# 中班健康课教案(3篇)

来源：网络 作者：夜色温柔 更新时间：2024-06-18

*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。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？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。中班健康课教案篇一导语：孩子们在...*

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。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？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。

**中班健康课教案篇一**

导语：孩子们在交往的过程中能与人平等、友好、和谐地相处，下面是小编给大家整理的中班健康课教案大全，希望能给你带来帮助!

1、带领幼儿科学、正确地区分男女性别，学会尊重自己和别人的身体。

2、知道身体不能被人随意触摸的位置。

3、初步形成保护和清洁生殖器官的意识。

活动过程：

一、谜语引入

1、猜猜我是谁？

我，平头、光头好可爱，爱玩手-枪和棍棒，衬衣短裤我爱穿，人人都夸我很帅。

我，头上扎着小辫，芭比娃娃最好玩，漂亮裙子我最爱，人人夸我好漂亮。

2、请幼儿充分讨论自己对男女性别的看法。

师：小朋友可真棒，知道怎样区分男宝宝、女宝宝，那谁知道大人应该怎样区分呢？他们有什么不同？

二、明确身体的隐私部位，学会尊重自己和别人的身体。

师：请幼儿观看图片，说说图片上的男孩和女孩他们穿的游泳衣一样吗？

幼：

师：游泳衣遮住了身体的哪些部位？

幼：还有尿尿的地方）

师小结：图片上的男孩和女孩用游泳衣遮住的地方是不能随便给别人看的，更不能让人随意触碰。我们要尊重自己和别人的身体，因为那是我们的隐私，随便暴露自己的隐私是不礼貌的行为。

三、讨论：如何保护和清洁生殖器官

师：孩子们，大便脏吗？臭吗？

幼：

师：尿尿呢，脏吗？

幼：

师：既然大便又脏又臭，尿尿也很脏，那从现在开始，我们就不拉大便，不尿尿了，行吗？

幼：

师：那怎么办呢？便便又脏又臭，又不能不拉，请小朋友想想解决的办法。

幼：

师小结：对了，用水洗，每天晚上睡觉之前都让妈妈帮我们洗一洗便便和尿尿的地方。记住哟，这些地方除了妈妈，不可以让别人去碰。如果有人叫你单独一个人去没人的角落或屋子，也千万不要去，因为他们有可能是坏人。如果我们遇到了这样的坏人，我们应该怎么办呢？

四、操作活动：画画，做做

教师指导幼儿看操作卡第16页，说说哪些部位是自己身体最重要的部位，不能随意让人触摸并用绘画、涂色等方式遮住这些地方。

**中班健康课教案篇二**

中班健康课教案：《预防感冒》

发布日期：2024-04-01 作者：伟才教育 浏览次数：2340

活动目标

1、了解简单的预防感冒的知识。

2、学会擦鼻涕。

3、回忆感冒给自己带来的不愉快感受，体验

活动目标

1、了解简单的预防感冒的知识。

2、学会擦鼻涕。

3、回忆感冒给自己带来的不愉快感受，体验身体健康的重要性。

活动准备：

1、幼儿人手一份已调查好的感冒经验调查表。

2、教师制作一张大的经验调查表，水笔一支。

活动过程：

1、利用经验调查表，教师和幼儿共同归纳感冒的主要症状。师：你的调查表上记录了感冒的哪些症状？幼儿讲述，教师将记录的感冒症状记录在大的经验调查表上。教师小结：感冒了。我们会不舒服，会大喷嚏、流鼻涕、鼻子不通喉咙干痛、头痛等。我们会觉得身体不舒服。

2、教师引导幼儿讨论感冒的原因师：为什么会感冒？幼儿结合自己的经验谈原因。师感冒了怎么办？幼儿谈一谈自己感冒时，爸爸妈妈是怎样照顾自己的教师教幼儿学习正确的擦鼻涕的方法。（用干净的餐巾纸和手帕捏住一只鼻孔）教师小结：当我们受凉或身体的抵抗力下降的时候，就会流鼻涕、咳嗽感冒。感冒时要及时看医生，按时吃药，多喝开水，注意休息。

3、教师让幼儿了解简单的预防感冒的知识师：你们感冒了觉得舒服吗？我们怎样预防感冒？幼儿自由交流预防感冒的方法和措施，教师将它们记录在大的经验调查表上教师小结：经常锻炼身体可以预防感冒，在天气比较冷和比较热的时候要及时增减衣服，不要的生病的人接触，还可以吃大蒜。和“板蓝根”以增强抵抗力，预防感冒

**中班健康课教案篇三**

精品

中班健康课教案大全

导语：孩子们在交往的过程中能与人平等、友好、和谐地相处，下面是小编给大家整理的中班健康课教案大全，希

望能给你带来帮助!

1、带领幼儿科学、正确地区分男女性别，学会

尊重自己和别人的身体。

2、知道身体不能被人随意触摸的位置。

3、初步形成保护和清洁生殖器官的意识。

活动过程：

一、谜语引入

1、猜猜我是谁？

我，平头、光头好可爱，爱玩手-枪和棍棒，衬衣短裤

我爱穿，人人都夸我很帅。

我，头上扎着小辫，芭比娃娃最好玩，漂亮裙子我最爱，人人夸我好漂亮。

2、请幼儿充分讨论自己对男女性别的看法。

师：小朋友可真棒，知道怎样区分男宝宝、女宝宝，那谁知道大人应该怎样区分呢？他们有什么不同？

二、明确身体的隐私部位，学会尊重自己和别人的身体。

师：请幼儿观看图片，说说图片上的男孩和女孩他们穿的游泳衣一样吗？

精细；挑选；

精品

幼：

师：游泳衣遮住了身体的哪些部位？

幼：还有尿尿的地方）

师小结：图片上的男孩和女孩用游泳衣遮住的地方是不能随便给别人看的，更不能让人随意触碰。我们要尊重自己和别人的身体，因为那是我们的隐私，随便暴露自己的隐私

是不礼貌的行为。

三、

讨论：如何保护和清洁生殖器官

师：孩子们，大便脏吗？臭吗？

幼：

师：尿尿呢，脏吗？

幼：

师：既然大便又脏又臭，尿尿也很脏，那从现在开始，我们就不拉大便，不尿尿了，行吗？

幼：

师：那怎么办呢？便便又脏又臭，又不能不拉，请小朋

友想想解决的办法。

幼：

师小结：对了，用水洗，每天晚上睡觉之前都让妈妈帮我们洗一洗便便和尿尿的地方。记住哟，这些地方除了妈妈，不可以让别人去碰。如果有人叫你单独一个人去没人的角落或屋子，也千万不要去，因为他们有可能是坏人。如果我们

精细；挑选；

精品

遇到了这样的坏人，我们应该怎么办呢？

四、操作活动：画画，做做

教师指导幼儿看操作卡第16页，说说哪些部位是自己身体最重要的部位，不能随意让人触摸并用绘画、涂色等方

精细；挑选；式遮住这些地方。

精品

成功就是先制定一个有价值的目标，然后逐步把它转化成现实的过程。这个过程

因为信念而牢固，因为平衡而持久。

生活才需要目标，生命不需要目标。

就像驴子面前吊着个萝卜就会往前走。正因为有那个目标，你才有劲儿往前走。在做的过程中，你已体验到生命是什么。问题是，没有几个人，能够在没有目标的情况下安详当下。因为没有目标，他都不知道要做什么。

穷人生活的成本，要比富人高多了。

穷人考虑价钱而不考虑价值，最后什么都得不到。富人考虑价值并且果断决定，于是他获得了最好的机会。

这就是为什么穷人越穷，富人越富的原因。

精细；挑选；

精品

精细；挑选；

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找