

大班吃健康的食物活动教案 幼儿园大班 食物营养多健康教案(模板5篇)

作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？下面是我给大家整理的教案范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

大班吃健康的食物活动教案篇一

作为一名无私奉献的老师，编写教案是必不可少的，教案是教材及大纲与课堂教学的纽带和桥梁。那么写教案需要注意哪些问题呢？以下是小编收集整理幼儿园大班《食物营养多》健康教案，仅供参考，欢迎大家阅读。

1. 知道人体需要各种不同的营养。
2. 了解食物的不同分类，并懂得合理搭配食物。
3. 养成不挑食的好习惯。

人体图片、各种食物图片、食谱设计表

1. 食物喜好调查表。

(1) 师：小朋友今天我们一起去看一逛美食一条街。你们可以把你们爱吃的食物都记下来。

(3) 挑食对我们身体有影响吗？

2. 食物多人体的作用

(1) 出示各种食物图

(2) 师：五谷类的食物含有热量，可以使我们的身体有力气；肉类食物中含有脂肪、蛋白质，可以补充身体的能量；蛋奶类食物中含有大量的钙，可以使我们的牙齿骨骼强壮；蔬果类食物中含有维生素，有助于我们的消化。我们的身体需要多种的营养和能量，才能健康茁壮的成长。缺了其中一类食物的营养成分，人都不能健康成长。

3. 出示食物金字塔。

(1) 请幼儿谈谈对食物金字塔的认识。

(2) 老师和幼儿分层讨论宝塔的各层食物和营养。

(3) 第一层是我们每天吃的最多的食物，都有哪些食物？

小结：谷类食物可以可补能量，使小朋友活力十足。

(4) 第二层有哪些食物？

小结：蔬菜和水果是高纤维食物，可促进肠蠕动，使排便通畅。

(4) 第三层有哪些食物？

小结：鱼虾肉蛋等等，有丰富的蛋白质，能让小朋友长高长壮，可适量吃。

(5) 第四层有哪些食物？

小结：牛奶和豆制品能健脑益智，增强骨骼，可每天定量吃。

(6) 第五层有哪些食物？

小结：第五层是糖和油炸食品，我们一定要少吃，这些食物多吃会让人肥胖，而且吃糖会长蛀牙。

4. 设计食谱。

(2) 请小朋友来做食谱设计师，为自己设计一日餐单。

老师提出具体的要求：每人选择5—8种食物，按照营养宝塔合理搭配。

5. 分享幼儿设计的食谱。

请幼儿回家和家人设计家庭食谱。

大班吃健康的食物活动教案篇二

活动目标：

- 1、了解关于手足口病的传播和预防的知识。
- 2、教育幼儿注意个人及饮食卫生，预防疾病的发生。
- 3、引导幼儿正确对待手足口病，不恐慌。
- 4、初步了解健康的小常识。
- 5、初步了解预防疾病的方法。

活动重难点：

了解手足口病的传播和预防的措施。

活动准备：

手足口病例图。

活动过程：

一、谈话导入小朋友们，每天老师都会给你们量体温、检查小手和嘴巴，谁知道这是为什么?(请幼儿讲述)

二、介绍手足口病的基本知识1、看来小朋友们对手足口病都已经有所了解，那手足口病都有哪些症状呢?(幼儿讨论)得出结论：症状：潜伏期2-5天，往往先出现发烧症状，手掌心、脚掌心出现斑丘疹和口腔粘膜出现疱疹或溃疡，很疼。还会咳嗽、流涕、食欲不振、恶心、呕吐、和头疼，病重的会并发脑炎、心肌炎、肺炎等，若不及时治疗可危及生命。所以，小朋友不舒服时要赶快告诉老师和大人，及时就医。

2、请幼儿观看手足口病例图片。(加深幼儿对手足口的认识)3、了解手足口病的传播途径手足口病病菌是怎么传播的呢?(幼儿讨论)小结：手足口病的传播途径：手足口病是一种由肠道病毒引起的、好发于小儿的传染病，主要通过三条途径传播：一是人群密切接触；二是病人的分泌物、排泄物通过空气传播；三是引用或吃了被病人污染的水、食物。过粪、口传播是主要的传播途径。患儿摸过的玩具、图书；带有病毒的苍蝇叮、爬过的食物我们在接触都会得病。

全年均可有发病，但3-11月份多见，6-8月份为高峰期。这种病传播速度极快，传播。

三、知道预防手足口病的方法。

怎样预防手足口病?(幼儿讨论)

小结：预防措施：

(1)注意保持口腔卫生，饭后漱口。

(2)早上入园洗手，饭前便后要洗手(用肥皂，六步洗手法)、勤剪指甲、勤洗澡。

(3) 健康幼儿可口服板蓝根、大青叶等药物。

(4) 不去人群拥挤的公共场所。不要经常串门;不要和患病儿童接触。

(5) 家长外出回家后，立即让家长洗手、换衣服，防止将病菌带给自己。

(6) 饭前用84抹布擦餐桌，不吃生冷食物;夏天少吃冷饮，不喝生水，瓜果洗净削皮，不吃变质的食品。幼儿加强营养，不挑食，注意休息，避免日光暴晒，防止过度疲劳而降低抵抗能力。

(7) 保持活动室或家庭环境卫生，经常开窗通风，至少每两小时开窗一次，每次通风半小时以上，垃圾及时清理、消毒。

四、开展比赛活动。

(1) 比比谁的小手最干净。

小朋友们都知道了手足口病是怎么回事，也知道了预防手足口病的方法，现在，咱们就来比一比谁洗的小手最干净。以小组为单位洗手，选出洗手最认真的小朋友。

五、结束部分

一起说手足口病儿歌：

你拍一，我拍一，勤洗澡来勤换衣;你拍二，我拍二，开窗通风好习惯;你拍三，我拍三，肥皂洗手把好关;你拍四，我拍四，人多地方我不去;你拍五，我拍五，晒晒毛巾和被褥;你拍六，我拍六，盐水天天来漱口;你拍七，我拍七，生冷食物不要吃;你拍八，我拍八，手足口病赶跑它;你拍九，我拍九，太阳下面扭一扭;你拍十，我拍十，良好习惯要保持。

大班吃健康的食物活动教案篇三

今天，有颗小豆子要到淘淘的消化器官中去旅行，它会看到些什么，里面会发生什么事呢？请小豆子来告诉我们。

(1)放第一段食物从口腔到食管的动画。

提问：小豆子从哪里进去？看到了什么？

(2)放第二段，了解胃的功能。

教案设计频道小编推荐： 幼儿园大班教案 | 幼儿园大班教学计划

大班吃健康的食物活动教案篇四

1. 会区分哪些食品是健康的，哪些食品是不健康的，有意识识别食品包装上的生产日期以及安全标志。

2. 增强食品健康意识，提高幼儿食品安全自我保护能力，培养幼儿良好的饮食卫生习惯。

活动准备ppt课件

（一）活动导入

1. 谈话导入：平时你最喜欢喜欢吃什么东西？（教师点击课件一一出示食物的图片）

2.：你们喜欢吃的东西真是各式各样,看看老师这里有哪些食物。

（二）、区分健康与不健康食品

1. 师：食物的种类真的' 是很多，但食物还可以分成更多的小类别哦，我们来看看这里有哪些种类？（一一出示）

师：哪些食物是健康，哪些食物是不健康的？

（1）健康食品：水果类，蔬菜类，牛奶，豆类，五谷杂粮。
（吃了有助人体健康的食物）

（2）垃圾食品：油炸食品，方便面，果冻，蛋糕，烧烤、甜点，饼干，可乐等（吃了对人体有害的食物）

2. 了解垃圾食品吃了以后对人体会有什么坏处

（1）点击课件请幼儿了解垃圾食品的制作过程，幼儿讨论，教师在幼儿讨论的基础上进行：在我们喜欢吃的食品中有很多都是垃圾食品，垃圾食品吃了以后会对我们人体造成一定是伤害……所以，小朋友们要少吃或不吃这样的食物，才会健康成长。

（2）提问：你还知道哪些垃圾食品？（罐头类食品，腌制食品，奶油制品，话梅和蜜饯类食物）

教师将幼儿说到的垃圾食品逐一用课件展示，帮助幼儿更多的了解更多的垃圾食品品种。

1. 提问：除了垃圾食品以外还有什么食品也不能吃？（请幼儿讨论并回答问题）

2. 请幼儿观看课件（小朋友喝过期牛奶出现肚子痛的画面）

师：他怎么了？为什么会这样？

引导幼儿：我们购买食品的时候一定要看清楚包装袋上面的食品保质时间，过期的食品是不能吃的，否则会产生身体不适，还可能会发生危险。

3. 认识生产日期和安全标记

教师出示图片，请幼儿观察并进行分辨食品袋上的生产日期、保质期及安全标准。

食品包装袋上的这些标记会告诉我们那些食品是安全的，那些食品是不安全的，我们以后购买的时候一定要仔细地看清楚，还要提醒爸爸、妈妈不要忘记了看清楚食品的安全标记哦。

现在小朋友们知道了这么多食物的优点，是不是就不该挑食呀？各种食物都要吃呀？如果我们不吃其中的一个，我们的身体就会不高兴了，会生病呀？那我们回到家里一定要听爸爸、妈妈的话，各种食物都要吃。

最后老师仰望我们中一班的小朋友都健康快乐，今天，小朋友们在食物王国里旅游了一回，是不是有点累了，我们开上我们的小汽车回家休息一会！

大班吃健康的食物活动教案篇五

作为一名辛苦耕耘的教育工作者，就不得不需要编写教案，借助教案可以更好地组织教学活动。快来参考教案是怎么写的吧！下面是小编帮大家整理的《食物的旅行》大班健康公开课教案，欢迎大家分享。

- 1、让幼儿了解各消化器官的功能和食物在人体内消化吸收过程
- 2、学习简单的自我保护方法
- 3、培养幼儿良好的饮食和卫生习惯

(1) 图片及小豆子旅行的故事录音

(2) 健康知识卡片、消化图

一、观看“小豆子的旅行”，了解各器官的功能今天，有颗小豆子要到淘淘的消化器官中去旅行，它会看到些什么，里面会发生什么事呢？请小豆子来告诉我们。

(1) 放第一段食物从口腔到食管的录音。

提问：小豆子从哪里进去？看到了什么？

(2) 放第二段，了解胃的功能。

提问：胃有什么作用？

小豆子在胃里还看见了什么？

我们怎样来保护我们的胃呢？

(这一部分的目标是让幼儿在了解胃的功能的基础上知道不良的饮食习惯会使胃生病。)

(3) 放第三段，提问：小豆子到哪里去？(小肠) 小肠有什么用呢？

小豆子在小肠里看到些什么呢？

小豆子为什么没有从小门里出去呢？

(这一部分的目标是让幼儿知道食物没有被磨碎就不能被身体吸收利用。)

(4) 第四段录音。

提问：小豆子又到了哪里呢？

大肠里都是些什么呢？什么叫残渣？能不能让残渣长时间在体内呢？

在观察图片基础上讨论如何保护各消化器官例：

(1) 如何保护牙齿，保持牙齿的锋利。

(2) 食管旁边有一把小锁，平时是关闭。如边吃饭边讲，就会把食物呛入气管。

(3) 大肠里的残渣都是些脏的东西，所以大便以后要洗手。

(这一部分的目标是通过形象的图片进一步了解各器官的功能及消化的顺序。)

三、进行健康知识有奖抢答活动，把幼儿分成四队。

准备些图片，上面有的行为是对的，有的是错的，当教师出示图片时马上抢答对还是错？为什么？回答得又多又对者为优胜。

本活动选取的内容接贴近幼儿的生活，深受孩子们的欢迎。活动的设计做到动静结合，由浅入深，从感知到体验，层层深入，并把科学知识与健康、语言、艺术等领域内容进行有机地整合，给孩子开创了广阔的学习空间。下面谈谈教学后的几点体会。

一、优点：

1、运用课件辅助教学，优化教学过程。

为了让孩子能更直观、逼真、有系统地了解食物在人体内的旅行过程，以及食物进入消化器官后的消化情况，，我准备了活泼生动的多媒体课件，积极调动幼儿的各种感官进行主动探索学习，让幼儿看看、听听、说说，在轻松活泼的气氛

中掌握科学知识，达到寓教于乐的目的。

2、利用材料创设情境，体验游戏乐趣。

二、存在问题

在教学活动中教师如何倾听、观察、捕捉幼儿的信息，并使之成为丰富和调节活动的资源，让活动中的指导更具体、更有针对性，有待加强培养、训练。此外，在活动中应给予孩子更多的拓展思维，还可以利用现场的资源，让幼儿与更多的同伴或老师交流。