

# 幼儿营养与健康教育活动方案 幼儿园健康教育活动方案(大全9篇)

为了确保事情或工作有序有效开展，通常需要提前准备好一份方案，方案属于计划类文书的一种。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。下面是小编为大家收集的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 幼儿营养与健康教育活动方案篇一

一. 活动主题：《水果大排档》 二. 活动对象：幼儿园大班  
三. 活动来源：水果是我们每个人生活中的必需品，水果中含有丰富的维生素和营养物质，可以帮助人体消化系统以及有助于补充人体所需的微量元素，还可以补充人体所必需的水分，不仅味道可口，而且对人体有益。在幼儿园中，不少小朋友在饮用茶点时存在不少浪费现象，因此我认为开展此次活动很有必要。根据大班幼儿已有的认知经验和生活常识水平，他们已经知道了水果的重要性，大班幼儿动手能力较强，能懂得一些基本厨房用品的操作，精细动作发展也已经较为完善，因此我选择此次活动在幼儿园大班开展。

### 四. 活动目标：

1. 让幼儿熟悉几种常见水果的营养成分，懂得适时食用水果。
2. 让幼儿掌握水果的基本切法以及保鲜方法。
3. 明白水果的重要性，在活动中体验操作的快乐。

### 五. 活动准备：

1. 物质准备：苹果，梨，香蕉，橘子，火龙果，柚子等水果

若干

水果刀，卫生纸巾，毛巾，菜板

有水龙头或者挨水龙头较近的教室，方便洗水果

关于水果的健康知识问答卡片

2. 精神准备：保持轻松愉快的心情，上课之前对水果知识有一定了解

六. 活动内容：

七. 活动过程：

八. 活动延伸：

1. 鼓励幼儿回家以后和家长讨论吃水果的好吃，并且从此爱上正确吃水果

2. 在幼儿园开展杜绝浪费水果的现象，让幼儿明白珍惜粮食的重要性

九. 活动反思：

2. 活动的趣味性也许不强，会让幼儿在活动过程中出现不是很积极的现象

3. 活动需要的准备可能太多，增加了活动的难度，影响活动的顺畅进行

## 幼儿营养与健康教育活动方案篇二

1、通过游戏、故事等形式，引导幼儿理解合作的意义，激发幼儿的合作意识。

2、在活动中，学会与人友好合作并初步掌握合作的技巧，体验合作的快乐。

3、发展幼儿的语言表达能力和解决问题的能力。

课件《猴子和鹿》，录象带，皮球若干，筐子，箱子，布条若干。

二、看课件，了解合作的意义，激发幼儿的合作意识。师：今天真高兴，老师为小朋友带来了两个小客人，你们想不想见？放课件，提问：

(1)小朋友，你们猜谁能成功？为什么？

(2)他们成功了吗？为什么没成功？遇到这样的困难，你猜他们心里会怎么想？怎样才能摘到桃子呢？开动你那聪明的小脑筋，帮他们想个好办法吧。我们大家可以互相商量商量，这样办法就更多了。

三、看录象，学会与人友好合作并初步掌握合作的技巧，体验合作的快乐。

师：(1)他们在干什么？一个人能做到吗？

(3)两个人要想走的又快又好，你认为该怎么合作？小结：两个人要想走的又快又好，就要相互配合，互相商量，步伐一致。

游戏：二人三足二人三足的游戏可真好玩，我们也来试试，好吗？首先，找到你的好朋友，互相商量商量，应该怎样合作？(商量)商量好了吗，来和你的好朋友，手拉手，我们一起到外面去试一试！

## 幼儿营养与健康教育活动方案篇三

1、大胆尝试流星球的不同玩法、发展抛、接、滚、挥臂投掷等运动能力。

2、感知红、黄、绿三种颜色，体验游戏的愉悦与满足。

3、让幼儿知道愉快有益于身体健康。

4、锻炼幼儿的反应能力，提高他们动作的协调性。

1、红、黄、绿三色快乐流星球人手两个，红、黄、绿三色球门各一个(旧纸箱装饰做成或用大型水果筐代替)，旧挂历纸和果奶瓶做成的曲棍球棒人手一根。

2、红色、绿色、黄色长条彩色即时贴若干(贴站位线及放球区标志线用)，活动场地布置见附图一。

一、导入部分鼓励每个孩子从纸箱中选择一个自己喜欢的流星球，自由地和老师、小伙伴说一说自己的球是什么颜色的、什么样子的。接着音乐响起，老师带领幼儿自由、愉快地跟随音乐节奏做一做简单的韵律操。鼓励每个孩子找空的地方跟着节奏用力做操。

### 二、过程部分

1、提问:这些漂亮的流星球可以怎样玩呢?请大家试一试，看看谁想出的玩法又多又好

2、幼儿尝试不同的玩球方法，教师作为游戏的参与者，及时将孩子们玩出的方法介绍给大家，并带领幼儿一起试一试有趣的玩法，如看谁抛得高、比谁扔得远、看谁踢得多、比谁转得快等。

3、游戏结束哨响，幼儿将球放到绿色放球区然后坐到半圆站位线上，鼓励幼儿把自己喜欢的玩法表演给大家看。

4、小小操作活动：解下流星球上面的彩色流苏、将流星球变成彩球。要求能干的孩子自己解开钮扣。取下彩色流苏放到备用纸箱中，不会解钮扣的小朋友找小伙伴帮忙，全部解开后和备用球一起放入红色放球区。

1、教师边介绍边将三个球门(纸箱)放到相应位置(直径10米的大圆圈上)，并请大家一起说一说三个球门是什么颜色的，它们分别是哪种流星球的家。接着出示曲棍球，简单介绍游戏的玩法：用曲棍球将流星球赶着送到相同颜色的球门中，将流星球送回家。

2、游戏：流星球找家。鼓励能力强的孩子送完一个再送第二个、甚至第三个，直至将全部流星球都送回家。

3、流星球全部送回家后，游戏结束哨响，请孩子们站到半圆形站位线上。教师带领幼儿共同检查流星球是否都回到了自己的家，发现有送错的，请愿意帮忙的小朋友将球送回它自己的家。

### 三、结束部分

趣味放松活动教师借助趣味儿歌(敲敲臂、敲敲臂，敲敲腿、敲敲腿，敲敲身体真舒服；弯弯腰、伸伸臂，敲敲肩、敲敲肩，敲敲身体真健康)，引导幼儿用彩球轻轻敲击身体的不同部位，放松身体，体验游戏的趣味性。

制作方法制作材料：废旧报纸、彩色加厚塑料包装袋、钮扣、透明宽胶带、粗棉线、彩色即时贴等。制作方法：将废旧报纸(或旧海绵)揉成直径为13cm~15cm左右的纸球，中间塞入一根对折的粗棉线(纸球外表面留出一个1厘米左右的圆环作为钮扣眼)，外面用彩色即时贴贴好，再裹上透明宽胶带。流

星球尾巴用彩色加厚塑料包装袋(或废旧彩色包装绳)剪成1□5cm×45cm的彩条约15根扎成一束，根部订上一粒中等钮扣即可。

特点:既可随意拆卸又可和其他玩具组合游戏、可踢、可抛、可甩、可滚、可投掷，玩起来花样繁多、在发展孩子运动能力的同时又能很好地发展孩子们的创造能力。

此次活动圆满结束!活动前我为幼儿创设了宽松自由的活动氛围，让幼儿在宽松自由的氛围中轻松获得锻炼与提高。活动过程中，幼儿表现的积极主动，都能用较完整的语言回答老师提出的问题，并能主动与同伴交流。

## 幼儿营养与健康教育活动方案篇四

- 1、萌发爱护水资源的情感。
- 2、知道水被污染了，生物就不能生存。
- 3、练习钻过70厘米高的障碍物。

1、经验准备：掌握初浅的环保知识。

2、物质准备：拱形们4个，鸭子胸饰若干(与幼儿人数等同)、两条长松紧带、各色废旧彩色印刷纸小鱼若干(数量为幼儿人数的2—3倍)、小盆4只、录音机、磁带。

重点：萌发爱护水资源的'情感。难点：能正确协调地钻。

老师当鸭妈妈，小朋友当小鸭，鸭妈妈带领小鸭听音乐锻炼身体。学小鸭子的动作（伸翅膀、捉鱼、走路、游泳）

1. 自由探索并学习新动作：

(1) 让幼儿做示范钻拱形门，让所有幼儿自由地在拱形门下玩耍后。

(2) 教师提问问题让幼儿回答。

(3) 根据幼儿所说教师总结，得出动作要领：“双膝弯弯，腰弯弯，低着头儿钻钻钻”教师带领幼儿空钻。

(4) 幼儿边念儿歌边让个别幼儿做示范。

(5) 幼儿边念儿歌边自由来回练习钻。

## 2、游戏“快快逃出污染区”：

(1) 教师示范，讲解游戏玩法：游戏开始让幼儿站成两队，按顺序依次钻过两条松紧带后，跑到河边抓一条鱼，然后钻回来将小鱼放入各组的脸盆内。

(2) 教师带领孩子游戏：等到把小鱼抓完后，鸭妈妈带领小鸭自由自在地跳下水去游泳，等到教师敲小铃发出警报声：“不好了，遇上污染区了，快快逃离！”小鸭马上从原线路钻过山洞逃回到起点。

(3) 幼儿游戏，教师强调游戏规则：小鸭必须从原线路返回，要求不能碰到松紧带；逃离时不推不挤，不和同伴碰撞。

1、师：“能干的小鸭们逃离了污染区，要是不及时逃离，会发生哪些后果呢？为什么会有污染区？”

2、教师小结：“小鸭们逃出了污染区，真是很幸运，所以我们大家应该携起手来保护我们身边的环境，让我们的小鸭在清清的水里快乐地长大。让我们来跳舞放松放松吧！”

提醒家长带领幼儿在各自居住的小区周围寻找污染区，探询被污染的原因。

## 幼儿营养与健康教育活动方案篇五

1、对全体孩子开展心理健康教育，使孩子不断正确认识自我，增强调控自我、承受挫折、适应环境的能力；培养孩子健全的人格和良好的个性心理品质。

2、对少数有心理困扰或心理障碍的孩子，给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自我，提高心理健康水平，增强发展自我的能力。

3、要以面向全体孩子为主，个别辅导为辅，让心理健康教育真正进入课堂，在课堂教学中要有别于其他学科的教学方式，主要是通过活动让孩子获得心理体验来改变自己的观念。

1、加强高素质教师群体的培养；

2、为了更好的上好心理健康教育课，加强集体备课工作；

3、实施心理健康教育课，以面向全体孩子为主，个别辅导为辅。

4、创建心理健康教育网络，形成以心理健康工作室、各班班主任为主的以广大家长、全体教师为辅的心理健康教育网络，为孩子的身心健康做出努力。

教师方面：

1、每学期对教师进行三次心理健康教育内容的培训。（形式不限，听讲座，看录像，观摩心理教育辅导课等等）

2、上好健康教育课。

3、组建教师心理咨询志愿者队伍。

孩子方面：

1、教会孩子掌握几种放松心情的好方法。

2、设立师生互动交流版面。让孩子随时有表达和宣泄自己情感的地方。家长方面：与家长多沟通；针对部分家长组织一些培训。（形式不限，听讲座，看录像，观摩心理教育辅导课等等）

## 幼儿营养与健康教育活动方案篇六

一、活动目标：

1、教育幼儿养成早晚刷牙的良好卫生习惯。

2、培养幼儿的认知观察力和初步的自我服务能力。

3、引导幼儿了解龋齿形成的原因，知道怎样保护牙齿和掌握正确的刷牙方法。

二、活动准备：

提前两天用醋泡好的鸡蛋壳、幼儿牙齿情况记录表、牙刷、小镜子、牙齿模型等

三、活动分析：

循序渐进地对幼儿进行各方面的健康教育是幼儿园教育的重要组成部分，针对本班部分幼儿有龋齿的实际情况，我准备对幼儿进行《天天来刷牙》的护牙教育，以培养幼儿早晚刷牙的良好习惯。本次活动的重点是引导幼儿掌握正确的刷牙方法，知道怎样保护牙齿，采用直观演示法、练习法进行；难点是了解龋齿形成的原因，借助醋泡蛋壳的小实验进行突破。活动用故事导入，引发幼儿思考，“冬冬为什么牙疼”，“冬冬的龋齿是怎样形成的”，引导幼儿理解龋齿形成的原因；激发幼儿观察自己的牙齿状况，做牙齿健康情况记录表，进而讨

论怎样保护牙齿，通过课件和实际演示以及亲自练习，让幼儿掌握正确的刷牙方法。活动后，为幼儿发放《幼儿每日刷牙情况记录表》，记录每天的刷牙情况，以督促幼儿养成早晚刷牙的好习惯。

#### 四、活动过程：

##### (一)、利用故事导入课题，激发幼儿兴趣

开门见山，听故事直接导入，激发幼儿兴趣，引发相关思考，“冬冬为什么牙疼”。

##### (二)、围绕主题进行针对性谈话

###### 1、了解龋齿形成的原因

“冬冬的龋齿是怎样形成的”，借助“醋泡蛋壳”的小实验引导幼儿了解，龋齿是由于口腔卫生不好，细菌繁殖所致。

###### 2、观察自己的牙齿健康情况

幼儿利用小镜子观察自己的牙齿状况，并做记录，分健康牙齿和不健康牙齿两类，展示在相应的展板上，教师与幼儿一起做量的统计，揭示保护牙齿的必要性。

###### 3、如何保护牙齿

###### (1) 引导幼儿说出保护牙齿的方法

饭后漱口，早晚刷牙；合理营养，多晒太阳，预防疾病；少吃甜食、零食等。

###### (2) 讲解刷牙的正确方法

幼儿观看课件，形成直观印象，教师引导幼儿利用牙齿模型

说儿歌进行练习。

### (三)、结束

幼儿实际操作，用清水练习刷牙，活动自然结束。

## 幼儿营养与健康教育活动方案篇七

幼儿在日常生活中，常常会发出一些噪声，如：大声地讲话、发出尖叫声、音乐活动中杂乱的敲击声等，而且劝阻效果甚微。在我们的生活中，噪声也无处不在，教育幼儿区分乐音和噪声迫在眉睫。本次活动的重点是区别感受乐音和噪声，并用不同的形式表现。围绕这个重点，启动幼儿的各种感觉器官去感知，如用耳朵听、用动作表现、用手画自己的感受等，使幼儿充分理解噪声的危害，并共同来参与环保活动，使环境意识深入幼儿的心田。

## 幼儿营养与健康教育活动方案篇八

1、让幼儿体验成功的喜悦。

2、锻炼幼儿的反应能力，增强幼儿手腕关节的灵活性和幼儿的跳跃能力。

1、画好的苍蝇若干（吊起来幼儿可跳起来拍、幼儿可用线拖拽）。

2、苍蝇拍若干。

1、情景表演

教师拿苍蝇拍，小声跟幼儿说：嘘！那边有只苍蝇，我要去打苍蝇了。

教师启发幼儿一起寻找苍蝇。

找到苍蝇，教师示意幼儿安静别把苍蝇吵跑了，接着教师打苍蝇，并把打死的苍蝇用纸包起扔到垃圾桶里。

## 2、谈话交流

教师：我们为什么要把苍蝇打死？

幼儿：苍蝇不讲卫生。

教师为幼儿补充（苍蝇会给我们带来病菌和传染病）

## 3、游戏体验

幼儿：我们要打死他们（把他们消灭掉）

幼儿每人拿一个苍蝇拍，对准悬挂的苍蝇，进行拍苍蝇游戏。（游戏过程中，教师要提醒幼儿看准了再打，不能乱打，那样就会把苍蝇吓跑）

两个幼儿配合，一个幼儿手牵着拴有苍蝇的线，另一名幼儿手拿苍蝇拍拍苍蝇。（游戏过程中，教师要提醒牵着苍蝇线的幼儿尽量不要让拍苍蝇的幼儿拍到自己手里牵着的苍蝇）

## 4、展示成果

展示拍死的苍蝇，幼儿一起欢呼把又大又可恶的苍蝇拍死。

鼓励幼儿在家中也能勇敢地拍苍蝇。

# 幼儿营养与健康教育活动方案篇九

1、懂得情绪愉快有利与身体健康。初步学习正确的方式排解不开心的情绪。

2、引导幼儿逐渐养成积极乐观的生活态度。

4个木偶、一个开心枕

学习正确的方式排解不开心的情绪。

### 一、感受快乐

拍手入场，进行开心碰碰碰的游戏。

### 二、开心与烦恼

1、刚才玩的真开心，你们想想平时你还遇到过什么开心的事？

2、开心的时候你会怎样？(用动作表现)

4、不开心的时候你会怎样？(用动作表现)

5、你喜欢开心的自己还是不开心的自己？

小结：不开心就是生气，生气不仅不让人喜欢，还会对我们身体产生坏的影响。生气的时候，人吃不下饭，睡不好觉，身体越来越差，所以我们要尽量不让自己生气，把生气这个坏习惯消灭掉。

### 三、化解不开心

1、生气商店：谁知道什么是消气商店？

2、我们来看看谁来消气商店了？

3、依次出示小动物，请幼儿帮他们想办法！

4、你觉得消气商店好吗？为什么？

5、如果你生气了，你会想哪些办法让自己消气呢？