

幼儿园小班舞蹈快乐的小厨师 幼儿园健康活动教案(通用9篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

幼儿园小班舞蹈快乐的小厨师篇一

1、认识白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等各种蔬菜。

2、了解吃蔬菜对身体的好处。

1、白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等各种蔬菜。（未加工的和做熟的两种。）

2、幼儿人手一套碗筷。

1、通过让幼儿品尝各种蔬菜来引出活动主题。

今天老师为大家准备了许多种菜，想请你们品尝一下，再猜猜看，他们都是什么菜。小结：你们刚刚吃到的是白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等，他们都是蔬菜。

2、观察、认识白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等蔬菜。

今天老师从地里摘了很多的菜来，小朋友认不认识这些菜呢？你们都吃过吗？小结：胡萝卜一头粗、一头细，它是橘黄色的。芹菜是绿色的，它有许多的叶子，梗子是白色的……刚刚的白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等，它们都是蔬菜。

3、你们知道吃蔬菜有什么好处吗？（讲述一段案例）。

这小朋友怎么了？他为什么拉不出屎呢？小结：蔬菜里含有丰富的维生素，如果长期不吃蔬菜，就会得上“坏血病”，导致牙龈出血，还有如果长期不吃蔬菜，小朋友上厕所拉屎就会有困难，小朋友还知道不吃蔬菜有什么坏处吗？幼儿讨论，小结：所以小朋友一定要多吃蔬菜。

4、通过让幼儿品尝各种蔬菜来引出活动主题。

今天你们的家人为大家准备了许多的蔬菜，想请你们品尝一下，我来看看那个小朋友想长的棒棒的’、壮壮的、高高的。

这是一节健康活动，主要是让幼儿了解吃蔬菜的好处。幼儿不爱吃蔬菜的原因可能是她们的味觉还没有发育完全，觉得蔬菜不好吃。在这节活动中，我首先让幼儿观察实物，以此来吸引幼儿对蔬菜的观察及讨论，让幼儿知道从地里拔出来的菜我们都叫它们蔬菜；其次，我以一些事例来吸引幼儿对吃蔬菜有什么好处进行讨论，并让幼儿知道蔬菜里有很多营养的东西，能帮助我们长高、长漂亮。并帮助我们消化；最后，我请幼儿品尝家长带来的蔬菜，鼓励幼儿要多吃蔬菜有益健康。这个活动的目标基本达到，但唯一不足的地方就是在介绍蔬菜的时候，如果能加入“小动物”就更好了，幼儿就更有兴趣，更容易认识蔬菜。比如：小白兔最爱吃胡萝卜，因为胡萝卜又甜又脆又解渴，小白兔每天都要吃它，可好吃了！我在以后的教学活动中，要对活动多预测，只有更好的预测才能更科学、合理的完成教学活动。

幼儿园小班舞蹈快乐的小厨师篇二

1、初步了解“生气”对人的影响，获得消除这一消极情绪的办法。

2、能关注自己的情绪，有积极调整自己情绪的愿望。

- 3、在活动中将幼儿可爱的'一面展现出来。
- 4、安静倾听同伴的讲话，并感受大家一起谈话的愉悦。

1、图片[]ppt[]

2、木偶；

3、关于各种消气方法的卡片

一、观察表情标：

意图：导入主题，了解生气是一种不良情绪。

- 1、小兔怎么了？你是从哪里看出来的？
- 2、生气会让人怎么样？
- 3、小兔可能为了什么事生气呢？（联系生活经验）
- 4、看一看、听一听，小兔到底怎么了？

二、故事讨论

意图：梳理经验，积累消除生气情绪的方法。

- 1、小兔生气的时候做了些什么？这样做有用吗？
- 2、怎样才能让小兔消气呢？（与木偶互动）
- 3、看一看，小兔用了哪些办法消气？（幼儿分散观察图片，教师巡回指导）

小结：深呼吸能使人冷静、放松；向关心自己的人说出生气的原因能得到安慰和帮助；想想别人的好，会很快忘记不高

兴的事……小兔用了这些好办法，心里的气全消了。

三、游戏分享

意图：迁移生活，知道要保持愉快的情绪。

跟着音乐玩游戏：如果生气你会怎么做——

小结：每个人都会有生气的时候，这很正常，重要的是你必须记住生气时该怎样做。

希望大家快乐越来越多，烦恼越来越少，每天都有一份好心情。

让孩子们知道：在我们每个人的身上都有过生气的情绪，它是不可避免的，不可改变的。既然不能避免和改变，我们就要面对，解决，而且用科学的，积极的方法解决。

幼儿园小班舞蹈快乐的小厨师篇三

一直以来，“健康第一”是幼儿园教育的首要任务，那么如何制定健康活动计划呢？下面是本站小编收集整理幼儿园健康活动计划，欢迎阅读。

幼儿健康教育是幼儿教育整体结构的重要组成部分，也是健康教育的基础。本学期，根据《幼儿园教育纲要》，结合本园实际，针对本班幼儿年龄特点，特制定了适合本班的健康计划。

一、生活习惯1、知道盥洗的顺序，逐步养成良好的盥洗习惯，做到大小便自理。掌握洗手、洗脸的正确方法。

2、遵守幼儿园的生活作息制度；有个人卫生、生活环境卫生的意识。

二、饮食习惯1、会自己用小勺吃饭，保持桌面、地面的整洁，能愉快安静地进餐。

2、知道饭前洗手；爱吃幼儿园的饭菜，不挑食，细嚼慢咽。

3、主动饮水，按要求取放茶杯。

三、人体保护1、进一步认识身体的主要外部器官，知道名称；愿意接受疾病预防与治疗。

2、知道五官的用处及简单的保护方法，有一定的健康意识。

四、自身安全1、了解玩大型玩具时的安全常识。

2、懂得不把异物放入耳、鼻、口内。

3、知道一些基本的求助方法，有初步的自我保护意识。

五、活动技能1、练习走、跑、跳等基本动作；学习简单体育器材的使用方法；形成活泼开朗的性格。

2、在各种体育活动中，引导幼儿遵守活动规则，培养幼儿的竞争意识，鼓励幼儿与同伴合作。

3、指导幼儿较熟练地根据口令或信号进行简单的队形变化，会做器械操，动作基本到位有精神。

4、引导幼儿协调走、跑的动作，较灵活地控制速度和方向。

5、引导幼儿较好地控制跳跃的方向。

6、鼓励幼儿大胆探索多种运动器械的玩法，能主动收拾整理小型体育运动器械。

7、基本体操练习：保持正确的身体坐、立、行姿势；学习一

个跟着一个走;练习模仿操;爱做体育游戏,遵守游戏规则;感受体育活动的愉快。

健康既是幼儿身心和谐发展的结果,也是幼儿身心充分发展的前提;健康是幼儿的幸福之源;离开健康,幼儿就不可能近尽情游戏,也不能专心学习,甚至无法正常生活;幼儿时代的健康不仅能够提供幼儿期的生命质量,而且为一生的健康赢得了时间。因此,我认为健康教育要充分考虑到本班孩子的年龄特点和个别差异,无论是进行幼儿健康教育还是试图改善幼儿的周围环境、都要依据幼儿身心发展的特点,否则不仅不能促进健康,而且可能有损健康。

本学期我们中班组在教育活动中把促进幼儿身心健康成长当成首要任务。促进幼儿身心健康发展既是幼儿教育的根本目的也是幼儿健康教育的终极目标,《纲要》中对幼儿健康发展提出几点:身体健康,在集体生活中情绪安定、愉快。

(2) 生活、卫生习惯良好,有基本的生活自理能力。

(3) 知道必要的安全保健知识,学习保护自己。

(4) 积极参加体育运动,动作协调、灵活。

这也为我们中班组的健康教育活动提出了明确的培养目标。本学期主要做法如下:

第一 树立明确的知道思想

一个健康的幼儿,既是一个身体健全的幼儿,也是一个“愉快”、“主动”、“大胆”、“自信”、“乐于交往”、“不怕困难”的幼儿。《纲要》再三强调让幼儿主动活动,健康教育的第一条件就是尊重主体、积极、创造性地活动。幼儿健康教育既然将促进幼儿的健康作为最直接的目的,其教育过程就不应使幼儿感到压抑或受到伤害,然而日常生活

中与之背道而驰的现象却司空见惯,值得我们反思。因此我们十分注意在幼儿的整日生活中充分发挥幼儿自身的主动性和积极性,努力将幼儿的兴趣与必要的规则相结合.幼儿在宽松的环境中尽早建立起各种良好的健康行为。

第二 设计多样化的健康教育形式与途径

幼儿园健康教育应与日常生活中的健康教育相结合,集体教育、小组活动与个别交谈相结合。目前,幼儿健康教育实践中存在着一些误区,有人认为幼儿健康教育就仅仅是日常生活中的卫生习惯培养,对于这些片面的认识我们应该加以注意和防范。我们尽量多与家庭、社区密切合作,综合利用各种教育资源,共同为幼儿的发展创造良好的条件。本着尊重、平等、合作的原则,争取家长的理解、支持、和主动参与,并积极支持、帮助家长提高教育能力。同时我们还重视幼儿园课程的潜在影响,环境是重要的教育资源,因此我们通过环境的创设和利用,有效地促进幼儿的发展。在幼儿健康教育实施中,我们不仅重视幼儿园物质环境的创设,而且应重视幼儿园心理环境的创设,本着幼儿身理和心理的需求,我园于本学期购置了大量的幼儿可选择的活动器材,以此来引导、鼓励幼儿大胆、积极地参与活动,同时还培养了幼儿大方友善的交往能力。

共2页, 当前第1页12

幼儿园小班舞蹈快乐的小厨师篇四

- 1、幼儿能用恰当的方法调节自己的情绪,养成积极乐观的生活态度。
- 2、让幼儿知道愉快有益于身体健康。
- 3、学会保持愉快的心情,培养幼儿热爱生活,快乐生活的良好情感。

4、学会在日常生活中保持乐观的情绪，逐渐养成乐观开朗的性格。

5、初步了解健康的小常识。

活动重点：学会赶走不开心的方法。

活动难点：逐步养成积极乐观的生活态度。

笑脸、哭脸娃娃；情景图片；课件；悄悄屋模型；音乐

一、谈话导入，激发兴趣。

教师：客人老师来我们班做客，你们开心吗？开心的时候是什么样子呢？是不是像它一样？（出示笑脸娃娃）可是，当我们都开心的时候，有一个娃娃悄悄溜进了我们班，它是谁呢？（出示哭脸娃娃）

二、认识不开心，学习赶走不开心的方法。

1、教师提问：你有不开心的时候吗？你遇到过哪些不开心的事情？幼儿自由表达。

2、当不开心娃娃钻进我们的身体后，会让我们乱发脾气，没有精神，还会影响我们的健康，我们要赶走它。

3、呈现情景图片，让幼儿判断图片中小朋友的做法是否正确。

4、总结赶走不开心的方法，请幼儿说说自己会怎样赶走不开心。

三、创设情境，引导幼儿帮助他人，化解不开心的事。

2、不开心娃娃来到了青青草原，看到了正在生气的美羊羊，和小熊猫，我们快来帮它们赶走不开心吧。

3、草原上的小动物为了感谢小朋友们，送大家一个礼物：“悄悄屋”，我们把悄悄屋放在区域角，在不开心的时候可以对悄悄屋诉说烦恼。

四、结束活动。

伴随音乐《快乐小天使》，在欢快的舞蹈中，鼓励每位幼儿做传递快乐的小天使，给更多的人带去快乐。

幼儿园小班舞蹈快乐的小厨师篇五

1. 练习原地向上跳起顶球, 发展弹跳能力.
2. 初步获得跳的高低与顶球关系的经验.
3. 能积极参与游戏活动.

气球若干, 分别绑在绳子上, 吊球高度略高于孩子身高

练习原地向上跳起顶球。

1. 介绍玩法, 孩子示范.
2. 孩子顶球. 每个孩子找一个高度合适的球, 站在球下, 孩子双脚跳起顶球, 跳一下, 顶一下, 连续跳, 连续顶, 孩子顶到了, 教师要鼓励, 还可指导孩子用力跳起将球顶高一些.

教师还可将绳子调高, 让幼儿跳起击球, 发展手眼协调能力和弹跳能力.

幼儿兴趣很浓, 也跳得不错, 但是个别幼儿还是碰不到球, 教师应提醒他双脚离地跳, 该活动也比较适合家庭玩. 幼儿在多次游戏后, 教师可对能力强的幼儿增加高度.

幼儿园小班舞蹈快乐的小厨师篇六

幼儿喜欢做游戏，但与父母一起做游戏的机会却比较少，为了使幼儿体验与父母一起参与活动的乐趣，培养幼儿的合作意识和坚持到底的精神，特开展了摘苹果这一游戏活动。

1、引导幼儿体验与父母一起参与活动的乐趣。

2、培养幼儿的合作意识和坚持到底的精神。

模拟果树、筐子、《苹果歌》音乐光盘等

幼儿齐唱《苹果歌》并随音乐做热身运动。

1、讲解游戏玩法及规则

游戏玩法

游戏开始，父母一同用手臂抬幼儿跑至约8米处的果树跳一跳摘果子，幼儿每次只能摘一个，然后再由父母抬幼儿跑回起点，将果子放入筐内。如此反复，在规定的时间内，以摘果子多者为胜。

游戏规则

(1) 幼儿的脚不能着地。

(2) 幼儿每次只能摘一个果子。

2、幼儿与父母一起在《苹果歌》音乐的旋律下做游戏。

游戏结束时表扬胜利的幼儿，同时鼓励失败的幼儿坚持到底就是胜利。

幼儿欣赏音乐并随着老师做捶捶肩、捶捶背及捶捶腿部的放

松运动。

幼儿唱并表演《苹果歌》，并与小朋友讨论摘苹果游戏的其他玩法。

幼儿园小班舞蹈快乐的小厨师篇七

活动目标：

1. 让幼儿懂得常吃零食会影响正餐进食量，妨碍身体吸收全部的营养，影响成长。
2. 进一步培养幼儿不挑食、不偏食的良好习惯。
3. 知道人体需要各种不同的营养。
4. 积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

重点难点：

让幼儿懂得吃零食会影响身体成长和养成不挑食的好习惯。

活动准备：

录像带，幼儿操作材料“我不吃零食”（一）、（二）。

活动过程：

一、幼儿看录像，回答问题。

1. 文文在家里喜欢吃什么？（零食：虾条、饼、圈）
2. 文文到了吃饭时间想不想吃饭？为什么？（肚子不饿、不想吃；零食吃得太多）

3. 到了晚上睡觉的时候，文文怎么了？（饿了，但过了吃饭的时间，只好有吃零食）

4. 文文长得高不高？结不结实？（不高、不结实）

5. 医生要文文多吃什么？不能吃什么？（多吃饭和菜，不要吃零食）

二、让幼儿看操作材料，连贯地讲述2-3遍。

三、对幼儿的答案和讲述进行总结。

有些孩子喜欢吃零食，到了吃饭的时候，肚子却不饿，有营养的饭和菜吃不下去。等过了吃饭的时间，肚子幼儿饿了，只好再吃零食。经常这样，身体就不能很好的吸收营养，长不高，长不结实，还很容易生病。

商店里卖的那些小包装食品，价钱很贵，但不一定有营养。小朋友们正在长身体，最需要的是由营养的饭和菜。如果我们每顿都能好好吃，一定长得结实，变得聪明、少生病，所以最后不要吃零食。

四、幼儿讨论：如果爸爸妈妈还没做好饭菜，小朋友肚子饿了，怎么办？（可先吃一两块饼干，但不能多吃；或在大人允许下先吃某一样菜；或帮大人做一些力所能及的事-抹桌子、端饭菜、理筷子）。

教后反思：

在活动中，孩子们都深有体会：大胆地说自己吃零食过多的危害。陈薇羽还说吃零食她把牙齿给吃坏了；王鑫说吃了零食他饭都不想吃了；刘欣愉说他吃了零食晚上肚子痛；还有的孩子也大胆地说了一下自己吃零食带来的危害。因此，活动下来，孩子们对吃零食有了新的认识，知道要一日三餐正

常饮食，多吃零食对健康有害，影响身体成长，而且不能挑食，不偏食的良好习惯。

小百科：零食，通常是指一日三餐时间点之外的时间里所食用的食品。一般情况下，人的生活中除了一日三餐被称为正餐食物外，其余的一律被称为零食。

幼儿园小班舞蹈快乐的小厨师篇八

- 1、在翻斗乐场景中，看看说说小动物的房子，体验寻找小动物和小动物一起玩的快乐。
- 2、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。
- 3、愿意参与体育游戏，体验在游戏中奔跑、追逐的乐趣。
- 4、锻炼平衡能力及快速反应能力。
- 5、喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

人手一只玩具小兔、小猫、小狗；三幢自制小房子。

一、看看说说，引起兴趣

- 1、这是什么呀？有几幢呀？
- 2、是谁的家？（用三种不同方式引出小房子的主人）

二、找找玩玩，体验快乐

- 1、你和谁一起玩的？
- 2、你们一起玩了什么？

1. 音乐律动《我的身体》，与幼儿一起做律动，激发孩子对身体的兴趣。

2. 出示课件：引导幼儿认识身体的各部位，并说出它们的名字。

引导幼儿观察的时候，教师提醒幼儿按顺序地观察，由上到下、由左到右、由整体到局部。如人体分为头、躯干、胳膊、腿。头部有耳朵、眼睛、鼻子、嘴。

3. 讨论身体各部位的'作用：引导幼儿讨论身体部位以及五官的作用，请幼儿找一找自己身体的各部位，并说出各部位的名称，它能帮助我们干什么，如：腿可以帮助我们跑步。

4. 创编儿歌并做动作：引导幼儿利用身体部位，五官以及相应的动作编儿歌，例：“我的小手拍拍拍，我的小脚踏踏踏，我的眼睛看一看，我的耳朵听一听”等。

5.（点击课件）展示小动物受伤图片，让幼儿说说怎么才能使自己不受伤？

让幼儿自由回答；

教师小结：小手要保持干净，养成饭前便后洗手的好习惯；跑步时要注意脚下的小石子等不被绊倒；玩耍时要注意安全，不磕着碰着等等。

6、活动延伸：请幼儿玩机器人玩具，让机器人做出各种动作，进一步巩固认识身体各部位名称。

幼儿园小班舞蹈快乐的小厨师篇九

1. 提高手眼协调，小肌肉动作的发展。

2. 学会洗脸的基本步骤。

3. 培养幼儿讲卫生的好习惯并在活动中体验愉快情绪。

小脸盆，小毛巾，温水。

一、教师出示一些小朋友的图片（小朋友的脸很脏很黑）。

二、教师接着引导“这些小朋友的脸很脏，好不好呀？（不好）那我们的脸会不会脏呢？我们需不需要洗脸呢？”让小朋友有洗脸的意识。

三、教师继续说道“要让自己看上去很干净整齐，就要经常洗脸。那如何洗脸呢？今天我们来学习一下吧”

四、教师开始示范。

先将毛巾打开，平铺在小脸盆里，并且告诉小朋友们，“小朋友们，我们洗脸啊要尽量使用温水，因为温水温和不刺激，还能洗掉脏东西。”轻轻将毛巾浸入水底，轻轻用双手将毛巾充分浸湿。

五、小朋友模仿动作，可帮助有问题的孩子。紧接着捞出毛巾，轻轻拧出水分。展开毛巾，上下对折后再对折。尤其注意对折时观察孩子是否能领会。

六、对折完毕后开始擦拭脸部，先从脸颊开始。注意原则是擦拭完一边就要换一边毛巾，防止感染。等四块角都用完后再重新清洗毛巾。擦完脸颊擦额头，接着下巴，鼻翼，最后是眼睛。注意清洁眼睛不可入水，动作轻柔，注意清洁眼部四周。

七、清洁完毕后重新洗好毛巾，拧干，铺开放好。

八、欣赏故事《不爱洗脸的小熊》