

# 幼儿园小班健康我爱吃水果教案 我会正确用餐小班健康教案(大全10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？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

## 幼儿园小班健康我爱吃水果教案篇一

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，编写教案是必不可少的，教案有助于学生理解并掌握系统的知识。教案应该怎么写才好呢？以下是小编为大家收集的《我会正确用餐》小班健康教案，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

- 1、尝试自己吃饭、吃点心，培养独立进餐的习惯。
- 2、了解饭菜的营养，懂得样样菜都要吃。
- 3、体验自己吃饭后的成功感。
- 4、了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。
- 5、初步了解健康的小常识。

物质准备：餐桌、餐具、自制的“鱼、肉、蛋、菜”等食物。

情景表演：我会正确进餐。 幼儿活动操作材料“健康·正确进餐”。

(一)引导幼儿观看情景表演“我会正确进餐”。

- 1、师：今天老师带来一段情景表演，请小朋友认真看看看表

演里发生了什么事。

2、教师表演。

3、师：现在请小朋友说说刚才的表演里发生了什么事？(幼儿回答)

4、师：表演里讲的老师坐在餐桌前一手拿勺一手扶碗，专心吃饭。饭、菜、鱼、肉、蛋样样都吃，不挑食。饭后还自己清理桌面，有序收放餐具。

(二)组织幼儿讨论：为什么这样进餐好？你是怎么进餐的？

1、师：老师这样进餐好吗？为什么？(幼儿回答)

2、师：对了，因为这样进餐不挑食、自己吃饭、还自己清理桌面收拾餐具，是很好的。那你是怎么进餐的？(幼儿回答)

3、师小结：像老师一样专心吃饭，不挑食，而且吃完饭后会自己清理桌面、有序收放餐具的小朋友，每个人都会很喜欢他，这是一个好习惯，所以以后我们也要像这个小朋友一样正确进餐。

(三)引导幼儿完成操作册材料“正确进餐”

1、引导幼儿看一看，说一说图片内容。

2、请幼儿判断对错并涂色。

师：你们想一想他们这样做对不对，在对的下面涂上颜色。

3、结合操作册，鼓励幼儿学习正确的进餐方法。

(1)师：我们看一看这幅图，这样做对我们身体健康吗？(幼儿回答)

(2)师：对了，我们应该一手拿勺一手扶碗，专心吃饭。饭、菜、鱼、肉、蛋样样都吃，不挑食。饭后还自己清理桌面，有序收放餐具。

(四)品德教育：引导幼儿养成正确进餐的方法。师：我们要养成良好的饮食、进餐行为习惯，摄取丰富的营养这样我们才能健康成长，变的越来越聪明。

(五)活动结束。

## 幼儿园小班健康我爱吃水果教案篇二

(1) 没有稳定的漱口的习惯：很多孩子不自觉，吃好午饭就想去玩，在xx提醒下才马马虎虎进行。

(2) 不知漱口的正确方法：在漱口过程中，常常会没有经过口腔清洁的环节，直接将水吐出来、或将漱口水咽下去。因此有必要对小班幼儿进行一次健康活动。

2、教学设计的思路——利用信息化手段，化解了学习的重难点。

幼儿一日三餐后，难免口中有食物残渣，漱口是一种方便快捷的清洁口腔的方法，可保证幼儿的牙齿清洁和健康。为此，我设计这节活动，整个活动利用课件创设“帮丁丁漱口”情境，通过课件的声、色、形作用，让幼儿直观感受到漱口可以让口腔变干净，从而使幼儿真切地感受到了漱口的作用，愿意尝试正确的漱口方法。

## 幼儿园小班健康我爱吃水果教案篇三

活动目标：

1、冬天不怕冷，养成早睡早起的好习惯。

- 2、知道在冬天也要坚持按时入园。
- 3、初步了解健康的小常识。
- 4、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。
- 5、学会在日常生活中保持乐观的情绪，逐渐养成乐观开朗的性格。

活动重难点：

重点：让幼儿知道冬天不怕冷，养成早起的好习惯。

难点：能坚持按时入园。

活动准备：

幼儿用书

活动过程：

## 一、导入活动

1、教师：现在是冬天了，天气都变得很冷了，所以我们现在都穿着厚厚的衣服，这样才不会觉得冷。是吧！

2、教师：苏钟老师还有一个办法可以让我们的身体变得暖和起来。小朋友，现在跟着钟老师一起来运动运动吧！

教师带领幼儿开展体育活动。

教师引导幼儿说说自己活动前与活动后身体感受的变化

4、小结：在我们活动之前我们会感觉身上冷冷的，但是运动了之后，我们身上就会变得热，并且后背还可能会有出汗的

感觉。

二、结合幼儿用书，引导幼儿说说冬天小朋友怎样才能按时上幼儿园

1、教师出示图书画面，引导幼儿看第一幅图。

教师：小朋友，看一看，这是什么时候呀？你是从哪里看出来的，知道是几点钟吗？

2、引导幼儿看第二幅图。

3、引导幼儿看第三幅图

4、引导幼儿看第四幅图

教师：小朋友和老师在一起做什么呢？他们心情怎么样？你从哪里看出来的呢？

三、幼儿听故事：《不怕冷的大衣》

1、教师：小朋友，你们知道有不怕冷的大衣吗？现在就请小朋友一起来听一听这个故事吧！

2、教师播放故事。

四、结合幼儿用书和故事，引导幼儿说明自己能如何做到不怕冷

## 幼儿园小班健康我爱吃水果教案篇四

1、律动进入活动室

2、谈话形式请出小客人“叮叮”

## (二)、了解叮叮的饮食，引出漱口

- 1、观察叮叮的大嘴巴找出他所吃的食物
- 2、点数叮叮吃了几样食物(5样)
- 3、小结：只有不挑食身体才最棒
- 4、提问幼儿：叮叮想休息，可是嘴巴里有这么多东西能睡吗?幼儿自由回答，引出漱口。
- 5、教师出示：杯子、水滴，随音乐演示给叮叮漱口
- 6、请个别幼儿给叮叮漱口
- 7、利用奖励的形式分给小朋友饼干吃
- 8、小朋友互相观察小嘴巴的变化(有食物残渣)引出小朋友漱口

## (三)、教师引导幼儿正确的漱口方法

- 1、用儿歌形式讲解漱口过程，重点强调漱口方法(手拿花花杯，含口清清水，抬起头闭上嘴，咕噜咕噜吐出水……)
- 2、教师利用道具(大杯子)正确示范，激发幼儿兴趣并找个别幼儿上前漱口
- 3、幼儿自己尝试体验漱口能让嘴巴变干??
- 4、教师与幼儿一起用肢体动作演示漱口加深印象

## 幼儿园小班健康我爱吃水果教案篇五

如今的家庭大多是“四二一”结构，大人们都围着一个孩子

转，家长们往往更重视的是孩子的身体上的照顾和智力上的启发，而忽视了生活自理能力的培养。在家长无微不至地“关心”下，孩子的自理能力越来越差，家长对孩子的过度溺爱，使之成为了温室里的花朵，禁不起风吹雨打。尤其是小班的孩子，更是衣来伸手饭来张口。经过调查，他们入厕、盥洗、睡觉等方面都需要成人给予一定的帮助，大多数幼儿不会独立穿脱衣服、鞋袜，总体而言，幼儿自理能力现状是比较差的，并且导致了孩子在幼儿园也养成大小事均要老师帮忙的坏习惯。针对小班幼儿的年龄特点及喜欢的接受方式，我们集体商讨并制定了切实可行的活动方案，以便进一步提高幼儿的生活卫生习惯及自理能力。

1、讲讲做做玩玩，初步学习穿鞋子。

2、鼓励幼儿在生活中自己穿鞋子。

活动重点：在游戏中学会穿鞋子。

活动难点：幼儿自己掌握穿鞋子的方法。

垫子、不同大小、自己的鞋子

1、进场音乐做运动，学高人走，矮人走。

2、小朋友热了脱袜子，一起做小脚游戏。

小脚，小脚，点点头，摇摇头，拍一拍，搓一搓，脚尖碰碰碰，脚跟碰碰碰。

3、教师和幼儿一起讨论：

(1) “你帮你的鞋子找到朋友了吗？那我们来看看我们的鞋子是什么样的”

(2) “为什么它们两个是好朋友？”（通过讨论让幼儿知道

一双鞋子就是一模一样的在一起，它们是一对好朋友)

(3) 学习认识反顺。(哪只脚和哪只鞋是好朋友)

1、幼儿先自己尝试穿鞋子，教师观察，并适时指导。

2、请个别穿得不对的幼儿到前面，教师和幼儿一起寻找原因，用儿歌总结示范穿袜子的正确方法：鞋子、鞋子真漂亮，左脚在这里，右脚在那里，小脚用力往里钻，我的小脚真舒服。

3、音乐响起，幼儿穿好鞋子在垫子做运动。

小朋友本领真大，我们穿好鞋子，让我们再去做运动吧！

## 幼儿园小班健康我爱吃水果教案篇六

活动目的：

1、引导幼儿学习正确的洗手方法。

2、培养幼儿勤洗手的好习惯，让幼儿懂得洗手的重要性。

活动准备：

1、1个小手娃娃。

2、洗手分布图。

3、保温桶、脸盆、毛巾、肥皂。

活动过程：

一、出示“小手娃娃”，引出课题：

1、教师问：小朋友，老师今天请来了一位小客人，猜猜看它



是谁？

2、出示“小手娃娃”，引导幼儿有礼貌的打招呼。

3、引导幼儿认识手的'基本特征。

二、讲述故事《不爱洗手的娃娃》：

提问幼儿：1) 妞妞为什么会肚子疼？妞妞做完什么事情不洗手？

2) 你要告诉妞妞什么？

3) 在什么时候你还要洗手？（饭后、大小便后……）

三、引导幼儿学习正确的洗手方法：

1、请幼儿根据自己的已有经验讲述洗手的方法与步骤。

2、师幼小结：洗手方法与步骤。

挽袖子——淋湿手——打肥皂——冲干净——甩一甩——擦一擦

3、教师出示洗手分布图讲解、示范洗手过程。

4、请1——2名幼儿演示洗手。

四、根据图片，创编儿歌。

五、教师引导幼儿到盥洗室洗手。

引导幼儿学习正确的洗手方法：1、请幼儿根据自己的已有经验讲述洗手的方法与步骤。2、师幼小结：洗手方法与步骤。  
挽袖子——淋湿手——打肥皂——冲干净——甩一甩...

# 幼儿园小班健康我爱吃水果教案篇七

1. 学习正确漱口的方法，知道漱口可以让口腔变干净。
2. 初步养成吃完东西漱口的好习惯。

毛巾、茶杯各12个、盘子3个、桶3个、叮叮图片、音乐《刷牙歌》等。

1. 出示图片“叮叮”，引起幼儿的兴趣。

t:我很喜欢你们，我有个好朋友他也很喜欢你们，来看看他是谁？提问：他叫什么名字？

2.t叮叮是个大嘴巴的小朋友，他很喜欢一下子吃很多很多的东西，提问：知道他今天吃什么的吗？还有吗？（请个别幼儿说）

一共吃了几样呢？（请一名幼儿带大家数一数）

3. 教育幼儿不挑食

t叮叮他又吃水果、又吃蔬菜、还有小鱼，他一点都不挑食，什么都吃，你们是不是也不挑食呀？什么都吃身体才会棒！

4.t吃完东西叮叮要去睡觉啦！可是牙齿里有这么多东西怎么办？（讨论方法）

5. 学习正确漱口的方法：

（1）教师示范：手拿小水杯，含口清清水，抬起头，咕噜咕噜吐出水。牙齿变干净！

（2）幼儿边念儿歌边模仿学习正确漱口的方法。

6、帮助叮叮漱口。

7、幼儿尝试漱口：幼儿拿好杯子喝水漱口，师将幼儿漱口的情景拍摄下来。

8、幼儿观看自己漱口情景。

9、结束。

## 幼儿园小班健康我爱吃水果教案篇八

1、知道保护牙齿的重要性及保护牙齿的一般常识。

2、学习正确的刷牙方法。

3、引导幼儿在儿歌中学习，感悟生活。

4、愿意大胆尝试，并与同伴分享自己的心得。

5、在活动中将幼儿可爱的一面展现出来。

儿歌《刷牙》、牙模具、牙刷。

1、老师出示牙模具，示范正确的刷牙方法。

2、请幼儿用牙模具和牙刷展示刷牙方法。

3、老师朗诵儿歌请幼儿欣赏。

4、分句教儿歌。可以启发幼儿边用动作表现边学习儿歌。

5、鼓励幼儿按个人或小组表演儿歌。

教育幼儿在日常生活中要爱护牙齿，坚持每天刷牙。

幼儿的年龄特征决定了幼儿对单一的教育教学缺乏兴趣，注意力集中时间短，为了激发幼儿的兴趣采用了音乐游戏导入。幼儿在学习正确的刷牙方法时有一定的难度，通过图片、挂图、儿歌游戏的方法让他们基本上能正确掌握，效果还不错。

## 幼儿园小班健康我爱吃水果教案篇九

- 1、学习正确的漱口方法，知道漱口可以让口腔变得干净。
- 2、初步养成吃完东西漱口的良好习惯。
- 3、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。
- 4、在活动中将幼儿可爱的一面展现出来。

《漱口》挂图、自制大嘴头像、《刷牙歌》

一、大嘴的丁丁--今天，有一个小朋友来到了我们教室，我们看看他是谁？（出示大嘴头像）--他是大嘴丁丁，今天他吃了很多东西，吃得满嘴都是，我们看看有些什么？（白菜、萝卜、小鱼、糖、苹果）--丁丁又吃水果，又吃蔬菜，还吃了小鱼，是个不调试的好孩子。丁丁说：“吃完东西了，我要去睡觉了。”可是嘴里有这么多的东西，很不舒服，现在我想个办法帮帮他吧！

二、我帮丁丁漱口--我们一起来帮丁丁漱口吧！漱口需要什么东西？

--播放音乐，教师帮丁丁漱口。上漱漱，下漱漱，左漱漱，右漱漱。

--漱口完后，我们看看丁丁的嘴里少了什么？

三、老师教我漱口--小朋友，我们看看自己的好朋友小嘴巴

干净吗？

--现在老师来教你们漱口。（出示漱口他）--幼儿边念漱口儿歌，边做动作。

四、我会漱口--讲解漱口时应注意的地方--播放音乐，幼儿漱口

五、小结

今天我们学会了漱口，漱口可以帮助我们保护牙齿。早晚刷牙，饭后漱口，睡觉前不吃甜食都能使我们的牙齿白白的，亮亮的，吃东西香香的，这样，我们的身体就会棒棒的。

对目标达成的反思目标一的达成较好。整个活动给孩子创设一个能让他们亲自去感知、去操作、去体验的'环境。让幼儿自主体验和自主探究，从而使幼儿真切地感受到了漱口的作用，并学会了正确的漱口方法。

## 幼儿园小班健康我爱吃水果教案篇十

导语：教案是教师为顺利而有效地开展教学活动，根据教学大纲和教科书要求及学生的实际情况，以课时或课题为单位，对教学内容、教学步骤、教学方法等进行的具体设计和安排的一种实用性教学文书。下面是小编为大家整理的小班《我会穿鞋》优质健康活动教案，欢迎阅读。

小班幼儿是自我认知，自我意识初步形成的时期，他们对自己的'身体，自己的事和物越来越感兴趣，同时，小班孩子在玩耍中，缺乏生活经验，自理能力较差，因此，在《我自己》这一主体中我们开展了《我会穿鞋》活动，重在让幼儿在活动中体验成功的快乐，培养幼儿自理能力，学会穿鞋。

- 1、培养幼儿自理能力和团结协作的精神。
- 2、让幼儿尝试体验知道，要穿大小合适的鞋子，学会穿鞋。

1、大脚娃娃一个

2、图片（爸爸、妈妈、娃娃、脚三只）

3、音乐磁带

4、大鞋若干双（与幼儿人数相等）

1、师：今天，我请来了特别可爱的小客人，想认识他吗？

（出示大脚娃娃）大脚娃娃最喜欢和我们的脚丫做游戏了，脱下鞋子露出小脚丫与大脚娃娃一起做游戏。

2、（放音乐）师同幼儿一起光脚丫跟音乐做游戏。

1、（出示爸爸、妈妈、娃娃图片）师问：图片上都有谁？

（出示脚丫图片）师问：他们分别是谁的呢？（在回答问题中，让幼儿知道爸爸脚大、宝宝的脚小）

师问：爸爸应该穿什么鞋子？宝宝呢？（让幼儿知道爸爸穿大鞋，宝宝穿小鞋。）

2、让幼儿通过游戏，体验穿合脚的鞋子才安全、舒服。

师：如果我们给宝宝穿上一双大鞋子会是什么样子？想不想穿上玩玩？让幼儿穿上大鞋玩。

师问：小朋友，刚才我看见有的小朋友掉鞋了，有的小朋友摔倒了，为什么呀？（让幼儿知道穿大鞋子不跟脚，不安全，要穿合脚的鞋子）

好，去找自己合脚的鞋子穿上吧。

### 3、学习穿鞋

(1) 师边说儿歌边示范脱穿鞋子。

师：小朋友，今天呀老师教小朋友一边说儿歌一边脱、穿鞋子，可好玩了，来，先把小手藏好，看老师做。

师说儿歌：脱下这个鞋宝宝，脱下那个鞋宝宝，小脑袋靠一起，鞋儿妈妈往里靠，小脚丫抬抬起，分别钻进鞋子里，蹬一蹬，提一提，蹬一蹬，提一提，两边鞋扣紧紧系。

(2) 师幼一起边说儿歌边脱穿鞋子。

师：好了，老师穿好了，我们一起来一遍吧。

(3) 幼儿自己练习穿鞋。

(4) 幼儿一起比赛穿鞋。

师：小朋友，我们让大脚娃娃当裁判，比赛谁穿鞋快，穿的快的小朋友可以抱一抱大脚娃娃。

### 4、师幼穿上合脚的鞋跳舞。

师：穿合脚的鞋舒服吗？好。我们一起来跳个舞吧！

总结：穿合脚的鞋不会掉鞋，也不会摔倒——

师：小手和小脚做了这么长时间的游戏脏不脏呀？一起出去洗手吧！走出活动室。