



幼儿综合素质教育互动教程

北舟文化

根据教育部颁布的《3-6岁儿童学习与发展指南》编写
《幼儿园教育指导纲要（试行）》

JIANKANG HUODONG 健康活动

中班上册

《智慧精灵幼儿综合素质教育互动教程》编写组 编



河北出版传媒集团
河北科学技术出版社



根据教育部颁布的

《3-6 岁儿童学习与发展指南》

《幼儿园教育指导纲要（试行）》

编写

健康 活动 Health

中 班 上 册

： 本书编写组 编 ：

我的 小 档 案

姓名：_____

年龄：_____

班级：_____

属相：_____

爱好：_____

河北出版传媒集团

河北科学技术出版社

图书在版编目（CIP）数据

智慧精灵幼儿综合素质教育互动教程. 健康活动. 中班. 上册 / 《智慧精灵幼儿综合素质教育互动教程》编写组编. -- 石家庄 : 河北科学技术出版社, 2014.8 (2018.7 重印)

ISBN 978-7-5375-7066-4

I. ①智… II. ①智… III. ①健康教育—学前教育—教学参考资料 IV. ①G613

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第131237号

智慧精灵幼儿综合素质教育互动教程
健康活动·中班·上册

《智慧精灵幼儿综合素质教育互动教程》编写组 编

出版发行 河北出版传媒集团

河北科学技术出版社

地址 石家庄市友谊北大街330号(邮编: 050061)

印刷 石家庄市汇文印刷有限公司

经销 新华书店

开本 890×1280 1/24

印张 1.5

字数 50千字

版次 2014年8月第1版

2018年7月第4次印刷

定价 6.00元

编委会

编委主任: 高志敏 张佩桦
骆秀曼

编委(按姓氏笔画排序):

马艳红 王 炜 王 珏
王 娜 王 娜 王 悦
王亚群 王海伟 王微微
牛普超 邓艳斐 艾 静
刘 杨 刘 晶 刘 静
刘丽丽 关 晶 安 禹
李兰芝 李红月 李晓薇
张 月 张红芳 武静丽
国明洁 周 馨 周晓莉
赵红静 赵美玲 赵昶旭
赵雅楠 胡博晓 胡翠英
郭文蕊 曹 菲 常丽洁
韩 甜 韩建华 魏 薇

总 主 编: 高志敏

本册主编: 胡博晓



致小读者

小朋友，你好！

呈现在你面前的这本画册，是你进行系统互动学习的平台和指南，希望你能在老师的引导下，在画册中阿美老师的带领下，通过一系列的互动活动，和精灵们一起去学习、一起去感知、一起去探险，从而一起成长。

作为中国人，我们首先要学习和感知的就是我们的文化，因此，画册中有一些中国传统文化的活动内容，希望你能喜欢，希望你从小就热爱中国文化，热爱中华民族，热爱我们的祖国。

好了，小朋友，快快翻开手中的画册，去参加精灵们的学习活动吧！

智慧精灵幼儿综合素质教育互动教程

健康活动

主题单元

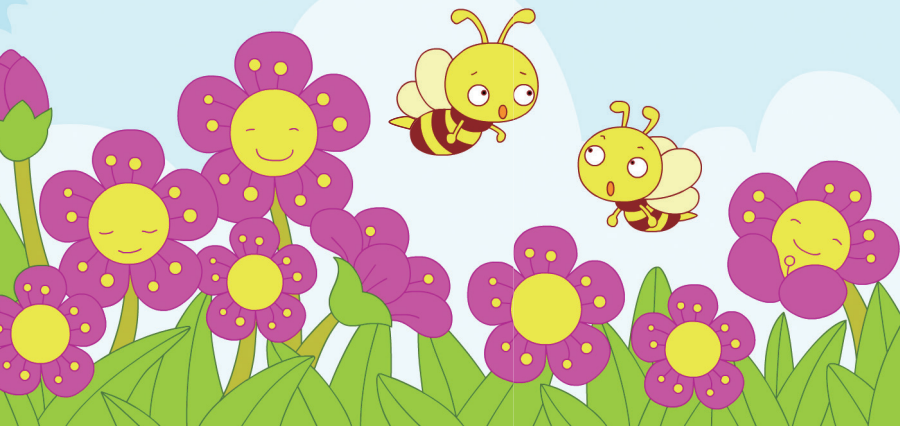
活动课文

活动内容

活动课例

精灵总动员
(互动测评)

活动提示
(活动目标、教学目标)



目录

主题一 欢乐大家庭

- 活动1 一起玩真快乐（心理健康）/2
- 活动2 帮助朋友（体育游戏）/4
- 活动3 图书是我的好朋友（自理能力）/6
- 活动4 萝卜回来了（体育游戏）/8

主题二 我爱大中国

- 活动1 爱护我们的家园（环保知识）/10
- 活动2 我会喝水（健康知识）/12
- 活动3 早睡早起（健康知识）/14
- 活动4 报纸真好玩（体育游戏）/16

主题三 猜猜我是谁

- 活动1 我长大了（健康知识）/18
- 活动2 自己穿衣服（自理能力）/20
- 活动3 五官的作用（健康知识）/22
- 活动4 上下楼梯（安全知识）/24

主题四 冬天的神话

- 活动1 走路要当心（安全知识）/26
- 活动2 一起做运动（体育游戏）/28
- 活动3 小帅的星期天（健康知识）/30
- 活动4 欢欢喜喜过春节（1）
（安全知识）/32
- 活动5 欢欢喜喜过春节（2）
（安全知识）/34



阿美老师



精灵



点点



小帅



丸子



雪儿

活动 1

一起玩真快乐(心理健康)



活动提示

通过活动，体验大家一起玩的快乐；能够与同伴友好相处，培养合群、乐群的性格。



1. 雪儿一个人玩玩具，她觉得很难过。



2. 点点撞了一下雪儿，雪儿很生气。





3. 小朋友们都来哄雪儿，他们说：“对不起，点点不是故意的，你和我们一起玩吧！”雪儿不生气了，露出了微笑。



4. 雪儿和大家一起玩，真快乐呀！

活动 2

帮助朋友（体育游戏）



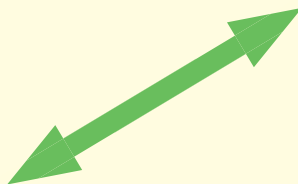
活动提示

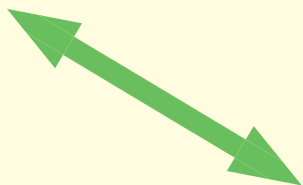
练习在一定范围内追逐跑；培养勇敢和乐于助人的好品质。



1. “鲨鱼”游来了，“小鱼”吓得四处跑。

2. “小鱼”快被“鲨鱼”捉住了，赶紧拉住好朋友的手站住不动。





3. “鲨鱼”去捉别的“小鱼”，好朋友松开手再跑开。

4. “鲨鱼”捉住了一条“小鱼”。

精灵总动员

和爸爸妈妈
说一说，你在游
戏中帮助了谁。



活动 3

图书是我的好朋友（自理能力）



活动提示

开展阅读活动，养成爱护图书、整理图书的好习惯。

精灵总动员

你能做到爱
惜书、整理书吗？



看图书

图书图书我喜欢，
小朋友们一起看。
你不争来我不抢，
看完书后不乱放。
重新放回书架上，
养成看书好习惯。





1. 丸子爱看书，她家里有很多书。



2. 小帅和雪儿来找丸子玩。



3. 丸子请小帅和雪儿看书。



4. 看完书后，小帅和雪儿帮丸子把书整理好之后才回家。

活动 4

萝卜回来了 (体育游戏)



活动提示

练习双脚沿直线行进跳，锻炼双脚的弹跳力；在活动中体验集体游戏的快乐。



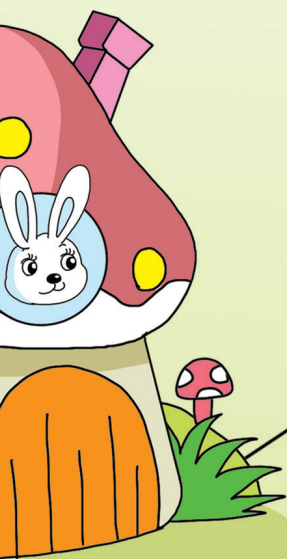
1. 小白兔把萝卜送给小黑兔。



2. 小黑兔把萝卜送给小灰兔。



3. 小灰兔又把萝卜送给小白兔。



4. 哇，萝卜回来了！

精灵总动员

小朋友，快
和你的好朋友一
起玩这个游戏吧。



活动 1

爱护我们的家园（环保知识）



活动提示

知道环境保护的重要性，培养爱护环境、保持环境卫生的良好意识和行为。



精灵捡起西瓜皮扔进垃圾箱。

保护环境

路旁有个西瓜皮，
精灵看见忙捡起。
快快扔进垃圾箱，
保护环境记心里。

精灵总动员

爱护环境，不
乱扔垃圾。





1. 小帅随手把香蕉皮扔到了窗外。



2. 雪儿不小心踩到了香蕉皮，摔倒了。



3. 小帅听见了哭声，赶紧跑出来，扶起雪儿。



4. 小帅知道自己错了，把香蕉皮捡起来扔到了垃圾箱中。

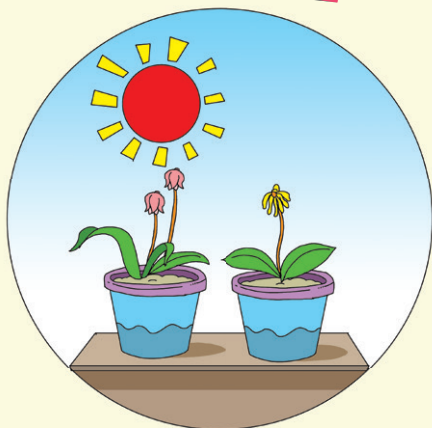
活动 2

我会喝水（健康知识）



活动提示

了解多喝水对身体的重要性；知道喝水的正确方法；知道我们的生活离不开水。



1. 花儿因为缺水，都蔫了。



2. 丸子给花儿浇水，花儿又舒展了。



3. 丸子也口渴了，怎么办？



4. 丸子喝完水，觉得很舒服。

