

# 最新大班幼儿健康领域教案(优秀7篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。那么问题来了，教案应该怎么写？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

## 大班幼儿健康领域教案篇一

1、了解合理的营养结构，明白哪些食物应当多吃，哪些应当少吃。

2、在家长的帮忙下设计一份营养食谱。

营养结构图、制作营养食谱的纸、各种食物图片活动过程：

(一) 导入；

(二) 我最喜欢吃我们小朋友都有自我喜欢吃的东西，要是让你随便吃，您能吃多少；

(三) 营养宝塔：

1. 小朋友想吃很多喜欢的东西，这样适宜吗哪些东西应当多吃，哪些应当少吃

2. 教师出示大图。每一天应当吃的东西就像一座宝塔，下头的东西应当多吃，上头的东西应当少吃。

3. 吃的最多的应当是什么？（米饭，馒头，面包和面条，还有玉米，土豆和红薯，这些粮食做的食品能够让我们有力气）

4. 能够吃的第二个多的是什么？（蔬菜、水果也要多吃一些，它能补充我们身体所需的维生素）

5. 比蔬菜水果要吃的少一些的是什么？（牛奶鸡肉鸡蛋鱼肉都要吃一些，能补充蛋白质，可是不能吃的太多）

6. 吃的最少的应当是什么？（巧克力这样的甜食和油炸的东西都应当少吃）

#### （四）我的营养食谱：

1. 看了营养宝塔，我们明白哪些应当多吃，哪些应当少吃，不能一个劲的吃喜欢吃的东西，不吃其他东西。

3. 玩游戏“蹲一蹲”教师请3位幼儿上来分别扮演3个食品，并站成一排。（游戏规则：教师说完指令，幼儿迅速完成，再接下一个幼儿，如果接不上，将被罚表演节目）

4. 师幼共同表演《如果感到幸福你就拍拍手》，在音乐声中结束本课。

## 大班幼儿健康领域教案篇二

1. 知道保护牙齿的重要性，了解保护牙齿的小知识。

2. 学会正确的刷牙方法。

3. 懂得早晚刷牙、餐后漱口等简单的护牙常识。

1. 材料准备课件《小鲤鱼拔牙》、《刷牙歌》；大牙刷一支、牙模型一个、儿童牙膏两支；幼儿每人自带一支牙刷，一个杯子。

2. 经验准备幼儿已经认识了牙齿，有初步了解了牙齿的作用的基础。

1. 引入：“有条小鲤鱼牙疼得厉害，到底怎么了？我们一起来

看看吧。”

(1) 幼儿观看课件《小鲤鱼拔牙》。

(2) 教师提问：小鲤鱼怎么了？它为什么会牙疼呢？

2. 请幼儿说说在日常生活中我们应该怎样做才能保护好牙齿。

“小朋友，请你们说说怎样才能不会长蛀牙呢？”

归纳：甜食要少吃、早晚要刷牙、餐后要漱口，牙齿才健康。

3. 学习正确的刷牙方法。

老师示范正确的刷牙方法。（老师镜面示范拿牙刷刷牙，幼儿用手指同步练习）

(1) 学刷外面的牙齿。

“张开嘴唇，我们先刷前面露出来的牙齿，注意牙刷要横放，刷毛向着牙齿，刷上面的牙齿要从上往下刷，刷下面的牙齿要从下往上刷，合起来就是牙刷横放，上下来回刷刷刷，你们也来试试。”（幼儿同步练习）“还有旁边的牙齿该怎么刷呢？把牙刷横着放进去，上下来回刷刷刷。”（幼儿同步练习）“另外一边呢？要把牙刷反过来，牙刷横着放进去，上下来回刷刷刷。”（幼儿同步练习）

(2) 学刷牙齿的咬合面。

“牙齿的咬合面又该怎么刷呢？我们先刷下面的，嘴巴张开，把牙刷伸进去，对着咬合面前后来回刷刷刷。”（幼儿同步练习）“刷上面时，把牙刷反过来，刷毛对着咬合面前后来回刷刷刷。”（幼儿同步练习）

(3) 学刷里面的牙齿。

“刷里面的牙齿时，我们要把牙刷竖起了，顺着牙齿的方向来刷，刷下面的牙齿时从下往上刷刷刷。”（幼儿同步练习）“刷上面的牙齿从上往下刷刷刷。”（幼儿同步练习）

3. 请个别幼儿出来示范刷牙，其他幼儿练习用牙刷刷牙，错误的给予纠正，正确的给予表扬。

4. 律动《刷牙歌》。

“小朋友，我们来跳刷牙舞吧！”听一段后提问：“什么时候要刷牙呢？”

5. 幼儿自己拿牙刷、杯子学习刷牙。

“现在是早上，小朋友刚起床，我们要做什么呢？现在是晚上，要睡觉了，我们又该做什么呢？好，请拿上自己的牙刷和杯子跟着老师来刷牙吧！”

6. 刷牙后，幼儿互相检查牙齿的效果。

“你们的牙齿刷干净了吗？大家互相检查一下吧！”

7. 小结

“我们的牙齿这么有用，大家一定要记着坚持早晚刷牙、餐后漱口哦！”

请老师和家长结合早餐和晚饭引导幼儿认真刷牙。

本次活动内容源于幼儿的生活，注重幼儿“体验感知”的过程，让幼儿积极参与活动的. 全过程。小班幼儿认知过程具有直观形象性，在活动中需要依靠或借助许多具体形象事物来配合认识，所以要准备生动的ppt、儿歌、图片、动画等资料。但要养成讲究卫生、保护牙齿的意识和习惯，需要一个长期

地过程。

## 大班幼儿健康领域教案篇三

- 1、学习吃硬壳食物的方法，能够注意环境卫生。
- 2、认识几种植物的果实或者果仁，明白果仁对大脑的发育异常有益。
- 3、进取参见用果壳制作工艺品的活动。

1、准备硬壳类的食物，如，核桃、板栗、松子、瓜子、花生、杏仁等。

2、供给一些食物的轮廓图片（详见幼儿用书）。

3、幼儿用书：《硬硬的壳，香香的肉》。

进取参见用果壳制作工艺品的活动。

1、教师和幼儿玩“猜谜”游戏，了解硬壳类食物的名称。

教师和幼儿玩“猜谜”的游戏，激发幼儿参与活动的兴趣。

谜面：麻屋子，红帐子，里面睡个白胖子。谜底：花生。

谜面：有个黑宝宝，从来不开口，要是一开口，没准掉舌头。

谜底：西瓜子。

谜面：壳儿硬，壳儿脆，四个姐妹隔墙睡，从小到大背靠背，盖的一床疙瘩被。谜底：核桃。

教师启发幼儿猜出谜语的谜底，并出示相应的实物。

2、幼儿学习吃硬壳类食物，教师提醒幼儿注意环境卫生。

教师和幼儿共同品尝食物。

教师启发幼儿说说这食物的吃法，如用手剥开、用牙磕开等办法，并请进食方法正确的幼儿给大家示范，同时在环境整洁方面提出要求。

教师引导幼儿说出这些食物的共同特点，明白他们都是植物的果实、都有硬硬的壳、香香的肉。请幼儿说说还有哪些食物也有硬硬的壳，香香的肉。

教师和幼儿讨论：你喜欢吃这些硬壳类的食物吗？为什么？

3、教师引导幼儿用硬果类食物的果壳制作实物艺术品。

教师与幼儿共同收集果壳，学习利用果壳制作小小的工艺品。

教师参照幼儿用书，为幼儿供给物体的轮廓图，如花瓶、花篮等，引动幼儿用瓜子壳、花生壳、松子壳等再上头进行装饰。

教师何有一齐欣赏制作完成的工艺品，鼓励幼儿相互交流的看法。

## 大班幼儿健康领域教案篇四

1、通过教学引导幼儿认识眼睛构造、用途。

2、教育幼儿保护眼睛，学习保护眼睛的方法。

3、引导幼儿学习缓解眼睛疲劳的保健操。

4、初步了解健康的小常识。

5、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。

眼睛的构造图，故事眼镜和鼻梁，幼儿不良行为的情景图(也可以是孩子和老师的情景表演)

## 一、谜语导入

上边毛，下边毛，中间夹颗黑葡萄。

上大门，下大门，关起门来就睡觉

## 二、了解眼睛的构造，用途

1、出示图片引导幼儿观察。

2、请幼儿闭上眼睛感受一下看不见东西的感觉。

小结：眼睛是心灵的窗户，没有眼睛我们什么也看不到。

## 三、引导幼儿了解保护眼睛的必要性和保护眼睛的办法。

1、欣赏故事《眼镜和鼻梁》

提问：眼镜和鼻梁为什么吵架?最后发生了什么事情?

小结：眼镜带在鼻梁上很不舒服，明明得了近视眼，没有眼镜什么也看不到，所以我们一定要好好保护我们的'眼睛。

2、欣赏情景表演或看图片

(1)小朋友在用脏手揉眼睛。

提问：这个小朋友做得对不对?为什么?应该怎样做?

小结：小朋友的脏手上有很多的细菌，如果用脏手揉眼睛会

让眼睛生红眼病，我们如果感到眼睛不舒服可以用干净的毛巾、手绢或者卫生纸擦。

(2)小朋友头趴在桌子上画画。

提问：这个小朋友哪个地方做的不对？为什么？应该怎么做？平时还要注意什么事情？

小结：看书、画画时眼睛不能距离纸太近，也不要躺着看书，否则容易得近视眼。我们要在看书画画时抬起头，眼睛离开约1尺的距离。平时还要注意不要看电视的时间太长，看书时间长了要向远处眺望一下。不要玩尖锐的东西，多吃一些对眼睛有好处的胡萝卜、动物肝脏等食物。

四、引导幼儿做简单的锻炼眼睛的保健操。

1、教师示范眼睛保健操。

眼睛向上和向下、向左、向右看，然后向上、左、下、右转动，用手指轻轻按摩眼睛周围的肌肉，按摩眼睛上面的肌肉、下面的肌肉、太阳穴等。

2、幼儿在轻音乐的伴随下和老师一起做眼睛保健操。

附故事：眼镜和鼻梁

夜深了，大家都睡得很香，只有明明脸上的鼻梁在轻轻地抽泣：“疼，疼，疼死我了！”他边哭边揉着红肿的鼻梁，“谁在哭？”耳朵问，鼻梁哭泣着说“明明的眼镜整天压在我的身上，我的身上又红又肿。”耳朵气恼地说：“讨厌的眼镜每天挂在我的身上，又沉又重，难受极了！我们找他评理去！”

耳朵和鼻梁怒气冲冲地找到桌子上的眼镜：“眼镜！你为什么整天都要挂在我们的身上，又沉又重，难受极了！”眼镜理直

气壮地说：“是主人把我戴在你们身上的，你们要为我服务，累也是应该的！”……他们你一言，我一语地吵起来，耳朵和鼻梁气急了，他们要报仇！

第二天，明明在放学的路上边走边看书，突然鼻梁一耸肩，耳朵连忙弯弯腰，明明的眼镜就哗啦一声掉在地上，打碎了。明明没有了眼镜什么也看不见，不小心撞在了树上，鼻梁肿了，流出很多血，耳朵也很心疼，眼睛说话了：“不要埋怨眼镜，都是明明不爱护眼睛让我们什么也看不见，才请眼镜来帮忙，大家要互相帮助，提醒明明爱护眼睛，天天做眼睛保健操，摘掉眼镜，大家都会很开心！”

## 大班幼儿健康领域教案篇五

- 1、了解流行性的传染病的相关知识。
- 2、能说出并掌握预防传染病的方法。
- 3、增强自身预防疾病的意识。

- 1、教学挂图和幼儿用书。
- 2、每组一张4开白纸，一盒水彩笔。

- 1、活动导入：观看教学挂图。

教师出示挂图，并提问：小朋友，请你们看一看，图上画的是什么地方？图上的小朋友在干什么？他们怎么了？（幼儿观察并描述）2、活动展开：讨论什么是传染病，常见传染病有哪些。

- (1)教师出示挂图，请幼儿按顺序观察图片，教师提问。

教师：医院里那么多小朋友一起打点滴，因为他们得了传染

病。你们知道什么是传染病吗?常见的传染病有哪些?(幼儿讨论并回答)(2)教师小结:传染病是日常生活中最常见的疾病之一,它可以通过呼吸、身体接触等方式传播病菌。如果有小朋友或者小动物得病,就有可能传染给其他人,所以叫做传染病。小朋友容易得的传染病有流行性感、水痘、腮腺炎、红眼病等。

3、活动展开:阅读幼儿用书,讨论预防传染疾病的方法。

(1)教师:虽然传染病很容易传播,但是,如果能养成良好的卫生习惯,就能很好地预防传染病。请打开书的第17页,说一说图中的小朋友在做什么。

(2)幼儿自由回答。

(3)教师:小朋友,除了书上面的几种预防传染病的方法,你还知道预防传染病的其他方法吗?(幼儿讨论并回答)4、活动总结:预防传染病的方法。

教师:多吃蔬菜水果,可以提高身体抵抗疾病的能力;勤洗手可以消除病菌;保证充足的睡眠;可以增强免疫力;接种流感疫苗可以预防流感;打喷嚏时用手或手帕遮起来,避免对着他人打喷嚏;在传染病的多发季节避免去人多的地方;情况严重时需要戴口罩。

5、活动延伸:记录预防传染病的方法。

(1)教师:现在请小朋友把刚才我们讨论的内容,用图或图夹文的方法记录下来,每组呈现3-4种方法。

(2)幼儿绘画,教师巡回指导。

(3)集体分享记录结果,教师将各组的记录展示在黑板上,相同的选取画得较好的粘贴

## 大班幼儿健康领域教案篇六

- 1、认识常见蔬菜的名称及外形特征，简单了解一些蔬菜的不同食用部分和使用方法。
- 2、尝试给蔬菜分类（根类、茎叶类、果实类），发展幼儿的分类能力。
- 3、蔬菜好吃有营养。教育幼儿不要挑食。
- 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。

重点：让幼儿了解蔬菜的营养价值，不爱吃蔬菜、挑食对身体不好。

难点：有些蔬菜不能直观的给幼儿展示。

- 1、一些常见的蔬菜实物，卡片画，自制一些蔬菜头饰。
  - 2、幼儿提前在家里或者和家长一起去市场了解一些蔬菜的知识。
- 1、让小朋友戴上蔬菜的头饰跳一段“蔬菜宝宝舞”，激发幼儿的兴趣。

老师：“这多的蔬菜宝宝呀，老师都看花眼了，让不出来是什么蔬菜了，小朋友能自己说出来自己头上戴的是什么蔬菜吗？”（幼儿自己说蔬菜的名字）

老师：“哇！小朋友真聪明，认识这么多的蔬菜呢，有的老师还不认识呢。那你们都喜欢吃哪一种蔬菜呢？”（幼儿回答）

老师：“小朋友们还知道这些蔬菜的哪个部分是可以吃的吗？”然后用准备好是蔬菜实物逐一说明，引导幼儿了解蔬菜可以食用的部分是不一样的。

## 2、通过做游戏，让幼儿学会蔬菜的简单分类。

给每个小朋友发一个蔬菜实物或者蔬菜卡片，然后让幼儿根据蔬菜的食用部分去找朋友。（在活动的过程给与及时的纠正，加深幼儿的印象。）利用轻松、活泼的游戏，让小朋友在活动过程中不仅能正确地对蔬菜进行分类，并能自由地、夸张地表现可爱的蔬菜宝宝形象。

## 3、通过角色表演，让幼儿形象的了解多吃蔬菜的好处。

扮演蔬菜的幼儿依次做简单的动作，边做自我介绍。白菜宝宝：我是白菜宝宝，小朋友要和我做朋友，只要吃了我以后，天天大便很舒畅。菠菜宝宝：你们认识我吗？我叫菠菜宝宝，你想变得强壮有力气吗？小朋友吃了我以后，就会身体棒棒，少生病，记住了，大力水手吃菠菜。西红柿宝宝：我是西红柿宝宝，你看我长得多漂亮，浑身红通通，小朋友吃了我以后，也会变得漂亮、帅气。

只要幼儿明白多吃蔬菜对身体的好处，他们的偏食习惯是能够慢慢地纠正过来的。

## 4、活动延伸

幼儿回家后，可一和家长一起榨一些美味的蔬菜汁，进一步了解蔬菜的营养，让幼儿对蔬菜持续不断的对蔬菜产生兴趣。

由于硬件设施的限制，不能更好的展示蔬菜的特征及营养价值。有一部分幼儿不爱吃蔬菜可能是味觉系统还没发育完全，对某些蔬菜的气味适应不了，我们应多和家长沟通，争取把蔬菜做的更美味一些，让小朋友早日爱上蔬菜。

# 大班幼儿健康领域教案篇七

1、观看“朗朗演奏钢琴”视频，讨论：他的手指是怎么动的吗你们的小手会干什么呢

2、小结：因为人的手上除了有很多很多的骨头，还有关节，骨头和骨头的连接处叫关节。有了骨头，有了关节的连接，我们的手指才能这样灵活。

## 二、探索交流：身体哪些地方会动

1、除了手指，在我们的身体上还有好多好多的地方都会动，接下来我们就听着音乐一起来动一动，试试你的身体上哪些地方在动(幼儿跟着音乐让身体动起来，第一遍自由，第二遍跟着老师一起从头到脚动一下，并在人体图上做好记号)

2、幼儿探索记录，教师观察□xx幼儿让身体哪些地方动起来了xx如何记录的

### 3、集中交流：

(1)你刚才找到哪些地方能动

(2)用什么方法记录的(关注记录的方法和清晰度)

(3)关节在哪里一起找一找(丰富每个部位的名称及动词)

4、小结：原来，我们的身体之所以会灵活的动，是因为有了骨头的支撑，有了关节的连接，关节的作用真大。

## 三、经验验证：关节的重要性

1、接下来我们一起来做个学动作的游戏。看看有关节和没有关节的区别在哪里。

3、小结：关节不但在生活中起到很大的作用，帮助我们做很多的事情，而且能够做出优美的姿势，跳出优美的舞蹈，没有关节都不行，关节是多么重要啊。

四、经验拓展：保护关节，保护身体

2、讨论：如何保护好关节

3、小结：你们的办法都很棒，我们要多睡觉，多吃饭，多做运动，保护好自己的身体，同时也让自己的关节多动动。关于关节的秘密还有很多，老师这里有一本书，我们可以再去找找你发现了什么秘密。