

健康体重教案和反思 幼儿园大班健康活动教案我会快乐含反思(实用5篇)

作为一名教职工，总归要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是我给大家整理的教案范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

健康体重教案和反思篇一

作为一位无私奉献的人民教师，往往需要进行教案编写工作，借助教案可以提高教学质量，收到预期的教学效果。那么应当如何写教案呢？以下是小编为大家收集的幼儿园大班健康活动教案《我会快乐》含反思，仅供参考，欢迎大家阅读。

- 1、学习快乐，尝试在不快乐的情况下，试图让自己快乐。
- 2、通过讨论、记录等方式，找寻让自己快乐的方法。
- 3、了解心情愉快对身心健康的重要性。
- 4、培养幼儿的尝试精神。
- 5、养成敢想敢做、勤学、乐学的良好素质。

1、图片；两张：快乐的人物头像（选用色彩明亮的色系）；不快乐的人物头像（选用灰色的色调）

2、白色纸张、有明亮和灰色色调的水粉颜料、小排笔若干支。

1、观察两张图片，了解色彩与心情的关系，并选用合适的词来形容图片内容。

（1）这两张图片在什么地方不一样？（引导幼儿从人像表情

和色彩上来观察、比较。)

(2) 选择合适的词来说说这两个人的心情是什么样的? (鼓励幼儿用多种词汇来表达。)

2、结合图像,围绕“他为什么不快乐”的主题进行探讨,了解不快乐的原因,帮助自己或他人找到快乐的方法。

(1) 说说他会因为什么事情而不快乐。

(幼儿结合自己的经验,大胆表述。)

(2) 他有这么多不快乐的事情,我们一起来想想办法,如何让他快乐起来。

3、教师提供操作材料,通过变脸的游戏,尝试改变不快乐的情绪,感受色彩的变化。

(1) 这个不快乐的人像是用什么样的颜色来画的?

(2) 现在我们要把这张不快乐的脸变成一张快乐的脸,怎么做呢?

(3) 幼儿自由操作创作快乐的脸谱。

4、展示幼儿的作品,并请幼儿说说自己选择颜色的想法。

我觉得利用这次活动足进幼儿的情感表达能力,培养幼儿助人快乐的良好品德习惯,并且让幼儿更加深刻地意识到微笑能给别人带来快乐,能了解让别人快乐,自己也快乐。如果我重新上这节课我会把幼儿带到园内在外面进行“微笑”的游戏活动。这节课上幼儿的积极性和感兴趣很好,还有很好的配合这节课的顺利完成。

健康体重教案和反思篇二

孩子对自己的影子，颇感兴趣，引导幼儿探索影子是怎样形成和体验它的变化。增加知识的趣味性，培养他们四散跑的能力。让孩子们在玩中学知识，两全其美，师幼互动，激发孩子体育游戏的兴趣，锻炼孩子好奇心和求知欲。

1. 四散追捉跑能力练习。
2. 在运动中调节自己的身体活动，进行追捉或躲闪。
3. 探索和积极活动。
4. 愿意参与体育游戏，体验在游戏中奔跑、追逐的乐趣。
5. 培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。

选择风和日丽的天气进行此次活动。

1. 准备活动。

(1) 站成四路纵队，走成一个大圆。

(2) 交替走、跑练习。

2. 影子造型。

(1) 在阳光下，师幼围着圆圈回头看看自己的影子。

找找地上有没有自己的影子？你还在什么地方看过自己的影子？幼儿讨论。

教师总结：在阳光下可以看到我们的影子，在月光下、路灯下也可以看到我们的影子。

(2)变动一下方位，影子有什么变化。

请小朋友们围着圆圈走，发现了什么？

影子会和我们一起动，我们走到哪里它就会跟到哪里。

(3)变化不同的姿势，影子有什么变化。

请小朋友们变姿势，摇摇头、摆摆手、蹲下来，有什么发现？影子和我们是好朋友，我们变它也会跟着变。

(4)将姿势变化和方位变化结合起来，影子也就动起来了。

边走边动，影子又会怎么变？

(5)简单小结：影子是我们的好朋友，人动，影子动，姿势不同，影子造型也不同。

3. 我和影子一起做游戏。

(1)在空地上两人一组互相追捉对方的影子，一个人踩，一个人躲，踩到影子

后互相交换再玩。追跑时注意安全。!.来源:屈老.师教案网!

(2)暂停游戏，引导幼儿讨论在游戏中怎样才能踩到别人的影子，或者怎样才能不

被别人踩到影子。

(3)再次游戏，不能盲目乱跑，要注意观察同伴行动，进行追捉和躲闪。

(4)熟练后，集体进行游戏，一人(或同时2~3人)踩，其余的幼儿躲，被踩到影子后互相交换再玩。(活动中注意动静交

替)

4. 放松活动。

师幼活动身体各个部位。整理活动场地，排队回教室。

让孩子通过自己的操作来探索影子的变化，而且用语言表达出来，虽然语言不是很准确，但是能讲出影子的变化，说明孩子的进步，通过学习，发现物体的变化，自己探索，真的为孩子们的提高感到高兴。

不足之处：

玩踩影子的游戏时，个别孩子发生你推我挤的现象。说明我准备不够充分，有待完善。

健康体重教案和反思篇三

经常有家长跟我反映说小孩在家不爱刷牙，一般来说一岁半到两岁是一个较好的熟练时机，这牵涉到宝宝的手部肌肉发展、协调能力（能否握牙刷）与基本认知能力（听得懂父母的简单指令）；但牙医师与幼教专家都认为，只要宝宝对你的刷牙行为产生好奇，进而出现模仿行为时，便可以为他准备一支幼儿专用的小牙刷，让宝宝自己试着玩。幼教专家提醒家长，此时的重点不在于能否刷干净，而在于让宝宝养成刷牙的习惯，我班幼儿已有四岁就更要养成好习惯了，就我班幼儿年龄特点和诸多情况我设计了这一活动方案。

- 1、让幼儿明白保护牙齿的重要性。
- 2、教幼儿掌握准确的刷牙要领，养成天天刷牙的好习惯。
- 3、培养良好的卫生习惯。

4、初步了解健康的小常识。

5、初步了解预防疾病的方法。

教学重点：

知道掩护牙齿的重要性，掌握刷牙的要领。

教学难点：

掌握准确的刷牙要领。

1、没有牙齿的大老虎视频。

2、牙齿模型，幼儿自带牙刷。

3、背景音乐刷牙。

4、玩具大老虎、纸杯、脸盆。

（一）、看视频《没有牙齿的大老虎》引起幼儿兴趣，引出问题。

（二）每两幼儿相互当牙医都张开嘴让对方了解自己牙齿的情况，并找出牙齿变坏的原因。

1、下面请小朋友们张开小嘴让我们的牙医看看自己的牙齿，看看自己是不是也有坏的牙齿，是什么样子的。（孩子们非常积极主动的参与活动，都相互非常认真的观察，有的说对方的牙齿变黑了，有的说牙齿有个小窟窿）。

2、牙齿为什么会变成这个样子？

（三）知道怎样保护牙齿。

（四）学习正确的刷牙方法。

1、大老虎说（老师扮演大老虎）：我现在知道要保护自己的牙齿，不乱吃零食，每天早上睡前坚持刷牙，牙齿就会很健康，可是我不会刷牙，怎么办？请小朋友快来帮帮我吧。

（小朋友们积极主动的回答问题）。

2、老师和大老虎一起走到幼儿中间讨论正确的刷牙方法。

3、出示牙模型，为幼儿讲解牙齿构造。

4、教师引导幼儿总结出刷牙的正确方法（1）上牙从上往下刷，（2）下牙从下往上刷（3）咬合面来回刷，（4）里里外外都要刷。

5、操作：刷牙，教师巡回指导，放刷牙歌。

6、教师检查幼儿刷牙情况。

（五）放刷牙歌，外出活动，结束。

通过播放视频《没有牙齿的大老虎》，激发幼儿兴趣，从而引出问题，幼儿听得非常认真，并能回答出教师提出的问题，接着通过相互观察对方的牙齿，让幼儿了解自己的牙齿的情况，让幼儿及时发现自己牙齿存在的问题，在这一环节，幼儿表现的非常积极，也非常认真，并回答出了教师提出的两个问题，达到了预期效果。再在教师的帮助与鼓励下，幼儿能大胆的表达自己的想法，说出保护牙齿的好方法，幼儿对教师扮演的大老虎非常感兴趣，并积极地和大老虎一起讨论正确的刷牙方法，在这一环节幼儿态度积极，教师给予见解和肯定。操作：刷牙也是幼儿比较感兴趣的一环节，幼儿可以亲身体会刷牙的过程，并享受此过程，幼儿积极踊跃，在教师的指导下，顺利完成了刷牙过程，并学会了牙刷的正确方法。最后在欢快的音乐中幼儿外出活动，通过本节活动，

幼儿知道了刷牙的好处，掌握正确的刷牙方法，养成保护牙齿的良好习惯，能坚持早晚刷牙，达到了本活动的设计目标。

健康体重教案和反思篇四

1. 尝试用不同的方法运蛋，激发责任意识和呵护生命的情感。
2. 锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。
3. 体验人多力量大，同伴间应该相互合作的情感。
4. 培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。
5. 锻炼平衡能力及快速反应能力。

各种搬运气球的辅助工具，如塑料袋、棍子、小篮、小桶、旧衣等。吹好的气球若干，装好水的气球鸵鸟蛋若干。

师：老师带了很多气球，一起找个地方玩一玩吧！看谁玩的方法既与众不同，又能保护好自己的气球。

1. 师：刚才老师接到鸵鸟妈妈的电话，请小朋友去帮助它去运送蛋，那我们赶紧去吧！

师：运送时要小心，注意不要打碎妈妈的蛋（装有水的气球）。

师：刚才运送的过程中你们是怎么保护鸵鸟蛋的？（请个别幼儿上来示范护蛋的动作，如托着蛋走，抱着蛋走。）

师小结：只有保持自己身体平衡，才能将蛋完好无损地运到目的地。

2. 第二次运送鸵鸟蛋

师：鸵鸟妈妈又来电话了，请我们帮忙把鸵鸟蛋送到甜甜食品加工厂去，一定要小心，不要弄破，要不鸵鸟妈妈就不能多卖钱了。

幼儿第二次运蛋，教师根据孩子情况给予提醒。活动结束后组织幼儿介绍护蛋的经验。

三. 探索多种护蛋方法

师：这次的地形比较复杂，用手运蛋可能有些困难，教师帮你们准备了一些运蛋的用具（事先放在活动场地旁边供幼儿自选），请你们根据需要自己选择，但是要说你的用法。

（用旧衣包住蛋，用塑料袋装，用小桶拎，用小篮提，用棍子挑）

幼儿第三次运蛋，教师重点指导幼儿在弯弯曲曲的小路上走的基本动作，并运用不同的工具，坚持完成任务。

师：刚才鸵鸟妈妈打电话要奖励我们呢！不过它要看看小朋友集体合作运蛋的本领强不强，现在我们分小组进行比赛，看哪个小组办法好，集体合作完成任务快。

1. 讨论安全运蛋的方法

2. 练习各种运蛋的方法：

3. 运蛋比赛

4. 给每个幼儿发奖品，和幼儿一起做放松运动，结束活动。

本学期我们班根据大班幼儿的年龄特点、兴趣需要，在内容的选择上，我们努力从幼儿感兴趣的事情、关注的焦点、熟悉的社会生活入手，注重幼儿之间的合作、想象能力、情感的激发及兴趣的培养，使幼儿在活动中的主体性得到充分发

挥。在活动中，我们采用了多种多样的活动形式，让孩子真正成为活动的主人，使活动获得主动发展。

本次健康活动主要是让孩子们在活动中能够创新，体验运蛋的乐趣。在活动中，我觉得小朋友的参与性很强，兴趣很高。结束后，小朋友们都跟我说还想再玩，还有很多的办法可以玩呢，其实在活动之后，我看了一下时间，本次活动在提问问题上有些偏长了。最后的运蛋环节没有做，所以将活动延伸到下次的运蛋游戏中。

不足：

活动结束后我觉得在时间的把握方面还应该注意一下，探索、实践的过程很精彩，幼儿的参与性很强，就是下次要注意环节细节方面的考虑和难度的提升。

健康体重教案和反思篇五

- 1、知道为了身体健康要经常保持愉快的心情。
- 2、结合生活经验，用讲述讨论或图示的方法总结情绪转换的方法，尝试保持快乐的方法。
- 3、体会保持好心情的快乐。
- 4、让幼儿知道愉快有益于身体健康。
- 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。

不同表情的人物三个。盒子和问题卡片，图片卡片若干空白图示卡片、绘画笔。心情卡片若干张。黑板、遮布各两块。

一、导入环节

二、出示三个不同表情的头像

1、第一关有三个孩子把关，看一看他们的心情怎么样？大家一起说吧。

2、这三个孩子提出了第一关的问题：猜猜他们谁的身体最健康？

（教师提醒幼儿回忆：当你生气或难过时，吃饭怎么样？睡觉怎么样？）

3、出示头像的身体：看看谁的身体最健康？

师生小结：原来心情会影响身体健康，一些坏情绪会让我们吃不好饭，睡不好觉，损害我们的身体，做事没精神，好心情让吃饭香，睡觉好，身体健康，做事有精神。

4、第一关闯关成功，贴红旗。

三、第二关：

教师：“我们总会遇到各种事情，会有一些坏情绪，所以我们要想办法赶走这些坏情绪，用什么方法赶走坏心情呢？”

1、幼儿自由讲述。

2、个别幼儿讲述，教师用图示法进行总结。提醒孩子注意倾听别人的发言。

教师根据孩子的回答，现场画出图示中没有的内容。

3、师生共同看图示总结：当我们生气和难过的时候，一定要想办法让自己开心起来，我们一起动脑筋找到了许多办法，他们是…、（带领孩子看图示一一说出来。）

4、第二关闯关成功，贴红旗。

四、第三关：用自己的办法逗同伴或者老师开心。

五、闯关成功，拿到通行证。

教师：“恭喜你，拿到了通行证！你们知道快乐王国在哪里吗？他就在我们身边。他就是我们的幼儿园！拿到通行证的孩子今天下午可以向老师提一个让你快乐的愿望，老师一定满足你！”

六、延伸活动：

幼儿回家告诉自己的家人和朋友，心情可以影响健康，为了身体健康，一定让自己开心起来，和大家分享这些好办法。

我们小朋友就要离开幼儿园变成一个小学生，在以后的学习和生活中还会遇到许多困难，发生许多不开心的事。我想教育孩子要想办法让自己保持一个好心情。我在游戏中设计了一个“开心枕”，让孩子们亲亲、抱一抱，相互传递。也是让孩子能够在游戏中感受快乐，安抚不开心的情绪。孩子们比较认同，也欣然接受。

当“快乐宝贝”音乐响起时，我们一起舞动起来。我感受到孩子们此刻是快乐的，我想我此次引导他们有一个快乐心情的目的达到了。