

# 2023年我会安全吃饭教案(汇总15篇)

教案是教学的框架和纲要，是教师传授知识和引导学生学习的重要工具。在这里，我们为大家收集了一些中班教案范文，希望能够给中班教师提供一些教学设计的灵感和方向。

## 我会安全吃饭教案篇一

1. 幼儿了解正确进餐的方法，初步学习吃鱼的正确方法。
2. 理解词语：“细嚼慢咽”，体会安全、文明进餐的愉悦。

相关课件和儿歌一首

### 一、故事引入主题

1. 师：宝宝们，今天老师带来了一个好听的故事，你们想听吗？

(教师讲故事，幼儿仔细听故事中发生的事情。)

2. 师：故事里面发生了一件什么事情？为什么小猫和小狗会被鱼刺卡住，被骨头呛着呢？

### 二、引导幼儿观察图片(一)

1. 教师引导幼儿观察图片并提问：

(1) 图上有什么？

(2) 小猫为什么会被鱼刺卡住？

(3) 谁也来医院看病了？

(4) 小狗为什么会被小骨头呛着呢?(幼儿请个别宝宝起来回答。)

2. 教师讲述故事的后半段：小羊过生日请大家吃好多好吃的东西.....(教师讲述故事的`后半段，让幼儿知道，在吃鱼的时候一定要细嚼慢咽，不能着急，这样就不会被卡住了。)

3. 教师帮助幼儿理解词语：细嚼慢咽。(就是吃东西的时候要仔细的咀嚼，慢慢地咽下去。)

三、了解安全进餐的方法。

2. 教师吃鱼：我们小朋友在吃鱼的时候不能说话，要细嚼慢咽，慢慢地咽下，不能着急。

3. 教师：那我们小朋友最喜欢吃的蛋的蛋黄应该怎么吃呢？

4. 教师：不能边说话边吃，要细嚼慢咽，慢慢地咽下，不能着急，吃的时候可以喝点汤或者水。

四、学习儿歌，教师。

师：孩子们，老师把怎么吃鱼编成了一首好听的儿歌，赶紧跟着老师一起来学一学吧。

吃鱼要注意，

安全是第一，

吃鱼不吃饭，

吃饭不吃鱼。

师：宝宝们，今天我们学习了在吃鱼的时候要注意些什么，以后我们吃鱼就肯定不会像小猫一样被卡住了。

## 我会安全吃饭教案篇二

- 1、学习正确的进餐方法，养成良好的`饮食习惯。
- 2、乐于在幼儿园就餐，保持良好的进餐情绪。

学习正确的进餐方法。

幼儿知道进餐时保持良好的进餐情绪。

- 1、营造轻松愉快的氛围。
- 2、每人一套餐具，旺仔小馒头一包

### 一、故事讲述《吃饭的时候》

- 1、教师完整讲述故事。
- 2、根据故事内容提问。

(1) 你喜欢小鸡吗？如果你是小猫你会请小鸡到你家做客吗？为什么？

(2) 小鸡吃饭时有哪些地方做得不好？应该怎样做？

“吃饭时没有洗手，用手抓鱼排，没有坐端正，吃饭时大喊大叫，不吃的东西扔地上，把饭弄洒了。”

### 二、学吃饭

- 1、教师讲解吃饭的方法和要求。

要求幼儿吃饭是坐端正，右手拿勺子，左手扶着碗，不挑食不剩饭，细细嚼，慢慢咽。

2、学习儿歌《自己吃饭真能干》

3、好吃的旺仔小馒头。

幼儿洗手练习正确使用碗勺，教师个别指导。

三、教师小结。

点评幼儿练习情况，鼓励表扬幼儿。

### 我会安全吃饭教案篇三

通过这个活动，幼儿的吃饭情况有明显的好转。像文文小朋友，刚开始他总是不愿自己动手的，后来，我让吃得快的小朋友去帮助她，喂他吃饭，这样一来，他会觉得让别人喂很难为情。第二天，在就餐前他对我说：“老师，今天我不要别人喂，我会自己吃。”听到他说这话，我真为他的懂事而高兴，我赶紧对他说：“路夏真乖，等你吃完了老师给你一个五角星。”果然，这一次他吃得很好。为了兑现我对他的承诺，把五角星贴在了他的额头上。从此，文文改变了吃饭的坏习惯，每次自己动手，再也不要老师和阿姨喂她了。并教育幼儿珍惜粮食，使孩子懂得粮食来之不易。

### 我会安全吃饭教案篇四

1、得要自己吃饭，不要别人喂。

2、学习一些独立进餐的基本方法：学用小勺，能把饭菜一勺一勺送进嘴里细嚼慢咽。

3、培养幼儿乐观开朗的性格。

4、让幼儿养成珍惜粮食的习惯。

重点与难点：

掌握一些独立进餐的基本方法，改变进餐依赖的习惯。

## 我会安全吃饭教案篇五

活动目标：

- 1、让幼儿了解正确进餐的方法，初步学习吃鱼的正确方法。
- 2、理解词：“细嚼慢咽”。
- 3、了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。
- 4、初步了解健康的小常识。
- 5、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。

活动准备：

教学挂图《吃东西的时候》，操作卡片《吃东西的时候》。

活动过程：

- 1、讲故事，让幼儿根据已有生活经验想象小动物们发生事故的原因。

(1)讲故事的前半段。

熊猫妈妈的医院今天可忙了，刚送走了一位病人，又来了一歌猫妈妈带着小猫来了。见小猫难受的样子，熊猫医生关心地问：“小猫，你哪儿不舒服？”小猫指指喉咙说不出话来，熊猫医生拿起手电筒和压舌板对小猫说：“张开嘴，让我瞧瞧。”熊猫医生用压舌板压住小猫的舌头，打开手电筒一照，看见一根长长的鱼刺卡在了喉咙中间。熊猫医生正要用镊子

取出鱼刺，听见了小狗汪汪地叫着跑了过来，它不停地咳嗽，说是被骨头呛着了。熊猫医生赶紧帮助它们取出了卡在喉咙里的鱼刺和小骨头。熊猫医生奇怪地问：“小猫、小狗，你们怎么会被鱼刺卡住，被骨头呛着呢？……”

(2)请幼儿看操作卡片(一)、(二)，提问，讨论：

- 1、小猫为什么会被鱼刺卡住？
- 2、谁来熊猫医院看病？
- 3、小狗为什么会被小骨头呛着呢？

(3)故事的后半部分。

——猫妈妈说：“今天小羊过生日，它为好朋友们准备了许多它们喜欢吃的东西，朋友们非常高兴，就一边吃一边唱呀，说呀，玩呀，结果被鱼刺卡住了，被小骨头呛着了。”熊猫医生对小猫、小狗说：“吃东西的时候要特别小心，不能边吃边玩。吃到嘴里的东西要细嚼慢咽，不要着急，记住了吧？”小猫、小狗记住了熊猫医生的话，又高高兴兴地参加小羊的生日祝贺会了。

帮助幼儿理解词语：细嚼慢咽。

2、了解安全进餐的方法，初步学习吃鱼吃蛋黄等的正确方法。

小结：熊猫医生提醒提醒小猫、小狗在吃东西时不能边吃边说边玩，吃到嘴里的饭菜应细细地嚼烂，慢慢地咽下，不能着急。如果边吃边玩或一口吃下蛋黄，容易被卡住或呛着。我们小朋友也应该这样做。

小结：在吃鱼的时候，要把能看见的鱼刺先取出，然后吃进嘴里，当你感觉还有鱼刺时，要慢慢吐出。饭和鱼不混在一

起吃，便于取出鱼刺。

(3)学习短小儿歌。

吃鱼要注意，

安全是第一，

吃鱼不吃饭，

吃饭不吃鱼。

活动反思：

本活动适合在幼儿园吃饭的时候进行。在表演自己吃饭的时候，教师应在旁指导告诉幼儿怎样正确吃饭。并教育幼儿珍惜粮食，使孩子懂得粮食来之不易。

## 我会安全吃饭教案篇六

这是一堂大班的健康课，主要让幼儿在幼儿园吃饭时不挑食，幼儿的一日三餐都应该是荤素搭配，粗细搭配，这样才利于幼儿的身体健康发展，所以幼儿园的饭菜都要吃。这样安排教学不仅教育了孩子，而且对孩子的身体也是有帮助的。

教学目标

- 1、通过认识每顿饭菜的营养价值，让幼儿懂得每顿饭菜搭配都是有利于身体健康的。
- 2、教育幼儿懂得珍惜每一粒粮食。
- 3、使幼儿初步了解人体需要的各种营养，营养对人体的成长是有帮助的。

4、初步了解健康的小常识。

5、知道人体需要各种不同的. 营养。

重点难点

教学重点：认识每顿饭菜的营养搭配。

难点：教育幼儿今后不再养成挑食的好习惯。

教学过程

一、幼儿自己动手配置营养餐。

1. 幼儿在各种食物卡片中挑选，把所挑选的食物卡片贴在纸盘中。

2. 交流讨论：看看谁的配置有营养？

二、“小配餐师”的建议。

1. 教师通过教学指导本班幼儿普遍不喜欢吃的食物，列举出来，青幼儿说说不喜欢的理由。

2. 请个别“小配餐师”说出虽然不喜欢吃，但必须要吃的原因（营养全面，身体才能长得快，长得壮）。

教学延伸

1. 午餐时，青幼儿相互监督，提醒吃完自己的一份食品，不挑食。

2. 定期开展“快乐的自助餐”教学，请幼儿自选食物，自找座位，自由结伴，共同进餐，使幼儿养成吃什么那什么，样样东西都爱吃，不浪费的用餐习惯。

3. 请加着呢个配合帮助幼儿记录一周每日三餐所吃的食物，让幼儿检查自己是否挑食。

教学反思：

在上完这节课时，我对现教的知识对幼儿进行现场的测试（进行午餐时），有的孩子在老师的提醒下和鼓励，养成了不挑食得习惯，但有的孩子还是喜欢光吃荤的，如：肉之内的，还是对蔬菜不敢兴趣。当然是孩子的年龄小，对饭菜的应该还认识不到位的，又加之一个孩子在家受到家长的百般满足，对挑食的习惯一时还纠正不过来。这正是本节课所遇到的困惑。如果从新来上这节课，希望单位能提供孩子进餐的场所，食物自选的场所。这样来上这节课也许就不那么费力了。

文档为doc格式

## 我会安全吃饭教案篇七

1. 了解吃饭对身体健康的`影响，能按时吃饭，不挑食。
2. 知道应该怎样吃饭，向吃饭好的幼儿学习。
3. 能够愉快的参与课堂活动。

1. 多媒体课件。

一、情境创设，激发幼儿兴趣

1. 出示《乐乐和佳佳》，幼儿认真观察。
2. 引导交流，使幼儿知道吃饭对身体健康的重要性。

二、出示图片，认识各种营养物质

1. 逐一出示，说出图片名称。
2. 引导幼儿知道应该怎样吃饭，向吃饭好的幼儿学习。

### 三、跟我学儿歌

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，耷拉着眼皮没力气。

小老鼠，爱挑食，只吃花生巧克力，脖子细细，尾巴细细，蔫头耷脑没力气。

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。

### 四、观看视频《吃饭不挑食》

进一步让幼儿感知吃饭对身体健康的重要性，怎样才是不挑食。

### 五、结束部分

1. 进行活动总结，引导幼儿不管是在幼儿园还是在家里都要按时吃饭，不挑食，做一个快乐的健康宝宝。
2. 唱着儿歌回到教室。

## 我会安全吃饭教案篇八

- 1、教育幼儿在园会自己吃饭，在家也会自己吃饭。
- 2、培养幼儿乐意自己吃饭的习惯。

3、能积极参加游戏活动，并学会自我保护。

4、在活动中将幼儿可爱的一面展现出来。

重点：让幼儿掌握正确的吃饭方法。

难点：让幼儿用正确的吃饭方法，喂动物宝宝。

小班幼儿入园一个多月后，在教师的指导和帮助下，基本上都能自己吃饭，不用别人喂。可在家中，幼儿的表现怎么样呢？经调查发现：全班只有一名幼儿在家中是自己动手吃饭的。针对这个问题，我们一方面从转变家长的观念入手，举办了有关的讲座；另一方面从孩子入手，开展了一系列的健康教育活动，让幼儿在看、听、说、练等实践活动中得到熏陶。

小班幼儿刚入园，吃饭有的幼儿让人头疼。于是我就设计的一课《我会自己吃饭》。主要教育幼儿不仅在幼儿园会自己吃饭，在家也会自己吃饭。还要培养幼儿乐意自己吃饭的习惯。从孩子身边很小很小的事开始的。所以我设计了健康活动。

## 一、导入活动

1、幼儿集体朗诵儿歌《自己吃饭味道好》。

2、小朋友真能干，都学会了自己吃饭。小黄狗和小黑狗会不会自己吃饭呢？

我们一起去看看，好吗？（放火车的音乐，幼儿自由律动。）

## 二、看情景表演：《小黄狗和小黑狗》

1、狗妈妈家有哪两个宝宝？

2、你喜欢哪只小狗，为什么喜欢它？

3、你们喜欢小黑狗吗?告诉小黑狗，怎么做你们就喜欢它了?

教师小结;小黄狗真能干，在家里吃饭不要妈妈喂，会自己吃饭，我们送它一朵小红花。

### 三、看实况录像(1)

1、小朋友看到自己了吗?你是怎样吃饭的呢?

2、你还看到了谁?他是怎么吃饭的?

教师小结：小朋友和小黄狗一样能干，在幼儿园不要老师喂，会自己吃饭。

你们在家里是自己吃饭还是别人喂呢?请在家里自己吃饭的小朋友举手。

### 四、看实况录像(2)

1、她是谁呀?

2、这位小朋友在家里吃饭时是怎样做的'呢?

3、请这位小朋友来告诉大家，在家里自己动手吃饭心里感到怎么样?

教师小结：这位小朋友真棒!在幼儿园、在家里都是自己吃饭，老师要奖给她一朵大红花。老师这里还有许多神奇的红花，如果你们也像一样，在家里也能自己吃饭，红花就会与你交朋友。我们来比一比，谁的红花朋友最多。

1、共进午餐。

请家长来园和孩子一起就餐，让家长了解自己的孩子在幼儿园就餐的情况。使家长知道自己的孩子很能干，在家中要放

手让孩子多锻炼。

2、比一比给家长发放记录卡，教师每周收发一次进行评价。对孩子来说起到了很好的鼓励和督促作用。

附儿歌：《自己吃饭味道好》

吃饭啦，坐坐好，手拿匙，碗扶牢。

自己吃饭味道好，一口一口全吃掉。

通过这个活动，幼儿的吃饭情况有明显的好转。像文文小朋友，刚开始他总是不愿自己动手的，后来，我让吃得快的小朋友去帮助她，喂他吃饭，这样一来，他会觉得让别人喂很难为情。第二天，在就餐前他对我说：“老师，今天我不要别人喂，我会自己吃。”听到他说这话，我真为他的懂事而高兴，我赶紧对他说：“路夏真乖，等你吃完了老师给你一个五角星。”果然，这一次他吃得很好。为了兑现我对他的承诺，把五角星贴在了他的额头上。从此，文文改变了吃饭的坏习惯，每次自己动手，再也不要老师和阿姨喂她了。并教育幼儿珍惜粮食，使孩子懂得粮食来之不易。

## 我会安全吃饭教案篇九

1、教育幼儿在园会自己吃饭，在家也会自己吃饭。

2、培养幼儿乐意自己吃饭的习惯。

重点：让幼儿掌握正确的吃饭方法。

难点：让幼儿用正确的吃饭方法，喂动物宝宝。

一、导入活动

1、幼儿集体朗诵儿歌《自己吃饭味道好》。

2、小朋友真能干，都学会了自己吃饭。小黄狗和小黑狗会不会自己吃饭呢？

我们一起去看看，好吗？（放火车的音乐，幼儿自由律动。）

二、看情景表演：《小黄狗和小黑狗》

1、狗妈妈家有哪两个宝宝？

2、你喜欢哪只小狗，为什么喜欢它？

3、你们喜欢小黑狗吗？告诉小黑狗，怎么做你们就喜欢它了？

教师小结；小黄狗真能干，在家里吃饭不要妈妈喂，会自己吃饭，我们送它一朵小红花。

## 我会安全吃饭教案篇十

1、幼儿学会自己吃饭，不需要别人来喂。

2、掌握独立吃饭的方法，会用勺子把饭菜一勺一勺送进嘴里，细细咀嚼后咽下。

勺子、镜子、奖品、场景布置（自己吃饭真棒）

一、感知

1、设置餐厅场景：自己吃饭真棒

设置餐厅环境，让幼儿明白，要自己动手吃饭。

2、学习使用勺子。

3、在吃点心时发给每位幼儿一面镜子，照一照小嘴巴，看一看牙齿和咽喉。

## 二、操作

1、在碗里放一些黄豆、珠子，让幼儿练习用小勺舀，学会正确使用勺子的方法。

2、吃饭时，教师提醒幼儿要一勺一勺把食物送进嘴里，要慢慢地咀嚼，然后咽下。对特殊的幼儿，先教会细细咀嚼和咽下，然后再练习用勺子吃饭。

可以在幼儿用餐的时候，给予表现好、独立吃完饭的幼儿一些奖励，送一些小奖品，激发幼儿独立吃饭的积极性，培养幼儿独立吃饭的良好习惯。同时我们还通过家园之窗，向家长宣传独立吃饭的重要性，要求幼儿在家和在幼儿园一样自己吃饭，不用父母喂饭，使幼儿形成良好的进餐习惯。同家长保持联系和沟通，随时了解幼儿在家吃饭的状况。

## 我会安全吃饭教案篇十一

有自己吃饭的愿望，初步学习正确使用调羹的方法。

初步了解健康的小常识。

了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。

(1) 图片一幅：熊妈妈喂小熊吃饭；一碗饭。

(2) 小碗4只、调羹4只、小熊4只(此教具由幼儿和老师共同制作，幼儿带一个较大的雪碧瓶来，老师贴画小熊的头，在嘴巴处挖个洞)，小木珠做的饭粒若干。

1. 引起幼儿自己吃饭的愿望

出示图片并讲述小故事：小熊自己不会吃饭，总要妈妈喂。熊妈妈说：“别的宝宝都会自己吃饭，而你还要妈妈喂。”小熊说：“我才不信呢！”他要妈妈带他去看那些自己吃饭的宝宝。熊妈妈带着小熊去看小猫吃饭，小猫的胡须上沾满了饭粒。小熊说：“小猫吃饭一点也不干净！”熊妈妈带小熊看小鸭吃饭，小鸭的饭桌上也都是饭粒。小熊说：“小鸭吃饭一点也不干净！”一只喜鹊飞过来，对熊妈妈说：“告诉你吧！幼儿园的小朋友，他们都是自己吃饭的，吃得又快又干净。”熊妈妈高兴地说：“太好了，我要带我的小熊去看看幼儿园里的小朋友，他们是怎样吃饭的，让小熊学学他们的好样子。”

提问：熊妈妈要带小熊来看小朋友吃饭，我们是怎样把饭吃得又快又干净的呢？

## 2. 老师示范吃饭

(1) 老师边讲边示范：我用小调羹舀饭，不多也不少，把饭送到嘴里，嚼呀嚼，咽下去。（吃完第一口）

(2) 老师示范吃第二口饭时，老师先说：“我用小调羹舀饭，不多也不少，把饭送到嘴

里，嚼呀嚼，咽下去。桌上没有饭粒，地上也没有饭粒，嘴上没有饭粒，真干净，真干净。”这样共示范吃4调羹饭，每次均强调上述要求。

(3) 示范吃完碗里的最后一口饭，然后教幼儿把饭粒拨在一起，最后全部拨到嘴里。

## 我会安全吃饭教案篇十二

1. 幼儿了解正确进餐的方法，初步学习吃鱼的正确方法。

2. 理解词语：“细嚼慢咽”，体会安全、文明进餐的愉悦。
3. 懂得不挑食，乐于探索、交流与分享。
4. 初步了解吃饭其特性，不能边说话边吃。

相关课件和儿歌一首

## 一、故事引入主题

1. 师：宝宝们，今天老师给大家带来了一个好听的故事，你们想听吗？

（教师讲故事，幼儿仔细听故事中发生的事情。）

2. 师：故事里面发生了一件什么事情？为什么小猫和小狗会被鱼刺卡住，被骨头呛着呢？

## 二、引导幼儿观察图片（一）

1. 教师引导幼儿观察图片并提问：

（1）图上有什么？

（2）小猫为什么会被鱼刺卡住？

（3）谁也来医院看病了？

（4）小狗为什么会被小骨头呛着呢？（幼儿请个别宝宝起来回答。）

2. 教师讲述故事的后半段：小羊过生日请大家吃好多好吃的东西、、、、、、（教师讲述故事的后半段，让幼儿知道，在吃鱼的时候一定要细嚼慢咽，不能着急，这样就不会被卡住了。）

3. 教师帮助幼儿理解词语：细嚼慢咽。（就是吃东西的时候要仔细的咀嚼，慢慢地咽下去。）

三、了解安全进餐的方法。

2. 教师小结吃鱼：我们小朋友在吃鱼的时候不能说话，要细嚼慢咽，慢慢地咽下，不能着急。

3. 教师：那我们小朋友最喜欢吃的蛋的蛋黄应该怎么吃呢？

4. 教师小结：不能边说话边吃，要细嚼慢咽，慢慢地咽下，不能着急，吃的时候可以喝点汤或者水。

四、学习儿歌，教师小结。

师：孩子们，老师把怎么吃鱼编成了一首好听的儿歌，赶紧跟着老师一起来学一学吧。

吃鱼要注意，安全是第一，吃鱼不吃饭，吃饭不吃鱼。

师：宝宝们，今天我们学习了在吃鱼的时候要注意些什么，以后我们吃鱼就肯定不会像小猫一样被卡住了。

## 我会安全吃饭教案篇十三

1、初步培养幼儿不挑食的良好习惯。

2、让幼儿理解儿歌内容，知道挑食是坏习惯。

小白兔手偶

1、教师出示小白兔的手偶，引起幼儿兴趣。

教师：小朋友，你们看，这是谁？这是小白兔。今天，老师要给小朋友讲个故事，名字叫做《挑食的小白兔》。

有一只小白兔非常爱挑食，蔬菜一点也不吃，连看也不看一下。终于有一天，被妈妈送进了医院，又打针又吃药。医生说：爱挑食，不吃蔬菜，身体会很差，所以就会生病。经过这次教训小白兔现在就很爱吃蔬菜，再也不挑食了。现在小白兔身体特别棒，再也没生过病。

## 2、讨论

(1) 小白兔挑食、不爱吃蔬菜，好不好？

(2) 如果你是小白兔，你会这样吗？

## 3、欣赏儿歌：

(1) 儿歌的名字是什么？

(2) 怎样才能做一个棒娃娃？

## 4、学习儿歌

鼓励幼儿声音响亮地念儿歌。

《长成一个棒娃娃》

不吃鱼，不吃虾，不吃青菜不吃瓜，

天天吃饭吃不下，

哎呀呀，长成一根小豆芽。

又吃鱼，又吃虾，又吃青菜又吃瓜，

样样东西吃得香，

哇哈哈，长成一个棒娃娃。

## 我会安全吃饭教案篇十四

- 1、创设情境，在理解儿歌内容的基础上，初步学会儿歌。
- 2、根据自己的日常生活经验，尝试更换原来的一些词。

教学挂图《不挑食》、吃饭的场景（桌子、椅子、米饭、鱼、青菜、鸡蛋等）、小熊嘟嘟布偶。

学会儿歌。

根据日常生活经验，尝试更换原来的一些词。

- 1、观察图片，讲述内容：——“真香呀，小熊嘟嘟在吃什么？”教师朗诵儿歌，然后请幼儿说说听到了什么。
- 2、创设情境，表演儿歌：——“谁来当小熊嘟嘟？”（一幼儿表演，其他幼儿朗诵儿歌）（集体边表演小熊嘟嘟，边朗诵儿歌）
- 3、幼儿仿编：——“还可以请小熊嘟嘟吃什么呢？”请幼儿尝试仿编其中的一两句，教师将幼儿的仿编内容总结。幼儿将自己的仿编内容进行表演。

附：儿歌（不挑食）

给米饭，吃。

给青菜，吃。

给鸡蛋，给鱼，

都吃，都吃。

为了长好身体，

小熊一点儿不挑食。

## 我会安全吃饭教案篇十五

- 1、了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。
- 2、知道应该怎样吃饭，向吃饭好的幼儿学习。
- 3、能够愉快的参与课堂活动。

1、多媒体课件。

一、情境创设，激发幼儿兴趣

- 1、出示《乐乐和佳佳》，幼儿认真观察。
- 2、引导交流，使幼儿知道吃饭对身体健康的重要性。

二、出示图片，认识各种营养物质

- 1、逐一出示，说出图片名称。
- 2、引导幼儿知道应该怎样吃饭，向吃饭好的幼儿学习。

三、跟我学儿歌

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，  
耷拉着眼皮没力气。

小老鼠，爱挑食，只吃花生巧克力，脖子细细，尾巴细细，  
蔫头耷脑没力气。

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。

#### 四、观看视频《吃饭不挑食》

进一步让幼儿感知吃饭对身体健康的重要性，怎样才是不挑食。

#### 五、结束部分

1、进行活动总结，引导幼儿不管是在幼儿园还是在家里都要按时吃饭，不挑食，做一个快乐的健康宝宝。

2、唱着儿歌回到教室。