

# 最新幼儿园营养教育活动教案中班 幼儿园大班教育活动教案(优质18篇)

高一教案是教师为了提高教学效果，提高学生学习质量而编写的。学习优秀的高中教案，有助于提高教师的教学水平和能力。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇一

- 1、了解纸版印画的技法，能依据自己的理解和感受运用喜爱的色彩大胆作画。
  - 2、能根据主题构思组织画面，培养幼儿合理构图与自主创新的能力。
  - 3、愿意与同伴一起进行创作活动，体验成功的快乐。
  - 4、引导幼儿能用辅助材料丰富作品，培养他们大胆创新能力。
  - 5、进一步学习在指定的范围内均匀地进行美术活动。
- 1、教师范画材料。
  - 2、幼儿已经有画水粉画和在吹塑纸上画线条画的经验。
  - 3、场景图九套（游泳、赛跑、鞍马、跳高、拳击、篮球、举重、射击、乒乓）。
  - 4、幼儿印画尝试材料。
  - 5、水粉色、水粉笔、调色盘、等工具材料；展示板、录音机、磁带。

一、探讨纸版印画，激发兴趣。

1、以“画笔先生”的故事有趣地示范版画的涂色、压印。

2、师、幼共同讨论研究纸版印画的方法。

二、尝试纸版印画，发现特点。

三、观察比赛场景，自主构思。

1、（出示体育比赛的简单场景图），引导幼儿观察讲述。

2、讨论交流：哪些动物会来参加运动会？

四、运用纸版画法，合作作画。

1、自由选择比赛场景图，在底版上刻画动物轮廓线。

（选择动物适合的比赛项目进行创作，并愿意与小伙伴相互商量，合理构图；师为能力弱的幼儿提供动物外形卡片以备自由选择）。

2、涂色印画。

（引导幼儿根据自己的理解大胆涂色块，并提醒幼儿用到水和颜料时要小心）。

3、幼儿根据自己的想法，再次运用纸版印画的方法创造性地装饰画面。

（教师巡视，观察指导幼儿完善画面，运用喜爱的色彩丰富画面；鼓励幼儿大胆创新，遇到困难会寻求帮助并乐于帮助别人）。

五、互相欣赏作品，分享经验。

（鼓励幼儿大胆欣赏自己及同伴的作品，并针对画面上出现的问题与幼儿展开讨论，为下一次活动获取有益经验）。

2、小画变大画，给画起名字。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇二

1、观察窨井和装饰灯的外形，主动发现可能会存在的危险。

2、乐意参加情景剧表演，知道要远离窨井和装饰灯。

3、培养幼儿敏锐的观察能力。

4、探索、发现生活中的多样性及特征。

5、加强幼儿的安全意识。

圆形的蛋糕盒、方形的纸盒若干、教学挂图、幼儿用书

1、师：请小朋友们看一看，图上画得时什么地方？小区里人们在干什么？

2、请小朋友仔细看一看，在这幅图上，你能找到哪几个地方需要注意安全吗？

1、为什么在窨井的安全盖和装饰灯这些地方要特别注意呢？

2、窨井的安全盖下面是什么呢？你认为他有什么危险？

3、装饰灯是电灯吗？你认为它有什么危险？

1、请小朋友们打开书，看看猜的对不对。

2、怎样才可以避免窨井和装饰灯的危险呢？

1、今天我们一起排一场表演，内容就是“远离窰井和装饰灯”。老师给大家准备了圆形的蛋糕盒、方形的纸盒，它们可以做什么场景?(用盒子代替窰井和装饰灯)

2、我们每一组小朋友在一起表演，想一想，在窰井和装饰灯旁边我们会玩什么游戏，会发生什么故事?等一会请每一组的小朋友上来表演。

3、请幼儿分组进行表演。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇三

1、让幼儿知道玩哪些东西会有危险。

2、培养幼儿的初步自我保护意识。

3、培养幼儿敏锐的观察能力。

4、提高幼儿思维的敏捷性。

5、加强幼儿的安全意识。

1、电风扇、电熨斗、小刀片、香水图片、自制挂图

2、配套幼儿用书

1、让幼儿说出图片的名称

2、让幼儿简单地说出它们的用途。

小朋友们刚才说的很好，图片上的这些东西能给我们生活带来很多方便，天热了帮我们解热，衣服皱了，电熨斗帮我们烫平衣服，我们还可以用小刀削水果，往身上撒香水。我们的日常生活离不开这些东西，可是，如果小朋友把这些东西

当玩具，就很危险了。

1、图上有几个男孩，他们各自在干什么？

2、图上有几个女孩，他们各自在干什么？

1、把手伸进转动的电扇里会伤害到手指，会受伤。

2、玩小刀会割破小手，严重的会危及生命。

3、玩通电的电熨斗会烫坏衣物，甚至会伤害自己或者引起火灾。

4、对眼睛喷香水会弄伤眼睛。

通过这类活动能够培养幼儿对物品作用的熟悉，也能够让幼儿在看图和听老师讲解的途中学习到危险的概念，懂得什么东西能够玩什么东西不能玩。在幼儿安全教育中必不可少。但是在此类教学活动中，并不能把所有的危险和有危险的物品都让孩子们掌握，有一定的局限性。所以在思想上培养幼儿的安全意识尤为重要。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇四

1. 懂得爱护小手，不玩尖利的东西。

2. 了解手划破后简单的处理和保护方法

3. 知道洗手的重要性，掌握洗手的正确方法，养成清洁卫生的好习惯。

手受伤的小熊玩具。洗手的课件

一. 游戏：“手指歌”导入活动“大拇哥、二拇弟、中指楼、

四兄弟、小妞妞，来看戏，大家快来比一比，谁的大，谁的小，哪个指头长，哪个指头短？”

二. 出示小熊玩具，通过故事导入：“今天小熊在玩的时候可不小心了，弄伤了自己的手，它自己很疼，都快哭了！”  
讨论：

(1) 这个小熊的手怎么啦？（出血了）

(2) 好好的小手怎么会出血呢？（被东西划破了）

(3) 什么东西会把手划破？为什么？（玻璃片、针、铁钉、铁丝、剪刀等。因为这些东西很尖，很锋利。）

(4) 启发幼儿回忆：自己的手有没有被划破过，手划破了有哪些不方便。

三、讨论怎样才能使我们的的小手不受伤。（平时不玩剪刀、小刀、针、玻璃片、铁片等尖利的东西。）

小结：我们周围有很多东西，有的是很尖的，有的是很锋利的，如果我们去玩这些东西，就会把手划破，给自己带来危险和许多不方便。所以小朋友们不要去玩这些东西，以免我们的手受伤，影响我们的活动和生活。

四. 讨论怎样保护、处理小熊（或自己）受了伤的手。

(1) 如果手不小心被划破了，能不能用没有洗过的手去捂伤口？为什么？（不能，因为没有洗过的手有细菌，会使伤口感染、化脓。）

(2) 手受伤了怎么办？（如果擦伤了皮，要先清洗伤口，然后涂上红药水或紫药水；严重的要找医生处理。）

(3) 手包扎后还要注意哪些事项？（不能把伤手浸在水里，

不能随便揭掉包布，要按时找老师、医生换药等。

小结：如果我们的小手已经受了伤，就更要好好保护，这样才能使它快快恢复健康，为我们服务。

五. 集中观看手偶表演，帮助幼儿了解洗手的重要性；

1. 游戏导入：“医生嘟嘟来做客”（激发幼儿观看手偶表演的兴趣）教师引导语：“今天，我们小医院的医生嘟嘟要来我们班里做客了，我们一起来欢迎它吧！”（出示扮演小医生的手偶，向小医生问好）

2. 观看手偶表演：（教师边做手偶表演边讲述故事，让幼儿了解洗手的重要性）提问：豆豆为什么会肚子疼啊？它应该怎样做呀？（通过故事让幼儿了解手上有许多的细菌，要养成勤洗手的好习惯）

3. 引导幼儿联系自己的实际进行交流（调动幼儿已有的知识经验，进一步体验洗手的重要性）问题：你们的肚子疼过吗？为什么？我们应该怎么做啊？（结合幼儿在实际生活中出现的饭前便后不洗手及吃手现象，调动幼儿说一说洗手的重要性）

4. 小医生嘟嘟小结：洗洗小手讲卫生（鼓励幼儿养成勤洗手的好习惯）

六. 幼儿观看洗手课件，接着实际练习：如何正确地洗手，进一步掌握洗手的正确方法。

七. 活动延伸：

1、幼儿生活习惯的养成不是一朝一夕的，要在一日生活各环节中，对幼儿用语言或儿歌进行提示或指导，使幼儿在实践体验中不断巩固和提高幼儿的健康认知水平，逐步培养幼儿

养成良好的健康习惯。

2、家园共育：利用家长资源，请家长配合，引导幼儿在家独立做力所能及的事情，进一步培养幼儿的生活自理能力及良好的健康行为的养成。

3、区域活动里师幼一起讨论怎样保护小手；哪些东西会伤到小手；或开展语言区讲一讲关于保护手的故事。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇五

1、通过谈话、游戏让幼儿巩固方案的内容。知道绿色食品、朋友、好习惯、运动组成了健康的身体。

2、通过游戏让幼儿体验成功感。

套套娃一个，纸条(上面分别写有习惯、朋友、绿色食品、运动、健康身体)

1、出示套套娃，请幼儿寻宝，引起幼儿闯关兴趣。

师：在套套娃的身体里藏有一个宝藏，你们想拥有吗？

2、通过闯关，让幼儿巩固方案健康身体的组成

(1)第一关：习惯

师：你们有习惯吗？习惯有两种你们知道是那两种？哪些是坏习惯？好习惯有哪些？

你们喜欢好习惯还是坏习惯？

(大家一起用坐得好的习惯打开套套娃)

(2)第二关：朋友？

(和朋友互相拥抱，用朋友的力量打开套套娃)

(3) 第三关：绿色食品

师：什么样的食品称为绿色食品？绿色食品有哪些？你们喜欢绿色食品吗？为什么？

(请幼儿用身体摆出一种喜欢吃的水果来，用绿色食品的力量打开套套娃)

(4) 第四关：运动

(请小朋友做一种运动的动作，用运动的力量打开套套娃)

3、找出宝藏，知道宝藏的秘密就是让我们拥有健康的'身体

师：原来宝藏的秘密就是健康的身体，我们怎么样才能拥有健康的身体呢？

4、结束

我们得到了宝藏，要懂得与别人分享，现在我们就出去跟你们的好朋友说说。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇六

1、引导幼儿初步了解龋齿的原因及龋齿的危害。

2、教育幼儿牙齿是人体的一个重要器官，知道保护它。

3、帮助幼儿树立保护身体健康的意识。

1、电脑、录音机、动画软件。

2、小牙刷、茶杯。

3、对牙齿的作用有了一定的认识。

1、猜谜，引出课题，复习牙齿的作用：

(1) 猜谜语。

(2) 出示牙齿模型，复习了解牙齿的作用。

小结：方方的牙齿可以切断食物，尖尖的牙齿可以撕拉食物，扁扁厚厚的牙齿把食物磨碎。它们各有各的作用，可以帮助我们吧食物嚼碎，吸收有营养的食物，使我们的身体长的健康结实。

2、了解龋齿形成的原因及危害。

(1) 看电脑动画，提问：东东的牙齿为什么会疼？

(2) 边看边了解引起龋齿的原因。

a□吃了东西就去睡觉。

b□小细菌“小红脸、小蓝脸”在牙齿里住下做坏事。

c□牙齿就会变成什么样子？

(3) “小红脸、小蓝脸”有没有找过你们？引导幼儿结合经验谈一谈自己得龋齿的感受。

(4) 了解龋齿的危害。小结：爱吃甜食，吃过东西就去睡觉，不爱刷牙的小朋友，细菌就会在他的牙齿里住下来，把牙齿弄黑、弄坏，弄成小洞。这样就不能很好地咀嚼食物，而且还很疼，影响我们吃饭睡觉，说话也不清楚，牙齿也变得不好看了。

### 3、教育幼儿如何保护牙齿。

(1) 怎样将“小红脸、小蓝脸”赶走？（念刷牙歌、教东东正确的刷牙的方法）

(2) 怎样才能不让它们再来？小结：牙齿对我们很重要，我们要保护牙齿。每天早上和睡觉前要刷牙，刷牙方法要正确，吃完饭要漱口，保持牙齿的清洁，还要少吃甜食，这样才能赶走“小红脸、小蓝脸”这些小细菌。如果牙齿有了小洞，要及时补起来，不要让小细菌再来。

1、如果没有动画软件“小红脸、小蓝脸”，可以根据龋齿形成的原因和危害编成童话故事，将腐蚀牙齿的细菌起名为“小红脸、小蓝脸”，并将创编内容绘制成图片，让幼儿边听边看，从中得到教育。

2、在幼儿进餐以后，组织幼儿漱口，并教会幼儿漱口的正确方法。

3、建议家长提醒自己的孩子每天睡觉前，起床后刷牙，并督促孩子用正确的方法刷牙。

4、在日常生活中，提醒孩子少吃甜食。多用牙齿咀嚼食物，锻炼我们的牙齿，让它们变得更坚硬。

1、在认识区中，放置一些和预防龋齿有关的正确与错误行为的图片，让幼儿辨别，并说说“为什么”，知道保护牙齿的正确方法。

2、在表演区中，组织幼儿观看神气龟中学习刷牙的课程。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇七

1、感知自己是特别的、与周围物品和别人不同的小朋友。

2、产生初步的`自我意识，并能对自己作积极的评价。

皮球、椅子;歌曲《我是人》。

1、知道自己是人，不同于周围物品。

提问：我们会做些什么?小椅子会吗?我们会不会笑?小皮球会吗?为什么他们不会?

小结：我们大家都是人，会说话、会哭、会笑、会做事，还会做许多动作。

2、感知自己与他人的区别。

(1)找找自己与别人相同的地方。

师：我们都是人，我们互相找找看，自己有别人也有的东西。

如：我有眼睛，你有眼睛，他也有眼睛。

(2)找找自己与别人不同的地方。

师：我们有这么多相同的地方，但是，小红是小明吗?为什么?我们和别人有什么不同?(引导幼儿说出身高、长相、爱好、服饰等方面)

3、复习歌曲《我是人》。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇八

1、幼儿交流分享观察收集的有关糖果的信息，体验小组合作的快乐。

2、从种类、味道、形状、包装四个方面来比较糖的不同，并能让幼儿体会帮助他人和制作糖果带来的乐趣。

3、教育幼儿懂得换牙卫生，学会正确的刷牙方法。

一、与幼儿交谈“我喜欢吃的糖果”。

二、幼儿分成四组

糖的种类、糖的味道、糖的包装、糖的形状

请每组幼儿为自己组起一个响亮的名字。

1、幼儿自由讨论

2、选出小组“发言人”

3、利用实物投影仪展示每组幼儿的观察记录

教师和幼儿一起交流分享收集的信息，并采用竞赛——“你问我答”的形式调动幼儿积极性。

重点：教师要灵活引导幼儿对提出的有价值的问题展开讨论，对个别幼儿提出的价值不大的问题，能巧妙转移并迅速引导幼儿回到主题中。

三、教师介绍自己收集的资料

1、说说糖的由来（主要从甘蔗、甜菜中提炼）

2、重点介绍糖对我们身体的作用

3、请幼儿品尝跳跳糖，感受糖果带来的奇妙感觉，把活动引入高潮。

4、出示大头儿子的. 图片，配合说说换牙时的注意事项，教育幼儿懂得爱护牙齿，会正确的刷牙。

请幼儿运用各种材料动手设计制作糖果，体验帮助别人的快乐和制作糖果的快乐。

延伸活动：品尝糖果

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇九

### 一、晨间活动（7：00—7：30）

活动名称：散步中的收集活动

活动目标：

- 1、通过收集活动，使幼儿关心周围的生活环境。
- 2、为有生命与无生命的分类活动收集材料。
- 3、培养幼儿观察习惯，萌发幼儿的求知探索精神。

活动材料：每名幼儿一个小筐、合适的场地。

活动过程：

- 1、教师在散步、收集活动前提出要求：散步时收集十种东西。
- 2、散步、幼儿边观察边收集：树叶、蚂蚁、瓶盖、石头等十种物品放在自己的小筐内。

### 二、集体教育活动一（8：10—8：50）

活动名称：有生命的与无生命的

活动目标：

- 1、在操作活动中让幼儿学会区分有生命的与无生命的物体。

2、通过活动使幼儿进一步掌握分类的方法。

3、初步萌发幼儿的环保意识：爱护生命、保护生态环境、关心自己的生活空间。

活动准备：

1、幼儿参与收集的许多物品。

2、托盘、小筐同幼儿人数。托盘上贴有绿色的和紫色的纸。

3、掌握生命、无生命的概念。

活动过程：

1、分享早上收集的物品，互相介绍一下自己收集到的宝贝，并说出在哪里收集到的。

2、出示教师收集的物品，说说哪些是有生命的？哪些是没有生命的？为什么？引发幼儿进行分类的兴趣，并介绍分类的方法。

3、教师同幼儿一起将教师采集的物品进行有生命与无生命的分类。

4、将幼收集的物品进行分类活动?  
教师根据幼儿的分类情况适当加以指导。

5、送有生命与无生命的客人回家。

6、教师进行环保教育。

出示环保图片，教育幼儿要爱护生命，保护生态环境，培养幼儿初步的环保意识，

### 三、早操及户外活动（9：00—9：50）

早操要求：精神饱满，动作整齐。

体育游戏：布袋游戏

活动目标：

- 1、发展幼儿通过听觉判断方向的能力,提高前庭功能,发展平衡能力和灵敏性。
- 2、激发幼儿的想象力,让幼儿积极尝试利用布袋开展活动的兴趣。
- 3、培养幼儿的自我调节、克服困难的态度和能力。

活动准备：

- 1、了解“蚕吃桑叶”--“蚕吐丝”--“蚕作茧”--“蚕变飞蛾”的过程。
- 2、布袋人手一只,打击乐器4件,桑叶若干。

活动过程：

#### 1、玩布袋（布袋分散在四周）

师：小朋友,你们看,地上有很多的布袋,让我们一起来玩一玩吧!玩的时候要注意安全。

（提醒幼儿注意安全,并注意观察幼儿玩袋的情况。）

#### 2、“蚕宝宝”游戏

（1）、师：小朋友玩的真不赖,现在让我们钻进布袋,把

自己变成一只蚕宝宝吧

来，变--变--变！

师：你们知道蚕宝宝是怎么走路的吗？（幼儿集体在地上做蚕宝宝走路）

师：看，这只蚕宝宝爬的真好，我们来看看它是怎么爬的？

（2）、模仿“蚕吃桑叶”--“蚕吐丝”--“蚕作茧”--“蚕变飞蛾”。

a师：蚕宝宝们爬了这么久，肚子一定饿了吧？看，那边有桑叶，我们爬过去吃吧！

（教师作为喂桑叶的人，不断地变动自己的位置，蚕儿也随之改变爬行的方向。）

b师：让我来摸一摸，蚕宝宝的肚子吃的可真饱啊！咦？我好象听到有蚕宝宝在吐丝了。

c师：蚕宝宝吐了这么多的丝，把自己也包在里面了。

d师：蚕宝宝在茧里面睡着了，慢慢地变成了蛹，它在茧里滚来滚去，飞蛾终于咬破茧，飞了出来，一只又一只，一只又一只，都飞出来了。

（模仿飞蛾的动作四散跑）

### 3、“盲人听音走路”游戏

（1）、师：平时我们都是把布袋套在脚上玩的，今天我们要换种玩法，把布袋套在头上玩。大家体会一下盲人走路时的感觉。

(2)、幼儿将布袋套在头上，四处走动。教师提示注意安全，互不碰撞。

(3)、师：听，有声音传来了，我们试着朝声音发出的方向走去吧！

(请四名老师在场地的四个角落，看教师的手势敲打乐器)

(4)、游戏结束，师：请小朋友把布袋拿下来吧，现在你们可以体会到盲人走路是多么的不方便，如果我们平时遇到盲人应该怎么做？（幼儿各抒己见）

师：小朋友说的真好！相信小朋友一定能说到做到！

4、幼儿自由玩布袋。

5、放松游戏：布袋魔术

师：好，我们用布袋再来变个魔术吧！我们先把它从一个胖子变成一个瘦子（将布袋竖向对折），然后变成一个矮子（再将小布袋横向对折），然后再变得矮一点，成一个小矮人（再将布袋横向对折，此时，布袋已经被折叠好），现在，我们一起把这些小矮人送回家里去吧！（拿着布袋走出场外，活动结束）

四、集体教育活动二（10：05—10：50）

活动名称：生物party

活动目标：

1、引导幼儿体验合作的快乐，并愿意与别人分享快乐。

2、鼓励幼儿积极参与生物party的设计及准备工作，并用自

己喜欢的方式和材料表征。

活动准备：

- 1、将已认识的的各种生物的图片、标本布置在活动室。
- 2、师生共同搜集、准备各种材料和工具：橡皮泥、纸盒、皱纹纸等。

活动过程：

- 1、组织幼儿讨论如何准备生物party□

给它们准备什么食物？会场怎么布置？

- 2、幼儿商量分组，分为食物制作组，布置舞台组。
- 3、小组观察、讨论并选择所需的材料及制作方法。
- 4、幼儿分组按照兴趣和需要选择材料，用绘画、剪贴、折纸、泥工等方式开展“工作”，教师以合作的方式对孩子工作中的重点、难点进行指导，帮助。
- 5、将邀请来的生物和准备好的食物摆放在布置好的舞台上，幼儿为客人老师介绍。
- 6、模仿虫子。
- 7、播放动感较强的音乐，幼儿可扮演各种虫子自由吃“食物”、跳舞，举行开心party□

五、餐前准备及午餐（10：50—11：30）

餐前准备：1、幼儿入厕、喝水、洗手。

2、听故事磁带。

午餐要求：1、值日生分工擦桌子，为小朋友盛饭、端饭。

2、能安静、愉快的吃完自己的一份饭菜，不挑食、偏食，能保持桌面、地面的干净。会自己添饭。

3、饭后能自觉漱口。值日生收拾餐桌，并把餐具送到厨房。

一、教学目标：

1、以“安全第一，预防为主”为指导方针，营造安全、文明、健康的育人环境。

2、通过教学生增强安全防范意识，教给学生掌握一些简单的安全常识，会处理日常生活中出现的紧急情况，学会自我保护。

3、让学生从平时点滴做起，养成良好的饮食习惯、卫生习惯等，会预防各种常见的传染病的发生。

二、教学内容：

1、保障饮食安全，预防食物中毒及与铅中毒

2、合理用药，远离不良嗜好

三、教学过程：

导入：同学们已经学习了不少卫生方面的知识，今天老师和同学们一起学习饮食卫生方面的知识。

(一)教学饮食卫生。

1、学生表演小品(音乐)

刚才他们表演精彩吗?大家想一想，刚才那位同学为什么肚子疼?

拿出塑料小熊演示什么叫暴饮暴食。(教案来源：)如果这样肠胃负担过大，容易引起消化不良。

## 2、说明“一日三餐”的重要性

找学生自由发言。

## 3、问答题

早晨时间紧，可以不吃早餐吗?

4□□

养成良好的卫生习惯才会有健康的身体。

## (二)保障饮食安全，铅中毒。

如何防止铅中毒?

防止铅中毒应该在饮食、生活习惯等多方面下手。

首先在饮食上不能把报纸等印刷品用作食品包装，用食品袋盛装食物时，应避免袋上的字画、商标直接与食物接触，特别是与酸性食品接触;蔬菜水果食用前要洗净，能去皮的尽量去皮，以防残留农药中的铅成分。

在居住方面，尽量不要采用含铅油漆装饰家中的墙壁、地板和家具等，否则，一旦漆屑剥落，油漆中的铅极易造成居室铅污染。尽量选用无铅化妆品、染发剂等。

此外，不要在汽车往来多的道路附近散步，因为汽车尾气和道路周边的土壤中就有大量的铅存在。

膳食中应包含足够量的优质蛋白质，如蛋类、瘦肉、家禽、鱼虾、黄豆和豆制品等应占1/2以上。在膳食调配时应选择富含维生素的食物，尤其是维生素c较为重要。适量补充维生素c不仅可补足铅造成的维生素c耗损，减缓铅中毒症状，维生素c还可在肠道与铅结合成溶解度较低的抗坏血酸铅盐，降低铅的吸收，同时维生素c还直接或间接参与解毒过程，促进铅的排出。

适当吃些驱铅食物很多天然食物都具有一定的防铅和驱铅功能。牛奶中所含的蛋白质可与铅结合形成不溶物，所含的钙可阻止铅的吸收。茶叶中的鞣酸可与铅形成可溶性复合物随尿排出。海带中的碘质和海藻酸能促进铅的排出。大蒜和洋葱头中的硫化物能化解铅的毒性作用。沙棘和猕猴桃中富含维生素c可阻止铅吸收、降低铅毒性。食物中含有一些无机阴离子或酸根如碘离子、磷酸根离子、钼酸根离子等都能与铅结合，促使其从大便中排出。

## 健康加油站

### 活动目标

- 1、观察营养宝塔，初步了解合理的饮食结构。
- 2、经过谈话和交流，明白不能偏食，要少吃甜食和油炸食品。
- 3、乐意向同伴介绍自我的营养餐。

### 活动过程：

#### 一、游戏导入：

1、教师与幼儿互动谈话，导入游戏。（小朋友，今日早晨你们吃了什么早餐？你们最喜欢吃什么？……此刻，教师那里有许多好吃的东西，都画在了纸上，你喜欢什么就能够到教

师那里随便拿。)

2、幼儿自由上台拿小纸片。

3、教师引导幼儿说说自我都拿了哪些食物。

4、教师小结，提出疑惑。

(小朋友们喜欢吃的东西真多，有的也是教师喜欢吃的，那你们明白这些东西吃了适宜吗？哪些东西应当多吃？哪些东西又应当少吃呢？)

## 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：

谁能告诉大家我们每一天吃的最多的应当是什么？(米饭、馒头、面包和面条，还有玉米等)

的确，这些粮食做的食物能够让我们长力气。那么，吃的第二多的是什么？(蔬菜、水果)

比蔬菜、水果吃得少一些的是什么？(牛奶、鸡蛋、鱼、肉……)

吃得最少的又应当是什么？(巧克力这样的甜食和一些油炸的食品。)

教师还要告诉大家我们每一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”。

#### 幼儿园健康教育活动（二十）：

#### 买食品要注意什么

##### 活动目标

- 1、了解买食品时应当注意的事项。
- 2、经过自我探索、寻找的过程，了解食品包装袋上的生产日期、保质期。
- 3、明白食品的保质期关系到我们身体的健康，培养幼儿的安全意识。

##### 活动准备

- 1、每位幼儿准备一份小包装的食品。
- 2、相同包装的食品，一份有防伪的标记，一份没有。
- 3、请一位小朋友排练情景表演：一包膨化食品。

##### 活动过程

- 1、幼儿观看小朋友表演：一包膨化食品。

——幼儿观看教师表演。教师在前面表演，资料大致如下：  
小朋友手里拿着一包膨化食品，说：“今日，我在商店里买

了一包膨化食品。”然后，打开食品袋吃这包食品，之后，假装肚子痛。

2、引导幼儿讨论：这位小朋友怎样了是什么原因造成肚子痛和不舒服的让幼儿根据自我的经验发表自我的观点。

3、配班教师身穿白大褂，扮成医生对小朋友进行检查，说：“小朋友，你是食物中毒了。”医生拿过小朋友手中的食品，观察上头的文字说：“这袋食品已经过了保质期，你吃了过期的食品，就会生病不舒服。”

4、引导幼儿观察食品包装，学习观察包装袋上的生产日期和保质期。

——怎样才能明白自我选购的商品是质量好的产品呢

——幼儿观察自我带来的小袋食物，幼儿自我观察、寻找食品的生产日期和保质期。

5、组织幼儿讨论：在买食品时，除了要看清楚食品的生产日期和保质期，还要注意什么？

——幼儿自由讨论。明白要选购包装完好的食品，食品袋上有质量检测合格标记。经过比较相同包装的食品，认识防伪标记，来确定食品的可靠性。

活动准备：

1、燕子、小狗、小兔、小猴、小鸟、小鱼、小猫2、铅笔、书包，剪刀3、音乐郊游、生日快乐、动物声音活动目标：

1、区别“1”和“许多”2、能正确说出什么是一个，什么是许多3、知道“1”和“许多”的分合关系4、培养幼儿学习数学的兴趣活动过程：

一、谈话引出课题师：今天天气真好，老师带小朋友们去郊游吧！放音乐《郊游》

（给孩子提供一种轻松的活动氛围，以游戏形式，使幼儿能容易进入角色。）二、引导幼儿初步认识1和许多。

1、宝贝们，看咱们到了什么地方啦。引导幼儿说出这是什么地方？（森林）你们仔细观察，看到什么？（房子）几座房子？（一座房子）我们来看看这是谁的家？（小猫）有几只小猫？（一只小猫）（出示蛋糕）哇今天是小猫的生日，小猫买了什么？（一个蛋糕）它的好朋友也来为它祝贺了，大家看看谁来了？（燕子）哦，原来是一只小燕子小猫最喜欢吃什么？（鱼）真棒，看看一只燕子给小猫带来了几条鱼？（一条）还有谁？（小兔）哦，又来了一只小兔，一只小兔也给小猫带来了几条鱼？（一条）。。。

每个小动物都给小猫带来了一条鱼，把一条一条的小鱼合在一起就是许多小鱼小猫今天特别的开心，来了许多的好朋友还收到了许多的礼物，我们一起为小猫过生日吧！（音乐生日快乐）

2、小朋友们你们给小猫带礼物了吗？（带了）朵朵你给小猫带来了什么礼物？（一个南瓜）。。。

许多小朋友给小猫带来了许多条南瓜，小猫说谢谢小朋友

3、小猫的幼儿园马上就要开学了高老师给小猫带来了许多礼物，大家看有什么？

（铅笔、剪刀、书包）几只铅笔？（一只铅笔）（一把剪刀）（一个书包）还有什么？（许多书）（许多蜡笔）

三.实物操作，了解1和许多之间的关系

2、请每位小朋友从盘子里拿一个棒棒糖，请问宝宝你拿了几个棒棒糖？“我拿了一个棒棒糖”现在盘子里有没有棒棒糖了？（没有）

3、教师小结：“刚才盘子里有许多棒棒糖，小朋友一个、一个。。。地拿走了，盘子里就没有棒棒糖了，我们可以把许多分成一个、一个”

4、小朋友都喜欢吃棒棒糖，请你们回家后和家人一起分享好吗？启发幼儿将自己手中的棒棒糖送回盘中，边送边说：“我送了一个棒棒糖”送完后引导幼儿说：“现在盘子里有许多棒棒糖了，”

5、巩固练习现在请大家观察一下在图片中哪些动物是一只，哪些动物是许多只。。。

你们真棒，每个小朋友都发现了这么多秘密，鼓励鼓励自己  
四、应用生活经验找出身边的“1”和“许多”那么大家找一找在我们身上或者活动室里有什么东西可以用一个来表示，什么东西用许多来表示。（让幼儿完整的说出什么有一个，什么有许多）比如说：我有一张嘴巴，有许多牙齿（亲自体验、亲身感受1和许多之间的关系。）（小班幼儿的思维以具体形象思维为主，为幼儿创设直观的形象，使幼儿能用完整的语言表达出来。同时给予孩子肯定、及时的表扬。）五、拓展延伸：

小朋友们，今天快乐吗？老师也为你们高兴。你们知道一个一个合起来成了许多，许多个可以分成一个一个，你们真能干，回家的时候找找你家里什么东西是1个，什么东西有许多。

六、结束我们带着小动物们一起去郊游吧（音乐）

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇十

- 1、通过玩颜色，对色彩的变化感兴趣。
- 2、学习简单的拓印方法，发展幼儿的想象力。

准备红、黄、蓝三种颜料，每人准备毛笔一支、调色盘一个，铅画纸、白纸、夹子等。

- 1、导入教学，引起兴趣。

师：“今天王老师要请小朋友一起来当小小魔术师好不好？”

教师出示调色盘，引导幼儿认识一下颜色：“你们看，老师盘子里准备了一些颜料，这些颜料是什么颜色的呢？”（红、黄、蓝）

- 2、引导幼儿大胆的尝试变色游戏。

（1）师示范并讲解：“今天我们就要用红黄蓝三种颜色来变魔术看看王老师是怎么来变的好吗？先拿一支毛笔蘸点水蘸上红色，把它放在盘子里，然后呢再蘸点黄色，把红色和黄色搅和在一起变变变，你们看变出了什么颜色？（橘黄色）把变出来的颜色涂在这个铅画纸上。”师再选择别的颜色用同样的方法进行变色1-2次。

（3）学习拓印的方法：（师出示一张白纸）“看王老师手里有一张白纸，我们把它按在刚才画好的画上，用夹子夹住，然后轻轻的在上面压压，再轻轻的提起来，你们看印出了什么？”

- 3、添画。

(1) 师示范给印出来的画添画。“王老师觉得有点象一只螃蟹的壳，王老师把它变一变，变成一只螃蟹行不行。”

(2) 幼儿操作。鼓励幼儿大胆想象，添出与其他小朋友不一样的画。

4、分享教学的乐趣，积累经验。

教师展现幼儿作品，让幼儿互相欣赏作品，教师及时鼓励、表扬一些作品富有创造力的幼儿。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇十一

1、引导幼儿了解水果有多种吃法，尝试自己制作色拉。

2、通过活动让幼儿体验劳动的快乐与成功，初步培养审美能力。

实物水果，切碎的各种水果半成品，水果拼盘、色拉、水果箱，小碗、小勺、台布、小刀（塑料）、篮子等。

导入主题——感知理解——尝试制作——分享品尝

1、教师出示水果箱，引导幼儿摸箱。参与讨论巩固认识水果特征。

2、游戏“变变变”

(1) 教师变出一盆水果拼盘，引导幼儿说说里面的水果并知道拼盘好看又好吃。

(2) 继续变出水果羹，引导幼儿看看说说吃吃。

(3) 问：水果还可以作成什么？（教师出示相应的实物）

- 1、播发录音，引导幼儿找找是谁？
- 2、出示色拉，引导幼儿认识。
- 3、继续游戏“变变变”变出水果色拉。告诉幼儿水果色拉的制作方法（边说边演示）。

- 1、组织幼儿洗手。
- 2、幼儿自己制作色拉，教师指导。
- 3、提醒幼儿选用多种水果，再加上色拉搅拌。
- 4、帮助能力差的幼儿完成。

- 1、引导幼儿说说自己的成果。（什么水果，怎样制作）
- 2、自己品尝。
- 3、游戏“找朋友”。引导幼儿请好朋友吃自己做的水果色拉。
- 4、请客人老师品尝。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇十二

幼儿根据教师发出速度变化和动作变化的指令，绕桌子走、跑等，激发运动兴趣。要求：幼儿跟随教师动作、口令进行桌子间的走跑交替，提醒幼儿身体不碰桌子。

游戏一：毛毛虫（桌面、桌下交替爬行）——尝试控制身体，促进动作协调性的发展。

幼儿在教师引导下，通过看图片将桌子的宽边衔接，摆放成“一”字型。要求：幼儿分成两组，在桌面、桌底进行交替爬行，交汇时控制好身体，不掉下桌子。

1、向前爬行

2、倒退爬行

3、桌面向前交汇爬行

游戏二：钻山洞（桌子钻行）——体验爬与钻的不同动作，促进身体的灵活性和协调性。

将桌子横卧，左右交替排列。要求：幼儿分成两组，在桌子下面进行钻行，能区分爬与钻的不同之处。

游戏三：过峡谷（自由探索桌子组合，尝试各种玩法）——促进幼儿的平衡能力，提升幼儿在运动中注意合理避让的经验。

幼儿自由探索桌子组合，与教师之前摆放的形式不同，要求：幼儿能自主对桌子进行摆放，幼儿按照一定游戏规则以分腿行走、单边行走等方式进行活动，教师随机指导。

游戏四：翻小山（集体游戏：翻越桌子）——幼儿的合作能力、解决问题的能力以及勇敢的心理品质。

将桌子竖起摆放，教师用脚踩住桌脚以起到稳固作用。要求：幼儿能仔细观察，发现在翻越时所面对的问题，通过思考有效解决。

（问题一：桌子高，上不去。问题二：怎样下桌子最安全。）

要求：将桌子以长边衔接摆放，名幼儿一组，分站桌子两边，手拉手通过桌子障碍，行进中双手不放开，且尽量不撞桌子。鼓励幼儿伸展躯干，放松身体。

请幼儿继续探索更多的桌子组合方式与玩法。

教师提示幼儿，应在教师的组织和保护下，才可玩百变桌子的游戏。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇十三

- 1、观察、了解糖果的形状，知道糖果的种类很丰富。
- 2、学习包糖(用报纸包物品)的方法，能用颜料涂抹、装饰糖果。
- 3、知道不乱扔糖纸。

1、幼儿从家中带2-3种不同的糖。

2、做“糖果”用的可乐罐、薯片罐，饰品盒、药品盒等，足够的废报纸、颜料、画笔、桌布。

3、布置糖果小屋。

一、认识各种各样的糖果。

1、糖果宝宝有个家，请你们剥开自己带来的糖果的糖纸，为糖果选择一个自己喜欢的家，放入糖果小屋。

2、糖果家的宝宝可真多呀!看看有哪些不一样的糖宝宝?

3、引导幼儿说说自己的发现与感受：有各种各样的糖，如棒棒糖、棉花糖、巧克力、椰子糖等，有硬的有软的，有大的有小的，有不同颜色的，有不同图案的糖纸等等。

二、产生兴趣。

小糖果们想要个糖果爸爸，这个糖果爸爸呀，比别的糖果都大，比别的糖果都甜，比别的糖果都精神!我们一起来做超级

大的糖果爸爸吧！

三、制作“糖果爸爸”。

1、教师演示用报纸卷包罐子：将“糖果”（罐子）包入“糖纸”（报纸），然后紧握中间，将两头拧紧。

2、幼儿自己尝试把“糖果”包起来，尽量包的严实。

3、幼儿大胆的在自己做的“糖果爸爸”的“衣服”上涂抹颜料，注意良好作画习惯的培养。

4、建议幼儿把制作好的“糖果爸爸”晾干，观察周围环境，想想放在哪儿比较容易干。

四、尝尝甜甜的糖果。

1、大家一起来吃糖。尝一尝甜不甜，闻一闻香不香。

2、嘴巴里的糖果有什么变化吗？(变小了)

3、教师和幼儿一起念儿歌：花纸包里，有个宝宝，剥开尝尝，宝宝变小。

五、给糖果穿花衣裳。

1、请幼儿将吃完的糖纸贴在桌上的“糖果小屋”内。

2、幼儿与教师一同把糖果小屋“搬”进墙上大屋。

请幼儿回家自己制作一颗“糖”。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇十四

1、明白有鼻涕要用纸巾或者手帕擦干净，不能用衣服擦。

2、经过教师的示范和幼儿自己的联系，初步掌握正确地擦鼻涕方法。

3、努力做个讲卫生的、爱干净的小朋友。

1、抽纸人手一张。

2、准备手偶玩具：两个丁丁、妞妞，以及手偶表演。

一、教师出示手偶玩具，并表演：

1、教师：你们好，我是丁丁。阿嚏，阿嚏，我感冒了。瞧！我的鼻涕都流出来了，我要把它擦掉。（左手擦一下、右手擦一下）哎呀！鼻涕都流到脸上了，再用手擦擦。（左手擦一下、右手擦一下）

2、教师：那么好！我是妞妞。天气冷了，我也感冒了。我的妈妈在我的身上别了手帕。如果鼻涕流出来了，我就用好艘怕轻轻擦干净。阿嚏！阿嚏！（用手帕擦）瞧！我擦得多干净呀！

3、教师：你喜欢哪余割小朋友，为什么

二、根据表演资料，组织幼儿比较讨论。

2、教师总结告诉幼儿有鼻涕，要用自己的手帕或者纸巾擦干净。

三、教师带领幼儿一齐学习擦鼻涕的方法。

1、教师边念儿歌“擦鼻涕”边做擦鼻涕动作——先用纸巾把鼻子包住，轻轻拧一拧，把纸巾对折，在包鼻子轻轻拧一拧，直到鼻涕全部擦干净，最终把纸巾扔进垃圾桶。

2、幼儿练习，教师个别指导，鼓励幼儿做爱干净的小朋友，有了比特自己擦干净。

活动中我用两个娃娃来表演，还增添了请个别不会正确使用手帕擦鼻涕的幼儿上来示范擦鼻涕，让大家说说他擦的对不对，应当怎样做。并随机提醒幼儿应当每一天带一块手帕来幼儿园。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇十五

尝试用绘画或粘贴的方法装饰救生圈。

培养幼儿的自我保护意识。

：各种粘贴材料、蜡笔、各色颜料。像救生圈形状的作画纸。

收集各种款式的救生圈

### 一、欣赏

夏天里，天气很热，有什么办法使自己凉快？（幼儿泛讲）

欣赏教学室四周的救生圈，引导幼儿观察这些救生圈上的各种图案花纹。

向幼儿介绍：夏天去游泳能使自己凉快，但不能一个人去游泳，必须在大人的带领下去，并要套好救生圈，游泳时也要文明游泳。

### 二、制作

1. 出示做的救生圈，引起幼儿学习的兴趣。

2. 讨论制作方法：

1) 用蜡笔在救生圈上画上自己喜欢的花纹与图案。

2) 找自己喜欢的手工纸，剪出各种形状进行粘贴。

3)用颜料粉刷救生圈的颜色。

三、请幼儿说说自己救生圈的价格

让幼儿根据救生圈上的花纹或者图案，进行封闭式数数，数出的总数就是救生圈的价格。找找价格最贵的是哪一只救生圈。

四、延伸

“动手角”里有许多材料，明天我们还可以继续做出各种款式的救生圈来。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇十六

现在的孩子都是独生子女，离开了熟悉的家庭环境对幼儿园的一切感到陌生，个别幼儿出现不合群现象，这样会影响幼儿个性的发展。根据这一现象，我设计了小班活动《一起玩，真快乐》，由于小班幼儿年龄小，形象思维占主导地位，我制作了幼儿喜爱的动画形式的课件，并为幼儿准备了大量玩具，让幼儿在玩中体验大家一起玩快乐，并引导幼儿与同伴友好相处，培养幼儿合群、乐群的性格。

1、通过活动使幼儿体验，大家一起玩的快乐。

2、引导幼儿与同伴友好相处，培养幼儿合群、乐群的性格。

课件、磁带、录音机、大型积木、各种玩具若干。

1、给幼儿提供大家一起玩的机会。

2、引导幼儿在游戏活动中与同伴友好相处。

2、展开：放课件，幼儿观看。

图二、我们看又发生了什么事情，妞妞怎么了？她为什么生气了？鼓励幼儿想办法：你可以和你的小伙伴商量一下，怎么做才能让妞妞不生气，快乐起来呢？小朋友想的办法真不错，我们看妞妞的小伙伴是怎样做的。

图三、来许多小朋友哄她（对不起，我们不是故意的，你别生气了）妞妞看到小朋友态度那么友好，就原谅了他们，也不生气了。

图四、小朋友们拉起妞妞的手说：“妞妞，和我们一起玩去吧”

图五、妞妞和大家一起玩，真快乐呀！

提问：

小朋友你们觉得妞妞一个人玩快乐，还是和小朋友一起玩快乐？你喜欢一个人玩还是和大家一起玩，当你和小朋友玩玩具或做游戏时，不小心碰到了别人或者碰坏了别人刚搭好积木时，怎么办呢？要向别人说：对不起，这样别人才原谅你，喜欢你，才能成为好朋友。

小结：

刚才看了妞妞一个人玩不快乐，也没意思和大家一起才是最快乐的，老师给小朋友准备了许多玩具，小朋友要和大家一起玩看看是不是很快快乐。

幼儿玩玩具，体验大家一起玩的快乐，教师巡回指导幼儿，如发现一个人玩玩具，教师引导幼儿和大家一起玩。

小结：

请小朋友说：你刚才是怎样玩玩具的（如我和\_\_ \_\_小朋友一

起搭积木了)(我和\_\_小朋友玩汽车了)小朋友和大家一起玩快乐吗?大家一起玩玩具很高兴,大家都成了好朋友,我们做个《找朋友》的游戏吧!

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇十七

1. 学会助跑跨跳的动作,发展身体动作的协调性、灵敏性。
2. 能自觉遵守活动规则,积极参与游戏活动。

准备与幼儿人数相等的头饰、球及纸棒(纸棒分为红、绿两种)以备游戏使用。

### 一、教师讲解游戏玩法。

(一) 老师扮演猴王,带领幼儿共同探索纸棒的多种玩法。孩子们跟着“猴王”一起来做多种热身动作。组织幼儿把纸棒连成两行,摆成“小河”。跟着“猴王”跨过“小河”到“河对岸”摘果子(可选择不同的路径),摘得果子原路返回,游戏结束。

(二) 不论选择哪个路径,都要将这个路径上的“小河”跨越而过。

(三) 幼儿要按顺序进行游戏,不能争抢。

(四) 必须动作正确地助跑跨跳。

(五) 每次只能摘1个果子。

### 二、教师讲解游戏规则。

(一) 路径设置:

第1组：轮胎架起竹梯、用纸棒摆放一条“小河”（50厘米）、一堆果子。

第2组：走木桩、用纸棒摆放一条“小河”（60厘米）、一堆果子。

第3组：轮胎堆成的小山、用纸棒摆放一条“小河”（70厘米）、一堆果子。

（二）教师在游戏过程中注意观察孩子动作的完成质量，可根据孩子的实际水平随时调整“小河”的宽度。

## 幼儿园营养教育活动教案中班篇十八

1、训练幼儿身体的平衡能力，训练幼儿身体的协调性。

2、培养幼儿合作意识。

小鸭头饰若干、小鸭图片2个、小鱼模具或图片若干、椅子2把、《走路》、《母鸭带小鸭》音乐磁带。

放《走路》音乐，带领幼儿做热身运动，引导幼儿学一学小鸭走路的样子，学一学小鸭叫。

### 1、场地布置

场地中间放两把椅子，在椅子背上贴上小鸭的图片，表示小鸭的家。在椅子后面各画两条相距约25厘米的平行线表示小路。幼儿分成人数相等的两队分别站在小路的一端，并拿好小鸭要吃的鱼。

### 2、玩喂小鸭的游戏

（1）介绍游戏玩法及规则游戏玩法：排头幼儿沿小路走到小

鸭的家，将手中的小鱼喂给小鸭吃（放在椅子上）然后沿原路返回，下一个幼儿再去喂小动物。所有的小朋友都喂过小动物后，游戏结束。

游戏规则：在给小鸭喂食的路上，一定要小心不要偏离小路，不准争抢，要一个一个的按排队顺序来，不遵守规则的幼儿就会被逐出局，最后看哪一队获胜。

（2）教师示范游戏，让幼儿观看，引起幼儿的活动兴趣。

（3）小组pk活动幼儿戴上小鸭头饰，站在自己队伍后面，进行小组pk活动。前一个小朋友喂小鸭时，后面的小朋友为他鼓掌加油。

### 3、活动评价

活动中，对遵守规则、获胜幼儿或小组及时表扬，对有进步的幼儿及时鼓励，增强其自信心，提高活动兴趣。

播放《母鸭带小鸭》音乐，幼儿随着音乐旋律做自由放松运动，活动活动手臂，放松腿部肌肉。