

# 最新大班健康食物的旅程教案及反思 大班健康教育教案食物的旅程(精选8篇)

高三教案是教师在教学过程中的重要工具，它能够提高教学质量和学生成绩，促进教学的全面发展。这份教案结合了多媒体教学的特点，非常适合四年级的学生：[\[链接\]](#)

## 大班健康食物的旅程教案及反思篇一

活动目标：

- 1、了解关于手足口病的传播和预防的知识。
- 2、教育幼儿注意个人及饮食卫生，预防疾病的发生。
- 3、引导幼儿正确对待手足口病，不恐慌。
- 4、初步了解健康的小常识。
- 5、初步了解预防疾病的方法。

活动重难点：

了解手足口病的传播和预防的措施。

活动准备：

手足口病例图。

活动过程：

一、谈话导入小朋友们，每天老师都会给你们量体温、检查小手和嘴巴，谁知道这是为什么?(请幼儿讲述)

二、介绍手足口病的基本知识1、看来小朋友们对手足口病都已经有所了解，那手足口病都有哪些症状呢?(幼儿讨论)得出结论：症状：潜伏期2-5天，往往先出现发烧症状，手掌心、脚掌心出现斑丘疹和口腔粘膜出现疱疹或溃疡，很疼。还会咳嗽、流涕、食欲不振、恶心、呕吐、和头疼，病重的会并发脑炎、心肌炎、肺炎等，若不及时治疗可危及生命。所以，小朋友不舒服时要赶快告诉老师和大人，及时就医。

2、请幼儿观看手足口病例图片。(加深幼儿对手足口的认识)3、了解手足口病的传播途径手足口病病菌是怎么传播的呢?(幼儿讨论)小结：手足口病的传播途径：手足口病是一种由肠道病毒引起的、好发于小儿的传染病，主要通过三条途径传播：一是人群密切接触；二是病人的分泌物、排泄物通过空气传播；三是引用或吃了被病人污染的水、食物。过粪、口传播是主要的传播途径。患儿摸过的玩具、图书；带有病毒的苍蝇叮、爬过的食物我们在接触都会得病。

全年均可有发病，但3-11月份多见，6-8月份为高峰期。这种病传播速度极快，传播。

三、知道预防手足口病的方法。

怎样预防手足口病?(幼儿讨论)

小结：预防措施：

- (1)注意保持口腔卫生，饭后漱口。
- (2)早上入园洗手，饭前便后要洗手(用肥皂，六步洗手法)、勤剪指甲、勤洗澡。
- (3)健康幼儿可口服板蓝根、大青叶等药物。
- (4)不去人群拥挤的公共场所。不要经常串门；不要和患病儿

童接触。

(5)家长外出回家后，立即让家长洗手、换衣服，防止将病菌带给自己。

(6)饭前用84抹布擦餐桌，不吃生冷食物；夏天少吃冷饮，不喝生水，瓜果洗净削皮，不吃变质的食品。幼儿加强营养，不挑食，注意休息，避免日光暴晒，防止过度疲劳而降低抵抗能力。

(7)保持活动室或家庭环境卫生，经常开窗通风，至少每两小时开窗一次，每次通风半小时以上，垃圾及时清理、消毒。

#### 四、开展比赛活动。

(1)比比谁的小手最干净。

小朋友们都知道了手足口病是怎么回事，也知道了预防手足口病的方法，现在，咱们就来比一比谁洗的小手最干净。以小组为单位洗手，选出洗手最认真的小朋友。

#### 五、结束部分

一起说手足口病儿歌：

你拍一，我拍一，勤洗澡来勤换衣；你拍二，我拍二，开窗通风好习惯；你拍三，我拍三，肥皂洗手把好关；你拍四，我拍四，人多地方我不去；你拍五，我拍五，晒晒毛巾和被褥；你拍六，我拍六，盐水天天来漱口；你拍七，我拍七，生冷食物不要吃；你拍八，我拍八，手足口病赶跑它；你拍九，我拍九，太阳下面扭一扭；你拍十，我拍十，良好习惯要保持。

## 大班健康食物的旅程教案及反思篇二

1、让学生在活动中了解有关食物的常识，并能关注自身的健康成长。

熟悉的脸，熟悉的笑容，我们不是第一次见面，但是这样真正和孩子一起参加活动却是第一次，您的参与就是对孩子的重视，是对我们工作的支持，在此先表示感谢！

2、在活动中培养学生观察生活、发现问题并解决问题的能力，提高学生参与实践的热情和能力。

3、在老师的指导下学会对主题进行分类、筛选，准确规范表述自己研究的主题。

## 大班健康食物的旅程教案及反思篇三

随着人民生活水平的提高，家长为孩子提供的饮食也越来越富有营养，但依然有许多家长抱怨孩子不能好好吃饭，孩子的健康不能得到保证，原因是许多幼儿有一些不良的饮食卫生习惯，如：不吃早饭、大量喝饮料、吃冷饮、不定时大便等。为了使孩子们明白食物在体内消化吸收的过程，养成良好的饮食和卫生习惯，学习保护自己的健康，我创编了《小豆子的旅行》教材并设计了本次活动。

1、让幼儿了解各消化器官的功能和食物在人体内消化吸收过程

2、学习简单的自我保护方法

3、培养幼儿良好的饮食和卫生习惯

(1) 电脑制作《小豆子的旅行》（或图片及小豆子旅行的故事录音）

## (2) 健康知识卡片、消化图、自制健康行为棋

### 一、观看“小豆子的旅行”，了解各器官的功能

今天，有颗小豆子要到淘淘的消化器官中去旅行，它会看到些什么，里面会发生什么事呢？请小豆子来告诉我们。

(1) 放第一段食物从口腔到食管的动画。

提问：小豆子从哪里进去？看到了什么？

(2) 放第二段，了解胃的功能。

提问：胃有什么作用？随着人民生活水平的提高，家长为孩子提供的饮食也越来越富有营养，但依然有许多家长抱怨孩子不能好好吃饭，孩子的健康不能得到保证，原因是许多幼儿有一些不良的饮食卫生习惯，如：不吃早饭、大量喝饮料、吃冷饮、不定时大便等。为了使孩子们明白食物在体内消化吸收的过程，养成良好的饮食和卫生习惯，学习保护自己的健康，我创编了《小豆子的旅行》教材并设计了本次活动。

小豆子在胃里还看见了什么？

我们怎样来保护我们的胃呢？

小结：以后我们要注意，少吃冷、硬的东西，少吃零食，不吃不干净的东西，不能吃得太饱，也不能饿坏了胃，要吃饱早饭少喝冷饮。

(这一部分的目标是让幼儿在了解胃的功能的基础上知道不良的饮食习惯会使胃生病。)

(3) 放第三段，提问：小豆子到哪里去？(小肠) 小肠有什么用呢？

小豆子在小肠里看到些什么呢？

小豆子为什么没有从小门里出去呢？

（这一部分的目标是让幼儿知道食物没有被磨碎就不能被身体吸收利用。）

（4）第四段录音。

提问：小豆子又到了哪里呢？

大肠里都是些什么呢？什么叫残渣？能不能让残渣长时间在体内呢？

小结：我们小朋友要定时大便。

## 二、分组找顺序排图

（图略）

在观察图片基础上讨论如何保护各消化器官

例：（1）如何保护牙齿，保持牙齿的锋利。

（2）食管旁边有一把小锁，平时是关闭。如边吃饭边讲，就会把食物呛入气管。随着人民生活水平的提高，家长为孩子提供的饮食也越来越富有营养，但依然有许多家长抱怨孩子不能好好吃饭，孩子的健康不能得到保证，原因是许多幼儿有一些不良的饮食卫生习惯，如：不吃早饭、大量喝饮料、吃冷饮、不定时大便等。为了使孩子们明白食物在体内消化吸收的过程，养成良好的饮食和卫生习惯，学习保护自己的健康，我创编了《小豆子的旅行》教材并设计了本次活动。

（3）大肠里的残渣都是些脏的东西，所以大便以后要洗手。

（这一部分的目标是通过形象的图片进一步了解各器官的功能及消化的顺序。）

三、进行健康知识有奖抢答活动，把幼儿分成四队。

准备些图片，上面有的行为是对的，有的是错的，当教师出示图片时马上抢答对还是错？为什么？回答得又多又对者为优胜。

内容有：小摊下吃东西、喝酒。运动后马上喝水，饭后剧烈运动，吃汤饱饭等。

延伸活动：玩健康行为棋，（棋谱上都是一些生活习惯方面的内容）

- 1、老师讲一下下棋的规划。
- 2、帮助幼儿理解棋盘上图的意思。
- 3、自由结合下棋。

## 大班健康食物的旅程教案及反思篇四

- 1、为壮壮寻找健康便便的方法，了解健康饮食需要合理搭配。
- 2、知道均衡饮食对身体的.重要。

ppt□肉类、蛋类、豆类等小零食、一次性纸盘、牙签。

一、引出话题，激发兴趣

师：今天老师给你们带来了一个新朋友，我们先来跟他打个招呼吧！

师：壮壮他在干什么呀？（上厕所）

提问：你觉得什么样的便便才是健康的便便？

小结：健康的便便是黄黄的，长得像香蕉。

## 二、寻找方法，健康搭配

师：今天，老师请来了三个小精灵，他们都说有好办法来帮助壮壮，我们一起来看看他们有什么好办法吧！

### 1、黄色精灵（豆类：土豆、番薯、黄豆）

提问：壮壮能拉出香蕉大便吗？

小结：黄色精灵家族能让人变得有力气

### 2、绿色精灵（蔬菜水果）

提问：绿色精灵很调皮，他们藏在这些图片里，你能把它找出来吗？

小结：我们的家族成员可以保护人类不生病，帮助排便更通畅

### 3、红色精灵（肉类、蛋类）

提问：红色精灵家族都有些什么成员呀？

小结：红色精灵家族成员，它可以让人变得强壮！

## 三、做做玩玩，体会重要

### 1、食物分类

### 2、师幼交流



### 3、品尝

师：你吃到了哪些食物？有什么好处？

## 大班健康食物的旅程教案及反思篇五

活动目标：

- 1、引导幼儿认识常见的蔬菜、水果。
- 2、培养幼儿喜欢参与集体活动，体验一起活动的兴趣。
- 3、认识色彩。
- 4、锻炼幼儿的反应能力，提高他们动作的协调性。
- 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。

活动准备：

- 1、在活动区开设蔬菜、水果超市，摆放幼儿搜集的各色蔬菜、水果。
- 2、蔬菜、水果实物，图片每人一份。
- 3、蔬菜、水果挂图一份。

活动过程：

一、开始部分：

谈话：小朋友你吃过什么蔬菜？什么水果？引出课题《蔬菜水果多又多》。

## 二、基本部分：

### 1、认识多种蔬菜、水果.

教师带领幼儿到活动区，认识开设的蔬菜、水果超市。

问幼儿：这是什么蔬菜？什么水果？吃起来有什么味道？有什么感觉？（让幼儿展开想象，进行思考）

2、做游戏：小红帽购物（背景音乐《小红帽》）教师扮演小红帽要去市场买蔬菜、水果，幼儿扮演各种蔬菜、水果（手拿蔬菜、水果图片）坐在椅子上，当小红帽走到幼儿跟前，幼儿应说出蔬菜、水果的名称，小红帽走过去买（请幼儿跟在老师的后面）直到小红帽买了太多食物，音乐停止，袋子破了，嘭，教师和跟在后面的幼儿迅速抢位子，没有位子的人当小红帽，游戏继续进行（幼儿可交换蔬菜、水果卡片）。

3、连线：请幼儿打开课本，让幼儿观察课本画面，问幼儿：画面上有什么蔬菜、水果？那些是红色蔬菜、水果？画面上还有什么动物？（小猪）小猪喜欢吃红色的蔬菜、水果，小朋友快帮小猪把它喜欢的红色蔬菜、水果用线与背篓连起来。幼儿连线教师指导。

三、结束部分：表扬幼儿喜欢参与集体活动，认识了许多蔬菜水果。

## 反思：

我知道以后的教学重点应该放在孩子的观察能力和语言表达能力上来。让孩子大胆的说话，尤其是在众人面前大胆的说出自己的想法。备教案的时候，应该充分考虑，把活动准备的更加细致，更加的贴近孩子。设计问题要符合孩子的年龄特征。这次课的失败，要深深牢记，在以后的活动中，不能轻率，做每一件事情都要认认真真、都要用全心。

# 大班健康食物的旅程教案及反思篇六

作为一名老师，总不可避免地需要编写教案，教案有利于教学水平的提高，有助于教研活动的开展。教案应该怎么写才好呢？以下是小编帮大家整理的食物旅行记大班健康教案，仅供参考，欢迎大家阅读。

- 1、初步感知各消化器官的位置及食物在体内的旅行的过程。
- 2、了解消化器官的主要功能。
- 3、养成良好的饮食和卫生习惯。
- 4、能大胆、清楚地表达自己的见解，体验成功的快乐。
- 5、能在集体面前大胆发言，积极想象，提高语言表达能力。

食物旅行记视频，各消化器官图片，人体大图一张

## 一、视频导入，引出问题

1、师：看！他们在干什么？孩子们吃得可真饱啊！这时爱动脑筋的他们想到了几个小问题，是什么小问题呢？（播放视频第一段）

2、过渡：他们产生了什么问题？我们一起来探索一下吧！

## 二、食物的旅行过程

## 三、各消化器官的作用

## 四、初步理解正确的饮食观念

师：我们的消化器官作用大吗？那我们要怎样保护它们？

师：现在我们跟着食物再到消化器官中去走一走吧！（完整观看视频）

此次活动圆满结束！活动前我为幼儿创设了宽松自由的活动氛围，让幼儿在宽松自由的氛围中轻松获得锻炼与提高。活动过程中，幼儿表现的积极主动，都能用较完整的语言回答老师提出的问题，并能主动与同伴交流。

## 大班健康食物的旅程教案及反思篇七

- 1、为壮壮寻找健康便便的方法，了解健康饮食需要合理搭配。
- 2、知道均衡饮食对身体的重要。
- 3、知道人体需要各种不同的营养。
- 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。

ppt□肉类、蛋类、豆类等小零食、一次性纸盘、牙签。

### 一、引出话题，激发兴趣

老师：今天老老师给你们带来了一个新朋友，我们先来跟他打个招呼吧！

老师：壮壮他在干什么呀？（上厕所）

提问：你觉得什么样的便便才是健康的便便？

小结：健康的便便是黄黄的，长得像香蕉。

### 二、寻找方法，健康搭配

老师：今天，老老师请来了三个小精灵，他们都说有好办法来帮助壮壮，我们一起来看看他们有什么好办法吧！

1、黄色精灵（豆类：土豆、番薯、黄豆）

提问：壮壮能拉出香蕉大便吗？

小结：黄色精灵家族能让人变得有力气

2、绿色精灵（蔬菜水果）

提问：绿色精灵很调皮，他们藏在这些图片里，你能把它找出来吗？

小结：我们的家族成员可以保护人类不生病，帮助排便更通畅

3、红色精灵（肉类、蛋类）

提问：红色精灵家族都有些什么成员呀？

小结：红色精灵家族成员，它可以让人变得强壮！

三、做做玩玩，体会重要

1、食物分类

2、老师幼交流

3、品尝

老师：你吃到了哪些食物？有什么好处？

# 大班健康食物的旅程教案及反思篇八

我们怎样来保护我们的胃呢？

小结：以后我们要注意，少吃冷、硬的东西，少吃零食，不吃不干净的东西，不能吃得太饱，也不能饿坏了胃，要吃饱早饭少喝冷饮。

（这一部分的目标是让幼儿在了解胃的功能的基础上知道不良的饮食习惯会使胃生病。）

（3）放第三段，提问：小豆子到哪里去？（小肠）小肠有什么用呢？

小豆子在小肠里看到些什么呢？

小豆子为什么没有从小门里出去呢？

（这一部分的目标是让幼儿知道食物没有被磨碎就不能被身体吸收利用。）

（4）第四段录音。

提问：小豆子又到了哪里呢？

大肠里都是些什么呢？什么叫残渣？能不能让残渣长时间在体内呢？

小结：我们小朋友要定时大便。

## 二、分组找顺序排图

（图略）

在观察图片基础上讨论如何保护各消化器官

例：（1）如何保护牙齿，保持牙齿的锋利。

（2）食管旁边有一把小锁，平时是关闭。如边吃饭边讲，就会把食物呛入气管。

（3）大肠里的残渣都是些脏的东西，所以大便以后要洗手。

（这一部分的目标是通过形象的图片进一步了解各器官的功能及消化的顺序。）

三、进行健康知识有奖抢答活动，把幼儿分成四队。

准备些图片，上面有的行为是对的，有的是错的，当教师出示图片时马上抢答对还是错？为什么？回答得又多又对者为优胜。

内容有：小摊下吃东西、喝酒。运动后马上喝水，饭后剧烈运动，吃汤饱饭等。

延伸活动：玩健康行为棋，（棋谱上都是一些生活习惯方面的内容）

1、老师讲一下下棋的规划。

2、帮助幼儿理解棋盘上图的意思。

3、自由结合下棋。

活动评析：

本活动选取内容接近幼儿生活受到孩子们的欢迎。活动的第一部分，通过一颗没有被嚼碎的小豆子去淘淘体内旅行时的所见所闻，形象地表述了食物旅行的经过和不良生活习惯对消化器官的损坏，知识容量较大，但通过动画这种形式使孩子们非常投入，并在不知知觉中接受，第二、第三部分通过

动手给消化图排序，使幼儿进一步明白了食物旅行的顺序和各消化器官的功能，并通过细致观察图片发现进食时应注意的问题，活动第四部分意在让幼儿知道消化系统的功能和作用的’基础上引发开去，使幼儿关注平时的生活卫生和饮食习惯，这部分的内容起到巩固和延伸的功能。为了使幼儿掌握的知识能落实到日常的行为中，并形成习惯，我设计了延伸活动——玩健康行为棋。整个活动运用了多种形式做到动静交替，充分调动了幼儿的多种感官，幼儿主动性强、同时也体现了教师的主导作用，使活动传递给幼儿的信息具有很强的科学性和趣味性。

### 附故事：小豆子的旅行

我是小豆子，我可愿意为小朋友服务了。今天，我要到淘淘的身体里去旅行一次。瞧，嘴巴已经打开了，哇，淘淘的牙齿可真锋利。我的朋友们一下子都变成了碎片。瞧，他们都往下走了，一会儿，我也会变成碎片往下走。哎！我怎么整个就被挤下去了；我现在被挤到一根细细长长的管子里，这就是食管。食管壁很薄，要是遇到鱼刺就可能被刺破，在食管中我被一点一点地往下送。

我现在来到了一个大口袋里，这个口袋就是胃。它象一个磨子不停地动。我的朋友在这里不停地转呀转，磨呀磨，变得象浆糊一样。“哎哟！是谁，身体硬梆梆的？”“是的，胃大哥。”“你怎么整个儿就下来了？”“是呀，你的小主人吃饭太快，没把我嚼碎，就让我下来了。”“咦，胃大哥，你身上怎么有伤口呀？你的伤口疼不疼？”“那就要怪我的小主人，平时吃东西不注意，爱吃的就吃得很多，把我撑得很难受，他一会儿吃冰冷的冷饮，一会儿又喝滚烫的开水把我搞得够呛。有时我很想休息一会儿，可是我的小主人又要吃零食，把东西硬塞进来，让我不停地工作。我实在是累坏了。所以，就成了现在这样，我生病时可难受了。”

“喂，小豆子，到我这里来。”“好吧，你是谁？”“我是



大肠姐姐。”“我身边怎么都是脏东西，他们是谁？要到哪里去。”“他们是残渣，他们将被排出体外。”“那我呢？”“你也会被排出体外。”“那我还疫有为淘淘做事。”“那没办法，因为你没被嚼碎，不能变成营养，被身体吸收。”我出去以后，一定要把看到的告诉小朋友，让他们养成好的饮食习惯，使他们更健康。