

2023年中班健康我不挑食教案及反思总结 (精选5篇)

围绕工作中的某一方面或某一问题进行的专门性总结，总结某一方面的成绩、经验。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？下面是我给大家整理的总结范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

中班健康我不挑食教案及反思总结篇一

活动目标：

- 1、乐意学习儿歌，能理解其内容。
- 2、知道小朋友不挑食才能身体健康，逐步养成良好的进餐习惯。
- 3、了解生病的症状，知道感冒后身体不舒服要及时告诉大人。
- 4、教育幼儿养成清洁卫生的好习惯。

活动准备：

- 1、小动物图片（小乌龟、老鼠、小熊）
- 2、与儿歌内容匹配的课件。

活动过程一、观察图片，引出“不挑食”的话题。

分别出示小乌龟、小老鼠、小熊的图片1、提问：图片上有谁？

它们长的怎么样？

它们为什么会长成这样呢？

2、教师小结。

二、欣赏儿歌，理解儿歌内容。

1、教师有表情的朗诵儿歌一遍。

师：有一首儿歌说了他们的事情，我们一起听听看！

2、提问：儿歌的名字叫什么？

儿歌里谁挑食，谁不挑食？

3、幼儿再欣赏儿歌一遍。

4、提问：小乌龟、小老鼠长得怎么样？为什么？

小熊怎么样？为什么？

5、师幼一起念儿歌。

三、教育幼儿做个不挑食的健康宝宝。

1、师生谈话：小朋友以后要向谁学习？吃什么食物对身体的健康有好处？

2、教师小结，鼓励幼儿不挑食，做个身体健康的好宝宝。

教学反思

这节课我先从孩子们喜欢方式看图片开始，设疑：小熊为什么胖瘦不一？结合课文洋洋的故事，从而认识到挑食的危害。

我班有好多孩子有挑食的现象，他们主要是不喜欢吃蔬菜，而且饭也吃的很少，在家也这样。通过这次活动以后，当天吃饭时，就有孩子吃蔬菜了，而且还一口菜一口饭吃得很好。

最可喜的是莫继凡小朋友还很快吃完了自己的一份饭菜呢?为了让他们天天如此,我特地在班里表扬了他们,让他们继续发扬下去。我想在以后的日子里,我在孩子吃饭时经常提醒他们,以表扬、鼓励的形式,让他们养成不挑食的好习惯。

中班健康我不挑食教案及反思总结篇二

活动目标:

- 1、愿意在集体中大胆地表达自己的想法。
- 2、养成良好的饮食习惯,努力做到不挑食,不偏食。
- 3、初步了解食物与健康的关系。
- 4、知道人体需要各种不同的营养。
- 5、初步了解健康的小常识。

活动准备:

小狗和小狗妈妈的手偶。

活动过程:

1、导入活动:欣赏故事《好宝宝不挑食》,知道挑食的危害。

(1)教师戴上手偶,讲述故事《好宝宝不挑食》,引导幼儿发现挑食会对自己的身体有危害。

教师:小灰狗有一个不好的习惯是什么?

(2)教师提出问题,引导幼儿了解,因为挑食,小灰狗越来越瘦,身体也越来越差,所以差点儿被风吹跑了。

教师小结：小灰狗因为挑食，越来越瘦，身体越来越差，所以差点儿被风吹跑了。

2、根据故事内容讨论。

(1) 教师以故事中狗妈妈的口吻提问，小朋友有没有像小灰狗那样的挑食习惯？

(2) 教师引导幼儿说说如何来帮助小灰狗改掉挑食的习惯。

教师：我们应该对小灰狗说什么？我们应该为小灰狗做些什么？

(3) 教师小结：小朋友现在正是长身体的时候，身体需要各种营养。如果挑食，就会使小朋友的身体缺少营养，最后像小灰狗一样，长不高、长不大，浑身没有力气。

3、说一说、想一想。

(1) 教师结合班上幼儿普遍挑食的情况，找出这些食物的图片，帮助幼儿了解这些食物的营养价值。

教师：这些食物中哪些是你吃过的？哪些是你喜欢吃的？

教师：它们对小朋友有哪些营养价值呢？

(2) 教师小结：牛奶——是补充钙，让小朋友长得高而壮；鱼肉、羊肝——让小朋友的眼睛更加明亮；肉——补充热量，让小朋友更有劲儿。

活动延伸：

师生一起了解当天的食谱，请幼儿说一说相关食物的营养价值，鼓励幼儿在进餐时吃一些自己不爱吃的食物。

活动反思：

幼儿基本明白吃饭不挑食的道理，部分幼儿也表示以后不挑食了。但饮食习惯不是很容易改变的，不挑食不是靠语言来表达的，也不是靠一日之功，要循序渐进，用行动来证明。所以我们在每次用餐前，就让幼儿复习儿歌，从而更好地吃完自己的一份，让挑食的幼儿一点一点吃，争取一天进步一点点。通过家校路路通告知家长，做到家园共同监督。孩子在学到健康知识，明白不同的食物有不同的营养，懂得挑食对身体不好，并在生活中要养成不挑食的好习惯。

中班健康我不挑食教案及反思总结篇三

帮忙幼儿学会分享。

录像机、木偶表演。

1演一演(1)看木偶表演。

小熊正在草地上放风筝，一不细心风筝挂在树上了，怎样也拉不下来，急得小熊都快哭了。正在这时，小羊走过来了，它对小熊说：“别着急，我来帮忙你。”只见它从草地上捡起了一根很长的树枝，对着风筝用力往上一顶。哈哈！风筝飞起来了，小熊真高兴，对小羊说：

“多谢你，你真棒！”小羊说：“不用谢，上次我的风筝也挂在树上了，是爸爸教我这样做的”“哈哈！原先是这样！”他们高兴地笑了。

讨论：小羊用什么方法帮忙了小熊它为什么会成功呢

(2)看录像。

2说一说。

(1) 小红不爱吃青菜，你有什么办法帮忙她吗

(2) 洋洋不会拍皮球，你有什么办法帮忙他吗

(3) 涛涛爱打架，别人都不愿理他，你有什么办法帮忙他吗

(4) 有个小朋友不爱睡午觉。你会怎样帮他

中班健康我不挑食教案及反思总结篇四

活动准备：

小狗和小狗妈妈的手偶。

活动过程：

1、导入活动：欣赏故事《好宝宝不挑食》，知道挑食的危害。

(1) 教师戴上手偶，讲述故事《好宝宝不挑食》，引导幼儿发现挑食会对自己的身体有危害。

教师：小灰狗有一个不好的习惯是什么？

(2) 教师提出问题，引导幼儿了解，因为挑食，小灰狗越来越瘦，身体也越来越差，所以差点儿被风吹跑了。

教师小结：小灰狗因为挑食，越来越瘦，身体越来越差，所以差点儿被风吹跑了。

2、根据故事内容讨论。

(1) 教师以故事中狗妈妈的口吻提问，小朋友有没有像小灰狗那样的挑食习惯？

(2) 教师引导幼儿说说如何来帮助小灰狗改掉挑食的习惯。

教师：我们应该对小灰狗说什么？我们应该为小灰狗做些什么？

(3) 教师小结：小朋友现在正是长身体的时候，身体需要各种营养。如果挑食，就会使小朋友的身体缺少营养，最后像小灰狗一样，长不高、长不大，浑身没有力气。

3、说一说、想一想。

(1) 教师结合班上幼儿普遍挑食的情况，找出这些食物的图片，帮助幼儿了解这些食物的营养价值。

教师：这些食物中哪些是你吃过的？哪些是你喜欢吃的？

教师：它们对小朋友有哪些营养价值呢？

(2) 教师小结：牛奶——是补充钙，让小朋友长得高而壮；鱼肉、羊肝——让小朋友的眼睛更加明亮；肉——补充热量，让小朋友更有劲儿。

活动延伸：

师生一起了解当天的食谱，请幼儿说一说相关食物的营养价值，鼓励幼儿在进餐时吃一些自己不爱吃的食物。

中班健康我不挑食教案及反思总结篇五

我班大多数孩子都特别挑食，所以我想改掉这种坏习惯。

我就是设计了我不挑食这活动、来让幼儿改掉挑食的坏习惯。

活动目标

- 1、引导幼儿了解常见的食物，知道它们的营养价值，养成不挑食的好习惯。
- 2、帮助幼儿围绕中心话题来讲述。
- 3、积极参与游戏活动。
- 4、知道人体需要各种不同的营养。
- 5、初步了解健康的小常识。

教学重点、难点

重点：这活动的重点在于让幼儿知道各种食物的营养价值。

难点：营养这个词对幼儿来说难以理解，需要老师的具体解释和说明。

活动准备

- 1、常见食物图片
- 2、把教室布置成家的样子
- 3、手偶人手一个

活动过程

（一）开始部分

奇奇来做客为导入，小朋友们来招待这位客人。知道客人想吃什么，喜欢吃什么？

游戏

游戏规则：

奇奇说“我爱吃抓饭”一名幼儿说：今天吃抓饭。然后该幼儿把相应的卡片放到奇奇面前，再请下位幼儿继续游戏。

（二）展开部分：

根据已有的经验讲一讲：自己喜欢吃什么，为什么？

通过幼儿的讲述，简单的介绍常见食物名称和营养价值：

（小朋友不能挑食，不然就不会长高，不健康，就不聪明了）
利用这些方法让幼儿知道挑食就不长高。

请几位小朋友在集体面前讲一讲啊：喜欢吃那一种食物，为什么喜欢？

幼儿自由讲述自己喜欢吃的食物。

教师：小朋友，如果你每天都吃一样的东西，会不会烦呢？

以这种方式让有知道，光吃一种饭是没有营养的，所以不能挑食。

（三）结束部分：

到厨房去参观，说一说叔叔，阿姨们在为小朋友们做什么饭呢？