

营养日活动教案(模板5篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

营养日活动教案篇一

设计意图;在生活中我们发现幼儿挑食，偏食的现象普片发生，幼儿期不良饮食习惯一旦形成，纠正起来非常不易，对幼儿的健康成长也 不利。《指南》中指出“帮助幼儿养成良好的生活与卫生习惯”所以我针对这一点设计了本次活动。让幼儿在情景化的学习过程中，尝试进行合理的食物搭配，获得健康饮食行为的自主建构，以此促进幼儿良好进餐习惯的养成。

活动目标:

1. 通过了解食物金字塔，对食物搭配感兴趣。
2. 在猜测、分析食物金字塔的过程中知道食物的五大种类
3. 能根据食物金字塔为自己设计一份营养餐，明白营养均衡才能健康成长活动准备:

知识经验准备;有吃过自助餐的经历物质材料准备;ppt课件，自助餐小情景，营养师标志活动过程:

3. 知道检查身体的重要性。
4. 帮助幼儿了解身体结构，对以后的成长会具有一定的帮助。

(2)小结：归纳儿歌：“宝塔底层最重要，谷类食物营养好”。

(2)小结：归纳儿歌：“肉蛋鱼虾第三层，每天适量换着吃”4.出示牛奶豆类食物(1)师；每天还应该给身体补充些什么呢？就在金字塔的第四层上。我们一起看一看。

(2)小结：归纳儿歌：油炸食品在塔尖。尽量少吃要记牢。

三、根据健康饮食金字塔标准，调整所选食物1、幼儿调整所选食物2、师；今天在哈哈餐厅，你们利用营养知识，为自己设计了搭配合理的营养餐，营养师真为你们高兴！希望你们以后在生活中也能做到不挑食、不偏食，养成科学进餐的好习惯活动延伸；1.将课件和儿歌制成图书投放到阅读区，供所有幼儿观看和交流。

2.根据食物金字塔为自己设计一天的营养餐。

教案反思

能够从幼儿游戏是发现有价值的教育契机与内容，并转为集体教育活动，较好地满足了幼儿的需要，有效地促进了幼儿的发展。

活动中幼儿感受了每天应该吃有营养的食物，每种食物都有不同的营养，每样都吃，不挑食，才能成为健康宝宝。

营养日活动教案篇二

活动目标：

- 1.初步了解合理的饮食结构，培养科学进餐的好习惯。
- 2.尝试自己设计一份营养餐，对食物搭配感兴趣。
- 3.主动和同伴交流，并能对自己和同伴的设计进行恰当的评价。

4. 了解生病给身体带来的不适，学会预防生病的方法。
5. 帮助幼儿了解身体结构，对以后的成长会具有一定的帮助。

活动准备：

各种食物图片、盘子，健康金字塔范图、营养师标志。

活动过程：

1. 导入。以营养师的角色将幼儿带入游戏情境。

师：小朋友，这里是哈哈餐厅，我是哈哈餐厅的营养师。为了欢迎你们的到来，我们哈哈餐厅特意准备了美味的自助餐。

3. 幼儿为自己挑选一份自助餐。(请你取一个盘子去挑选事物，注意了，挑选好后赶紧回到座位，和你的好朋友说一说你挑选了哪些事物)
4. 和身边的伙伴交流所选的食物。

5. 挑选几个选择菜肴具有代表性的幼儿，请幼儿讨论他们的自助餐搭配是否合理。

6. 营养师针对幼儿挑选食物的情况进行小结。

小结：谷类食物能为我们提供人体所需要的能量，让我们有足够的精神和力气来生活和运动，所以我们离不开谷类食物。

归纳儿歌：“宝塔底层最重要，谷类食物营养好”。

小结：除了小朋友刚刚讲的有许多营养外，蔬菜和水果还是我们人体内的环保卫士，能帮助我们清除体内垃圾，促进食物消化，所以也必须多吃一些。

归纳儿歌：“肉蛋鱼虾第三层，每天适量换着吃”d.每天还应该给身体补充些什么呢?就在金字塔的第四层上。我们一起看

一看。

(出示图片)喝了牛奶，我们会···(长个子、身体强壮)这是什么?豆腐是用什么做的?你还吃过哪些豆制品)小结：奶类和豆类都含有丰富的蛋白质，所以“每天都要吃一点”。

集体讨论猜测(出示答案：油炸、烧烤类食品)说说油炸、烧烤类食品的种类和危害。

小结：油炸、烧烤类食品不仅不卫生，还会刺激胃肠道，引发腹痛、腹泻。长期食用还会导致肥胖、营养不良的现象，所以我们应该尽量少吃。

归纳儿歌：“油炸食品在塔尖，尽量少吃要记牢”2.刚才我们一起学习了“健康饮食金字塔”，营养师还给金字塔编了首好听的儿歌呢!(完整讲述一遍儿歌，幼儿跟说)宝塔底层最重要，谷类食品营养好;蔬菜水果第二层，两类食物不能少;肉蛋鱼虾第三层，每天适量换着吃;牛奶豆类第四层，每天记着吃一点;油炸食品在塔尖，尽量少吃要记牢。

反思：

能够从幼儿游戏是发现有价值的教育契机与内容，并转为集体教育活动，较好地满足了幼儿的需要，有效地促进了幼儿的发展。

活动中幼儿感受了每天应该吃有营养的食物，每种食物都有不同的营养，每样都吃，不挑食，才能成为健康宝宝。

营养日活动教案篇三

活动目标：

1、能有兴趣地观察下雨的情景，知道春天会下雷雨。

2、充分体验听雨、看雨、玩雨的乐趣。

3、对科学活动感兴趣，能积极动手探索，寻找答案，感受探索的乐趣。

4、培养幼儿观察能力及动手操作能力。

活动准备：

活动前了解天气预报，选择下雨天气开展此活动。

活动室内准备几把雨伞。

录音机，音乐《大雨小雨》磁带。

活动过程：

1、谈话引起兴趣。

“轰隆隆，轰隆隆”是什么声音在响呀？让我们一起竖起小耳朵仔细听。引导幼儿知道轰隆隆的声音是打雷的声音，了解春天来了，有时也会下雨，这就是春雨。

2、和幼儿一起听雨。

我们一起闭上眼睛，听听看，你听到的雨声是怎么样的？

引导幼儿用各种象声词来表达。（“哗啦啦”、“淅沥沥”、“沙沙沙”“哗啦哗啦”“滴答滴答”等）

3、和幼儿一起看雨。

（1）雨点是从哪里落下来的呢？是怎么落下来的呢？落下来的时候是什么样子的呢？引导幼儿用自己的语言表达自己的感受，可以用“雨点象什么”来表达。

(2) 雨点落在地上像什么？地上会有什么？

引导幼儿发现雨点落在地上会溅起泡泡样的水花，积水中会有水纹等现象。

(3) 看看小草、小花、小树在雨里是什么样子的？

知道这些植物喝足了水会长得更好。

4、和幼儿一起玩雨。

(1) 我们用小手接住雨看看，雨是什么颜色的？雨点落在手上有什么感觉？

(2) 和好朋友一起撑着雨伞踩水花玩，提醒幼儿不要把自己淋湿。

5、在音乐《大雨小雨》的声中结束活动。

自我评析：

此活动充分调动幼儿的多种感官，通过听、看、摸让幼儿充分体验听雨、看雨、玩雨的乐趣，从中了解春雨的特点，感知春天的天气是多变的。在整个活动中，幼儿是活动的主体，寓教育与玩乐之中，符合小班幼儿的兴趣、经验和能力。

教学反思：

此活动充分调动幼儿的多种感官，通过听、看、摸让幼儿充分体验听雨、看雨、玩雨的乐趣，从中了解春雨的特点，感知春天的天气是多变的。在整个活动中，幼儿是活动的主体，寓教育与玩乐之中，符合小班幼儿的兴趣、经验和能力。

营养日活动教案篇四

- 1、认识常见的几种蔬菜，知道其名称和外形特征。
- 2、丰富幼儿相应知识，引导幼儿学会按植物食用部分的不同名称分类。
- 3、幼儿能积极的回答问题，增强幼儿的口头表达能力。
- 4、激发幼儿在集体面前大胆表达、交流的兴趣。

1、萝卜白菜花菜玉米茄子实物各一。

2、各种蔬菜图片每组一套。

（一）导入：今天蔬菜宝宝们要开一个联欢会，想请小朋友们一起来参加，你们愿意吗？

（二）集体学习活动。

1、分别出示各种蔬菜，引导幼儿认识各种蔬菜，联系生活经验说说它们的外形特征和各种吃法、味道等。

3、小朋友们快来做调解员，帮它们分分类、评评理吧！

4、教师手拿实物，以蔬菜宝宝的口吻分别介绍自己的特点：

芹菜：我是芹菜宝宝，人们最爱吃我的杆（茎），我的杆又鲜又嫩又好吃。

萝卜：我是萝卜宝宝，人们最爱吃我的根，我的根营养丰富，还有杀菌的作用呢。

白菜：我是白菜宝宝，人们最爱吃我的叶，我的叶子又大又白又水灵，真好吃。

花菜：我是花菜宝宝，人们最爱吃我的花，我的开的花好看又好吃，还有抗癌功能呢。

茄子：我是茄子宝宝，人们最爱吃我的果，我的果实又黑又亮，营养也很丰富。

玉米：我是玉米宝宝，人们最爱吃我的籽，我的籽煮熟了香喷喷的，可好吃了，人们还说我是—种保健食品呢。

5、它们都作了自我介绍，小朋友们来给它们评评理吧。

（引导幼儿认识蔬菜的根、茎、叶、花、果、籽六种不同组成部分，知道各种蔬菜都可以为人们提供不同的食用部分，每种蔬菜的营养都很丰富）

6、蔬菜宝宝们说：小朋友们说得真好，评得也很有理，它们都成了好朋友，高高兴兴地去参加联欢会了。

（三）分组学习活动。

师：蔬菜宝宝还有许多好朋友，你能帮它们分别找到好朋友吗？

（引导幼儿按蔬菜不同组成部分分类）

（四）评价活动。

请分得又快又对的一组幼儿选—名代表上来演示，师作适当评价。

在讨论过程中，我不失时机地告诉孩子们哪种蔬菜含有什么营养成分，这种营养对人身体有什么作用，孩子们听得津津有味。对有的营养成分名称幼儿不太熟悉，就要求老师再说—遍。最后孩子们懂得了只有多吃蔬菜，才能健康成长。通过这种生动活泼的教学方式，孩子对常见蔬菜有了进一步的

了解，并增长了知识，课堂收到了良好的效果。

营养日活动教案篇五

活动目标：

1. 感知各种萝卜的不同特征，指导萝卜的品种。
2. 初步尝试在表格上记录自己猜想的结果。
3. 愿意进行探索活动，感受发现的快乐。
4. 愿意大胆尝试，并与同伴分享自己的心得。
5. 发展幼儿的动手能力。

活动准备：

白萝卜、胡萝卜、一点红、绿萝卜的实物准备；小刀一把；再准备一块砧板。

活动过程：

一、萌发探索萝卜的兴趣，教师引导师：小朋友，小兔菜地里的萝卜成熟了，让我们一起去帮帮他们，拔萝卜吧！

师幼随着音乐，拔萝卜。

二、感知萝卜的外部特征(颜色、形状、表面)师：你拔了一个什么颜色萝卜？

师：白色的萝卜形状是怎么样的?(椭圆形)师：白色萝卜叫白萝卜。

一点红师：萝卜上有白色、有红色，这叫一点红。

胡萝卜师：这个萝卜是什么颜色？是什么形状的？

绿萝卜师：绿萝卜有个好听的名字叫心灵美。

绿萝卜摸起来，是什么感觉？

这些萝卜是长在哪里呢？（泥土里、田里）出示ppt师小结：其实这些萝卜是一个大大的根，长在泥土里，我们需要用大大的力气把它们拔起来。

三、萝卜分类货架上四个框框，有红色、绿色、橘黄色、一点红的四种颜色的框框幼儿根据自己手中的萝卜的类型进行分类师小结：我们认识了萝卜的颜色，这些都是萝卜表皮的颜色，就像我们小朋友穿的衣服一样。

四、观察、记录萝卜皮肉的颜色如果把萝卜切开来，会是什么颜色呢？

出示表格师：这张表上有什么呢？表格上的小问号是什么意思呢？眼睛是什么意思？

教师根据幼儿的猜想，依次贴上不同的颜色标志切开相应颜色的萝卜，让幼儿进行验证。

师小结：原来呀，白萝卜和胡萝卜表皮的颜色和肉肉的颜色是一样的。

师：一点红、心里美的萝卜切开来是什么颜色呢？

拿2张颜色图片，上来贴在表格上。

师：请小朋友说说看，你选了哪几种颜色？为什么？

女孩子、男孩子分组粘贴，进行猜想一点红切开来（白色）心

里美切开来(枚红色)五、品尝萝卜师：那我们小朋友都喜欢吃萝卜吗?喜欢、不喜欢。

教师小结：其实，萝卜的营养非常的好，也很好吃，我们要多吃它。小兔为了感谢我们给我们送来了很多好吃的萝卜，你们想怎么烧呢?陈老师这里也有几种烧法，一起来看一看吧。有。

师：“你们想不想吃啊?”

想师：“我们樱桃班里的甬港饭店已经为我们准备了美味的萝卜宴，我们也一起来尝尝吧?好(放音乐结束)对于小班幼儿，创设情境的教学是有效的导入方式。

有幼儿说”像小老鼠的脑袋“，教师可以抓住时机，以此来丰富幼儿的想象。

对幼儿抓得比较紧，牵着幼儿走。应以对话的形式和幼儿进行交流，让活动更加生动、流畅，按萝卜的自然属性颜色进行分类。符合小班幼儿的认知特点形象生动的表格用猜想、验证的方式，帮助幼儿梳理经验。对小班幼儿，这种表格的记录方式也是可行的。

打破思维定势。”眼见的才是真实的，不能想当然。”切萝卜的方式，应该多角度去切，让幼儿切实查证萝卜里面的颜色，这样才是科学的。

小朋友知道了萝卜不仅有趣，它还有很多吃法，刺激幼儿的食欲。

教学反思

1、针对幼儿活泼好动的个性特点，我采取了表演的方式，调动了孩子们的积极性，在幼儿在玩中快乐学习。

2、教学中我从学生的实际出发，尊重学生的主体地位，致力于构建开放的、民主的课堂环境，让学生通过主动参与、合作探究方法，在情境中学习，在学习中交流，在交流中学会方法。并充分利用信息资源沟通课堂内外知识，联系学科，联系生活，努力拓宽学生学习空间，以提高教学的实效性，较好地完成了我设定的教学目标。学生的学习热情高涨，师生互动、生生互动频繁。