

中班不挑食教案及反思(实用5篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。那么我们该如何写一篇较为完美的教案呢？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

中班不挑食教案及反思篇一

我班幼儿升入中班后，大多比小班时期好动，他们喜爱各种形式的体育活动。但在活动中却缺少集体意识和合作能力。为了加强幼儿这方面的培养，我在班上开展过几次教学活动，效果都不太明显。

在一次区域活动中，我意外的发现几个小朋友用我放在扮演区的布，打开后把球放在上面滚来滚去，玩得十分带劲儿。猛然间我也感受到布和球这两样东西之间碰出的剧烈火花。怎样才能让这火花燃烧得更绚丽多彩呢？我想，兴趣是最好的老师。孩子们既然对布和球这么感兴趣，我何不大胆尝试一下呢？于是我决定把他放到本次体育活动设计中来。

- 1、发展幼儿手臂力量，提高幼儿协调能力。
- 2、培养幼儿初步的团队意识和合作能力。
- 3、主动参与体育活动，体验与同伴一起游戏的快乐。
- 4、乐于参与体育游戏，体验游戏的乐趣。
- 5、培养幼儿团结合作的观念。

布（三块）、球（乒乓球、海洋球、小篮球、纸球）、大篮子、音乐。

一、 开始部分

1、 幼儿集体在门外等候

（师：今天老师要带你们去小动物家做客，谁想去啊？幼：我想去。师：那我们一起出发吧！）

2、 随音乐做准备活动

以手臂运动为主

二、 基本部分

（一） 锻炼小手臂力量

布做“大锅”，球做“食物”。幼儿齐力用手抓住布变出大锅，和老师一起做美食。）

1、 炒豆豆(乒乓球)

动作要领：手抓住布，小手臂微微抖动，也可交替抖动。

2、 煮汤圆（海洋球）

动作要领：手抓住布，小手臂上下抖动，也可交替抖动。

3、 做爆米花（小篮球）

动作要领：手抓住布，小手臂用力抖动。也可交替抖动。

（二） 锻炼大手臂力量

布上贴大灰狼，教师把它撑起。形成大灰狼生动形象。

1、 打倒大灰狼 幼儿手持纸球，做投掷动作，用力打倒大灰

狼。要求瞄准目标。

2、打跑大灰狼 幼儿再次捡起纸球，追着大灰狼打，至到打跑大灰狼。

三、结束部分

1、收拾场地，捡起纸球。

2、作放松运动。

3、离场。把食物送去给小动物们品尝。

用孩子感兴趣的方式发展幼儿的基本动作，提高他们动作的协调性、灵活性，使他们在自主探索中获得成功体验。

中班不挑食教案及反思篇二

[设计意图]

本阶段我们开展了“有趣的五官”小主题，孩子们在照镜子中认识了自己的五官，也对自己的表情产生了兴趣，我们一起收集和模仿了许多有趣的表情，孩子们最喜欢和擅长模仿的就是哭脸和笑脸。从孩子们的模仿中我萌发了设计这个活动的想法；另外现在的孩子都是独生子女，由于家长的溺爱使他们“以自我为中心”的性格明显展露，因此，在幼儿园经常会看到小朋友之间为了一把小椅子互相争抢，自己占有玩具，不和其他小伙伴一起分享等不愉快、不友好的`现象。抓住这个契机开展本次活动，萌发幼儿关心他人，愿为朋友带来快乐的情感，增强与人友好交往的意识。本次活动的重难点是让小朋友们体会高兴与伤心的不同心情，懂得要关心他人，与朋友一起分享美好的事物。让孩子通过表现不同表情娃娃所带来的不同感受，解决实际生活中遇到的小朋友之间发生的不友好现象来进行突破。

活动目标：

- 1、通过说说、演演、画画等形式表达自己的情绪。
- 2、尝试想办法保持好心情，做一个高兴的娃娃。
- 3、萌发幼儿关心他人，愿为好朋友带来快乐的情感。
- 4、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。
- 5、知道一些保持身体各部位整洁卫生的方法。

前期准备：

- 1、心情火车六列；
- 2、画有圆脸的彩色纸若干，勾线笔人手一份；
- 3、哭和笑娃娃各一个，投影仪一台。
- 4、幼儿对各种各样的表情产生了兴趣，并能分辨一些简单的表情。

活动重点：

大胆表达自己的情绪

活动难点：

尝试想办法保持好心情

预设内容：

一、说说演演

导入：“老师要带小朋友到两个小娃娃家去做客，现在我们一起出发吧！请小朋友观察哭笑图片，说说哭笑脸有什么不同。引出幼儿高兴与伤心的事件。

出示笑娃，引导幼儿观察娃娃的表情，如嘴巴往上翘、眉毛和眼睛弯弯的，眼睛眯成一条线等。

1、你们什么时候也会笑？

2、你们会学一学她笑的样子吗？还可以用什么来表示高兴？

出示哭娃，引导幼儿观察娃娃的表情，如嘴巴往下、眉毛和眼睛也往下，有眼泪等。

3、猜猜她为什么哭？怎样让她自己变的开心了呢？

4、你们什么时候也会哭？（重点启发、鼓励幼儿帮助同伴或娃娃想办法解决她遇到的伤心事，使她高兴起来，让幼儿懂得关心他人。）

二、画画讲讲

1、根据自己意愿画表情卡，画完后把它插入与自己相应号数的心情火车。

2、和朋友一起说说自己的表情卡，师观察、倾听、随机引导。

三、延伸活动

把心情火车处作为一个“心情小站”，鼓励幼儿在那里讲讲悄悄话，说说演演自己的表情、心情等。

[自评]

本次活动的形式多样，充分调动了孩子的积极性和主动性。

孩子们的表演虽然稚嫩，但是却是他们真实情感的表露。由帮助娃娃想办法高兴起来过渡到自己和同伴，孩子们很自然地想出了谦让、共享、轮流等办法，而在画画讲讲中，孩子记录下了自己最真实的情感、表情，又在互相交流中进一步萌发了要让好朋友快乐的情感，较好地完成了活动目标及重难点。然而中班孩子对保持好心情的经验还是比较少的，这需要我们在今后的活动和日常生活中不断积累的，所以最后的延伸活动是比较有意义的。

活动反思

反思对于一个教师来说是非常重要的——，它能使教师对自己的表现有个整体的回顾。

本次活动的形式多样，充分调动了孩子的积极性和主动性。孩子们的表演虽然稚嫩，但是却是他们真实情感的表露。由帮助娃娃想办法高兴起来过渡到自己和同伴，孩子们很自然地想出了谦让、共享、轮流等办法，而在画画讲讲中，孩子记录下了自己最真实的情感、表情，又在互相交流中进一步萌发了要让好朋友快乐的情感，较好地完成了活动目标及重难点。然而中班孩子对保持好心情的经验还是比较少的，这需要我们在今后的活动和日常生活中不断积累的，所以最后的延伸活动是比较有意义的。

以上是我在活动中的—点感想，我只希望以后再通过教学实践多摸索经验，使自己的教学水平提高到一个新的台阶。

中班不挑食教案及反思篇三

活动目标：

- 1、初步了解骨骼的作用，知道基本的种类；
- 2、对人体奥秘感觉兴趣。

活动准备：

布袋木偶、邀请园内医生或做医务工作的家长来园参与活动。

活动过程：

一、骨骼在哪里？

(1) 幼儿自行或互相摸、捏身体各个部位，找出哪些部位有骨骼。(2) 医务人员结合人体骨骼模型说出主要部位骨骼名称，幼儿指出相应的位置。

二、骨骼本领大。

(1) 医务人员介绍人体主要骨骼的作用：头骨保护大脑、四肢骨、脊椎骨支撑身体，胸骨、肋骨保护内脏。

(2) 出示布袋木偶，引发幼儿讨论，如果人体没有骨骼的支撑会怎么样？(如果没有骨骼，身体就会像一个软软的袋子，什么事也做不成了。)

三、保护骨骼。

(1) 幼儿自由讨论：怎么保护骨骼，使骨骼长得很结实、健壮？

(2) 师幼共同保护骨骼的正确方法：坚持锻炼，多晒太阳，多吃含钙食品，姿势正确，不从高处往下跳。

活动建议：

(1) 可以利用图片，让幼儿观察骨骼的形状和样子，主要分布在身体的什么位置。

(2) 合理调配幼儿的膳食，保证幼儿生长所需要的营养量，及

时提醒幼儿保持正确的坐、立、行姿势，并帮助幼儿纠正不正确的姿势。

中班不挑食教案及反思篇四

每天在对幼儿进行知识技能学习的同时，我发现幼儿有很多不容易察觉，却很不好的一些坏习惯，这些坏习惯天长日久就会习以为常，不容易改变，因此我设计了这节课，意在让幼儿认识到哪些行为是好的，是值得提倡的和学习的，哪些行为是不好的，不值得学习，应该改正的。

活动目标

- 1让幼儿知道哪些行为是好的，应该坚持，哪些行为是错的，应该改正。
- 2让幼儿尝试用完整话来回答问题，培养幼儿的语言表达能力。
- 3在游戏中，培养幼儿的团队精神，和体验成功的快乐

教学重点、难点

教学重点：让幼儿知道哪些行为习惯是不好的，要改正，哪些行为习惯是好的，应该坚持。

教学难点：让幼儿用完整话来回答问题。

活动准备

大的骰子红旗蓝旗各若干个大的跳棋一个教学用挂图若干好习惯坏习惯字条若干录音

活动过程

一、故事不讲卫生的小猪情景导入

- 1、教师一边讲解故事，一边逐幅图的出示挂图。
- 2、幼儿看图听教师讲解。

二基本环节

- 1、幼儿看图用完整话回答教师问题。
- 2、教师板演对应每幅图，贴出相应的字条：

例如：

坏习惯：不按时起床饭前便后不起手吃水果不洗不洗澡不换衣服

肚子里有蛔虫

- 3、问幼儿我们应该学习这个小猪的这些坏习惯吗？
- 4、鼓励幼儿说出相应的好习惯，用完整话说出应该怎样做？

例如：

好习惯：按时起床饭前便后要洗手果蔬要洗干净勤洗澡勤换衣服

肚子里没有蛔虫

- 5、小猪知道自己错了，也知道以后应该怎么做，他编了一个好听的《数字歌》送给幼儿，放录音，小朋友们听，然后有节奏的两人一伙拍手说：“数字歌”。

例如：你拍一我拍一，清洁卫生要牢记。

你拍二我拍二，洗手洗脸要勤快。

你拍三我拍三，刷牙洗脚在睡前。

你拍四我拍四，天天早睡又早起。

你拍五我拍五，自己收拾好床铺。

你拍六我拍六，保护鼻子不乱抠。

你拍七我拍七，衣服袜子自己洗。

你拍八我拍八，清洁卫生靠大家。

你拍九我拍九，饭前便后要洗手。

你拍十我拍十，清洁卫生是大事。

7、幼儿踊跃回答，提倡说完整话。

例如：坏习惯：

个别幼儿上下楼梯打闹，有的幼儿浪费水，有的幼儿骂人，有的幼儿吃零食，有的幼儿午睡说笑打闹……等等。

好习惯：应该上下楼梯安静，不浪费水，不打人不骂人，不吃零食，不挑食，安静睡午觉……等等。

8、游戏——《好习惯跳跳跳，坏习惯退退退》

游戏规则：地上放一个大的跳棋，教师自制的，上边有一些图片，有的图片是好习惯，上边有提示，好的习惯向前走，不好的图片就后退。将幼儿按人数分成红，蓝两队，每对每次选出一名幼儿掷骰子，然后找到相应的图片，在分析是好习惯还是坏习惯，比比哪队最先到达终点。

三、结束部分，拓展延伸：请小朋友们回到家里以后找一找，看看家里有哪些是不好的习惯，哪些是好习惯。

中班不挑食教案及反思篇五

近一段时间，幼儿园的孩子感冒的很多，有的家庭甚至不再送幼儿来，我向家长和孩子们询问不来园的原因，他们告诉我感冒了，怕传染。看到家长们对感冒的认识抱有恐慌的态度并影响着身边的孩子，我设计了“关于预防感冒”的系列活动，希望通过活动的开展，能够让家长和孩子们客观地认识感冒，减少对感冒的恐慌，并引导家长积极预防感冒。

- 1、通过讨论和观看课件了解感冒的症状
- 2、学习诗歌《感冒拜拜》帮助幼儿记忆预防感冒的方法
- 3、会用多种方法、多种形式让幼儿园里的伙伴和家长了解感冒的`预防方法，感受、体验关心他人的自豪感。
- 4、了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。
- 5、初步养成良好的卫生习惯。

关于感冒图片

- 1、引导幼儿讲述自己的感冒症状

幼儿：会发烧、流鼻涕、咳嗽。

教师：小朋友都说了自己感冒的症状，小朋友请看图片看看老师整理的感冒的症状。

幼儿：头痛

幼儿：发烧

幼儿：浑身酸痛，流鼻涕

教师：还有呕吐，寒战

教师小结：我们感冒会有很多症状头痛，发烧，咳嗽，浑身酸痛，流鼻涕、呕吐，寒战等很多症状。

2、讨论：感冒了怎么办？

幼儿：打针

幼儿：去医院

幼儿：吃感冒药

幼儿：有梨

教师：这是冰糖雪梨，可以止咳润肺，小朋友感冒了可以让妈妈给你们做，可以治咳嗽

幼儿：哦，我奶奶给我做过，我吃过

教师：图片中有什么？

幼儿：一个小孩披着被子

教师：对，这是加强保暖多出汗，感冒就好了

小结：感冒了，除了吃药打针还可以用健康的方法比如：吃冰糖雪梨，加强保暖多出汗

3、教师：预防感冒很重要，小朋友有什么方法？ 幼儿：多喝水，多锻炼

幼儿：多吃水果
幼儿：戴口罩

教师：刚刚我们知道了这么多的预防感冒的好方法，老师也整理一些

预防感冒的方法，请看图片

幼儿：小孩戴帽子

教师：对，小朋友要注意保暖

幼儿：要洗手

教师：对要勤洗手，要有正确地洗手方法，我们大家一起洗洗手吧！挽起小袖子，手心手背搓一搓，把小手洗干净，吃东西就不会吃到细菌病毒。

幼儿：还有大蒜

教师：小朋友可以吃大蒜，大蒜可以杀菌

幼儿：想

教师：老师这里有一首预防感冒的诗歌我们一起学一下吧

感冒拜拜

哎呀呀，感冒了，真呀真难受！

预防感冒很重要，大家要知道！

多吃水果和蔬菜，还有大葱和大蒜，

多运动，多喝水，常通风，勤洗手注意保暖，戴口罩。

我和感冒说拜拜。

教师：小朋友们学会了这首儿歌，可以教给爸爸妈妈哥哥姐姐弟弟

妹妹们，让他们学会预防感冒，让我们一起和感冒说拜拜

幼儿绘制感冒预防卡，和老师一起拍摄洗手照片等。

从执教的情况来看，我觉得自己在课堂上的组织语言还有待加强，如何让孩子对你的提问或是小结能更好的明白、理解，是自己在以后的教学中需要关注的一个重要方面。