

2023年幼儿园知了知了教案(优秀9篇)

作为一位杰出的教职工，总归要编写教案，教案是教学活动的总的组织纲领和行动方案。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编为大家带来的优秀教案范文，希望大家可以喜欢。

幼儿园知了知了教案篇一

四个牛奶盒、剪刀、双面胶、彩纸、瓶子的盖。

1. 用剪刀沿盒子的三分之处剪开。
2. 用深色彩纸剪出10个圆形做轱辘。
3. 将彩色报纸撕下一块用手攥成球。
4. 将攥好的'小球粘在轱辘上。
5. 再粘在盒子车厢的两侧。
6. 将彩纸用剪刀剪下四条长条反复的折，再将两端粘上双面胶，把每节车厢连接在一起。
7. 利用双粘胶将剪下来的一个牛奶盒上半部分和第一个“车厢”粘在一起。
8. 将瓶子盖拧下来，利用双面胶粘在“车头”。
9. 牛奶小车做好了。

幼儿园知了知了教案篇二

- 1、让幼儿了解民间结婚贴红双喜的婚庆风俗。

- 2、初步掌握看图剪双喜的技能，
- 3、培养幼儿对民间剪纸艺术的喜爱之情。

各种双喜的剪纸范例、剪刀、红色方形纸。

一、欣赏双喜（一）

教师：请小朋友看看这是什么字？你见过他吗？在什么地方见过的？

教师出示不同的。双喜，提问：你在什么时候见过这些不同的喜字？

这么多的喜字你最喜欢哪一个？为什么？

这些喜字是什么颜色的？看到这么多的喜字，你的心里觉得怎么样？

为什么人们在结婚的时候到处要贴喜字呢？（幼儿讨论）

教师小结：人们结婚的时候贴上喜字表示祝福新娘和新郎幸福美满、白头偕老。

教师：这个双喜还有一个故事呢，你们想听吗？

故事《王安石写双喜》

传说，在很久以前，有个人叫王安石，在一次回家的途中，无意间回答了一个问题，那户人家见他非常聪明，便把他的女儿嫁给王安石，并且就在当天结婚，这真是一件大喜事。就在他结婚的那一天，又传来了一个好消息，说王安石考试中了状元，做大官了，这又是一件大喜事。这两件喜事在同一天发生了，王安石实在太开心了，于是拿起笔就在大门上接连写了两个大大的“喜”字，表达他现在高兴的心情。于

是，双喜就在这个时候传开了，以后人们在结婚的时候都贴上了许多的双喜，表达美好的祝愿。

二、剪双喜

教师出示剪“喜”字的图示，了解折叠方法及阴影部分所表示的意思。

教师示范剪双喜：结婚的那一天桌子上有好吃的东西，咱们一起来尝一尝。

教师每剪一个口子说一句话：我从右边开始吃，吃一口喜糖开开心心、吃两口吃三口喜糖甜甜蜜蜜，到对面吃一口枣子，早生贵子，回过来吃一口鸡蛋，五子登科，再吃一口百合，百年好合，最后到对面吃一口莲子，连生贵子。

三、幼儿操作，剪双喜

教师提出注意事项：找到开口的地方，不会的可用模型代替等。

四、送“喜”字

教师：咱们一起把“喜”字送给老鼠爸爸，还要说一句祝福的话。

幼儿园知了知了教案篇三

活动目标：

- 1、学习角对角折三角形的技能。
- 2、训练幼儿手眼协调能力。

活动重点：

学习角对角折三角形的技能。

活动难点：

训练幼儿手眼协调能力。

活动准备：

- 1、折纸的范例一个。
- 2、折纸图示一份。
- 3、幼儿制作材料若干。
- 4、布娃娃一个。

活动过程：

一、出示布娃娃，激发幼儿折纸的兴趣。

- 1、拿出老师做好的.娃娃头示范作品。

教师：嗨！小朋友好，今天我来到小四班做客，你们欢迎我吗？（我们和娃娃头打招呼吧！）

教师：小朋友们好！（引导幼儿和布娃娃打招呼）。

二、用布娃娃引出折纸娃娃。

教师：娃娃头漂亮吗？（漂亮）

教师：老师也觉得很漂亮，但是布娃娃告诉我，它很孤单，它想有想、

一些朋友陪它玩。怎么办呢?(让幼儿举手回答)

1、如果娃娃头能像小朋友一样有很多朋友在一起，那就不会孤单了那

它们就可以在一起做游戏了!

教师：小朋友想的办法都很好，老师也想了一个办法呢。你们想听听吗?

教师：老师想折出一些娃娃头来和布娃娃做游戏，你们说，好吗?

教师：这个呀就是老师折的娃娃头，小朋友觉得它可爱吗?

教师：想学吗?

三、出示折纸图示。

教师：这个呀，就是折娃娃头的方法图，小朋友要仔细看认真听才能学会折可爱的娃娃头哦!

1、进行操作示范，一边根据图示进行讲解。

四、幼儿进行制作，教师巡回指导。(根据幼儿的操作情况进行个别指导)。

五、小结幼儿作品。

教师：今天我们学习了什么本领呀?

教师：小朋友的小手可能干啦!都能折出这么漂亮的娃娃头。这样呀，布娃娃再也不会孤单啦!我们一起来做游戏吧!

六、唱《找朋友》结束本次活动。效果分析：

幼儿园知了知了教案篇四

活动目标：

- 1、引导幼儿看图示，用正方形纸折、剪的方法制作马。
- 2、培养幼儿的耐心做事的良好习惯。活动准备：1、范例一个，折纸图示一张。2、正方形纸张、剪刀(与幼儿人数相等)。

活动过程：

一、出示范例，引起兴趣。

二、教师示范折马。

2、教师讲解示范。

(1)首先我们要将正方形纸张对边折，变成长方形。我们再把长方形对角折一下，再打开

(2)然后我们再把它折成双三角形。一个往外折一个往里折。对到中线来，轻轻压平。

(3)我们那周放在中间变成了菱形，用剪刀把双三角形的中间对半剪开。

(4)将双三角形的四个角分别向四个斜下方拉开。

(5)将上面的两个角分别折出马的头和尾巴。

3、小朋友你们看，你们知道怎么样折马了吗?现在老师再示范折马，请小朋友仔细看。

4、教师再次示范折马。

三、分发纸张和剪刀。

小朋友你们想来折马吗?现在老师给小朋友分发剪刀和纸张,小朋友拿到剪刀后,不能拿来玩,在使用剪刀的时候要注意安全。

2、幼儿折纸,教师巡回指导。

请小朋友按照图示的方法来折马,在用剪刀剪的时候要注意不能剪的太下了。折马的'头和马尾巴的时候,马的头应比尾巴折得更短。帮助能力差的幼儿完成作业。

四、评价幼儿作品。

我们一起来看一看、比一比谁的马折得最漂亮。

幼儿园知了知了教案篇五

1、用纸筒作为装饰的主题,引导幼儿选择不同颜色的彩纸,对娃娃造型进行装饰,体验创作的乐趣。

2、进一步提高剪、折、卷、粘的能力。

3、通过手工活动,增强孩子的动手能力,培养学习兴趣。

剪刀、胶棒、双面胶、彩笔、纸筒、花布、彩纸、挂历纸、彩绳、纸筒娃娃范例。

纸筒娃娃的构思设计,不同材料的选择利用。

1、设置情景,谈话导入。

2、利用多媒体教学,引导幼儿欣赏形态各异的纸筒娃娃范例,感受作品的美和奇妙。

请幼儿看看，说说纸筒娃娃是用什么材料做成的，讨论分析制作方法。

3、教师演示纸筒娃娃的制作方法，引发幼儿的制作兴趣。

（1）我们人体就像一个圆柱体，想想如果将挂历纸卷成一个纸筒上半部分为脸，下半部分当身体会怎样？（用挂历纸卷成圆筒站牢），我们还可以用各种材料来装饰纸筒娃娃，他们可以是不同的性别，不同的职业，小朋友有什么样的奇思妙想呢？讲给大家听听吧！（我想做个···的纸筒娃娃）

（2）纸筒娃娃制作步骤：构思设计，选材制作，装饰美化。（将彩色卡纸剪成细条，一条一条粘在圆筒上部，剪眼睛、嘴，用彩纸做衣裙和头饰）

（3）讨论：怎样才能让纸筒娃娃看起来装饰的更丰富呢？那五官、衣服怎么做呢？教师演示集中做衣服、头发的方法。

4、引导幼儿根据自己的设计需要，选择合适的材料。

5、幼儿创作表现，教师巡回指导，提出规则要求。

（1）幼儿发挥想象，大胆创新，大显身手。

（2）提醒幼儿安全使用剪刀，保持桌面、地面干净，不乱放物品。

使用剪刀的方法：

6、展示幼儿作品，请幼儿互相欣赏。

幼儿园知了知了教案篇六

1、通过倾听理解故事，观察故事中角色所用的雨伞，找出雨

伞的相同点。

2、愿意表述自己的发现，体验找到“一样”的乐趣。

1、大图书或ppt（演示文稿）。

2、自制图卡（小正和小正的雨伞；小青蛙、叶子雨伞；小蜗牛、花朵雨伞；小乌龟、羽毛雨伞）。

师（出示小正图卡）：这是小正。小正很想有一把雨伞，为什么呢？

师：妈妈给小正买了一把新雨伞。我们一起来看看吧。新雨伞是什么颜色的？有些什么装饰？（出示大图书或ppt的雨伞画面。）

师：新雨伞很漂亮，小正好喜欢。围绕这把雨伞发生了一个有趣的故事。你们想听吗？

（一）理解故事第一部分。

1、教师边翻大书或播放ppt边讲述：“妈妈买了一把新雨伞给小正……原来是一只撑着叶子的小青蛙。”

2、教师通过提问帮助幼儿理解故事内容。

师：小青蛙说了什么？（一样噢，一样噢，一样的雨伞噢！）

师：小青蛙撑的是什么雨伞？

师：原来小青蛙把荷叶当成了雨伞，它撑的是叶子雨伞。

师：小青蛙的叶子雨伞和小正的雨伞什么地方一样呢？

3、教师完整讲述小青蛙与小正的对话，鼓励幼儿跟说。

（二）理解故事第二部分。

1、教师接着讲述故事：“我的雨伞也一样啊！”（翻大图书或播放ppt□□

2、教师通过提问帮助幼儿理解故事内容。

师：这又是谁的声音？小蜗牛在什么地方？

师：哦，小蜗牛在围墙上。围墙上的小蜗牛说了什么？（我的雨伞也一样啊。）

师：小蜗牛的雨伞是什么？什么地方和小正的雨伞一样？请你们找找看。这次有点难，得仔细找。

3、教师完整讲述小蜗牛与小正的对话，鼓励幼儿跟说。

（三）理解故事第三部分。

1、教师接着讲述故事：“这时，又有声音传过来，‘我的雨伞也一样。’小乌龟从石头后面慢吞吞地爬了出来。”（翻大图书或播放ppt□□

2、教师通过提问帮助幼儿理解故事内容。

师：仔细看看，小乌龟撑着什么雨伞？它会跟小正说些什么呢？

3、教师完整讲述小乌龟与小正的对话，鼓励幼儿跟说。

（四）完整欣赏故事。

师：（播放课件）下面请大家一起来听一遍故事。要仔细听，

看看故事里都有谁的雨伞和小正的雨伞有一样的地方。

1、概括故事主要内容，为角色扮演作准备。

师：有哪些小动物的雨伞和小正的'雨伞有一样的地方？（依次贴出三张小动物图片。）我们一起来数数。

师：小动物们发现自己的雨伞和小正的雨伞有一样的地方，心情怎么样？

师（小结）：大家发现自己的雨伞都和小正的雨伞有一样的地方，真高兴。

2、分别请幼儿扮演三种小动物（在胸前贴上动物图卡，撑上雨伞）和教师扮演的小正进行对话。

1、找找自己身上和小正雨伞一样的颜色。

2、找到那么多“一样”，真高兴。

1、以一张大图卡作为参照物，找出小图卡与大图卡上的相同点。

2、将小图书、录音设备投放到阅读区，让幼儿看看、听听、讲讲。

幼儿园知了知了教案篇七

1. 能用简单的线条图案装饰画伞

2. 激发幼儿帮助他人的情感

3. 激发幼儿喜欢装饰的美术活动的兴趣

1. 欣赏雨伞图片

师：小朋友，今天老师给你们带来了几幅图片，我们一起来看看一下是什么？(雨伞)

你们喜欢雨伞吗？(喜欢)老师也很喜欢这些雨伞，我们一起来看看一下这些伞是什么颜色的，上面都有什么花纹。

(教师与幼儿一同欣赏)

2. 雨伞的用途

师：刚才我们看到了许多漂亮的小花伞，你们知道雨伞都有哪些用途吗？

(挡雨，遮太阳，挡风)

师：小朋友真棒，为了奖励你们，老师给小朋友讲一个有趣的小故事吧。

3. 故事：

(给他送雨衣，给他打伞。)

教师小结：小朋友们真聪明呀，想到了这么多的办法帮助小熊。我们现在就送给他一把漂亮的小雨伞吧。

4. 幼儿作画

5. 作品分析

师：请几个小朋友上来展示一下自己的作品，说一说送给小熊的是一把什么样的雨伞。

活动结束：

小结：刚才小熊看到我们小朋友送给他的雨伞，特别高兴，

要跟我们小朋友说：谢谢！小朋友应该怎么说呀？（不用谢）我们小朋友真的很懂礼貌呀。小熊说要带我们一起出去玩，你们开心吗？走喽，我们跟着小熊一起出发吧。

幼儿园知了知了教案篇八

导入语：你知道现在是什么季节吗？春天里有什么美丽的颜色？

1. 魔术师想把这么多美丽的颜色变一变，看！变到哪去了？
2. 我们一起来看看这把伞的伞面吧！
3. 它是怎么样的？

评析：以春天为切入口，让孩子们以春天的背景为元素设计伞面，这离孩子的生活很近，他们很容易引起共鸣；以“魔术师把春天的颜色变到伞面上”为情境，既激发了孩子的好奇心，又让孩子观察到魔术师以颜色的方式来装饰伞面，为活动的开展做了很好的铺垫。

过渡语：魔术师走呀走。瞧！他看到了什么？

1. 春天的`花和草。它们是什么样子的？
2. 春天还有哪些花？你会画一画吗？
3. 魔术师也想把它们变到雨伞上。我们一起来看看吧！
4. 伞面上有什么？它们是怎么装饰伞面的？
5. 像这样两边有相同图案的装饰方法，是对称装饰。
6. 听这是什么声音？（春雨）

7. 魔术师会怎样把春雨变到伞面上呢？谁来试试？

8. 还有什么好方法。

9. 春天除了美丽的颜色、花和雨，还有什么呢？

评析：课件的使用既在视觉上让孩子看到了春天的花；又在听觉上，让孩子听到了春天的雨，这都给了孩子充分感受的氛围。在这样的氛围中，才能激发孩子将春天的美绘画在伞面上。此外，还让幼儿自己想像以什么样的方式来绘画春雨，是对孩子利用图形和绘画布局的深度挖掘，这可以让孩子意识到雨的图案颜色可以是多种多样、多姿多彩的。

过渡语：春天里还有些什么？

1. 你想把什么变到美丽的雨伞上呢？

2. 我们一起来变变吧！

3. 你用的什么图案？

4. 画好的小朋友把你的伞面贴到前面的伞柄上吧！

评析：在幼儿作画的过程中，可以鼓励孩子以变化的方式装饰，比如：“雨”除了用点子，还可以用小圆点、雨娃娃、泡泡雨等，激发幼儿思考后绘画。

过渡语：你觉得最美的伞是最美？为什么？

1. 春天的小花我也很喜欢。

2. 你有什么好方法愿意和大家分享？画的时候要注意什么？

3. 你有什么方法可以让自己的雨伞变得更美？适合的变化可以让我们自己不太满意的作品变美。

4. 你喜欢自己的伞面吗？为什么？

结束语：其实，大自然还有许多美丽的事物，我们都可以在伞上画下来呢。我们一起出去找找吧！

春天是万物生发的，在最后激发孩子对春天的探索。此活动后，既可以继续让孩子继续绘画雨伞；还可以把雨伞放到科学区，让孩子们玩降落伞的游戏；还能开展关于春天的科学活动，探索万物生发的不同等等。

幼儿园知了知了教案篇九

作为一名默默奉献的教育工作者，常常要根据教学需要编写教案，教案是实施教学的主要依据，有着至关重要的作用。那要怎么写好教案呢？下面是小编精心整理的幼儿园腊八节手工制作活动教案，希望对大家有所帮助。

- 1、了解腊八节的来历，了解民俗腊八节的常识。
- 2、认识腊八粥的材料，学习制作腊八粥，提高幼儿的生活能力。
- 3、愿意与同伴合作，体验劳动的快乐。
- 4、激发幼儿对生活的热爱，培养幼儿的动手能力和对老人的尊重的理解。
- 5、学念儿歌：腊八粥，感受过节的快乐。

引导幼儿认识制作材料，以愉快的心情制作腊八粥

- 1、课件《腊八粥》、
- 2、腊八粥制作材料（实物）：大米、小米、红枣、红小豆、

绿小豆、莲子、花生米、红糖，成品腊八粥。

3、腊八粥制作工具：电饭煲或者普通锅、火、水等等

4、识字卡片：米、腊八节、枣、红糖、豆、莲子、花生

一、观察图片，激发兴趣

1、观看课件《腊八粥》中的一一过腊八节，让幼儿了解腊八节的由来。

二、认识腊八粥的制作材料

1、观看课件《腊八粥》中的一一材料，解说腊八粥是由大米、小米、红枣、红小豆、绿小豆、莲子、花生米、红糖等很多种材料熬成的。

2、展示实物材料，让幼儿从视觉、触觉认识这几种材料。

3、分组合成材料。每组一份材料，互相看看是否合适。

农历十二月初八，民俗谓之腊八，是春节前的第一个节令，此后“年味”日渐浓郁起来。腊八吃腊八粥的食俗，在我国已有千年之久了，别有一番来历。

相传，在古印度北部，即今天的尼泊尔南部，迦毗罗卫国有个净饭王，他有个儿子叫乔答摩·悉达多，年轻时就痛感人世生、老、病、死的各种苦恼，发觉社会生活徒劳无益，并对婆罗门教的神权极为不满，于是，在他29岁那年，合弃王族的豪华生活，出家修道，学练瑜珈，苦行6年，大约在公元前525年，一天，他在佛陀伽耶一株菩提树下，彻悟成道，并创立了佛教。史传，这一天正是中国的农历十二月初八日，由于他是释迦族人，后来佛教徒们尊称他是释迦牟尼，也即是释迦族圣人的意思。佛教传入我国后，各地兴建寺院，煮

粥敬佛的活动也随之盛行起来，尤其是到了腊月初八，祭祀释迦牟尼修行成道之日，各寺院都要举行诵经，并效仿牧女在佛成道前献一种“乳糜”之物的传说程式，煮粥敬佛。这便是腊八粥的来历。

宋朝吴自牧撰《梦粱录》卷六载：“八日，寺院谓之‘腊八’。大刹寺等俱设五味粥，名曰‘腊八粥’。”此时，腊八煮粥已成民间食俗，不过，当时帝王还以此来笼络众臣。元人孙国敕作《燕都游览志》云：“十二月八日，赐百官粥，以米果杂成之。品多者为胜，此盖循宋时故事。”《永乐大典》记述“是月八日，禅家谓之腊八日，煮经糴粥以供佛饭僧”。到了清代，雍正三年（公元1725年）世宗将北京安定门内国子监以东的府邸改为雍和宫，每逢腊八日，在宫内万福阁等处，用锅煮腊八粥并请来喇嘛僧人诵经，然后将粥分给各王宫大臣，品尝食用以度节日。《光绪顺天府志》又云：“每岁腊月八日，雍和官熬粥，定制，派大臣监视，盖供上膳焉。”腊八粥又叫“七宝粥”，“五味粥”。最早的腊八粥是红小豆来煮，后经演变，加之地方特色，逐渐丰富多彩起来。南宋文人周密撰《武林旧事》说：“用胡桃、松子、乳覃、柿、栗之类作粥，谓之腊八粥。”清人富察敦崇在《燕京岁时记》里则称“腊八粥者，用黄米、白米、江米、小米、菱角米、栗子、去皮枣泥等，和水煮熟，外用染红桃仁、杏仁、瓜子、花生、榛穰、松子及白糖、红糖、琐琐葡萄以作点染”，颇有京城特色。

天津人煮腊八粥，同北京近似，讲究些的还要加莲子、百合、珍珠米、薏仁米、大麦仁、粘秫米、粘黄米、云豆、绿豆、桂圆肉、龙眼肉、白果、红枣及糖水桂花等，色、香、味俱佳。近年还有加入黑米的。这种腊八粥可供食疗，有健脾、开胃、补气、安神、清心、养血等功效。

山西的腊八粥，别称八宝粥，以小米为主，附加以豇豆、小豆、绿豆、小枣，还有粘黄米、大米、江米等煮之。晋东南地区，腊月初五即用小豆、红豆、豇豆、红薯、花生、江米、

柿饼，合水煮粥，又叫甜饭，亦是食俗之一。

陕北高原在腊八之日，熬粥除了用多种米、豆之外，还得加入各种干果、豆腐和肉混合煮成。通常是早晨就煮，或甜或咸，依人口味自选酌定。倘是午间吃，还要在粥内煮上些面条，全家人团聚共餐。吃完以后，还要将粥抹在门上、灶台上及门外树上，以驱邪避灾，迎接来年的农业大丰收。民间相传，腊八这天忌吃菜，说吃了菜庄稼地里杂草多。陕南人腊八要吃杂合粥，分“五味”和“八味”两种。前者用大米、糯米、花生、白果、豆子煮成。后者用上述五种原料外加大肉丁、豆腐、萝卜，另外还要加调味品。腊八这天人们除了吃腊八粥，还得用粥供奉祖先和粮仓。

甘肃人传统煮腊八粥用五谷、蔬菜，煮熟后除家人吃，还分送给邻里，还要用来喂家畜。在兰州、白银城市地区，腊八粥煮得很讲究，用大米、豆、红枣、白果、莲子、葡萄干、杏干、瓜干、核桃仁、青红丝、白糖、肉丁等煮成。煮熟后先用来敬门神、灶神、土神、财神，祈求来年风调雨顺，五谷丰登；再分给亲邻，最后一家人享用。甘肃武威地区讲究过“素腊八”，吃大米稠饭、扁豆饭或是稠饭，煮熟后配炸散子、麻花同吃，民俗叫它“扁豆粥泡散”。

宁夏人做腊八饭一般用扁豆、黄豆、红豆、蚕豆、黑豆、大米、土豆煮粥，再加上用麦面或荞麦面切成菱形柳叶片的“麦穗子”，或者是做成小圆蛋的“雀儿头”，出锅之前再入葱花油。这天全家人只吃腊八饭，不吃菜。

青海的西宁人，虽是汉族人居多，可是腊八不吃粥，而是吃麦仁饭。将新碾的麦仁，与牛羊肉同煮，加上青盐、姜皮、花椒、草果、苗香等佐料，经一夜文火煮熬，肉、麦交融成乳糜状，清晨揭锅，异香扑鼻，食之可口。

在山东“孔府食制”中，规定“腊八粥”分两种，一种是用意米仁、桂圆、莲子、百合、栗子、红枣、粳米等熬成的，

盛入碗里还要加些“粥果”，主要是雕刻成各种形状的水果，是为点缀。这种粥专供孔府主人及十二府主人食用。另一种是用大米、肉片、白菜、豆腐等煮成的，是给孔府里当差们喝的。

河南人吃腊八饭，是小米、绿豆、豇豆、麦仁、花生、红枣、玉米特等八种原料配合煮成，熟后加些红糖、核桃仁，粥稠味香，喻意来年五谷丰登。

江苏地区吃腊八粥分甜咸两种，煮法一样。只是咸粥是加青菜和油。苏州人煮腊八粥要放入茨菇、荸荠、胡桃仁、松子仁、芡实、红枣、栗子、木耳、青菜、金针菇等。清代苏州文人李福曾有诗云：“腊月八日粥，传自梵王国，七宝美调和，五味香掺入。”

浙江人煮腊八粥一般都用胡桃仁、松子仁、芡实、莲子、红枣、桂圆肉、荔枝肉等，香甜味美，食之祈求长命百岁。据说，这种煮粥方法是从南京流传过来的，其中内含若干传说。

四川地大人多、腊八粥做法五花八门，甜咸麻辣，而农村人吃咸味的比较多，主要是用黄豆、花生、肉丁、白萝卜、胡萝卜熬成的。异乡人来此品尝，虽入乡随俗，但很难习惯，现如今城市人吃甜粥的也不少，堪称风味各异。腊八与粥可谓密切相关，而粥喝在腊八，也算是喝出了花样，喝出了水平。

国人如此钟情腊八粥，食俗之外，也确有些科学道理。清代营养学家曹燕山撰《粥谱》，对腊八粥的健身营养功能讲得详尽、清楚，调理营养，易于吸收，是“食疗”佳品，有和胃、补脾、养心、清肺、益肾、利肝、消渴、明目、通便、安神的作用。这些已都被现代医学所证实。对于老年人说来，腊八粥同样也是有益的美食，但也应注意不宜多喝。其实，何止是腊八，平素喝粥，对老年人也是大有裨益的。粥的品种也相当多，可因人而异，按需选择，酌情食用。

“腊八豆腐”是安徽黔县民间风味特产，在春节前夕的腊八，即农历十二月初八前后，黔县家家户户都要晒制豆腐，民间将这种自然晒制的豆腐称作“腊八豆腐”。

泡腊八蒜是北方，尤其是华北地区的一个习俗。顾名思义，就是在阴历腊月初八的这天来泡制蒜。其实材料非常简单，就是醋和大蒜瓣儿。做法也是极其简单，将剥了皮的蒜瓣儿放到一个可以密封的罐子，瓶子之类的容器里面，然后倒入醋，封上口放到一个冷的地方。慢慢地，泡在醋中的蒜就会变绿，最后会变得通体碧绿的，如同翡翠碧玉。

有些地方过腊八煮粥，不称“腊八粥”，而叫做煮“五豆”，有的在腊八当天煮，有的在腊月初五就煮了，还要用面捏些“雀儿头”，和米、豆（五种豆子）同煮。据说，腊八人们吃了“雀儿头”，麻雀头痛，来年不危害庄稼。煮的这种“五豆”，除了自食，也赠亲邻。每天吃饭时弄热搭配食用，一直吃到腊月二十三，象征连年有余。

我国北方一些不产或少产大米的地方，人们不吃腊八粥，而是吃腊八面。隔天用各种果、蔬做成臊子，把面条擀好，到腊月初八早晨全家吃腊八面。