

2023年大班健康教案健康日活动目标反思 大班健康活动教案(模板7篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。优秀的教案都具备一些什么特点呢?这里我给大家分享一些最新的教案范文,方便大家学习。

大班健康教案健康日活动目标反思篇一

1、引导幼儿练习各种身体动作,锻炼平衡,跨跳以及从高往下跳的能力,促进身体的协调和灵敏,增进四肢肌肉的力量。

2、发展参与活动的自主性,积极性和创造性,培养不怕挫折、勇敢竞争的良好品质。

1、选择离幼儿园较近且田埂宽度、硬度较适宜的闲地。

2、让幼儿做好外出活动的准备。

1、谈话活动:这里有许多田埂,它到底有什么用呢?

2、游戏“抢田埂”。

(1)自由玩抢田埂游戏,探索各种玩法。

(2)幼儿介绍自己的玩法,选择自己喜欢的玩法游戏。

(3)在平地上集合,听口令分组抢占田埂,提醒幼儿注意安全。

3、游戏“跟我走田埂”。

(1) 请一名平衡性较好的幼儿在前面走，其余幼儿按顺序依次从田埂上走过。

(2) 启发幼儿探索：侧平举、叉腰、上举、抱头等动作，看哪一种动作走起来更平稳。

(3) 要求胆小，能力弱的幼儿走慢一些，但要勇敢地坚持走下去。

4、跨跳田埂。

(1) 选择一条高度适宜的田埂做障碍，要求幼儿助跑、屈膝跨跳过去。

(2) 幼儿站成四横排依次练习。

(3) 及时帮助幼儿纠正动作姿势，提醒幼儿注意落地的平衡和安全。

5、游戏“从高往下立定跳远”。

(1) 选择一条高度适合自己的田埂，练习由高往下跳远。

(2) 引导幼儿思考落地时应当怎样保护自己。

(3) 根据幼儿练习的情况讲评，请跳的好的幼儿示范后，再继续练习。

6、游戏：学小猴爬。

师生共同总结讲评。

大班健康教案健康日活动目标反思篇二

1、知道新鲜空气对人们的重要性，了解抽烟对人体健康，社

会环境的危害。

2、增强幼儿关心、保护环境的意识，激发幼儿争做环保小卫士。

3、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

4、培养幼儿乐观开朗的性格

1、经验准备：幼儿解吸烟对人体健康的危害。

2、材料准备：

教师：棉花、香烟、瓶子；

幼儿：大型积木，剪刀，纸，食品包装，记号笔，禁烟标志等。

一、通过做实验，感受空气的重要性。

1、捏紧鼻子，闭紧嘴巴，说一说有什么感觉？（不能呼吸感到非常的难受。）

2、深呼吸一次，现在感到怎么样？（感受空气对人的重要性。）

二、感知香烟对人类的危害。

1、出示香烟——“这是什么？”“你们家有人抽烟吗？”

2、如果把让烟污染的空气吸进后，我们的身体会变成怎么样？

3、做实验：

先在瓶子里放一团雪白的棉花代表肺，然后把一支点燃的香

烟放进瓶子。

4、在等待实验结果的过程中，请幼儿讨论吸烟的危害。

三、教师介绍世界无烟日，并引导幼儿寻找戒烟的方法。

3、引导幼儿讨论怎样帮助吸烟的人戒烟。

四、游戏“禁烟小卫士”，建立初步的环保意识。

(1) 既然生产香烟的厂一点儿也不好，干脆我们来搭建一个戒烟工厂，这个工厂里专门生产戒烟食品和禁烟标志。

(2) 分组游戏□a组：用大型积木搭建戒烟工厂。

b组：绘画禁烟标志。

c组：用各种材料制作各种戒烟食品。

(3) 游戏“禁烟小卫士”。

(4) 抽烟的危害这么大，如果周围有人吸烟，我们要怎么办呢呢？

(5) 师生共同在园内把生产的禁烟标志张贴在墙上，把禁烟产品放到娃娃商店里去卖。师生一起出活动室。

社会意义，引导幼儿从身边的成人开始宣传禁烟。使他们认识到吸烟不仅损害自己的身体，也在危害旁边的不吸烟的人。让幼儿明白，即使年纪小，也可以为环保尽一分力，引导幼儿在日常生活中、在潜移默化中，将环保的种子播种在小小的心灵里，从小让幼儿萌发保护环境意识，促进幼儿健康成长。

本次活动也有些不尽人意的地方，如教师的话太多，一直在重复某些词语。对幼儿抛过来的球没有及时的接住。还有在某些细节方面我处理的不够理想，在以后的教学活动中改进。

大班健康教案健康日活动目标反思篇三

1. 发展幼儿走和平衡的能力。
2. 大胆进行身体活动，提高对各种环境的适应能力。
3. 培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。
4. 培养幼儿团结合作的观念。
5. 让幼儿初步具有不怕困难的意志品质，体验健康活动的乐趣。

能在黑暗里大胆进行身体活动。

墨镜、长纸棍、塑料袋与全体幼儿人数相同。小皮球若干。泡沫板若干，长手臂一副。录音机和音乐磁带。

惧怕黑暗是幼儿常见的一种情绪表现。在幼儿的体育活动中，经常创设一些环境和条件，鼓励他们在黑暗里勇敢地参与活动，就会逐渐消除他们对黑暗的恐惧心理。本设计活动就是把培养幼儿在黑暗中的活动能力富于有趣的游戏之中，这样，既提高了幼儿对客观环境的适应能力，又使他们的身体动作得到相应的发展。

扮演角色活动身体，提供材料探索练习，结束游戏放松身体

1. 扮演角色，活动身体

(1) 教师提示：“今天天气真好，小朋友们来到了幼儿园，开

始了一天的生活，他们真快乐！

(2)全体幼儿听音乐，做快乐生活操：“搭积木，学跳绳。吃午饭、铺被子，穿衣服，做游戏。”

2. 提供材料，探索练习

(1)教师提示：“我们玩了一天真快乐！现在已经是晚上八点钟了，天已经黑了，我们来玩黑夜里的游戏好吗？戴上墨镜，就是代表我们在黑夜里了，游戏开始。”

(2)皮球回来了

小皮球若干，四散地放在场地上，教师发出指令，“快快找到小皮球”，幼儿连忙蹲下向前走，摸到小皮球，放在塑料袋。教师再发出指令：“皮球回来了”。幼儿马上站立不动。最后看谁摸到的小皮球最多。

(3)听音找人

幼儿两人一组，相隔一定距离迎面站立，一幼儿说：“我在这里，我是××。”另一幼儿就循音蒙眼向他走去。若摸到对方就算赢者，若没有摸到，又走出了对方的视线，就是输者，交换角色，游戏重新开始。

(4)长臂人来了

全体幼儿手拉手圈成一个大圆圈站立，中间一幼儿套着一副长手臂为长臂人，蒙眼站立。游戏开始，全体幼儿围着圆圈不断移动着跑或跳，长臂人则挥着长臂四处抓人，长臂人碰到哪位幼儿，那位幼儿就是输者，停止游戏一次。

3. 结束游戏，放松身体

用泡沫板隔成几条长约10~15米的“马路”全体幼儿手持纸

棍，摸索着往前走，以不碰倒泡沫板，顺利通过马路者为胜者。

此游戏亦可在体锻活动中分几次活动来进行。

我们教师所组织的每一次活动，除了让孩子们学到本领，我觉得更重要的是让孩子们得到快乐，真正的快乐，发自内心的快乐，特别是在体育活动中，我们不是为了教会一种本领而教，不是为了完成计划中的某个任务而进行的教学。相反，我们要让孩子成为活动的主人，让孩子们愿意踊跃的参与到你的活动中来，快乐的融入进来，我想我们就成功了。体育活动不同于别的活动，游戏的设计，环节的相扣，都需要教师亲身事先去尝试去修改，难度的合适，密度的大小，场地的布置，无不需要我们用心去做，而我相信，我们的每一次用心都会换回硕果累累。

大班健康教案健康日活动目标反思篇四

活动目标：

- 1、根据音乐节奏，踩着小脚印变换跳跃的动作，发展幼儿动作的创造性灵活性。
- 2、通过锻炼增强幼儿脚的控制能力及跳跃能力。
- 3、鼓励幼儿大胆的表现自己所想的动作，体验合作跳跃所带来的乐趣。

活动准备：

- 1、自制的跳舞毯（每人一个），音乐磁带《幸福拍拍手》
- 2、场地布置

活动重难点：

重点：借助跳舞毯来创造性的变换自己跳跃的动作。

难点：跟着音乐有节奏的进行跳跃。

活动过程：

（一）、热身运动：教师：今天天气非常的好，我们到外面玩玩吧！

在奇妙的音乐声中带领幼儿做一些准备活动，主要针对下肢各部位进行锻炼。

（锻炼下肢主要是为“跳”来做准备服务的便于幼儿在活动中能够自如的发挥）

（二）、基本活动：

1、通过游戏石头、剪子、布引入课题。进行幼儿的第一次的尝试跳

教师：“小朋友，你们会玩石头、剪子、布的游戏吗？”

“平时你们是用什么来玩这个游戏的？”

“今天，我们就用脚来玩这个游戏，试试看吧。”

2、出示跳舞毯，引导幼儿想出跳的不同动作。

（幼儿借助小脚印进行第二次的尝试）

（1）、教师：原来，我们的小脚很能干，他除了走路、跑步外还会玩游戏呢！

其实小脚他有一个本领，就是会跳舞。今天老师带来一张神奇的跳舞毯，我们一起来看看。

(2)、教师出示跳舞毯，让幼儿尝试在跳舞毯上可以怎样踩着脚印跳舞。

师：跳舞毯上画着什么？

(大班幼儿对各种新奇的事物较感兴趣，对物品的认知能力也较强，通过物品的投放，孩子锻炼的积极性会很快的被调动上来)

师：现在我请小朋友试试到跳舞毯上来跳舞，但是我有一个要求，就是每次跳完后两只脚都要踩在脚印上。

3、集中幼儿展示尝试效果

教师：刚才你们都在跳舞毯上试过了，你是怎样跳的？

教师：请个别幼儿上来展示，(2—3名幼儿)

4、加入音乐《幸福拍拍手》让幼儿跟着音乐的节奏进行练习，进行跳跃的

第三次尝试(加大难度，给予幼儿一定的挑战以便更多的创新)

(1)、尝试幼儿一人跳

播放音乐《幸福拍拍手》

“如果感幸福你就跳一跳”引导幼儿在音乐的后半句进行跳跃，还可以加入手上的动作。

奏来促进幼儿动作的协调性)

教师：在活动中教师对能力弱的幼儿进行指导

（2）、尝试两两合作跳

教师：播放音乐，现在请小动物们去找一个好朋友跳一跳。

同时可以让幼儿在动作的创新上得到一个再提高)

（3）、集体合作，进行大圆跳

（通过多种跳法，激发孩子的创新的跳法，体验成功)

教师：与幼儿商量朝一个方向，在老师的歌声中尝试跳；
（活动的高潮将通过集体活动来体验乐趣，在这里幼儿集体合作，共同商量，才能体现孩子的活动自主性)

教师：播放音乐《一起来跳舞》。

（可以鼓励幼儿边唱边跳)

玩的开心还可以请周围的老师也加入到舞蹈中来。

（三）、结束部分

听音乐做放松动作

大班健康教案健康日活动目标反思篇五

1. 了解注意个人卫生的重要性，掌握使自己身体保持清洁的方法。
2. 能把使身体保持清洁的'方法画下来制作成宣传画，促使自己和同伴养成良好的个人卫生习惯。

3. 在活动中体验快乐，知道讲卫生有利于自己身体健康，也可以给自己和他人带来愉快的情绪，同时也会受到大家的欢迎。 活动重点：

了解注意个人卫生的重要性，掌握使自己身体保持清洁的方法。 活动难点：

自觉养成良好的个人卫生习惯。

《我爱洗澡》背景音乐、课件《不讲卫生的波波》、制作宣传画的纸、笔、自制挂图、知识竞赛题及积分牌。

一、 做律动《我爱洗澡》激趣导入。

请幼儿说一说律动中做了什么卫生行为，为什么要洗澡？

二、 播放课件《不讲卫生的波波》让了解注意个人卫生的重要性。

1、 播放课件《不讲卫生的波波》幼儿观看。

2、 幼儿讨论：波波是个什么样的孩子？大家喜欢他吗？为什么？

不讲卫生会对我们的身体有什么不好的影响？

3、 教师小结：我们想要有健康的身体，受到大家的欢迎，就应该爱护自己的身体，使自己的身体保持清洁。

三、 了解如何做一个爱清洁、讲卫生的孩子。

1、 出示图片，幼儿观察学习怎样做一个讲卫生的孩子。

2、 组织幼儿讨论：为什么要洗手、洗头、洗澡、刷牙、换衣服、剪指甲。

3、儿歌《小动物讲卫生》复习小结。

四、 举行知识竞赛复习巩固。

五、 课后延伸：鼓励幼儿制作讲卫生的宣传画册张贴在楼道里。

大班健康教案健康日活动目标反思篇六

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。

大班健康教案健康日活动目标反思篇七

- 1、 通过幼儿对梯子的各种游戏，发展幼儿的攀爬能力和平衡能力。
- 2、 培养幼儿无畏、勇敢、果断、镇定的优秀品质。
- 3、 增加幼儿对大自然的热爱。
- 4、 培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。
- 5、 促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。

竹梯、彩色滚筒、椅子、牛筋等。

一：准备部分

基本动作练习。立正——稍息——向右看齐——向右转——原地踏步走——齐步走——小跑——立停。

二：基本部分

小特警已经学会了许多本领,今天要进行考试了——探险。在我们探险的路上,要过许多小桥。有有趣的小桥、也有很危险的小桥,大家可要注意了!看哪个小特警员特别勇敢、机智、聪明。

1、过小桥

第一关：平地小桥 要求：规定用走、跳的方法在梯内和梯上通过。

第二关：倾斜小桥 要求：规定用走、跳的方法在梯上通过。

第三关：悬空小桥 要求：规定用爬的方法在梯上通过。

第四关：人工摇桥 要求：梯子架在两个圆筒上，教师在两头固定及摇晃，幼儿在梯子上自由发挥通过。

2、幼儿学看示意图，可以商量讨论来进行探险活动。在活动中要求幼儿遵守活动规则。

三：结束部分

幼儿分组在梯子旁把梯子搬起，并唱儿歌。（儿歌如下）

儿 歌

我们都是小小特警员，

高高兴兴往家走；

怎么走？ ……

1、2、3向前走，

2、2、3向后走，

3、2、3向左走，

4、2、3向右走；

弯一弯，扭一扭，

很快到了家门口，

我们都是勇敢的小小特警队。

《纲要》中指出：幼儿园健康教育的目的就是保护幼儿的生

命和促进幼儿的健康，提高幼儿期的生活乃至生命的质量。幼儿园健康教育要根据幼儿身心发展特点，通过适宜有效的多种活动，提高幼儿的健康认识水平，改善幼儿的健康态度，培养幼儿的健康行为，最终使幼儿养成健康的生活方式。在健康领域目标的第四条明确指出，体育教学活动的目标是“喜欢参加体育活动，动作协调灵活”。