着杯子到水龙头前面接了一杯自来水，提问：自来水能喝吗？为什么？

教师总结：自来水不能喝，因为有很多的细菌还没有被消灭。只有经过高温消毒的水才能喝。

三、介绍喝水的重要性。

提问：为什么人每天都要喝水？让幼儿根据自己的经验大胆地说说。

教师总结：我们人体内每天需要有很多的水，但是我们活动后就会出汗，身体里的一些水就会蒸发掉，因此，我们每天都要给身体补充足够的水。

教师念儿歌：咕噜咕噜。小朋友请你们一起告诉小胖胖喝什么最解渴好吗？

儿歌：咕噜咕噜太阳大，天气热，小胖胖，买汽水，喝可乐，咕噜咕噜喝一杯。咕噜咕噜喝一杯。一杯两杯三杯……咕噜咕噜咕噜……喝了好多杯，小胖胖一样渴，小胖胖一样热，还把地上弄了一堆垃圾。

习惯的养成是长期坚持的结果，本次活动能够帮助幼儿建立正确的喝水意识，但行为习惯的养成还得靠老师和家长的共同努力。

故事引入，能够激发幼儿的好奇心和注意力，一系列的提问，和故事紧密联系，是幼儿的回答启发于故事，又回归于故事。通过视频短片，人们都在喝水，帮助幼儿了解，什么时候要喝水呢？而不仅仅是口渴的时候。我充分利用了教室的资源，其中一盆花枯萎好久了，可能并不是只因为没有浇水，但幼

儿能够完全相信，是因为没有浇水。在第三个环节中，有小朋友问我，牛奶，豆浆是不是饮料呢？纯牛奶，豆浆小朋友可以喝，但也不能喝太多，不然会导致营养过剩。整个活动，小朋友能够大胆发言，了解喝水的重要性，会主动要水喝，知道白开水是最好的饮料。但生活中还得我们的家长坚持督促幼儿良好喝水习惯的养成。

小班爱喝水健康教案篇四

活动目标：

- 1、知道喝白开水的好处，了解到白开水最容易解渴。
- 2、知道何时该喝水、如何喝水。
- 3、愿意在口渴时主动饮用白开水。
- 4、学会保持愉快的心情，培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。
- 5、知道人体需要各种不同的营养。

活动准备：

- 1、在上课前让幼儿了解喝水的好处。
- 2、歌曲《健康歌》。
- 3、奖励卡片小水滴。
- 4、“今天你喝水没有”的记录表。

活动过程：

- 一、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。

(2) 通过课前收集和讨论知道水好处，激发幼儿主动喝水欲望。

二、知道白开水对身体最好。

(1) 教师讲述故事《小猪嘟嘟》，幼儿欣赏。

(2) 讲述完故事后教师提出问题。

三、知道什么时候该喝水、如何喝水。

(1) 让小朋友自己想想有哪些时候该喝水。

(2) 教师情景表演。

(3) 加深要主动喝水的欲望。

教学反思：

我爱喝水这个活动是很接近生活的一节课，在本次的集体生活当中，我先让幼儿知道了解，引导幼儿知道，天气很热，很容易出汗，那就要及时的补充水分，就是要多喝开水。虽然课是告一段落了，但是像有些情况还是不能避免的，幼儿对这种单纯性的谈话活动，本身就缺少兴趣，不能让幼儿有些就是根本就不来听老师的，希望西祠能想出好的对策，避免这种情况发生。

附故事《小猪嘟嘟》

一提起小猪嘟嘟的名字，森林里的小动物都认识，嘟嘟是一只聪明伶俐，人见人爱的小猪，长着两只大大的耳朵，说起话来呼噜噜的，非常可爱，森林里的小动物都愿意和它在一起玩耍，他们在一起捉迷藏、丢沙包，每天过的真高兴。

可是小猪嘟嘟有个不太好的习惯，它不爱喝水，那它渴了怎么办呢？嘟嘟头一昂，呼噜噜的说：“喝饮料呗，饮料酸酸甜甜的可好喝了，水一点味道也没有，一点也不好喝！”于是嘟嘟渴了便抱起饮料咕咚咕咚喝了一通，森林里的小动物知道它这个不好的习惯都劝它别喝这么多饮料，因为喝多了饮料对身体不好，可是嘟嘟却两眼一闭，呼噜噜地说：“有什么不好，我这不是挺好的吗？”时间一长，小动物们便不再劝说小嘟嘟了，嘟嘟照样把饮料当水喝。

最近一段时间，小动物们发现嘟嘟越来越胖，什么都不愿干，干什么也没劲，也不愿出去玩。于是小动物们都带它去看医生，小猴医生问嘟嘟：“你是不是爱喝饮料不爱喝水呀？”

嘟嘟说：“你怎么知道的呀？我就是爱喝饮料饮料酸酸甜甜的就好喝了！”

猴医生：“这就对了，你就是因为喝饮料喝的太多了才会越长越胖的，因为饮料中有许多糖份及对身体有害的物质，喝多了会得肥胖病等症状，对身体不好，所以你以后要改掉这个不好的习惯。”

嘟嘟不好意思的低下头说：“我知道了，我一定听大家的劝说，以后少喝饮料，多喝水，做个健康的小嘟嘟。”

小班爱喝水健康教案篇五

活动目标：

- 1、知道喝白开水的好处，了解到白开水最容易解渴。
- 2、知道何时该喝水、如何喝水。
- 3、愿意在口渴时主动饮用白开水。

- 4、加强幼儿的安全意识。
- 5、初步了解健康的小常识。

活动准备：

- 1、在上课前让幼儿了解喝水的好处
- 2、歌曲《健康歌》
- 3、奖励卡片小水滴
- 4、“今天你喝水没有”的记录表

活动过程：

一、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。
- (2) 通过课前收集和讨论知道水好处，激发幼儿主动喝水欲望。

二、知道白开水对身体最好。

- (1) 教师讲述故事《小猪嘟嘟》，幼儿欣赏。
- (2) 讲述完故事后教师提出问题。

三、知道什么时候该喝水、如何喝水。

- (1) 让小朋友自己想想有哪些时候该喝水。
- (2) 教师情景表演。

(3) 加深要主动喝水的欲望。

反馈我爱喝水这个活动是很接近生活的一节课，在本次的`集体生活当中，我先让幼儿知道了解，引导幼儿知道，天气很热，很容易出汗，那就要及时的补充水分，就是要多喝开水。虽然课是告一段落了，但是像有些情况还是不能避免的，幼儿对这种单纯性的谈话活动，本身就缺少兴趣，不能让幼儿有些就是根本就不来听老师的，希望西祠能想出好的对策，避免这种情况发生。

活动反思：

我爱喝水这个活动是很接近生活的一节课，在本次的集体生活当中，我先让幼儿知道了解，引导幼儿知道，天气很热，很容易出汗，那就要及时的补充水分，就是要多喝开水。虽然课是告一段落了，但是像有些情况还是不能避免的，幼儿对这种单纯性的谈话活动，本身就缺少兴趣，不能让幼儿有些就是根本就不来听老师的，希望西祠能想出好的对策，避免这种情况发生。

小班爱喝水健康教案篇六

- 1、学习儿歌，理解儿歌内容。
- 2、了解水的重要性，知道多喝开水的好处，养成喝水的习惯。
- 3、能根据生活经验仿编儿歌，体验仿编的乐趣。
- 4、鼓励幼儿大胆的猜猜、讲讲、动动。
- 5、能自由发挥想像，在集体面前大胆讲述。

学习儿歌，理解儿歌内容。

能根据生活经验仿编儿歌，体验仿编的乐趣。

1、杯子、奶瓶、茶壶、花盆实物和图片各一份。

2、水杯每人一只。

3、仿编儿歌的图示一张。

一、教师依次出示杯子、奶瓶、茶壶、花盆引出主题

教师提问：

1) 这些是什么？它们有什么用？

2) 有一天，杯子、奶瓶、茶壶、花盆在一起说话，说什么话？

二、欣赏儿歌《喝水歌》

1、教师朗诵儿歌

2、教师出示图片，再次朗诵儿歌，帮助幼儿理解儿歌的内容

3、幼儿看图学念儿歌。

4、幼儿边念边表演儿歌。

你们刚才念的儿歌真好听，我们给它取一个好听的名字吧？
(喝水歌)

三、仿编儿歌

2、教师引导幼儿仿编儿歌

1) 教师示范仿编

提问：动物、植物、人类都需要水，我们来编一编儿歌好吗，张老师先来编一句，听一听，老师是怎么编的。

2) 引导幼儿发挥想象仿编儿歌。

教师：你们平时喝水吗？你们平时什么时候喝水啊？

总结：水太有用了，老师告诉你们，水能清除我们体内垃圾，调节人体的体温、防止皮肤的干燥。我们在平时要多喝开水，养成多喝开水的习惯，我们不仅要在幼儿园多喝水，在家里也要多喝水，这样，我们的身体才会更加健康。

四、大家齐干杯

教师：水太有用了，来，我们大家一起来喝一杯开水吧。

《喝水歌》

杯子说：“装水，装水，妈妈渴了要喝水。”

奶瓶说：“装水，装水，宝宝哭了要喝水。”

茶壶说：“装水，装水，爷爷咳嗽要喝水。”

花盆说：“装水，装水，花儿渴了要喝水。”

小朋友说：“装水，装水，大家天天要喝水。”

《喝水歌》是寓枯燥的说教于生动风趣又朗朗上口的儿歌中，中班幼儿有较好的语言组织能力，有了一定的生活经验，能进行简单的仿编。中班幼儿的思维特点是以具体形象思维为主，年龄越小的幼儿，越需要具体形象的支持。我采取实物、图片，图示，帮助幼儿更好地感知和理解儿歌，同时也能激发幼儿参与仿编儿歌的积极性，拓展幼儿的思维，促使幼儿自主发展。

小百科：纯水可以导电，但十分微弱（导电性在日常生活中可以忽略），属于极弱的电解质。

小班爱喝水健康教案篇七

1、幼儿能够根据已有的生活经验，结合课件感知并总结喝水这一生活活动应养成的良好习惯。

2、学会观察与总结。

3、激发幼儿养成良好的健康生活习惯。

养成良好的喝水习惯

多媒体课件

一、导入

1、师幼问好

2、开门见山，直接引入“喝水”的主题。

幼儿a□喝水

幼儿b□游泳

（2）到底它在干什么呢？我们一起来听一听。（聆听喝水的声音。）

（3）喜洋洋为什么要喝水呀？

口渴了 给身体补充水分

小结：喜洋洋要给身体补充水分，小朋友也要给身体补充水

分。

二、活动基本部分

1、夏天快要来了，天气越来越热，小朋友们要多喝水给身体补充水分。

老师想知道小朋友们在幼儿园里是怎么喝水的？

用自己的杯子 排队

洗手 ………

小结：原来喝水有这么多要求。

2、我们一起来看看，这个幼儿园的小朋友是怎么喝水的？

要求幼儿仔细观察图画和视频。

3、师幼一起总结喝水的健康习惯

教师引导：喝水前 / 喝水时 / 喝完水后

4、学习创编儿歌。现在我们一起来将这些好习惯编成儿歌！

三、活动结束部分

组织幼儿喝水进行实践练习。小朋友们动了这么长时间的脑子，我们该去给身体补充量了。

小班爱喝水健康教案篇八

活动目标：

1、知道水能解渴，人每天都需要喝水。

2、迁移生活经验并对比，懂得白开水是最好的饮料，喝生水不卫生。

3、养成主动喝水的良好习惯。

4、初步了解水的小常识。

5、培养幼儿少喝饮料多喝开水的良好习惯。

活动准备：

瓶装可乐、汽水、橙汁，一杯白开水，一杯自来水

活动过程：

一、通过提问，引出话题：

提问：口渴了怎么办呢？(喝水、喝饮料、吃水果等。)

二、出示瓶装可乐、汽水、橙汁，一杯白开水。迁移生活经验进行讨论：

1、这里有什么？它们是什么味道的？

2、你知道口渴了喝哪种水最解渴、最好呢？

教师告诉幼儿汽水、饮料里面有许多糖分，还含有许多的二氧化碳，对我们小朋友的身体健康并不好；而白开水里没有这些成分，喝白开水最解渴，白开水是最好的饮料。

教师拿着杯子到水龙头前面接了一杯自来水，提问：自来水能喝吗？为什么？

教师总结：自来水不能喝，因为有很多的细菌还没有被消灭。只有经过高温消毒的水才能喝。

三、介绍喝水的重要性。

提问：为什么人每天都要喝水？让幼儿根据自己的经验大胆地说说。

教师总结：我们人体内每天需要有很多的水，但是我们活动后就会出汗，身体里的一些水就会蒸发掉，因此，我们每天都要给身体补充足够的水。

教师念儿歌：咕噜咕噜。小朋友请你们一起告诉小胖胖喝什么最解渴好吗？

儿歌：咕噜咕噜太阳大，天气热，小胖胖，买汽水，喝可乐，咕噜咕噜喝一杯。咕噜咕噜喝一杯。一杯两杯三杯……咕噜咕噜咕噜……喝了好多杯，小胖胖一样渴，小胖胖一样热，还把地上弄了一堆垃圾。

活动反思：

习惯的养成是长期坚持的结果，本次活动能够帮助幼儿建立正确的喝水意识，但行为习惯的养成还得靠老师和家长的共同努力。

故事引入，能够激发幼儿的好奇心和注意力，一系列的提问，和故事紧密联系，是幼儿的回答启发于故事，又回归于故事。通过视频短片，人们都在喝水，帮助幼儿了解，什么时候要喝水呢？而不仅仅是口渴的时候。我充分利用了教室的资源，其中一盆花枯萎好久了，可能并不是只因为没有浇水，但幼儿能够完全相信，是因为没有浇水。在第三个环节中，有小朋友问我，牛奶，豆浆是不是饮料呢？纯牛奶，豆浆小朋友可以喝，但也不能喝太多，不然会导致营养过剩。整个活动，小朋友能够大胆发言，了解喝水的重要性，会主动要水喝，知道白开水是最好的饮料。但生活中还得我们的家长坚持督促幼儿良好喝水习惯的养成。