

中班健康森林运动会教案反思与评价 中班健康教案及教学反思穿越森林(优秀5篇)

作为一名教职工，总归要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。优秀的教案都具备一些什么特点呢？下面是小编为大家带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

中班健康森林运动会教案反思与评价篇一

活动目标：

- 1、通过游戏“穿越森林”，训练幼儿绕过障碍物快跑。
- 2、巩固练习幼儿的平衡能力。

活动准备：

- 1、“小树”16株，每人一只小兔胸饰，兔妈妈饰一只，录音机一台，磁带一盒。
- 2、场地布置如图

00000

00000

00000

00000

yyyy——

yyyy——

yyyy——

yyyy——

小树独木桥

活动过程：

(一)开始部分

- 1、幼儿带好小兔宝宝的胸饰跟着“兔妈妈”跳进场地。
- 2、“小兔”跟着“妈妈”一起活动锻炼身体。

(二)基本部分

- 2、兔妈妈讲解游戏的方法并示范。

(1)、把全班幼儿分成人数相等的四队，站在起跑线后，当发出起跑信号后，两队的第一个幼儿就按图示向前跑，跑到终点后，再从旁边跑回拍一下下一个幼儿的手，依次进行，以先跑完的一队为胜。(游戏进行一次)

(2)规则：

- a.跑时不得碰倒小树，如碰倒，必须扶起后再跑。
- b.接力的幼儿要被拍到手后才能跑出。

游戏进行第二次，增加难度要走过独木桥再绕回来。

(三)结束部分

1、兔妈妈表扬本领学得好小兔子，并说：“为了奖励你们，妈妈带你们到草地上去吃草。”

2、放轻松音乐，带幼儿放松到“草地”上去“吃草”，一会儿，就说“吃饱了，我们回家吧！”小兔子即随着妈妈愉快地回教室。

活动反思：

在活动中，要加强幼儿的团队合作意识，使幼儿理解其重要性，在以后的活动中，多开动脑筋，使幼儿真正的能做到在玩中学。

中班健康森林运动会教案反思与评价篇二

1、通过游戏“穿越森林”，训练幼儿绕过障碍物快跑。

2、巩固练习幼儿的平衡能力。

“小树”16株，每人一只小兔胸饰，兔妈妈饰一只，录音机一台，磁带一盒。

小树独木桥

(一)开始部分

1、幼儿带好小兔宝宝的胸饰跟着“兔妈妈”跳进场地。

2、“小兔”跟着“妈妈”一起活动锻炼身体。

(二)基本部分

2、兔妈妈讲解游戏的方法并示范。

(1)、把全班幼儿分成人数相等的四队，站在起跑线后，当发

出起跑信号后，两队的第一个幼儿就按图示向前跑，跑到终点后，再从旁边跑回拍一下下一个幼儿的手，依次进行，以先跑完的一队为胜。（游戏进行一次）

(2)规则：

a.跑时不得碰倒小树，如碰倒，必须扶起后再跑。

b.接力的幼儿要被拍到手后才能跑出。

游戏进行第二次，增加难度要走过独木桥再绕回来。

(三)结束部分

1、兔妈妈表扬本领学得好的小兔子，并说：“为了奖励你们，妈妈带你们到草地上去吃草。”

2、放轻松音乐，带幼儿放松到“草地”上去“吃草”，一会儿，就说“吃饱了，我们回家吧！”小兔子即随着妈妈愉快地回教室。

在活动中，要加强幼儿的团队合作意识，使幼儿理解其重要性，在以后的活动中，多开动脑筋，使幼儿真正的能做到在玩中学。

中班健康森林运动会教案反思与评价篇三

1、学习用双脚向上跳，锻炼腿部力量。

2、懂得遵守游戏规则，感受参加集体活动的乐趣。

皮球一个，箭头四个，手示牌一个。动物骰子大小各一个大骰子六面有三种小动物小骰子五面有小动物（三种），还有箭头，一面是月亮。音乐三段（火车开了，三只小熊。莫扎

特的小步舞曲)

1、热身运动。

开火车进场（火车开了）

师：好，准备，出发。小火车跟上。跑起来。好了，下车了。请小朋友找个小红点站好。等下我们要做游戏，先来活动一下身体吧。来小手拿出来，摇一摇，小脚伸出来，晃一晃，换只小脚晃一晃，小脚伸出来，踢一踢，换只小脚踢一踢，小手叉腰，扭一扭，小手摸地，蹲一蹲，跳一跳，跑一跑。来再来一次。

听音乐（三只小熊）教师带小朋友做运动。

2、游戏：快乐跳跳跳出示皮球：

（1）师：今天老师带来了一个好玩的东西，看看是什么？

你们看，老师拍皮球，皮球会怎样？（跳起来）那请小朋友双脚并拢，和皮球跳一跳，轻一点。

教师拍皮球幼儿跟着皮球跳。

师：刚才我发现这个小朋友跳得比较轻，请他来跳给大家看一看，小朋友看他的脚，前脚掌轻轻落地，跳起来轻轻的，我们和他一起跳一跳。

请一幼儿示范跳教师指导幼儿要两脚并拢，向上跳，前脚掌轻轻落地。

幼儿再次尝试跳

（2）看箭头指方向跳

师：刚才我们看大皮球会原地跳，它呀还会向不同的方向跳呢。请小朋友看仔细了。（师教师向左边拍球）

师：皮球现在朝哪方向跳的，小朋友用手指一指。

出示箭头

师：这个箭头怎样才能表示皮球跳的方向呢？

那老师把箭头贴在这。

我们跟着皮球朝箭头指的方向来跳一跳。

师：下面请小朋友看一看，皮球还会朝哪跳。

教师向右边拍球。

这次我请一个小朋友用箭头表示皮球跳的方向。

幼儿粘箭头

师：那我们跟着皮球朝箭头指的方向跳一跳，好不好。

刚才我发现有的小朋友脸转过去朝箭头指的方向跳的，还有的小朋友是侧着跳过去的。教师一边点评一边做动作。

那我们一起侧着跳过去。轻轻的轻轻的。

我这里还有一个箭头，（教师在地上粘好朝前方向指的箭头）皮球应该往哪跳（前）那请小朋友一起跟着皮球向前跳。

出示箭头

师：这次我不请小朋友说箭头朝哪方向指的，你看到后觉得箭头往哪指，你就往哪跳，（轻轻的。）看来我真难不倒你

们，我这里还有一个好玩的东西出示箭头手示牌，教师边讲解，边做动作跳箭头朝哪指，我就往哪跳。教师看手示牌左右，上跳。

你们能不能看手示牌指的方向跳一跳。老师要不停的变换手示牌，你们一定要看仔细哦。（我要变了，注意，轻轻的）这次我请一个小朋友来当指挥员，其他小朋友跟着皮球跳一跳。（轻轻的，它又变方向了）

请幼儿模仿小动物跳教师介绍动物骰子的玩法师：呆会儿我要扔骰子，骰子落在地上，最上面是什么小动物你们就学什么小动物跳。那谁能学一学小兔跳。请一幼儿示范，教师点评。（双脚并拢，向上跳，前脚掌轻轻地着地）小朋友集体学跳请一小朋友学袋鼠跳。其他幼儿一起学袋鼠跳一幼儿示范学青蛙跳。（教师讲解他跳的特别轻，两脚分开的，小朋友一起跳一跳。）

（4）看骰子跳小一班的小朋友这么聪明，老师还给你们带来一样东西，看一看是什么，。

请小朋友站到后面的绿色线上。

这是动物骰子，看看上面有哪些小动物。

我们来和动物骰子玩一个游戏，听好了怎么玩，呆会儿我要扔骰子，骰子落到地上，最上面是什么小动物你就学那个小动物跳一跳，听明白了没有，好，准备，123教师扔骰子，幼儿跳（小青蛙跳到我这来。请小朋友回到红点上。小兔子赶快跳过来，请小朋友回到红点上。）请一幼儿扔骰子（某某很快跳过去站好了，我请他来扔）你们喜欢这骰子吗，那我们再来给你们变一个骰子（猜猜它藏哪了，不给你们看，嘘，我们一起数。123）

师：这个骰子和前面的骰子有什么不同？（大小不同。有箭

头)对了,这个上面有小动物,还有箭头,是什么意思呢。对,箭头就是朝左右跳,那还有小动物怎么办,它是让我们学什么跳。

听好了,这个游戏是这么玩的,我们扔骰子以后,骰子落在地上,上面是什么小动物就学它朝箭头指的方向跳。听清楚了没有,好,我们来游戏,教师扔月亮。

没箭头,月亮是干什么,对了,小动物看到就要蹲下来休息了休息好了,我们来游戏吧。

教师扔骰子请一幼儿扔骰子,其他孩子看骰子的方向跳。教师也和小朋友一起跳。

3、放松活动。听音乐做放松运动。

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。

中班健康森林运动会教案反思与评价篇四

1. 练平衡、钻爬和推拉的基本技能,发展幼儿上肢动作和力量。
2. 享受玩轮胎游戏的乐趣,发展动作的协调性和灵活性。
3. 发展走、跑、跳等基本动作及动作的灵敏性、协调性。
4. 锻炼幼儿手臂的力量,训练动作的协调和灵活。
5. 培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

轮胎若干

音乐

活动重点：

练平衡，钻爬和推拉的基本技能，发展上肢动作和力量。

活动难点：

上肢动作和力量的训练。

1、导入

师：小朋友，看老师今天给你们带来了什么好玩的？(轮胎)，你们以前玩过轮胎吗？(玩过)下面请小朋友自由玩轮胎，可以拿起来玩，一定要注意安全。

2、准备活动

师：停，现在请小朋友们一人站在一个轮胎里，和老师一样，眼睛看着老师，站好，手掐腰，跟着老师一起做。

在音乐节奏下带领幼儿活动肩膀，头部，胳膊等部位。

3、平衡练习

(1)用轮胎摆桥

师：小朋友，老师用轮胎给你们摆了一座小桥，现在我们来过小桥，过桥时小朋友一定要注意安全，不要推，不要扯别的小朋友衣服，完成后回到原来的地方。

(2)把一个轮胎立着放在其中一个轮胎上，让幼儿爬着过去。

幼儿过小桥时，老师在旁边辅助

4、滚动练习

师：过完了小桥，老师想请小朋友们用最简单，最省力的方法把轮胎运动老师身边来。

师：刚才小朋友是怎样拿轮胎的呢？(拖，滚，抱着，抬着)那什么方法是最省力的呢？(滚轮胎)对了，滚轮胎是最省力的方法，那我们来比赛，看谁的轮胎滚得快，比赛时一定要注意安全，不能砸到其他的小朋友。

5、翻滚练习

教师示范让轮胎翻跟头，幼儿一起让手中的轮胎翻跟头，从场地的一头翻到场地的另一头。

6、搬运练习及翻越练习

师：刚才轮胎宝宝告诉我，他累了，想让小朋友抱抱他，小朋友和老师一人抱一个轮胎，放到对面去，看谁最快，谁是大力士。

师：接下来我们来玩爬轮胎山的游戏，小朋友从这边爬上去，从另一边下来，不要推，不要挤。完成后回到老师身边。

轮胎在幼儿园中很普遍，把轮胎作为发展孩子身体，锻炼孩子体魄等等，这样的手段。发展的目标和孩子的需要平衡的问题，在这个活动中小孩子的兴趣停留在玩上面，老师发展的核心目标是发展孩子的上肢，兼顾到孩子的兴趣爱好，从头到尾整个活动全部都是游戏贯穿下来的。

所以小朋友从头玩到尾的，乐在其中。李老师对孩子是很有吸引力的，很有亲和力，一直是在跟孩子玩的，没有上课的

感觉.

只有心中装着孩子才能设计出这么出色的课，才能上得这么精彩!通过这次观摩交流活动相信对她们今后的专业化成长会起到重要的推动作用---这也许就是名师带给我们的力量吧!

中班健康森林运动会教案反思与评价篇五

- 1、幼儿知道感冒后的症状，懂的身体健康的重要性。
- 2、了解基本的治疗和预防感冒的小常识。
- 3、初步了解健康的小常识。
- 4、初步了解预防疾病的方法。

动画视频一个、记录表一张、健康勋章若干

1、运用谈话导入活动，激发幼儿兴趣，使幼儿知道感冒后症状。

师：小朋（“阿嚏”）友们（“阿嚏”）好！（阿嚏）（教师故作感冒打阿嚏）你们看老师这是怎么了！

幼：感冒了

师：那你们感冒过吗，你感冒是什么样子的呢？（教师出示表格，将幼儿所说内容记录在图表中，如下图）

2、引导幼儿回顾经验，知道患感冒后的做法。

幼1：去看医生。”

幼2：多喝水

幼3：吃药

（多穿衣服、打针、打点滴、多吃水果等等）

师：小朋友们说得真好，我们如果感冒了，一定要及时去看医生，配合医生的治疗，按时吃药，多喝开水，注意休息，多吃瓜果蔬菜。还有，如果我们班有小朋友感冒了，我们要关心他，照顾他，做一个乐于助人好孩子。

3、幼儿观看视频，讨论：怎样预防感冒。

师：看了刚才的动画，想一想：故事里怎样预防感冒的？

幼1：平时多运动。

幼2：感冒流行时，不去公共场所。

幼3：早晨多用冷水洗脸。

（幼儿自由发言）

师：现在我们知道了，感冒并不可怕，我们要饭前便后洗手，开窗通气，保持空气清新，多运动，戴口罩，多穿衣服。

4、户外锻炼，结束活动。

师：刚才动画片中的包袱知道我们班的小朋友了解这么多关于感冒的知识，他让老师把这些健康勋章送给小朋友（把勋章贴到每个小朋友身上）好了，我们的健康小卫士要出去活动锻炼了，让我们战队出发，打败病毒，远离感冒吧！let's go！

针对生活中常见的问题生成的活动，一方面幼儿感觉有兴趣，一方面对幼儿的认知有很大提高，对幼儿的身体成长有很大帮助。因此本次活动收到了很好的效果，孩子们听到老师打

打喷嚏就会马上提醒“老师，你感冒了，要吃药哦。”我要在以后的教学活动中多抓住生活中有意义的素材，对孩子们进行即时引导教育。