

2023年大班健康活动教案详案 大班健康 活动教案(模板9篇)

作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

大班健康活动教案详案篇一

- 1、知道黑色食品的名称。
 - 2、了解黑色食品的营养价值。
 - 3、平时爱吃黑色食品。
 - 4、知道人体需要各种不同的营养。
 - 5、初步了解健康的小常识。
- 1、小猴手偶一个、台布一张。
 - 2、各类黑色食品若干。
 - 3、图片两张：粗脖子小朋友、头晕摔倒的小朋友。
 - 4、医生的录音两段（内容在活动过程中）。
 - 5、黑色炒菜若干、擦嘴布人手一块（或餐巾纸若干）。
 - 6、活动组织的音乐、参观的轻音乐。
 - 7、游戏区里准备一些黑色食品。

t□陈老师知道大（2）班的小朋友都是很聪明的。来，让我们一起来听听这是什么声音？（老师拍手上举分开，做个“嘭啪”放爆竹的动作）

s□放爆竹。

t□放爆竹呀表示有好事要庆祝，对吗？那今天有什么事要庆祝呢？老师慢慢地出示手偶小猴：“诿诿诿，今天我真高兴，我的食品店开张啦！你们看，这些都是我的.货。”

t□我们一起来看看，小猴店里有些什么货呢？是什么样的呢？请幼儿看了说几样，认识一下。

t□小猴还告诉我们说：“我店了还有许多的货呢，请大家来参观一下吧！”

t□好，我们一起去参观一下小猴店里还有些什么货，是怎样的呢？（老师带领幼儿参观）

1、组织幼儿参观黑色食品。

2、组织幼儿讨论：你看到了什么？是怎样的？

3、小结：小猴店里有黑米、黑豆、黑木耳、黑芝麻等等，都是黑色的，

我们就把它们统称为是“黑色食品”。

t□咦，小猴开了这样的一个店，卖的东西都是黑呼呼的，生意会好吗？为什么？

1、出示图片一，介绍海带、紫菜的营养。

t□我们别争了，看，买东西的人来了。小猴赶忙迎上

去：“小朋友，你要买什么？呀，你的脖子怎么啦？”

小朋友：我叫明明，我要来买海带、紫菜。我平时不爱吃这些黑呼呼的东西，结果得了大脖子病了，又难看又难受，我去看了医生，医生（录音）对我说：小朋友，你得了大脖子病了，这是因为你身体里缺乏了一种叫“碘”的元素而引起的。你平时呀应该多吃一些象海带、紫菜之类的食品，因为这些菜里面就含有丰富的碘，平时只要你多吃这些菜呀就不会得大脖子病了。

□明明到小猴店里买了什么菜？他为什么要去买这些菜？

□原来呀，海带、紫菜还能防病呢。

红红：我头老是晕晕的，站也站不稳，刚才我蹲下去系鞋带后站起来，突然觉得眼前一片黑呼呼的，差点儿摔了一跤，谢谢您把我扶了起来，我就是到您这儿来买东西的。我去看医生了，医生（录音）对我说：小朋友，你这是得了贫血病，平时呀你应该多吃一些黑芝麻、黑豆、黑枣之类的食品，还可以买一些黑米来做饭吃。因为这些黑色食品中含有丰富的维生素，吃了可以补血，把血补好了，这样才不会得贫血。

□小朋友，红红到小猴店里买了什么菜？她瘟神么要买这些菜？

□原来呀，黑芝麻、黑豆、黑枣、黑米能补血呢。

2、教师小姐黑色食品能补血防病。

3、了解其它黑色食品的营养。

□小猴店里还有许多黑色食品了呢，这些黑色食品有什么营养呢？

提问幼儿，老师讲解补充：黑木耳、香菇是菌类食品它们和乌梅、黑桑葚能抗癌，多吃了就不会得癌病，对我们人体的一些内脏：肝、脾等艘是非常有好处的。

切我们刚才说的都是一些植物类的黑色食品，其实呀，还有好多动物类的黑色食品呢。

幼儿思考回答，教师补充：如乌骨鸡、黑鱼、乌龟、乌贼、海参等都是黑色食品，多吃了这些黑色食品能让我们的身体更健康；生病的人，忒别是一些开刀的病人，多吃了这些黑色食品身体能康复得更快；黑色食品还能乌发美容呢。

切黑色食品的营养真丰富，吃了对我们的身体还有那么多的好处呢。我们爱吃吗？

1、请幼儿品尝黑色食品。

2、讨论总结：你吃到了什么？知道它有什么营养呢？

切黑色食品真好，让我们也去小猴店里买一些回去和爸爸妈妈一起吃吧。

游戏活动“菜场”。

大班健康活动教案详案篇二

1、练习在多种平衡器上快而稳地走，能创造性地做动作，提高平衡能力。

2、能大胆进行身体活动，培养不畏艰险，勇于克服困难的的精神品质。

3、发展走、跑、跳等基本动作及动作的灵敏性、协调性。

4、喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

5、增强合作精神，提高竞争意识。

1、录音机、磁带。

2、不同高度、宽度的平衡木，四个跳箱连接成平衡木，放置成有坡度的梯子

3、沙包、皮球、洋娃娃、积木藏在大型玩具下，积木若干放在大型玩具上。

4、每人一张金色粘纸，每人一根纸棒。

(1) 教师扮演孙悟空，幼儿扮演小猴，听音乐模仿猴子跑跳、单脚站立、望、搔痒等动作活动身体。

(2) 听音乐原地转圈，音乐停即停，看谁站得稳就奖励一张粘纸贴在头上。熟练后增加难度，要求变换动作转圈，或停时能单脚站立。

幼儿自由选择一条路练习，重点指导没有勇气登高的幼儿。

“你刚才走了哪条路？是怎样过去的？”请个别幼儿示范并进行小结。

要求边走边做各种动作。

现在要请大家把一些东西运到山上（大型玩具）去，看谁运东西时也能又快又稳地走。”

记住自己送了几样东西。

幼儿自选物品自选路走，鼓励幼儿根据物品特点想出各种动作（如顶沙包、抱皮球、撑伞、抱娃娃等）。总结运货情况，

奖励一根纸棒当金箍棒。（拿着金箍棒听音乐神气地走）

“这里的路更难走了，有许多石头，高低不平，老孙的火眼金睛看见黑风洞里有许多圆圆的、长着两只长角的妖怪正在睡觉，请大家做好准备用金箍棒去消灭它，好不好？但是要小心，金箍棒不要打在自己的好朋友身上，自己选一条小路出发。。。 ” 幼儿走过小路，到大型玩具上下寻找并用金箍棒打妖怪（羊角球）。

（1）妖怪被我们打死了，我们在山上玩一会儿吧。

（2）共同整理玩具物品，结束。

从本次活动我发现只要我们平时善于观察，感受幼儿的心理，和简单的一两样道具就能让孩子在玩中学，学中乐，学得很开心。当然活动中存在着很多的不足之处，比如自己在语言组织方面有些欠缺，显得比较的啰嗦。相信在我今后的不断磨练中，我的课堂教学能有所提高。

大班健康活动教案详案篇三

食品保质期

2、观察感知哪些食品有保质期啊？看看我们的教室里面哪些东西有保质期啊？你在哪里找到保质期？师生小结：一般来说，饮料的保质期都在哪里？（瓶口上）盒子包装的保质期在哪里啊？（盒子底部）口袋食品的保质期在哪里啊？（口袋边上）原来他们的'位置都不一样的啊师：那保质期的时间是不是都是一样的呢？回家的时候你们看看再告诉我。

3、联系3、15讲一讲昨天老师吃了过期的食品后，你们知道老师是怎么做的吗？我去消费者协会投诉了，因为昨天是3、15号，也就是3、15消费者权益保护日，如果你买的东西质量不好或者是过期食品都可以为自己讨回公道的。

大班健康活动教案详案篇四

- 1、幼儿喜欢吃蔬菜，知道多吃蔬菜对身体好。
- 2、初步培养幼儿不挑食的好习惯。

各种蔬菜若干，魔法箱一个，宝贝厨房标志，水果色拉一盘，围裙，厨师帽子各一个，四段音乐。

幼儿喜欢吃蔬菜

幼儿知道多吃蔬菜对身体好

师：今天老师要带小朋友到“宝贝厨房”去做客，你们想去吗？和我随着音乐一起出发吧！（幼儿跳舞进场）

1、幼儿来到“宝贝厨房”入座，教师装扮成厨师，告诉幼儿要给大家做蔬菜大餐。

2、师：“今天厨师给小朋友带来了许多的蔬菜，可是有一个蔬菜它不好意思出来和你们见面，（引起幼儿注意围裙口袋里的蔬菜）谁来猜猜，这个蔬菜是谁”？——幼儿到教师口袋里来摸蔬菜，并且猜是那种蔬菜（西红柿）。

3、提问：谁喜欢吃西红柿？可以怎样吃？教师渗透西红柿的营养价值以及对身体的好处。

4、教师请幼儿用热烈的掌声请出其他的蔬菜。（芹菜，黄瓜，洋葱，南瓜，红薯，菠菜）

5、提问：都有哪些蔬菜？

你喜欢吃那种蔬菜？（引到幼儿大声说出我爱吃……）可以怎样吃？渗透不同蔬菜的营养价值以及对身体当然益处。

6、师：还有几种蔬菜宝宝想要和小朋友一起玩捉迷藏的游戏，请小朋友们快去找找他们吧。（幼儿找到事先藏好的蔬菜：胡萝卜，土豆，青椒）

7、提问谁爱吃胡萝卜，土豆和青椒，可以怎样吃？渗透这几种蔬菜的营养价值以及对身体的好处。

8、出示“魔法箱”告诉幼儿，这个魔法箱会变出好吃的蔬菜色拉，请幼儿一起来试试。

9、幼儿每人拿一种蔬菜与教师一起变“蔬菜色拉”（做律动），然后把手中的蔬菜放进魔法箱，教师来变蔬菜色拉。

10、出示蔬菜色拉，幼儿说说都有什么蔬菜。

11、教师告诉幼儿，生活中还有许多的蔬菜，今天厨师没有带来，请小朋友回家找一找，看一看还有什么蔬菜小朋友喜欢吃，下次把它带到“宝贝厨房”来做客。

提示幼儿吃东西之前要讲卫生，勤洗手。请小朋友洗手之后一起品尝蔬菜色拉。（音乐洗手歌）

大班健康活动教案详案篇五

1、知道酸会腐蚀牙齿，产生的龋齿有危害。

2、学习牙防五步曲，知道正确的护牙常识。

3、培养良好的饮食卫生习惯。

4、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。

5、初步了解健康的小常识。

1、鸡蛋壳、饼干、杯子、醋、镜子

2、课前两天和幼儿一起将鸡蛋壳浸在醋里；

3、产生龋齿的过程图片和牙防五步曲的图片

4、牙模型、牙刷各一、故事挂图《没牙的大老虎》、《鳄鱼怕怕牙医怕怕》

一、讲述故事《没牙的大老虎》，引出情景；

师：故事讲完了，小朋友们，为什么大老虎把牙齿都拔掉了？

原来啊，大老虎上了狐狸的当，贪吃蜂蜜，又不刷牙，所以啊，时间长了，细菌在大老虎的牙齿上钻了几个洞洞，大老虎原本健康的牙齿都成了龋齿了，最后龋齿很严重，大老虎疼得不行就拔了，所以成了没牙的大老虎了。

二、寻找龋齿产生的原因

1、出示教具：牙齿卡通图片

（知道人们吃完东西后会有食物残渣留在牙缝里）

出示产生龋齿的过程图片（1）

2、师：我们的嘴里有一种细菌会使这些食物残渣变酸

出示产生龋齿的过程图片（2）

如果时间长了，我们原来健康的牙齿会怎样呢？

（知道健康的牙齿会被腐蚀，产生龋齿）

出示产生龋齿的过程图片（3）

3、师：现在，每个小组的桌子上有一个新鲜的鸡蛋壳，请小朋友们只用小眼睛观察一下，新鲜的鸡蛋壳是什么颜色的？（肉粉色）

那老师再请小朋友们看看被子里的那个鸡蛋壳，那是我们前两天一起放进醋里的那一个。小朋友们还是只用小眼睛观察一下，这个鸡蛋壳和桌上新鲜的鸡蛋壳有什么不一样？（颜色变黑了）

现在老师请小朋友们用筷子轻轻地敲一敲新鲜的鸡蛋壳，感觉怎样？（硬硬的）

再敲一敲杯子里的那一个，感觉怎么样？（软软的）

4、师：小朋友们都观察好了，现在老师的问题就来了，为什么杯子里的鸡蛋壳会变黑变软了呢？（醋是酸的，会腐蚀鸡蛋壳中的钙，所以鸡蛋壳就变黑变软了）

5、教师小结龋齿产生的原因。

三、龋齿有哪些危害？学习牙防五步曲，知道正确的护牙方法

1、看《鳄鱼怕怕牙医怕怕》的挂图，讨论龋齿的危害

（牙痛、肿胀、吃不了东西、拔牙、不能咀嚼）

2、学习牙防五部曲，并讨论正确的护牙方法

（按时刷牙、适当控制甜品和刺激性食物如辛辣、冷酸）

四、游戏“牙齿和细菌的对抗”

大班健康活动教案详案篇六

秋冬是许多流行疾病高发季节，手足口病、流感等等容易传播。其中眼部疾病也容易在幼儿群体中流行。最近我就发现我们班有一些小朋友喜欢自己揉眼睛，甚至有的家长让我们帮助孩子控制、纠正孩子眨眼的现象。为此让幼儿了解眼睛的作用以及眼睛各部分的名称，懂得保护眼睛的重要性，掌握更多保护眼睛的知识；我设计了这节健康活动《我的眼睛》。

1. 了解眼睛的作用以及眼睛各部分的名称。
2. 学习“眼保健操”，引导幼儿每天坚持做眼保健操。
3. 懂得保护眼睛的重要性，掌握更多保护眼睛的知识。
4. 教育幼儿养成卫生的好习惯。
5. 懂得预防和治疗的自我保护意识。

活动重点：

引导幼儿了解眼睛的作用以及眼睛各部分的名称。

活动难点：

让幼儿懂得保护眼睛的重要性，掌握保护眼睛的方法。

解决方法：

感知法、观察法、讨论法、讲述法。

1. 每人一面小镜子。
2. 活动前带幼儿玩《请你猜猜我是谁》的游戏。

3. 眼睛的结构图，对视力有益的食物（实物）；自制挂图《眼睛怎么了》。

4. 音乐《睫毛弯弯》。

一、以游戏《请你猜猜我是谁》导入。

教师用眼罩蒙住幼儿眼睛，猜出对方是谁。

二、进一步了解眼睛的功能

1. 谜语：“上边毛，下边毛，中间有颗黑葡萄”引导幼儿猜出眼睛。

师：对了，谜底是眼睛。刚刚在做游戏的时候，眼睛被蒙住了，你有什么感觉？（幼儿讨论并回答）

2. 师：我们的眼睛会看到哪些东西？

教师小结：我们的眼睛能让我们看到很多很多的东西。可是你们眼睛是什么样子的吗？

三、观察眼睛的外形特征，能说出各部分的名称

2. 出示眼睛结构图，引导幼儿观察。

教师小结：眼睫毛在小朋友的眼睛上有非常重要的作用。它能保护眼睛，能遮住眼睛不被强光照射到眼睛上，还能防止防止尘土落入眼内。谜语里“黑葡萄”就是眼珠，眼珠最中间的小黑点叫瞳孔。

四、学会保护眼睛的方法

2. 出示挂图《眼睛怎么了》，提问：这个小朋友为什么要揉眼睛？他的眼睛怎么了？眼睛会生什么病呢？（近视眼、红眼病、

沙眼、结膜炎、等。)

3. 讨论：平时我们应该怎么做呢？（如不用脏手帕擦眼睛，不用脏手揉眼睛，看书或看电视时间不能太长、坐姿要端正等。）

4. 出示对视力有益的食物（实物）。

师：除了注意卫生之外，还需要多吃一点胡萝卜、虾、大豆、猪肝、鸡蛋、牛奶、水果、肉类等。小朋友们要什么东西都要吃，不挑食，这样对我们的眼睛、身体都有好处。

5. 学做“眼保健操”，知道保护眼睛的重要性。

教师总结：今天我们知道了许多有关眼睛的秘密。平时我们看电视时，要距离远些，而且时间不能过长；看书时身体要坐正，不能趴着或仰着看书，看书时间长了，要休息或向远处看或看绿颜色的植物；不能在太强或太弱的光线下看书、画画和写字；平时每个人要有自己的毛巾、脸盆，防止相互传染；眼睛生病了赶紧让爸爸妈妈带小朋友们去医院进行治疗。老师希望每个小朋友都有一双明亮的眼睛，从现在起，改掉那些不好的习惯，好好地保护我们的眼睛。

五、音乐律动《睫毛弯弯》。

教师带领幼儿按节奏做律动，让幼儿进一步体验音乐律动的快乐。

整个活动通过幼儿的看一看、猜一猜、说一说、做一做。由浅入深地展开，激发了幼儿的求知欲望，使幼儿知道了眼睛的重要性，掌握了更多的保护眼睛的知识，提高了认知能力。

在活动指导过程中，我能努力观察每位幼儿，适时提供帮助；做到教师不干预代替，突出幼儿为主体；肯定、鼓励幼儿的点

滴进步。另外努力把握好“玩中学,学中玩”的课堂模式,让幼儿在体验、观察、讨论、游戏、操作中获取新知,充分表现自己,较好地达成本次活动的目标。

大班健康活动教案详案篇七

- 1、和爸爸妈妈共同参与运动会,享受亲子活动的快乐。
- 2、能控制自己的'情绪,遵守运动规则。

布置运动场地

- 1、幼儿和家长根据项目需要穿上服装,并简单化妆。
- 2、随着运动员进行曲,幼儿和父母一起分组入场。
- 3、主持人宣布运动会开始,并解释比赛规则。鼓励幼儿和家长发扬友谊第一,比赛第二的精神。
- 4、开展各种体育运动项目。
 - (1)为增加活动气氛,可采用新颖的比赛方式。
 - (2)鼓励幼儿为家长、同伴呐喊助威。
- 5、颁奖:
 - (1)宣布各个项目的成绩。
 - (2)由家长和孩子代表为各项冠、亚、季军颁发奖牌,还有体育精神奖。
- 6、邀请一名家长代表发言评价本次活动。

肯定幼儿热爱运动、关心同伴、家长积极参与、合理竞争等

事例。

大班健康活动教案详案篇八

1. 锻炼跳、钻、垮、跑得技能及身体平衡力。
2. 通过游戏，体验成功为红军送粮食的自豪感。
3. 增强集体荣誉感，感受通过坚持不懈的努力获得成功的喜悦。

1. 平衡木一个、跨栏两个、轮胎四个、隧道袋两个、蓝色大框三个，沙包若干（粮食）

2. 欢快的音乐《牛仔很忙》

一、播放音乐《牛仔很忙》做热身运动

教师带着幼儿随着音乐一起做热身运动

二、学本领“跳、钻、垮、跑”的技能及身体平衡力

（3）教师带领幼儿一起练习跳，钻，垮，跑及走平衡木保持身体平衡力的技能。

1、教师示范跳，钻，垮，跑，走平衡木的动作要领及注意事项

2、将幼儿分为组进行练习

三、“我为红军送粮食”，增强幼儿的集体荣誉感及获得成功后的喜悦感

（1）将幼儿分为男各两组，听口令，当教师吹响口号时，每组的前两位幼儿背着粮食越过障碍物，到达终点时将“粮

食”放置粮食仓中（蓝色大框）然后跑回至队伍的最后面，下一位开始幼儿继续送“粮食”，（在练习的过程中，难免会有幼儿不能一次性坚持完成，如：在跳的过程中，会有部分幼儿因为累而坚持不下来便改为走，走平衡木时刚开始未能完整的的走下来，总会有脚踩到地面上失去平衡力等等老师要采取鼓励，激励的方式，或是和小朋友们一起为他们加油喝彩增强幼儿的自信心。引导幼儿不怕困难，努力坚持就会成功。）

（2）游戏一：哪一组先将粮食送完哪一组获胜

（3）游戏二：在规定的时间内，哪一组送的’粮食多哪一组获胜

（4）游戏三：选出最强的一组男和一组女进行比赛，哪一组先将粮食送完哪一组获胜（规则：每次送粮食一位幼儿只能拿一袋粮食）

（5）教师总结

四、随着轻音乐教师带领幼儿一起做放松运动

（1）放松运动

（2）教师：今天我们为红军叔叔们护送粮食，红军叔叔们非常开心，他们让我代替他们感谢小朋友的帮助，谢谢大家！！！！

家园共育：讲述有关红军的小故事

在本次活动中，以“为红军送粮食”为主线，引导幼儿前路坎坷会遇到困难而需要学习跑、跳、垮、钻、的技能及身体的平衡力，通过游戏的方式让幼儿学会几项技能，在比赛中也增强了幼儿的集体荣誉感和获得成功的喜悦感，同时，也

锻炼了幼儿不怕困难敢于坚持的良好品质。

大班健康活动教案详案篇九

1. 探索布袋的多种玩法，尝试用购物袋练习双脚跳。

2. 体验布袋的多种游戏带来的快乐感受。

1. 购物袋

2. 纸盒

1. 热身运动。

——孩子们，今天我们一起出发去运动，好吗？

幼儿听音乐做热身运动。

2. 尝试探索布袋的的多种玩法。

——打开布袋可以怎么玩呢？

——幼儿自由尝试探索。

——集体交流：怎么样能稳稳地跳呢？

——随着音乐节奏的快慢跳。

3. 布袋跳障碍。

（1）盒子竖放障碍（将盒子竖起摆放当作树林）孩子们绕盒子障碍物以s形到对面。

——交代要求：前面有一个个小树林，我们要提着布袋，跳s形过树林。

——个别示范。

——小组鱼贯练习。

(2) 盒子靠拢平放（将盒子平放并拢变成小路）

——交代要求：看，前面有一条小路，我们要跳着经过这条小路。

——小组练习跳。

——集体交流。

——个别展示。

(3) 盒子分开平放（将盒子平放变成较宽的篱笆。）

——这个宽宽的篱笆你能过这些篱笆吗？

——个别示范。

——幼儿挑战。

(4) 综合场地布置，挑战过复杂的路。

——交代要求：跳过小树林，绕s形过树林，越过篱笆。

——幼儿随着音乐游戏。

4. 放松运动。