

# 最新幼儿园大班饮食健康活动教案(大全5篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

## 幼儿园大班饮食健康活动教案篇一

活动意图：

大班孩子对自己的身体能力有了初步了解，并积累了一定的动作技能，在运动的需求量上也相对较强。因此设计了此次活动，让孩子探讨对身体协调性要求相对增高的“横躺滚”。以激发和扩展孩子的滚动动作上的兴趣和需求，获得愉快的感受。

活动目标：

1. 运用身体各部位的协调尝试在地面做横躺滚。
2. 利用绸带的合作性游戏，从多种角度发展幼儿创新技能。
3. 培养合作互助的精神。
4. 初步了解健康的小常识。
5. 了解多运动对身体有好处。

活动准备：

1. 废旧横幅五条，圆形筒一只。

2. 队形标志圆点、音乐磁带。

活动过程：

### 一、激发幼儿参与活动的兴趣

以参与奥运会团体操表演的情景，激发孩子的兴趣。

### 二、热身准备活动“我是小小运动员”

1. 教师领跑，带领孩子们绕绸带蛇形跑和绕场慢跑进入场地。
2. 幼儿成散点式队形自由站在教师周边合适位置。
3. 教师领操、幼儿随口令动作到位。

### 三、幼儿尝试在绸带上做各种不同的滚动

1. 教师：孩子们，我们的身体本领可大了，你们会用身体表现什么动作？（幼儿尝试表现）
2. 梳理孩子展示的身体动作，引导幼儿尝试不同的滚动：除了走、跑、跳，我们的身体还可以像球一样滚动，你们还有不一样的滚动方法吗？（幼儿自由分散尝试、探索）
3. 教师启发，并有目的的观察和指导
4. 幼儿展示多种滚动的方式

### 四、教师幼儿一起探索新的滚动动作“横躺滚”

1. 教师出示直筒状滚筒，滚动滚筒引导幼儿观察：“这个直筒它是如何在绸带上滚动的，仔细看哦！”
2. 幼儿尝试模仿直筒状滚筒的滚动方式。

3. 教师与个别幼儿共同尝试和展示自己模仿后的表现动作，其余幼儿观察评价
4. 教师与幼儿一起总结横躺滚的动作要领
5. 幼儿自由尝试练习横躺滚，并以小组的形式进行“我是快乐小滚筒”的竞赛
6. 团体操部分展示“花样滚”

## 五、快乐游戏时间

1. 游戏一：“舞龙”教师与幼儿合作将各小组绸带连接(各绸带上有链接扣)成“长龙”，幼儿与教师集体将绸带举过头顶，舞动“长龙”。
2. 游戏二：“蛟龙戏洞”，幼儿部分举绸带，部分钻洞；轮流进行。

## 六、放松活动“划龙舟”

教师带领幼儿一手持绸带成“龙舟状”，随乐边做划船动作，边慢慢放松脚部、手部离场。

### 活动反思：

一、活动设计符合幼儿年龄特征，目标制定切实可行。

大班幼儿的身体活动能力发展较好，在动作上更加灵敏、平稳，有较强的自控能力，体力和合作意识都有所发展，并且有一定的责任感和集体观念。所以，在选择和组织大班体育活动“滚动”时，设计者者不失时机地考虑到动作增多、难度增大、内容丰富、运动量大、竞赛性强、脑体结合、规则稍复杂等因素，以保证所选择组织的活动让大班幼儿喜欢，同时又有效的促进幼儿身心的健康发展。活动中，教师还根

据每个幼儿的.实际水平，给予不同目标要求。

## 二、在情境中激发幼儿活动的兴趣。

具体形象思维是幼儿期主要的思维方式。幼儿对具体的、形象的事物容易感知，而对于抽象的概念却不太感兴趣。体育活动中单纯的动作练习不能引起幼儿兴趣，就是因为在他们现有的头脑中没有具体的形象。本活动中带有角色和情节的游戏活动，使幼儿随着情节的跌宕起伏，深入游戏，并激发幼儿的好奇心，也更容易激发幼儿的兴趣。

## 三、在音乐中烘托幼儿活动的氛围。

音乐是以声音塑造形象的听觉艺术，它以其特有的艺术形象吸引、感染着我们。优美生动、节奏鲜明的音乐会让人们感到精力充沛、情绪愉快；舒缓轻柔的音乐会让人们身心放松。本活动在组织进行体育活动时，充分运用了音乐的效果，以提高幼儿参与活动的兴趣。使幼儿在音乐的烘托下更加积极的投入到活动当中去。

小百科：滚动，汉语词汇，释义为转动体沿转动方向的运动称作滚动。也指的是物理中转动与位移的平面复合运动。

## 幼儿园大班饮食健康活动教案篇二

活动目标：

1. 了解舞狮是民间的一种民俗活动，知道它的来历。
2. 了解舞狮时的动作结构特点及配乐演奏。
3. 提高动作的协调性与灵敏性。
4. 了解多运动对身体有好处。。

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。

重点难点：

幼儿进行舞狮时的动作结构特点及配乐演奏。

活动准备：

1. 事先与幼儿收集有关舞狮的vcd□图片、资料。

2. 舞狮的道具：凳子代替狮子头、乐器。

活动过程：

一、开始部分

1. 以谈话的形式引入：

师：“今天我们一起来学舞狮，老师、小朋友当狮子头。小狮子们…我们开始练习了。”

2. 队列练习：立正、稍息、看齐，向左(右)转，原地踏步。

3. 热身运动。

(1)听信号走和跑，齐步-走-----跑步走

师：“请小狮子们听我的信号练习跑步，齐步-走-----跑步走”。

(2)练习活动：摩拳擦掌(转手腕)、(转脚腕)、拉力器(扩胸)、登山(跳跃)等。

(3)师：“小狮子们，原地踏步走。”师吹口哨，每节四个八

拍。

## 二、基本部分：

### 1. 幼儿讨论：

(1) “说一说什么时候有这种活动？”

(2) “在哪里见过这种活动？”

2. 了解舞狮是民间的一种民俗活动，知道它的来历。

3. 讨论：为什么要舞狮？有什么意义？它和什么民俗活动相同？（复习游大龙、走古事等）

4. 引导幼儿边看边讨论：舞狮时的动作特点及配乐演奏。

5. 幼儿玩舞狮的游戏。

## 三、结束部分

1. 幼儿随音乐做放松运动，教师小结。

2. 师生共同收拾场地结束活动。

## 活动反思：

体育活动—舞狮，具有竞争、竞技和趣味性强的特点，有一定的激励程度，幼儿参与的欲望一般都比较强烈，这就使得他们在参与过程中比较容易忘乎所以，也会不同程度地产生一些激动情绪，在加上体育活动中允许幼儿自由发挥、自由活动，在这其中，我们老师也无法完全预料到活动过程中会发生什么事情。因此，在组织幼儿开展舞狮活动时，一定要多观察幼儿的行动，再给予适当的提醒。比如，我们小朋友在游戏时经常发现小朋友们之间总不免有你推我，我撞你的

行为，这样的行为其实很危险，我把观察到的现象告诉大家，让全班的孩子一起来评价，一起来解决，怎样才能玩好舞狮的游戏。因此我在体育游戏“分角色”解决了以上问题，让孩子们明白狮子表演不能掉队，走路时不推不挤，还能有秩序地一个跟着一个走。又如：结合大型玩具游戏舞狮，大型玩具是孩子们特别喜爱玩的，在玩之前，我们先检查了一下大型玩的安全性，但在玩滑滑梯过程中，发现小朋友们喜欢从下爬到上，再倒滑下去，而且是头朝下地滑。发现了这种情况，我们首先做的`事情是制止，然后根据这些情况，找一些相关的图片及录像来给小朋友们一起看，让孩子们知道身上的任何部位碰伤，出血了都很疼痛，而且有可能会有发炎、发烧或是有更加危险的事件发生。由此，小朋友们被录像中的小女孩的疼痛感受到：玩滑滑梯时更要注意不能倒滑，不能从高往下跳等。我们在不断地观察，不断地提醒教育中提高了幼儿的自我保护能力，也增强了幼儿的自我保护意识。

## 幼儿园大班饮食健康活动教案篇三

活动目标：

- 1、通过多人配合创编各种舞龙的方法，培养幼儿相互合作的能力。
- 2、通过活动培养幼儿对民间舞龙活动的兴趣，体验舞龙的快乐。
- 3、考验小朋友们的反应能力，锻炼他们的个人能力。
- 4、让幼儿知道愉快有益于身体健康。
- 5、了解多运动对身体有好处。

活动重点难点：

- 1、重点：能够跟随音乐熟悉舞龙动作。
- 2、难点：龙头、龙身、龙尾在跑动的过程中动作协调一致。

活动准备：

人手一面做操红旗、舞龙视频、自制成龙一条。

活动过程：

### 一、创设情境，激趣导入

出示舞龙的视频画面，引起幼儿的兴趣。

他们在干什么？我们在过年的时候，总会在电视里看到好多人兴高采烈舞龙、舞狮，今天我们也来学学舞龙。

(进行热身活动，活动一下。)

### 二、学习舞龙，主动合作

1、小朋友自己学一学舞龙的.动作(幼儿自由练习)

2、教师示范：舞龙有很多种，今天我们就来学一下“蟠龙出海”。

教师先做一遍。讲解动作，手上动作：双手伸平，先向左，左手在上向上伸直，换右手在上伸直，向右伸平。

幼儿自由练习，教师巡视纠正动作。幼儿说说自己的感受。

3、幼儿人手一面做操红旗，手拿红旗自由组队进行练习。教师巡回指导，帮助幼儿纠正动作。)

4、教师小结幼儿刚才舞龙情况，并请各组舞给老师看。



### 三、激发思维，开拓创新：

小朋友想到的舞龙动作还有那些？(幼儿积极表演，师幼共同总结)

摇头摆尾(左右摆臂、上下抖动、后面的人紧跟着龙头做动作彩龙旋转)

灵龙戏珠(龙头跟着彩球灵活运动，后面的人跟着龙头运动)

首尾合一(龙头与龙尾连接在一起围成圆圈状)等等

### 四、巩固练习，不断提高

1、师幼第二次舞龙，要求是听着《金蛇狂舞》的背景音乐舞。

2、师幼第三次舞龙，手拿成龙舞，教师拿彩球，带着幼儿听着歌曲《金蛇狂舞》表演数次。

### 五、活动结束，幼儿做放松运动

#### 活动反思：

通过活动幼儿学会了步调一致的简单舞龙动作，体验了活动的乐趣，但在龙身部分有的幼儿动作与其他幼儿不一致，出现了脱节现象，需要进一步熟悉动作，协调配合，提高合作能力。

## 幼儿园大班饮食健康活动教案篇四

现如今，生活水平普遍提高，孩子的人群中出现了越来越多的“小胖子”，这都和他们的不健康、不合理的饮食方式有关。由于在家中是独生子女，家长对孩子也比较宠爱，很多家长都依着孩子的性子，孩子喜欢吃什么就煮什么菜，这其实也是一种不正确的做法，在孩子成长过程中，各种营养都需要

汲取。孩子由于年纪小，缺少健康饮食的概念，教师通过这一活动的设计、开展，引导幼儿知道荤素搭配等饮食方式，帮助幼儿提高健康饮食的意识。

在教师的反复斟酌下，活动的目标被改过不下三次。在初设计时，教师想从荤素搭配和相克食物不能同食的角度入手设计，再用设计菜谱的方式帮助幼儿巩固经验，但在试上和自我思考后，教师觉得相克食物不能同食的知识点有较大的难度，且具有一定的科学性，所以以了解为主，目标制定为“1. 知道饮食要荤素搭配，了解有些食物同食会降低营养价值”。第二条目标设计得比较精炼，是在第一条目标的基础上的一个巩固方法，是一种能力上的体现。第三条目标以情感入手，激发幼儿在学到知识、得以运用后的成就感。

由于活动中需要幼儿区分荤蔬菜，在活动前教师就做了充分的前期经验准备，幼儿对食物有了一些了解，为活动的顺利开展做好了铺垫。在选择活动中的荤蔬菜时，也需要教师细心选择，既要选择常见的，又要避免过多不合理的搭配，还要考虑到幼儿能否在设计菜谱中用绘画的形式来表现。

原教案的导入环节以出示日常生活中的菜谱开始，试上时发现孩子的注意力吸引的时间很短，一下子就失去了兴趣。后经修改，以情境导入，教师以餐馆工作人员的身份出现，并结合一定的环境ppt让幼儿在一种游戏的环境中学习，这种方式比较受幼儿欢迎，孩子的参与性也更高。

第二环节中，让幼儿知道饮食要荤素搭配。原教案中，教师出示自制的菜谱，让幼儿发现里面荤素搭配的规律，但是发现在幼儿自主设计菜谱的过程中，幼儿还是缺少荤素搭配的概念。后经修改，从偏食的危害作为切入点，让幼儿知道只吃一种菜是不健康、不合理的，由幼儿自己得出荤素搭配的规律，这样他们印象更深。且在讲解偏食危害时，切忌说教，将专业的话语灌输给幼儿，孩子不能理解，自然没有兴起，活动中，教师结合相关案例帮助幼儿了解偏食挑食的危害性，

便于幼儿理解。前后的两次点菜，从开始的挑喜欢的菜，到后来健康的饮食，其实是一种观念的改变与知识的提升。

第三环节中，知道有些食物同食会降低营养价值，这本身难度较大，也很难通过讨论、探索来得出结论，所以教师查阅相关资料，将知识点告诉幼儿，使他们有初步的了解，为后面环节中的设计菜谱服务。

自主设计菜谱环节，是一个自由操作的环节，也是一个经验的汇总与提升。以大书的形式展示幼儿的作品方便集体检查，用问题小标签来发现有问题的菜谱，从而引导幼儿用所知知识来修改。但教师在讲评环节中略显心急，在讲评了几份菜谱后，草草收尾，打消了孩子继续发现的积极性，可以再多讲评几份，然后告诉幼儿回到教室后再一起找一找。

此次活动给了我不少的启发，要上好一节课，就必须考虑到方方面面与每一个细节，每一个环节都应该有所联系，在初设计时就要充分考虑，同时要抓准活动的重难点，知道从哪个方面下手，发掘适合幼儿的教育价值，最后要站在幼儿的角度去发现他们的兴趣点，而不是让幼儿跟着老师走。也许，现在我的教学能力不够成熟，相信我能在不断的历练中一步一步地成长！

## 幼儿园大班饮食健康活动教案篇五

今天，我上一节了大班的健康活动《好玩的报纸》一课，这节课我共分三方面来进行教学，幼儿自由游戏、与教师一同游戏、幼儿自由探索游戏。

活动一开始，我出示报纸球的时候，幼儿都已经玩过报纸球，所以能说出各种各样的玩法。当我让幼儿自由游戏时，他们便能自主地进行各种各样的玩球活动。在幼儿游戏时，我及时与幼儿互动，让幼儿在游戏时相互合作，培养幼儿的合作

精神。

在第二环节中主要让幼儿与教师一同游戏，（在报纸上单脚跳）由于幼儿是第一次玩游戏，幼儿的兴趣一下子调动起来，他们积极的参与到游戏中。掌握了游戏的规则和基本动作。

第三环节是活动的高潮，幼儿积极讨论玩报纸的方法。孩子们对玩报纸很感兴趣，都积极举手发言，（可以折飞机、可以做风筝、可以做围裙，可以挡太阳.....）气氛非常热烈。幼儿在自由探索游戏过程中，发挥自己的想象，愉快地进行玩报纸的游戏。活动的目标基本达到了！

看过幼儿园大班健康反思的人还看了：