

2023年营养要均衡教学反思简书(汇总5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

营养要均衡教学反思简书篇一

活动目标：

- 1、能有兴趣地观察下雨的情景，知道春天会下雷雨。
- 2、充分体验听雨、看雨、玩雨的乐趣。
- 3、对科学活动感兴趣，能积极动手探索，寻找答案，感受探索的乐趣。
- 4、培养幼儿观察能力及动手操作能力。

活动准备：

活动前了解天气预报，选择下雨天气开展此活动。

活动室内准备几把雨伞。

录音机，音乐《大雨小雨》磁带。

活动过程：

- 1、谈话引起兴趣。

“轰隆隆，轰隆隆”是什么声音在响呀？让我们一起竖起小耳朵仔细听。引导幼儿知道轰隆隆的声音是打雷的声音，了解春天来了，有时也会下雨，这就是春雨。

2、和幼儿一起听雨。

我们一起闭上眼睛，听听看，你听到的雨声是怎么样子的？

引导幼儿用各种象声词来表达。（“哗啦啦”、“淅沥沥”、“沙沙沙”“哗啦哗啦”“滴答滴答”等）

3、和幼儿一起看雨。

（1）雨点是从哪里落下来的呢？是怎么落下来的呢？落下来的时候是什么样子的呢？引导幼儿用自己的语言表达自己的感受，可以用“雨点象什么”来表达。

（2）雨点落在地上像什么？地上会有什么？

引导幼儿发现雨点落在地上会溅起泡泡样的水花，积水中会有水纹等现象。

（3）看看小草、小花、小树在雨里是什么样子的？

知道这些植物喝足了水会长得更好。

4、和幼儿一起玩雨。

（1）我们用小手接住雨看看，雨是什么颜色的？雨点落在手上有什么感觉？

（2）和好朋友一起撑着雨伞踩水花玩，提醒幼儿不要把自己淋湿。

5、在音乐《大雨小雨》的声中结束活动。

自我评析：

此活动充分调动幼儿的'多种感官，通过听、看、摸让幼儿充分体验听雨、看雨、玩雨的乐趣，从中了解春雨的特点，感知春天的天气是多变的。在整个活动中，幼儿是活动的主体，寓教育与玩乐之中，符合小班幼儿的兴趣、经验和能力。

教学反思：

此活动充分调动幼儿的多种感官，通过听、看、摸让幼儿充分体验听雨、看雨、玩雨的乐趣，从中了解春雨的特点，感知春天的天气是多变的。在整个活动中，幼儿是活动的主体，寓教育与玩乐之中，符合小班幼儿的兴趣、经验和能力。

营养要均衡教学反思简书篇二

活动目标：

1. 感知各种萝卜的不同特征，指导萝卜的品种。
2. 初步尝试在表格上记录自己猜想的结果。
3. 愿意进行探索活动，感受发现的快乐。
4. 愿意大胆尝试，并与同伴分享自己的心得。
5. 发展幼儿的动手能力。

活动准备：

白萝卜、胡萝卜、一点红、绿萝卜的实物准备；小刀一把；再准备一块砧板。

活动过程：

一、萌发探索萝卜的兴趣，教师引导师：小朋友，小兔菜地里的萝卜成熟了，让我们一起去帮帮他们，拔萝卜吧！

师幼随着音乐，拔萝卜。

二、感知萝卜的外部特征(颜色、形状、表面)师：你拔了一个什么颜色萝卜？

师：白色的萝卜形状是怎么样的？(椭圆形)师：白色萝卜叫白萝卜。

一点红师：萝卜上有白色、有红色，这叫一点红。

胡萝卜师：这个萝卜是什么颜色？是什么形状的？

绿萝卜师：绿萝卜有个好听的名字叫心灵美。

绿萝卜摸起来，是什么感觉？

这些萝卜是长在哪里呢？(泥土里、田里)出示ppt师小结：其实这些萝卜是一个大大的根，长在泥土里，我们需要用大大的力气把它们拔起来。

三、萝卜分类货架上四个框框，有红色、绿色、橘黄色、一点红的四种颜色的框框幼儿根据自己手中的萝卜的类型进行分类师小结：我们认识了萝卜的颜色，这些都是萝卜表皮的颜色，就像我们小朋友穿的衣服一样。

四、观察、记录萝卜皮肉的颜色如果把萝卜切开来，会是什么颜色呢？

出示表格师：这张表上有什么呢？表格上的小问号是什么意思呢？眼睛是什么意思？

教师根据幼儿的猜想，依次贴上不同的颜色标志切开相应颜色的萝卜，让幼儿进行验证。

师小结：原来呀，白萝卜和胡萝卜表皮的颜色和肉肉的颜色是一样的。

师：一点红、心里美的萝卜切开来是什么颜色呢？

拿2张颜色图片，上来贴在表格上。

师：请小朋友说说看，你选了哪几种颜色？为什么？

女孩子、男孩子分组粘贴，进行猜想一点红切开来(白色)心里美切开来(枚红色)五、品尝萝卜师：那我们小朋友都喜欢吃萝卜吗？喜欢、不喜欢。

教师小结：其实，萝卜的营养非常的好，也很好吃，我们要多吃它。小兔为了感谢我们给我们送来了很多好吃的萝卜，你们想怎么烧呢？陈老师这里也有几种烧法，一起来看一看吧。有。

师：“你们想不想吃啊？”

想师：“我们樱桃班里的甬港饭店已经为我们准备了美味的萝卜宴，我们也一起来尝尝吧？好(放音乐结束)对于小班幼儿，创设情境的教学是有效的导入方式。

有幼儿说”像小老鼠的脑袋“，教师可以抓住时机，以此来丰富幼儿的想象。

对幼儿抓得比较紧，牵着幼儿走。应以对话的形式和幼儿进行交流，让活动更加生动、流畅，按萝卜的自然属性颜色进行分类。符合小班幼儿的认知特点形象生动的表格用猜想、验证的方式，帮助幼儿梳理经验。对小班幼儿，这种表格的

记录方式也是可行的。

打破思维定势。”眼见的才是真实的，不能想当然。“切萝卜的方式，应该多角度去切，让幼儿切实查证萝卜里面的颜色，这样才是科学的。

小朋友知道了萝卜不仅有趣，它还有很多吃法，刺激幼儿的食欲。

教学反思

1、针对幼儿活泼好动的个性特点，我采取了表演的方式，调动了孩子们的积极性，在幼儿在玩中快乐学习。

2、教学中我从学生的实际出发，尊重学生的主体地位，致力于构建开放的、民主的课堂环境，让学生通过主动参与、合作探究方法，在情境中学习，在学习中交流，在交流中学会方法。并充分利用信息资源沟通课堂内外知识，联系学科，联系生活，努力拓宽学生学习空间，以提高教学的实效性，较好地完成了我设定的教学目标。学生的学习热情高涨，师生互动、生生互动频繁。

营养要均衡教学反思简书篇三

活动目标：

1、学习抛、接、甩等动作，训练幼儿的大肌肉动作和手眼协调能力。

2、能用丝巾玩出多种玩法。

活动准备：

抬花轿音乐，丝巾人手一块。

活动过程：

1、抬新娘游戏进场(放音乐大花轿)

带领孩子们脚跟脚尖跑跑跑，做抬花轿游戏进场。提问：我们刚才玩了一个什么游戏?(抬新娘)那我们是用什么玩这个游戏的呀?(布头)哦，这些多彩的布头我们称为“丝巾”。

2、每人一根丝巾玩游戏。

我们以前学过一个手指游戏，我们一起来说一下。“一根手指头呀，变呀变呀变呀，变成毛毛虫呀，上爬爬，下爬爬，左爬爬，右爬爬。那我们今天的丝巾可以变什么呢?(蛇、龙)

大家一起跟老师做：一条小丝巾呀，变呀变呀变呀，变成小小蛇呀，上游游，下游游，左游游，右游游。丝巾还可以变什么呢?看老师把它变成了什么?(球)哦，我们也一起来变绣球吧。一条小丝巾呀，变呀变呀变呀，变成小绣球呀，一起往上抛呀，看谁抛得高呀?然后接住它。老师数一、二、三，你就向上抛，练习数次。

3、游戏：抢绣球。

老师抛绣球，幼儿抢，谁抢到的. 奖小红花。“请客人老师抛，幼儿抢。(师幼互动)

4、2人玩丝巾

(炒豆豆、拉大锯、拔萝卜)

5、新游戏：二人三足

请小朋友2人一组，拿丝巾系在中间脚上，然后一起练习走。

6、魔术：丝巾不见了。

(1) 幼儿看老师变魔术，孩子们上来找。

(2) 孩子们2人一组，自己藏丝巾，叫同伴找。

7、拿着丝巾开火车回家。

幼儿人手拿一根丝巾套在前一位小朋友的腰上，开火车回家。

活动反思：

孩子们非常地感兴趣，通过本次活动，我们也知道了只要幼儿感兴趣的东西，他们就会给你意想不到地惊喜，所以，在以后的活动中，我们应该从幼儿的兴趣出发，来提高活动的质量，因为兴趣是幼儿最好的老师。

营养要均衡教学反思简书篇四

活动设计背景

番茄是幼儿夏天午点常吃的食物，幼儿经常吃。每次吃番茄的时候，我们班的孩子都吃的很快，不停的说“曹老师，我还要！”我想孩子们这么喜欢吃番茄，可是他们知道番茄是从哪里来的吗？或许可以抓住他们的兴趣点切入，带领他们了解番茄的成长过程，通过精心思考后设计了本次活动。

活动目标

- 1、能够理解诗歌内容，感受诗歌童趣和优美意境。
- 2、初步了解番茄成熟的过程。
- 3、了解番茄的食用方法。
- 4、培养幼儿对事物的好奇心，乐于大胆探究和实验。

5、愿意大胆尝试，并与同伴分享自己的心得。

教学重点、难点

活动重点：感受诗歌童趣和优美意境。

活动难点：了解番茄成熟的过程。

活动准备

1、教师自制“魔法盒子”、番茄（红、青各一个）帕子一张。

2、番茄成长过程ppt图片、自编《脸红的番茄故事》。

3、儿歌《番茄红了》。

活动过程

手指谣：“爸爸开汽车”组织幼儿安静入座。

一、“猜猜我是谁”游戏引入，激发幼儿探索兴趣。

1、出示搭好帕子的魔法盒子，猜里面是什么。

—请坐的好的幼儿上前摸。

魔法盒子里住着乖宝宝，请小朋友上来摸，并说一说摸起来是什么感觉？

（请3个幼儿左右，教师引导说出是硬还是软，猜猜它是谁？）

2、教师引导幼儿认识，并引出儿歌。

老师扮做魔法师，魔法棒~变，乖宝宝醒来了，

小朋友你们好！谁来说一说他是什么颜色？（绿色）

我们叫他绿宝宝，它在跟我说悄悄话，仔细听！他说他的好朋友也来了噢，要请小朋友们帮帮忙把他变出来，幼儿：1、2、3变。

幼儿说出颜色，给他取个名字。（红宝宝）

番茄看到这么多的新朋友，有点不好意思，脸红了。

他见到你们很高兴，要送一个好听的故事给你们听。

3、通过故事内容，引导幼儿理解诗歌大意，感受童趣。

教师生动的讲述《脸红的番茄》故事。

4、欣赏诗歌。

叮叮（故事主角）给番茄编了一首儿歌，我们大家一起来听一听吧。

教师有感情地朗读儿歌，你们喜欢叮叮的儿歌吗？

（喜欢）。

5、观看番茄成长过程ppt图片，了解番茄成长过程。

教师逐一播放ppt图片，在旁讲解番茄从幼苗长大—开花—结果—变红。

6、了解番茄食用方法。

提问幼儿吃过番茄吗？是怎样吃的？

（生吃，炒鸡蛋，煮汤）

教师总结吃法：（直接吃、蘸糖吃、炒着吃、煮汤吃）。

7、结束部分：

教师播放《番茄红了》儿歌，幼儿尝试跟随老师做动作。

教师：小朋友们知道了这么多好吃的菜，我们今天回去和爸爸妈妈一起做成好吃的菜肴，

明天到幼儿园告诉老师和小朋友你们做成了什么好吃的菜好吗？

让我们一起唱着番茄的歌，开着小火车去做番茄躲猫猫的游戏吧！

教学反思

番茄红了教学活动反思

“绿绿的番茄，等着人来采，等着，等着——急得脸都红了！”

这首歌曲看起来简单好学，活动开展的时候还是遇到了些难题。由于小班幼儿年龄小，知识面较窄，所以没有达到预期的目标。

尝试着和父母一起做好吃的番茄，了解番茄的吃法（直接吃、蘸糖吃、炒着吃、煮汤吃），

通过“颜色的观察”（绿色、红色）——“了解生长过程”——“知道番茄做成的菜肴”的几个步骤，幼儿由现象到特征，充分了解番茄的生长过程及它的用途。在讲述故事时，利用拟人的手法（“番茄等着人来采，等到脸红了”）来表现番茄的生长过程，不仅充分调动了幼儿的学习兴趣，形象地诠释了番茄等待成熟的过程，也让幼儿体验了等待的

焦急心情。

本次活动的不足之处是，没有突出番茄红了的形象特征，活动中思路不是很清晰，没有突出儿歌的重点，作为一堂科学与语言为一体的活动课，忽略了语言的重要性。

提问时，师应稍作引导“番茄可以做成什么好吃的菜？”问题过于成人化，幼儿不能及时回应。

由于之前没有做好课前准备，以至于在活动开展时，个别幼儿不知所以然，学习起来比别人费力些。

所以，在以后的教学活动中，我会尽量避免类似情况发生，以达到更好的教学效果。

在之后的活动设计中，我会大力将设计思路理顺，争取活动目标一次比一次清晰。

教学反思：

此次活动圆满结束！活动前我为幼儿创设了宽松自由的活动氛围，让幼儿在宽松自由的氛围中轻松获得锻炼与提高。活动过程中，幼儿表现的积极主动，都能用较完整的语言回答老师提出的问题，并能主动与同伴交流。

营养要均衡教学反思简书篇五

设计思路：

萝卜是我们冬季的主要蔬菜之一，其品种多样、营养丰富。可小班的孩子大多数挑食，不喜欢吃萝卜做的各种菜，常常故意吐出来或者剩菜，甚至偷偷倒掉，造成很大的浪费。针对这些现象，我们组织了本次活动。

活动一：形形色色的萝卜

活动目标：

- 1、知道萝卜是冬季的主要蔬菜之一。
- 2、能说出萝卜的主要特征。学习词：脆。

活动准备：

- 1、布置萝卜超市空货架；每人椅子下面放一个具有典型特征的萝卜。（胡萝卜、绿皮萝卜、红皮萝卜、白皮萝卜等）
- 2、切好的萝卜条两盘。

活动过程：

- 1、教师出示萝卜，让幼儿观察萝卜的外形特征。
- 2、幼儿取出椅子下面的萝卜，说出手中萝卜的颜色和形状。
- 3、切开胡萝卜、心里美和白萝卜，观察里边的颜色。
- 4、按照老师的标记将萝卜归类，放到超市空货架上。
- 5、品尝萝卜条，感受萝卜的辣和脆。学习词：脆。

活动二：有营养的萝卜菜(二课时)

一品尝各种萝卜菜

活动目标：

- 1、了解萝卜的各种吃法。

2、知道萝卜有营养，教育幼儿不挑食

活动准备：

- 1、教师扮成厨师熊大婶，布置好萝卜餐馆；碟子和勺若干。
- 2、准备各种萝卜做的凉菜(凉拌萝卜丝、糖醋萝卜丝)和热菜(炒萝卜丝、萝卜炖肉、小虾萝卜汤)以及萝卜馅包子、饺子等。

活动过程：

- 1、餐馆开业，熊大婶在餐馆门口将客人迎进门，介绍餐馆的特色菜——各种萝卜菜。
- 2、品尝凉菜，讨论：菜是怎么做的什么味道？有何特点？
- 3、品尝热菜，讨论：如何做的？
- 4、幼儿自由讨论：萝卜还可以怎样吃？
- 5、教师小结萝卜的吃法及其营养价值，教育幼儿喜欢吃萝卜。

二自己动手做凉菜

活动目标：

通过自己亲自动手拌凉菜、品尝菜，体验成功的快乐。

活动准备：

- 1、白手绢做的厨师帽和围裙若干件。
- 2、切好的各种萝卜丝、各种调味品若干。

3、拌菜用的小盆、筷子若干。

活动过程：

- 1、熊大婶邀请幼儿做厨师，幼儿穿戴整齐，洗干净手。
- 2、介绍凉拌萝卜丝和糖醋萝卜的做法。
- 3、依次介绍调味品和各种萝卜丝，请幼儿动手拌凉菜。
- 4、互相品尝自己的劳动成果，说出所拌凉菜的材料和味道。

活动三：漂亮的萝卜

活动目标：

- 1、要求幼儿用不同颜色的胶泥捏出不同特征的萝卜。
- 2、通过用胶泥捏萝卜，提高幼儿的动手操作能力。

活动准备：

具有典型特征的各种实物萝卜；各种颜色的胶泥若干。

活动过程：

- 1、复习萝卜的主要特征和吃法。
- 2、幼儿自己探索，捏出不同特征的萝卜。
- 3、幼儿相互欣赏自己的作品。
- 4、将做好的萝卜送到萝卜超市(布置展示台)。

活动反思：

本次的活动取得了很好的效果。在开始认识各种萝卜的时候，面对形形色色的萝卜，孩子们发出惊叹：“有这么多种的萝卜啊！”通过认识，孩子们很容易就掌握了萝卜的基本特征，并非常准确地按照萝卜的颜色、形状以及大小来进行分类。在品尝各种萝卜菜的活动中，孩子们很快被熊大婶的表演所吸引，并且情绪也受到了感染，争相品尝讨论各种萝卜菜，一改以往见到萝卜菜就躲的局面。有的孩子吃完一种一个劲地还要尝；有的被生萝卜丝辣得直咧嘴；就连以前见到炖萝卜就吐的丛昊文竟然也吃得津津有味——孩子们在品尝的过程中都美滋滋地说：“真好吃！真好吃！”在自己动手拌凉菜的过程中，孩子们更是参与兴趣浓厚，兴致很高。可能是有了玩区域活动“小小自助厅”的经验，每个孩子都象模象样地、非常投入地做着自己的凉菜。可爱的梁家奇一边加盐一边搅拌，然后又尝尝，再加点辣椒面，真象那么回事。有的孩子什么调料都往里面放，整个成了个大杂烩。孩子们陶醉在自我动手的过程中，在相互品尝的过程中，又尽情地体验着成功的快乐。在动手捏萝卜的时候，孩子们充分发挥了想象力和创造力，捏出了各种各样的萝卜。在一系列的活动之后，孩子们对萝卜菜的态度有了很大的转变，都认识到：萝卜的营养丰富，多吃萝卜有利于身体健康。

延伸活动：

让家长配合，在家中做萝卜菜时尽量让幼儿参与，并鼓励幼儿多吃萝卜做的各种菜。

环境布置：

- 1、将各种实物萝卜摆放到科学角中的认识角。
- 2、科学角中用浅盘盛水生萝卜花。