# 幼儿园小班健康活动方案(四篇)

来源：网络 作者：星月相依 更新时间：2024-07-30

*为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？以下是小编为大家收集的方案范文，欢迎大家分享阅读。幼儿园小班健康活动方案篇一1、知道健康的重要性。2、...*

为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？以下是小编为大家收集的方案范文，欢迎大家分享阅读。

**幼儿园小班健康活动方案篇一**

1、知道健康的重要性。

2、知道变得健康的各种方法，养成健康的生活习惯。

【活动重点】

1、讨论：除了《变得健康的小星》课件里的方法以外，我们还应该养成哪些健康的生活习惯。

2、鼓励幼儿结合自己的亲身体验来讲。

3、鼓励幼儿大胆尝试各种让自己变健康的方法。

【活动过程】

一、打开课件《变得健康的小星》请幼儿观看前半段，讨论：懒惰的小星

1、小星原来是怎样的?

2、妈妈建议小星做什么?

3、小星是怎么回答妈妈的?

4、小星发生了什么事?

5、看过小星的样子后，你有什么想法?

6、如果像小星那样一整天呆在家里不动弹的话，我们的身体会怎么样呢?

二、继续播放课件，讨论：变得健康的小星

1、变得健康的小星是什么样子?

2、跟以前的样子有什么不同?

3、小星是怎么变健康的?

4、他都做了哪些体育运动?

5、除了做运动之外，还做了什么?

6、小星做的这些体育运动，你都会做吗?

7、你平时都进行哪些运动?

三、讨论：健康的必要性。

1、你生过病吗?

2、身体有病的话，不能做什么事情?

3、生病时，你的心情会怎么样?

四、讨论：健康生活的各种方法。

1、怎么做，我们才能变得更健康?

2、为什么需要休息?

3、还有哪些运动能让我们变得健康?

4、除了运动之外我们还应该养成哪些健康的习惯?

活动延伸：

1、调查班里幼儿最想做什么运动。

2、教师可以准备丰富的对比式图片，如：身体健康就能参加运动会;身体不好，跑几步就喘。让幼儿通过看图了解到身体健康的好处。

本节评论：秦老师的课堂生动活泼，能够吸引大部分幼儿的注意力，参与到课堂的讨论和游戏当中，本节准备充分，各个环节安排有条不紊。但如果秦老师在展现图片和完整视频之后再向幼儿提问，而不是边播边问，应该能够给幼儿更多的思考和想象的空间。

**幼儿园小班健康活动方案篇二**

有益的学习经验：

养成用完物品放回原位的良好习惯，不随手乱扔东西。认识到把物品放回原处既可以给自己提供方便，也可以给别人提供方便。

准备：

玩具动物(兔子、小猴、小狗、小猫)，小纸盒四个

活动与指导：

1、将小纸盒摆放好，分别代表小动物们的家。

2、教师说：“今天，老师给你们表演一个手偶戏，请小朋友认真看。”

3、将4个小动物分别放到4个纸盒里，告诉幼儿动物们生活在自己的家中。有一次老虎来了，小动物们吓得四处跑，等老虎走了，天已经黑了，小动物什么都看不见了，他们连自己的家都找错了。小狗到了小兔家，小猴到了小猫家，小猫到了小猴家，小兔到了小狗家。第二天，天一亮，小猴找小兔玩，可是他来到小兔家看到的不是小兔，而是小狗，他感到十分奇怪；小猫去给小狗送信，却看到小兔，一切都乱了，动物们感到十分苦恼。小朋友，你们知道他们为什么苦恼吗?

4、是因为他们没有在自己的家里。我们如何帮助他们解决苦恼?

5、对了，将他们送回自己的家。小动物们回到自己的家，他们又愉快地生活了。

6、这个手偶戏告诉我们什么东西都要放回原位，生活才会有秩序。小朋友无论用完什么东西，都要将它放回原来的位置。

**幼儿园小班健康活动方案篇三**

主题的由来：

班中的幼儿不会正确使用牙齿进行咀嚼；进餐后不能主动漱口需教师提醒，在牙齿检查中班中个别幼儿有龋齿。

活动目标

1．了解牙齿的结构学会正确咀嚼

2．让幼儿了解龋齿的形成原因、危害、掌握保护牙齿的常识，知道牙齿的功能及与健康的关系。

3．使幼儿学会正确的刷牙方法，养成饭后漱口和每天早晚要刷牙的好习惯。

问题板块

教师提出的问题：

1．牙齿都能干什么用？

2．缺了牙齿会怎样？

3．牙齿变黑、牙齿上的洞洞是怎么产生的？

幼儿的疑问：

1．为什么不刷牙，牙就会出现洞洞呢？

2．“虫牙”是牙齿上长虫了吗？

3．怎样牙齿才会又白又亮？

主题壁报

大墙：

和幼儿共同创设牙齿的墙饰。

小墙：

1．盥洗室：粘贴小狗刷牙的图片

2．画上牙、下牙的图片供幼儿练习刷上、下牙的方法。

3．粘贴小朋友正确与错误的刷牙图片使幼儿进一步明确刷牙的正确方法

区域游戏相关内容

图书区：

1．增设相关的图书图片

2．投放保护牙齿的歌曲、儿歌及相关的故事

表演区：

增设牙齿的头饰及相关的儿歌

**幼儿园小班健康活动方案篇四**

活动目标

1.练习双脚连续向前跳，提高腿部肌肉力量及平衡能力。

2.体验集体游戏的乐趣。

活动准备

呼啦圈、自制小兔图片若干张。

活动过程

1.热身活动。

教师与幼儿一起来听音乐做热身活动：今天老师给你们来了一个好玩的游戏，在玩游戏之前，请小朋友们跟着老师一起来跟着音乐活动一下我们的小身体。

2.学小兔走路，做游戏：找小兔。

小兔太贪玩了，跑到外面没回来，兔妈妈可着急了，希望小朋友们帮它把小兔找回来。但是找小兔之前必须要学会小兔走路，不然小兔是不会愿意跟着我们回来的。谁知道小兔是怎样走路的?(请一个小朋友上来演示。)

(1)自由练习双脚连续向前跳。借助呼啦圈让幼儿练习跳，提醒幼儿每跳一个圈要注意保持身体平衡。

师：原来呀，小兔走路是双脚并拢一起往前跳的。小朋友们真厉害。现在我们就一起到呼啦圈做的石头小路上来练习一下小兔跳吧。注意跳的时候，身体要保持平衡，别摔着了。

教师小结：老师发现有很多小朋友都学会了小兔走路，可是呀，还有个别小朋友学得不对，小兔走路是双脚往前跳，那要是我们一只脚一只脚的跳，对不对呀?(不对)现在请小朋友们来认真看老师学小兔跳，看老师学得对不对。

(2)游戏：找小兔。师：小朋友们都懂得了小兔走路的方式，现在就让我们一起出发去把小兔找回来吧。教师讲解规则：去找小兔的过程中，我们要用双脚跳的方式走过那条石头小路，到那边把小兔找回来，放到篮筐里，然后排好队。记住每人只能去找一次，而且一人一次只能找一只小兔。

第一次游戏：幼儿自由练习，提醒幼儿遵守游戏规则，每人每次只能找一只\"小兔\"。

小结：教师对幼儿进行评价，鼓励幼儿按照游戏规则来进行游戏第二次游戏：分组比赛师：现在我们来进行比赛，看看哪一组的小朋友最棒。

教师先讲解并示范玩法：幼儿分为两组，各组第一个小朋友听到老师的口令后，双脚连续向前跳，跳到对面去找一只小兔，然后跑回来把小兔放到篮筐里后拍第二个小朋友的手，第二个小朋友才可以出发，其他幼儿以此类推，最先跳完的一组为胜利者。

第三次游戏：提升幼儿动作，适当增加游戏难度。教师变换呼啦圈的排列形式，适当增加游戏难度，让幼儿的动作得到提升。

3.结束部分。

教师小结：这次比赛四组的小朋友获得了胜利，但是老师觉得呀，每个小朋友今天都很棒，把贪玩的小兔都找回来了，都值得表扬。我们玩了这么久得游戏了，每个人都累了，我们来放松放松一下自己，伸一下小腿，拍拍大腿、小腿。

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