

# 大班吃健康的食物教案设计意图及反思

## 大班吃健康的食物教案(优质5篇)

作为一名教职工，总归要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

### 大班吃健康的食物教案设计意图及反思篇一

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？

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。

（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。

## 大班吃健康的食物教案设计意图及反思篇二

- 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。

## 大班吃健康的食物教案设计意图及反思篇三

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地说出自己的想法。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。

## 大班吃健康的食物教案设计意图及反思篇四

1. 小朋友们，这些东西是什么？我们来看一看有牛奶、面包，水果等等等等，对，他们都可以吃。我们把能吃的东西叫做食物。

2. 那我们每天吃下去的食物都去哪儿了呢？原来呀食物在我们的身体里进行了一次旅行。今天就让我们跟着食物一起去旅行吧。

### 二、教师讲述故事

嗨！大家好！我是一粒豆子，含有丰富的营养。

一天，淘淘的妈妈把我和我的伙伴做成了香喷喷的菜。淘淘的牙齿可真锋利，我的朋友们一下子都被切磨成了碎片。瞧，他们都往下走了，一会儿，我也会变成碎片往下走的。哎！我怎么整个就被挤下去了。

刚离开口腔，我就被挤入了一个细细长长的通道，这就是食道。食道壁很薄，在食道中我被一点一点地往下送。

接着我就来到了一个大口袋里，这个口袋就是胃。它不停地蠕动，还下起了“酸雨”。我的朋友在这里不停地转呀转，磨呀磨，变得象浆糊一样。

我们又来到了小肠妹妹家，它的家弯弯曲曲有5-7米长，边上

有许多绒毛，还有一扇扇小门。“大部分营养在小肠这里被吸收。”小肠妹妹说：“欢迎你们食物朋友。被我吸收的营养从我的小门出去就可到达淘淘的全身，使小淘淘长高，长胖，给淘淘力量。”“我也要出去，为淘淘做点事。哎，怎么出不去？”

最后我们进入大肠，它短粗短粗的有1.5米，负责吸收水分，存放食物残渣。

没有用的食物残渣就进入了粗粗短短的大肠，变成大便，排出了体外。我的小豆子神奇的旅行就结束了。

教师小结：好，现在让我们来看看吃进去的食物在我们身体都经过了哪些地方呢？首先是口腔、食道、胃、小肠、大肠，食物首先经过口腔，通过锋利的牙齿，在经过食道进入了胃，将食物消化后进入小肠，通过大肠最后排出了体外。这就是食物旅行记。

### 三、幼儿讨论怎样保护自己的器官

1. 原来我们的食物要经过这么多的器官，那我们要怎样保护它们呢？

我们吃饭如果吃的太饱或者不吃饭也会对消化器官造成损害。喝太多的冷饮或者吃不卫生的食品对他们也是有很大的损害。所以我们不仅吃饭要细嚼慢咽，而且要多吃健康食品，少喝冷饮多吃蔬菜，保护好我们的消化器官。不仅如此，我们吃饱饭后更不能剧烈运动，要走一走，散散步，这样才更有利于消化器官的工作。

### 四、分享儿歌

小豆子很感谢你们跟他一起去旅行了。最后他把一首健康饮食歌送给小朋友，让我们一起来看一看吧。

小朋友长身体饮食天天要合理，  
一日三餐很重要，定时定量要记牢，  
偏食，挑食要不得。暴饮暴食，睡不好，  
早餐必须吃的好，午餐一定要吃饱，  
晚餐别忘吃得少。从小养成好习惯，  
身体健康壮又高。

## 五、结束

聪明的小朋友们，我们是身体的小主人，那我们一起记住要保护消化器官。今天我们的食物旅行记就到这里结束了，谢谢大家！

## 大班吃健康的食物教案设计意图及反思篇五

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

1、了解消化器官师：食物会经过哪些地方呢？；本文（幼儿猜测）我们一起来看看！（播放视频第二段后提问，根据幼儿的回答依次出示图片）师：你们知道这些消化器官在身体的哪个位置呢？请你来猜一猜，贴一贴吧！（出示人体大图，幼儿贴器官位置）师：我们来看一看，他们贴的到底对不对。（出示贴好的人体图）教师小结：原来我们的食物会经过这几个地方，



让我们一起看着图片，摸一摸自己的胃、小肠、大肠分别在哪儿吧！（带领幼儿触摸消化器官的位置）

2、食物的旅行过程师：那你们知道食物旅行的路线应该是怎样的呢？（幼儿回答）师：我们再来看一遍视频（再次播放视频并提问）师：现在请你来指一指，这个苹果被吃进去后，会在身体中怎样走动？（出示苹果，幼儿操作）教师小结：食物进入嘴巴以后，通过食道进入胃里，然后再通入小肠，最后通道大肠经过肛门排出体外。（带领幼儿感受食物的路线）

### 三、各消化器官的作用

教师小结：我们的嘴巴首先是用来嚼碎食物的，而食道像根大管子，用来输送食物，食物输送到胃里后，胃主要负责消化食物，把食物碾成稀泥糊糊，小肠负责吸收营养，传送到大肠时，食物营养很少了，大肠用来储存粪便。

### 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？

教师小结：我们吃饭如果吃得太饱，消化器官就会太累，如果太饿，也会对它们造成损害。吃太多的冷饮或者不卫生的食品对它们也是有很大损害的。所以我们不仅吃饭要细嚼慢咽，而且还要多吃健康食品。保护好我们的消化器官！不仅如此，我们吃饱饭后更不能剧烈运动，要走一走，散散步，这样才更有利于消化器官的工作！

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）