

最新幼儿园健康教育教案蔬菜(精选10篇)

教案的编写需要我们有深入的教育教学理论基础和丰富的教学经验，让我们一起来编写一份高质量的教案吧。以下是小编整理的一些中班教案实例，希望对中班教师有所帮助。

幼儿园健康教育教案蔬菜篇一

人的一日三餐是一件很重要的事情，对于小孩子来说，多吃饭才能长得更好，所有的家长和老师最希望的事情就是孩子不挑食，可以，大部分的孩子都是挑食的，他们总是觉得蔬菜不好吃，只喜欢吃肉类，但是，蔬菜中富含丰富的营养，老师们应该要教育孩子多吃蔬菜，要营养均衡，不能挑食。

1、让幼儿进一步认识各种蔬菜，初步了解蔬菜对人体的作用，并知道爱吃各种蔬菜，有益于身体健康。

2、培养幼儿每天吃蔬菜、吃各种蔬菜的好习惯。

初步了解各种蔬菜吃的部位，以及各种蔬菜的不同营养。

1、芹菜、萝卜、胡萝卜、黄瓜、青菜、葱、花菜、西红柿等蔬菜，篮子。

2、丰富词汇：维生素。

(一) 开始部分：

1、谈话

教师引导幼儿观察蔬菜，提问：“你们都认识它们吗？吃过它吗？”

2、请几名幼儿上来各拿一样蔬菜，并说出他们的名称、颜色、形状。

（二）基本部分：

1、找一找

分别找一找蔬菜的哪个部位可以吃，如萝卜吃根，卷心菜吃叶，西红柿吃果实，花菜吃花，芹菜吃茎(叶)，请幼儿将蔬菜放在相应的篮子里。

2、与幼儿共同探讨蔬菜的各种吃法：知道蔬菜可以炒、凉拌、做汤，包饺子、有的还可以像水果一样生吃，但必须洗净。

3、认识各种蔬菜，启发幼儿讨论蔬菜对人体的作用：

“人为什么要吃蔬菜?不吃蔬菜会出现哪些不好的现象”?(鼻出血、口角干裂、大便干结、皮肤干燥等。)

“蔬菜有哪些营养”?”引导幼儿自由讨论。分别出示各种蔬菜，初步了解其丰富营养

师：这是菠菜，长得什么样子呀?(有绿色的叶子，红色的根)，谁喜欢吃菠菜，你为什么喜欢吃菠菜?有什么营养?菠菜里含有维生素，它能使我们的皮肤变光滑，小朋友经常口腔溃疡，那是因为身体里缺少了维生素，所以请小朋友喜欢菠菜、多吃菠菜。你们知道还有哪些蔬菜里含有维生素吗?青椒、南瓜、油菜里也含有维生素，还有一种蔬菜里面含有维生素，你知道是什么菜吗?请你们猜一猜它是桔红色的，动物中兔子和马非常愿吃。对!是胡萝卜。

师：你们看，这是什么菜?西红柿，你们吃过西红柿做的什么菜?西红柿里也有许多的营养，象vc它使我们的`牙齿骨骼变的坚固，还能防止牙龈出血。蔬菜里面还含有大量的纤维素，

可以帮助我们消化，防止大便干硬。

4、蔬菜与卫生：

“怎样吃蔬菜才健康？”引导幼儿交流。

因为蔬菜生长在农田里，需要农药和肥料，所以做菜之前要把蔬菜洗干净，在水里多泡泡。特别是生吃西红柿和黄瓜等，一定要洗干净并且去皮。但也有一些蔬菜是农民们用了先进的方法种植的蔬菜，不用对人体有害的农药，也不让蔬菜环境受到污染，这种蔬菜叫做“无公害蔬菜”。

让幼儿给各种蔬菜涂色。

挑食偏食是对一个孩子来说是一种很不好的饮食习惯，教师们应该要努力让幼儿认识到多吃蔬菜的好处，将幼儿挑食的毛病纠正过来。

幼儿园健康教育教案蔬菜篇二

由于课前有请家长配合做好经验准备，也由于这个活动课比较贴进幼儿生活，蔬菜在每个季节都是随处可见，而且种类非常多，是孩子们在日常生活中经常接触的一种，所以这对孩子来说并不难，班上的孩子都能说出几种常见的蔬菜名称，有的孩子认识的还不少，但是对各种蔬菜的特点描述的时候不能有效的组织语言完整的表达，只能简单的说出各种蔬菜的颜色。

幼儿园健康教育教案蔬菜篇三

一、说说我认识的蔬菜（出示各种蔬菜）

1. 小朋友们今天带来了许多菜，这都是些什么菜呀？？

2. 它们有一个共同的名字，你知道吗？蔬菜有什么营养？
(幼儿自由发表见解)

小结：告诉幼儿这些菜有个共同的名字叫“蔬菜”，它们大部分都是绿色的。不同的蔬菜含的营养不同，颜色越深的蔬菜含的营养越多。

3. 这些菜是怎么做的呢？（请幼儿说一说）除了这些，平时我们还可以怎么吃呢？（炒、烧汤、凉拌、包饺子或有的可以生吃）

二、蔬菜对人体的作用

1. 你喜欢吃蔬菜吗？为什么要多吃蔬菜？
2. 不吃蔬菜会怎么样呢？

小结：蔬菜里面含有各种各样的维生素，是人体必需的营养。如果偏食不吃蔬菜，就会发生嘴角干裂，大便干，鼻子出血，皮肤干燥，容易生病等现象。

三、好吃的菜

1. 我们知道蔬菜有这么多的营养，以后我们一定要多吃蔬菜，让自己的身体更健康。现在我们就来尝尝这些好吃的菜吧！
2. 幼儿品尝各种蔬菜。

幼儿园健康教育教案蔬菜篇四

1. 大胆与同伴交流自己知道的蔬菜。
2. 进一步认识常见的蔬菜，感知蔬菜的不同特征。

3. 尝试对常见蔬菜进行分类。
4. 尝试用绘画、折、剪贴等方式表现自己喜欢的蔬菜。
5. 知道人体需要各种不同的营养。

备常见的蔬菜实物若干。创设“菜园里”的背景图。提供各种美工材料。

一、谈话激趣

我们每天都需要吃蔬菜，你知道哪些蔬菜？

二、同伴交流

引导幼儿用自己带来的蔬菜图片，结合自己的经验，与同伴交流自己知道哪些蔬菜，他们分别长得什么样子，比一比，看谁知道的蔬菜。

三、认识蔬菜

教师展示各种蔬菜实物，引导幼儿看一看、说一说、它们的形状、颜色、味道等。

四、美工创作

提供各种美工材料，鼓励幼儿运用绘画、折、剪贴等方式表现自己喜欢的蔬菜。

由于课前有请家长配合做好经验准备，也由于这个活动课比较贴进幼儿生活，蔬菜在每个季节都是随处可见，而且种类非常多，是孩子们在日常生活中经常接触的一种，所以这对孩子来说并不难，班上的孩子都能说出几种常见的蔬菜名称，有的孩子认识的还不少，但是对各种蔬菜的特点描述的时候不能有效的组织语言完整的表达，只能简单的说出各种蔬菜

的颜色。

幼儿园健康教育教案蔬菜篇五

1. 能说出一些常见的蔬菜名称，知道蔬菜有各种吃法。
2. 能迁移生活经验，知道多吃蔬菜身体好，养成不挑食的好习惯。

1. 常见的. 蔬菜若干

2. 烧好的菜若干（炒青菜、凉拌黄瓜、萝卜汤、炒菠菜等）

一、说说我认识的蔬菜（出示各种蔬菜）

1. 小朋友们今天带来了许多菜，这都是些什么菜呀？
2. 它们有一个共同的名字，你知道吗？蔬菜有什么营养？
（幼儿自由发表见解）

小结：告诉幼儿这些菜有个共同的名字叫“蔬菜”，它们大部分都是绿色的。不同的蔬菜含的营养不同，颜色越深的蔬菜含的营养越多。

3. 这些菜是怎么做的呢？（请幼儿说一说）除了这些，平时我们还可以怎么吃呢？（炒、烧汤、凉拌、包饺子或有的可以生吃）

二、蔬菜对人体的作用

1. 你喜欢吃蔬菜吗？为什么要多吃蔬菜？
2. 不吃蔬菜会怎么样呢？

小结：蔬菜里面含有各种各样的维生素，是人体必需的营养。

如果偏食不吃蔬菜，就会发生嘴角干裂，大便干，鼻子出血，皮肤干燥，容易生病等现象。

三、好吃的菜

1. 我们知道蔬菜有这么多的营养，以后我们一定要多吃蔬菜，让自己的身体更健康。现在我们就来尝尝这些好吃的菜吧！

2. 幼儿品尝各种蔬菜。

幼儿园健康教育教案蔬菜篇六

1、认识多种蔬菜，了解它们在人体中的特殊作用。

2、知道多吃市场身体才会健康。

3、将萝卜、西红柿、白菜、黄瓜等装饰上眉毛、鼻子、眼睛，制成蔬菜娃娃各一个，小虎纸偶一个，分别插在竹签上。

4、每个幼儿自带蔬菜2个。

1、布置蔬菜市场

(1) 请幼儿分别介绍自己带的是什么蔬菜，怎么吃，有什么营养。

(2) 请幼儿布置蔬菜市场（把蔬菜摆放到贴蔬菜图标的桌架上），提醒幼儿对正图标放置自己的蔬菜。

情景表演

2、教师出示竹签上的蔬菜娃娃和纸偶小虎，请幼儿说出它们的名字，并说说自己喜不喜欢吃这些蔬菜，为什么。

(1) 导入情景剧：经常吃这些蔬菜对我们的虽然有许多的好

处，我们一起看下面发生的故事。

(3) 请幼儿想想：自己有没有类似小虎的经历？当时是怎样做的？以后应该怎么样做？

3、学儿歌

(1) 引导幼儿看画册《多吃蔬菜身体棒》，说说蔬菜的名称及特征，告诉幼儿这些相互吃对人体的益处。

(2) 教师带领幼儿说儿歌《大萝卜》。

4、结束

教师和幼儿一起将收集的蔬菜放在自然角，供幼儿观察。

幼儿园健康教育教案蔬菜篇七

(一) 导入部分：通过课件展示各种蔬菜宝宝。

教师：今天老师为你们准备了许多好吃的蔬菜，（幻灯片）看看，它们都是什么菜？（教师出示各种蔬菜）

(二) 引导幼儿认识蔬菜

教师：（幻灯片）这是什么菜呢？（白菜）（幻灯片）

白菜是什么颜色的？什么形状？

（幻灯片）这个是什么菜呢？（胡萝卜）（幻灯片）

胡萝卜是什么颜色，什么形状的？小朋友们爱吃胡萝卜吗？

教师小结：胡萝卜是一头粗一头细的，它是桔黄色的。

教师：（幻灯片）再看看，这是什么菜？（西红柿）

西红柿是什么颜色、什么形状的？

（幻灯片）你们见过这种菜吗？这是什么菜呢？（芹菜）

教师小结：芹菜长着许多绿色的小叶子，梗子是白色的。

（三）通过对几个小故事的分析，让幼儿知道吃蔬菜的好处

故事一：（出示幻灯片）教师边出示幻灯片边讲故事。

故事二：（出示幻灯片）教师边出示幻灯片边讲故事。

教师小结：小朋友们，蔬菜营养丰富，含有多种维生素，多吃蔬菜有助于身体健康，能使我们长得更高更快更聪明，因此。平时不能挑食。

（四）游戏体验：通过玩“蔬菜蹲”的游戏，再配上轻松、愉快的音乐，让幼儿巩固对蔬菜的认识。

在给小朋友们传授完知识以后，我将带领他们做游戏，这样不断变换的教学形式，可以减少幼儿的疲倦感。

（五）品尝交流：蔬菜沙拉

进行完一系列的活动之后，出示用西红柿、黄瓜、红萝卜做的沙拉，请小朋友们品尝。让幼儿吃吃讲讲，在兴奋的状态之中，逐步意识到多吃蔬菜营养好的道理，从而自觉地做到不挑食，让身体吸收更多营养，使身体长得更棒。

幼儿园健康教育教案蔬菜篇八

1、认识几种常见蔬菜。

2、知道吃蔬菜的好处，产生吃蔬菜的愿望。

3、初步了解健康的小常识。

4、知道人体需要各种不同的营养。

5、了解吃蔬菜对身体健康的影响，不挑食。

1、准备几种常见蔬菜：芹菜、油菜、西红柿、菜椒、胡萝卜等。

2、纸箱做的摸箱一个、盘子、筐子若干个。

3、供幼儿品尝的菜肴：胡萝卜丝拌芹菜。

4、小勺、盘子每人一份。

一、开始部分

1、导入：小朋友说说自己知道的蔬菜。

二、基本部分

2、说说我认识的蔬菜。

(1) 将幼儿分成几组，在每组的桌子上摆上芹菜、油菜、西红柿、菜椒等。

(2) 请幼儿看看、摸摸、闻闻、说说自己认识哪些蔬菜。

“班里来了这么多蔬菜宝宝，你知道它们的名字吗？”

3、一起认识蔬菜。

(1) 教师拿出芹菜和油菜，请认识它们的小朋友说出它们的

名字，并说说它们长得什么样子，有哪些一样和不一样的地方。

教师引导幼儿观察它们的颜色及茎、叶等，引导幼儿发现异同。

(2) 请幼儿将自己小组的芹菜和油菜分别放到相应的筐子里。

(3) 同样的方法认识西红柿和菜椒。

4、游戏“蔬菜宝宝快出来”。

分别将芹菜、油菜、西红柿、菜椒放入摸箱，请幼儿通过触摸来判断，并根据教师指令拿出相应的蔬菜。

5、蔬菜香香真好吃。

(1) 教师出示事先做好的胡萝卜丝拌芹菜请幼儿说一说，这些是用什么菜做的？

(2) 出示胡萝卜、芹菜等简单介绍

(3) 教师用拟人化的语言，激起幼儿想吃这些蔬菜的欲望。

“我是胡萝卜宝宝，我会让小朋友的眼睛更明亮。”“我是芹菜宝宝，身上营养多多，我会让小朋友的身体更棒。”

(4) 幼儿品尝。鼓励幼儿慢慢咀嚼、细细品尝食物，说说它们的味道。

三、结束部分请小朋友将自己的勺子盘子送到指定位置。

幼儿园健康教育教案蔬菜篇九

1、培养幼儿养成不挑食、不偏食的良好习惯。

2、引导幼儿认识蔬菜的名称，并能大胆在小朋友面前说出自己爱吃的蔬菜名称。

培养幼儿养成不挑食、不偏食的良好习惯。

认识蔬菜的名称，并能大胆在小朋友面前说出自己爱吃的蔬菜名称。

通过在小朋友面前说出自己爱吃的蔬菜名称，引导幼儿养成不挑食、不偏食的良好习惯。

1、多种蔬菜（菠菜、胡萝卜、大蒜、西红柿等）或资料图片。

2、多媒体课件。

1、影片导入，观看《走进蔬菜园》

（1）师：小朋友，你们看到的是什么地方？

幼：蔬菜园！

师：我们到蔬菜园里去看看都有哪些蔬菜吧。

师：你们都看到了哪些蔬菜？

幼：西红柿、黄瓜、茄子、萝卜、白菜、辣椒。

师：小朋友，你们认识这些蔬菜吗？

幼：认识。

（2）师：生活中我们吃的蔬菜种类很多，下面再来看看咱们平常吃的蔬菜还有哪些？

2、分别出示出示幻灯片4—23，认识蔬菜，了解其丰富营养。

大力水手波佩一吃菠菜就变得力大无穷，什么困难都能解决是不是？所以请小朋友喜欢菠菜、多吃菠菜。还有一种蔬菜里面含有胡萝卜素你知道是什么菜吗？请你们猜一猜它是桔红色的，小白兔非常愿吃。对！是胡萝卜。小朋友吃了后，我们的眼睛会变得更加明亮。

(2) 师：你们看，这是什么菜？西红柿，你们吃过西红柿做的什么菜？西红柿里也有许多的营养，像vc他能是我们的牙齿骨骼变的坚固，还能防止牙龈出血。

(3) 小朋友最爱吃的西红柿炒鸡蛋就是用西红柿做的，现在我们还知道了它对人体的作用。

3、示图8——10：芹菜、大蒜、香菜——有香味的菜。

(1) 师：芹菜中含有铁、胡萝卜素、多种维生素。闻一闻还有芹菜香味呢。另外还含大量的纤维，有利于排便。对人体健康都十分有益。所以，小朋友也要吃芹菜。大蒜不仅能调味，还能杀菌。

(2) 下面这些蔬菜你们吃过哪些？

大白菜、花菜、卷心菜、黄瓜、南瓜、茄子、土豆、藕、豆芽、豆角、海带、蘑菇、冬瓜等。

幼：吃过，有的没有吃过。

(3) 师：这些菜都含有丰富的营养物质和维生素，所以，小朋友都要吃，只有这样我们的身体才能长的好，不会因为缺乏维生素而患病。

4、结束部分：

(1) 欣赏儿歌《不挑食》

小乌龟爱挑食，一粒大米吃三次，脖子细细，尾巴细细，耷拉着脑袋没力气。

小老鼠爱挑食，只吃花生巧克力，脖子细细，尾巴细细，焉头耷脑没力气。

小熊一点不挑食，米饭、青菜、肉和鱼，大口大口吃下去，脸蛋红红笑嘻嘻！

(2) 欣赏动画片《不挑食》。幼儿跟着学唱并结束。

幼儿园健康教育活动教案蔬菜篇十

1、认识秋天的各种蔬菜，了解不同的蔬菜吃不同的'部位。

2、通过做一做、尝一尝，体验蔬菜不同的味道。

1、芹菜、萝卜、胡萝卜、黄瓜、青菜、葱、花菜、西红柿等蔬菜

2、用五个篮子分别表示吃根、吃茎、吃叶、吃花、吃果。

1、秋天有些什么蔬菜呀？

2、今天这里有许多蔬菜，你们都认识吗？

1、分别找一找蔬菜的哪个部位可以吃，如萝卜吃根，卷心菜吃叶，西红柿吃果实，花菜吃花，芹菜吃茎（叶）。

2、请幼儿将蔬菜放在相应的篮子里。

1、对蔬菜进行简单加工后，拌如色拉酱，让幼儿品尝，边品尝边交流：我吃的是什么蔬菜？是蔬菜的哪个部位。