

最新营养健康知识教育教案(汇总16篇)

初三教案的编写需要结合学生的学习进度和学科难点，以帮助他们更好地理解 and 掌握知识。在下面是一些精选的二年级教案范文，希望对大家的备课工作有所帮助。

营养健康知识教育教案篇一

- 1、积极与老师一起烹制鸡蛋，体验劳作活动的乐趣。
- 2、初步了解生鸡蛋的内容物，知道鸡蛋有很多的营养，喜欢吃鸡蛋。
- 3、乐意自己动手打鸡蛋，并大胆表述蛋的味道。

鸡蛋两人一只，搅拌蛋的用具多种。

(一) 看看说说鸡蛋。

- 1、今天鸡蛋宝宝来和小朋友一起做游戏，请你看一看蛋宝宝是怎样的？
- 2、鸡蛋里面是怎样的呢？
- 3、幼儿学习自己打蛋。引导幼儿观察认识蛋清和蛋白，并摸摸、闻闻蛋清蛋白。

(二) 学习搅拌鸡蛋。

- 1、提供多种搅拌用具，如筷子、调羹、打蛋器等。
- 2、幼儿自选器械学习搅拌鸡蛋。提示语：让蛋黄和蛋清抱在一起做好朋友。

3、提问：哪种工具最快最省力？

4、认识打蛋器。

（三）烹制品尝鸡蛋。

1、你喜欢吃鸡蛋吗？请幼儿讲讲妈妈是怎样烧鸡蛋的？

2、教师现场炒鸡蛋，幼儿品尝鸡蛋。

活动延伸：

1、回家和爸爸妈妈一起尝试鸡蛋的多种吃法。

2、把刚才的蛋壳留下来，洗干净晒干后供幼儿蛋壳贴画用。

营养健康知识教育教案篇二

活动目标：

1. 知道人体需要各种不同的营养。

2. 了解食物的不同分类，并懂得合理搭配食物。

3. 养成不挑食的好习惯。

4. 让幼儿了解常见蔬菜的营养价值，知道多吃蔬菜有利于身体健康成长。

5. 初步了解健康的小常识。

活动准备： 人体图片、各种食物图片、食谱设计表

活动过程：

1. 食物喜好调查表。

(1)师：小朋友今天我们一起去看一逛美食一条街。你们可以把你们爱吃的食物都记下来。

(3)挑食对我们身体有影响吗？

2. 食物对人体的作用

(1)出示各种食物图

(2)师：五谷类的食物含有热量，可以使我们的身体有力气；肉类食物中含有脂肪、蛋白质，可以补充身体的能量；蛋奶类食物中含有大量的钙，可以使我们的牙齿骨骼强壮；蔬果类食物中含有维生素，有助于我们的消化。我们的身体需要多种的营养和能量，才能健康茁壮的成长。缺了其中一类食物的营养成分，人都不能健康成长。

3. 出示食物金字塔。

(1)请幼儿谈谈对食物金字塔的认识。

(2)老师和幼儿分层讨论宝塔的各层食物和营养。

(3)第一层是我们每天吃的'最多的食物，都有哪些食物？

小结：谷类食物可以可补能量，使小朋友活力十足。

(4)第二层有哪些食物？

小结：蔬菜和水果是高纤维食物，可促进肠蠕动，使排便通畅。

(4)第三层有哪些食物？

小结：鱼虾肉蛋等等，有丰富的蛋白质，能让小朋友长高长壮，可适量吃。

(5) 第四层有哪些食物？

小结：牛奶和豆制品能健脑益智，增强骨骼，可每天定量吃。

(6) 第五层有哪些食物？

小结：第五层是糖和油炸食品，我们一定要少吃，这些食物多吃会让人肥胖，而且吃糖会长蛀牙。

4. 设计食谱。

(2) 请小朋友来做食谱设计师，为自己设计一日餐单。

老师提出具体的要求：每人选择5—8种食物，按照营养宝塔合理搭配。

5. 分享幼儿设计的食谱。

活动延伸

请幼儿回家和家人设计家庭食谱。

活动反思

孩子对蔬菜并不陌生。像胡萝卜、花菜、白菜、豆芽等都很常见。孩子对它们大多都很熟悉。上课时老师每出示一种蔬菜，幼儿的兴趣很高，都争相叫出蔬菜的名字，并能说出它的味道老师再继续问这种蔬菜的吃法，许多孩子也能一一讲出。

为了让幼儿进一步了解蔬菜，我把幼儿分成了几个小组。一组负责摘菜、洗菜，一组扮作厨师，负责对蔬菜进行加工，

制成蔬菜色拉。一组负责买卖，叫卖的要对顾客讲清这种菜的特点。让另一些幼儿做顾客参观各道工序，并购买货物。买来品尝时，老师跟他们一起讨论，比如什么蔬菜可以生吃，什么样的需要做熟再吃；哪些蔬菜要吃根，哪些要吃茎，哪些要吃花，哪些要吃叶，哪些要吃果实等。有时，有的孩子说错了，惹得一阵大笑，大家随时给他纠正过来。幼儿在愉快的气氛中，踊跃发言，争先恐后。

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，就要求老师再说一遍。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。

营养健康知识教育教案篇三

1、能够协调地在各种障碍物上走、跑、跳。

2、丰富知识，了解猫、狗、兔的食性。

1、环境创设

(1) 场地布置三条不同的小路（用筒管摆成的小树林，用袜子铺成的小路，用筒管做成的独木桥）

一、准备活动：今天天气可真好，小朋友跟着妈妈一起来做运动吧。

二、重点练习走、跑、跳。森林里住着一群可爱的小动物，它们邀请我们去他们家做客，可到他们家里，我们要经过三条不同的小路，现在请小朋友自己到小路上去走走玩一玩。你可以一个人玩，也可以找好朋友一起玩，想想有哪些方法可以通过这三条小路。

- (1) 自选小路玩，去每条小路走走玩玩、
- (2) 交流学习，说说自己是怎样玩的？（走，跑，跳）
- (3) 在个别示范后大家一起学着玩

三、游戏：做客。

(2) 找一找，再想一想这是谁吃的。

(3) 找到小动物爱吃的'食物，持物自由走，跑，跳过小路给小动物送好吃的四、结束小动物回来了，感谢小精灵们为它们送来的食物，我们也该回家了。活动延伸：幼儿走，跑，跳回教室。

营养健康知识教育教案篇四

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，你想对来说人说什么？

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。

营养健康知识教育教案篇五

1、在撑伞的情况下，练习了平衡、跳跃、走s路线的技能。

2、体验《黄雨伞》中的孩子们雨天撑伞上学的独特感受。

3、锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。

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。

人手一把小伞、一个小书包，独木桥四座，塑料圆圈若干，小椅子等

1、用手中的伞作为操棍，进行简单的操节。

2、回顾绘本《黄雨伞》的内容

师：前段时间我们欣赏了绘本《黄雨伞》，各种颜色的雨伞随着它的小主人，走了好多路，经过了好多地方，最后来到学校，他们都经过了哪些地方呢？（……）

1、介绍游戏材料，讲解游戏过程和要求。

2、请一名幼儿在老师的帮助下，示范完成这个游戏过程。

3、老师再次强调要求：

（1）走小桥时要注意不能掉下来，手中的伞要撑好，不能倒；

（2）过小水沟要两个脚一起跳过去，不能走着过去；

4、幼儿进行初次练习。

1、对游戏中出现的问题展开讨论

2、并让幼儿再次进行游戏，进一步体验这份独特的乐趣。

师小结，活动结束后和孩子们一起拿着伞做一些放松运动。

游戏玩累了，休息一会儿，来说说一个人撑着雨伞，背着小书包去上学的感觉怎么样？

在活动中让孩子们积极探索，让孩子们掌握了一些正确使用伞的安全常识，如，开伞时不能对着、当心夹着手；不能拿伞当玩具打来打去会伤人；撑伞时要把伞举高些，免得遮住视线等等。

营养健康知识教育教案篇六

幼儿进餐是幼儿园最重要的生活环节，老师希望孩子们不挑食、吃得好、吃得快，但是幼儿却很难达到老师的期望，比

如：有的孩子在喝汤时，不吃里面的菜，象冬瓜、紫菜、蘑菇等，在吃饭时把饭里的菜挑出来不吃，或者乘别的小朋友不注意，赶快把自己不喜欢吃的东西放在别的小朋友的碗里。针对中班幼儿出现的. 这种情况，有必要对幼儿进行健康教育，对他们纠正挑食、偏食的心理与行为，进而爱吃各种食物，有着重要的影响。

1、让幼儿进一步认识各种蔬菜，初步了解蔬菜对人体的作用，并知道爱吃各种蔬菜，有益于身体健康。

2、培养幼儿每天吃蔬菜、吃各种蔬菜的好习惯。

3、知道人体需要各种不同的营养。

初步了解各种蔬菜吃的部位，以及各种蔬菜的不同营养。

1□ppt课件、操作材料。

2、芹菜、萝卜、胡萝卜、黄瓜、青菜、葱、花菜、西红柿等蔬菜，篮子。

3、丰富词汇：维生素。

一、开始部分：

1、谈话：

教师引导幼儿观察蔬菜，提问：“你们都认识它们吗?吃过它吗”

2、请几名幼儿上来各拿一样蔬菜，并说出他们的名称、颜色、形状。

二、基本部分：

1、找一找。

分别找一找蔬菜的哪个部位可以吃，如萝卜吃根，卷心菜吃叶，西红柿吃果实，花菜吃花，芹菜吃茎(叶)，请幼儿将蔬菜放在相应的篮子里。

2、与幼儿共同探讨蔬菜的各种吃法：知道蔬菜可以炒、凉拌、做汤，包饺子、有的还可以像水果一样生吃，但必须洗净。

3、认识各种蔬菜，启发幼儿讨论蔬菜对人体的作用：

“人为什么要吃蔬菜？不吃蔬菜会出现哪些不好的现象”？(鼻出血、口角干裂、大便干结、皮肤干燥等。)

“蔬菜有哪些营养”？引导幼儿自由讨论。

分别出示各种蔬菜，初步了解其丰富营养。

师：这是菠菜，长得什么样子呀？(有绿色的叶子，红色的根)，谁喜欢吃菠菜，你为什么喜欢吃菠菜？有什么营养？菠菜里含有维生素，它能使我们的皮肤变光滑，小朋友经常口腔溃疡，那是因为身体里缺少了维生素，所以请小朋友喜欢菠菜、多吃菠菜。你们知道还有哪些蔬菜里含有维生素吗？青椒、南瓜、油菜里也含有维生素，还有一种蔬菜里面含有维生素，你知道是什么菜吗？请你们猜一猜它是桔红色的，动物中兔子和马非常喜欢吃。对！是胡萝卜。

4、蔬菜与卫生：

“怎样吃蔬菜才健康？”引导幼儿交流。

因为蔬菜生长在农田里，需要农药和肥料，所以做菜之前要把蔬菜洗干净，在水里多泡泡。特别是生吃西红柿和黄瓜等，一定要洗干净并且去皮。但也有一些蔬菜是农民们用了先进

的方法种植的蔬菜，不用对人体有害的农药，也不让蔬菜环境受到污染，这种蔬菜叫做“无公害蔬菜”。

让幼儿给各种蔬菜涂色。

营养健康知识教育教案篇七

活动目标：

- 1、幼儿喜欢吃蔬菜，知道多吃蔬菜对身体好。
- 2、初步培养幼儿不挑食的好习惯。

活动准备：

各种蔬菜若干，魔法箱一个，宝贝厨房标志，水果色拉一盘，围裙，厨师帽子各一个，四段音乐。

活动重点：幼儿喜欢吃蔬菜。

活动难点：幼儿知道多吃蔬菜对身体好。

活动过程：

一、开始部分

师：今天老师要带小朋友到“宝贝厨房”去做客，你们想去吗？和我随着音乐一起出发吧！（幼儿跳舞进场）

二、基本部分

1、幼儿来到“宝贝厨房”入座，教师装扮成厨师，告诉幼儿要给大家做蔬菜大餐。

2、师：“今天厨师给小朋友带来了许多的蔬菜，可是有一个

蔬菜它不好意思出来和你们见面，（引起幼儿注意围裙口袋里的蔬菜）谁来猜猜，这个蔬菜是谁”？——幼儿到教师口袋里来摸蔬菜，并且猜是那种蔬菜（西红柿）。

3、提问：谁喜欢吃西红柿？可以怎样吃？教师渗透西红柿的营养价值以及对身体的好处。

4、教师请幼儿用热烈的掌声请出其他的蔬菜。（芹菜，黄瓜，洋葱，南瓜，红薯，菠菜）

5、提问：都有哪些蔬菜？

你喜欢吃那种蔬菜？（引到幼儿大声说出我爱吃……）可以怎样吃？渗透不同蔬菜的营养价值以及对身体当然益处。

6、师：还有几种蔬菜宝宝想要和小朋友一起玩捉迷藏的游戏，请小朋友们快去找找他们吧。（幼儿找到事先藏好的蔬菜：胡萝卜，土豆，青椒）

7、提问谁爱吃胡萝卜，土豆和青椒，可以怎样吃？渗透这几种蔬菜的营养价值以及对身体的好处。

8、出示“魔法箱”告诉幼儿，这个魔法箱会变出好吃的蔬菜色拉，请幼儿一起来试试。

9、幼儿每人拿一种蔬菜与教师一起变“蔬菜色拉”（做律动），然后把手中的蔬菜放进魔法箱，教师来变蔬菜色拉。

10、出示蔬菜色拉，幼儿说说都有什么蔬菜。

11、教师告诉幼儿，生活中还有许多的蔬菜，今天厨师没有带来，请小朋友回家找一找，看一看还有什么蔬菜小朋友喜欢吃，下次把它带到“宝贝厨房”来做客。

三、结束部分

提示幼儿吃东西之前要讲卫生，勤洗手。请小朋友洗手之后一起品尝蔬菜色拉。（音乐洗手歌）

营养健康知识教育教案篇八

- 1、观察营养宝塔，初步了解合理的饮食结构。
- 2、通过谈话和交流，知道不能偏食，要少吃甜食和油炸食品。
- 3、乐意向同伴介绍自己的营养餐。
- 4、让幼儿知道愉快有益于身体健康。
- 5、知道人体需要各种不同的营养。

一、游戏导入：

- 1、教师与幼儿互动谈话，导入游戏。

师：小朋友，今天早晨你们吃了什么早餐？你们最喜欢吃什么？……现在，老师这里有许多好吃的东西，都画在了纸上，你喜欢什么就可以到老师这里随便拿。

- 2、幼儿自由上台拿小纸片。
- 3、教师引导幼儿说说自己都拿了哪些食物。
- 4、教师小结，提出疑惑。

二、营养大学堂。

- 1、观察营养宝塔。

（出示挂图）引导幼儿看营养结构图。

2、互动交流：

--老师：谁能告诉大家我们每天吃的最多的应该是什么？(米饭、馒头、面包和面条，还有玉米等)

--老师：的确，这些粮食做的食物可以让我们长力气。那么，吃的第二多的是什么？(蔬菜、水果)

--老师：比蔬菜、水果吃得少一些的是什么？(牛奶、鸡蛋、鱼、肉……)

--老师：吃得最少的又应该是什么？(巧克力这样的甜食和一些油炸的食品。)老师还要告诉大家我们每天吃东西也要讲规律。也就是“早上吃得好，中午吃得饱，晚上吃得少”。

三、我的营养食谱。

1、设计一张营养食谱，向同伴介绍。

2、选择几份典型的食谱，引导幼儿讨论他们设计得是否合理，是否有利于健康。经讨论合格的食谱教师盖上“健康印章”。

在教学《营养配餐》时，我结合课本中主题图呈现出我国运动员积极备战2008年奥运会的图片，紧紧围绕“运动员的饮食搭配”这一情境激发学生的学习兴趣，在此基础上，引入了营养配餐的活动，并给学生提供一些营养成分的小资料，再通过让学生帮自己设计菜谱，了解到配菜的方法和策略，并且让学生课前收集营养成分和营养配餐的资料，在课堂上展开交流，整个课堂气氛活跃，小组讨论、汇报都兴致勃勃，参与热情很高。配菜时注意营养搭配，学生在生活中并不太熟悉，学完了知识后，学生由衷地发出了感叹“原来食品搭配也有那么多的数学知识呀！”这样的设计，不仅贴近学生的生活水平，符合学生的需要心理，而且也给学生留有一些想像的空间和期盼，使他们将数学知识和实际生活联系得更紧

密。让数学教学充满生活气息和时代色彩，真正调动起学生学习数学的积极性，培养他们的自主创新能力和解决问题的能力。

在这节课中，有些环节也有些处理不当的地方如：时间分配不够合理在于学生设计的食谱与小明设计的食谱都出现相同的问题，各种营养成分不能满足12岁儿童成长的需要，没能及时抓住时机利用学生的资源，让学生自己思考如何使这份食谱有营养份量又合适，提高学生学生主动性。对于一些配餐方面缺乏创新的指导，例如无肉类，如何补充脂肪、蛋白质等，如何又营养份量又合适品种又多等等。

营养健康知识教育教案篇九

活动目标：

- 1、认识常见的蔬菜的外形特征，按食用部分进行归类。
- 2、发展幼儿的观察力、概括力和动手操作能力。
- 3、知道蔬菜营养丰富，教育幼儿要多吃蔬菜，养成不挑食的好习惯。

教学重点、难点：

知道从蔬菜的食用部分，比较其异同点，形成蔬菜的概念。

活动准备：

- 1、实物蔬菜：西红柿、冬瓜、豆角、大蒜、土豆、扁豆、白菜、芹菜、菠菜、胡萝卜、花菜等，蔬菜筐5个（分别贴有根、茎、叶、花、果标记）。
- 2、自制ppt课件及一封信。

活动过程：

一、创设情景，引入课题

二、基本部分：

（一）观察讲述

1、幼儿观察

2、引导幼儿从形状、颜色、味道等观察蔬菜的特征。

3、教育幼儿爱吃蔬菜。提问：我们为什么要吃蔬菜？

小结：蔬菜是我们生长过程中不可缺少的好朋友，每天吃新鲜的蔬菜能使身体营养平衡，增强体质，减少疾病。

（二）经验分享

1、师：谁在一直拽老师的衣角，摸出来瞧一瞧，哦，是一封信，是蔬菜国王给小朋友的信。看看上面写的什么：我想考考小朋友对我们蔬菜的了解，我们蔬菜有不同的食用的部分，现在请小朋友先动一下脑筋想想这些蔬菜是吃哪一个部分的，呆会儿再来回答我的问题。

2、幼儿观察

1、）观察植物的每一个部分。

2、）猜谜语：又红又圆象苹果，酸酸甜甜营养多，既能做菜吃，又能当水果。（西红柿）谁能说一说西红柿是什么样子的？（颜色、形状、皮是怎样的、还有小坑、味道、可以做菜也可以生吃）那我们应该吃西红柿的哪一部分？（果实）还有什么蔬菜是吃它的果实部分？（茄子、辣椒、南瓜、冬瓜、黄瓜、茄子、冬瓜、扁豆，让幼儿了解他们的名称、形

状、特征，知道吃的是他们的果实）。

3、) 还有一个谜语猜猜看：一个胖娃娃，埋在地底下，头顶绿巾穿红褂，夏天播种秋天拔，我们人人都爱它。（萝卜）说一说萝卜的样子？（形状、颜色、可以生吃也可以做菜）老师告诉小朋友萝卜还有“土人参”之说。因为萝卜中含有淀粉酶，能助消化，有利于人的身体健康，民间自古就有“萝卜是土人参”之说。我们应该吃它的哪一部分？（根）

还有什么蔬菜我们可以吃它的根？（红萝卜、胡萝卜、白萝卜）

3、（出示白菜）这是什么？老师说说白菜的样子。我们该吃它的哪一部分？（叶）还有什么蔬菜也是吃它的叶。（白菜、芹菜、韭菜、油菜、菠菜）

4、师小结

蔬菜的种类很多，有的吃根、有的吃叶、有的吃茎、有的吃花、有的吃果实。它们都有丰富的营养，我们和蔬菜做朋友，多吃蔬菜就能健康成长。

三、游戏《找朋友》

找颜色相同的蔬菜；找自己喜欢的蔬菜；可以吃叶的蔬菜起立；可以吃果实的蔬菜起立……。

四、活动结束。

根据蔬菜不同的食用部分送它们进不同的筐。（根菜、果菜、花、茎、叶的蔬菜）

营养健康知识教育教案篇十

蔬菜是幼儿生活中不可缺少的食物，为了使幼儿了解更多的蔬菜特征及营养，知道多吃蔬菜有利于身体健康。教育幼儿多吃蔬菜，养成不挑食的好习惯，我设计了《我爱吃蔬菜》主题活动。

活动目标

- 1、引导幼儿认识常见的蔬菜，幼儿知道吃的是蔬菜的那部分及蔬菜的功用。
- 2、教育幼儿多吃蔬菜，养成不挑食的好习惯。
- 3、发展幼儿的观察力和概括力。

教学重点、难点

认识各种蔬菜，了解它们的特征。

活动准备

- 1、实物：西红柿、萝卜、白菜、大蒜、土豆、菠菜、芹菜等若干。
- 2、几种常见的蔬菜头饰若干。

活动过程

一．开始部分：

1、创设情景，引入课题

(1) 猜一猜，它们是谁？

又红又圆像苹果，酸酸甜甜营养多，既能当菜吃，又能当水果。（西红柿）

兄弟七八个，抱着柱子过，听说要分家，衣服都扯破。（蒜）

一个胖娃娃，埋在地底下，头顶绿巾穿红褂，夏天播种冬天拔，我们人人都夸它。（萝卜）

二. 基本部分：

（一）观察讲述

1、师出示实物，让幼儿看一看、摸一摸、闻一闻、说一说自己看到的蔬菜宝宝叫什么？

2、引导幼儿从形状、颜色、味道等观察蔬菜的特征。

（二）经验分享

提问：

1、你最喜欢吃的蔬菜是什么？为什么？

2、你知道吃蔬菜的哪一部分？

（1）小组交流

（2）师小结

蔬菜的种类很多，有的吃根、有的吃叶、有的吃茎、有的吃花、有的吃果实。

三. 实践应用

1、蔬菜是我们每天都吃的食物，吃蔬菜的好处很多，你能光

吃就自己喜欢的蔬菜吗？

2、听故事《挑食的豆豆》

3、幼儿交流。启发幼儿讨论我们要和蔬菜做朋友，我们离不开蔬菜。

四. 游戏《找朋友》

师做蔬菜国王，小朋友戴头饰扮蔬菜宝宝。

1、找颜色相同的蔬菜宝宝。

2、找可以吃叶的蔬菜宝宝。

3、找自己喜欢的蔬菜宝宝。

五. 活动结束

小结：蔬菜宝宝有各种丰富的营养我们和蔬菜做朋友会使我们健康成长。

六. 活动延伸：

组织幼儿到活动区玩《开蔬菜商店》的游戏。

营养健康知识教育教案篇十一

在日常的午餐中我发现大多数的孩子不爱吃蔬菜，有的甚至一点蔬菜都不吃。虽然蔬菜随处可见，种类繁多，是小朋友经常接触到的一种食物，可是它的营养以及对人身体的好处却不是很了解。因此有必要引导幼儿对蔬菜有正确的认识，加深对蔬菜的喜爱，并养成健康向上，不挑食的饮食好习惯。鼓励幼儿多吃蔬菜有益健康。针对这些问题，特设计本活动。

活动目标

- 1、认识常见蔬菜的名称及外形特征，简单了解一些蔬菜的不同食用部分和使用方法。
- 2、尝试给蔬菜分类(根类、茎叶类、果实类)，发展幼儿的分类能力。
- 3、蔬菜好吃有营养。教育幼儿不要挑食。
- 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。

教学重点、难点

重点：让幼儿了解蔬菜的营养价值，不爱吃蔬菜、挑食对身体不好。

难点：有些蔬菜不能直观的给幼儿展示。

活动准备

- 1、一些常见的蔬菜实物，卡片画，自制一些蔬菜头饰
- 2、幼儿提前在家里或者和家长一起去市场了解一些蔬菜的知识。

活动过程

- 1、让小朋友戴上蔬菜的头饰跳一段“蔬菜宝宝舞”，激发幼儿的兴趣。

老师：“这多的蔬菜宝宝呀，老师都看花眼了，让不出来是什么蔬菜了，小朋友能自己说出来自己头上戴的是什么蔬菜

吗？”（幼儿自己说蔬菜的名字）

老师：“哇！小朋友真聪明，认识这么多的蔬菜呢，有的老师还不认识呢。那你们都喜欢吃哪一种蔬菜呢？”（幼儿回答）

老师：“小朋友们还知道这些蔬菜的哪个部分是可以吃的吗？”然后用准备好是蔬菜实物逐一说明，引导幼儿了解蔬菜可以食用的部分是不一样的。

2、通过做游戏，让幼儿学会蔬菜的简单分类。

给每个小朋友发一个蔬菜实物或者蔬菜卡片，然后让幼儿根据蔬菜的食用部分去找朋友。（在活动的过程给与及时的纠正，加深幼儿的印象。）

利用轻松、活泼的游戏，让小朋友在活动过程中不仅能正确地对蔬菜进行分类，并能自由地、夸张地表现可爱的蔬菜宝宝形象。

3、通过角色表演，让幼儿形象的了解多吃蔬菜的好处。

扮演蔬菜的幼儿依次做简单的动作，边做自我介绍。白菜宝宝：我是白菜宝宝，小朋友要和我做朋友，只要吃了我以后，天天大便很舒畅。菠菜宝宝：你们认识我吗？我叫菠菜宝宝，你想变得强壮有力气吗？小朋友吃了我以后，就会身体棒棒，少生病，记住了，大力水手吃菠菜。西红柿宝宝：我是西红柿宝宝，你看我长得多漂亮，浑身红通通，小朋友吃了我以后，也会变得漂亮、帅气。

只要幼儿明白多吃蔬菜对身体的好处，他们的偏食习惯是能够慢慢地纠正过来的。

4、活动延伸

幼儿回家后，可一和家长一起榨一些美味的蔬菜汁，进一步了解蔬菜的营养，让幼儿对蔬菜持续不断的对蔬菜产生兴趣。

活动反思：

由于硬件设施的限制，不能更好的展示蔬菜的特征及营养价值

有一部分幼儿不爱吃蔬菜可能是味觉系统还没发育完全，对某些蔬菜的气味适应不了，我们应多和家长沟通，争取把蔬菜做的更美味一些，让小朋友早日爱上蔬菜。

13、大班健康教育教案《小营养师》含反思

- 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、知道人体需要各种不同的营养。
- 5、了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。

各种食物图片、盘子，健康金字塔范图、营养师标志、肥胖及营养不良儿图片。

一、幼儿尝试第一次挑选自助餐。

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。

2. 谈吃自助餐的经验：挑选食物的注意点。（教师加以总结）

3. 幼儿为自己挑选一份自助餐。（把食物图片贴在盘子里）
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。

二、借助范图，逐层介绍“健康饮食金字塔”。

1. 营养师介绍“健康饮食金字塔”：（分五层）

a. 介绍第一层

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”。

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。

营养健康知识教育教案篇十二

“今天，蔬菜国王有个大聚会，你们很想参加吧！”

听音乐来到“蔬菜王国”，老师扮演“蔬菜国王”：

“欢迎你们来到蔬菜王国。”

- 1、能用不同的形式来简单介绍一些蔬菜。
- 2、进一步认识蔬菜和了解蔬菜的营养价值。

以不同的形式介绍蔬菜。

- 1、各种蔬菜的头饰或胸卡。
- 2、收集有机蔬菜的'资料。

1、情景导入：

幼儿根据意愿佩戴蔬菜头饰和胸卡扮演角色：

“今天，蔬菜国王有个大聚会，你们很想参加吧！”

听音乐来到“蔬菜王国”，老师扮演“蔬菜国王”：

“欢迎你们来到蔬菜王国。”

“蔬菜国王”端出蔬菜：

“猜一猜我要给你们吃的是什么？”

“里面哪些东西？”

“我为什么要请你们吃这些东西？”

2、互相介绍：

幼儿独自或结伴用不同的形式（儿歌、谜语、表演等）来介绍蔬菜，让幼儿互相进一步了解各种蔬菜的主要特征和营养价值：

3、体验快乐：

听着音乐大家一起做游戏，体验欢聚的乐趣，感受蔬菜人见人爱。

“国王”送礼物。

让每一位幼儿挑选一样蔬菜仔或新鲜蔬菜带回幼儿园种植。

营养健康知识教育教案篇十三

1、了解几种常见的蔬菜及种子

2、尝试对蔬菜种子进行比较、归类。

3、学习用完整的语言进行表达。

（一）西红柿、青椒、四季豆、南瓜等有籽的蔬菜。

（二）准备教师、家长、幼儿共同收集的蔬菜种子。

（三）准备可让幼儿画蔬菜图标的小快纸张和水彩笔。

（一）说蔬菜比赛：教室里摆放西红柿、青椒、四季豆、南瓜等有籽蔬菜实物若干份。要求幼儿用完整语言说出这些蔬菜的颜色、形状和名称、说对的小组领走一份蔬菜。

（二）观察蔬菜：

1、引导幼儿把领回的蔬菜切开，看看横切面是什么样的，纵切面又是怎样的。

2、请幼儿把蔬菜籽剥下来了，放在盘子里，看看这些蔬菜的种子是什么样的。

（三）认识种子：看一看带来的蔬菜种子标本是什么样的，像什么；摸一摸，并说一说有什么感觉。

（四）种子分类：

1、请幼儿制作蔬菜小标签，贴在塑料袋上，制成种子标本。

（五）活动延伸：

将学习包《主题活动、蔬菜拼图》中的图片放到操作区让幼儿操作。

本活动中 幼儿已积累了一些对蔬菜认识的经验，因此孩子们都能说出常见的蔬菜，通过观察蔬菜的形，了解其名称和特征，教学中，我采用了图片和蔬菜结合的方式，让小朋友更直观、更真实的观察蔬菜，并让他们运用自己已有的经验讲一讲，扩展对蔬菜的进一步认识。对颗粒较大的菜籽认识较清晰如：南瓜、蒜、小青豆等，对哪些形状、颜色都差不多的菜籽孩子们要分他们辨别难度较大，所以我只挑选一些较大颗粒的菜籽让幼儿分类。活动结束后我带幼儿将小菜籽种在花盆里放在植物角，供幼儿观察。

营养健康知识教育教案篇十四

活动目标：

- 1、通过说蛋、剥蛋、吃蛋、找蛋、品尝美味的鸡蛋菜肴等知道蛋的基本知识，进一步了解蛋在生活中的营养价值。
- 2、在剥蛋的过程中，锻炼幼儿手指的灵活度。
- 3、让幼儿在积极、愉快的情绪之中丰富自己、分享快乐。
- 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。

教学重点、难点：

重点：通过说蛋、剥蛋、吃蛋、找蛋、品尝美味的鸡蛋菜肴，锻炼幼儿的动手，动脑，认真，耐心的态度。

难点：让幼儿知道鸡蛋的基本知识，更进一步了解蛋在生活中的营养价值。

活动准备：

生、熟鸡蛋、各种餐具、美味的鸡蛋菜肴、课件等。

活动过程：

（一）说蛋

- 1、今天王老师带来了什么？——教师出示鸡蛋
- 2、你们都知道是鸡蛋，那你们知道的鸡蛋里面是怎么样的？——根据幼儿的回答，教师出示生鸡蛋图片。
- 3、那鸡蛋里面是不是和小朋友说的一样的呢，我们一起来看看一下。

（二）吃蛋

- 1、让幼儿通过动手剥蛋了解蛋的结构（蛋壳、蛋清、蛋黄）
- 2、通过吃蛋让幼儿知道鸡蛋的吃法（煮、炒、煎、蒸等）
- 3、提问：小朋友平时喜欢吃蛋糕吗？（导出含有鸡蛋的食品）
- 4、通过课件展示含有鸡蛋的食品。

（三）游戏

1、找蛋（通过课件上的图片，让幼儿找出鸡蛋或含有鸡蛋的食品，并说出食物后面的卡通图片、）

（四）鸡蛋的营养

（五）品尝鸡蛋的菜肴

1、让小朋友们观看老师带来的食物。（虎皮蛋，蛋宝宝饼、鸡蛋炒柿子）。

2、品尝美味的鸡蛋菜肴。

（六）活动延伸

小朋友们今天不但了解了鸡蛋，学会了剥鸡蛋还知道了鸡蛋的营养价值。那小朋友们回家后每人准备一个鸡蛋壳。下节课老师带你们做蛋壳宝宝。

营养健康知识教育教案篇十五

1、学习剥蛋壳的方法，体验劳动的快乐。

2、知道鸡蛋有多种吃法，并喜欢吃鸡蛋。

3、激发了幼儿的好奇心和探究欲望。

4、能学会用轮流的方式谈话，体会与同伴交流、讨论的乐趣。

1. 熟鸡蛋若干，塑料小刀。

1、玩蛋

每位幼儿一个熟鸡蛋。

让幼儿自由探索鸡蛋的各种玩法。（会滚动、能转动。）

提问：猜猜你玩的鸡蛋是生的？还是熟的？

2、剥蛋

鼓励幼儿大胆敲碎蛋壳，并试着学习剥蛋壳。

教师指导需要帮助的'幼儿。

3、切蛋

让幼儿尝试把剥好的鸡蛋用塑料小刀切成两半。

观察：熟鸡蛋里面是什么样的？

4、煎蛋

教师制作煎鸡蛋，提醒幼儿观察怎样敲破鸡蛋壳、怎样制作鸡蛋，并特别注意安全，不能让油溅到身上和脸上。

5、尝蛋

让幼儿品尝鸡蛋，体验劳动后的快乐！

6、讨论：鸡蛋还可以怎么吃呢？(打汤、炒蛋、卤鸡蛋等)

帮助幼儿区分生、熟蛋。生蛋(转得慢)，熟蛋(转得快)。

营养健康知识教育教案篇十六

1、运用各种感官，巩固对各种蔬菜的认识。

2、喜欢与人交流自己认识的蔬菜。

3、激发爱吃蔬菜的情感。

1、各类蔬菜实物：茄子、西红柿、青菜、花菜、黄瓜、蘑菇、莲藕、马铃薯、玉米

2、蔬菜宝宝图片（蔬菜被遮住大部分，只露出一角）

3、事先做好的蔬菜食物（西红柿炒蛋、炒青菜、凉拌黄瓜、蘑菇炒肉）

4、幼儿对常见的蔬菜已有一定的认知。

1、参观菜市场

（1）师：今天游老师带你们到菜市场去逛一逛，请你们看一看菜市场里都有什么菜，摸一摸这些菜有什么感觉，闻一闻这些有什么味道，边看边和你旁边的小朋友说一说。

请小朋友带上你最喜欢的蔬菜到位置上坐好。

（2）请个别幼儿来说说自己买了什么菜。（教师有针对性地选几个买了不同蔬菜的幼儿来说，并引导幼儿比较这些蔬菜的差别。）

师：请你和你旁边的小朋友说一说你喜欢的菜是什么样子的，和别人的菜比起来有什么不一样的地方。

小结：茄子是长长的，弯弯的，它的颜色是紫色的，摸上去滑滑的。西红柿是圆圆的，它的颜色是红色的，摸上去也是光滑的。青菜的菜叶是绿色的，菜帮子是白色的。花菜像一朵花一样，它的颜色是白色的。黄瓜长长的，它的颜色是绿色的，身上长了一个一个小疙瘩，摸上去刺刺的。

2、按颜色将蔬菜进行分类

师：你的蔬菜是什么颜色的，就把它放到什么颜色的小旗后的盘子里。

小结：原来蔬菜是各种各样的，不仅颜色不一样，有红的，有白的，有绿的，还有紫色的。它们的形状也不一样，有长长的，弯弯的，还有圆圆的，有的像伞，有的像花。

3、看图猜蔬菜宝宝

师：今天蔬菜宝宝还要和小朋友们玩个捉迷藏的游戏，他们只露出了一点点的小脸蛋，

请你们猜猜它们都是谁？

4、说说蔬菜的营养。

5、尝尝蔬菜制品

小结：蔬菜都很有营养，小朋友们要多吃蔬菜，不挑食，这样才能让自己的身体健康，长高，长壮。