

大班健康活动好吃的食物教案反思 大班健康活动(优质5篇)

作为一位杰出的教职工，总归要编写教案，教案是教学活动的总的组织纲领和行动方案。写教案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家带来的优秀教案范文，希望大家可以喜欢。

大班健康活动好吃的食物教案反思篇一

目标

- 1、知道芹菜对人体的作用以及多种吃法，乐意吃芹菜。
- 2、体验自己动手包饺子的乐趣。

准备

- 1、带根的芹菜一根，贴上鼻子、眼镜、嘴巴，制作成芹菜宝宝。
- 2、麻油、盐、糖、肉末、饺子皮、勺子、水、切菜刀、砧板。
- 3、录像片(或图片)：幼儿大便时很痛苦的样子。

过程

- 1、产生观察芹菜的兴趣。

出示芹菜宝宝。这是谁啊？它的头发、身体、裙子分别是哪一部分？

帮助幼儿以游戏口吻认识芹菜的根、茎、叶。

2、了解吃芹菜的好处。

你们喜欢吃芹菜吗?吃的是芹菜的哪一部分?(根据幼儿所说,教师将芹菜的根、叶去掉)

芹菜吃在嘴里有什么感觉?

看录像(或图片)。了解芹菜能帮助小朋友消化食物,顺利排便。

请幼儿在芹菜茎中寻找帮助大家消化食物的纤维,知道其对人体的好处。

3、了解芹菜的多种吃法。

这么好的芹菜,你们平时是怎么吃的?

教师边说边操作包芹菜饺子的方法:芹菜去根、去叶洗净用开水烫一下(亦可不烫,用盐稍加腌渍)切碎放少许盐、糖、葱、姜与肉末一起拌匀包饺子。

幼儿自己动手包芹菜饺子。

建议

1、针对不少幼儿不爱吃芹菜的现象,以幼儿自己动手操作的做法来诱发他们吃芹菜的欲望,能取得较好的效果。操作过程(特别是在集体中)能使幼儿愉快。

2、当日的午餐可以让幼儿吃自己包的芹菜饺子,体验包饺子,吃饺子的乐趣。

3、鼓励幼儿在家中也能和父母一起动手包芹菜饺子。

大班健康活动好吃的食物教案反思篇二

活动目标：

1. 知道芹菜对人体的作用以及多种吃法，乐意吃芹菜。
2. 体验自己动手包饺子的乐趣。
3. 喜欢参与游戏，体验。
4. 积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

重点难点：

芹菜对人体的作用以及多种吃法。

活动准备：

1. 带根的芹菜一根，贴上鼻子、眼镜、嘴巴，制作成芹菜宝宝。
2. 麻油、盐、糖、肉末、饺子皮、勺子、水、切菜刀、砧板。
3. 录像片(或图片)：幼儿大便时很痛苦的样子。

活动过程：

一、产生观察芹菜的兴趣。

出示芹菜宝宝。这是谁啊？它的头发、身体、裙子分别是哪一部分？帮助幼儿以游戏口吻认识芹菜的根、茎、叶。

二、了解吃芹菜的好处。

看录像(或图片)。了解芹菜能帮助小朋友消化食物，顺利排

便。

请幼儿在芹菜茎中寻找帮助大家消化食物的纤维，知道其对人体的好处。

三、了解芹菜的多种吃法。

这么好的芹菜，你们平时是怎么吃的.？

教师边说边操作包芹菜饺子的方法：芹菜去根、去叶——洗净——用开水烫一下(亦可不烫，用盐稍加腌渍)——切碎——放少许盐、糖、葱、姜——与肉末一起拌匀——包饺子。

幼儿自己动手包芹菜饺子。

教后反思：

平日针对不少幼儿不爱吃芹菜的现象，以幼儿自己动手操作的做法来诱发他们吃芹菜的欲望，能取得较好的效果。操作过程(特别是在集体中)能使幼儿愉快。如果本活动加上当天午餐可以让幼儿吃自己包的芹菜饺子，更能体验包饺子，吃饺子的乐趣。活动过后，应该多鼓励幼儿在家中也能和父母一起动手包芹菜饺子。

小百科：芹菜，属伞形科植物，品种繁多，在我国有着悠久的种植历史和大范围的种植面积，是中国人常吃的蔬菜之一。

大班健康活动好吃的食物教案反思篇三

食材：面粉(5大勺子)、玉米面(3大勺子)、芹菜叶(80克)、鸡蛋(2个)。

做法：

- 1、芹菜叶洗净，放沸水中焯一下。
- 2、鸡蛋两个打散，加入适量的清水。
- 3、蛋液用手抽拌匀加入玉米面和面粉拌匀，面粉和玉米面的比例大约3大勺子玉米面加大5勺子小麦面粉。
- 4、焯水的芹菜叶和葱切碎。
- 5、蛋液加玉米面和面粉混合均匀成糊状。
- 6、加入芹菜叶和葱、盐、少许糖、花椒粉拌匀。
- 7、混合好的面糊。
- 8、锅内加少许花生油加入面糊。
- 9、面糊放入锅内摊开煎熟，一面煎熟翻过来煎另一面即可。

/2. 凉拌芹菜叶/

食材：芹菜叶(适量)、大蒜(适量)、花生米(适量)。

做法：

- 1、将芹菜叶洗净。
- 2、入沸水中焯一下。
- 3、捞出稍凉挤去水分，切成末。
- 4、放入剁碎的大蒜。
- 5、加入甜面酱糖醋香油鸡精和少量的盐。

6、搅拌均匀撒上炒熟的花生米即可。

/3. 芹菜叶胡萝卜早餐饼/

食材：芹菜(一大把)、面粉(300克)、胡萝卜(半根)、鸡蛋(三个)、盐(适量)、清水(适量)。

做法：

1、芹菜叶去掉老叶，洗净

2、面粉入盆，将面粉分三次入蛋液中，混合均匀

3、如果太浓稠，可加入一点清水，使面粉全部化开，没有面疙瘩

4、胡萝卜半根，洗净，削皮，用擦子擦成细丝，再用刀切几下

5、芹菜叶切碎

6、胡萝卜丝与芹菜叶入面糊中，加适量清水，调成既不太粘稠也不太稀的状态

7、用勺子舀起，能够缓慢地而连续地落下，根据个人口味调入适量的盐

8、煎锅坐火上，中火烧热，转小火

9、锅中倒一点油，舀入一大勺面糊入锅

10、用铲子将面糊摊成与锅底大小相等的面饼，半分钟左右，翻面

11、继续煎一分钟左右，面饼被热气能够撑起大鼓包时，即

可出锅

/4. 蒜泥芹菜叶/

食材：芹菜叶(适量)，大蒜(适量)。

做法：

- 1、烧一锅水，滴上烹调油，放上盐，将洗好的芹菜叶子焯水，不要焯老了，过水就差不多了。一定要滴上油和盐，先行入味儿并保持菜色。
- 2、将焯好水的菜叶捞出，可以过一下凉，也可以不过，随意。
- 3、用石臼捣蒜泥，这样捣出的蒜泥最纯正了。
- 4、取一小碗，取出蒜泥，放一点儿糖，生抽芝麻油，辣椒油，拌均匀。
- 5、将焯好的菜改一下刀，拌上蒜泥即可。

/5. 芹菜叶虾皮饼/

食材：芹菜(适量)、虾皮(适量)、鸡蛋(适量)。

做法：

- 1、芹菜叶洗净切碎虾皮温水泡后待用。
- 2、五谷杂面用水拌匀。
- 3、鸡蛋打碎与面糊芹菜叶虾皮一起搅拌，加盐胡椒粉少许。
- 4、锅内放橄榄油加热后倒面糊与锅摊成饼。

[芹菜叶子怎么做好吃]

大班健康活动好吃的食物教案反思篇四

设计思路：在一次午餐活动中，我发现我班有许多小朋友不喜欢吃芹菜，许多小朋友把芹菜捡出来扔在一旁，我努力劝说他们吃，他们仍是一副不情愿的表情，于是我想设计一节有关介绍芹菜的课，希望通过让幼儿认识芹菜，了解芹菜的基础上能够喜欢吃芹菜。

目标：1、认识芹菜，培养幼儿乐意探索。

2、知道芹菜对人体的有好处，乐意吃芹菜。

3、体验自己动手包饺子的乐趣。

准备：1、带根、叶的芹菜若干；

2、芹菜、肉末馅子；一次性台布六块；饺子皮若干；

3、录像片：幼儿大便拉不出痛苦的样子；

4、识字卡：芹菜、根、茎、叶。

设计：一、产生观察芹菜的兴趣

——出示芹菜：小朋友，你们知道这是什么吗？（芹菜）

老师出示芹菜的大字卡。

二、谁能告诉老师，芹菜长什么样子？

——幼儿人手一棵芹菜，仔细观察。

芹菜最下面的是根（出示字卡根）象老爷爷的胡须，是长在

土里的。

根的上面是茎（出示字卡茎）上面细下面粗，摸上去一棱一棱的。

叶子长在最上面，绿色的，边上一屈一屈的不光滑。

小结：芹菜是由根茎叶组成。

三、了解吃芹菜的好处

（一）你们喜欢吃芹菜吗？吃的.是芹菜的哪一部份？（茎、叶）

（二）芹菜吃在嘴里有什么感觉？

（三）看录像，了解芹菜能够帮助小朋友消化食物，顺利排便。

（四）让幼儿观察芹菜中的纤维，了解纤维能帮助大家消化食物。

（五）介绍芹菜的其他作用，如降血压。

四、了解芹菜的多种吃法

（一）这么好的芹菜有许多的吃法，如芹菜炒肉丝、芹菜炒胡萝卜、芹菜炒豆腐干丝等。芹菜还有一种很好的吃法就是包芹菜饺子。

（二）今天老师要给小朋友包芹菜饺子，有谁知道包饺子需要些什么？（幼儿说一样，老师拿一样）

（三）老师示范包饺子的方法。

（四）幼儿操作，教师巡回指导。

五、延伸活动：今天我们包了饺子，等一会儿，请阿姨煮来给我们小朋友吃好不好？

大班健康活动好吃的食物教案反思篇五

二、活动目标：

- 1、认识芹菜，培养幼儿乐意探索。
- 2、知道芹菜对人体的有好处，乐意吃芹菜。
- 3、体验自己动手包饺子的乐趣。

三、活动准备：

- 1、带根、叶的`芹菜若干；
- 2、芹菜、肉末馅子；一次性台布六块；饺子皮若干；
- 3、录像片：幼儿大便拉不出痛苦的样子；
- 4、识字卡：芹菜、根、茎、叶。

四、活动过程：

（一）产生观察芹菜的兴趣

出示芹菜：小朋友，你们知道这是什么吗？（芹菜）

老师出示芹菜的大字卡。

（二）谁能告诉老师，芹菜长什么样子？

幼儿人手一棵芹菜，仔细观察。

芹菜最下面的是根（出示字卡根）象老爷爷的胡须，是长在土里的。

根的上面是茎（出示字卡茎）上面细下面粗，摸上去一棱一棱的。

叶子长在最上面，绿色的，边上一屈一屈的不光滑。小结：芹菜是由根茎叶组成。

（三）了解吃芹菜的好处

你们喜欢吃芹菜吗？吃的是芹菜的哪一部份？（茎、叶）

芹菜吃在嘴里有什么感觉？

看录像，了解芹菜能够帮助小朋友消化食物，顺利排便。

让幼儿观察芹菜中的纤维，了解纤维能帮助大家消化食物。

介绍芹菜的其他作用，如降血压。

（四）了解芹菜的多种吃法

这么好的芹菜有许多的吃法，如芹菜炒肉丝、芹菜炒胡萝卜、芹菜炒豆腐干丝等。芹菜还有一种很好的吃法就是包芹菜饺子。

今天老师要给小朋友包芹菜饺子，有谁知道包饺子需要些什么？（幼儿说一样，老师拿一样）

老师示范包饺子的方法。

幼儿操作，教师巡回指导。

五、延伸活动：

今天我们包了饺子，等一会儿，请阿姨煮来给我们小朋友吃好不好？