# 大班健康领域教案及反思(5篇)

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-07-02

*作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。大班健康领域教案及反思篇一主要领域：健康 渗透领域...*

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

**大班健康领域教案及反思篇一**

主要领域：健康 渗透领域：社会

活动目标：

1.知道不能从矮墙、高台、陡坡等过高的地方向下跳。

2.培养幼儿的倾听能力及自我保护能力。

3．学习向下跳的正确方法，加强自我保护。

活动准备：

多媒体教学资源：《受伤的栋栋》录音、《这些地方能跳吗》及《往下跳的动作要领》图片，笔（每人一只）、小椅子若干，幼儿用书28-29页。 活动方式：集体、个别相结合

活动过程：

（一）导入

组织幼儿听多媒体教学资源《受伤的栋栋》，了解从高处往下跳的危险。 提问：栋栋为什么会受伤？

小结：从高处跳下来很危险，很容易受伤。

（二）展开

1.播放多媒体教学资源《这些题方能跳吗》图片，引导幼儿说说哪些地方是危险，不能跳。为什么？

提问：这些地方能跳吗？为什么？还有哪些地方是不能跳的？

小结：超过自己腰部的高度就很危险了；不能随便从矮墙、高台、陡坡、攀爬架等过高的地方往下跳。

2.引导幼儿设计禁止跳下的标志，完成幼儿用书第28页上的操作。 指导语：小朋友，从这些地方跳下来太危险了。为了保证大家的安全，我们在这里设计一个禁止跳下的标志吧！

出示禁止攀爬的标志，请幼儿观察，讨论可以怎样设计禁止跳下的标志。引导幼儿知道在红色圆圈中画出跳下的动作后，可以再加上“”或“x”来表示禁止。

3.示范讲解向下跳的基本动作要领，组织幼儿进行练习。

指导语：生活中，很多小朋友喜欢跳上跳下，只要不是太高（不超过自己的腰部），是可以的。但是怎样才能避免受伤呢？

播放多媒体教学资源《往下跳的动作要领》，教师讲解示范动作要领，幼儿站在小椅子上练习。

小结：从较高的地方向下跳的时候，首先要向上起跳，用前脚掌先着地，同时屈膝半蹲，轻轻落地。这样能起到保护自己的作用，避免受伤。

（三）结束

活动延伸：在体育活动或户外时安排练习向下跳的活动，巩固基本动作，强调不能从太高的地方往下跳。

教学反思：

大班幼儿活泼好动，喜欢尝试新鲜刺激的事物，在平时的教学活动中幼儿爱做向下跳的动作，大型玩具上往下跳、花坛上往下跳、甚至楼梯上最后几步时也会迫不及待的跳下来，但是有些年龄小、运动能力差的幼儿在向下跳时又有些害怕，也不懂得自我保护的方法，造成身体某些部位受伤。因此我们学习了这节安全活动《高处危险我不跳》。

在学习中通过观看视频知道高处危险不能跳，出示图片让幼儿找一找那些地方不能跳，在学习中有幼儿知道不能在石头、楼梯、阳台等危险的地方跳跃，95%的幼儿学会了正确的跳跃姿势，在动作技巧上通过练习并脚轻跳、脚尖落地促使幼儿在落地前适时调节屈腿的速度和幅度，以减少对身体的震动，懂得从高处跳落的保护方法。93%的幼儿设计出了自己喜欢的禁止跳跃的标志并引导幼儿“找危险”，找出幼儿园中有哪些地方容易发生危险，并贴上标记。幼儿初步知道危险的地方不能去玩，也能够辨别什么地方危险，听从成人的建议，懂得远离危险的游戏场所。

**大班健康领域教案及反思篇二**

活动目标

1、知道每个人都有情绪，并能辨认几种基本情绪。

2、能对自己的情绪作出确切的表达。

3、了解不同情绪对人身体健康的影响，初步知道调节自己的情绪。

活动准备

1.课件-表情(兴奋、高兴、悲伤、愤怒、害怕、烦恼)。

2.做有六个情绪脸谱的大色子。

3.每个幼儿一个纸盒。

活动过程

一、幼儿听两段音乐(高兴和悲伤的)。

1.今天老师给小朋友带来了一个好听的曲子，请小朋友仔细听，听好后告诉老师你的感觉怎么样？

(听曲子\"赶花会\"。)

2.提问：听后你的感觉怎样？(高兴、快乐)

再请小朋友听一首曲子，告诉老师听的感觉怎样？

(听曲子\"北风吹，扎红头绳\"。)

3.提问：听后你的感觉怎样？(伤心、难过)。

4.教师小结：伤心、高兴都是人的情绪，今天教师给小朋友带来了几张表情脸谱。

小朋友看一看，说一说你看到的是什么情绪，并学一学。

5.提问：说出你什么时候兴奋？什么时候高兴？

二、游戏：玩色子。

1.请小朋友上来扔色子，色子扔到一处情绪时，这位小朋友要试着做也这种表情，

并说说在怎样的情况下会有这种情绪。

2.玩色子的小朋友根据指到的情绪，做相应的表情，让其他小朋友猜猜，他扔到的是什么表情。

三、讨论如何调节不良情绪。

1、你喜欢哪一种情绪，哪些情绪你不喜欢？

2、如果你生气、害怕、难过的时候，你会怎么做呢？怎样才能让自己有个好心情？

3、教师小结：每个人遇事都会产生不同的情绪，那是很自然的现象。

但是愤怒、悲伤、痛苦等不良情绪对人的身体健康是不好的，而愉快、平静等良好的情绪是有利人的身体健康的。当我们生气难过的时候，要想想快乐的事情，或找别人谈谈自己

的心情、感受，

让自己保持一个好心情。

4、教师介绍方法：(气球、情绪垃圾箱)

四、制作情绪垃圾箱。

1、教师：现在我们要拿出盒子，你们都知道了盒子有什么用吧？

那现在就请你们装饰一下自己的情绪垃圾箱。这样，以后也可以帮助我们保持快乐的心情。

2、结束语：我们小朋友快要离开幼儿园变成一个小学生了，在以后的学习和生活中还会遇到

许多的困难，发生许多不开心的事，小朋友要想办法让自己保持一个好心情。

老师希望我们小朋友能够天天高高兴、快快乐乐。

**大班健康领域教案及反思篇三**

活动目标：

1、懂得保护眼睛的正确方法，明白保护眼睛的重要性。

2、用心参与讨论，结合生活经验大胆发表自己的意见。

活动重点：

懂得保护眼睛的正确方法，明白保护眼睛的重要性。

活动难点：

明白眼睛的各种用处，愿意用心参与讨论，大胆说说自己的想法。

活动准备：

透过提问，让幼儿说出眼睛的用处。

活动过程：

一、活动导入

1.教师：小朋友，我们的幼儿园漂亮吗(漂亮)哪儿漂亮呢(幼儿回答)你们怎样明白的呢(用眼睛看出来的)那你们的眼睛还能干什么呢(让幼儿分别说出眼睛的许多用处)

活动师小结：眼睛能够看见许多许多的事和物，能帮我们写字、画画。也就是说不管干什么事都要有眼睛。那眼睛除了这些以外，它还会说话呢，你们信不信那你们看老师的眼睛在说什么(生气)谁的眼睛也会说话(请几个小朋友上来表演。)

教师：谁能告诉大家他的眼睛说了什么(例如：他的眼睛说了我很高兴等等。)

2.透过游戏让小朋友感知眼睛看不见的滋味，眼睛除了能看以外，还能像刚才小朋友的表演一样传递感情。

这天，老师给你们每人带了一个自做的眼罩，想不想戴上它来跟老师做游戏那你们就一齐戴上它吧!

老师拿出一个皮球，问：此刻我手上有什么(不明白)

摘下眼罩看一看是什么它是什么颜色，什么形状再戴上眼罩来摸一摸老师在哪里有没有摸到为什么我们戴上眼罩就不明白老师手上有什么，就摸不到老师呢(因为眼睛看不见)

3.教育小朋友如何关心帮忙盲人。

我们明白眼睛看不见给我们的生活带来许多不便，但是有的人一出身就看不见，那是谁呀(盲人)

那我们看到盲人该怎样办呢(让小朋友各抒己见，说说如何帮忙盲人)

4.利用故事告诉幼儿患了近视眼也会给人带来不便。

眼睛看不见很不方便，那眼睛生病了也会很难受。有一只啄木鸟没有保护好眼睛结果闹了许多笑话，你们想明白它闹了那些笑话吗

让小朋友听故事录音，听后提问：啄木鸟闹了那些笑话呢(幼儿回答)

5.让小朋友看情境表演，决定对错。

教师：不好好保护眼睛，使眼睛近视了不留意就会闹出许多笑话，那我们平时就应如何保护好自己的眼睛呢让我们先来看看他们做得对不对如果做得对我们一齐送他一个五角星好不好

6.告幼儿怎样保护眼睛。

刚才我们看到了有的小朋友做对了，有的小朋友做错了，那我们到底该怎样保护好我们的眼睛，使它不生病呢(让幼儿回答)

教师小结：小朋友真聪明，一下子说了这么多保护眼睛的好方法。今后我们必须要记住了：

(1)千万不要用脏手揉眼睛。

(2)看电视时要离电视机远点儿，而且时间不要太长。

(3)不要躺在床上看书。

(4)不要坐在行走的汽车上或者摩托车上看书。

(5)不要在光线太强或者太暗的地方写字、画画。

(6)写字、画画的时候，身体要坐正，胸脯离桌要一拳，眼睛离书本要一尺。

(7)要多吃新鲜的水果、蔬菜。

(8)最重要的就是不要玩尖锐的东西，以免伤害眼睛。

7.让幼儿正确做出看书画画的姿势并透过实物投影仪展示出来，让他们看到自己做得对不对。

这天老师还为你们准备了一些图书、纸、玩具。请你们自由的去玩，然后让我们来看看谁做得最好，谁最会保护自己的小眼睛。(让小朋友从电视上欣赏自己的样貌)。

教师小结：从电视上看到我们的小朋友做得真好。老师还要告诉你们每年的6月6日是爱眼日，下面让我们大家一齐做个保护眼睛的小卫士将保护眼睛的知识去告诉小班的小弟弟、小妹妹们吧!

**大班健康领域教案及反思篇四**

活动目标：

1、尝试练习绳子的多种玩法，培养孩子的创新精神。

2、促进孩子身体协调能力、跳跃能力的发展。

3、体验互相合作的快乐，培养孩子对体育活动的兴趣。

4、培养良好的卫生习惯。

5、了解生病给身体带来的不适，学会预防生病的方法。

活动准备：

每人一根跳绳、室外场地。

活动过程：

一、热身运动：孩子们与老师一起随着音乐做韵律活动，动作孩子们可以自编，运动的力度可以强一点。

二、快乐玩绳，尝试绳子的多种玩法。

1、孩子们自由结伴，可以单独玩、也可以集体合作，;.来源大.考吧幼。师网想出绳子的不同玩法，教师不断鼓励、表扬有创新玩法的孩子。

2、请个别幼儿上来演示自己的新玩法，幼儿分别尝试练习。

3、教师挑出几种新玩法，幼儿练习：

1)、两人合跳一根绳子。

2)、三人合作跳。

3)、三根绳子拼成花，练习跳跃。

4)、绳子连成长线，练习左右跳、走钢丝。

5)、绳子拼成长方形，练习跳远、分合跳。

6)、用绳子当障碍物、练习跳高。

三、游戏活动：探险寻宝

室外场地布置好，孩子们通过走过独木桥、跳过小沟爬过铁丝网、双脚分合过小路找到宝物。游戏可以多进行几次。

四、放松运动

活动反思：

幼儿在学习的过程中，肯定会遇到各种各样的问题，问题的出现也正是孩子认知冲突的关键时刻，教师要抓住这个时机，使幼儿能发现问题并产生解决问题的内在愿望，明确幼儿学习新经验的需求动机，同时对孩子进行适当的点拨和引导，抓住问题的要害，一语道破天机，使孩子在渴望的心理状态下，明晰事理，收到教于学的高效。本次活动气氛较好。

**大班健康领域教案及反思篇五**

【教学目标】

1、了解近视给人们生活带来的不便，体会眼睛在学习、生活中的重要作用。

2、学习保护眼睛的正确方法，养成爱护眼睛的良好习惯。

【教学准备】

经验准备：初步了解眼睛的作用。

物质准备：白板课件《眼镜公主》、自制图书《护眼好习惯》幼儿用书、纸笔等。

【教学过程】

一、故事导入，了解近视给人们生活带来的不便。

1、看不清的烦恼

师：今天我请来了一位公主，她在做一些什么奇怪的事情？教师播放课件，幼儿观察。

师小结：原来公主得了近视眼。

2、戴上眼镜的烦恼。

师：公主戴上眼镜之后看东西是清晰了，可是也增添了很多新的烦恼。

a、幼儿猜测公主遇到的烦恼。如，吃饭时的热气会把眼镜变得模糊……

b、师播放课件，公主自述戴眼镜的烦恼。

二、学习保护眼睛的正确方法。

1、判断正误（了解哪些习惯对眼睛有利，哪些习惯对眼睛不利）

师：公主戴着眼镜这么麻烦，她想早日摘掉眼镜，那我们一起来帮帮她吧！

a、出示各种用眼习惯图片，幼儿讨论，判断正误。

b、请幼儿根据错误的习惯讲出正确的做法。

师小结：经过你们的帮助，公主有了这么多保护眼睛的好方法，现在，她要开始做眼球操了，你们愿意跟着公主学一学吗？

三、学做眼球操。

1、播放flash动画“眼球操”

2、根据图谱学做眼球操（个别、集体练习）

3、跟着动画做“眼球操”

4、猜测眼镜公主能成功摘掉眼镜吗？（讲述故事结尾，揭晓答案）

四、活动延伸。

出示自制“护眼好习惯”图书，帮助幼儿进一步养成保护眼睛的好习惯。

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