# 2024年大班健康活动教案及反思变变变(通用8篇)

来源：网络 作者：落花无言 更新时间：2024-05-12

*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。那么我们该如何写一篇较为完美的教案呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢!大班健康活动教案及反思变变变篇一活动目标：1.鼓励幼儿积极思考跳皮筋的方法...*

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。那么我们该如何写一篇较为完美的教案呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢!

**大班健康活动教案及反思变变变篇一**

活动目标：

1.鼓励幼儿积极思考跳皮筋的方法，与伙伴相互学习，发现和掌握双脚并拢跳，踩、跨、勾等多种方式。

2.激发幼儿对民间体育游戏的兴趣，体验合作游戏的快乐。

3.发展幼儿空间辨别能力和空间想象力。

4.乐意参与游戏，体验游戏的乐趣。

活动重难点：

活动重点

通过玩皮筋，探究多种玩法及跳皮筋的方式。

活动难点

掌握跳皮筋多种方式。

活动准备：

皮筋：十米的3根、音乐《握手舞》、《handsup》

活动过程：

1、开始部分：在《握手舞》的音乐中出场并进行热身运动。

鸡妈妈：我的小鸡宝贝们，上午好，今天空气真好，我们一起来做做运动吧。看，哪里有个大格子，想不想一辆车，我们都坐在车里，准备出发咯（站在皮筋围成的方形里，放音乐）鸡妈妈：小鸡宝贝们下车咯，这就是咱们今天的新朋友，，想不想和它玩一玩？好，听要求，比一比谁的玩法多，而且不一样。

2、自由玩：幼儿自由探索皮筋的玩法。（有的拉绳子、有的在地上摆图形、有的互相套，还有的跳进去、跳进来等等）

小结：a、鸡宝宝展示多种玩法（3―4位鸡宝宝展示，给与肯定）

b、集体展示跳着玩。（规则：一个接着一个跳，皮筋在中间，左右前进跳）

c、捉小鱼。

3、寻找它的小伙伴：长皮筋。（在路上，带领鸡宝宝练习双脚跳、单脚跳、踩跳、勾勾脚）

4、探究跳皮筋的方法

（1）集体探索跳皮筋的基本方法和规则。

鸡妈妈：鸡宝宝们，刚才表现很棒，妈妈还准备了更长的皮筋，这是妈妈小时候最喜欢玩的是跳皮筋。请两位小朋友来撑皮筋。（a:撑绳的小朋友松紧有度；b:跳绳要一个一个轮起来。）

（3）集体展示跳皮筋的方法。（并脚跳、跨跳、踩着跳、勾着跳等）

小结：可以并脚跳，跨过皮筋跳，勾住皮筋跳过去。

5、综合游戏：运用踩、勾、并脚跳、单脚跳的方法跳皮筋。

（1）听指令跳皮筋（指令：并脚跳、并脚跳，并脚跳完踩绳跳）。

（2）请个别幼儿试一试、进一步熟悉游戏规则。

（3）教师评价幼儿游戏比赛情况。表扬能够克服困难，掌握了鸡妈妈交的本领。

6、结束部分：总结本次活动，在《handsup》音乐中，做放松运动。

活动反思：

民间游戏跳皮筋，是幼儿接触比较少，但很感兴趣的传统游戏，它不仅锻炼幼儿身体，发展幼儿基本动作，还有丰富幼儿生活，开发智力和陶冶幼儿情操的作用，是幼儿身心发展的重要途径之一。跳皮筋的游戏简便易行、取材方便、内容丰富、不受时间、场地、人数的影响，随时随地就可以开展的特点，充分挖掘和利用民间体育游戏，促进幼儿身心健康发展。

为了避免民间游戏中单纯的玩会很枯燥，孩子们不太感兴趣，便设计了情景，让幼儿扮演小鸡，来一起做游戏，孩子们会玩得很高兴。而我认为这也是本次活动的亮点。通过音乐乘坐皮筋小汽车来出场，进行热身运动，将皮筋便趁鼓励一辆小汽车，勾起了幼儿的兴趣。整个活动，老师都是在引导孩子们自己想办法去玩，引导他们想出不同的玩法，引导他们去合作游戏。在综合游戏中设计了听指令转换动作，不仅增加了游戏的趣味性，还对孩子们进行注意力方面训练，在转换之间增强了难度，幼儿很有成就感。游戏中设计了有难度的.夹沙包跳、爬用轮胎搭成的小山坡，孩子们能够在大家的鼓励下勇敢地去尝试并且渡过难关，表现很棒。而规则意识的培养也是本次活动的难点。本次活动中也存在这不足，在活动过程中没有进行总结性的过度，个别幼儿的关注不够，在对幼儿的探究引导上还需要更细致的斟酌。

小百科：跳皮筋，也叫跳橡皮筋、跳橡皮绳、跳猴皮筋，是一种适宜于儿童的民间游戏，约流行在20世纪50至80年代。

**大班健康活动教案及反思变变变篇二**

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，但是要说出你的用法。（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。

**大班健康活动教案及反思变变变篇三**

1、通过看看、想想、议议、编编心情预报，帮助幼儿理解和体验他人的情绪情感。

2、通过活动让幼儿知道每天都要有一个快乐的心情。

3、培养幼儿乐观开朗的性格。

4、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

一、收听天气预报，导入活动。

小朋友注意了，天线宝宝提醒大家，天气预报时间到了，请注意收看!(教师播送天气预报：各位观众大家好!现在是天气预报时间，今天是晴天，明天阴天，北风三到四级!天气预报播送完毕，谢谢收看!)

提问：

1、刚才的天气预报告诉大家，今天是什么天气?

2、那明天是什么天气?

3、小朋友还知道哪些天气?

二、通过听听、想想、说说心情预报，帮助幼儿理解他人情绪。

在美丽的大森林里，不仅有天气预报，还有心情预报呢!我们一起听听心情预报是怎样播报的?(教师播报心情预报：大家好!我是森林电视台的主持人机灵，现在播报心情预报，今天大部分动物的心情是晴天，只有的心情是雨天，并伴有八级脾气!心情预报播送完毕，谢谢大家!再见!)

提问：

1、听完心情预报，你听到了什么?

小结：森林里大部分小动物的心情是晴天，小的心情是雨天。

2、为什么大部分小动物的心情是晴天?(出示图片)

小结：小猴子在荡秋千，在玩皮球，它们玩得真开心，所以它们的心情是晴天。

3、的心情为什么是雨天?(出示图片，看的表情，发生了什么事，它的心情是雨天?)

4、到底遇到什么不开心的事，我们一起问问它：\"你为什么不开心呀?\"(教师回答：我生病了，身体不舒服)

小结：原来生病了，很难受，它的心情是雨天。

5、还可以用哪些天气说的心情?

小结：除了雨天，还可以用阴天、雪天说的心情。

6、森林里的小动物听了这个预报后，它们会怎样做呢?

小结：小动物有的给它唱歌，有的给它跳舞，还有的给它带来了礼物，这时，小的心情是晴天，它特别高兴，小朋友，我们一起和唱起来，跳起来吧!(唱：如果感到幸福……)你们高兴吗?那现在我们的心情和的心情一样，都是晴天。

三、说心情

小动物的心情有的时候是晴天，有的时候是阴天，还有的时候是雨天、雪天，小朋友的心情也会变化。

1、想一想，遇到什么事，你的心情是雨天?

小结：小朋友遇不开心的事，心情是雨天，这样的心情对小朋友的身体不好，所以要把这些不开心的事说出来，大家一起为你分担，你的心情就会变成晴天。

2、小朋友，你的心情什么时候是晴天?

小结：小朋友遇到高兴的事，心情是晴天，可以把高兴的事说给大家听，让大家和你共同分享快乐，这样大家的心情都会是晴天。

四、学做主持人

今天，小朋友的心情怎样，老师想请小朋友当节目主持人，预报自己的心情，下面请先听老师的心情预报。你们想当节目主持人吗?不过，做主持人还有个要求：要先问大家好，然后说出自己的名字，接下来说自己的心情，最后要有礼貌的和大家再见。

现在，小朋友一起来当主持人，预报自己的心情。

谁愿意给大家预报自己的心情?

结束：小朋友说的真好!老师希望你们长大后做一名优秀的节目主持人，同时，老师希望你们天天都有好心情，健康快乐的成长!让我们唱起来，跳起来，把我们快乐的心情带给大家!

新《纲要》提出：我们应在活动中引导幼儿体验与教师、同伴等共同生活的乐趣，帮助他们正确认识自己和他人，养成对他人、社会亲近、合作的态度，学习初步的人际交往技能。科学家研究发现：一个孩子在成长的道路上，最终能不能成为一个出色的人、有成就的人、幸福的人，并不完全取决于智商，情商往往也起着非常重要的作用。因此，良好的情商越来越成为每一个渴望成功与幸福的人不可缺少的非智力因素。而幼儿期的情商培养是他们的个性良好发展的基础。给孩子快乐童年，为孩子的终生发展奠定良好的基础，是我们不懈努力的宗旨。

**大班健康活动教案及反思变变变篇四**

活动目标：

1、了解牙齿的作用和龋齿的坏处，掌握刷牙的正确方法。

2、了解保护牙齿的一些简单常识，知道保护牙齿。

3、培养良好的卫生习惯。

4、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。

5、初步了解健康的小常识。

活动准备：

多媒体课件、牙齿模型、牙刷

活动过程：

一、出示课件：没有牙齿的大老虎

2、幼儿回答老师提出的问题。

3、看了这个故事，你明白了一个什么道理呢？（糖果好吃但不能多吃，要爱护我们的牙齿）

二、出示课件：牙齿的秘密

3、幼儿回答老师提出的问题。

4、小朋友们有蛀牙吗？有蛀牙的小朋友应该怎么办呢？

三、出示课件：牙齿的保健

1、牙齿非常有用，我们要保护自己的牙齿，那么都有哪些东西可以来帮助我们保护牙齿呢？出示课件，教师带领幼儿一起观看。

2、小朋友们会自己刷牙么？今天我们就来学习一下正确的刷牙方法。每位幼儿跟随动画一起学刷牙。

四、保护牙齿的方法有哪些？

保护牙齿五部曲：

1、早晚要刷牙

2、长期使用含氟的牙膏

3、使用保健牙刷

4、健康的饮食，少吃糖

5、定期检查

五、教师和幼儿一起听《刷牙歌》

活动反思：

班上很多孩子还没有养成早晚刷牙的习惯，而患蛀牙的情况又比较的严重，再加上家长也不是很重视幼儿刷牙，没有督促孩子刷牙或根本就没有为孩子准备刷牙的工具。很多的家长就算为孩子准备了刷牙的工具，但也不符合要求。所以，我觉得准备一节课让幼儿自己能主动养成正确刷牙的习惯迫在眉睫。

**大班健康活动教案及反思变变变篇五**

在日常的午餐中我发现大多数的孩子不爱吃蔬菜，有的甚至一点蔬菜都不吃。虽然蔬菜随处可见，种类繁多，是小朋友经常接触到的一种食物，可是它的营养以及对人身体的好处却不是很了解。因此有必要引导幼儿对蔬菜有正确的认识，加深对蔬菜的喜爱，并养成健康向上，不挑食的饮食好习惯。鼓励幼儿多吃蔬菜有益健康。针对这些问题，特设计本活动。

1、认识常见蔬菜的名称及外形特征，简单了解一些蔬菜的不同食用部分和使用方法。

2、尝试给蔬菜分类（根类、茎叶类、果实类），发展幼儿的分类能力。

3、蔬菜好吃有营养，教育幼儿不要挑食。

4、知道人体需要各种不同的营养。

5、初步了解健康的小常识。

重点：让幼儿了解蔬菜的营养价值，不爱吃蔬菜、挑食对身体不好。

难点：有些蔬菜不能直观的给幼儿展示。

1、一些常见的蔬菜实物，卡片画，自制一些蔬菜头饰

2、幼儿提前在家里或者和家长一起去市场了解一些蔬菜的知识。

1、让小朋友戴上蔬菜的头饰跳一段“蔬菜宝宝舞”，激发幼儿的兴趣。

老师：“这多的蔬菜宝宝呀，老师都看花眼了，让不出来是什么疏菜了，小朋友能自己说出来自己头上戴的是什么蔬菜吗？”（幼儿自己说蔬菜的名字）

老师：“哇！小朋友真聪明，认识这么多的蔬菜呢，有的老师还不认识呢。那你们都喜欢吃哪一种蔬菜呢？”（幼儿回答）

老师：“小朋友们还知道这些蔬菜的哪个部分是可以吃的吗？”然后用准备好是蔬菜实物逐一说明，引导幼儿了解蔬菜可以食用的部分是不一样的。

2、通过做游戏，让幼儿学会蔬菜的简单分类。

给每个小朋友发一个蔬菜实物或者蔬菜卡片，然后让幼儿根据蔬菜的食用部分去找朋友。（在活动的过程给与及时的纠正，加深幼儿的印象。）

利用轻松、活泼的游戏，让小朋友在活动过程中不仅能正确地对蔬菜进行分类，并能自由地、夸张地表现可爱的蔬菜宝宝形象。

3、通过角色表演，让幼儿形象的了解多吃蔬菜的好处。

扮演蔬菜的幼儿依次做简单的动作，边做自我介绍。白菜宝宝：我是白菜宝宝，小朋友要和我做朋友，只要吃了我以后，天天大便很舒畅。菠菜宝宝：你们认识我吗？我叫菠菜宝宝，你想变得强壮有力气吗？小朋友吃了我以后，就会身体棒棒，少生病，记住了，大力水手吃菠菜。西红柿宝宝：我是西红柿宝宝，你看我长得多漂亮，浑身红通通，小朋友吃了我以后，也会变得漂亮、帅气。

只要幼儿明白多吃蔬菜对身体的好处，他们的偏食习惯是能够慢慢地纠正过来的。

幼儿回家后，可一和家长一起榨一些美味的蔬菜汁，进一步了解蔬菜的营养，让幼儿对蔬菜持续不断的对蔬菜产生兴趣。

由于硬件设施的限制，不能更好的展示蔬菜的特征及营养价值

有一部分幼儿不爱吃蔬菜可能是味觉系统还没发育完全，对某些蔬菜的气味适应不了，我们应多和家长沟通，争取把蔬菜做的更美味一些，让小朋友早日爱上蔬菜。

**大班健康活动教案及反思变变变篇六**

活动名称：

数字格子跳跳乐

活动目标：

1、探索泡沫垫的多种玩法。

2、结合数字规律练习单脚跳、双脚跳及跨跳等多种跳的能力及动作的协调能力。

3、努力听清教师指令，遵守游戏规则。

4、了解生病的症状，知道生病后身体不舒服要及时告诉家长和老师。

5、初步了解健康的小常识。

活动准备：

人手一块泡沫垫，1——10的数字卡片2套。

活动过程：

一、开始部分。

今天天气真不错，我们一起来玩玩吧！（幼儿随铃鼓的变化变大圆——小圆——蜗牛圆）

二、基本部分。

1、出示泡沫垫，你们知道这是什么吗？它有什么用？泡沫垫除了可以作为垫子，还可以和我们玩游戏呢？我们一起来试试。现在小朋友们分成2组游戏，可以自己玩，也可以和同组的小伙伴一起玩。（幼儿四散游戏）教师观察幼儿活动情况，对幼儿在游戏过程中出现的情况及时进行指导（合作、交往方面）幼儿可将各自的泡沫垫连成两条长龙铺在地上，幼儿分成两组，以接龙竞赛形式从“泡沫垫”的一端爬到另一端。

幼儿可将泡沫垫每两块连接在一起，然后，每隔一段距离就摆放一组，泡沫垫横向摆放，共摆五组，其间距要相等。幼儿做小兔跳的姿势跳过每块泡沫垫。

可将泡沫垫两块相靠竖向摆放，提高跳跃的难度，加大运动量。提醒幼儿在跳的过程中必须双脚并拢，不得分开。

2、讲评幼儿游戏情况，表扬玩法新颖，合作默契的幼儿。

3、出示袋鼠图片，问：这是谁？它最大的本领是什么？今天我们来和小袋鼠学习跳的本领，看看谁会是跳跃冠军。

4、鼓励幼儿想出多种方法利用泡沫垫进行跳的练习。教师用语言或简单的动作予以提示或帮助。

将泡沫垫平放，双脚并拢跳过。提醒幼儿逐步加强高度，看看自己最高能跳过几块泡沫垫。

将泡沫垫隔一定距离平放，幼儿有序进行连续跨跳（或单脚跳、双脚跳）。提醒幼儿观察并实践不同的跳法适宜的宽度是多少。

将泡沫垫两块相靠竖向摆放，连续摆放五处，进行跨跳练习，提醒幼儿尽量不要碰倒泡沫垫，如果碰倒，要立即重新摆放。

5、将泡沫垫平放，幼儿围坐休息。可相互敲敲背、捏捏腿，做一做放松运动。

6、游戏《数字格子跳跳乐》。出示数字卡片，请幼儿自由挑选一块，并贴在自己的.泡沫垫上。将泡沫垫按数字大小摆成两条长龙，要求幼儿听清教师指令，进行跳跃活动。

单脚跳顺数（或倒数）。

双脚跳单数。提醒幼儿两排的单数都要跳。

左脚跳单数、右脚跳双数。提醒幼儿想好再跳。

变化摆放方法，继续游戏。

三、结束部分，游戏《叫号猜猜碰》。

幼儿听教师叫号，叫到的两个同号幼儿为一组，进行剪刀、石头、布的游戏，后结束活动

活动反思：

在整个活动中，幼儿始终处于宽松、愉快的环境中，他们兴趣高涨，积极主动地学，真正体现了幼儿的主体性，幼儿的积极性得到了充分的调动，在活动最后应引导幼儿遵循游戏规则，不推和拥挤，这也是今后活动中值得注意的问题。

**大班健康活动教案及反思变变变篇七**

作为一名为他人授业解惑的教育工作者，常常需要准备教案，教案是备课向课堂教学转化的关节点。教案应该怎么写才好呢？下面是小编为大家收集的幼儿园大班健康活动教案《我高兴我快乐》含反思，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

1、欣赏故事内容，知道每个人都有几种常见的情绪和表情，了解不同的情绪对身体影响不同。

2、能正确地表达与控制自己的情绪，学着让自己拥有好心情。

3、初步学习疏导不愉快的情绪。

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、让幼儿知道愉快有益于身体健康。

1、多媒体、音乐《笑一个吧》

2、微笑卡(与幼儿人数相同)

一、(播放表情图)教幼儿在日常生活中，学会控制自己的情绪和不当行为。

1、出示表情图，做\"变变脸\"的游戏，激发幼儿的学习兴趣

师：老师为小朋友们带来几种表情图，小朋友来看一看，上面是什么表情呀?(生气、微笑、伤心)下面我们一起来做一个很有意思的变脸小游戏，你们想玩吗?不过老师有个要求在游戏的过程中小朋友要瞪大眼睛，跟着表情图一起做动作，看哪个小朋友反应得又对又快好吗?师出示表情图幼儿一起做动作。

2、欣赏故事(老师边讲边播放多媒体)

有一个叫悠悠的小朋友，总是爱发脾气，于是大家就叫他\"发脾气大王\"。

有一天，幼儿园举行画画比赛，悠悠画上了蓝天、白云、草地，还在草地上添了两只小鸡，心想：自己一定能拿第一名。

比赛结果出来了，悠悠没有得到第一名。他很生气，\"哇哇\"地哭了，擦干眼泪，两手拽紧，气鼓鼓的。放学后，悠悠谁也不理，背着书包回家了。

在路上，遇到小狗闹闹和几只小狗在玩耍，它们玩得可开心了。闹闹看见了悠悠，就去叼悠悠的裤子，想和悠悠玩。悠悠还在生气，\"去去，谁和你玩\"，抡起书包，就砸到了闹闹的\'鼻子，闹闹疼的\"嗷嗷\"大叫，其它小狗吓着了，到处乱跑，生怕悠悠也对它们发脾气。

有一只小花狗撞到了一个西瓜摊，西瓜都被摔碎了。黄狗踩上西瓜皮摔了个脸朝天，灰狗踩上，摔了个嘴啃泥。小象走过来，踩上西瓜皮，\"咕咚\"撞到了水库的大闸门。发大水了，许多小动物被水冲走了。水退后，大家伙湿得像落汤鸡，闹闹游过来朝着悠悠大声叫，意思是：\"都怪你发脾气。悠悠低头红着脸：\"我以后再也不乱发脾气了。\"

3、提问：

(1)故事中有谁?

(2)故事中的悠悠为什么发脾气?

(3)他发脾气，导致了一件什么事?知错吗?

二、在你们日常生活中，哪些是不高兴或生气的的事?可以用什么更好的办法解决?

(引导幼儿观察图片后进行思考)

1、幼儿自由讨论：(别人不和你玩;办法：可以商量一起玩，或轮着玩;发脾气摔玩具;把想法说出来;不会画，可以请会画的教着画。

2、师小结：

小朋友都知道随便发脾气，生气是不好的行为习惯，会失去很多小朋友，经常发脾气，生气，时间长了会不爱吃饭，不爱运动，不爱和小朋友交往，会影响身体健康，会得病的，生活中有很多事情是可以通过其他方法来解决的。那么保持什么样的心情才有利于身体健康呢?(高兴，快乐)的心情。

3、说说有哪些高兴，快乐的事。(让幼儿畅所欲言)

(发奖状了;妈妈给我买了玩具车;和小朋友一起过生日;爸爸妈妈陪我玩;照相;六一节表演;)

4、帮助了别人，别人开心，自己也开心!

三、结束(播放音乐：笑一个吧)

小朋友想出这么多办法老师真为你们高兴。老师送给每个小朋友一枚微笑卡，让我们大家一起随着音乐，一起舞动起来，分享快乐，在今后的生活中笑的更加的灿烂、阳光好吗?(老师，小朋友们共舞)

《亲子活动》《互帮互助》

游戏玩法：父母和孩子共同玩智力游戏，当父母或孩子在游戏过程中遇到了困难，彼此互相帮助，体验为人做事，帮助了别人是愉快的，也可以和孩子商量做哪些高兴的事情，进一步培养孩子的自我控制能力，为养成活泼开朗的性格奠定基础。

教学反思：

生气是当人遇到不称心、不如意或对不合理现实的一种情绪反应。一般来说，生气应该是正常的情绪反应，但若幼儿遇事经常生气，而且将生气作为对外界的一种经常性的持久的反应，那就是不正常的行为了。经常生气、发脾气的孩子一般心胸比较狭窄，自我中心相当严重。因此，我设计了\"我高兴，我快乐\"这一活动，通过多媒体、谈话、游戏等活动，教幼儿学会用微笑去面对生活，培养幼儿的自我控制能力。上了这堂课后，很多小朋友学着想办法解决问题，与小朋友相处不再任性，我的目的也就达到了。

**大班健康活动教案及反思变变变篇八**

活动意图：

泡沫垫是幼儿身边常见又熟悉的物件。这个活动利用最简单的泡沫垫，进行民间游戏“跳格子”活动。既满足了幼儿喜爱玩民间游戏的心理，又发展幼儿的弹跳能力，同时还结合幼儿学过的关于单数、双数等概念进行游戏，加强了游戏的趣味性。大班幼儿在与同伴交往、合作方面有积极的愿望，教师及时提供这次机会，鼓励幼儿相互合作，共同解决遇到的困难，共同体验得到的欢乐。

活动目标：

1.结合数字规律练习单脚跳、双脚跳以及动作的协调能力。

2.努力听清教师指令，遵守游戏规则。

活动准备：人手一块泡沫垫，1～10的数字卡片3套。

活动过程：

一.开始部分。

泡沫垫在场地上依次摆放，教师带领幼儿齐步入场。在音乐声中跟着老师一起做垫板超，幼儿跟着老师一起做。伸展运动―体转运动―下蹲运动―关节运动―腹背运动―踢腿运动―跳跃运动-整理运动。

二.基本部分。

1.我们手上的泡沫垫它有什么用？泡沫垫除了可以作为垫子，还可以和我们玩游戏呢？我们一起来试试。可以自己玩，也可以和同组的小伙伴一起玩。（幼儿四散游戏）教师观察幼儿活动情况，对幼儿在游戏过程中出现的.情况及时进行指导（合作、交往方面）※幼儿可将各自的泡沫垫连成两条长龙铺在地上，幼儿分成两组，以接龙竞赛形式从“泡沫垫”的一端爬到另一端。

※幼儿可将泡沫垫每两块连接在一起，然后，每隔一段距离就摆放一组，泡沫垫横向摆放，共摆五组，其间距要相等。幼儿做小兔跳的姿势跳过每块泡沫垫。

2.讲评幼儿游戏情况，表扬玩法新颖，合作默契的幼儿。

3.今天我发现有的小朋友把泡沫垫放在地上跳过去非常好，那我们一起来试一试，我请小朋友动动脑筋还有没有其他的跳的方法。

4.鼓励幼儿想出多种方法利用泡沫垫进行跳的练习。教师用语言或简单的动作予以提示或帮助。

※将泡沫垫隔一定距离平放，幼儿有序进行连续单脚跳、双脚跳。提醒幼儿观察并实践不同的跳法适宜的宽度是多少。

5.游戏《数字格子跳跳乐》。

出示数字卡片，请幼儿自由挑选一块，并贴在自己的泡沫垫上。将泡沫垫按数字大小摆成两条长龙，要求幼儿听清教师指令，进行跳跃活动。

※双脚跳单数过去，双脚跳双数回来。提醒幼儿两排的单数都要跳。

小朋友跳过去的时候要单数过去，回来要双数回来，拍一下后面小朋友的手以后，后面的小朋友才可以出发。

三.结束部分将泡沫垫平放，幼儿围坐休息。可相互敲敲背、捏捏腿，做一做放松运动。

活动反思：

在整个活动中，幼儿始终处于宽松、愉快的环境中，他们兴趣高涨，积极主动地学，真正体现了幼儿的主体性，幼儿的积极性得到了充分的调动，在活动最后应引导幼儿遵循游戏规则，不推和拥挤，这也是今后活动中值得注意的问题。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn