

最新幼儿园小班健康吃饭教案及反思(精选8篇)

初三教案需要根据国家和地方的教学大纲和要求进行编写，确保教学活动的科学性和规范性。下面是小编为大家整理的二年级教案范文，供大家参考。

幼儿园小班健康吃饭教案及反思篇一

一日三餐，天天如此。培养良好的进餐习惯，是幼儿园小班生活教育中，最基本的内容之一。因为，现在的孩子在家大多数往往是饭来张口，家长包办代替。那么，进入幼儿园以后，集体的生活场所，需要他们增强一些生活的自理能力，逐步学会自己的事自己做。自己吃饭是最基本的生活自理能力，也是这一年齡的孩子力所能及的。注重幼儿独立进餐习惯的培养，不仅能使幼儿摆脱依赖的习惯，还将对幼儿形成良好的进餐习惯，获得一些生活能力的锻炼，促进他们身心健康的发展都是非常有利的。因此，我根据小班幼儿特点设计了本次活动。

1、得要自己吃饭，不要别人喂。

2、学习一些独立进餐的基本方法：学用小勺，能把饭菜一勺一勺送进嘴里细嚼慢咽。

掌握一些独立进餐的基本方法，改变进餐依赖的习惯。

生活区角活动：舀小勺

体育游戏：给小动物喂食

饭厅环境布置：自己吃饭真能干、小镜子若干、小奖品若干

感知讨论——实践操作——强化巩固

1、感知讨论

(1) 餐厅环境布置“自己吃饭真能干”。用环境隐性的教育手段，让幼儿潜移默化感知，吃饭要自己吃。

(2) 演示“学用小勺”。请几名幼儿演示各自用小勺的方法，然后让小朋友说说谁拿的方法对或不对。教师再示范讲解正确使用小勺的方法：左手扶碗，右手拿小勺，用拇指、食指和中指捏住勺柄，无名指和小指配合抵住，不宜捏得过低或过高。

(3) 照镜子“我们的牙齿真能干”建议可利用吃点心时，发给每位幼儿一面小镜子，先张开小嘴照一照，看见嘴巴里有牙齿和咽喉部等，再拿一块点心放进嘴里，看看原来的点心怎么会变得越来越碎？最后是从哪里咽下去的？让幼儿直观感知一下，自己的牙齿真能干，吃东西时要咀嚼，一口一口咽下去，这样才能吸收营养长身体。

2、实践操作

(1) 生活区角活动：在生活角里投放一些玻璃弹或各类豆粒等材料，让幼儿练习舀小勺，掌握正确用小勺的方法。

(2) 体育游戏“给小动物喂食”，让幼儿扮演饲养员，给小动物喂食（要用小勺舀起“食物”送进小动物嘴里）看哪组饲养员喂得又快又多。

(3) 幼儿餐点时，注意督促提醒幼儿要正确使用小勺，一勺一勺把食物舀进嘴里，要细嚼慢咽。对特殊幼儿，先要求会嚼会咽，逐步要求自己拿勺吃。

3、强化巩固

建议可不定期地在午餐时搞一些小奖励，对那些能独立吃完自己一份饭菜的幼儿送以小奖品，激发幼儿独立进餐的积极性，逐步形成良好的进餐习惯。

幼儿园小班健康吃饭教案及反思篇二

1、让幼儿在进餐时间的行为符合礼仪要求。

2、培养幼儿良好的幼儿园进餐习惯。

幼儿平时使用的餐具：碗、盘子、勺子各一个。

（一）导入活动：

直接介绍活动名称，导入活动。

（二）关键步骤：

1、第一步，餐前准备练习。

（1）取餐垫放在桌子上，取餐具放在餐垫上。

（2）学习用双手将椅子拉开，在入座。

（3）老师讲盛好食物的餐具放在餐车上，幼儿用双手端起饭碗，放在餐垫上。

2、第二步，吃饭练习。

（1）脚规矩的放在椅子前面。

（2）饭、菜要搭配着吃。

（3）一手扶碗、一手拿勺子吃饭。

(4) 需要添饭菜，举手请求老师的帮助，或经老师的允许后，有自己到指定的地点添饭。

3、第三步，收拾桌面的练习。

(1) 清洁桌面：去抹布区取干净抹布，擦拭餐垫和桌面后，将脏的抹布放在脏抹布区。

(2) 餐垫使用后，放在指定地点。

4、第四步，漱口和擦嘴的习惯。

练习后，要注意幼儿在进餐时的实际操作能力的培养。

幼儿园小班健康吃饭教案及反思篇三

1、让幼儿了解正确进餐的方法，初步学习吃鱼的正确方法。

2、理解词：“细嚼慢咽”。

3、了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。

4、初步了解健康的小常识。

5、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。

6、加强幼儿的安全意识。

7、知道人体需要各种不同的营养。

教学挂图《吃东西的时候》，操作卡片《吃东西的时候》(一)、(二)、(三)。

1、讲故事，让幼儿根据已有生活经验想象小动物们发生事故的原因。

(1) 讲故事的前半段。

熊猫妈妈的医院今天可忙了，刚送走了一位病人，又来了一歌猫妈妈带着小猫来了。见小猫难受的样子，熊猫医生关心地问：“小猫，你哪儿不舒服？”小猫指指喉咙说不出话来，熊猫医生拿起手电筒和压舌板对小猫说：“张开嘴，让我瞧瞧。”熊猫医生用压舌板压住小猫的舌头，打开手电筒一照，看见一根长长的鱼刺卡在了喉咙中间。熊猫医生正要用镊子取出鱼刺，听见了小狗汪汪地叫着跑了过来，它不停地咳嗽，说是被骨头呛着了。熊猫医生赶紧帮助它们取出了卡在喉咙里的鱼刺和小骨头。熊猫医生奇怪地问：“小猫、小狗，你们怎么会被鱼刺卡住，被骨头呛着呢？……”

(2) 请幼儿看操作卡片(一)、(二)，提问，讨论：

- 1、小猫为什么会被鱼刺卡住？
- 2、谁来熊猫医院看病？
- 3、小狗为什么会被小骨头呛着呢？

(3) 故事的后半部分。

猫妈妈说：“今天小羊过生日，它为好朋友们准备了许多它们喜欢吃的东西，朋友们非常高兴，就一边吃一边唱呀，说呀，玩呀，结果被鱼刺卡住了，被小骨头呛着了。”熊猫医生对小猫、小狗说：“吃东西的时候要特别小心，不能边吃边玩。吃到嘴里的东西要细嚼慢咽，不要着急，记住了吧？”小猫、小狗记住了熊猫医生的话，又高高兴兴地参加小羊的生日祝贺会了。

帮助幼儿理解词语：细嚼慢咽。

- 2、了解安全进餐的方法，初步学习吃鱼吃蛋黄等的正确方法。

小结：熊猫医生提醒提醒小猫、小狗在吃东西时不能边吃边说边玩，吃到嘴里的饭菜应细细地嚼烂，慢慢地咽下，不能着急。如果边吃边玩或一口吃下蛋黄，容易被卡住或呛着。我们小朋友也应该这样做。

小结：在吃鱼的时候，要把能看见的鱼刺先取出，然后吃进嘴里，当你感觉还有鱼刺时，要慢慢吐出。饭和鱼不混在一起吃，便于取出鱼刺。

(3)学习短小儿歌。

吃鱼要注意，

安全是第一，

吃鱼不吃饭，

吃饭不吃鱼。

活动反思：

本活动适合在幼儿园吃饭的时候进行。在表演自己吃饭的时候，教师应在旁指导告诉幼儿怎样正确吃饭。并教育幼儿珍惜粮食，使孩子懂得粮食来之不易。

幼儿园小班健康吃饭教案及反思篇四

吃饭（儿歌）

1、指导正确的进餐方法，习惯与同伴一起吃饭。

2、初步学会念儿歌。

学习念儿歌，知道正确的进餐方法。

能边朗诵儿歌边表演。

1、幼儿看表演并引导讨论：

幼儿向幼儿介绍小猫和小兔，并相互问候。

幼儿观看情景表演一：

这是小猫的家，小猫正在吃饭，一边吃一边喊：“喵！喵！喵！菜不要吃，饭不要吃。”小猫东张西望，手不扶碗，一不小心，饭打翻了。

幼儿观看情景表演二：这是小兔的家，小兔坐的端端正正，一手扶着碗一手拿调羹，一大口，一大口，一会儿饭菜吃完啦。

教师提问：

“打翻了？为什么？”

“小兔时怎样吃饭的？”

引导幼儿一起模仿小兔吃饭，学说：“吃饭时坐端正，一手扶着碗，一手拿调羹，一口一口往下咽。”

2、幼儿学习儿歌：

教师朗诵儿歌，幼儿完整欣赏。

“听听儿歌里说了些什么？”

师生共同边朗诵边表演。

幼儿园小班健康吃饭教案及反思篇五

懂得食物对身体健康的重要作用，养成不挑食的习惯。

知道人体需要各种不同的营养。

了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。

1. 出示一胖一瘦的两只小猪木偶，请幼儿猜猜：它们为什么一胖一瘦？

2. 边演示桌面教具，边讲述故事《大大和小小》。

提问：

吃饭的时候，大大是怎么做的？小小呢？

大大长得怎么样？小小变得怎么样了？

小小后来为什么能和大大长得一样健壮呢？

3. 引导幼儿观察操作材料《谁该得笑脸？》，说说图上的小朋友谁该得笑脸、谁该得哭脸，然后把贴贴纸贴在做得对的小朋友旁边。

4. 出示鸡蛋，引导幼儿说说吃蛋对身体健康的好处。

5. 引导幼儿观看教师炒蛋过程并品尝。

生活活动：在幼儿进餐时，教师以“美食播报”“我不挑食展示栏”等形式，让幼儿了解食物的营养，鼓励幼儿样样食物都要吃。

家园共育：

(1) 指导家长为幼儿制订合理的食谱，在烹调上注意色、香、味，诱发幼儿的'食欲。

(2) 与教师共同配合，纠正幼儿挑食的不良习惯。

领域整合：引导幼儿学习歌曲《大家叫我小壮壮》、儿歌《长成一个壮娃娃》，进一步帮助幼儿养成不挑食的好习惯。

本次教学活动孩子们的学习积极性高，教师在介绍各种食物时没有做到既详细又明了好记。活动还算挺成功。

幼儿园小班健康吃饭教案及反思篇六

1、学习正确的进餐方法，养成良好的饮食习惯。

2、乐于在幼儿园就餐，保持良好的进餐情绪。

学习正确的进餐方法。

幼儿知道进餐时保持良好的.进餐情绪。

1、营造轻松愉快的氛围。

2、每人一套餐具，旺仔小馒头一包

一、故事讲述《吃饭的时候》

1、教师完整讲述故事。

2、根据故事内容提问。

(1) 你喜欢小鸡吗？如果你是小猫你会请小鸡到你家做客吗？为什么？

(2) 小鸡吃饭时有哪些地方做得不好？应该怎样做？

“吃饭时没有洗手，用手抓鱼排，没有坐端正，吃饭时大喊大叫，不吃的东西扔地上，把饭弄洒了。”

二、学吃饭

1、教师讲解吃饭的方法和要求。

要求幼儿吃饭是坐端正，右手拿勺子，左手扶着碗，不挑食不剩饭，细细嚼，慢慢咽。

2、学习儿歌《自己吃饭真能干》

3、好吃的旺仔小馒头。

幼儿洗手练习正确使用碗勺，教师个别指导。

三、教师小结。

点评幼儿练习情况，鼓励表扬幼儿。

幼儿园小班健康吃饭教案及反思篇七

1、学习正确的进餐方法，养成良好的饮食习惯。

2、乐于在幼儿园就餐，保持良好的进餐情绪。

学习正确的进餐方法。

幼儿知道进餐时保持良好的进餐情绪。

1、营造轻松愉快的氛围。

2、每人一套餐具，旺仔小馒头一包

一、故事讲述《吃饭的时候》

1、教师完整讲述故事。

2、根据故事内容提问。

(1) 你喜欢小鸡吗？如果你是小猫你会请小鸡到你家做客吗？为什么？

(2) 小鸡吃饭时有哪些地方做得不好？应该怎样做？

“吃饭时没有洗手，用手抓鱼排，没有坐端正，吃饭时大喊大叫，不吃的东西扔地上，把饭弄洒了。”

二、学吃饭

1、教师讲解吃饭的方法和要求。

要求幼儿吃饭是坐端正，右手拿勺子，左手扶着碗，不挑食不剩饭，细细嚼，慢慢咽。

2、学习儿歌《自己吃饭真能干》

3、好吃的旺仔小馒头。

幼儿洗手练习正确使用碗勺，教师个别指导。

三、教师小结。

点评幼儿练习情况，鼓励表扬幼儿。

幼儿园小班健康吃饭教案及反思篇八

1、幼儿知道进餐时的礼仪。

2、幼儿能够坚持好好吃饭，遵循进餐流程。

3、幼儿养成良好的进餐习惯。

vcd进餐礼仪碟片

一、热身

师幼一块儿唱儿歌《好宝宝吃饭了》，共同感受一下进餐时的氛围。

二、导入

幼儿观看礼仪碟片《和奇佳学礼仪》（进餐）中的礼仪小剧场视频，了解进餐时我们应该做什么及进餐时的注意事项。

提问：（1）碟片里都讲了什么事情啊？都有哪些小动物呢？

（2）谁做得好？为什么？

（3）那进餐时我们应该怎么做呢？

师总结：礼仪小剧场里都讲了森林大会上举办的进餐比赛，参加比赛的选手有狮子、小白兔、小猴子、小花猫，还有猫头鹰裁判。小花猫做得最好，因为它呀，饭前还洗手，饭后还漱口，吃饭的时候把饭吃干净，还不浪费粮食。进餐时我们应该先洗手在吃饭，吃饭时不挑食，不说话，不剩饭粒不剩菜，左手扶碗，右手拿勺。

三、师示范并深入讲解进餐流程。

（1）师幼一块儿做《餐前洗手语》，强化幼儿对餐前洗手的熟悉度。

（2）师仔细讲述进餐时的注意事项，并教会幼儿小儿歌。

儿歌内容为：吃饭时注意不说话，不挑食，不剩饭粒不剩菜，

左手扶碗，右手拿勺。

(3) 结合本班情况，师向幼儿讲述吃饭不挑食的好处。

四、拓展延伸

小朋友们已经学了餐前洗手语和进餐注意事项小儿歌，那就让我们每天坚持做，看哪个宝宝最优秀，能成为“进餐文明小使者”吧。