

蔬菜宝宝教案中班健康领域 中班健康教案我知道的蔬菜(优秀8篇)

作为一位兢兢业业的人民教师，常常要写一份优秀的教案，教案是保证教学取得成功、提高教学质量的基本条件。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来了解一下吧。

蔬菜宝宝教案中班健康领域篇一

- 1、大胆与同伴交流自己知道的蔬菜。
- 2、进一步认识常见的蔬菜，感知蔬菜的不同特征。
- 3、尝试对常见蔬菜进行分类。
- 4、尝试用绘画、折、剪贴等方式表现自己喜欢的蔬菜。
- 5、知道人体需要各种不同的营养。

备常见的蔬菜实物若干。创设“菜园里”的背景图。提供各种美工材料。

一、谈话激趣

我们每天都需要吃蔬菜，你知道哪些蔬菜？

二、同伴交流

引导幼儿用自己带来的蔬菜图片，结合自己的经验，与同伴交流自己知道哪些蔬菜，他们分别长得什么样子，比一比，看谁知道的蔬菜。

三、认识蔬菜

教师展示各种蔬菜实物，引导幼儿看一看、说一说、它们的形状、颜色、味道等。

四、美工创作

提供各种美工材料，鼓励幼儿运用绘画、折、剪贴等方式表现自己喜欢的蔬菜。

由于课前有请家长配合做好经验准备，也由于这个活动课比较贴进幼儿生活，蔬菜在每个季节都是随处可见，而且种类非常多，是孩子们在日常生活中经常接触的一种，所以这对孩子来说并不难，班上的孩子都能说出几种常见的蔬菜名称，有的孩子认识的还不少，但是对各种蔬菜的特点描述的时候不能有效的组织语言完整的表达，只能简单的说出各种蔬菜的颜色。

蔬菜宝宝教案中班健康领域篇二

- 1、了解几种常见蔬菜的营养价值。
- 2、能根据颜色特征给蔬菜分类。
- 3、喜欢并愿意吃多种蔬菜，不挑食。
- 4、知道人体需要各种不同的营养。
- 5、初步了解健康的小常识。

了解蔬菜的营养价值及愿意吃多种蔬菜，不挑食。

- 1、胡萝卜、芹菜、大蒜宝宝的手偶。

2、蔬菜百宝箱（里面装有：西红柿、土豆、黄瓜、萝卜、辣椒、青菜等实物），幼儿人手一个蔬菜卡片。

3、蔬菜宝宝给幼儿们的一封信。

一、教师请幼儿猜谜语，调动幼儿参与活动积极性。

1、教师：圆圆的脸儿像苹果，又酸又甜营养多，既能当菜吃，又能当水果。（谜底：西红柿）

2、教师：紫色的树，开紫花，紫色的果果里盛芝麻。（谜底：茄子）

二、出示蔬菜百宝箱，教师组织幼儿讨论蔬菜的不同种类。

1、教师：平时你吃过什么蔬菜？请幼儿上来说说。

2、教师：请大家想一想，红色、绿色、紫色、黄色、白色的蔬菜各有哪些？

3、幼儿互相讨论，发言，根据幼儿发言从蔬菜百宝箱里出示相应的蔬菜。

4、教师：请小朋友把这些蔬菜宝宝送回家，想想能把几种蔬菜送回一个家？

5、利用各种蔬菜，幼儿人手一个蔬菜卡片，让幼儿根据蔬菜颜色、特征进行分类。（如把青菜、菠菜送回一个“家”，因为它们都是绿色的）

三、根据各种蔬菜事物，引导幼儿了解蔬菜的营养价值。

1、教师：你们喜欢吃哪些蔬菜？为什么？

2、幼儿自由发言，表达自己的想法3、教师：我们听听蔬菜

宝宝是怎么说的。

四、欣赏手偶表演。

胡萝卜精灵：我长得红红的，身体里有丰富的维生素a小朋友吃了我，眼睛更明亮。

大蒜精灵：我的本领可真大，小朋友和我做朋友，我可以帮你杀灭细菌，保护你身体的健康。

芹菜精灵：我长得绿绿的，身体里有各种维生素和膳食纤维，小朋友吃了，可以大便通畅。

所有的蔬菜精灵：我们所有的蔬菜都有着很高的营养成分，其中，颜色越深的蔬菜营养价值就越高，尤其是深绿色的蔬菜营养价值更高。所以，希望中二班的小朋友以后多吃绿叶蔬菜。遇到其它颜色的蔬菜也不能挑食，因为各色蔬菜要搭配食用，这样才可以使蔬菜中的营养素起到互补作用。使吃了这些蔬菜的小朋友变得更加聪明、健康。

幼儿和蔬菜宝宝做朋友，说说悄悄话。

五、聆听蔬菜宝宝给幼儿写的一封信，改善幼儿的偏食、挑食现象。

幼儿自制蔬菜沙拉、凉拌西红柿或凉拌黄瓜

本次活动我是先让幼儿猜谜语，调动幼儿参与活动积极性，结合蔬菜实物组织幼儿讨论蔬菜的不同种类，做游戏给送蔬菜宝宝回家激发了了解蔬菜的兴趣，引导幼儿了解蔬菜的营养价值，环节组织幼儿欣赏手偶表演和聆听蔬菜宝宝的信把活动推向了巅峰。

蔬菜宝宝教案中班健康领域篇三

活动目标：

- 1、了解几种常见蔬菜的营养价值。
- 2、能根据颜色特征给蔬菜分类。
- 3、喜欢并愿意吃多种蔬菜、不挑食。

教学重难点：

了解蔬菜的营养价值及愿意吃多种蔬菜、不挑食。

活动准备：

- 1、胡萝卜、芹菜、大蒜宝宝的手偶。
- 2、ppt课件、蔬菜百宝箱(里面装有各种蔬菜实物)、蔬菜卡片。

查看课件：

中班健康课件《蔬菜宝宝我爱你》ppt课件

下载地址：

活动过程：

(一)教师请幼儿猜谜语，调动幼儿参与活动积极性。

- 1、教师：圆圆的脸儿像苹果，又酸又甜营养多，既能当菜吃，又能当水果。(谜底：西红柿)
- 2、教师：紫色的树，开紫花，紫色的果果里盛芝麻。(谜底：茄子)

(二) 出示蔬菜百宝箱，教师组织幼儿讨论蔬菜的不同种类。

- 1、教师：平时你吃过什么蔬菜？请幼儿上来说说。
- 2、教师：请大家想一想，红色、绿色、紫色、黄色、白色的蔬菜各有哪些？
- 3、幼儿互相讨论，发言，根据幼儿发言从蔬菜百宝箱里出示相应的蔬菜实物。
- 4、教师：请小朋友把这些蔬菜宝宝送回家，想想能把几种蔬菜送回一个家？
- 5、利用各种蔬菜，幼儿人手一个蔬菜卡片，让幼儿根据蔬菜颜色、特征进行分类。（如把青菜、菠菜送回一个“家”，因为它们都是绿色的）

(三) 根据各种蔬菜实物，引导幼儿了解蔬菜的营养价值。

- 1、教师：你们喜欢吃哪些蔬菜？为什么？
- 2、幼儿自由发言，表达自己的想法
- 3、教师：我们听听蔬菜宝宝是怎么说的。

(四) 欣赏手偶表演。

幼儿和蔬菜宝宝做朋友，说说悄悄话。

(五) 聆听蔬菜宝宝给幼儿写的一封信，改善幼儿的偏食、挑食现象。（老师模仿蔬菜精灵，给幼儿读取信件。）

小朋友你们好！你们听，厨房的蔬菜在讲着悄悄话呢！只听萝卜说：现在的小朋友，连看都不看我一眼。其实，不论做汤、做菜还是热炒、凉拌，我都有丰富的营养价值。这时，豆腐

接上了茬儿：我被称为营养之王，可小朋友也不喜欢我，我可怎么办呀？说着说着就在一旁哭泣起来。这时只听见盘子里的几块鸡骨头插话了：现在的人最喜欢我们，你们看看那么大一只鸡，一顿饭工夫，就剩下我们几块骨头了！说完，又洋洋得意地笑起来。蔬菜们正七嘴八舌地议论着，忽听菜案上的白菜站起来大声说：看这楼上的大壮，才5岁，体重就70多斤了，都是因为总吃鱼、肉，不吃蔬菜造成的。如果小朋友多吃蔬菜，就不会像大壮那样，连上一个台阶都气喘吁吁的！这时，老成持重、最有主见的韭菜站出来说：其实偏食的毛病都是小朋友无意中养成的。韭菜的话得到蔬菜们的一致赞同。

接着大家分头讨论总结说：亲爱的小朋友们，请记住我们的劝告吧，为了身体健康，蔬菜肉类都要吃，营养均衡最重要！亲爱的小朋友，一定要记住哦。

活动延伸：

幼儿自制蔬菜沙拉、凉拌西红柿或凉拌黄瓜。

蔬菜宝宝教案中班健康领域篇四

1、通过让幼儿品尝各种蔬菜来引出活动主题。

今天老师为大家准备了许多种菜，想请你们品尝一下，再猜猜看，他们都是什么菜。

小结：你们刚刚吃到的是白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等，他们都是蔬菜。

2、观察、认识白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等蔬菜。

今天老师从地里摘了很多的菜来，小朋友认不认识这些菜呢？你们都吃过吗？

小结:胡萝卜一头粗、一头细，它是橘黄色的。芹菜是绿色的，它有许多的叶子，梗子是白色的·····刚刚的白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等，它们都是蔬菜。

小结：蔬菜里含有丰富的维生素，如果长期不吃蔬菜，就会得上“坏血病”，导致牙龈出血，还有如果长期不吃蔬菜，小朋友上厕所拉屎就会有困难，小朋友还知道不吃蔬菜有什么坏处吗?幼儿讨论，小结：所以小朋友一定要多吃蔬菜。

4、通过让幼儿品尝各种蔬菜来引出活动主题。

今天你们的家人为大家准备了许多的蔬菜，想请你们品尝一下，我来看看那个小朋友想长的棒棒的、壮壮的、高高的。

蔬菜宝宝教案中班健康领域篇五

本次活动目的是让幼儿了解一个人在家时的安全常识，如：陌生人敲门时不开门，不开煤气，不碰电器开关，不趴在窗口玩耍等。建立初步的自我防范和自我保护的意识。

1、引导幼儿克服独自在家时的害怕心理，了解当自己一个人在家时，应该注意的一些基本安全事项，掌握一些基本的防拐骗技巧，学会保护自己。

2、引导幼儿初步运用较完整、连贯的语言看图讲述故事内容，发展幼儿的语言表达能力和逻辑思维能力。

3、在活动过程中，提高幼儿的安全意识。

故事《当你单独在家时》；情景表演的准备；音乐磁带《开汽车》

1、随着《开汽车》的音乐旋律，带领孩子们乘坐霄幼接送车到芳芳家做客。利用乘车活动来提高孩子们的情绪，并且复

习乘车的安全知识。

2、情景表演。我们刚来到芳芳家门口，发现芳芳正被一个歹徒抓走，我们急

忙救下了芳芳，把歹徒吓跑了。

3、进芳芳家坐下，向芳芳了解刚才发生的事情的经过（芳芳是被拐骗的）。

4、围绕芳芳的事情，向孩子们提出问题：

（1）当你单独在家时，感觉怎么样？在做些什么事情呢？

（2）如果你一个人在家时，有陌生人敲门，你会怎么办？

5、给幼儿讲故事《当你单独在家时……》。

6、围绕课件的内容与孩子们展开讨论：

（2）有人打电话过来了，智多星又是怎样帮助她的？还可以怎样做呢？

（3）有人来敲门了，智多星又是怎样帮助她的？还有其他办法吗？

（4）除了上面的安全事项，我们还要注意哪些安全事项呢？请幼儿自由讨论。

引导孩子们克服独自在家时的害怕心理，了解独自在家时应该注意的一些基本安全事项，掌握一些基本的防拐骗技巧，学会保护自己。鼓励幼儿将所学的知识运用到日常生活中。

7、引导幼儿看图片讲述课件里的故事，发展幼儿的语言表达能力和逻辑思维能力，进一步渗透、巩固所学的安全知识。

8、玩游戏：大灰狼和小兔子。让幼儿通过实践的游戏活动，在玩中学，更好地掌握住所学的安全知识。

9、结束活动：带领孩子们乘车回幼儿园。

1、知道爸爸妈妈不在家，自己不能给陌生人开门。

2、通过观看情境表演、讨论的方法，了解一个人在家时的安全知识。

3、有初步的自我防范和自我保护的意识。

了解有哪些幼儿有一个人在家的经验。

一、观看情景表演，了解一个人在家的`相关知识和行为。

1、请配班老师扮演玩具推销商，请幼儿看看他们新颖的玩具，让幼儿开门，观察幼儿的反应。

2、请大班老师扮演幼儿园的新老师，说是来家访的，让幼儿开门，观察幼儿的反应。

3、请保育员阿姨打电话给小朋友，说是爸爸或妈妈的好朋友或同事，请孩子开门，并要求带孩子到某一地方，观察孩子有什么反应。

4、使幼儿知道爸爸妈妈不在家自己不能让陌生人进门，必须等父母回来再开门。

二、组织幼儿讨论：

1、如果你一个人在家，遇到有陌生人来敲门，你会开门吗？为什么？

2、如果有人来敲门，你想对来说什么？

3、一个人在家可以做哪些事情？不可以做哪些事情？为什么？

三、教师小结：

1、如果你一个人在家，遇到有陌生人来敲门，可以不发出声音，假装自己不在家，如果有陌生人在开锁，可以打电话给110，但要说清家里的地址，或通知爸爸妈妈，让大人来应对。

2、一个人在家里要注意安全，不做危险的事，不乱动家里的电器插座、特别是不玩火等，要学会保护自己。

蔬菜宝宝教案中班健康领域篇六

1、进一步认识脚的功能。

2、享受跳舞的'乐趣。

3、提高自理能力。

录像机、舞蹈表演录像带。

红色、黄色和绿色的水彩、海绵。

大卡纸。

录音机、音乐录音带（有快、慢节奏）。

1、播放表演舞蹈的录像带，引导幼儿欣赏表演者的舞姿和服饰。

2、提议幼儿一起跳舞，跳舞前，老师在地上铺上几张大卡纸，并把几块海绵分别放进红色、黄色和绿色的水彩里。

3、请幼儿脱下鞋袜，踏在海绵上，当两只脚都沾了颜色后，

随着音乐在大卡纸上自由跳舞。

4、跳完舞后，老师帮助幼儿把脚洗干净，引导幼儿自己穿鞋袜。

5、请幼儿说说跳舞的感受，并讨论如果脚受伤了，不能做哪些活动，如何保护自己的双脚。

6、等大卡纸干透后，老师协助幼儿剪下脚印制作拼贴画

7、请幼儿试着找找自己的脚印，然后观察脚印上的纹理。

请幼儿说说最喜欢的拼贴画。

1、能说出脚的功能。

2、享受跳舞的乐趣。

3、能自己穿脱鞋袜。

蔬菜宝宝教案中班健康领域篇七

《3—6岁儿童发展指南》指出，教师要引导帮助幼儿养成良好的饮食习惯。帮助幼儿了解食物的营养价值，引导他们不偏食、少吃或不吃不利于健康的食品。通过播放“多吃蔬菜身体好”故事视频、蔬菜美食图片展示，幼儿为蔬菜涂上颜色培养孩子对蔬菜的喜爱。知道身体的生长发育离不开吃蔬菜的多少，了解常见蔬菜的名称、特征和作用。

1. 认知目标：认识常见的蔬菜，能说出蔬菜的名称以及基本特征。

2. 能力目标：初步了解常见蔬菜的营养价值，知道多吃蔬菜对身体有益。

3. 情感目标：初步养成喜欢吃蔬菜的良好习惯。
4. 培养幼儿乐意在众人面前大胆发言的习惯，学说普通话。
5. 培养幼儿的尝试精神。

了解多吃蔬菜的益处。

养成喜欢吃蔬菜的良好习惯。

“多吃蔬菜身体好”故事视频、蔬菜美食图片、常见的蔬菜图片与实物图

1. 情景导入：以“多吃蔬菜身体好”故事视频导入课题，并提问：小朋友们，刚才视频中你们看到什么呀？他们在做什么？它们可爱不？通过提问的方式，引导幼儿认识常见蔬菜。（5分钟）

2. 认识哪些蔬菜：出示图片，引导幼儿描述蔬菜的基本特征，告诉幼儿这些蔬菜对身体的益处。（8分钟）例如：

红彤彤、酸酸甜甜、红灯笼；含有很多维生素，防中暑，治牙龈出血，美容。可以做菜也可以当水果吃哟。

(2) 黄瓜：翠绿、脆。凉拌青瓜可以减肥。有些人还用来敷面美容。

(3) 胡萝卜：红，可以预防近视，人吃了不会那么快老喔。

(4) 小白菜：可以帮助我们提供营养、强身健体。可以减肥，预防肥胖症。

(5) 南瓜：帮助食物消化，预防便秘

(7) 蒜头：蒜头的味道虽然闻着有点辣，但是可以炒着吃、拌

着吃，吃了它会把咱们身体里的病菌全部杀死。增强抵抗力，少生病。

3. 引入蔬菜美食：既然蔬菜那么重要，孩子们吃过哪些蔬菜美食呢？

孩子各抒己见，老师适当引导。展示美食图片。（3分钟）

4. 展示蔬菜实物，让幼儿根据老师的提示选出对应的实物。

5. 给孩子发放蔬菜卡通图片和模型，请幼儿为手上蔬菜上颜色。培养对蔬菜的感情与喜爱。（4分钟）

安排区域活动：

方案一：带领孩子观看蔬菜园

方案二：模拟蔬菜超市，自主选择，进行营养搭配。引导幼儿将所学知识应用到生活中，养成合理膳食的习惯，增强学习的兴趣。

教学反思：

蔬菜是幼儿园经常要吃的食品，小朋友不爱吃，老师根据幼儿年龄特点，注重教学趣味性用变魔术的方法激发幼儿的兴趣，运用多样化教学手段调动幼儿学习的积极性，使幼儿在认知能力和情感方面得到发展。通过观察比较，发展幼儿观察力，提高感知力，丰富了认知。最后品尝制品，激发了幼儿爱吃蔬菜的情感。

蔬菜宝宝教案中班健康领域篇八

文章

活动目标：

- 1、感受蔬菜的不同特征，乐意用语言表达自己的认识。
- 2、能按生吃、熟吃给蔬菜分类，了解蔬菜的营养，产生爱吃蔬菜的情感。

活动准备：

各种蔬菜、水果刀、案板

活动过程：

1、小朋友们，昨天郭老师到菜市场买了很多好吃的蔬菜，你们猜一猜，我买了那些蔬菜呢？请幼儿说，提升幼儿的生活经验。

2、“你们猜了那么多，让我们来看看到底有哪些？”我把买的蔬菜都买过来了，他们就在爸爸妈妈的手里，一会请小朋友轻轻的`走过去，去看看有哪些菜，他们长的什么样子，用手摸一摸。

3、请幼儿选一样你喜欢的蔬菜拿在手里做回自己的座位，给旁边的小朋友讲讲你拿的蔬菜。

4、请幼儿到前面给大家做介绍：

重点说说你拿的是什么蔬菜，它长的什么样子，摸上去感觉怎么样？

茄子——紫色的，弯弯的，象、、、，引导幼儿说说像什么？

白萝卜——指住根须，它有什么用？

西红柿——红红的、圆圆的，摸上去滑滑的，还有谁也是拿的西红柿请过来，小朋友说说有什么不一样，（大小不同）每人说一句介绍西红柿的话放回桌子上。

小白菜——我有绿绿的叶子，像一棵小树一样。

（还有什么也是绿叶蔬菜，请幼儿说）

引出包菜，

花菜

洋葱、大蒜——比较不同。

黄瓜——绿绿的、长长的、上面还有小刺，请所有拿黄瓜的都上来，比较有什么不同（长短不同）

胡萝卜——比较不同（粗细不同）

藕——一节一节的，他里面是什么样子，幼儿说，

用刀切来看看，发现有很多丝，这就叫“藕断丝连”

5、小朋友看，老师买了那么多的蔬菜都放在桌子上了，现在请小朋友说说那些可以生吃？幼儿说，老师放一边，分类。另外的还可以怎么吃？其他的不管是炒还是煮，都得煮熟了才吃。

6、这些蔬菜都有丰富的营养，含有多种维生素、矿物质和纤维，像西红柿、黄瓜可以美容，芹菜可以利便帮助消化，所以小朋友要多吃蔬菜，不挑食，这样才能长的更健康、更结实、更漂亮！