# 大班健康跑的教案最新8篇

来源：piedai.com 作者：撇呆范文网 更新时间：2024-04-15

*教案使教师可以更好地组织教学资源和教具，提高教学的多样性和趣味性，一份优异的教案能够突出教学重点和教学重难点，下面是职场范文网小编为您分享的大班健康跑的教案最新8篇，感谢您的参阅。大班健康跑的教案篇1【设计意图】跳绳，是幼儿冬季锻炼、增强体*

教案使教师可以更好地组织教学资源和教具，提高教学的多样性和趣味性，一份优异的教案能够突出教学重点和教学重难点，下面是职场范文网小编为您分享的大班健康跑的教案最新8篇，感谢您的参阅。

大班健康跑的教案篇1

【设计意图】

跳绳，是幼儿冬季锻炼、增强体质、提高免疫力、预防感冒等疾病的一种很好的锻炼方式。深得孩子们的喜爱。 跳绳不仅可以锻炼幼儿的体质，还有利于幼儿心智发展，真是一项身心发展的双益运动项目。

【活动目标】

1、能探索出绳子多种玩法掌握跳绳的基本技能发展幼儿的身体动作。

2、活动中体验创造性跳绳的乐趣发展幼儿的想象力与创造力，培养幼儿的合作意识与合作能力。

3、帮助幼儿了解身体结构，对以后的成长会具有一定的帮助。

4、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。

【活动准备】

录音机、磁带 一根绳子。

【活动过程】

1、幼儿听《兔子舞》的音乐做热身运动。

2、听老师口令练习跳跃及上肢动作。

师;跳、跳、跳，幼儿跟着老师跳、跳、跳，原地双击此处师问;\"还可以怎么跳?\"引导幼儿向前跳、向后跳、向上跳、蹲跳、向左跳、向右跳、单、双脚跳。

3、上肢活动师绕绕臂，绕绕臂。幼儿跟着老师绕绕臂。

师问\"还可怎样绕\"引导幼儿向前饶、向后绕、单、双手绕、举起手臂绕等，发展幼儿动作的灵活性。

活动开始;引导幼儿探索跳绳的多种玩法1、单人双脚跳。幼儿两人或三人一组，有人单脚跳绳，其他人跟着节奏数数。看一看谁跳的多。

2、双人双脚跳。 两人一根绳子，幼儿面对面，两人同时双脚一起跳，跳得多者为胜。

3、幼儿自由结伴2人、3人或多人合作探索跳绳的玩法。

长绳一根，两名幼儿在两头摇动绳子，其他幼儿2-3 人一起跳。看谁跳得多，多者为胜。

4、请幼儿相互交流合作玩游戏的方法。

【放松整理】

随着音乐做\"骑马\"的动作。

【活动延伸】

回家后与爸爸妈妈及小伙伴做跳绳的游戏。

【活动反思】

通过跳绳活动，不仅可以锻炼幼儿的体质，还有利于幼儿心智发展,有助于幼儿体力、智力和应变能力的协调发展;能培养幼儿身体的平衡感和动作的节奏感。尽管在活动中有些幼儿动作不是很灵活，但是重在参与。在游戏的活动中培养幼儿的合作意识和合作能力，让幼儿体验合作游戏的快乐

活动反思：

1、在活动中，探索了绳子的多种玩法，充分调动了幼儿参与跳绳活动的乐趣，发展了幼儿的想像力和创造力。

2、活动安排既有个人自由探索，又有小组探索，教师在幼儿自由探索时，能够较多地观察幼儿，发现幼儿找到的好的玩法，从而介绍给别的幼儿相互交流。通过小组探索，培养了幼儿的合作意识。

3、作为教师在引导幼儿探索跳绳的玩法时，对能力弱的幼儿没能有针对性的进行帮助和指导。

大班健康跑的教案篇2

活动设计背景

现代生子女家庭的孩子，他们拥有许多玩具，但常因缺少玩伴而不会与人分享玩具，和别人一起玩。本次活动，让幼儿将自己的玩具带到学校和同伴一起玩，使其体会分享的快乐，并从中激发幼儿交往的愿望，培养幼儿初步的交往能力。

活动目标

1、通过活动，逐步体会家一起玩的快乐。

2、懂得玩别人的玩具，要先征得别人的同意，学习与同伴友好地一起玩。

3、培养幼儿敏锐的观察能力。

4、发展幼儿思维和口语表达能力。

5、在活动中，让幼儿体验与同伴共游戏的快乐，乐意与同伴一起游戏。

教学重点、难点

1、玩家家玩。

2、友好地玩。

活动准备

1、每人自带一件玩具。

2、皮球若干。

3、与班老师联系，拟订和班幼儿共同玩皮球的计划。

教学过程

激发情绪，介绍玩具，看别人玩———体验情绪，和同伴玩，和哥哥一起玩———形成理念，家一起玩才快乐。

一、情境??

1、介绍个人的玩具。

（1）让每个幼儿介绍自己带来的玩具（是什么、怎么玩）。

教师可让幼儿边介绍边示范，以激发幼儿玩的兴趣和愿望。

教师可边介绍边将玩具归类。

2、玩玩具。

（1）幼儿相互交换玩具，家一起玩。

老师观望不提示，让幼儿自然地交换玩具，相互交往。

（2）讲评

请玩得多的和玩得少的`幼儿来做一下情景表演，让幼儿讨论想玩别人的玩具时，应该怎么办？

老师小结。

（3）幼儿多次交换玩具，家一起玩。

二、情境二

1、组织中班幼儿观察班幼儿玩球。

2、中班幼儿结对子一起玩。

3、两对幼儿在一起玩球，三对幼儿在一起玩球。

4、全体幼儿排成四行练习在操场里滚球。

每个幼儿两腿分开，并排成一纵队。每排第一个是班幼儿，他双手捧，从两腿间往后滚球。最后一个幼儿双手把球接住，并跑到队前往后滚球。以此类推，直到全体幼儿均轮滚发球完毕。

三、延伸活动

在日常生活和游戏中，都可进行这类活动教育。幼儿只有在不断的情绪体验中，才能形成正确的观念。

教学思想

培养分享意识是幼儿教育阶段的重要内容，这次活动通过让幼儿与家一起玩玩具深刻地体现了这一意识。活动通过介绍玩具、玩玩具、观察活动等形式，使幼儿在玩的过程中自主体验到要与他人分享。但在整个活动中，我在组织幼儿观察班幼儿玩球时，没能指出观察的方法、重点等具体内容，这样一来，幼儿会觉得茫然，看着别人游戏只是会觉得开心，并不懂得去记忆、模仿。

大班健康跑的教案篇3

活动目标：

1、体验在变洞洞游戏中的乐趣，愿意探索用多种方法解决问题。

2、了解\"围集\"的概念，运用身体的不同部位连接洞洞。

3、能主动参与游戏。与同伴合作玩洞洞的游戏。

4、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。

5、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

活动准备：

1、经验准备：幼儿对身体各部位已经有一定了解。

2、材料准备：报纸球15个左右、音乐碟片。

活动过程：

1、游戏：\"请你跟我这样做\"

(1)教师用身体各部位变大象，变茶壶……

(2)教师用手掌变出一个洞洞，引导幼儿思考：这像什么?(水杯、望远镜)引导幼儿说这是一个小洞洞。

(3)请幼儿寻找身体上有哪些洞洞。(鼻孔、肚脐、耳孔)

(4)教师引导幼儿用身体的其他部位来变洞洞。

(5)教师与幼儿交换角色，幼儿发令。教师变出没有封闭的洞洞。引导幼儿理解\"围集\"的概念，教师提问：为什么老师变出来的不是洞洞?

2、变洞洞游戏

(1)男女幼儿分组变洞洞。教师：看谁的.洞洞最结实，可以让好朋友的报纸球钻过去。

(2)请小朋友想办法，变出大一些的洞洞，让你的好朋友钻过去。

(3)请大家动脑筋和好朋友合作，变出能让老师钻过去的大洞。

(4)教师钻过的\"洞洞\"就跟在老师身后变成小火车，直到大家围成一个圆圈。

3、延伸活动

大家试一试，除了用我们自己的身体变洞洞，还有什么能帮助我们一起变洞洞?(墙壁、桌子、板凳)

教学反思：

探索用多种方法解决问题是这个活动的重点之一，我设计了能让每个孩子很快进入角色的导入游戏\"变魔术\"，将每一次探索和难度的提升渗透到孩子们感兴趣的游戏中；而掌握洞的正确概念，并能够用各种肢体语言准确地表现出来是这个活动的另一个重点．我借助的则是让小小报纸球穿过的游戏。

环节变洞洞。当我发现一个孩子将手臂放在耳边变出了洞，和别人变得不一样时，马上招呼其他幼儿来看看他是怎么变的，于是所有的孩子都将手臂放在耳边变出了洞。我在旁边不断地提醒：动动你的小脑筋．能想出和别人不一样的方法吗?有一个孩子用双手交叉变成了洞，我马上朝他点了点头，又用手指了指他的腿．说：\"你能再试试吗?\"孩子马上心领神会，用脚变出了洞洞。在西宁，在我们讨论到变出不一样的方法时．我注意让孩子示范的机会多一些．不再只示范一位孩子的动作，每当看到一名孩子用身体的各部位变化有所不同时，马上表扬，这下子孩子们的注意力都转移到设计不同的动作让小纸球穿过了。

环节玩洞洞。孩子们变出了洞洞，都等着我用纸球来\"检验\"洞洞是否结实．我赶紧请孩子们分成两组，男孩子和女孩子面对面，当一组变洞洞的时候另一组就把手中的报纸球从洞洞里扔过去，我做过示范后孩子们就非常投入地玩了起来。

在两次活动后我进行了分析，总的来说，这个活动来源于幼儿生活，设计层层递进，活动中幼儿始终处于自主积极的状态，与老师配合默契。随着教师预设情景的不断深入，孩子们由游离于目标之外到对活动本身产生较高的兴趣，从不熟悉老师到愿意和老师一同想各种办法，贯彻了《幼儿园教育指导纲要(试行)》中一再强调的让幼儿在自由探索、相互学习中解决生活中的问题。

大班健康跑的教案篇4

一、活动目标

1、通过活动，了解人体的骨骼，以及骨骼的作用。

2、知道保持身体正确姿势的重要性及保护骨骼的方法。

3、对认识人体骨骼感兴趣。

二、活动准备

1、教学挂图

2、多媒体课件

3、笑脸图片、哭脸图片等

三、活动过程

（一）通过音乐活动了解骨骼的功能1、教师带领幼儿随着音乐的节奏做动作走进教室。

教师：小朋友们，你们知道为什么我们的身体可以自由弯曲并能做出各种姿势吗？（幼儿自由讨论）活动评析：幼儿随欢快的音乐进入活动室，不仅能增强幼儿的节奏感，还能提高幼儿的兴趣，使幼儿以愉快的心情参加活动。

2、教师出示多媒体课件一（透视人体的骨骼）通过多媒体生动形象的让幼儿了解到人体主要骨骼的名称，知道骨骼支撑着人体，保护大脑和内脏。

活动评析：通过生动形象的flash多媒体教学动画的播放，不仅加强了幼儿自己身体各个的认识，而且使幼儿对探索人体骨骼产生了好奇，从而使幼儿带着浓厚的兴趣进行下面的活动。

（二）游戏活动：

身体宝贝动起来

1、教师出示多媒体课件二（骨骼的各种动作）活动评析：这个环节我运用了现代化的电教设备--多媒体课件，这样便于幼儿很好的观察，还能激发他们活动的浓厚兴趣。

2、请幼儿根据图片上的骨骼的动作，模仿的作出相应的动作，进一步体验人体动作和骨骼之间的关系。

活动评析：在这个环节当中，我没有进行指导，只是对个别特殊孩子给予帮助，这样能够让幼儿最大限度地进行自主活动，能够按照自己的观察和理解去表现，在玩耍中完成本环节的教育教学目标。

（三）保护骨骼的方法

1、教师引导幼儿看画册《我们的骨骼》，请幼儿说一说在生活中还有那些姿势、动作对骨骼的生长发育上不利的。

2、小游戏：我是健康小裁判。

玩法：教师出示多幅各种骨骼动作的图片，让幼儿通过手中的笑脸图片和哭脸图片来判断正确与否。

活动评析：在这个环节中，幼儿通过教师的引导阅读图书，结合自己的日常生活常识，并通过亲身示范，找出哪些是对的，哪些是不对的，锻炼了幼儿的自主性，提高了幼儿的表达能力。

（四）骨骼所需的营养

出示挂图，告诉幼儿：我们的骨骼需要营养，图中这些食物能提供骨骼所需要的一些营养。让幼儿想一想，说一说，还有那些好方法可以帮助自己长得高、长得壮。

四、活动结束

1、评价

2、总结

大班健康跑的教案篇5

活动目标：

1、幼儿喜欢吃蔬菜，知道多吃蔬菜对身体好。

2、初步培养幼儿不挑食的好习惯。

活动准备：

各种蔬菜若干，魔法箱一个，宝贝厨房标志，水果色拉一盘，围裙，厨师帽子各一个，四段音乐。

活动重点：

幼儿喜欢吃蔬菜

活动难点：

幼儿知道多吃蔬菜对身体好

活动过程：

一、开始部分

师：今天老师要带小朋友到“宝贝厨房”去做客，你们想去吗？和我随着音乐一起出发吧！（幼儿跳舞进场）

二、基本部分

1、幼儿来到“宝贝厨房”入座，教师装扮成厨师，告诉幼儿要给大家做蔬菜大餐。

2、师：“今天厨师给小朋友带来了许多的蔬菜，可是有一个蔬菜它不好意思出来和你们见面，（引起幼儿注意围裙口袋里的蔬菜）谁来猜猜，这个蔬菜是谁”？ ——幼儿到教师口袋里来摸蔬菜，并且猜是那种蔬菜（西红柿）。

3、提问：谁喜欢吃西红柿？可以怎样吃？教师渗透西红柿的营养价值以及对身体的好处。

4、教师请幼儿用热烈的掌声请出其他的蔬菜。（芹菜，黄瓜，洋葱，南瓜，红薯，菠菜）

5、提问：都有哪些蔬菜？

你喜欢吃那种蔬菜？（引到幼儿大声说出我爱吃……）可以怎样吃？渗透不同蔬菜的营养价值以及对身体当然益处。

6、师：还有几种蔬菜宝宝想要和小朋友一起玩捉迷藏的游戏，请小朋友们快去找找他们吧。（幼儿找到事先藏好的蔬菜：胡萝卜，土豆，青椒）

7、提问谁爱吃胡萝卜，土豆和青椒，可以怎样吃？渗透这几种蔬菜的营养价值以及对身体的好处。

8、出示“魔法箱”告诉幼儿，这个魔法箱会变出好吃的蔬菜色拉，请幼儿一起来试试。

9、幼儿每人拿一种蔬菜与教师一起变“蔬菜色拉”（做律动），然后把手中的蔬菜放进魔法箱，教师来变蔬菜色拉。

10、出示蔬菜色拉，幼儿说说都有什么蔬菜。

11、教师告诉幼儿，生活中还有许多的蔬菜，今天厨师没有带来，请小朋友回家找一找，看一看还有什么蔬菜小朋友喜欢吃，下次把它带到“宝贝厨房”来做客。

三、结束部分

提示幼儿吃东西之前要讲卫生，勤洗手。请小朋友洗手之后一起品尝蔬菜色拉。（音乐洗手歌）

大班健康跑的教案篇6

活动设计背景

针对现在班上一部分孩子在午餐时不爱惜粮食，把米饭和菜故意掉在桌上，还相互打饭仗这种不良现象设计了这个教学活动。

活动目标

1.让幼儿了解人类为什么要吃饭，知道吃饱饭的重要性。

2.让幼儿了解农民生产粮食的不容易，知道不爱惜粮食是可耻的行为。

3.让幼儿养成爱惜粮食的好习惯。

4.初步了解健康的小常识。

5.培养良好的卫生习惯。

教学重点、难点

1、重点:让幼儿养成爱惜粮食的好习惯。

2、难点:幼儿了解农民生产粮食的不容易，知道不爱惜粮食是可耻的。

活动准备

农民在不同气候条件下劳动的图片，孩子们在不同情形下浪费粮食的图片。

活动过程

一.在教师提问的基础上，了解我们为什么要吃饭。

1:我们平时都要吃饭，点心，水果，那我们不吃会怎么样呢?

2:幼儿自由讨论

3:教师小结, 让幼儿知道为什么要吃饭,如果不吃会产生什么样的后果.

二.教师提问，你们在园里吃午饭时是怎样表现的呢?

1.幼儿回忆吃饭的情景

2.教师点评在吃饭时孩子们有那些不良行为，让孩子们明白浪费粮食是可耻的。

三.教师出示农民不同时节在田里耕作的图片和孩子们在不同情形下浪费粮食的图片。

1.幼儿观察图片后讨论农民生产粮食的不容易和自己来浪费粮食的坏习惯。

2.教师总结;让幼儿明白粒粒皆幸苦，从而教育孩子要养成爱惜粮食的好习惯。

四.教幼儿背诵古诗《锄禾》，升华爱护粮食的情感。

教学反思

在本次教学活动中，我利用不同的图片激发孩子们的兴趣，引导他们主动参与 讨论，在讨论中逐渐明白吃饭的重要性，知道农民生产粮食的`不容易，明白要养成爱惜粮食的好习惯，但是在教学活动进行中，孩子们在理解浪费粮食是一种可耻行为有点难，在以后的日常教学中，我要随时渗透爱惜粮食的观念，在有条件的时候带孩子们到乡下走走，让孩子们亲身经历劳动的艰辛，从而使孩子们的认识更加深刻。

小百科：粮食粮食是指烹饪食品中各种植物种子总称，也可概括称为“谷物”。粮食作物含营养物质丰富，主要为蛋白质、维生素、膳食纤维、脂肪等。

大班健康跑的教案篇7

活动目标：

1、练习在指定的范围内四散追逐跑。

2、调整自己的步伐快速跑，能在跑动中用眼睛注意目标的位置和方向。

3、感受蒙古族人豪爽、质朴等性格特点。

活动准备：

1、红绸带一条（可以用纸绳代替）

2、幼儿会打活结

活动过程：

一、导入，激发幼儿活动的兴趣

1、创设情景

师：今天我们一起来当蒙古人去草原上玩游戏吧。

2、师幼进行热身

（1）教师喊口令，和幼儿一起做自编操：上肢、下蹲、体侧、体转、腹背、跳跃、放松。

（2）引导幼儿进行学习骑马的动作。

二、引导幼儿进行基本动作的练习。

1、师：蒙古人除了会骑马，他们还喜欢玩做一种叫扯红绸的游戏，你们想知道这个游戏是怎么玩的吗？

2、讲解示范游戏的玩法：先拿出准备好的红绸，一起练习打结一次；每个小朋友找一个同伴结成一对，一个小朋友将红绸结在自己的身上扮演小马，长短不一样，另一个小朋友当追马的人，听好老师的口令，开始追逐同伴，看谁先扯下同伴的红绸带。

被扯下的小朋友站到老师指定的位置，没有被扯下的继续进行，听到老师的停止口令时全体小朋友停止游戏。

3、幼儿游戏，探索基本的动作

4、指出游戏中的不足之处，交换角色再次游戏。

5、师：在奔跑的时候怎样可以抓到别人？怎样才能不被别人抓到？

小结：小朋友在跑的时候要注意看前面小朋友的方向，前面的小朋友也要注意追你的小朋友在哪里，可以两边躲闪来避开追逐你的人，这样才能不被抓到。

6、第二次游戏

三、放松运动

1、幼儿放松

2、整顿队伍，前后幼儿结成一组，扮演“骑马”的动作回教室。

活动反思：

活动前，我请幼儿做过相应的经验准备，让幼儿对于“蒙古族”这一少数民族有了一定的了解。幼儿知道了关于蒙古族的一些风俗，有了相应的经验后幼儿参与活动的兴趣更高了，愿意积极的参与到活动之中，并对“骑马”、“扯红绸”等蒙古特色有了初步的了解。活动中，幼儿能积极的与同伴、教师互动。学习骑马的动作是幼儿最喜爱的环节之一，他们愿意大胆地进行模仿动作。在扯红绸的环节，我鼓励幼儿两两合作练习打结、合作游戏，在这一环节中部分幼儿打结的本领还没有掌握，于是，我鼓励能力强的`幼儿主动指导帮助能力较弱的孩子，促使每一组都能很快的完成打结的任务。在第一次游戏时，也出现了一些问题，如：幼儿人数太多，导致在奔跑容易相撞；幼儿游戏过于兴奋，当教师发出停止口令时不能及时停止游戏等等，针对这些问题，我请幼儿自己来讨论，从而发现问题并帮助幼儿指出解决问题的方法。这样以后，幼儿的游戏能更顺利的开展下去了。活动后，在晨间锻炼、体育游戏中，幼儿也开始自发地玩相应的“扯红绸”、“骑马”游戏了。活动的延续性得到了发展，幼儿还对蒙古族这一民族文化有了更深的体验。

大班健康跑的教案篇8

活动设计背景

在幼儿期就要养成讲卫生，每天刷牙的好习惯，而农村的低龄儿童多由老人照顾，大多没有养成刷牙的好习惯，所以要加强卫生保健，教育孩子爱护牙齿。

活动目标

1、通过情景演示、分角色表演感受坏习惯带来的恶果，培养幼儿正确的卫生观，学会刷牙，体验游戏的乐趣。

2、使小朋友们感到快乐、好玩，在不知不觉中应经学习了知识。

3、探索、发现生活中的多样性及特征。

4、愿意大胆尝试，并与同伴分享自己的心得。

5、培养幼儿的创新思维和的大胆尝试的精神。

教学重点、难点

通过游戏活动让幼儿掌握正确刷牙的方法，明白不刷牙的害处，要从小养成刷牙的好习惯。

活动准备

老虎、、小猴子、小兔子、的头饰 ，多媒体课件。

活动过程

1、导入 ：展示多媒体课件，有一只老虎又瘦又没牙，一点也不历害，老师用肢体语言表现老虎瘪嘴的样子，它这是怎么了?引出故事。

2、教师有表情地讲述故事。老虎的牙齿很历害，小兔子、小猴是怎么说的?请幼儿表演。

教师表演：你们都怕大老虎，但我不怕，我还要把它的牙齿拔下来呢。出示课件。

(1)想到了什么办法? (请个别幼儿说，集体模仿的样子：啊!尊敬的大王，我给你带来了世界上最好吃的东西——糖)

(2)老虎是怎么做的?

老虎吃了一粒又一粒，连睡觉的时候，嘴里还含着糖呢。

(3)谁又去劝的?

请一名幼儿扮演老虎，其余幼儿模仿：哎呦呦，糖吃得太多，又不刷牙，牙齿会烂掉的。最狡猾，你可别上他的当呀。

(4)是怎样骗老虎的?

集体模仿：啊，你把牙齿上的糖全刷掉了，多可惜呀;别人的牙怕糖，你大老虎的牙齿这么厉害，铁条都能咬断，还会怕糖!

(5)讨论：大老虎的牙齿是不是真的不怕糖呢?

(6)老虎牙疼的时候找过谁?它们是怎么做的?最后谁来了，是怎么做的?(拔牙)

最后老虎一颗牙也没了，很多东西都吃不了，变成了一只瘪嘴的瘦老虎。

3、教师总结：不刷牙，牙齿就会得龋齿，会烂掉。教小朋友正确刷牙，还要坚持天天刷。检查幼儿看谁的牙长了龋齿，谁的牙又白又亮，请他们说说自己是怎么爱护牙齿的。做得好的要坚持，做得不好的要改正。

教学反思

活动能根据幼儿的年龄特征，以刷牙为线索，围绕老虎不刷牙带来的后果告诉幼儿要坚持天天刷牙，在游戏活动中得出结论，活动层层递进，环环相扣，但在活动中老师说得太多了，还可以更开放些，让幼儿自己探索，师幼互动更强。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com