

# 小班营养金字塔教案反思(模板5篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。那么我们该如何写一篇较为完美的教案呢?这里我给大家分享一些最新的教案范文,方便大家学习。

## 小班营养金字塔教案反思篇一

- 1、能干稀搭配地选择早餐,知道吃好早餐的重要性。
- 2、培养每日吃早餐的良好习惯。
- 3、了解吃饭对身体健康的影响,能按时吃饭,不挑食。
- 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。

1、面包、牛奶、蛋、豆浆、稀饭等常见早餐食物。

2、天线宝宝(丁丁、拉拉)布偶,《营养早餐》电子图片。

3、自助餐:各类干稀早餐食物、餐具。餐厅环境布置、音乐磁带。

1、布偶情景对话,激发幼儿兴趣。

丁丁:哎呀,我今天好难受呀!

拉拉:你怎么了?早上都吃了些什么呀?

丁丁:我今天早上吃了一块大面包!呃……呃……(打嗝)拉拉:真是奇怪,今天我也很难受,早上因为快迟到了,只喝了一

杯牛奶就来幼儿园了。

丁丁、拉拉：这是什么原因呀？为什么会这样？（设疑）

2、提问：你们会不会难受呀？（不会）那你们早上都吃了些什么呢？

3、幼儿回答，教师一一出示幼儿所说的食物。

4、引导幼儿将出示的各种食物按干稀分类。

通过观察、比较、分类，发现食物这些可以分成“干”“稀”两类。

5、讨论解疑：为什么丁丁和拉拉会难受呢？结合生活经验理解科学早餐的基本搭配方法——干稀搭配。

6、欣赏活动：营养早餐。

(1)知道早餐的食物很丰富，可以有多种的“干稀”搭配方法，还可以在早餐后吃一点水果，均衡营养。

(2)师生讨论、总结：知道吃早餐的重要性，每天都要吃早餐才会身体健康。

7、品尝、交流：自助餐。在柔和的音乐声中，幼儿根据干稀搭配原则，自由选择“自助早餐”。

8、活动延伸：家园配合，在日常生活中，帮助幼儿形成每天吃早餐的健康意识，并与幼儿一起合理搭配营养早餐。

活动反思：

最近，我们发现有一部分幼儿早上起床晚了，随便吃点东西填饱肚子（甚至不吃早餐）就来上幼儿园了，这严重地影响了

幼儿的身体健康。为了帮助幼儿了解早餐的重要性，养成每天吃早餐的良好习惯，我通过健康领域与科学领域的有效整合，开展了这一活动。

这个活动，根据小班幼儿的年龄特点，选择以“能干稀搭配地选择早餐”为活动重点，开展活动。在活动中，通过直观地对各种早餐食物进行“干稀”分类，幼儿对“干”与“稀”这两个类别的概念有了较好的认识，基本上能正确分辨、判断“干”与“稀”，并掌握科学早餐的基本搭配方式——“干稀搭配”。同时通过欣赏各种营养早餐的电子图片，给幼儿直观的视觉感受，使幼儿知道“早餐还可以吃这些食物，可以这样搭配吃”，巩固培养健康饮食的意识。在活动最后，引导幼儿干稀搭配地自选“早餐”，并在轻松、愉悦的氛围中品尝、分享与交流自己所选的食物及感受，效果不错。

## 小班营养金字塔教案反思篇二

### 【活动目标】

- 1、认识几种常见蔬菜的名称及特征。
- 2、初步了解蔬菜的营养价值，知道多吃蔬菜对身体有益。
- 3、初步养成不挑食的良好习惯。

### 【活动准备】

多媒体课件芹菜、萝卜、香菇、大蒜的实物布置小兔的“菜园”小兔头饰红、黄、白、绿色的篮子各一个“锅”

### 【活动过程】

一、情景导入。

播放课件（哭的声音）：“是谁在哭呢？它为什么会哭？”引出前半段儿歌：“小黑小黑真爱吃，爱吃肉骨头，爱吃火腿肠，就是不爱吃蔬菜。吃得太饱了，肚子胀胀的，小黑真是好难受。哎呀呀，怎么办？”

二、认识几种常见蔬菜

师：“小黑（小黑狗）这么难受，该怎么办呢？（引导幼儿主动帮助别人）听说小白（小白兔）的身体很健康，从来都

不生病的，咱们去问问小白吧！

小白（由另一名教师戴头饰扮演）：小黑只吃肉不吃菜，大便不了，当然会肚子疼。“我呀，最爱吃蔬菜，什么样的蔬菜我都爱吃，所以，我的身体棒棒的，从来都不生病。我还自己种了好多新鲜的蔬菜呢，带你们到我的菜园参观一下吧！”

出示小白的“菜园”（摆上许多芹菜、胡萝卜、香菇、大蒜的实物）

师：“哇！小白种的菜真多呀，让我们来看一下都有哪些菜吧？”（引导幼儿说出这四种蔬菜的名称并通过多种感观感知蔬菜的外形及特征）

1、芹菜：看一看它的颜色（绿绿的）、摸摸它的身体（软软的）、颜色（橘红的）

2、胡萝卜：看一看它的形状（长长的、尖尖的）、摸一摸它的身体（光光的）

3、香菇：看一看它的形状（像雨伞）、闻一闻它的味道（香香的）

4、大蒜：看一看它的形状（圆圆的）、闻一闻它的味道（辣辣的）、掰开看一看（一瓣一瓣的）

三、了解蔬菜的营养价值

师：“就吃这些小小的蔬菜，身体就会棒棒的吗？”（疑惑的口气）

小白：“别看它们长得不起眼，但它们的本领可大了

1、芹菜：小朋友多吃芹菜，就可以天天大便秘了，也不会像小黑一样肚子疼

2、胡萝卜：小朋友们多吃胡萝卜，眼睛就会变得更亮了

3、香菇：香菇的营养更加丰富，吃了身体会变得更健康

4、蒜头：蒜头的味道虽然闻着有点辣，但是可以炒着吃、拌着吃，吃了它会把咱们身体里的病菌全部杀死。增强抵抗力，少生病。

四、帮小黑摘蔬菜

师：“蔬菜这么有营养，咱们赶紧摘一些送给小黑吧！”请把能帮助咱们大便秘的蔬菜放在绿色篮子里，把对眼睛好的蔬菜放在红色篮子里，把能让身体变得更健康的蔬菜放在白色

篮子里，把能杀死病菌的蔬菜放在黄色篮子里。（巩固对蔬菜营养价值的了解）

#### 五、给小黑送蔬菜

师：“咱们现在和小白一起把摘到的蔬菜送给小黑吧，引出后半段儿歌：

“我和小白来帮忙，拿了芹菜胡萝卜，拿了香菜和大蒜，绿色蔬菜助消化，常吃它们才健康。”

#### 六、为小黑做菜（巩固记忆四种蔬菜的名称及外形特征）

现在我和小白一起来给小黑做一道好吃的菜吧！”

请把芹菜（胡萝卜、香菇、大蒜）放进锅里来：“炒、炒、炒芹菜（胡萝卜、香菇、大蒜），炒好芹菜（胡萝卜、香菇、大蒜）出锅了！”

小黑：“你们做得菜真好吃，我已经全部吃光了谢谢你们！”过了一会，小黑大便了，肚子也不疼了。

小结：“小朋友们，蔬菜这么有营养，本领这么大，你们一定要多吃蔬菜噢，这样你们的身体才会棒棒的。”

活动延伸：

现在让我们和小黑、小白一起到外面做游戏吧！

蔬菜宝宝营养多课件幼儿教案蔬菜营养多

## 小班营养金字塔教案反思篇三

1. 知道均衡饮食身体才能健康。
2. 了解一些对身体健康有益或有害的食物。
3. 初步了解健康的小常识。
4. 让幼儿知道愉快有益于身体健康。
5. 学会保持愉快的心情，培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。

1. 健康：《吃出健康》（请参见幼儿用书）

2. 挂图：《吃出健康》

3. 六大类食物图

4. 白板、食物图卡

1. 请幼儿先说说自己喜欢吃哪些食物，还知道有哪些食物

2. 参照六大类食物图，将幼儿的答案依食物类别分好，画在板上（或利用事先收集的食物图卡分类）

4. 与幼儿共同将不同功用的食物进行简单分类：

——哪一种食物吃了可以让我们长高、变壮？

——哪一种食物吃了可以帮助我们大便？

……

5. 请幼儿对照单元开始时自己制作的小餐盘，看看平时喜欢的食物是否对身体有益，提醒幼儿平时要多吃什么，少吃什么食品。

新课程的理念是让每个幼儿都能在原有的基础上得到发展。活动中，我紧紧把握这个理念，使幼儿在积极愉快的气氛中以游戏的形式，让幼儿轻松地认识、理解了学习内容。课上的气氛也是很活跃的，发言也很积极，较好地达到了预期设计的活动目标。

## 小班营养金字塔教案反思篇四

作为一位优秀的人民教师，时常需要用到教案，借助教案可

以有效提升自己的教学能力。那么写教案需要注意哪些问题呢？以下是小编精心整理的小班健康优质教案《野菜营养好》，欢迎阅读与收藏。

1、比较认识几种常见野菜的名称与外形特征，了解它们的生长环境。

2、知道野菜有营养，是人们爱吃的蔬菜。

3、引导幼儿认识蔬菜，让幼儿知道常见蔬菜的名称并能说出他们的作用。

4、知道人体需要各种不同的营养。

1、请家长有意识地买一些野菜回来，让幼儿认一认，尝一尝。

2、师生共同准备几种常见的野菜或一些野菜的图片，电视机、电脑、投影仪。

1、引导幼儿观察几种常见的野菜，了解其名称、外形特征。

(1)出示野菜马兰头。

师：“这是什么菜？你怎么知道的？”

幼1：“马兰头。”

幼2：“我奶奶烧的’。”

师：“那马兰头是什么样子的呢？我们来观察观察。”（请小朋友手拿马兰头仔细观察它的特征）

幼1：“绿绿的。”

幼2：“叶子上有一个一个尖尖的。”

幼3：“还有茎呢。”

(2) 结合实物与图片进行比较和观察。

师：“除了马兰头，你还知道哪些野菜，它们和马兰头有什么不一样？”

幼：“荠菜。”

2、了解野菜与人们生活的关系。

师：“这些野菜有什么用？”

幼：“烧着吃。”

师：“你们家里是怎么吃野菜的？人们为什么喜欢吃野菜？”

幼1：“好吃的。”

幼2：“可以烧菜，烧汤的。”

3、了解野菜的生长环境。

师：“你们知道野菜生长在哪里吗？”

幼1：“泥土里。”

幼2：“地里。”

师：“下次老师带小朋友们去挖野菜，好吗？”

## 小班营养金字塔教案反思篇五

1、了解几种常见的蔬菜及种子

2、尝试对蔬菜种子进行比较、归类。

3、学习用完整的语言进行表达。

（一）西红柿、青椒、四季豆、南瓜等有籽的蔬菜。

（二）准备教师、家长、幼儿共同收集的蔬菜种子。

（三）准备可让幼儿画蔬菜图标的小快纸张和水彩笔。

（一）说蔬菜比赛：教室里摆放西红柿、青椒、四季豆、南瓜等有籽蔬菜实物若干份。要求幼儿用完整语言说出这些蔬菜的颜色、形状和名称、说对的小组领走一份蔬菜。

（二）观察蔬菜：

1、引导幼儿把领回的蔬菜切开，看看横切面是什么样的，纵切面又是什么样的。

2、请幼儿把蔬菜籽剥下来了，放在盘子里，看看这些蔬菜的种子是什么样的。

（三）认识种子：看一看带来的蔬菜种子标本是什么样的，像什么；摸一摸，并说一说有什么感觉。

（四）种子分类：

1、请幼儿制作蔬菜小标签，贴在塑料袋上，制成种子标本。

（五）活动延伸：

将学习包《主题活动、蔬菜拼图》中的图片放到操作区让幼儿操作。

本活动中 幼儿已积累了一些对蔬菜认识的经验，因此孩子们

都能说出常见的蔬菜，通过观察蔬菜的形，了解其名称和特征，教学中，我采用了图片和蔬菜结合的方式，让小朋友更直观、更真实的观察蔬菜，并让他们运用自己已有的经验讲一讲，扩展对蔬菜的进一步认识。对颗粒较大的菜籽认识较清晰如：南瓜、蒜、小青豆等，对哪些形状、颜色都差不多的菜籽孩子们要分他们辨别难度较大，所以我只挑选一些较大颗粒的菜籽让幼儿分类。活动结束后我带幼儿将小菜籽种在花盆里放在植物角，供幼儿观察。