# 健康操教案8篇

来源：网络 作者：天地有情 更新时间：2024-02-21

*优秀的教案是需要教师联系实际写出的，流于形式的教案是没有结合自己的实际教学情况的，是不可取的，小编今天就为您带来了健康操教案8篇，相信一定会对你有所帮助。健康操教案篇1活动目的:1. 初步认识人体内脏器官。2．对探索人体产生兴趣。3. 学会...*

优秀的教案是需要教师联系实际写出的，流于形式的教案是没有结合自己的实际教学情况的，是不可取的，小编今天就为您带来了健康操教案8篇，相信一定会对你有所帮助。

健康操教案篇1

活动目的:

1. 初步认识人体内脏器官。

2．对探索人体产生兴趣。

3. 学会遵守参观的规则。

活动准备

录音机、音乐录音带。

幼儿参观时做的记录和搜集回来的资料。

图画纸、彩笔、各种美劳材料。

活动过程:

1. 与幼儿做热身活动，然后提议大家将手放在心脏的位置，感觉心的跳动，再摸摸身体其他部位，感觉人体的肌肉和骨骼。活动时可以播放轻松的音乐。

2. 分享查找的资料，讨论交流幼儿是如何认识自己身体内脏的名称和功能。引导幼儿比较各种方法的优点和缺点。

3. 带领幼儿参观有关生命科学的科技馆或展览厅，请幼儿记录有趣的发现，并搜集有关资料作为学习资源。

4.回到幼儿园，大家展示记录和资料，请幼儿轮流说说所见所闻。

5．请幼儿按自己的兴趣用文字、图画或简单的模型描述一种器官，并向全班介绍自己的作品，老师可以加以补充。

6. 协助幼儿将全班作品整合成一本《人体百科全书》，放在展览区。

总结分享

请幼儿说出一个身体器官的名称。

活动评价

1. 能留心观看科技馆或展览厅的展品。

2．能遵守参观的规则。

3. 能整理和展示搜集来的资料。

活动建议

在活动室张贴一幅人体内脏器官的大挂图，供幼儿观察交流。

健康操教案篇2

活动目标：

要能原谅朋友的过错，感知朋友多的快乐。

活动准备：故事录音、教学挂图《我们都是好朋友》。

活动过程：

1、听故事录音：

（1）教师播放故事录音：

——“听了这个故事你有想问的问题吗？”

（2）幼儿表达自己的想法。

（3）教师出示教学挂图《我们都是好朋友》，再次播放故事录音。

2、讨论交流：

——“你觉得这个故事好听在哪里？为什么？”

（1）告知幼儿可以和身旁的小朋友一起商量讨论。

（2）教师在各小组之间倾听幼儿的讨论，了解幼儿的.想法。

（3）请各组幼儿推选代表表达自己的观点，其他小朋友可以补充。

（4）教师对各组幼儿的观点进行。

3、感知迁移：

——“如果是你碰到这种事情，你会怎么做？”

（1）幼儿各自发表自己的想法。

（2）幼儿阅读图书《我们都是好朋友》。

健康操教案篇3

【活动目标】

1、了解自己害怕的事物。

2、学习变勇敢的方法。

3、学习尊重他人。

4、学习控制自己的情绪，难过或疼痛时不哭。

5、体验游戏的快乐。

【活动准备】

回收的空白纸、油画棒、垃圾桶或大纸箱。

【活动过程】

1、教师与幼儿分享一件自己害怕的事，例如：昨天晚上睡觉的时候，我看见一只蟑螂，觉得好害怕呀！因为我最怕蟑螂了，害得我都不敢睡！

2、教师提问：小朋友，你们也和我一样有害怕的东西或事情吗？

3、请幼儿想想，再轮流发表与大家分享。

4、教师说：原来大家都会有害怕的时候，所以感到害怕也没关系，但是如果可以变勇敢会更棒喔！你们想变勇敢吗？

5、激发幼儿想变勇敢的意愿后，教师介绍变勇敢的方法。

6、再问幼儿自己都是怎么变勇敢的，有没有其他的方法要分享。可记录在页面中的空白框里。

7、进行绘画活动：

（1）发给幼儿空白纸，请幼儿在纸上用笔画出自己害怕的东西或事情。

（2）画好后，互相展示自己的作品。

（3）请每位幼儿拿着自己的作品，教师问怕不怕？幼儿要大声回答我不怕，教师反复问数次，带动气氛。

（4）幼儿排好队，前方放置垃圾桶或大纸箱。

（5）依排队顺序，幼儿把手上画好的作品揉一揉，将害怕包在纸里头。

（6）大家一起数一二三，该幼儿就把手上的纸团往前丢进垃圾桶或大纸箱里。

（7）换下一位幼儿。

（8）活动结束后，大家一起收拾整理掉在地上的纸团及垃圾桶或纸箱。

8、分享进行活动前后的心情改变。

【活动反思】

幼儿能够表达自己害怕什么，也能说出一些让自己变勇敢的方法。能够尊重别人，不随便取笑别人，能与人分享自己害怕的事物和解决的方法。

健康操教案篇4

活动目标：

1、利用已有的生活经验，尝试用多种方法玩乒乓球。

2、激发探索欲望，并能用语言表达。

3、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。

4、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

活动准备：

1、人手一个乒乓球。

2、操作材料：小棒、属片罐、可乐瓶、绳（小尾巴）、垫板、乒乓版、废纸楼、小盆、橡皮泥、双体杯等若干。

活动过程：

（一）引起回忆、引出主题

上次我们知道许多有关乒乓球的小知识，今天，我们就来玩乒乓球。

（二）玩乒乓球

1、你能和乒乓球玩出几种花样？

2、幼儿自由玩乒乓球。（教师观察为主，适时提醒多玩几种方法，并提醒个别幼儿注意安全。）

3、介绍乒乓球的玩法谁来介绍一下你是怎么玩乒乓球的？

4、教师幼儿共同分享玩后感受。

（三）探索玩法

1、引出材料结合乒乓球玩这儿有这么多东西，你能用乒乓球和它们一起玩出更多的新花样吗？

2、幼儿游戏，教师指导观察。

3、介绍探索出材料和乒乓球的玩法谁愿意把你的玩法告诉大家吗？（介绍玩法或发现一些现象）

4、幼儿教师共同分享经验。

（四）实验延伸这个球，它怎么了？这个球还能玩吗？实验泡瘪乒乓球如果不泡我们还有办法玩吗？

活动反思：

在欢快的音乐声中孩子们的探索活动结束了，从他们意犹未尽的脸上可以看出，孩子们是玩得开心，学得快乐的。在探索过程中，我用交流会的形式，鼓励孩子大胆地向同伴展示自己的探究成果，较好地达到的预设的要求。

健康操教案篇5

随着人民生活水平的提高，家长为孩子提供的`饮食也越来越富有营养，但依然有许多家长抱怨孩子不能好好吃饭，孩子的健康不能得到保证，原因是许多幼儿有一些不良的饮食卫生习惯，如：不吃早饭、大量喝饮料、吃冷饮、不定时大便等。为了使孩子们明白食物在体内消化吸收的过程，养成良好的饮食和卫生习惯，学习保护自己的健康。

活动目标：

1、让幼儿了解各消化器官的功能和食物在人体内消化吸收过程2、学习简单的自我保护方法3、培养幼儿良好的饮食和卫生习惯活动准备：

（1）电脑制作《小豆子的旅行》（或图片及小豆子旅行的故事录音）（2）健康知识卡片、消化图、自制健康行为棋活动过程：

一、观看\"小豆子的旅行\"，了解各器官的功能今天，有颗小豆子要到淘淘的消化器官中去旅行，它会看到些什么，里面会发生什么事呢？请小豆子来告诉我们。

（1）放第一段食物从口腔到食管的动画。

提问：小豆子从哪里进去？看到了什么？

（2）放第二段，了解胃的功能。

提问：胃有什么作用？

小豆子在胃里还看见了什么？

我们怎样来保护我们的胃呢？

小结：以后我们要注意，少吃冷、硬的东西，少吃零食，不吃不干净的东西，不能吃得太饱，也不能饿坏了胃，要吃饱早饭少喝冷饮。

（这一部分的目标是让幼儿在了解胃的功能的基础上知道不良的饮食习惯会使胃生病。）（3）放第三段，提问：小豆子到哪里去？（小肠）小肠有什么用呢？

小豆子在小肠里看到些什么呢？

小豆子为什么没有从小门里出去呢？

（这一部分的目标是让幼儿知道食物没有被磨碎就不能被身体吸收利用。）（4）第四段录音。

提问：小豆子又到了哪里呢？

大肠里都是些什么呢？什么叫残渣？能不能让残渣长时间在体内呢？

小结：我们小朋友要定时大便。

二、分组找顺序排图我们知道了每个消化器官的用处，现在，老师为每组小朋友准备了一套图片分别表示每个消化器官的工作情况，请各组小朋友合作，按照刚才小豆子旅行的顺序排列出来。然后，讲一讲为什么这样排？

（图略）在观察图片基础上讨论如何保护各消化器官例：（1）如何保护牙齿，保持牙齿的锋利。

（2）食管旁边有一把小锁，平时是关闭。如边吃饭边讲，就会把食物呛入气管。

（3）大肠里的残渣都是些脏的东西，所以大便以后要洗手。

（这一部分的目标是通过形象的图片进一步了解各器官的功能及消化的顺序。）三、进行健康知识有奖抢答活动，把幼儿分成四队。

准备些图片，上面有的行为是对的，有的是错的，当教师出示图片时马上抢答对还是错？为什么？回答得又多又对者为优胜。

内容有：小摊下吃东西、喝酒。运动后马上喝水，饭后剧烈运动，吃汤饱饭等。

延伸活动：玩健康行为棋，（棋谱上都是一些生活习惯方面的内容）1、老师讲一下下棋的规划。

2、帮助幼儿理解棋盘上图的意思。

3、自由结合下棋。

活动评析：本活动选取内容接近幼儿生活受到孩子们的欢迎。活动的第一部分，通过一颗没有被嚼碎的小豆子去淘淘体内旅行时的所见所闻，形象地表述了食物旅行的经过和不良生活习惯对消化器官的损坏，知识容量较大，但通过动画这种形式使孩子们非常投入，并在不知知觉中接受，第二、第三部分通过动手给消化图排序，使幼儿进一步明白了食物旅行的顺序和各消化器官的功能，并通过细致观察图片发现进食时应注意的问题，活动第四部分意在让幼儿知道消化系统的功能和作用的基础上引发开去，使幼儿关注平时的生活卫生和饮食习惯，这部分的内容起到巩固和延伸的功能。为了使幼儿掌握的知识能落实到日常的行为中，并形成习惯，我设计了延伸活动dd玩健康行为棋。整个活动运用了多种形式做到动静交替，充分调动了幼儿的多种感官，幼儿主动性强、同时也体了教师的主导作用，使活动传递给幼儿的信息具有很强的科学性和趣味性。

附故事：小豆子的旅行我是小豆子，我可愿意为小朋友服务了。今天，我要到淘淘的身体里去旅行一次。瞧，嘴巴已经打开了，哇，淘淘的牙齿可真锋利。我的朋友们一下子都变成了碎片。瞧，他们都往下走了，一会儿，我也会变成碎片往下走。哎！我怎么整个就被挤下去了；我现在被挤到一根细细长长的管子里，这就是食管。食管壁很薄，要是遇到鱼刺就可能被刺破，在食管中我被一点一点地往下送。

我现在来到了一个大口袋里，这个口袋就是胃。它象一个磨子不停地动。我的朋友在这里不停地转呀转，磨呀磨，变得象浆糊一样。\"哎哟！是谁，身体硬梆梆的？\"\"是的，胃大哥。\"\"你怎么整个儿就下来了？\"\"是呀，你的小主人吃饭太快，没把我嚼碎，就让我下来了。\"\"咦，胃大哥，你身上怎么有伤口呀？你的伤口疼不疼？\"\"那就要怪我的小主人，平时吃东西不注意，爱吃的就吃得很多，把我撑得很难受，他一会儿吃冰冷的冷饮，一会儿又喝滚烫的开水把我搞得够呛。有时我很想休息一会儿，可是我的小主人又要吃零食，把东西硬塞进来，让我不停地工作。我实在是累坏了。所以，就成了现在这样，我生病时可难受了。\"我又来到了小肠妹妹家，小肠妹妹的家弯弯曲曲的就像一个迷宫。边上有许绒毛，还有一扇扇小门。\"我是小肠妹妹，欢迎你食物朋友。从我的小门出去就可到达淘淘的全身，使小淘淘长高，长胖，给淘淘力量。\"\"我也要出去，为淘淘做点事。哎，怎么出不去？\"\"喂，小豆子，到我这里来。\"\"好吧，你是谁？\"\"我是大肠姐姐。\"\"我身边怎么都是脏东西，他们是谁？要到哪里去。\"\"他们是残渣，他们将被排出体外。\"\"那我呢？\"\"你也会被排出体外。\"\"那我还疫有为淘淘做事。\"\"那没办法，因为你没被嚼碎，不能变成营养，被身体吸收。\"我出去以后，一定要把看到的告诉小朋友，让他们养成好的饮食习惯，使他们更健康。

健康操教案篇6

活动设计背景

我发现许多孩子经常把糖果带到学校吃，而且有些孩子开始有蛀牙，为了让孩子们保护牙齿，养成好的习惯设计此课。

活动目标

1.通过活动，使幼儿懂得保护牙齿对人体健康的重要性。

2.学习正确的刷牙方法，养成每天刷牙的好习惯。

3.教育幼儿养成早晚刷牙的良好卫生习惯。

4.喜欢参与游戏，体验。

5.使小朋友们感到快乐、好玩，在不知不觉中应经学习了知识。

教学重点、难点

学习正确的刷牙方法。

活动准备

牙齿模具，大小牙刷，老虎玩具，装满水的杯子，自编故事和儿歌

活动过程

一.故事导入。

1.教师拿出老虎玩具，将自编故事(一只老虎天天吃糖不刷牙，最终牙齿掉光的故事)讲给孩子们听，让孩子们知道，老虎是因为糖吃多了，牙才会疼，最后还会掉光。

2.引导孩子互相观察自己的牙，有什么情况，并引导说说会出现这些情况有什么感受?

3.我怎样保护牙齿呢?(少吃糖，刷牙)

二.引导幼儿正确刷牙。

1.找位会刷牙的幼儿利用模具示范刷牙。

2.幼儿和教师一起模拟刷牙。

4.利用自编儿歌，掌握刷牙步骤。

5.幼儿模拟刷牙，教师指导。

三.刷牙比赛。

1.(准备好刷牙的杯子和水)让幼儿比赛刷牙，看谁刷的又正确又干净。

2.师生边唱刷牙儿歌边做动作，结束本节课。

四.延伸。

回家和爸爸妈妈比赛刷牙。

教学反思

1.故事开头吸引了孩子注意力，效果很好。

2.刷牙活动孩子很感兴趣，但是孩子注意力很难集中，部分孩子去游戏玩耍，没注意听怎样正确刷牙。

3.自编儿歌简单易学，孩子很喜欢，动作要领也掌握了。但个别幼儿把刷牙水喝了，老师需要在这方面做以引导。

小百科：刷牙是使用牙刷去除牙菌斑、软垢和食物残渣，保持口腔清洁的重要自我口腔保健方法；也是人们自我清除菌斑，预防牙周病发生、发展和复发的最主要手段。

健康操教案篇7

活动目标:

1. 初步了解防寒方法。

2. 了解感冒症状，感冒后如有不适，及时告知成人。

3.我知道当我感冒时，我不害怕打针和吃药。我是一个勇敢的孩子。

活动准备:

1. 自动录制视频剪辑。

2. 一个小小的叮当木偶。

3.叮当声音乐。

4. 防寒方法图片(洗手、进食、运动)

活动过程:

1. 设置场景-引起兴趣并导入活动。

给我看一个丁克尔木偶:“今天我为孩子们请了一位小客人。让我们看看他是谁。”我是叮当声。今天我给大家唱一首歌(唱了两句后打喷嚏)。我怎么了?我不能给你表演。再见,孩子!”

2. 组织讨论-了解感冒的症状和原因。

问题1。你得过感冒吗?你感冒时感觉怎么样

老师小结:鼻子不透气，流鼻涕，嗓子疼，头痛，咳嗽，打喷嚏，有时发烧，身体不舒服时，要及时告诉大人。

问题2:tinker怎么了?她为什么感冒

老师小结:衣服少了，踩被子了，人多了，容易感冒。

3.观看视频剪辑-穿透情绪，知道不要害怕注射和药物。

讨论:tinker去了哪里?注射时他哭了。他没有孩子注射的时候是怎么做到的

教师小结:孩子也是勇敢的孩子。如果你感冒了，你应该尽快去看医生。你不怕打针和吃药，所以感冒很快就会好。

健康操教案篇8

活动目标

1、让幼儿体验成功的喜悦。

2、锻炼幼儿的反应潜力，增强幼儿手腕关节的灵活性和幼儿的跳跃潜力。

活动准备

1、画好的苍蝇若干(吊起来幼儿可跳起来拍、幼儿可用线拖拽)。

2、苍蝇拍若干。

活动过程

一、情景表演

1、教师拿苍蝇拍，小声跟幼儿说：嘘!那边有只苍蝇，我要去打苍蝇了。

2、教师启发幼儿一齐寻找苍蝇。

3、找到苍蝇，教师示意幼儿安静别把苍蝇吵跑了，之后教师打苍蝇，

并把打死的苍蝇用纸包起扔到垃圾桶里。

二、谈话交流

1、教师：我们为什么要把苍蝇打死?

(苍蝇不讲卫生。)

2、教师为幼儿补充(苍蝇会给我们带来病菌和传染病)

三、游戏体验

1、教师把苍蝇挂在高处

教师：孩子们，此刻有好多又大又可恶的苍蝇在咱们的头顶上飞来飞去，咱们就应怎样做啊?

(我们要打死他们，把他们消灭掉。)

2、幼儿每人拿一个苍蝇拍，对准悬挂的苍蝇，进行拍苍蝇游戏。

(游戏过程中，教师要提醒幼儿看准了再打，不能乱打，那样就会把苍蝇吓跑。)

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！