

小班挑食的教案(实用5篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

小班挑食的教案篇一

- 1、培养幼儿养成不挑食、不偏食的良好习惯。
- 2、引导幼儿认识蔬菜的名称，并能大胆在小朋友面前说出自己爱吃的蔬菜名称。
- 3、知道人体需要各种不同的营养。
- 4、了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。
- 5、初步了解健康的小常识。

教学重点：

培养幼儿养成不挑食、不偏食的良好习惯。

教学难点：

认识蔬菜的名称，并能大胆在小朋友面前说出自己爱吃的蔬菜名称。

- 1、多种蔬菜(菠菜、胡萝卜、大蒜、西红柿等)或资料图片
- 2、多媒体课件

- 1、影片导入，观看《走进蔬菜园》

(1)师：小朋友，你们看到的是什么地方？

幼：蔬菜园！

师：我们到蔬菜园里去看看都有哪些蔬菜吧。

师：你们都看到了哪些蔬菜？

幼：西红柿、黄瓜、茄子、萝卜、白菜、辣椒.....

师：小朋友，你们认识这些蔬菜吗？

幼：认识。

(2)师：生活中我们吃的蔬菜种类很多，下面再来看看咱们平常吃的蔬菜还有哪些？

2、分别出示出示幻灯片4-23，认识蔬菜，了解其丰富营养。

(1)师：这是菠菜，长得什么样子呀？(有绿色的叶子，红色的根)，谁喜欢吃菠菜，你为什么喜欢吃菠菜？有什么营养？菠菜含有大量的胡萝卜素和铁，它能使我们的皮肤变光滑。你们看过动画片《大力水手》吗？大力水手波佩一吃菠菜就变得力大无穷，什么困难都能解决是不是？所以请小朋友喜欢菠菜、多吃菠菜。还有一种蔬菜里面含有胡萝卜素你知道是什么菜吗？请你们猜一猜它是桔红色的，小白兔非常愿吃。对！是胡萝卜。小朋友吃了后，我们的眼睛会变得更加明亮。

(2)师：你们看，这是什么菜？西红柿，你们吃过西红柿做的什么菜？西红柿里也有许多的营养，像vc他能是我们的牙齿骨骼变的坚固，还能防止牙龈出血。

(3)小朋友最爱吃的西红柿炒鸡蛋就是用西红柿做的，现在我们还知道了它对人体的作用。

3、示图8--10：芹菜、大蒜、香菜--有香味的菜。

(1)师：芹菜中含有铁、胡萝卜素、多种维生素。闻一闻还有芹菜香味呢。另外还含大量的纤维，有利于排便。对人体健康都十分有益。所以，小朋友也要吃芹菜。大蒜不仅能调味，还能杀菌。

(2)下面这些蔬菜你们吃过哪些？

大白菜、花菜、卷心菜、黄瓜、南瓜、茄子、土豆、藕、豆芽、豆角、海带、蘑菇、冬瓜等。

幼：吃过，有的没有吃过。

(3)师：这些菜都含有丰富的营养物质和维生素，所以，小朋友都要吃，只有这样我们的身体才能长的好，不会因为缺乏维生素而患病。

4、结束部分

(1)欣赏儿歌《不挑食》

小乌龟爱挑食，一粒大米吃三次，脖子细细，尾巴细细，耷拉着脑袋没力气。

小老鼠爱挑食，只吃花生巧克力，脖子细细，尾巴细细，焉头耷脑没力气。

小熊一点不挑食，米饭、青菜、肉和鱼，大口大口吃下去，脸蛋红红笑嘻嘻！

(2)欣赏动画片《不挑食》。幼儿跟着学唱并结束。

小班挑食的教案篇二

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、知道小朋友不挑食才能身体健康，逐步养成良好的进餐习惯。
- 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。

小班挑食的教案篇三

1、学习并认识四种新蔬菜的名称(认知)

- 2、能说出多种自己喜欢吃蔬菜的名称（技能）
- 3、知道多吃蔬菜身体好，逐步养成不挑食、不偏食的好习惯（情感）

教学准备

- 1、经验准备：已有已认识几种常见的蔬菜，并知道蔬菜的名称
- 2、物质准备：多种蔬菜图片

教学重难点

- 1、重点：逐步培养幼儿不挑食、不偏食的好习惯
- 2、难点：认识蔬菜的名称，并能大胆在小朋友面前说出自己爱吃的蔬菜名称

教学过程

一、故事导入，观看《走进蔬菜园》

调动幼儿已有经验，通过画面回忆自己已认识的蔬菜名称

二、图片展示，了解各种蔬菜的营养价值

- 1、教师逐一出示几张常见蔬菜图片，给幼儿普及这种蔬菜的营养成分和营养价值。

如：菠菜含有大量的胡萝卜素和铁，它能使我们的皮肤变光滑；胡萝卜里含有大量的胡萝卜素，小朋友吃了后，会让眼睛变得更加明亮；西红柿里也有许多的营养，像vc它能使我们的牙齿骨骼变的坚固，还能防止牙龈出血。

2、说一说我认识的蔬菜都有哪些

三、认识新蔬菜

1、教师说出芹菜的谜面：身材瘦瘦个儿高，叶儿细细披绿袍，别看样子像青蒿，香气扑鼻味儿好，请你猜猜会是那种好吃的蔬菜呢？（幼儿猜测，幼师互动）

2、教师依次出示莲藕、山药、冬瓜，引导幼儿认识这种蔬菜，并带领幼儿了解其营养成分和营养价值。如：芹菜中含有铁、胡萝卜素、多种维生素，另外还含大量的纤维，有利于排便。

四、学习儿歌《不挑食》

1、引导幼儿根据儿歌内容说一说小乌龟和小老鼠爱挑食，最后身体发生了什么变化？

2、通过儿歌，引导幼儿了解不挑食的重要性

儿歌：不挑食

小乌龟爱挑食，一粒大米吃三次，脖子细细，尾巴细细，耷拉着脑袋没力气；小老鼠爱挑食，只吃花生巧克力，脖子细细，尾巴细细，焉头耷脑没力气；小熊一点不挑食，米饭、青菜、肉和鱼，大口大口吃下去，脸蛋红红笑嘻嘻！

小班挑食的教案篇四

学习将7种食物进行分类，初步尝试学做标记。

环境创设

7种食物的图片若干。记录表每人一张

重点与难点

进行分类并学做标记

活动过程：

一、出示健康宝宝导入

教师：看看谁来了？介绍健康宝宝。

健康宝宝带来了许多的食物，看看都有些什么呢？

引导幼儿说出各种食物的名称。

二、分类练习

1、引导幼儿帮助健康宝宝把这些食物进行分类整理。

教师示范制作简单的标记的方法。

2、幼儿操作。

幼儿每人一张记录表

请幼儿挑选自己最喜欢吃的食物，分类贴放在记录表上，并做简单的标记。

3、集中讲评幼儿操作情况（讲评2—3名幼儿的记录纸）

4、幼儿再次操作，改正错误。

5、生生互动，鼓励幼儿互相检查操作情况。

6、表扬每一类食物都选的幼儿就是健康的宝宝。

三、结束部分

以健康宝宝的口吻教育幼儿，要想身体健康，就要跟健康宝宝一样，样样都要吃，不挑食。

小班挑食的教案篇五

- 1、初步理解故事内容。
- 2、培养不挑食的习惯。
- 3、知道人体需要各种不同的营养。
- 4、初步了解健康的小常识。
- 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。

教学重点、难点

要求幼儿理解故事内容，知道挑食、偏食是不好的。

活动准备

- 1、故事图片
- 2、内放胡萝卜、西红柿、黄瓜等的一次性小碗、牙签每人一份
- 3、音乐磁带《红苹果》

活动过程

- 1、导入活动。播放歌曲《红苹果》，说说爱吃的食物，引起幼儿兴趣，集中幼儿注意力。

2、老师讲述故事《多多什么都爱吃》

1) 老师边讲述故事边引导幼儿观察图片，让幼儿自然地进入故事情境，把握故事发展的顺序，幼儿在老师引导下理解故事内容并尝试表达。

2) 与幼儿讨论，引导幼儿思考小狗多多长大后的情形，鼓励幼儿从不同方面进行想像并交流自己的想法。

3、品尝蔬菜。鼓励幼儿勇于尝试，产说吃这些菜的感受，鼓励幼儿克服不良习惯，像多多一样什么都爱吃。