

幼儿园六一自助餐活动方案及流程 幼儿园自助餐活动方案(优秀10篇)

方案是从目的、要求、方式、方法、进度等都部署具体、周密，并有很强可操作性的计划。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的方案吗？以下是小编给大家介绍的方案范文的相关内容，希望对大家有所帮助。

幼儿园六一自助餐活动方案及流程篇一

一、活动方案设计由来：

随着生活水平的提高，孩子的健康问题成为了社会普遍关注的问题，幼儿挑食、厌食，对油炸食品的偏爱，对饮料的热衷，导致了幼儿肥胖、体弱等不良体质。为了引导幼儿学习健康饮食、合理饮食的良好习惯，从被动的吃变为主动的吃，并且吃的快乐、吃出健康。同时还可以引导幼儿了解自助餐的礼仪和培养幼儿文明饮食习惯，养成会分享、能互助的行为习惯，特开展此次活动：

二、活动目标：

1. 体验自助餐自在、快乐、宽松的氛围。
2. 了解并掌握自助餐的礼仪，礼让、排队、自我管理餐具，吃多少盛多少，不浪费等。
3. 养成文明、健康进餐习惯，如：轻拿轻放物品、食品不掉地、不贪吃、不挑食，合理搭配食物。
4. 激发幼儿珍惜粮食、爱惜厨师的劳动成果的情绪情感。
5. 培养幼儿基本生活能力和自我服务能力。

6、学会与同伴分享

三、活动时间：

5月31日上午11:00——12:00

四、活动地点：

各教室、楼下活动室

五、活动准备：

(一)自助餐礼仪教育——各班级提前进行教育

3. 教育幼儿拿取食品时要有秩序，学会等待、人多不拥挤，互相谦让，有序取餐；

4. 让孩子了解水果有不同的味道和多种营养，知道多吃水果有益健康，但不宜过量；

6. 教师根据座椅摆放制定出取餐顺序或贴出标志，带领幼儿练习；

7. 教育、指导、提醒幼儿规范用餐行为，如不随便离开座位，不大声喧哗，不边说边吃；

8. 每个区域放置一个垃圾桶，吃剩的杂物放到垃圾桶中，用后餐具有序摆放到制定

地点。

9、欢迎家长亲手制作一份食物让孩子带到园和同伴分享。食物任选(炒饭、炒菜、甜点、干粮、干果等)。为避免浪费，请提前到班主任老师报自带食物名称并控制好份量(一饭盒为宜)。

(二)餐厅座椅摆放。(班级教师、后勤共同协作)

(三)餐点准备:

人员:伙房教师为主,各班家长协助共同准备:

食物:主食、炒菜、面点、小吃、各种水果和汤。

(四)场地布置:环境装饰、背景音乐、进餐礼仪ppt(电教)、服务迎宾人员(教师、大班幼儿)、饮食指导(保健医)

六、活动流程

(二)11:00各班教师带领幼儿陆续进入——背景音乐□ppt播放;

(三)组织幼儿有秩序进餐。

1. 幼儿排队有秩序的取餐盘,按规定方向拿取食物。
2. 指导幼儿按照自己的需要取食物,注意数量适宜。
3. 幼儿取食物过程中,老师负责指导、协助幼儿取餐,教师负责幼儿进餐秩序及进餐量。
4. 注重指导幼儿按需取餐、鼓励幼儿先吃主食然后选吃水果。

(四)幼儿进餐结束后,指导幼儿进行餐后整理(分类送餐具、整理桌面、擦嘴等)

(五)根据幼儿进餐情况,适当延长进餐时间;

(六)整理收拾(教师和后勤共同协作)。

七、安全要求:

1. 注意幼儿上下楼梯的安全，教师合理安排分工。
2. 注意幼儿取餐中的秩序，避免拥挤，及时疏导。
3. 注意幼儿进餐中的文明进餐，及时提醒和制止。
4. 注意餐桌和地面的卫生，防止滑倒和磕碰。
5. 注意食物摆放和取放安全，不能过高、过近、过热、过满，避免烫伤、碰伤等。

八、幼儿园自备食谱：

- 1、热菜：鸡中翅、鸡块、薯条、羊肉串、鸡蛋西红柿、应菜、西兰花、炒三丁、什锦菌菇
- 2、主食：米饭、扬州炒饭、紫米饭、牛奶包、紫薯燕麦小窝头、海鲜蒸饺、小米
- 3、汤品：猪骨紫菜汤、三色丸子汤
- 4、点心：曲奇饼、蛋糕、三明治
- 5、凉菜：黄瓜条、圣女果
- 6、水果：水果沙拉(苹果、甜橙、梨、哈密瓜、番石榴)
- 7、冷饮：酸奶、果汁

幼儿园六一自助餐活动方案及流程篇二

- 1、养成良好的用餐习惯。（包括轻拿轻放物品、食品不掉地、不造成浪费、不挑食、食物搭配合理）
- 2、爱惜厨师的劳动成果。

3、体验自助餐的休闲、自在、快乐。

定于每月中下旬

(1) 幼儿进行餐前教育——提醒幼儿轻拿轻放用具，正确使用夹子和公勺，食物夹子不混用，夹食物时要夹牢，不掉地上。

(2) 教育幼儿合理安排饮食，根据需要拿取食物，不要拿的太多，不挑食、避免暴饮暴食和浪费。

(3) 教育幼儿拿取食品时要有秩序，学会等待、人多不拥挤、互相谦让。

(4) 教师根据座椅摆放制定出取餐顺序或贴出标志，带领幼儿练习。

(5) 让孩子了解水果有不同的味道和多种营养，知道多吃水果有益健康，但不宜过量。

(6) 让孩子知道热量高的东西吃多了不好，要多吃蔬菜、水果，这样才不容易上火。

(7) 每个区域放置一个垃圾桶，吃剩的杂物放到垃圾桶中。

1、当天提前布置好用餐场地（餐点、餐具、纸巾统一摆放顺序：提早放置餐后整理区——垃圾桶、毛巾等）

2、教师带领幼儿入座————背景音乐□ppt播放：

3、组织幼儿有秩序进餐。

(1) 幼儿排队有秩序的取餐盘，按规定方向拿取食物。

(2) 指导幼儿按照自己的需要取食物，注意数量适宜。

(3) 幼儿取食物过程中，生活老师负责指导、协助幼儿取餐，教师负责幼儿秩序及进餐。

(4) 幼儿进餐结束后，指导幼儿进行餐后整理。（分类送餐具、擦嘴等）

(5) 注重指导幼儿按需取餐、鼓励幼儿先吃主食然后选吃水果。

4、适当延长进餐时间：

5、整理收拾。

幼儿园六一自助餐活动方案及流程篇三

活动目标：

1、积极主动参与自助和合作配餐，知道一餐饭要荤素搭配、有菜有主食。

2、知道健康配餐对身体有益，纠正挑食的不良习惯。

3、初步学会合理搭配一餐饭菜，提高自主能力。

4、培养幼儿养成良好生活习惯的意识。

5、能够将自己好的行为习惯传递给身边的人。

活动准备：

1、各种蔬菜、荤菜、海产品、豆制品、主食等盛在筐中；盛菜的筐、夹子、餐盘若干；“小不点餐厅”背景布置。

2、实物投影仪、录像机、电视机

3、患有营养不良性疾病的人、偏胖幼儿的录像；课前幼儿对食物金字塔有所了解。

活动过程：

一、设置情境，引出活动主题。

1、教师以“小不点餐厅”经理的身份邀请幼儿到餐厅自助配餐，引起幼儿兴趣。

2、引导幼儿观察各种菜品，并按荤菜和素菜分类。

二、幼儿初次配餐，初步讨论如何健康配餐。

1、幼儿第一次自选食物搭配一餐菜，提出配餐要求和秩序。

2、幼儿介绍自己的配餐，讨论如何配菜对我们的身体有益。

三、观看录像和实物投影仪引导幼儿了解偏食习惯的危害，懂得合理搭配食物。

1、结合录像，引导幼儿了解人体所需营养与食物的关系，知道不正确饮食产生的危害。

2、运用实物投影仪，针对幼儿选菜中的偏食现象，引发幼儿讨论。

3、教师小结合理搭配食物的原则：荤菜与素菜搭配，主食和菜搭配，这样吃才健康，对身体有益。

四、幼儿再次配餐

1、评价自己的配餐多了什么？少了什么？

2、调整自助餐的搭配，巩固对合理配餐的认识。

3、评出健康配餐师。

五、引导幼儿分小组自助、合作配餐。

活动延伸：

请厨房的师傅根据幼儿的配餐和意图做菜，幼儿品尝。

活动反思：

在上完这节课时，我对现教的知识对幼儿进行现场的测试，有的孩子在老师的提醒下和鼓励，养成了不挑食得习惯，但有的孩子还是喜欢光吃荤的，如：肉之内的，还是对蔬菜不敢兴趣。当然是孩子的年龄小，对饭菜的应该还认识不到位的，又加之一个孩子在家受到家长的百般满足，对挑食的习惯一时还纠正不过来。这正是本节课所遇到的困惑。如果从新来上这节课，希望单位能提供孩子进餐的场所，食物自选的场所。这样来上这节课也许就不那么费力了。

幼儿园六一自助餐活动方案及流程篇四

秋天到了，天气越来越干燥，幼儿体内容易产生火气，小便少，神经系统也容易紊乱，幼儿的情绪也容易跟着变得躁动不安。幼儿在秋天的反应，不单单是情绪和心理上的问题，很可能是人体的某些营养摄入不平衡引起的。所以给幼儿的饮食应该选择清火、湿润的食品，注意补充营养。

通过本次活动，我们想让幼儿进一步地了解到秋季防燥应该吃些什么?还可以了解一些自助餐的礼仪，如：幼儿拿好自己的餐具，用公用的匙子盛食物，吃多少盛多少，不浪费等行为习惯。

二、活动目标

1、感受自助餐自主选择的快乐。

2、知道秋季防燥的蔬菜、水果有哪些？

3、养成良好的饮食用餐习惯(包括轻拿轻放物品;食物不掉地、不造成浪费;不贪吃、不挑食、不偏食;食物搭配合理等)，爱惜厨师、农民的劳动成果。

三、活动要求

以各班为单位，通过三位老师餐前对幼儿进行的教育，引导幼儿按自己的意愿，挑选喜爱的食物，做到安静、有序、文明、减少浪费。

四、活动的准备

(1) 食物的准备

菜肴：清炒山药木耳、红烧栗子鸡——2个深盆、2个饭勺

甜品：银耳枸杞雪梨羹、红薯、南瓜——1个锅、1个汤勺、1个盆、1个食品夹

水果：黑提、小密橘——2个浅盆、1个调羹

小吃：山楂片、波力海苔、好多鱼——3个浅盆、2个调羹

餐具的准备

小班幼儿：2个碗、1个碟、1个调羹

中大班幼儿：1个大碟、1个碗、1双筷子、1个调羹

(2) 环境的准备

请教师为幼儿创设自助餐氛围，让幼儿在卫生、幽雅的环境中享受美食

(3) 食物摆放的准备

请教师准备好餐桌，分主食、菜肴、甜品、水果、小吃，分别用不同的摆饰或标签表示，便于幼儿拿取。

五、活动过程

- 1、由保健教师全面负责自助餐活动设计
- 2、由教师进行餐前的宣传教育
- 3、幼儿自由的选择食物

幼儿园六一自助餐活动方案及流程篇五

设计意图：

幼儿营养不良和肥胖，已成为普遍现象。在家庭餐桌上，幼儿是“主宰者”，挑食、暴食任意为之。针对幼儿不良饮食习惯，特选择“自助配菜”为活动主题。

怎样使幼儿自主、自愿地投入活动?我的设计思想是：以观菜、分菜激发兴趣;以自由选配菜色突出重点、活跃气氛、深化主题;以录像解决难点，最终达到警醒幼儿的目的。

活动目标：

- 1、了解不同食物有不同的营养，人体需要多种营养。
- 2、初步学会合理搭配各种菜肴，纠正自己的偏食行为。
- 3、通过自助配菜活动，养成一定自主意识和能力。

活动准备：

- 1、数张反应营养不良性疾病的医用图片(如佝偻病、营养不良性水肿等)，偏胖幼儿的录像。
- 2、实物投影仪、录像机、电视机。
- 3、各种蔬菜、荤菜，如白菜、菠菜、蒜苔、笋瓜、胡萝卜、海带、紫菜、鸡蛋、西红柿、黄瓜、豆腐、干丝、猪肉、猪肝、鸡肉、带鱼。盛菜筐若干，夹子与筐同数。

活动过程：

1、请小朋友说出各种菜的名称，引导幼儿把菜分成蔬菜、荤菜、海产品、豆制品四大类。

2、第一次选、配菜。

(1)分两组进行，要求幼儿不争抢，选择三至四种菜，种类和数量不限。

(2)幼儿讨论、回答。

3、幼儿讨论怎样吃菜，身体才能更健康。

(1)实物投影，针对幼儿选菜中的偏食现象，引导幼儿讨论偏食的危害。根据幼儿的具体问题，教师出示医用图片的投影，引导幼儿边看边讨论。

(2)结合录像，引导幼儿了解暴饮暴食的危害。

(3)再次组织幼儿讨论如何选择食物。

4、第二次配菜，巩固幼儿对营养平衡的认识。

5、幼儿分成四组，协商配菜。

活动延伸：请伙房的叔叔现场做菜，幼儿品尝自助餐。

幼儿园六一自助餐活动方案及流程篇六

引导幼儿学会制作简单的水果拼盘，学会与人分享食物，愿意把自己的感受告诉别人，体验自助餐活动带来的乐趣。

准备水果2~3种，快餐盘、塑料切板、塑料小刀（消毒备用）、碗、小勺，桌子排列成马蹄形。

1、说一说：你带来的是什么水果，摸一摸有什么感觉，闻一闻有什么味道，可以怎么吃？

2、教师提出大家一起分享水果的建议，通过讨论引出“水果自助餐”的主题。

3、大家一起准备“自助餐”。

（1）启发幼儿讨论做法：如香蕉切块，葡萄一个一个摘下来等。

（2）教师和幼儿一起洗净水果，加工水果，教师提醒幼儿注意安全。

（3）启发幼儿想一想，盘子里的水果块应该怎么摆放才好看？引导幼儿把2种或2种以上水果摆放在一个盘子里。学做简易水果拼盘。

4、大家一起来品尝。幼儿用碗和小勺自取水果。

（1）向同伴介绍自己做的水果拼盘。

(2) 启发幼儿说一说你吃的是什么水果，味道怎么样，哪一盘水果你最爱吃。

“娃娃家”增设制作水果拼盘的材料，进一步拓展幼儿的经验。

建议家长和孩子一起制作水果拼盘、水果串、水果沙拉、果汁等，了解水果的多种吃法，激发幼儿对吃水果的兴趣。

幼儿园六一自助餐活动方案及流程篇七

一、活动时间：

9月14日(本周三)11:00——12:10

二、活动地点：

各班班级

三、活动准备：

1、知道农历八月十五是中秋节，了解中秋节由来及中秋节的风俗。

2、自助餐礼仪教育—各班级提前 进行教育

(3)教育幼儿拿取食品时要有秩序，学会等待、人多不拥挤，互相谦让；

(4)教师根据座椅摆放制定出取餐顺序或贴出标志，带领幼儿练习；

(5)让孩子了解水果有不同的味道和多种营养，知道多吃水果有益健康，但不宜过量；

(6) 让孩子知道热量高的东西吃多了不好，要多吃蔬菜、水果，这样才不容易上火；

(7) 教育、指导、提醒幼儿规范用餐行为，如不随便离开座位；

活动流程

1、当天10:30分前布置好用餐场地(餐点、餐具、统一摆放顺序;提早放置餐后整理区一垃圾桶、毛巾等)

2、11:20分教师带领幼儿入座———背景音乐

3、组织幼儿有秩序进餐。

(1) 幼儿排队有秩序的取餐盘，按规定方向拿取食物。

(2) 指导幼儿按照自己的需要取食物，注意数量适宜。

(3) 幼儿取食物过程中，生活老师负责指导、协助幼儿取餐，教师负责幼儿秩序及进餐。

(4) 幼儿进餐结束后，指导幼儿进行餐后整理(分类送餐具、擦嘴等)。

(5) 注重指导幼儿按需取餐。

4、适当延长进餐时间；

5、整理收拾。

食谱

1、热菜：香煎鸡柳、香煎鱼排、肉片菜花、鲜蘑油菜

2、主食：蝴蝶卷、猪蹄卷、小兔包、刺猬包、红长卷、
玫瑰花、大米等

3、汤品：西红柿鸡蛋汤

4、水果：水果沙拉

(苹果、梨、哈密瓜、香蕉、圣女果)

5、粥：南瓜玉米面粥

幼儿园六一自助餐活动方案及流程篇八

共同参与、积极体验、快乐成长、放飞梦想。

六一快乐周系列活动。

xx月xx日（周一）——xx月xx日（周五）。

幼儿园。

一年一度的儿童节是幼儿最向往的节日，也是幼儿园每年要花大工夫设计、筹备的活动之一，形式主要是以儿童为演员、家长为观众的你演我看的单一形式，加上时间有限，每个孩子只能有1—2个节目的参与机会，而准备的时间可能长达1个月，孩子很辛苦，而家长却意犹未尽。为了让孩子们真正成为活动的主体，让活动成为孩子们成长和发展的过程，我园本次活动策划以系列活动的形式展现，将“以活动结果为中心”变为“过程与结果并重”，将单一的演出形式变成多元化的互动形式。

1、童心绘伞（周一下午）（以全园形式开展）。

2、我运动 我健康 我快乐（周二上午）（全园分各年龄段形式开展）。

3、幼儿个人才艺表演（周三上午）（先班级选拔，后全园形式开展）。

4、幼儿生活自理能力比赛（周四上午）（全园分各年龄段形式开展）。

5、美食大分享（周五上午）（以班级形式开展）。

6、发放六一礼物（周五下午）（以全园形式开展）。

注：如遇天气变化，时间另作调整。

幼儿园六一自助餐活动方案及流程篇九

一、活动时间□20xx年x月x日

二、活动地点：大操场

三、运动会目标：

通过开展亲子游戏，加强家长与子女之间的情感交流，增加老师与家长之间的沟通机会。通过体育活动，培养幼儿与父母或同伴共同克服困难夺得胜利的精神。培养幼儿参加体育活动的兴趣，亲身体会体育活动的魅力。

四、活动准备：

1. 通知父母来园参加亲子活动。

2. 准备游戏需要的材料。

3. 布置活动场地。

4. 奖品。

五、具体活动方案：

活动流程：

(一)、运动员入场仪式 放《运动员进行曲》

(二)、幼儿教师致欢迎词。

(三)、领导讲话。

(四)、主持人讲注意事项。

(1)、请您在活动中看好您的宝宝，以免其受到伤害。

(2)、请在活动过程中遵守活动规则。

(3)、在活动中请勿拥挤。

(4)、在活动中表现棒的小朋友可以获得我们的小礼品哦！

(五)、主持人介绍亲子活动项目。

活动一：

1、游戏名称：《春种秋收》

2、游戏准备：小号呼啦圈、盆、沙包

3、参加人员：幼儿、爸爸或妈妈

4、游戏玩法：家长站在跑道起始点，端盆把盆中沙包放入指

定圈中，到达终点后幼儿接力把圈中沙包收回。家长必须按顺序把沙包准确放入圈中，每个圆圈放一个沙包，幼儿必须把所有的沙包都捡回去。

活动二：

1、游戏名称：铺地砖

2、游戏准备：呼啦圈

3、参加人员：幼儿、爸爸或妈妈

4、游戏玩法：跑道上准备两个呼啦圈，游戏开始幼儿跳入第一个呼啦圈内，由脚下到头顶把呼啦圈取出交给家长，再跳入第二个呼啦圈，同时家长把前一个呼啦圈放到幼儿前面供其使用，依此类推。

活动三：

1、游戏名称：亲子双人跑(两人三足走)

2、游戏准备：绳

3、参加人员：幼儿、爸爸或妈妈

4、游戏玩法：把小朋友与家长相邻的脚绑在一起，当口哨响起时一起向前方走直到拿到前方的小红旗才可往回走，哪队先返回起点处为胜出者。

活动四：

1、游戏名称：夹球赛

2、游戏准备：小木棒 篮球

3、参加人员：幼儿、爸爸或妈妈

4、游戏玩法：家长从起点双腿夹球蹦到终点，再和幼儿用两根小木棒夹球回到起点。

用小木棒夹球时不得用小木棒托着球跑。

活动五：

1、游戏名称：亲子心连心

2、游戏准备：卡片

3、参加人员：幼儿、家长

幼儿园六一自助餐活动方案及流程篇十

更新健康饮食观念，推动我园伙食研究工作，培养孩子文明、健康的饮食习惯。通过参与食品的加工制作，进一步了解各类食品的分类及营养等科学知识，了解成人的劳动，增进亲子感情和家园互动。

二、活动时间

六月一日上午十点

活动地点：各班教室，以班为单位组织活动

三、活动内容

(一)食堂烹饪部分孩子爱吃的熟食供家长和孩子品尝。

(二)家长和孩子一起制作部分熟食、凉菜、果汁等分享。

四、相关准备

(一)借餐具和炊具。(能用一次性餐具更好)

(二)人员分工，和孩子一起从安全和卫生等方面制作区域牌，写明区域要求(凉菜区、熟食加工区、榨汁区、择洗区等)

(三)提前给幼儿丰富各类食品的分类及营养等科学知识。

(四)介绍集体就餐礼仪，培养孩子文明、健康的饮食习惯。

(五)学习“巧取菜名”和菜品搭配及拼盘造型等艺术知识。

(六)发挥家长委员会及家长成员的智慧，积极策划组织好本次自助餐活动，让孩子们度过一个快乐难忘的六一儿童节。

(七)活动当天家长需要注意清洁、不留长指甲，幼儿园会组织人员对家长晨检。

幼儿园六一自助餐方案