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。