

2023年大班夏天健康教案(实用5篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。那么教案应该怎么制定才合适呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

大班夏天健康教案篇一

1、能初步了解上肢、下肢、全身运动，尝试选择运动的内容和项目。

2、学习记录运动内容，并能与同伴交流自己的想法。

3、能在运动中关心自己的身体，了解身体变化。

1、物质准备：幼儿调查问卷：“一周锻炼计划表”；运动员图片。电脑、实物投影仪等。

2、经验准备：幼儿已有晨间活动相关经验。

一、体验导入，引发思考。

2、幼儿自由选择运动器械，做一分钟运动。

二、主动探索，建构经验。

1、分别交流两组运动后不同的感受。

2、帮助幼儿建立上下肢运动的初步概念。

(1)师：像我们小朋友这样手臂用力比较大的、活动次数多的运动，我们可以给它们起个什么名字呢？我也给它起个名字叫上肢运动。

(2)师：腿和脚在运动过程中用力比较大，活动次数多的运动，我们可以给它们起个什么名字呢？我给它们起个名字叫下肢运动。

(3)师：原来我们在分别进行上肢或下肢运动的时候，上肢和下肢得到不同的锻炼，身体就会有不同的感觉。那手臂、腿和脚一起运动叫什么名字呢？我也给它们起个名字叫全身运动。

3、出示幼儿晨间活动器械，请幼儿按照上、下肢和全身运动分类。和幼儿一同验证分类是否正确。

三、开拓视野，提升经验。

1、师：让我们来看看这些运动员，他们的身体哪些部位很强壮、很健美？

2、讨论：要想让我们自己全身每一个部位都能充分锻炼到，你想怎么做呢？让我们再来看一看这三个小朋友的运动计划表设计的好不好？幼儿同伴间讨论。

四、内化经验，制订计划。

1、教师：我们每个人都有自己的想法，那就在“一周锻炼计划表”上记录自己下一周的锻炼计划，让我们看看你的计划能不能让你全身各个部位都得到锻炼和发展。

2、幼儿在“一周锻炼计划表”记录自己的锻炼计划。

3、请幼儿介绍自己的锻炼计划，并说明自己设计的原因。

4、总结：我们要想全身各个部位都得到锻炼，让我们的身体长得棒棒的，就要让上肢、下肢交替得到练习。让我们就按照我们自己制订的锻炼计划行动吧！

1、日常晨间活动中，提示幼儿按照自己制定的计划选择游戏

内容。

2、根据幼儿列表中关心的问题，与幼儿共同讨论并调整晨间相关内容。

3、健康角共同收集有关运动后身体发展的资料。

4、家园共同组织幼儿秋季运动会。

大班夏天健康教案篇二

1会看健康宝塔图，了解合理的饮食结构。

2为自己设计营养食谱，培养幼儿养成合理饮食的习惯。

1照片《营养结构》图

2制作营养食谱的纸、笔人手一份。

3健康印章一枚

一谈话导入

引导：如你喜欢吃冰淇淋吗？你能吃下多少？

二认识健康宝塔图

提问：你们想想我们想吃多少就吃多少对我们健康有帮助吗？

出示挂图：

提问：大家知道这是一张什么图？

小结：这张健康宝塔图告诉我们每天应该吃的东西就像一座宝塔，有些东西可以多吃一点有些只能吃一点点。我们来看

看图中是怎样说的。

提问：我们应该吃得最多的是什么？最少的又应该是什么？

小结：米饭、馒头、面包和面条，还有玉米、土豆和番薯，这些粮食做的食物可以让我们有力气，所以应该多吃一点；巧克力这样的甜食和油炸的东西都应该少吃，多吃对我们的身体不好，还会长胖。

提问：你在这张图上还看到了什么？它又告诉我们应该怎么吃？

小结：蔬菜、水果也要多吃一些；牛奶、鸡肉、鸡蛋、鱼、肉都要吃一些，吃得少一些，而不能吃得太多。

三我的营养食谱

1总结：看了营养“宝塔”，我们知道哪些应该多吃，哪些应该少吃，不能一个劲地吃喜欢吃的东西，不喜欢的东西就不吃。

2、我们为自己设计一份健康食谱好吗？

要求：将纸折成三折，使它看起来像菜单。把早餐“食谱”（如水果、牛奶、馒头等）画在第一面，把午餐、晚餐的“食谱”依次画在第二、第三面上。折拢“食谱”，在“封面”处美化装饰。

提示：我们应该按照刚刚学到的知识，合理的安排我们的食谱，让自己吃的健康一点噢。

3选取几则比较典型的食谱，让幼儿说说为什么这样吃，大家一起说说是否合理。

4为能够合理安排食谱的小朋友盖上健康图章，鼓励孩子们能

够知道合理饮食。

大班夏天健康教案篇三

1、音乐磁带、录音机。

2、人体内脏模型。

3、课件。

4、心脏动画。

教学过程：

一、活动引入

今天，老师要和小朋友一起来找一找我们身体内部的一个非常重要的器官，它是什么呢？老师先不告诉你们，我们先来听一段录音。

师：这是什么声音？

幼儿：打鼓、敲门、放鞭炮、敲桌子……（有一个幼儿轻声地说：心跳声）

大部分幼儿回答：心跳声！

（析：这样的活动导入，能够在最短的时间内将孩子的注意力集中过来，同时可以考量孩子的倾听能力及听辨问题的能力。）

二、感知心脏

（一）感知心脏的位置。

师：我们每个人都有心脏，你们知道心脏在哪吗？

（大部分幼儿能找到心脏，也能感觉到心脏的跳动，但是有部分幼儿没有找到。）

（二）感知心脏的跳动。

幼儿：去跑一跑、爬楼梯、拍球……

（本次活动曾送教下乡两次，在回答这个问题上，农村孩子的答案比我们本园的孩子要精彩的多。可见，在运动方面，农村的孩子比城里的孩子经验要丰富。）

师：老师也想了一个办法，你们想知道吗？如果我们来跳一跳，我们的心脏宝宝会怎样呢？我们来试试吧！（跟随音乐一起跳“健康歌”。）

师：现在我们再来摸一摸我们的心脏宝宝，它跟刚才跳的一样吗？

幼儿：不一样，快起来了。

师：它是怎么跳动的？

幼儿：咚咚咚、扑通扑通。

师：为什么我们现在能用手明显地感觉到心的跳动了？

幼儿：因为我们刚才跳舞了。

师小结：现在我们知道了一个秘密，原来运动能够使我们的心脏跳动加快。

（析：让孩子亲身体会后自己去发现答案，这符合孩子的认知特点，同时也使整个活动动静结合，让孩子在轻松、愉快

的气氛中习得知识。)

(三) 感知心脏的形状。

师：刚才我们都明显地感受到了心脏的跳动，那么心脏到底是什么样子的呢？

幼儿：像一个爱心。

师：老师这有一个人体内脏模型，我们来看一看心脏宝宝到底

是什么样子的。

幼儿：像草莓，像锁，像爱心，像桃子……

师：我们的心脏就只有我们自己的一个拳头那样大。

(四) 感知心脏的功能。

师：我们的心脏就只有我们自己的一个拳头那样大，这么小的一个心脏，在我们人体里，到底起什么作用呢？我们来看一段心脏动画。

师：小朋友看到什么了？

幼儿：心脏。

师：继续往下看，说说你又看到了什么？

幼儿：很多管子（有的幼儿能说出“血管”）

师：你看见心脏在怎样呢？

幼儿：在跳动。

师：心脏是怎么跳动的？（配合语言和手势，感受心脏的一张一缩）

幼儿：有血液流出来。

师小结：当心脏收缩的时候，它就把血液挤到动脉血管里，血液通过动脉血管把我们人体所需要的营养和氧气输送到全身，让我们身体的每个细胞都吃饱喝足，心脏要是停止了跳动，人的生命就结束了。

（析：通过播放动画，能够直观形象地让幼儿感知心脏的功能。）

三、保护心脏

1、师：心脏对我们人体这么重要，那我们应该怎样保护我们的的心脏呢？有一首儿歌，是这样说的：小小心脏功劳大，输送血液全靠它。要想让它更健康，常吃水果和蔬菜。肉类、鱼类和豆类，样样都吃就更棒。适当锻炼和休息，它会变得更强壮。

2、结合课件让幼儿进一步了解如何保护心脏。

3、师小结：现在我们知道了，要保护我们的的心脏，首先要不挑食，样样都要吃，然后要注意适当的运动和休息。锻炼身体能使心脏健康，但又不能长时间做剧烈的运动，否则心脏会劳累。睡觉时姿势要正确，不要趴着睡，以免压迫心脏。只要我们注意保护好我们的心脏，那么我们的身体就会更强壮。

四、活动延伸

1、提供听诊器，让幼儿互相听听心跳。

2、回家测测爸爸妈妈的心跳，听听看和自己的心跳有什么不一样。

教案设计频道小编推荐： 幼儿园大班教案 | 幼儿园大班教学计划

大班夏天健康教案篇四

幼儿园大班心理健康教育教案 导读：我根据大家的需要整理了一份关于《幼儿园大班心理健康教育教案》的内容，具体内容：幼儿的身心健康和谐发展是幼儿园阶段的教育目标，其具体含义为个体的身体、心理和社会适应均处于健全状态，而不仅是没有疾病或虚弱现象。下面是我为你精心整理的，希望对你有帮助!篇 1 设计思路：孝敬父... 幼儿的身心健康和谐发展是幼儿园阶段的教育目标，其具体含义为个体的身体、心理和社会适应均处于健全状态，而不仅是没有疾病或虚弱现象。下面是我为你精心整理的，希望对你有帮助!篇 1 设计思路：

孝敬父母，尊敬长辈是中华民族的传统美德，如今的孩子，大多数都是独生子女，都是在父母亲百般呵护，悉心照料下，无忧无虑的成长。今天的父母已经倾尽所有来爱孩子、照顾孩子。但孩子们由于接受了太多的爱，渐渐的，连他们自己也把这一切视为理所当然，养成了对父母只知索取，不懂感恩的不健康心理。为了培养幼儿从小感恩父母的情感，我设计了本活动《爸爸妈妈，我爱你》。

活动目标：

- 1、欣赏故事，感受故事中所表达的爱并尝试用语言、行为等方法大胆表现。
- 2、体验爱和被爱的快乐情感。

3、懂得怎样用实际行动来关心父母、尊敬长辈。

活动准备：

1、故事《快乐的家》，爸爸妈妈写给孩子的信，制作的相册，说给孩子们的话(录音)，感恩的心(歌曲)课件。

2、爱心卡。

活动过程：

一、出示课件，导入活动。

(一)欣赏故事《快乐的家》。

提问：

1、小兔乐乐有一个快乐而温馨的家，听乐乐在说什么?怎么说的?他们的心情会怎样? 2、乐乐说出了自己对爸爸妈妈的爱，那你们爱爸爸、妈妈吗?(二)小结：

爱一个人的时候，一定要大声说出来，是怎样爱的? 二、倾听书信，爸爸妈妈对小朋友的爱。

(一)读爸爸妈妈的来信《宝贝，你长大了》 1、你们听后有什么感受? 2、用信可以传递我们的爱。

(二)欣赏“爱的相册” 1、请每位幼儿说一句最想向爸爸、妈妈说的话。

2、相册可以留下我们的爱。

(三)听录音《亲爱的孩子，我爱你》 总结：每个人都有爸爸妈妈，他们天天为我们忙碌着，的确很辛苦，我们也要好好的回报父母。

三、你对爸爸妈妈的爱

(一)欣赏课件并提问：

1、你看到的小朋友是怎样爱爸爸妈妈的？ 2、2、在日常生活中，你是怎样爱爸爸妈妈的？(二)“悄悄话”爱心卡。我们爱爸爸妈妈的方式很多很多，为了表达对他们的爱，把我们的心愿说在爱心卡上，送给爸爸妈妈。

(三)表演歌曲《感恩的心》，活动结束。

活动延伸：

- 1、把自己的爱心卡献给爸爸妈妈。
- 2、在日常生活中，用各种方式表达对家人的爱。

熊来啦，活动目标：

- 1、幼儿喜欢参与游戏，情绪积极愉快。
- 2、幼儿通过游戏培养抑制自己行为的能力，训练反应的灵敏性。
- 3、幼儿能按游戏规则进行游戏。

活动准备：“熊”头饰一只，圈划幼儿活动范围和“熊家”活动过程：

1、导入活动。

教师：“如果你突然遇到一头大狗熊，你该怎么样，它才不会吃你？” 幼儿讨论提出意见。

2、设置情境，观察讨论熊的习性。

(1)请另一位老师扮成熊，听到主班老师说“哎呀!瞧，我们班来了一只大狗熊!你们快用你刚才的办法试试看，看它会不会吃你!”就出现。

幼儿尝试自己的办法，熊将出声的，动的幼儿抓走。

教师请没被抓走的幼儿介绍自己的方法：没有动，没有出声音等。

(2)教师引导幼儿了解熊的习性：

“熊”介绍自己的特点：“人们都叫我黑瞎子，没错，我的眼睛不好，但是我的耳朵可灵了!一点点声音我都能听见!”教师引导幼儿讨论遇到熊的时候该怎么办：看到了熊不要动，不要说话，就不会被熊吃了。

3、学习儿歌《熊来啦》。

(1)教师：“我这儿有一首儿歌，只要你会念这首儿歌就不会被熊抓走了，像不想听听?”(2)教师念儿歌，幼儿以集体，分男女的形式学习儿歌。

4、第二次游戏。

教师：“如果熊再来，我们怕不怕?我们就一边念儿歌，一边用儿歌里的方法，就不会被熊抓走了!”教师：“哎呀!熊来啦!”熊出现，教师和幼儿一起念儿歌玩游戏。

5、商定游戏玩法和规则。

和幼儿一起讨论“熊没来的时候我们干什么?”“熊什么时候出来?”“什么时候念儿歌?”“什么时候不动了?”“什么时候游戏结束?”“熊的家在哪里?”等问题。

教师总结幼儿的讨论结果。

6、幼儿扮熊进行游戏。

(1)请一位幼儿扮熊进行游戏。

(2)请若干幼儿扮熊进行游戏。

7、教师小结，评价，表扬按规则进行游戏的幼儿。

8、幼儿“熊走”进教室。

附：儿歌《熊来啦》 熊来啦!熊来啦!闻闻你来闻闻他。

别动别笑别说话，别被狗熊抓回家。

篇 2 一、活动目标：

1. 引导幼儿初步掌握跳皮筋的方法。

2. 激发幼儿对民间体育游戏的兴趣，体验合作游戏的快乐。

3. 锻炼幼儿的腿部力量，提高幼儿身体动作的协调性与灵敏性。

二、活动准备 1. 经验准备：学会用杭州话念民间童谣《马兰开花》。

2. 材料准备：7 根皮筋，一段跳皮筋的视频，小鼓一个。

三、活动过程：

(一)教师带领幼儿听音乐做热身运动。

小朋友我们听着音乐一起来做做运动吧(二)通过游戏，初步掌握跳皮筋的方法。

1. 引导幼儿尝试探索跳皮筋的基本方法。

今天余老师带来了一些皮筋，请你找个空地方和好朋友一起玩一玩。

2. 结合民间童谣《马莲开花》，练习单脚内外跳皮筋。（幼儿围成圆圈，单脚撑皮筋，另一只脚练习跳）3. 结合民间童谣《马莲开花》，尝试双脚交替绕圈跳。

(1) 幼儿看视频，分组练习。

(2) 请一组幼儿示范。

(3) 跳皮筋比赛。

现在我们要进行跳皮筋比赛了，看哪组小朋友跟着老师的节奏，跳的又快又整齐。

篇 3 教学内容：看得见的情绪

教学目标：

1. 通过辨别几种常见的面部表情去感知、判断人的良好与不好情绪。

2. 知道良好的情绪使人健康、初步学会去调整自己的不良情绪。

3. 在观察、感知、辨认、判断活动中提高幼儿的观察力、情绪识别力。

教学重点：

通过辨别面部表情来判断良好的与不好情绪。

教学难点：

如何引导幼儿积极想办法，来初步调整自己的不良情绪。

教学准备：

1. 六个表情面具(大笑、微笑、生气、哭泣、愤怒、害怕)2. 准备《健康歌》、《假如幸福你就拍拍手》的歌曲磁带及录音机;3. 课前排练好《他落入了情绪的深渊》的小品。

教学过程：

一、开始部分 谜语趣导。

现在老师给你们猜一个谜语：“人人身上一大宝，既会哭来又会笑。生起气来眉上翘，高兴起来哈哈笑。”你们知道是什么吗?(脸)二、基本部分(一)情绪大变脸 1. 辨别面部表情。

可以通过脸上的表情他人的情绪。

2. “变脸”游戏。

现在我们来玩玩变脸游戏好吗?(1)集体游戏。教师出示表情面具，幼儿做相应的表情。

(2)同伴之间互相游戏：你说我来做。

3. 引导幼儿将表情面具按情绪进行分类。

(1)刚才我们在玩变脸的游戏，你觉得哪些脸让你心情高兴?哪些脸让你心情不好呢?(2)引导幼儿将几个表情面具从良好情绪和不良情绪进行归类。

(3)教师小结：当我们微笑、大笑时我们的心情好，高兴、快乐属于良好的情绪;而当我们生气、哭泣、愤怒、害怕时，我

们的心情不好，属于不好的情绪。情绪有“喜”、“怒”、“哀”、“乐”四种类型，原来，我们可以从我们脸上的表情知道他的情绪怎样。

4. 玩“脸谱转盘”，巩固对情绪的理解。

(1)规则：每次请 1 位小朋友来玩转盘，转动指针，指针指到哪一处脸谱，这位幼儿就试着做出这种脸谱的表情，判断出情绪大类(好的还是不好的情绪)，并说说自己对这种情绪的感受。

(2)讨论：你喜欢哪种情绪?不喜欢哪种情绪?为什么?(知道不良的情绪不利于自己的身体健康，愉快的情绪有利于自己的身体健康)(二)联系生活实际 1. 请幼儿观看教师事先录制好的幼儿园的生活片断。

问：录像中哪些小朋友表现出好的情绪?哪些小朋友的情绪是不好的?你是从哪里看出来的?(引导幼儿从面部表情进行判断)2. 这些小朋友为什们会有不好的情绪?你能想什么方法帮助他们有良好的情绪?(引导幼儿说说调节情绪的方法)3. 教师归纳小结:是呀，我们长大了，当我们不开心或害怕、想哭的时候，我们可以想很多办法，如把不高兴的原因讲给别人听，或做一些自己喜欢的事，比如去跑步、做游戏等，慢慢就会把不开心的事给忘了，同时当我们遇到困难时也要变得坚强、勇敢，不要随便掉眼泪。如果我们经常保持快乐的情绪，我们的身体才会更加健康。

三、结束部分 一起来跳舞。

最后，让我们随着《假如幸福的话拍拍手吧》欢快的旋律唱起来、跳起来。让我们时刻能像现在一样高兴、快乐，保持一份好心情。

四、活动延伸：

1. 布置“心情墙”，引导幼儿学习用脸谱娃娃的表情进行自己心情的记录。

2. 开展“小小心理咨询师”的活动

幼儿园大班健康教育教案模板

幼儿园大班语言活动教案

高中心理健康教育教案模板下载

大班夏天健康教案篇五

小手小手动一动。

——出示小指偶，引发幼儿的制作兴趣。

——幼儿自选一种动物图案剪下、粘贴在纸条上做成指偶。

眼睛跟着指偶动。

——在《你的眼里只有我》的音乐声中让幼儿跟着音乐转动眼球。

——我和指偶做游戏。将指偶呈现在自己的眼前，跟着教师的儿歌动眼球。如：上上下下/左左右右/远远近近/眼睛转个圈/再来转个圈。

——幼儿自由结伴，由一名幼儿操作指偶，另一名幼儿的眼睛跟着指偶动。要求配上眼球动作，头不要跟着手动。

天天要做眼保健操。

——幼儿讨论为什么要做“眼保健操”。

——讲讲保护眼睛的方法。如：看书、绘画时间不要过长，不要多看电视，能经常看看远处等。

教案设计频道小编推荐：[幼儿园大班教案](#) | [幼儿园大班教学计划](#)