

# 幼儿园食品健康教案 幼儿园健康教育活动 (优秀8篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。那么教案应该怎么制定才合适呢？以下是小编收集整理教案范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 幼儿园食品健康教案篇一

- 1、重点：了解合理的营养结构。
- 2、难点：为自己设计营养食谱。
- 3、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。
- 4、知道一些保持身体各部位整洁卫生的方法。

- 1、准备制作营养食谱的纸、笔人手一份。
- 2、自制健康印章一枚，图案为太阳。

一、我最喜欢吃师：我们小朋友都有自己喜欢吃的食物，要是让你随便吃，你能吃多少？

### 二、营养宝塔

- 1、小朋友想吃很多很多喜欢的东西，这样合适吗？哪些东西应该多吃，哪些应该少吃？
- 2、教师出示挂图。每天应该吃得东西就像一座宝塔，下面的东西应该多吃，上面的东西应该少吃。

- 3、吃得最多的应该是什么?(米饭、馒头、面包和面条，还有玉米、土豆和蕃薯，这些粮食做的食品可以让我们有力气。)
- 4、可以吃得第二个多的是什么?(蔬菜、水果也要多吃一些)
- 5、比蔬菜水果要吃得少一些的是什么?(牛奶、鸡肉、鸡蛋、鱼肉都要吃一些，可是不能吃的太多。)
- 6、吃得最少的应该是什么?(巧克力这样的甜食和油炸的东西都应该少吃)

### 三、我的营养食谱

- 1、看了营养宝塔，我们知道哪些应该多吃，哪些应该少吃，不能一个劲地吃喜欢吃的东西，不吃其他东西。
- 2、我们为自己设计一分健康食谱好吗?
- 3、将纸折成三折，使它看起来象菜单。把早餐食谱(如水果，牛奶馒头)画在第一面，把午餐晚餐的食谱依次画在第二面和第三面上。
- 4、折拢食谱在封面处美化装饰。
- 5、选取几个比较典型的食谱，引导幼儿讨论他们设计的是否合理，是否有利于健康。经大家检验合格后教师在食谱封面加盖健康印章。
- 6、我们把自己设计的食谱放到我们的健康加油站，欢迎大家经常光顾，使自己永远健康。

从执教的情况来看，我觉得自己在课堂上的组织语言还有待加强，如何让孩子对你的提问或是小结能更好的明白、理解，是自己在以后的教学中需要关注的一个重要方面。

## 幼儿园食品健康教案篇二

1、知道玩沙、玩水时的注意事项。

2、懂得在玩沙玩水时保护自己与同伴。

1、两个玻璃容器内分别放入沙子和水；一张4开白纸；一小块空地和一些清水。

2、媒体教学资源或幼儿用书第40—41页：《好玩的沙子和水》。

1、引导幼儿通过观察与触摸沙和水的特性，激发幼儿参与活动的兴趣。

(2)教师小结：沙子的颗粒是细细的、小小的；水是透明的，把手放到水里感觉有些凉凉的。

2、教师演示实验。让幼儿懂得，玩沙时如果扬沙，会对自己或同伴造成危险；玩水时如果不小心，会弄湿衣服或者滑到。

教师小结：调皮的沙宝宝从高处落下来的时候，会跑到很多地方，桌上、纸上、地上、还有衣服上等。如果调皮的傻宝宝跑到眼睛里，我们的眼睛会睁不开，还会很痛。

教师小结：调皮的水宝宝如果跑到地上，地面就会很滑，小朋友们容易摔倒；水宝宝如果跑到衣服上，我们会觉得冷，就容易感冒。

3、教师和幼儿一起总结玩沙、玩水时的注意事项。

提问：和沙宝宝、水宝宝做游戏时要注意哪些事情？我们应该怎样做游戏，沙宝宝、水宝宝才不会调皮。

教师小结：在玩沙、玩水时，不要把沙子扬起来，不要把沙子和水弄到自己的和同伴身上，也不要把水洒到地面上，这样容易让自己和同伴滑到，还要记住玩的时候把袖子卷起来，不要用手去揉眼睛或摸嘴巴，这样做是不卫生的。

4、播放多媒体教学资源或阅读幼儿用书第40—41页：《好玩的沙子和水》。

观察《好玩的沙子和水》中幼儿的行为，说说玩沙、玩水时应该注意什么。

## 幼儿园食品健康教案篇三

1、使幼儿知道雷电的危害时的一些应对办法。

2、锻炼幼儿对事情的判断能力和想像力，增强幼儿的安全意识。

课件《如何防雷电》

一、活动的导入：

今天，小芳小朋友邀请我们到她家去做客，现在，我们出发吧。

二、躲雷雨闪电的情景：

1、刚走到半路上，突然传来一阵雷雨闪电的声音（用录音机播放音乐），“孩子们，下雨了，打雷啦，赶快躲”。仔细观察孩子们躲在哪里。

2、雨停了，继续走，来到了小芳的家里坐下。

三、围绕刚才躲雷雨闪电的情景进行提问：

- 1、刚才我们在半路上遇到什么事情啦？
- 2、你们是怎样避雷雨闪电的？躲在哪里？
- 3、今天娜娜也遇到了像我们同样的事情，现在，我们一起来看看她是怎样做的？

四、观看课件《如何防雷电》。

五、围绕课件内容与幼儿展开讨论：

- 1、故事里的娜娜她是躲在哪里避雷雨闪电的？
- 2、楠楠又是躲在哪里避雷雨闪电的？
- 3、谁做得对？请幼儿自由讨论，锻炼幼儿的语言表达能力和对事情的判断能力。
- 4、老师小结应该怎样防雷电。
  - (1) 不可以跑到大树下躲雷雨闪电。
  - (2) 不可以躲在电线杆下。
  - (3) 不可以躲在高危的地方。
  - (4) 不可以躲在潮湿的地方。

## 幼儿园食品健康教案篇四

安全用电

- 1、使幼儿了解安全使用电器得粗浅知识。
- 2、培养幼儿的安全意识。

1、请幼儿找一找教室中的电源插座或插头在什么地方？

2、讨论：幼儿园班级里的插座为什么都要安装得这么高？（让幼儿知道电插头、电源插座都是很危险的东西，如果手碰到插孔内，人就会触电，会有生命危险。）

3、请幼儿看教师拿插头时手的姿势和抓的位置，让幼儿知道插孔里有电，插头上的小铜片能把电通过电线传给录音机，所以手不能碰到铜片，更不能把手伸插孔内。

4、组织幼儿讨论：用电时要注意什么？知道潮湿的东西不能靠近电器，这样会漏电，电器不能和与纸、布等易燃物品放在一起，不然可能引起火灾。

5、让幼儿说说在家中用电器时要注意什么？

散步时，可以带幼儿从远处观察高压电的标记，教育幼儿高压电很危险，一定要远离高压电。

## 幼儿园食品健康教案篇五

知道不能轻信陌生人的话，不跟陌生人走

了解和掌握一些和陌生人相处的方法。

请一位幼儿不认识的阿姨扮演陌生人，并设置表演情境。

玩具、果冻、巧克力。

有关的图片四张。

形式：集体

一、故事《沙沙和陌生人》

1. 讲述故事《沙沙和陌生人》：变色龙沙沙独自在院子里玩，这时一个陌生人问他公园怎么走，沙沙有礼貌地告诉了他该怎样走，陌生人非常感谢沙沙。回到家里，沙沙把这件事告诉了妈妈，妈妈说：“沙沙，你做得对！不过还有一些事情你要多加注意。”沙沙连忙问妈妈：“还有什么事情应该注意的呢？”

3. 出示图片：图一：陌生人要你跟他出去玩时，你不能跟他一起去。

图二：陌生人给你礼物或好吃的东西时，你不能要。

图三：陌生人要去你家时，你不能带路。

图四：陌生人硬拉你跟他走时，你要反抗，大声呼救。

## 二、情境练习

情境一：一个陌生的叔叔对一位小朋友说：“小朋友你真可爱。我请你吃果冻。”接着又拿出玩具给他玩。

集体讨论：能不能接受陌生人的礼物，应该怎样对他说？情境二：一个陌生的阿姨敲门进入教室，对某幼儿说：“我是你妈妈的好朋友，她今天没有空来接你。让我送你回家，跟我走吧。”

教师小结：对待陌生人要有礼貌，但不能轻易相信他们的话，尤其是不能跟陌生人走

## 三、选择游戏(每题分a□b两个答案，幼儿站在认为正确的答案那一边)

1. 陌生人就是坏人吗？

a.陌生人就是坏人□b□陌生人不一定是坏人

2. 能不能跟陌生人走

a□能去公园和游乐场□b□不能去任何地方。

3. 有个认识的阿姨想带你出去玩。

a□可以和她去□b□必须先告诉爸爸妈妈。

4. 有个不认识的叔叔给你东西吃：

a□巧克力、果冻不能吃，饮料可以喝□b□什么都不能吃。

5. 下大雨时一个陌生人说用车送你回家。

a□先说谢谢再上车□b□不能上车。

6. 陌生人问你的名字，家里有谁，能不能告诉他？a□只能告诉名字，不能告诉他家里有谁。

b□什么都不能告诉他。

#### 四、结束活动

提醒幼儿外出时不要离开集体和成人，遇到陌生人不能轻信。

洗手的程序正确。

能朗诵儿歌《洗洗手》。

与幼儿对话时，可运用关键词，例如干净、手指头、手指缝、手背、手掌、擦手等。



## 幼儿园食品健康教案篇六

让幼儿爱吃常见的几种营养价值高，但有特殊味道的蔬菜。

了解几种蔬菜在人体中的特殊作用，初步培养幼儿不偏食的良好习惯。

积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

培养幼儿乐观开朗的性格。

引导幼儿不挑食，爱吃蔬菜活动难点让幼儿了解各种蔬菜的营养价值。

活动准备前经验准备：生活区初步了解过各种蔬菜。

胡萝卜，芹菜，香菇和蒜头

1、引发兴趣，了解四种特殊味道蔬菜的名称

(2)依次出现：胡萝卜，芹菜，香菇和蒜头，启发幼儿与蔬菜宝宝互相问好。

2、让幼儿了解四种蔬菜的营养价值

(2)一边看实物木偶表演一边提问，让幼儿了解四种蔬菜在人体中的特殊作用。

胡萝卜宝宝说：“我是胡萝卜宝宝，小朋友要和我做朋友，吃了我以后，我们的眼睛会变得更加明亮。”胡萝卜宝宝刚说完，香菇宝宝跑上去说：“我是香菇宝宝，我身上有许多的营养，吃了我，身体会更加健康”。芹菜宝宝也抢着说：“我是芹菜宝宝，小朋友吃了我以后，就可以天天大便了”。蒜头宝宝头抬一头说：“可别忘了我，吃了我以后，我们就少生病。”教

师边看边提问：吃了胡萝卜宝宝，我们的眼睛会怎样？吃了芹菜宝宝，会怎样？香菇宝宝身上有什么？吃了香菇宝宝身体会怎样？吃了蒜头宝宝，会怎样？小结：我们知道了这些蔬菜有许多营养，经常吃，对我们的身体有好处。

3、幼儿品尝四种蔬菜，鼓励幼儿吃完。教师：你们看，胡萝卜宝宝，香菇宝宝，芹菜宝宝，蒜头宝宝又到班上来了，我们一起来尝一尝吧。鼓励幼儿用牙齿咀嚼食物。

本次教学活动，也作为我们小班行为跟进式的研讨课。在第一次的教学活动后，我们小班的全体老师都帮我出谋划策，所以在第二次的教学活动中，孩子们的思维更活跃了，整个教学活动也比较流畅。

总之，通过这次教学活动，使我有更深的感悟。要上好每一堂课，幼儿的课前经验准备是非常重要的，在今后的教学中，自己要不断的努力，不断学习，形成自己的教学风格。

## 幼儿园食品健康教案篇七

1、初步了解健康日，明白爱牙日、爱眼日、爱耳日都是和健康有关的宣传日。

2、阅读图文标记，明白健康日的具体日期，协商分配工作，尝试和大家一齐制作健康日的宣传栏。愿意向大家宣传健康知识，尝试设计健康日的宣传用语。

1、准备制作宣传专栏的材料，笔、纸、图片、照片等材料。

2、师生与健康日有关的一些资料。

一、念谜语，猜测五官，记录五官的形象

1、教师念谜语，幼儿猜测。

2、教师在黑板上画出五官的形象。

二、讨论五官的重要，引出健康日。

1、教师：眼睛、耳朵、牙齿这些器官有什么重要的作用？

三、阅读图文，了解健康日的由来。

1、教师在眼睛、耳朵和牙齿图片的上方写上具体的日期，并鼓励幼儿阅读，告诉幼儿这是健康日，启发幼儿想一想：写在眼睛上方的日期表示选床什么日子呢？鼓励幼儿讲述爱眼日、爱耳日、爱牙日。

2、教师小结。

3、带领幼儿完整讲述，如：6月6日是爱眼日，3月3日是爱耳日，9月20日是爱牙日。

四、带领幼儿观察健康日教育方面的图片或影像资料，加深对健康日的认识。

五、组织幼儿讨论，加深认识。

启发幼儿设计健康日宣传栏。

在课前，我准备了形象的五官图片，以及人们在健康日所开展的各项活动图片，让幼儿对五官以及健康日有更全面的了解。以猜谜的方式引发幼儿的学习的兴趣，并积极参与到活动中。为了加深幼儿对健康日的认识，我组织了幼儿进行讨论，但没有完全激发他们讨论的进取性，以至于讨论时间很短，讨论得不够深刻。最终，组织幼儿每组设计一幅健康日宣传画，使幼儿在向大家宣传健康日的同时，学会分工合作，从中得到愉快的体验。在整个活动过程中，我应供给给幼儿更多发言的机会，扩大幼儿的思维空间，让幼儿回答问题能

够更全面。

## 幼儿园食品健康教案篇八

1. 出示挂图让幼儿观察，挂图内容如下：

华华在家吃早餐，妈妈拿出一碗热气腾腾的芝麻糊和鸡蛋，华华看了看芝麻糊，皱了皱眉头说：“我不吃这黑糊糊的东西，我要吃鸡蛋。”

2. 老师问：“小朋友，华华不喜欢吃芝麻糊，你们喜欢吃吗？为什么？引导幼儿探索黑色食品的营养价值，知道芝麻糊属于黑色食品。

3. 分组讨论：吃过哪些黑色食物？这些黑色食物可以制成什么点心和菜肴？

4. 让幼儿参观食品展，并分别把属于黑色类的食品挑选出来。

5. 引导幼儿互相探讨“我的黑色食品”，谈谈自己篮子中黑色食品的名称，看谁说得又对又多。

6. 游戏：学做小厨师。发挥幼儿的独创性，鼓励幼儿把黑色食品配成菜肴。

7. 评选搭配得营养丰富的菜肴。