

2023年幼儿中班健康活动健康歌 幼儿园 中班健康教案(优秀19篇)

答谢词可以表达我们对他人帮助的铭记和珍惜。在写答谢词时，可以运用一些感谢的常用表达方式，增加表达的丰富性。接下来我将分享一些经典的答谢词段落，希望能够给大家带来一些写作上的启示。

幼儿中班健康活动健康歌篇一

- 1、喜欢参与健康活动。
 - 2、了解几种常见蔬菜的营养价值。
 - 3、能用自己的语言简单讲述蔬菜的基本特征。
- 1、胡萝卜、芹菜、大蒜宝宝的手指偶。
 - 2、西红柿、茄子、土豆、黄瓜、芹菜、萝卜、辣椒、青菜、包菜等蔬菜实物或图片。
 - 3、课件：《蔬菜宝宝我爱你》。
- 1、谜语导入。
 - (1) 谜面1：像柿子，没有盖，又当水果，又当菜。（谜底：西红柿）
 - 谜面2：头戴绿帽子，身穿紫袍子，小小芝麻子，装满一肚子。（谜底：茄子）
 - 2、组织幼儿讨论蔬菜的不同种类。

(1) 教师：请大家想一想，红色、绿色、紫色、黄色、白色的蔬菜各有哪些？

(2) 幼儿自由讲述。（教师根据幼儿讲述出示相应图片）

(3) 教师：请小朋友把这些蔬菜宝宝送回家，想想能把哪几种蔬菜送回一个家？

(4) 利用各种蔬菜图片，让幼儿根据蔬菜颜色、种类等特征进行分类。（如把青菜、菠菜送回一个“家”，因为它们都是绿色；把土豆、萝卜送回一个“家”，因为它们都是长在土里）

3、结合课件，引导幼儿了解蔬菜的营养价值。

(1) 教师：你们喜欢吃哪些蔬菜？为什么？

(2) 幼儿自由讲述，表达自己的想法。

(3) 教师：我们听听蔬菜宝宝是怎么说的。

4、教师组织幼儿欣赏手偶表演。

(1) 胡萝卜宝宝：我长得红红的，身体里有丰富的维生素a□小朋友吃了我，眼睛很明亮。

大蒜宝宝：我的本领可真大，小朋友和我做朋友，我可以帮你杀细菌，保护你身体健康。

芹菜宝宝：我长得绿绿的，身体里有各种维生素和膳食纤维，小朋友吃了，可以大便顺畅。

幼儿自制蔬菜沙拉、凉拌西红柿或凉拌黄瓜。

幼儿中班健康活动健康歌篇二

- 1、积极参加结伴进行的“搭山洞”、“过山洞”的活动，发展创造力。
- 2、发展基本动作，提高肌肉的耐力和集体的协调性。
- 3、在活动中体验成功和合作活动的乐趣。

音乐、录音机、老师自编的奥运模仿操，铁圈、拱形门各6个。

一、开始部分

幼儿面对老师四散站立，随音乐做奥运模仿操：跑步—打乒乓—掷标枪—射箭—游泳—划船—跳高等。

1、幼儿尝试用身体的不同部位“搭山洞”。师：以前，我们玩过“钻山洞”的游戏，今天，我们来用自己的身体搭山洞，想一想、试一试，用身体能搭出怎样的山洞呢？幼儿自由探索，老师观察、指导，提醒幼儿注意安全。

2、组织幼儿讨论单人、双人搭山洞的方法，并选去锻炼价值、安全性较高的方法进行集体练习。

3、多人搭山洞。师：刚才我们打了许多有趣的单人和双人山洞，那么除了担任、双人可以搭山洞外，三个人、四个人……，许多人在一起能不能打出更有趣的山洞呢？幼儿尝试搭多人山洞，老师观察并加以指导。

4、幼儿尝试多种过山洞的方法。教师启发幼儿探索多种过山洞的方法。（正面钻、侧身钻外，还用了匍匐前行、四肢贴地前行；仰躺于地、双脚蹬地后移等方法。）

（山洞有三种□a每组推选二名幼儿搭成的山洞□b拱形门□c铁

圈)，以不碰倒山洞、先钻过的一方为胜。游戏次数根据幼儿兴趣和活动量而定，每次游戏重新推选搭山洞的幼儿。

师生在音乐游戏中相互捶捶背、敲敲腿，进行放松活动。

中班健康活动：蔬菜宝宝我爱你

活动目标：

- 1、喜欢参与健康活动。
- 2、了解几种常见蔬菜的营养价值。
- 3、能用自己的语言简单讲述蔬菜的基本特征。

活动准备：

- 1、胡萝卜、芹菜、大蒜宝宝的手指偶。
- 2、西红柿、茄子、土豆、黄瓜、芹菜、萝卜、辣椒、青菜、包菜等蔬菜实物或图片。
- 3、课件：《蔬菜宝宝我爱你》。

活动过程：

1、谜语导入。

(1) 谜面1：像柿子，没有盖，又当水果，又当菜。（谜底：西红柿）

谜面2：头戴绿帽子，身穿紫袍子，小小芝麻子，装满一肚子。（谜底：茄子）

2、组织幼儿讨论蔬菜的不同种类。

(1) 教师：请大家想一想，红色、绿色、紫色、黄色、白色的蔬菜各有哪些？

(2) 幼儿自由讲述。（教师根据幼儿讲述出示相应图片）

(3) 教师：请小朋友把这些蔬菜宝宝送回家，想想能把哪几种蔬菜送回一个家？

(4) 利用各种蔬菜图片，让幼儿根据蔬菜颜色、种类等特征进行分类。（如把青菜、菠菜送回一个“家”，因为它们都是绿色；把土豆、萝卜送回一个“家”，因为它们都是长在土里）

3、结合课件，引导幼儿了解蔬菜的营养价值。

(1) 教师：你们喜欢吃哪些蔬菜？为什么？

(2) 幼儿自由讲述，表达自己的想法。

(3) 教师：我们听听蔬菜宝宝是怎么说的。

4、教师组织幼儿欣赏手偶表演。

(1) 胡萝卜宝宝：我长得红红的，身体里有丰富的维生素a□小朋友吃了我，眼睛很明亮。

大蒜宝宝：我的本领可真大，小朋友和我做朋友，我可以帮你杀细菌，保护你身体健康。

芹菜宝宝：我长得绿绿的，身体里有各种维生素和膳食纤维，小朋友吃了，可以大便顺畅。

活动延伸：

幼儿自制蔬菜沙拉、凉拌西红柿或凉拌黄瓜。

中班健康活动：大家来锻炼

活动目标：

- 1、喜欢健康活动，体验做运动带来的乐趣。
- 2、能利用运动器械做全身运动，初步了解上、下肢运动的概念。
- 3、学习用表格设计一周的晨间锻炼计划表。

活动准备：

- 1、晨间运动计划表。
- 2、运动器械、水彩笔、黑板。

活动过程：

- 1、教师出示各种运动器械，引发幼儿兴趣。
 - (1) 幼儿自由选择自己喜欢的运动器械进行运动。
 - (3) 教师小结。
- 2、教师帮助幼儿初步了解上、下肢运动和全身运动的概念。
 - (1) 教师引导幼儿讨论，将运动方式进行分类。

b教师小结：利用手臂或腿和脚进行运动的时候，能够使手臂或腿和脚得到锻炼，这两种形式就分别叫作上肢运动和下肢运动；如果我们全身都运动起来，使身体的每个部分都得到锻炼，就叫作全身运动。

- (2) 教师引导幼儿对运动器械进行分类。

a□教师出示运动器械，请幼儿将运动器械分别与上、下肢和全身运动相对应。

b□师幼共同验证。

c□教师小结：不同的器械可以锻炼身体的不同部位，我们大家都要积极锻炼，身体才会棒棒。

3、师幼一起分析幼儿的“晨间锻炼计划表”。

(1) 教师出示计划表范图，引导幼儿观察。

(2) 教师引导幼儿讨论计划表（上肢运动、下肢运动、上下肢运动）

4、教师引导幼儿完成自己的“晨间锻炼计划”。

(1) 幼儿设计自己的“晨间锻炼计划”。

(2) 教师巡回指导。

5、幼儿大胆介绍自己的锻炼计划，并说明理由。

活动延伸：

在日常活动中按照自己的计划进行运动锻炼。

幼儿园中班健康活动：当鼻子出血了

幼儿中班健康活动健康歌篇三

1. 了解每个人都会害怕，害怕不是一件羞耻的事情。

2. 学习应对害怕的方法，明白害怕也能保护自我。

课件

一、引出话题

1. 认识小客人：小熊贝贝
2. 观察熊贝贝，猜猜它怎样了？
3. （出示害怕精灵）认读“害怕”。
4. 小熊贝贝为什么会害怕，你猜发生了什么事情？

二、了解害怕的原因

1. 你的心里也住着一个害怕精灵，你在什么时候会害怕？
2. 看课件，了解小熊贝贝害怕的原因。
3. 小熊贝贝说害怕是怎样一种感觉？

三、害怕的我

1. 你害怕的时候会怎样样？
2. 我们来看看小熊害怕的时候是怎样样的？

四、害怕了怎样办

1. 我们能够做些什么让自我不那么害怕？
2. 小熊贝贝害怕时会怎样做呢？
3. 哪些时候我们不用害怕？
4. 哪些时候我们不能害怕，必须要坚强？

五、害怕能保护我们

1. 小熊贝贝为什么喜欢害怕？
2. 害怕如何保护我们？

六、画画害怕的故事

幼儿中班健康活动健康歌篇四

1. 促进幼儿基础动作学习；
2. 增进幼儿大肌肉群发展；
3. 提高幼儿身体的协调性。

太空棒若干

热身操

幼儿在教师的示范引导下，一起做一段律动操。

主题游戏：运木材

故事引导：

今天小朋友们要去森林，帮忙老爷爷盖小木屋。那么盖木屋需要什么呢？

游戏方式：

3. 通过身体意识引导小朋友用不同的方法运输太空棒，互助合作环节尝试让小朋友俩俩沟通商量用何种方法来运输。

注意事项：

1. 重视情境的重要性，给孩子身临其境之感觉；
2. 给予小朋友行径归属感，说清楚起点、终点，折返点；
3. 注意提示安全，避免运输时撞击；
4. 多多与孩子做问答。

重要概念：大肌肉群发展、身体协调、创造力培养。

变化游戏：出来瞧瞧

故事引导：

木材都准备好了，房子已经帮老爷爷搭好了，这个时候老爷爷邀请我们到小木屋外瞧瞧，可是我们要小心，不能碰到刚刚刷完油漆的房梁，不然就白忙活了。

游戏方式：分成若干组，小朋友俩俩拿一支太空棒，请他们设置障碍，一对坐着将太空棒手扶固定在地，一对站着将太空棒拿在肚脐左右的高度，依此类推，其他组别小朋友做钻爬、跨越动作。

注意事项：

1. 要规定好摆放障碍的小朋友所站的位置；
2. 注意提示安全。

重要概念：平行游戏、身体部位协调、跨与钻的基础动作学习、大肌肉群发展。

升华游戏：打地鼠

故事引导：小木屋终于盖好了，这个时候我们发现，小木屋没

有直接盖在地面上，为什么离开了地面一点呢？老爷爷说：因为森林太潮湿了，直接盖在地上木材会腐烂，说着说着，突然发现小木屋下面有一群小地鼠。

游戏方式：队伍紧密排列，当有小朋友站起来时，教师就拿太空棒敲击小朋友，被敲到的小朋友要蹲下去，再可以起来。

注意事项：教师扮演打地鼠的角色，当班级人数过多时，可让保育老师一同来帮忙，也可分组分队进行。

重要概念：平行游戏、大肌肉群与敏捷性发展。

幼儿中班健康活动健康歌篇五

1、认识生活中几种常见的符号，并说说符号的作用。

2、养成自觉按符号标志行事的好习惯。

1火警电话、灭火器、上下路道、禁止燃放鞭炮，紧急出口、禁止吸烟注意信号标志等信号标志图片，安全标志挂图两张，录音机、小司机录音磁带。

（一）、教师以手式“安静”“停止”情绪，激发幼儿兴趣。

师做动作并提问：刚才老师没说话小朋友怎么知道要安静呢？

（二）、出示图片引导幼儿观察引入主题：

2、幼儿各抒己见，。

3、引出主题：——“会说话的符号”。

（三）、引导幼儿寻找标志并结合标志图进行讨论与讲述

1、提要求：认真看标志图画了什么？代表什么意思？有什么

用？

2、引导幼儿在班上寻找标志。

3、出示标志图讨论：

(1) 与同伴说说自己找到的标志？

(2) 标志代表什么意思？

4、幼儿讲述，教师启发引导幼儿说出标志名称？代表什么意思？有什么用？

(四)、教师简单小结标志图中的所有符号及意义。

(五)、引导幼儿发现规律，认识禁止符号。

(六)、以带幼儿“旅游”寻找会说话的标志结束活动。

幼儿中班健康活动健康歌篇六

1、知道喜怒哀乐的情绪。体验友谊的温馨感。

2、运用形体动作表现不同的`情绪。

3、知道保持愉快的心情有利于健康。

1、铃鼓、节奏轻快的音乐带、录音机。

2、挂图：《千变人》

1、展示挂图《千变人》。

请幼儿看挂图，找一找，看哪两个表情是一样的？借此玩配对游戏。

请幼儿说一说，自己在什么情况下会高兴、害怕、害羞或者生气。

2、幼儿讨论：

(1) 什么时候会高兴。

(2) 什么时候会生气。

(3) 什么时候会哭。

(4) 什么时候会害怕。

幼儿回答后师小结。

3、拓展幼儿思维

快乐的时候还可以用什么表情或动作表达，害怕的时候又可用何种表情或动作表达；生气的时候可用何种表情或动作表达。

4、播放音乐或用铃鼓打节奏，请幼儿随着节奏在教室中自由走、爬、跑、跳，音乐停止，教师就说出一种情绪，请幼儿用形体动作表现出来。

5、说一说：什么情绪对小朋友的身体好？

1、评价

2、总结

幼儿中班健康活动健康歌篇七

设计意图：由于中班幼儿比较爱挑食，吃饭时经常把蔬菜挑出来，挑食偏食比较严重。为了使幼儿爱吃各种食物，养成

爱吃蔬菜的好习惯。因此我设计了这节课。

教学名称：

健康

教学内容：

《多吃蔬菜好处多》

教学目标：

- 1：引导幼儿简单认识、了解常见蔬菜
- 2：引导幼儿不挑食、偏食
- 3：引导幼儿养成爱吃蔬菜的好习惯

教学准备：

青菜大蒜西红柿

教学过程：

- 1、通过谈话导入蔬菜、引起幼儿兴趣
- 1、教师出示蔬菜，让幼儿认识蔬菜
- 2、提问幼儿爱吃和不吃哪些蔬菜、为什么？
- 3、有哪些小动物爱吃青菜？
- 1、教师讲解多吃蔬菜的`好处
- 2、介绍讲解挑食偏食的坏处

1、挑选个别幼儿拿蔬菜让幼儿说出名字

教学总结

通过本次让幼儿懂得多吃蔬菜身体好，养成爱吃蔬菜的好习惯。

幼儿中班健康活动健康歌篇八

本次活动研究的主题是“用艺术手段激发幼儿的活动兴趣”。通过幼儿用丰富的表情和简单的动作表演朗诵儿歌和歌曲。充分发挥幼儿肢体语言的作用，使幼儿敢于在集体和他人面前表现，培养幼儿活泼开朗的性格。用绘画形式再现多彩的翅膀，再现艺术的魅力。增强幼儿的自信心和胆量。体验成功的快乐。

- 1、通过观察，幼儿了解昆虫翅膀的对称特点。同时感受对称图案的美。
- 2、用艺术手段激发幼儿对昆虫的兴趣。
- 3、培养幼儿想象力，提高幼儿语言表达能力。

幼儿观察了解昆虫翅膀的对称特点。

用艺术手段激发幼儿活动兴趣。

幼儿操作材料第17页。蝴蝶、蜻蜓、七星瓢虫彩色图片各一张

一、开始环节

1、小朋友说一说你知道的会飞的昆虫有哪些？这几种昆虫用什么飞飞起来的？

2、这节课活动课欣赏多彩的翅膀。板书课题：多彩的翅膀

二、基本环节

（一）看图操作

1、师：小朋友打开幼儿操作材料第17页。

2、师：仔细观察这三种昆虫图案怎么了？小朋友想知道它们的另一半在哪里吗？

3、幼：把17页的.按虚线向红箭头方向折过去，拼成完整的昆虫图案。

4、师：这三种昆虫，每种昆虫都有两对翅膀，而且左右两边的翅膀都是对称的。绘画时候要特别注意左右要对称。

（二）昆虫特征

1、蝴蝶的特征。

2、蜻蜓的特征。幼儿动作表演同时朗诵儿歌。

3、七星瓢虫的特征。幼儿动作表演同时朗诵儿歌。

（三）绘画昆虫

1、先画头胸腹，触角。

2、再画两对翅膀。每对翅膀的左右要对称。

3、最后涂色，颜色鲜艳。

（四）展示作品

把小朋友的绘画作品贴在黑板上，共同欣赏。

（五）拓展延伸

昆虫利用自己多彩的翅膀，去做自己能做的事情。小朋友假如你有一对翅膀你要做什么？

三、结束环节

王老师希望中1班的小朋友都能插上多彩的翅膀，飞向祖国的四面八方和世界各地。用集体舞蹈《蝴蝶飞》结束本次活动。

四、延伸环节

小朋友回家画一幅自己喜欢的昆虫。（画过的除外）

幼儿中班健康活动健康歌篇九

活动目标：

1. 探索身体运动的不同方法，体验集体运动的快乐。
2. 能跟着音乐有节奏的动作。

活动过程：

一、律动分享

1、教师带幼儿律动

听！这是什么音乐？对！是健康歌的音乐。跟着老师一起来运动吧！

我们一起来喊口令。

二、创编动作 分享交流

1、谁知道刚才我们运动的是身体的哪个地方？

小结：经常的运动关节可以让我们的身体更加灵活。

2、我们身体上还有什么地方也需要经常的做运动？

说了那么多的地方，能不能听着音乐做做看？什么时候做？我来做望远镜，找找你们有几种不一样的运动身体的方法。

3、集体初步尝试

4、个别交流

我找到了好多运动身体不一样的方法。谁来做小小教练，教教我们大家？

（动作的方向，力度，节奏，伸展度上引导幼儿）

5、集体再次尝试

可以学学朋友的好方法，也可以做做自己想到的好方法，比比谁的动作最象教练，又漂亮又有力。

三、观察图片，拓展新动作

2、给你们一点时间，去看一看，试着做一做，看能不能发现我锻炼的方法。

手叉腰图片、箭头一圈的图片两张一方向不同（发现箭头的涵义）

左右角轮换出去，头摇摆动作的图片四张（从图片的顺序中找到运动身体的方法）

踮脚动作（发展幼儿的观察力）

3、交流发现，尝试有节奏的动作

你看明白了哪一张？

小结：看懂了箭头的意思就明白了这个锻炼的方法。

小结：只要仔细一点，耐心一点，按着图片的顺序1234一个一个做，就能发现这个动作是怎么做的了。

小结：虽然这个动作只有两张图片，但是如果看得不仔细，就很难发现我锻炼的秘密了！

（1、三个幼儿一起做一个方法，他们做的一样吗？你和谁做的一样？再听着音乐一起做

2、一个幼儿带着其他幼儿一起做，动作由慢到快，———清唱动作

3、幼儿讲，然后听音乐一起做）

四、延伸

还有好方法吗？回到教室教给你的好朋友。

幼儿中班健康活动健康歌篇十

1、理解歌词内容、感受动感的旋律，理解歌词的意思。

2、在音乐中培养孩子的创新精神和能力。

3、引导学生关注健康、热爱体育运动，知道有关健康的好习惯。

4、尝试仿编歌词，乐意说说歌曲意思。

5、培养幼儿的音乐节奏感，发展幼儿的表现力。

教学重点、难点

1、演唱教学中的前半拍休止符的节奏。

2、重点鼓励学生参与、激发创新意识。

活动准备

磁带、录音机、电子琴

活动过程

一、听音乐动起来。

1、播放《健康歌》的音乐，引导幼儿边听边大胆做动作。教师用夸张的肢体动作，引导幼儿表达对音乐的感受。

2 歌曲的节奏你觉得这首歌曲节奏是怎样的？”（欢快的还是缓慢的？）

二、播放《健康歌》

1、再次播放《健康歌》，引导幼儿注意歌词描绘的运动部位和动作要领。

师：刚才小朋友又听了一遍，你们听清楚歌词里唱了哪些动作啊，你能够把它做出来吗？

2、回忆歌词描述的运动部位，教师用简笔画简单记录，以帮助幼儿记忆歌词。如幼儿说歌中唱到“抖抖手啊”，教师就画一只手，并在旁边用波浪线表示抖动的样子。

3、将简笔画的记录图示当作歌谱，幼儿学唱2~3遍。提醒幼儿：休止符的地方应唱出空拍。

师：我们有个“0”的地方叫做休止符，我们看到这个标志，就要停顿了，就用拍手来表示！

三、跟着音乐动一动

1、听了这首歌，有的小朋友已经忍不住了，也想和歌曲中的小朋友一起做运动了，那大家一起来吧。

2、分句创编动作，鼓励幼儿根据歌词大胆创编，只要运动的部位与歌词相符就行。

师：请小朋友根据歌词自己编一下动作，并把你的动作展示给大家看，好吗？

3、播放磁带，幼儿跟着歌“二二三四……”的歌词用数字写在黑板上，幼儿先按节奏念歌词，才根据节奏把歌词及动作连贯起来。

曲边唱边跳自己独创的“健康舞”

4、把歌曲中“一二三四，四、我们一起来运动

加入召唤同伴一起运动的情景。如将幼儿分成两组，一组幼儿向另一组的好朋友打招呼：“***，快来运动咯！”另一组喊：“唉，我来了！”然后迅速找到好朋友手拉手随着“健康歌”一起做运动。

教学反思

《健康歌》是一首活泼、欢快，富有动感的歌曲。歌曲节奏较简单，歌词较生活化，适合中班学习。所以，在制定目标时，结合班里情况，我定了两个目标：

- 1、感受歌曲活泼、欢快的情绪，能较清楚的演唱歌曲。
- 2、能根据歌词创编动作，进行表演，感受运动身体的快乐。

开始部分，我先请幼儿完整的欣赏了一遍歌曲。因为歌曲比较出名，很多幼儿都听过。所以，在第一遍欣赏时，大部分幼儿都能跟着录音一起演唱歌曲。正因如此，在我的提问“你觉得这首歌曲节奏是怎样的？”（欢快的还是缓慢的？）“你听到这首歌曲时，小朋友在干什么？”这些问题时，幼儿很快就能较准确的回答我。第二部分，请幼儿说说你在歌曲里都听到了什么？这里，我再次播放了歌曲，听完之后，幼儿都能清楚地回答歌曲内容。结合幼儿的回答，我将准确的歌词念给了幼儿听，并画出部位的图画。在休止符地方我特别提示，让幼儿知道有的地方要停顿，不能发出声音的。第三部分，学做动作。在第二部的基础下，幼儿基本上都能学会歌曲，这时，我请幼儿根据歌词内容，模仿动作。

整节课下来，课堂气氛是很活跃的。幼儿的积极性和参与度都很高。因为《健康歌》幼儿平日生活中也接触过，所以学习歌曲非常的快，一节课下来，都能记住歌词并能完整的演唱下来。目标也基本达成。在表演环节，幼儿能充分发挥自己的想象，编出各种可爱的且符合歌词内容的动作，并能通过身体把它表现出来。不足的地方就是歌曲表演时，时间不是很长，很多幼儿很爱表演，让所有幼儿都能参与到活动中来。

幼儿中班健康活动健康歌篇十一

牙齿是孩子身体的一个部分，班级中部分孩子由于不注重保护牙齿，因此在一定程度上龋齿的孩子比较多。基于牙齿咬跟随孩子很长的一段时间，牙齿跟孩子自身的健康息息相关，同时9月20日又是爱牙日，因此开展活动保护牙齿。

活动中，首先让孩子了解什么叫龋齿，龋齿的危害，然后通

过一些方法：正确刷牙、经常漱口等方法来保护自己的牙齿。最后在延伸中让孩子记录自己的刷牙情况，鼓励孩子坚持的意志品质的养成。

活动目标：

- 1、了解龋齿的危害，知道刷牙可以保护牙齿，感知正确的刷牙方法。
- 2、喜欢刷牙，养成每天早晚刷牙的好习惯。

活动准备：课件“牙齿的秘密”、牙齿模型

活动过程：

一、我的牙齿——认识龋齿的危害和预防

1、（出示画面）“它是谁？在牙齿上干什么？”

2、（观看课件）“东东的牙齿怎么了？”（变黑、有小洞）

3、还看见了什么？（小结：原来东东的牙齿蛀掉了，我们把这颗牙齿叫做龋齿）。

4、检查同伴的牙齿，看看有没有蛀牙（在交流中教师进行简单的统计）

5、蛀牙好不好？会带来什么坏处？（请个别幼儿说说自己的感受）

6、小结：一旦有了龋齿，吃东西的时候就会遇到许多麻烦，很难受。

二、我会刷牙——了解刷牙的作用和方法

1、你是怎么保护牙齿，不蛀牙的呢?(请牙齿好的幼儿来介绍经验)

2、刷牙的确是保护牙齿的好办法，那你们是怎样刷牙的?(幼儿个别经验再现)

3、正确的刷牙应该是怎样的呢?(出示牙具模型，介绍牙齿的构造和名称：上牙、下牙、咬合面)

4、利用牙具模型示范讲解刷牙的过程：上牙往下刷、下牙往上刷、咬合面来回刷、牙齿的里面也要刷。(教师每介绍一个动作都请幼儿模仿做做看。)

5、我们一起来做做看。(请幼儿跟着老师一起做刷牙操)

6、看看刷牙了之后会怎样?(观看课件第四部分)

三、天天刷牙——活动延伸，愿意每天刷牙并记录

1、(出示刷牙记录表)，记录表上的文字、图符分别表示什么意思。

2、鼓励幼儿每天早晚刷牙后进行记录。

幼儿中班健康活动健康歌篇十二

《3—6儿童发展指南》指出，教师要引导帮助幼儿养成良好的饮食习惯。帮助幼儿了解食物的营养价值，引导他们不偏食、少吃或不吃不利于健康的食品。通过播放“多吃蔬菜身体好”故事视频、蔬菜美食图片展示，幼儿为蔬菜涂上颜色培养孩子对蔬菜的喜爱。知道身体的生长发育离不开吃蔬菜的多少，了解常见蔬菜的名称、特征和作用。

1、认知目标：认识常见的蔬菜，能说出蔬菜的名称以及基本

特征。

2、能力目标：初步了解常见蔬菜的营养价值，知道多吃蔬菜对身体有益。

3、情感目标：初步养成喜欢吃蔬菜的良好习惯。

重点：了解多吃蔬菜的益处。

难点：养成喜欢吃蔬菜的良好习惯。

“多吃蔬菜身体好”故事视频、蔬菜美食图片、常见的蔬菜图片与实物图

1、情景导入：以“多吃蔬菜身体好”故事视频导入课题，并提问：小朋友们，刚才视频中你们看到什么呀？他们在做什么？它们可爱不？通过提问的方式，引导幼儿认识常见蔬菜。（5分钟）

2、认识哪些蔬菜：出示图片，引导幼儿描述蔬菜的基本特征，告诉幼儿这些蔬菜对身体的益处。（8分钟）例如：

（1）西红柿是什么颜色的，吃起来什么味道的，它长得像什么，对我们的身体有什么好处？红彤彤、酸酸甜甜、红灯笼；含有很多维生素，防中暑，治牙龈出血，美容。可以做菜也可以当水果吃哟。

（2）黄瓜：翠绿、脆。凉拌青瓜可以减肥。有些人还用来敷面美容。

（3）胡萝卜：红，可以预防近视，人吃了不会那么快老喔。

（4）小白菜：可以帮助我们提供营养、强身健体。可以减肥，预防肥胖症。

(5) 南瓜：帮助食物消化，预防便秘

(7) 蒜头：蒜头的味道虽然闻着有点辣，但是可以炒着吃、拌着吃，吃了它会把咱们身体里的病菌全部杀死。增强抵抗力，少生病。

3、引入蔬菜美食：既然蔬菜那么重要，孩子们吃过哪些蔬菜美食呢？孩子各抒己见，老师适当引导。展示美食图片。（3分钟）

4、展示蔬菜实物，让幼儿根据老师的提示选出对应的实物。

5、给孩子发放蔬菜卡通图片和模型，请幼儿为手上蔬菜上颜色。培养对蔬菜的感情与喜爱。（4分钟）

幼儿中班健康活动健康歌篇十三

1、认识生活中几种常见的符号，并说说符号的作用。

2、养成自觉按符号标志行事的好习惯。

1火警电话、灭火器、上下路道、禁止燃放鞭炮，紧急出口、禁止吸烟注意信号标志等信号标志图片，安全标志挂图两张，录音机、小司机录音磁带。

(一)、教师以手式“安静”“停止”情绪，激发幼儿兴趣。

师做动作并提问：刚才老师没说话小朋友怎么知道要安静呢？

(二)、出示图片引导幼儿观察引入主题：

2、幼儿各抒己见，。

3、引出主题：——“会说话的符号”。

(三)、引导幼儿寻找标志并结合标志图进行讨论与讲述

1、提要求：认真看标志图画了什么？代表什么意思？有什么用？

2、引导幼儿在班上寻找标志。

3、出示标志图讨论：

(1) 与同伴说说自己找到的标志？

(2) 标志代表什么意思？

4、幼儿讲述，教师启发引导幼儿说出标志名称？代表什么意思？有什么用？

(四)、教师简单小结标志图中的所有符号及意义。

(五)、引导幼儿发现规律，认识禁止符号。

(六)、以带幼儿“旅游”寻找会说话的标志结束活动。

幼儿中班健康活动健康歌篇十四

1. 体验与同伴一同活动的乐趣。

2. 通过摆弄、模仿、变换各种动态，提高身体的表现力。

3. 知道身体部位的变化可以表现出丰富的动态，对人的各种身体动作感兴趣。

1. 材料准备：绳子扎成的跳舞小人（与幼儿人数相等）、动态小人图、数码相机、多媒体设备。

2. 经验准备：初步了解身体主要部位的位置和名称。

1. 导入活动，激发幼儿展现身体动作的兴趣。

师：今天老师带来了一位小客人，你瞧！（边操作边念儿歌）
小人小人他爱动，动动这，动动那，动动全身乐哈哈。小朋友你们好！

2. 观察与模仿

（1）观察动态图，引导幼儿用身体动作来表现。

师：小人小人爱跳舞，仔细观察，小人做了哪些动作？是怎么做的？请你来学一学。

（2）感知不同动态图，幼儿尝试合作表现

师：小人喜欢和朋友一起跳舞，你们也来试一试吧。（自由结伴模仿学习）

3. 探索与表现

□□幼儿操纵自己小人的动态，然后用身体动作表现。

师：每个跳舞小人要找一位小朋友，请你让跳舞小人做不同的动作，然后来学一学小人的动作。

（2）用身体做动作，然后用小人表现动态。

师：你做动作，让小人来学一学。

（3）鼓励幼儿相互合作表现

师：找你身边的朋友一起摆出各种动作造型，试一试合作做动作。

教师与孩子一同探索，并抓拍孩子有创意的动作照片。

4. 展示与交流

将一些幼儿的表现拍下，通过大屏幕观看，相互交流。

师：刚才我们和小人一起跳舞，创造了各种各样的动作，观在一起通过大屏幕来看一看。看看哪个动作有创意，哪些朋友合作得最默契。请你们找一找。找到后给全体小朋友来表演。

幼儿中班健康活动健康歌篇十五

- 1、通过对故事的欣赏，初步使幼儿了解不同的牙齿有不同的功能，激发幼儿爱护牙齿的意识。
- 2、知道刷牙的重要性，让幼儿养成天天刷牙的习惯。
- 3、初步了解健康的小常识。
- 4、教育幼儿养成清洁卫生的好习惯。

1□ppt

2、饼干、鱼片干、牛肉干等食物

一、导入活动

二、出示ppt□欣赏故事

1、甜甜的饼干，哈利张开了嘴巴，正想尝尝，门牙说：让我来试试，哈利的门牙就象一把锋利的刀，切切切、切切切，饼干很快就被切断了。出示ppt牙齿模型的门牙，门牙长的什么样子啊？拿出你们的小镜子看一看（宽宽的、大大的），门牙长在哪里？（在牙齿的最中间，像两扇大门），这是什么牙？强调“门牙”（我的门牙宽又宽，像把刀子切切切）

（提醒孩子放下镜子）。门牙主要的作用呀是将食物切断。

2、还有什么呢？香香的鱼片干，门牙说：还是让我来试试吧，门牙用劲咬了咬，没咬动，这可怎么办呀？门牙旁边的犬牙说：我来撕一撕，鱼片干果然就被撕了下来。（出示ppt牙齿模型的犬牙，我们来看看这么厉害的犬牙在哪里？（提醒孩子拿出镜子找一找）原来它们住在门牙的两边。看看你旁边好朋友的犬牙在哪里？这是什么牙？强调“犬牙”（我的犬牙尖又尖，像个钉子撕撕撕）（提醒孩子放下镜子）。犬牙主要的本领就是撕开食物。

3、还有好吃的吗？牛肉干，哈利高兴极了，这可是他最喜欢吃的呀，他用门牙咬了咬，咬不动，用犬牙撕了撕，可是只能撕成小块的，磨不碎怎么办呢？这时最里面的磨牙忍不住的说：让我来试试吧，我的力气可大了，我会把硬硬的食物磨呀磨呀，很快就能将它磨碎的。哈利一试，磨牙果然厉害，很快就将牛肉干磨碎了。（出示ppt牙齿模型，这个就是磨牙，孩子们你们的磨牙在哪里？（提醒孩子拿出镜子找找自己的磨牙）磨牙长的什么样子呢？（大大的、方方的）它可是所有牙齿里面力气最大的。）这是什么牙？强调“磨牙”，（提醒孩子放下镜子）我的磨牙大又大，像个磨盘磨磨磨。磨牙的作用是磨碎食物。其实我们吃很多东西最后都要经过磨牙将食物磨碎了，这样吃进肚子里的食物才更有助于消化。

原来我们的牙齿各有各的名字，我们每个人都有门牙、犬牙、磨牙，它们相互合作，才能将食物磨碎。哈利慢慢的长大了，它呀开始换牙了，瞧，哈利的什么牙齿漏掉了？（门牙），过了一段时间哈利又开始换牙了，这次又会是什么牙齿呢？（犬牙）那你们知道哈利最后换的是什么牙齿吗？（磨牙）（巩固孩子们对牙齿的认识，让孩子们猜一猜什么牙齿不见了。）

三、分享食物

整个活动过程，思路比较清晰，教态自然，能够根据教案的流程来上课。但是整个活动过程的气氛有点沉，不能够体现幼儿对活动的乐趣。

幼儿中班健康活动健康歌篇十六

1. 大胆运用高跷进行各种体育锻炼，发展创造力。
2. 促进平衡、弹跳能力的进一步发展，提高动作的协调性和灵活性。
3. 感受与他人共同游戏的快乐，培养合作意识。
4. 喜爱参加体育锻炼，养成爱运动的好习惯。
5. 锻炼幼儿的反应能力，提高他们动作的协调性。

1. 幼儿园器材高跷每人一副。
2. 划出足够的场地，确保幼儿足够的活动空间。

1. 讲解玩法。

两只脚踩在高跷上，两手分别抓住固定在高跷上的绳子，双脚交替往前走。请个别走得稳的幼儿示范，引导其他幼儿发现并掌握动作要领：用脚底中心踩在高跷上，双手要拉直绳子，眼睛向前看。

2. 自由玩高跷。

幼儿自由探索高跷的玩法，可以自己玩，也可以与几个小朋友一块玩，鼓励幼儿想出不同的玩法。创造出高跷的多种玩法，教师还可以请个别幼儿演示，并鼓励其他幼儿尝试这种玩法。

教学过程中，幼儿积极配合，认真尝试，在自主练习里获取了经验，又在集体练习里感受到了快乐和喜悦，达到寓教于乐的目的，教学目标也得到了圆满的完成。

幼儿中班健康活动健康歌篇十七

玩球是孩子喜闻乐见的一项户外活动。有时他们不仅仅局限于拍球、滚来滚去，而且还玩出很多花样来（顶球、夹球像陀螺转一转等等）。根据幼儿的年龄特征，经过小班一年多的拍球训练（左右手），培养了幼儿的手、眼协调能力，体验游戏的合作精神。为了拓展孩子探究更多球的玩法，满足孩子的好奇心和需求，引导孩子多人合作的玩法，锻炼了孩子的发散思维。我设计了皮球这节课。

- 1、探索球的各种玩法。
- 2、通过游戏，让孩子体验玩球的乐趣。
- 3、在活动中，让幼儿体验与同伴共游戏的快乐，乐意与同伴一起游戏。
- 4、遵守游戏规则，体验与同伴合作游戏及控制性活动带来的快乐。

皮球、辅助材料（纸箱，纸棒）

一、随音乐做准备活动。（健康歌）

二、出示球，尝试探索球的各种玩法。

- 1、今天，老师给你们带来好多的球（出示球），让我们来玩一玩吧。（幼儿自由玩、教师参与其中）。
- 2、让幼儿说出各种玩法，一起来玩玩。师问：你是怎么玩球

的？让幼儿来示范一下，再来一起学一学。（拍球、转球、顶球、抛球接球等）

3、引导启发幼儿玩出和平时不一样的玩法。（两个或两个以上的怎么玩）幼儿合作玩出新花样。

两人传球（在地上滚着对传；从胯下传球；两人对抛；转身抛球；）三人传球（相互滚地传球；相互胯下传球；相互抛球。）

球可以拍（左右手拍；慢拍、快拍），顶球（跑、跳），夹球（跳），背球（走、跑），踢球，转球（快、慢）；滚球，坐球（转），趴球（转）。两人传球（在地上滚着对传；从胯下传球；两人对抛；转身抛球）。三人传球（相互滚地传球；相互胯下传球；相互抛球。三人以上合作都可以玩。

3、教师启发幼儿皮球变变变，能变成什么？（变陀螺、变西瓜、变西瓜等）小结：

我的皮球变变变：变成小兔蹦一蹦，变成陀螺转一转，变成西瓜滚一滚，变成小车推一推。

三、通过游戏活动《皮球变变变》，感受游戏快乐。

知道多人头上传球、胸前传球、胯下传球、棍棒赶球。

大纸箱四个、纸棍若干。

师问：皮球皮球变变变。

幼儿问：变什么？

1、头上传球（果子）。

2、胸前传球（萝卜）。

3、胯下传球（西瓜）。

4、棍棒赶球（小猪）。

四、随音乐放松活动。

五、活动延伸：

与家长探索更多球的玩法。

基本完成了本节课预设的教育教学目标，幼儿对老师的提问积极响应，与老师的互动很好。老师的有些引导还不够到位，要多让幼儿表达，以后上课要多注意对幼儿语言表达能力的培养。

幼儿中班健康活动健康歌篇十八

升入中班后，孩子们都觉得自己长大了，是哥哥姐姐了。本次活动“我们会长高”是学习活动书上《身体的秘密》主题下的一个站点，逐步引导幼儿大胆想象和表现自己对长高长大的愿望。活动中以长高这个情境贯穿，形象地引发幼儿对画面人物大小高矮的关注，让幼儿能尝试按纸的大小化地表现任人物，改变以往总是将人物画的很小的状态。同时在升入中班后，孩子在画人物时，往往会遗忘身体上的某一个部位，也会将手臂、腿画成单线条状。因此活动中，想通过老师生动的语言引导，让孩子在表现技能上有所提高。

本次活动分为三个环节，第一环节用散文诗导入，引发幼儿对自己成长历程的关注，引导幼儿期待快快长高；第二环节用课件找一找，巩固幼儿对人物绘画的基本特征的认识；最后在分享交流环节中用游戏的形式引导幼儿要长高而且长得健康。

1. 尝试按照纸的大小比例人物长高的基本特征，身体各部位不遗漏。

2. 萌发快快长高的愿望，懂得保护自己的身体，体验自己健康成长的快乐。

幼儿绘画纸、勾线笔、图片

一、我在长高——分享与讨论，感知自己身体成长的变化

1、刚从妈妈肚子里生出来的时候，我是这样的；小班了我开始来幼儿园了，我是这样的；现在，我是中班的哥哥姐姐了，我又是这样的。（出示三个阶段的照片）

2、随着我们一天一天的长大，我们有哪些变化呢？

小结：我们一天天的长大，身体也在发生变化，一天天的长高了。

二、我要长高——通过观察比较，感受绘画人物的比例和特征。

1、观看图片，这三个朋友谁最健康？哪里不对劲呢？（少了耳朵、细胳膊细腿）

1)、身体长高了，房子也要变高（把纸张竖着放）

2)、长高后，脑袋大又圆，聪敏又可爱（纸张的上半位置表现头部特征）。

——出示圆圆的大脑袋，哪个脑袋啊？（选择摆放）

——大脑袋圆又大，顶住左右天花板

3)、小手小脚粗又壮，结实又健康（请个别幼儿上前修改原来的细胳膊细腿）

小结：我们身体的每一个地方都很重要，谁也不能少，我们不仅要长得高而且要长得结结实实，有力量。

2、给高高的自己拍张照。

1) 关注五官是否有遗漏

2) 关注任务画面是否撑满整张纸。

3) 关注幼儿表现手脚时，是否能双线条表现。

4) 引导幼儿为自己的照片进行装扮和添画。

三、谁高谁矮——游戏中进一步感知体验我在长高

1、展示幼儿的作品

2、这么多朋友中，你最喜欢谁？为什么（关注五官特征、关注人物大小，关注画面添画等）

小结：原来健康的宝宝人人爱。

幼儿中班健康活动健康歌篇十九

□能主动尝试、探索轮胎的不同玩法。

2. 喜欢与同伴合作游戏，愿意与他人交流、分享不同的玩法。

3. 体验体育活动的乐趣。

1. 材料准备：轮胎若干，音乐磁带（向前冲），录音机，宽敞、平坦的塑胶场地。

2. 经验准备：认识轮胎，部分幼儿有初步操作轮胎的经验。

1. 热身运动

在音乐伴奏下，幼儿同教师做热身操。

分析：首先是热身环节。以音乐引起幼儿参与活动的兴趣，使幼儿在音乐的伴奏下，全身得到充分的活动，为后面的活动做好准备。随后教师引出轮胎，带领幼儿在轮胎上走一走、跳一跳、爬一爬，初步引起幼儿对轮胎的兴趣。

2. 初步探索轮胎的多种玩法

教师将轮胎摆成不规则图形，引导幼儿在轮胎上自由玩耍。

师：孩子们，有那么多好玩的轮胎，咱们一起来玩一玩吧。

教师以提问的方式引起幼儿参与活动的兴趣：轮胎有很多玩法，你们想不想和它做游戏？比比谁的玩法最多。

幼儿分散玩轮胎，教师观察指导。

分析：幼儿初步探索轮胎的多种玩法。孩子们分散玩轮胎，自由探索，各自创新，这一活动的目的是让幼儿初步探索出轮胎的多种玩法，发展幼儿的创造力。这时教师要做好观察者、指导者。

在这个环节中，我观察到幼儿只专注自己的玩法，缺少与同伴的交流、共享，因此我随机加入了一个自由交流玩法的环节。请幼儿坐到轮胎上，自己来当小老师，在休息的同时又达到了互相学习的目的。

3. 尝试不同玩法

教师引导幼儿：可以试一试自己没有玩过的方法，也可以和其他小朋友一起玩轮胎。

分析：这一环节主要是让幼儿尝试自己没有玩过的方法，并探索与他人合作的玩法，培养幼儿的合作意识。

4. 自由游戏

从幼儿的兴趣点出发，同幼儿一起以不同方式摆放轮胎，引导幼儿在轮胎上尝试不同的玩法。幼儿在游戏中自然结束。