# 2025年中班健康教案干净的小手(通用10篇)

来源：网络 作者：繁花落寂 更新时间：2025-02-19

*作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？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。中班健康教案干净的小手篇一健康教育对于中班幼...*

作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？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。

**中班健康教案干净的小手篇一**

健康教育对于中班幼儿的成长和发展起着重要的作用。为了进一步提高教学质量，我参加了一次关于中班健康课的培训，不仅学习到了一些新的教学方法和理念，也获得了一些宝贵的心得体会。在此，我将分享我对这节课的理解和感悟。

首先，健康教育应该从生活中开始。在中班健康课中，我学会了将健康教育与幼儿日常生活紧密结合起来。比如，在教学过程中，我引导幼儿身体上的各个部位与健康的关系，告诉他们如何正确保护自己的身体。通过观察和模仿动作，幼儿能够更好地理解和接受这些内容，同时也培养了他们的观察力、动手能力和自我保护意识。通过将健康教育与日常生活紧密结合，幼儿可以更好地理解健康的重要性，并将其应用到自己的生活中。

其次，健康教育需要注重启发式教学。在中班健康课中，我意识到幼儿是主体，是积极参与者，而不是被动接受者。因此，我在教学中更注重启发式教学法。引导幼儿自己思考和发现问题，培养他们的观察力、思维能力和解决问题的能力。比如，我在讲解口腔卫生的时候，通过问题和场景模拟的方式，让幼儿自己思考如何保持口腔的卫生。在幼儿们的探索过程中，我不仅给予鼓励和指导，还注重让幼儿们自己探索答案，并通过讨论和分享来分享他们的发现和经验。

此外，健康教育还需要注重情感与品德的培养。在中班健康课中，我了解到健康教育不仅关注幼儿身体上的健康，也应该关注他们的情感和品德教育。比如，在讲解身体健康的同时，我注重培养幼儿的情感管理能力，引导他们学会表达和处理情绪。同时，我通过课堂活动和故事讲解来培养幼儿的道德品质，让他们明白什么是正确的行为和选择。通过这些教育，幼儿能够更全面地认识自己，培养和发展积极健康的情感与品德。

最后，健康教育应该注重家校合作。在中班健康课中，我意识到，健康教育不仅需要在幼儿园内开展，也需要与家庭教育相结合。家庭是幼儿最初的教育场所，也是他们学习健康知识和养成健康习惯的重要环境。因此，我在课堂中鼓励家长与我进行沟通和交流，分享孩子在家中的健康习惯和进步。同时，我也会定期组织家长参与健康教育活动，让他们能够更好地了解幼儿在幼儿园中的健康教育情况，并积极参与到幼儿的健康教育中去。通过家校合作，我们可以更好地培养和发展幼儿的健康意识和健康习惯。

总之，中班健康课是幼儿健康发展的重要环节。在中班健康课中，我明确了健康教育需要从生活中开始，注重启发式教学，注重情感与品德的教育，以及注重家校合作。通过这些理念和方法，我相信我能更好地教育和引导幼儿，让他们健康成长。同时，我也将继续努力学习和探索，提高自己的教学能力，为幼儿的健康发展贡献力量。

**中班健康教案干净的小手篇二**

体育活动室内有一根拔河用的绳子，这是当年为亲子运动会购置的。孩子们对这根又粗又长的绳子很好奇，经常上前拉拉、摸摸。之后，我们将绳子放到操场上，孩子们开心极了，围着绳子跳来跳去，创造了许多不一样的玩法。根据中班幼儿活泼好动、乐意理解挑战的特点，我们创设情境，利用绳子设计了体育活动“过河”，让幼儿在运动和游戏中愉悦身心，锻炼体能。

1．学习立定跳远和助跑跨跳的动作技能。

2．提高爬、跑、跳的本事，锻炼体能，发展肢体动作的灵活性和协调性。

3．在难度逐步提高的游戏中，主动参与，大胆尝试，挑战自我。

1．大绳一根，鳄鱼胸饰一个，平衡步道、沙包若干，筐一只。

2．活动前布置好场地。

一、小蝌蚪变变变。

1．我们一齐把绳子围成一个大大的、圆圆的池塘，来做“小蝌蚪变变变”的游戏吧。

2．教师边示范边讲解这一热身运动的动作，幼儿观察并跟随教师模仿练习。动作如下：

(1)身体趴在地上，双手合放在背上，利用上身的扭动移动身体；

(2)蝌蚪长出两条后腿：身体趴在地上，用两条腿连续蹬地并扭动身体前进；

(3)蝌蚪长出两条前腿：四肢匍匐爬行；

(4)变成青蛙起跳：模仿青蛙跳跃的动作，做全身运动。

二、青蛙跳田埂。

1．此刻小蝌蚪变成了青蛙。你们明白青蛙有什么本领吗青蛙不仅仅会唱歌，还会蹦蹦跳。大家一齐来学学青蛙跳田埂。

2．教师用平衡步道作田埂(一块一块间隔、两块两块间隔等，如下图所示)，设置活动路线，经过不断增加高度和宽度来提高活动难度。幼儿可选择不一样难度的场地进行练习。教师指导要点如下：

(1)要求幼儿从同一方向进行跳跃活动。起跳时，用力蹬地，向前上摆臂；落地时，屈腿全蹲，坚持平衡。

(2)根据幼儿的活动情景变化难度，也可根据情景运用自我的肢体动作给幼儿增加难度。注意观察个别本事较弱幼儿的活动情景，并给予适当的鼓励和帮忙。

(3)用塑料圈在活动场地边做小池塘，请小青蛙自主掌控休息时间。(经过本环节，全体幼儿熟练掌握了立定跳远的动作方法，大部分幼儿能够进行助跑跨跳的动作练习，部分幼儿能够利用助跑跨跳的方式跳过较远的距离。)。

3．幼儿自由活动，教师巡回观察，经过增加难度和语言指导(如“看看别人是怎样跳的”“怎样跳才正确”“此刻步道变宽了，你怎样跳过去”等)，使幼儿的跳跃动作自然地由立定跳远转变为助跑跨跳。教师在活动中要注意观察幼儿的活动量，适时集中请个别幼儿展示动作，并讲解动作要领和安全保护知识，在重点部分示范动作并带领幼儿团体练习。

三、青蛙过小河。

2．教师将绳子在地上对折围成一条宽窄不等的小河，让幼儿根据自我的活动本事跳过小河，巩固前面游戏中掌握的动作方法，并利用所学动作完成必须的目标，进一步锻炼体能。

第一次活动：幼儿自由跳过小河，教师引导幼儿看看自我能跳过多宽的河面，是用什么方法跳过去的。要求注意安全，避免冲撞。

第二次活动：教师经过增设下雨、河面变宽等情景，提高跳小河的难度。幼儿分散活动，教师巡回观察，注意指导个别本事较弱的幼儿大胆尝试。

第三次活动：教师胸前贴上鳄鱼图片做鳄鱼，双膝微屈仰卧河中，幼儿依次跳过河捉到害虫，再从鳄鱼身上跳回来，将害虫放到指定的筐里。

3．幼儿依次游戏，教师根据幼儿的本事，经过改变自我膝盖的高度来调节幼儿跳跃的难度。

四、青蛙回池塘。

1.今日所有的青蛙都很能干，学会了立定跳远和助跑跨跳，跳田埂，过小河，捉害虫，掌握了很多本领。大家累了吧，我们再把绳子围成池塘，休息休息吧。

2．小青蛙在音乐伴奏下在池塘里游一游，用绳子模拟水波晃动，并相互拍腿放松，休息嬉戏。

3．简单点评活动情景，表扬幼儿的勇敢。

4．师幼收拾场地，结束活动。

评析：

王教师是一个男教师，他结合中班幼儿体育锻炼的目标要求，创设游戏情境，注重幼儿爬、跑、跳等运动技能和体能的培养，重点练习立定跳远和助跑跨跳。在整个活动中，幼儿始终兴趣盎然，自主参与，取得了十分好的效果。该活动体现了以下几个特点：

1．情境性和游戏性。

整个活动由系列连贯的情景游戏组成：小蝌蚪在池塘里变变变――青蛙跳田埂――青蛙过小河――青蛙回池塘。动态变化的情境能激活幼儿的学习兴趣，调动其原有经验，挑战幼儿的新经验和学习的愿望。把长绳圈起来变成池塘，让幼儿到池塘里做“小蝌蚪变变变”的游戏；把绳子拉成一个长圆变成一条小河，让幼儿学习跨跳过“小河”；用平衡步道作田埂，自我仰卧在河里做鳄鱼等，增强了幼儿参与活动的兴趣和情趣。

2．差异性和挑战性。

每个幼儿在发展过程中是存在差异的，王教师在组织教学时异常注重幼儿的发展差异，并据此确定了活动的目标层次和递进策略。如教师用平衡步道作田埂设置活动路线，经过不断增加高度和宽度来提高活动的难度和挑战性，让幼儿自由选择不一样难度的场地进行练习。从活动情景来看，全体幼儿基本掌握了立定跳远的方法，大部分幼儿能够进行助跑跨跳的动作练习，部分幼儿能够利用助跑跨跳的方式跳过较远的距离。又如，教师将绳子对折围成一条宽窄不一样的小河，让幼儿根据自我的本事循序渐进地练习跳小河。第一次，让幼儿自由跳；第二次，让幼儿增加宽度跳；第三次，让幼儿增加高度和障碍跳，富有挑战性的活动把幼儿的学习推向了高潮。

3．自主性和有效性。

该活动组织环环紧扣、层层递进。教师用简单的道具创设动态的情境，把有挑战性的活动练习置于趣味的游戏情境中，使幼儿主动参与，释放出巨大的学习潜能，表现出自主学习、勇于挑战的精神。在活动中，教师还有意经过穿插轮流活动和让幼儿间隔休息的方式来调节运动量。适宜的练习密度、梯度，小青蛙的主角体验带来的兴趣和情趣，使活动有序、高效，达成了锻炼体能和发展动作技能的目标要求。

**中班健康教案干净的小手篇三**

1.幼儿练习踩高跷，能保持身体平衡，提高动作的协调性和灵活性。

2.幼儿对体育游戏踩高跷感兴趣。

3.感受传统游戏的乐趣。

4.培养幼儿思考问题、解决问题的能力及快速应答能力。

5.教幼儿养成细心、认真的学习态度。

高跷人手一副、积木若干(障碍物)、\"果树\"教具、进场音乐\"香香澡\"三、活动过程：

(一)开始部分：情景导入果园里的果子成熟了，农民伯伯一个人摘不完，我们一起帮帮他吧。大;考吧.幼，师网出处(幼儿\"开火车\"随音乐进场)

1.师：果园到来，可是果树太高了，我们够不到怎么办?(引导幼儿说出\"高跷\")

(二)基本部分：

1.出示高跷，幼儿自由探索。

师：它是什么呢?怎么玩?

2.师示范。

小结：脚底中心踩在高跷上，双手拉直绳子，眼睛向前看3.幼儿用正确方法练习。

师：要帮农民伯伯摘果子必须要走得稳，走得快。

4.游戏\"摘果子\"幼儿分为六组，同时绕过障碍物，进行接力比赛。(师指导幼儿)

(三)结束部分：

放松活动师：果子摘完了，小朋友们衣服也脏了，我们来拍拍身上的土。(幼儿拍拍腿、拍怕胳膊、拍拍背)(四)活动延伸：

1.建构区：我帮农民伯伯搭梯子

2.美工区：我们一块捏果子

3.益智区：我来帮忙分果子四、活动反思：

在这节活动中通过录像课件等让幼儿了解“踩高跷”是元宵节的一种民间习俗，我们为幼儿准备好了高跷，通过游戏的形式引起孩子们的兴趣，让孩子们在活动中自己总结经验，找到踩高跷的诀窍，进一步的探索，在游戏中结束，孩子们很感兴趣，也有的孩子在平衡能力方面还需要进一步的练习，在这节活动中这点得到了验证。

**中班健康教案干净的小手篇四**

2、懂得如何保护眼睛

3、培养幼儿关心、助残疾人的情感

一：引出主题

1.游戏：指五官

轿是说一个五官的名称，幼儿必须又快又准得指出来

2.以猜谜语的形式，引出活动内容，激发幼儿学习的兴趣。

谜面：上边毛，下边毛，中间有颗黑葡萄。

二：了解眼睛对人的重要性

1.幼儿听歌曲《五官歌》师：小朋友，听了这首歌谁能说说我们的眼睛可以我们做什么?(幼儿自由回答)那我们如果没有眼睛将会怎么样呢?好，现在请小朋友一人拿一个眼罩戴好，亲身感受一下，你可以站起来慢慢得走两步。(幼儿亲身感受后回答问题)

2.出示盲人图片师：那个小朋友来说说这个叔叔为什么带着一个墨镜，手里还拿着一根木棍在马路上走?(幼儿回答)教师引出盲人一词，刚才我们小朋友也亲身感受了眼睛看不见东西是什么滋味，所以盲人叔叔做事情很不方便，我们小朋友应该怎样呢?(使幼儿懂得关心、助残疾人)

三：懂得如何保护眼睛

师：眼睛对我们这么重要，那我们是不是应该保护自己的双眼呢?怎么保护呢?老师给小朋友带来了几幅图，请你们来做裁判，看看说做的对。(将幼儿分成两组，教师出示一幅，幼儿作出判断，并说明原因，答对的一组获得一朵小红花)

最后，教师与幼儿一起小结在生活中如何保护眼睛。

四：玩“贴眼睛”的游戏

幼儿手里拿着两个“眼睛”，站在距头像一米处，把眼睛蒙上，向前走给头像贴眼睛，看说贴得准。活动自然结束。

**中班健康教案干净的小手篇五**

在幼儿园《纲要》中将幼儿的健康放在首要位置，而在健康领域中幼儿身体的正常发育又是最重要的部分，幼儿时期是身体发育的重要时期，在这一时期幼儿不良的坐、立、行姿势，很容易造成幼儿身体发育出现脊柱弯曲、歪肩等严重的问题，到成年以后难以纠正，因此为了让幼儿养成正确的坐、立、行姿势，提高自我保护意识，本次活动中通过多媒体、图片展示以及游戏等形式，让幼儿认识形成“驼背”的原因，感知“驼背”给生活带来的不便，从而使幼儿在日常生活中自发地调整的坐、立、行姿势，为健康成长奠定良好的基础。

【活动目标】。

1、养成正确的坐、立、行姿势，懂得姿势正确的重要性。

2、激发爱护自己身体的情感，提高自我保护意识。

【活动准备】。

经验准备：在日常生活中观察“驼背”人的姿态。

物质准备：多媒体课件，森林的图片，驼背人的照片，音乐磁带等，幼儿表演的服装（解放军服装、时装等）和道具。

情景创设：小舞台、超市、厨房等游戏场景。

【活动过程】。

2、展示课件，请幼儿认真观看有关小树苗成长的过程。

思考：

（1）哪些小树苗长大以后变成一个威武雄壮的解放军战士？

（2）哪些小树苗长大以后变成了小驼背？为什么？

3、展示一些“驼背”人群的照片，让幼儿观察他们的姿态，说说他们美不美？他们为什么会变成这样呢？（教育幼儿要爱惜自己美丽的身体，但不歧视有身体残疾的人）。

4、出示人体脊柱图示，教师讲解形成“驼背”的原因：人体的脊柱就像小树苗的树干，在生长发育的过程中长期保持不正确的坐、立、行及睡觉的姿势就会造成脊柱弯曲，长大以后就变成小驼背了。

6、请幼儿在创设的游戏场景中扮演“小驼背”，表演舞蹈、唱歌，到超市购物以及在厨房做家务等，感受驼背给生活带来的诸多不便。

7、展开讨论：小朋友应该怎样做长大以后才不会变成驼背呢？鼓励幼儿大胆表述自己的看法，并根据幼儿的讨论结果进行小结。

8、大家轮流到小舞台上走秀和表演：

（1）比一比谁坐、站、走得最美？教师用镜头将孩子们最美的瞬间拍摄保存下来。

（2）学做解放军进行正步走、齐步走、队列变化等的操练和演习。

【活动延伸】。

生活活动：

（1）在日常生活中，经常提醒幼儿保持正确的坐、立、行及睡觉的姿势，帮助个别幼儿矫正已形成的不良姿势。

（2）开展“谁最美”的评比活动。

游戏活动：以最美的姿势在“小舞台”上进行各种表演。

【活动反思】。

本次活动中教师通过小树的生长课件直观形象地让幼儿感知形成“驼背”的原因，以游戏让幼儿切身体验“驼背”的烦恼，使幼儿从心理上认识保持正确的坐、立、行及睡觉姿势的重要性。教师协同家长截取了幼儿在日常生活中的一些行为照片，当孩子们看到自己不正确的的坐、立、行及睡觉姿势时，都不好意思地低下了头。孩子们明白了怎样的姿势是最美的，他们在舞台上，在老师的镜头前，愉快地展现自己最美的姿势，在集中活动之后，继续开展“比一比，谁最美”的活动，让幼儿在日常生活中互相观察、欣赏和评价他人的坐、立、行姿势，相互督促和提醒，使幼儿良好的行为习惯得以巩固。

**中班健康教案干净的小手篇六**

1．幼儿能够在愉快的游戏中发展平衡能力、跨跳能力以及动作的灵活性和协调性。

2．培养幼儿积极参与游戏活动兴趣，体验游戏带来的快乐。

1．平衡木3根、梅花桩8个、皮筋2根，拱形门6个、玩具箱8个、音乐。

2．喜羊羊、美羊羊、沸羊羊、懒羊羊的胸牌若干，毛绒玩具若干、灰太狼头饰、配班老师。

一．活动导入（热身运动）。

教师带着慢羊羊的胸牌扮演带领着小朋友（带着喜羊羊和美羊羊等胸牌）伴随着音乐入场，小朋友们跟随着教师做热身运动。

二．羊群练功。

1、到达灰太狼城堡的路很艰难。我们必须先练好本领，才能到达，现在我们开始到练功场训练。

2、小羊们在练功场上自由练习，巡回指导，鼓励小羊们刻苦训练。

三．搭救好朋友。

1、交代规则和玩法：

2、第一次解救：

路线为1：走过小桥、跨过小河、走过梅花桩，最后钻过山洞。

小羊们在的带领下出发，到达城堡后看见的是灰太狼，并且被灰太狼发现了，小羊们按原路返回。

3、第二次解救：

路线为2：走过一条弯弯长长的小桥、跨过小河（皮筋拉直间隔的距离比路线1要宽）、走过弯弯曲曲的梅花桩，最后钻过长长的山洞。

小羊们到达城堡后看到的是青青草原的小动物们，成功解救。

4、羊群放松：

四．羊村庆祝：

宣布解救成功，回村庆祝。教师带着幼儿伴随着主题曲回教室。

**中班健康教案干净的小手篇七**

1.了解上下楼梯时安全的重要性，懂得正确的上下楼梯。

2.初步掌握安全上下楼梯的\'方法。

3.学会正确上下楼梯。

小猴住院的图片、在楼上布置小猪的家、小猪手偶、一张生日卡。

根据小猴住院的图片，引出主题——《小猴上下楼梯》的故事。

1.老师讲《小猴上下楼梯》的故事。

2.教师询问幼儿小猴受伤的原因。

3.教师引导幼儿讲述小猴为什么会从楼梯上摔下来呢？

教师小结：上下楼梯时一定要注意安全，不然容易让自己摔倒受伤，甚至可能会连累朋友受伤。

1.教师引导幼儿讨论怎样上下楼梯才安全呢？

2.教师鼓励幼儿大胆说出自己的想法。

教师小结：上下楼梯靠右边走，眼睛看着前方，脚踩稳台阶一级一级走，人多时要一个跟着一个走，不拥挤，不抢先，如果拿着东西应一手拿东西，一手紧握扶把。

1.教师进行情景导入，引导幼儿上楼梯给小猪送生日礼物。

2.教师提醒幼儿上下楼梯时一定要注意安全。

3.教师带领幼儿上楼梯。提示幼儿一手紧握扶手。一个跟着一个靠右边走。

4.到楼上小朱家将贺卡送给小猪，并一起唱《生日快乐》歌，向他表示祝贺。

5.教师带领幼儿下楼梯。提示幼儿，不要着急，不要推挤，一手紧握扶手，一个跟着一个靠右边走。

学习儿歌：教室里，轻轻走；走廊上，慢慢走；转弯口，减速走；上下楼梯靠右走。

**中班健康教案干净的小手篇八**

通过游戏的情景，大班同伴的介绍，帮助幼儿了解牛奶及奶制品的营养和对我们生长的帮助。通过制作的活动，帮助幼儿接受牛奶及其制品的口味。从而达到喜爱食用的目的。

这个活动的教学重点在于通过幼儿的动手制作的活动，调制出各种口味的牛奶小食品，从而帮助幼儿接受、喜欢牛奶的口味。加深对牛奶及其制品的认识。在超市的`游戏环境里，通过大班幼儿的介绍，使得中班的幼儿了解牛奶及其制品中的营养成分及对人体生长发育的帮助是这个活动的难点。

教具：1、奶片、奶糖、牛奶饼干、各种口味的牛奶盒。

2、大班幼儿扮演的牛奶“促销员”。

学具：1、牛奶、酸奶、奶酪若干。2、高乐高、各种口味奶伴、果珍、水果丁。

3、一次性纸杯、小水壶、湿纸巾、勺子、牙签。

活动过程。

1、介绍“牛奶”超市，引入主题。

——“今天我们要到一个特别的牛奶超市，猜猜这个超市里卖些什么?”

2、参观“超市”，认识牛奶。

——幼儿参观，大班幼儿进行介绍。“超市里有卖牛奶的‘促销员’，请你去参观参观，听听‘促销员’介绍他卖的是什么，吃了对小朋友有什么好处?”

——集体讨论。“你看到的‘促销员’卖的是什么，吃了对小朋友有什么好处?”

3、幼儿品尝，鼓励幼儿喝牛奶。

——“你想尝尝吗?请你拿个纸杯到‘促销员’那里去尝尝。奶酪可以用牙签插着吃，吃完了把牙签交给‘促销员’。”

——鼓励幼儿喝牛奶“你吃了什么，好吃吗?你每天喝牛奶吗?”“小朋友每天都要喝一、两瓶牛奶。”

4、”制作小零食。

——幼儿讨论“除了今天吃的原味牛奶，你还吃过什么味道的牛奶?”

——幼儿讨论做法“我们怎样才能让我们的奶变成不同的味道?”

——“你觉得加入什么牛奶就会变成你喜欢的口味。”小组讨论。

——介绍制作材料，“老师准备了各种口味的果汁和高乐高，还有水果丁。”

——交待要求，幼儿制作“先用毛巾擦手，做的时候注意不要将牛奶弄到外面来。”

5、品尝，介绍。

——幼儿讨论介绍的内容“现在我们的牛奶食品店要开门了，请你来当促销员，你会介绍你做的小零食吗?”(可以介绍成分、口味、营养)。

——小组自由说说、尝尝自己做的小零食。

6、迁移幼儿经验，介绍其他奶制品。

——“今天我们品尝、制作的食品中都含有牛奶，我们叫它奶制品。你还尝过什么样的奶制品。”

——教育幼儿健康的食用奶制品“奶片和奶糖里也有许多的牛奶，但能不能多吃，为什么?

7、总结：

——“牛奶我们每天都需要，我们还可以加入一些果汁、果肉让它变成不同的口味，让人们更爱吃，但原味的牛奶、酸奶、奶酪营养更好。”

——引起进一步调查兴趣。“爸爸妈妈爱孩子，给我们吃奶制品，大人也需要这些营养，他们是不是每天都吃?请你回家调查家里人吃牛奶，每天吃多少。”

**中班健康教案干净的小手篇九**

在游戏的情景中体验成功的。

通过主动探索、同伴学习等方式，寻找整理服装的方法。

能分清衣服的正面和反面，会将衣服翻正、有序放入衣柜中。

一、情景体验，自如展现自己整理服装的能力。

1、\"老师这里有很多衣服，谁愿意帮助老师把这些衣服叠整齐，放进衣柜里？\"。

2、幼儿自选一件服装进行整理，并放进衣柜里。

二、经验分享，区分不同服装正、反面，探寻翻正服装、整理服装的方法。

1、师生共同寻找服装正、反面的不同。

\"你觉得这条裤子整理得好？为什么？\"（没有将裤子翻正、裤子是反的）。

\"裤子的正面和反面有什么不同呢？\"（口袋、小花、毛毛的边）。

\"这件开衫的正面和反面有什么不同呢？\"（口袋、小花、毛毛的边）。

\"这件套头上衣的正面和反面有什么不同呢？\"（口袋、小花、毛毛的边）。

2、师生共同探讨将服装翻正的方法。

\"这些衣服都是反的，谁来想办法把它们翻正呢？\"。

\"怎样将裤子翻正呢？\"（将手从裤腰进去，到裤脚处伸出手，抓住裤脚，将手从裤管里退出。）。

\"我们可以用什么方法把它翻过来？\"（自主探索将开衫和套头衫翻正的不同方法。）。

3、师生共同总结整理服装的方法。

\"我们应该怎样整理衣服呢？\"（翻正，扣纽扣、拉拉链，叠整齐）。

三、动手实践，自主尝试翻正服装的方法，并有序放入衣柜中。

1、幼儿整理服装，并放进衣柜。

\"老师这里还有一筐衣服，你们愿意帮助我吗？\"。

\"请小朋友帮助老师把这筐衣服整理好、放进衣柜，再把原来放进衣柜的衣服检查一下，看看这些衣服整理好没有。\"。

2、幼儿相互检查，体验成功的快乐。

\"请小朋友检查衣柜里的衣服整理的好吗？

在日常生活中鼓励幼儿每天自己穿脱衣裤、整理服装。

在班级健康区设立\"整理小衣柜\"游戏，让幼儿在游戏中练习整理服装。

**中班健康教案干净的小手篇十**

1.了解感冒的一些症状。

2.知道感冒了怎么办，不怕吃药，打针，知道配合医生看病才能好得快。

3.了解基本的预防感冒的生活小常识。

4.了解主要症状，懂得预防和治疗的自己保护意识。

5.知道检查身体的重要性。

教学重点：知道感冒的症状及怎么预防感冒。

教学难点：让幼儿自己表述感冒的症状及怎么预防感冒有一定难度，需要教师引导。

了解本班幼儿近段时间班上幼儿患感冒的情况，多媒体课件。

一、导入。

师：前几天xxx没有入园，小朋友们知道是什么原因吗?

请那个小朋友介绍自己因为感冒发烧打点滴所以没来上学。

二、请近段感冒的幼儿介绍感冒会引起身体哪儿不舒服。

三、播放多媒体课件。进一步认清感冒的一些症状。

小结：打喷嚏，流鼻涕，咳嗽，喉咙疼，浑身无力，发烧等都是感冒的症状，只要我们平时出现这些情况，就要及时告诉爸爸妈妈，抓紧治疗，让感冒离我们远远的.。

四、了解患病后的做法。

1.引导幼儿结合生活经验谈谈感冒了怎么办。(看医生，抓药，打针，严重时需要输液。)。

2.如果你感冒了，医生根据病情让小朋友打针，甚至输液，你怕不怕?为什么?

小结：感冒了并不可怕，只要我们积极配合医生治疗，身体会很快恢复健康的。

五、了解预防感冒的办法。

1.让幼儿讨论预防感冒的方法。

2.看多媒体图片，知道怎样预防感冒。

六、结束活动。

带幼儿到室外跑步，锻炼身体，增强体质，少生病。

针对生活中常见的问题生成的活动，一方面幼儿感觉有兴趣，一方面对幼儿的认知有很大提高，对幼儿的身体成长有很大帮助。因此本次活动收到了很好的效果，孩子们听到老师打喷嚏就会马上提醒“老师，你感冒了，要吃药哦。”我要在以后的教学活动中多抓住生活中有意义的素材，对孩子们进行即时引导教育。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找