

2023年吃健康食物教案中班(模板5篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。那么教案应该怎么制定才合适呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

吃健康食物教案中班篇一

- 1、初步感知各消化器官的位置及食物在体内的旅行的过程。
- 2、了解消化器官的主要功能。
- 3、养成良好的饮食和卫生习惯。
- 4、能大胆、清楚地表达自己的见解，体验成功的快乐。
- 5、能在集体面前大胆发言，积极想象，提高语言表达能力。

吃健康食物教案中班篇二

- 1、为壮壮寻找健康便便的方法，了解健康饮食需要合理搭配。
- 2、知道均衡饮食对身体的重要。

ppt□食物图片、肉类、蛋类，豆类等小零食、一次性盘子、牙签

提问：你觉得什么样的`便便才是健康的便便？

小结：健康的便便黄黄的，长得像香蕉。

- 1、黄色精灵

提问：壮壮能拉出香蕉大便吗？

小结：黄色精灵家族能让人变得有力气。

2、绿色精灵

提问：绿色精灵很调皮，它们藏在这些图片里，你能把它找出来吗？

小结：我的家族成员可以保护人类不生病，帮助排便更通畅。

3、红色精灵

提问：红色精灵家族都有些什么成员呀？

小结：红色精灵家族成员，它可以让人变得强壮！

4、健康搭配

吃健康食物教案中班篇三

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。

吃健康食物教案中班篇四

教案是针对社会需求、学科特点及教育对象具有明确目的性、适应性、实用性的教学研究成果的重要形式，应是与时俱进的。接下来小编为大家精心准备了中班健康《好吃的红色食物》教案，想了解更多相关精彩内容请关注应届毕业生考试网！

针对农村孩子缺乏卫生常识、不讲卫生、不合理的饮食习惯等问题，特意设计这个活动主题，让农村的小朋友养成讲卫生、有规律的饮食等习惯。

1、了解一些红色食物。

2、知道红色食物对人体的健康益处。

1、认识一些红色食物并说出它们的名称。

2、了解它们的食用价值。

1、红辣椒、胡萝卜、西红柿、红苹果、红枣等食品。

2、红色的布娃娃。

一、兴趣导入

出示红色娃娃，以孩子的口吻让小朋友们迅速进入童话情境，

邀请小朋友们到“红色王国”去做客。

二、认识红色食物

1、引导幼儿观察出示的物品，说出它们的共同特点是红色。

2、谈话：引导幼儿说一说自己知道的红色食品。

幼儿根据自己的经验说一说红颜色的食品，例如：红辣椒、胡萝卜、西红柿、红苹果、红枣等。

3、品尝红颜色的食品。

三、讨论

1、引导幼儿了解这些红色食品对人体的健康益处。

2、幼儿自由讨论红色食品的作用。

四、总结

红色食品中都含有丰富的营养价值、维生素，能增强人体的活力，起到抗病毒等作用。所以，小朋友们要多吃些红色的食品。

这一节课一开始出现红色娃娃和红色食品，激发了幼儿的学习兴趣。因为幼儿都喜欢鲜艳的颜色和玩具。兴趣式的投入让幼儿有了积极的心态，课堂上认识红色食品的时候，幼儿们都比较积极参与活动。充分让他们认识和了解了红色食物的名称，顺利的完成了制定的教学目标。

美中不足的是有小部分幼儿没有理解到红色食物对人体的益处，还有的幼儿是理解之后却不能用语来表述。比如，幼儿知道红色食品的作用很多，这些食品都出现在我们身边，时刻陪伴着我们，丰富了我们的生活。幼儿也了解到红色食

物对我们的重要作用就是增加我们的活力。还有部分幼儿一时无法改变不良的习惯，比如水果不洗就吃、不削皮就吃、暴饮暴食、偏食等坏习惯，还需要在今后多花時間进行教育和纠正，让他们从小养成健康的生活习惯。

吃健康食物教案中班篇五

1、师：看！他们在干什么？孩子们吃得可真饱啊！这时爱动脑筋的他们想到了几个小问题，是什么小问题呢？（播放视频第一段）

2、过渡：他们产生了什么问题？我们一起来探索一下吧！

二、食物的旅行过程

1、了解消化器官师：食物会经过哪些地方呢？；本文（幼儿猜测）我们一起来看看！（播放视频第二段后提问，根据幼儿的回答依次出示图片）师：你们知道这些消化器官在身体的哪个位置呢？请你来猜一猜，贴一贴吧！（出示人体大图，幼儿贴器官位置）师：我们来看一看，他们贴的到底对不对。（出示贴好的人体图）教师小结：原来我们的食物会经过这几个地方，让我们一起看着图片，摸一摸自己的胃、小肠、大肠分别在哪儿吧！（带领幼儿触摸消化器官的位置）

2、食物的旅行过程师：那你们知道食物旅行的路线应该是怎样的呢？（幼儿回答）师：我们再来看一遍视频（再次播放视频并提问）师：现在请你来指一指，这个苹果被吃进去后，会在身体中怎样走动？（出示苹果，幼儿操作）教师小结：食物进入嘴巴以后，通过食道进入胃里，然后再通入小肠，最后通道大肠经过肛门排出体外。（带领幼儿感受食物的路线）

三、各消化器官的作用

教师小结：我们的嘴巴首先是用来嚼碎食物的，而食道像根大管子，用来输送食物，食物输送到胃里后，胃主要负责消化食物，把食物碾成稀泥糊糊，小肠负责吸收营养，传送到大肠时，食物营养很少了，大肠用来储存粪便。

四、初步理解正确的饮食观念

师：我们的消化器官作用大吗？那我们要怎样保护它们？

教师小结：我们吃饭如果吃得太饱，消化器官就会太累，如果太饿，也会对它们造成损害。吃太多的冷饮或者不卫生的食品对它们也是有很大损害的。所以我们不仅吃饭要细嚼慢咽，而且要多吃健康食品。保护好我们的消化器官！不仅如此，我们吃饱饭后更不能剧烈运动，要走一走，散散步，这样才更有利于消化器官的工作！

师：现在我们跟着食物再到消化器官中去走一走吧！（完整观看视频）