

# 2023年食品健康安全教案小班(模板20篇)

编写小班教案需要注重因材施教，充分考虑儿童个体差异，灵活调整教学策略。通过研究这些教案范文，我们可以更好地把握教学目标和教学内容之间的关联和衔接。

## 食品健康安全教案小班篇一

食品安全教育教案

食品安全教育教案（一）：

食品安全教育教案

教学目标

- 1、举例说出什么是食品安全。
- 2、关注食品安全，能在生活中辨别某种食品的安全性。
- 3、学习购买安全食品。
- 4、透过本课的学习养成热爱劳动的习惯，并学习先进人物敢于同社会不良现象斗争的精神。

重点和难点

重点：

- 1、购买有外包装食品的注意事项。
- 2、如何购买没有外包装的食品。

难点：

包装食品标签的规范性以及过期与否的识别。

教学过程：

一、谈话引入：

同学们生活在幸福、温暖的家庭里，受到父母和家人的关心、爱护，似乎并不存在什么危险。但是，生活中仍然有许多事情需要备加注意和留意对待，否则很容易发生危险，酿成事故。下面就谈谈食品安全要注意什么：

1、正确洗手，是饮食安全第一步。

“湿、擦、搓、捧、干”，人人饭前便后不忘做，病菌不入口。

2、路边饮食、零食拒入口，疾病远离我。

3、不买包装不完整、标示不明的食品，不吃隔餐食品、牛奶。

4、购买眼睛、鳞片明亮有光泽、肉质有弹性、无腥臭味的鱼；呈粉红色具弹性的肉；绝不买头、脚部以及尾扇部变黑、头部快脱落的虾。

5、防交叉污染：买回家中的食物，应分类分区贮放；烹调时，生、熟食分开处理，持续餐具与食器清洁。

6、禽畜类食物先除去内脏、清洗，并依每餐份量个别包装存放冰箱；蔬菜去污、除烂叶，不以一般报纸（可用白报纸）包裹置冰箱内，防油墨食入体内有碍健康。

二、教育学生养成良好的食品卫生习惯。

1、够买食品时要进行选取和鉴别，不购买“三无食品”。就是没有商标的食品不能买；没有生产日期的食品不能买；没有厂址的食品不能买。天气炎热，微生物繁殖迅速，食品容易腐败变质，一旦不注意易发生食物中毒，故烹调及保存食物时应个性注意卫生，尤其是厨房环境设施卫生、个人卫生及食品原材料调理都要注意。

2、除了服药预防外，食疗也是方便可行的选取。一根白萝卜、半个橘子皮、三片生姜、两段葱白、一绺香菜，煲汤全家喝，就能够到达增强呼吸道防护潜力的作用。

### 三、发生身体不适怎样办？

1、立即停止食用可疑食品。

2、饮水。立即喝下超多洁净水，稀释毒素。

3、催吐。用手指压迫咽喉，尽可能将胃里的食物吐出。

4、用塑料袋留好呕吐物或粪便，送医院检查，以便于诊断。

5、出现脱水症状（如皮肤起皱、心率加快等），应尽快将国毒病人送往附近医院救治。

### 四、小结：

喜欢零食是孩子的天性，但往往在吃得高兴的同时却忘记要看看食品是否过期，是否变质，因此就存在一个很大的安全隐患。请同学们在享受零食时记住要吃安全放心的食品。

食品安全教育教案（二）：

食品安全教育教案

教学目的：

- 1、使学生了解食品污染的知识，使学生了解食品中毒的知识。
- 2、学生在食品安全工作中的注意事项及预防措施。

教学重点：

对食品污染和中毒的预防

教学过程：

一、谈话引入：

同学们生活在幸福、温暖的家庭里，受到父母和家人的关心、爱护，似乎并不存在什么危险。但是，生活中仍然有许多事情需要备加注意和留意对待，否则很容易发生危险，酿成事故。

二、谈谈食品安全要注意什么

1、正确洗手，是饮食安全第一步。

“湿、擦、搓、捧、干”，人人饭前便后不忘做，病菌不入口。

2、路边饮食、零食拒入口，疾病远离我。

3、不买包装不完整、标示不明的食品，不吃隔餐食品、牛奶。

4、购买眼睛、鳞片明亮有光泽、肉质有弹性、无腥臭味的鱼；呈粉红色具弹性的肉；绝不买头、脚部以及尾扇部变黑、头部快脱落的虾。

5、防交叉污染：买回家中的食物，应分类分区贮放；烹调时，生、熟食分开处理，持续餐具与食器清洁。

6、禽畜类食物先除去内脏、清洗，并依每餐份量个别包装存放冰箱；蔬菜去污、除烂叶，不以一般报纸(可用白报纸)包裹置冰箱内，防油墨食入体内有碍健康。

三、教育学生养成良好的食品卫生习惯。

1、够买食品时要进行选取和鉴别，不购买“三无食品”。就是没有商标的食品不能买；没有生产日期的食品不能买；没有厂址的食品不能买。天气炎热，微生物繁殖迅速，食品容易腐败变质，一旦不注意易发生食物中毒，故烹调及保存食物时应个性注意卫生，尤其是厨房环境设施卫生、个人卫生及食品原材料调理都要注意。

2、除了服药预防外，食疗也是方便可行的选取。一根白萝卜、半个橘子皮、三片生姜、两段葱白、一绺香菜，煲汤全家喝，就能够到达增强呼吸道防护潜力的作用。

四、发生身体不适怎样办

1、立即停止食用可疑食品。

2、饮水。立即喝下超多洁净水，稀释毒素。

3、催吐。用手指压迫咽喉，尽可能将胃里的食物吐出。

4、用塑料袋留好呕吐物或粪便，送医院检查，以便于诊断。

5、出现脱水症状(如皮肤起皱、心率加快等)，应尽快将中毒病人送往附近医院救治。

五、小结：

刚才同学们都把自己的亲身体会和想法及时地和同学进行了交流。透过这次班会，我们大家都懂得了乱吃不卫生的食品会影响身体健康的道理。同学们也都表达今后不再乱买零食

的决心。

透过讨论，我们明白了如何去选购安全的食品，并练习了怎样洗手。期望每位同学养成讲卫生的好习惯，使我们的身体更健康、大脑更聪明。

食品安全教育教案（三）：

食品安全教育教案

教育目的：

- 1、使学生了解食品污染的知识，使学生了解食物中毒的相关教育知识。
- 2、教育学生在食品安全工作中的注意事项及预防措施。

教育重点：

对食品污染和中毒的预防

授课资料：

教学过程：

一、图片导入

- 1、多媒体出示一些因食品卫生而出现问题的学生。（有腹泻、腹痛、呕吐等）
- 2、让学生说一说怎样区分问题食品，预防食物中毒。

二、重点讲述

预防食物中毒，首先要讲究个人卫生，做到勤洗澡、勤洗衣

服、勤剪指甲、勤理发，勤换床单和被盖(一月一次)。持续教室、宿舍及环境的清洁卫生，养成饭前便后洗手、不暴饮暴食的优良习惯。其次做到“六不吃”，不吃生冷食物、不吃不洁瓜果、不吃腐败变质食物、不吃未经高温处理的饭菜、不喝生水、不吃零食。再就是要从食品标签上注认识别食品质量，选取安全的食品是把住“病从口入”的第一关。

### 1、认识食物中毒特征。

潜伏期短：一般食后几分钟到几个小时发病

胃肠道症状：腹泻、腹痛，有的伴随呕吐、发热

### 2、提高自我救护认识

### 3、预防发生食物中毒

1、养成优良的卫生习惯。饭前便后要洗手。不良的个人卫生习惯会把致病菌从人体带到食物上去。2、选取新鲜和安全的食品。3、食品在食用前要彻底清洁。4、尽量不吃剩饭菜。5、不吃霉变的粮食、甘蔗、花生米，其中的霉菌毒素会引起中毒。6、警惕误食有毒有害物质引起中毒。7、不到没有卫生许可证的小摊贩处购买食物。8、饮用贴合卫生要求的饮用水，不喝生水或不洁净的水。

## 三、总结

要牢固树立“安全第一，预防为主”的思想，因为它关系到我们全体师生的身心健康问题。期望同学们在以后的学习和生活中要引起注意，如果忽略了这项，其后果不堪设想。

### 食品安全教育教案（四）：

活动目标：

1、知识目标：让幼儿初步了解什么是垃圾食品、“三无食品”、腐烂变质食品，明白吃了这些食品会危害身体健康。

2、潜力目标：透过看一看、摸一摸、闻一闻等多种感官活动，让幼儿初步掌握辨别垃圾食品、“三无食品”、腐烂变质食品的具体方法。

3、情感目标：增强幼儿对安全食品的自我意识，拒绝垃圾食品、“三无食品”、腐烂变质食品，提高幼儿的自我保护潜力。

活动重、难点：

重点：让幼儿了解什么是垃圾食品、“三无食品”、腐烂变质食品，明白这三类食品对身体的危害性。

难点：让幼儿掌握分辨垃圾食品、“三无食品”、腐烂变质食品的具体方法。

活动准备：

1、经验准备：在家长的配合下，让幼儿简单了解食品安全方面的知识。

2、物质准备：课件、喜洋洋娃娃一个、垃圾食品、腐烂变质食品、“三无”食品若干包和其他安全食品若干包。装食品的篮子若干个。

教法、学法：

教法：情境导入法、提问法、直观教学法、游戏竞赛法等。

学法：观察分析法、讨论法、多种感官参与法。

活动过程：



(一)应邀做客，激发兴趣活动一开始出现喜洋洋娃娃，并以接到小熊的应邀做客激发幼儿兴趣。

(二)观察讨论，分析讲解1、观看多媒体课件画面一，认识垃圾食品。

2、观看多媒体课件画面二，引导幼儿观察食品外包装，认识“三无”食品。

教师分发一些食品给幼儿，在喜洋洋的提醒下让幼儿认真观察食品的外包装，并进行比较，再由喜洋洋引导幼儿观察卫生条件极差的食品生产小作坊后告诉幼儿在这种环境下生产出来的食品就是“三无”食品。再由喜洋洋透过讲解进行小结，进而使幼儿明确什么是合格和“三无”食品。

3、观察课件画面三，认识腐烂变质食品。

小熊又拿出它最喜欢的水果、鸡蛋(其中有些开始腐烂变质)请客人吃。喜洋洋再一次的提出问题：“这些食物有何不同”幼儿进行观察后讨论，然后喜洋洋进行总结：像这种开始腐烂有异味颜色不鲜艳的食品就是腐烂变质食品，上面有超多有害细菌，不能食用。

(三)采购食品，游戏巩固创设超市货架情境。食品架上混合放着垃圾食品、三无食品、腐烂变质食品和一些安全食品，幼儿分成三个小组进行食品分类采购比赛，看哪一组采购的食品又多又安全。教师以食品检验员的身份参与游戏。

(四)延伸活动，目标提升师：这天我们在小熊家做客时又学到了一项新本领，明白了什么是垃圾食品、“三无”食品、腐烂变质食品，请小朋友们回家后和爸爸妈妈一齐看一看、找一找生活中还有哪些食品是垃圾食品、三无食品和腐烂变质食品。

## 食品安全教育教案（五）：

### 活动目标：

1. 初步了解“三无食品”、过期食品、，明白吃了这些食品会危害身体健康。
2. 能参考生产日期及安全标志选购安全健康的食品。
3. 在生活中增强食品安全意识，提高自我保护潜力。

### 活动准备：

1. 活动课件。
2. 食品若干、牛奶若干。

### 活动过程：

#### 一、了解三无食品。

- 1.(ppt第一页)你们看，这是谁懒羊羊为什么在哭呢(幼儿猜测原因)
2. 教师：原先懒羊羊身体很不舒服所以就哭了，这可怎样办才好呢(送医院)教师小结：对了，如果觉得身体不舒服最好到医院检查一下，这样会让我们的身体持续健康。
3. 教师：懒羊羊也来到了医院，我们听听医生是怎样说的(播放医生的话，)
4. 教师：懒羊羊为什么身体会不舒服的呢(幼儿根据录音回答)
5. 教师：原先懒羊羊是吃了三无食品身体才会不舒服，你们

明白什么是三无食品吗

6. 教师：我们听医生介绍一下，三无食品是哪三无呢(播放录音)教师出示相应字卡介绍三无食品，并帮忙幼儿了解其含义。

7. 教师：生活中三无食品在什么地方比较多见呢(讨论)8. 教师播放路边小摊、小贩的视频，小结：三无食品一般在路边的小摊、小贩那比较常见，小朋友最好不要去路边摊上购买食品。

二、学习选购食品的方法及了解过期食品。

1. 教师：我们在选购食品的时候就应注意些什么呢(幼儿讨论)2. 教师：老师带来了一段录像，请小朋友仔细观察录像中的叔叔在选购食品时个性注意了些什么(播放录像)3. 教师：叔叔在选购食品仔细观察了些什么(ppt展示)4. 教师：老师给小朋友准备了牛奶，请小朋友观察一下牛奶的包装找一找这三种标记。(幼儿操作)5. 教师：你们找到了吗你们明白这些标记都表示什么意思吗我们一齐来听一听吧!(点击牛奶图片上的喇叭)6. 教师结合牛奶介绍过期食品。

7. 教师：原先选购食品还有这么多的方法呢!老师还把这些方法变成了儿歌，你们想听吗(播放儿歌录音)我们一齐来说一说吧!

三、尝试选购安全的食品。

2. 教师：懒羊羊还在生病了，去看望病人的时候就应准备些什么呢(礼物)教师小结：你们都是会关心别人的好宝贝。

3. 教师：你们看，我们教室中就有很多的食品，请每个小朋友去挑选一份食品作为礼物送给懒羊羊，挑选食品的时候必须要注意观察安全标记和生产日期哦!选好了请把礼物带到座位上和好朋友说一说。

4. 教师：谁愿意来介绍一下你挑选的食品呢(个别幼儿介绍)5. 互相检查验证挑选的结果，如果有错及时纠错。

6. 给懒羊羊送礼物，分享礼物□(ppt懒羊羊家)活动延伸：

1. 家园共育：和家人一齐去超市选购食品、继续了解有关食品的安全的小知识。

2. 知识拓展：了解一些有机食品、绿色食品。

食品安全教育教案（六）：

教学目标：

- 1、使学生认识饮食卫生安全的重要性；
- 2、对学生进行饮食卫生方面的知识教育；
- 3、培养学生良好的饮食卫生习惯。

重难点：

饮食卫生安全教育，强化行为

教(学)法：

举例、实际材料，来打动学生行为。到达个人饮食卫生安全教育

教学过程：

一、谈话导入：

你明白什么叫“病从口入”吗

学生讨论交流。

二、对学生进行饮食卫生方面的知识教育；

在日常生活中，人们常有一些不卫生的饮食习惯和行为，但很多人对此尚未重视起来，这对身体健康十分不利。“病从口入”这句话讲的就是这个道理，要注意：

- 1、养成吃东西以前洗手的习惯。人的双手每一天干这干那，接触各种各样的东西。会沾染病菌、病毒和寄生虫卵。吃东西以前认真用肥皂洗净双手，才能减少“病从口入”的可能。
- 2、生吃瓜果要洗净。瓜果蔬菜在生长过程中不仅仅会沾染病菌、病毒、寄生虫卵，还有残留的农药、杀虫剂等，如果不清洗干净，不仅仅可能染上疾病，还可能造成农药中毒。
- 3、不随便吃野菜、野果。野菜、野果的种类很多，其中有的内含对人体有害的毒素，缺乏经验的人很难辨别清楚，只有不随便吃野菜、野果，才能避免中毒，确保安全。
- 4、不吃腐烂变质的食物。食物腐烂变质，就会味道变酸、变苦；散发出异味儿，这是因为细菌超多繁殖引起的，吃了这些食物会造成食物中毒。
- 5、不随意购买、食用街头小摊贩出售的劣质食品、饮料。这些劣质食品、饮料往往卫生质量不合格，食用、饮用会危害健康。

常见的饮食卫生误区如下：

- 1、好热闹喜聚餐：每当节假日，人们大多喜欢三三两两到餐馆“撮一顿”，或是亲朋好友在家聚餐，又热闹又便于交流感情。这样做不利于健康，不贴合饮食卫生，个性是当前这一十分时期，最好实行分餐制。分餐的做法是对别人和自己生

命健康的负责和尊重。

2、用白纸包食物:有些人喜欢用白纸包食品,因为白纸看上去好像干干净净的。可事实上,白纸在生产过程中,会加用许多漂白剂及带有腐蚀作用的化工原料,纸浆虽然经过冲洗过滤,仍内含不少化学成分,会污染食物小学食品安全教育教案小学食品安全教育教案。至于用报纸来包食品,则更不可取,因为印刷报纸时,会用许多油墨或其他有毒物质,对人体危害极大。

3、用酒消毒碗筷:一些人常用白酒来擦拭碗筷,以为这样能够到达消毒的目的。殊不知,医学上用于消毒的酒精度数为 $75^{\circ}$ ,而一般白酒的酒精含量多在 $56^{\circ}$ 以下,并且白酒毕竟不同于医用酒精。所以,用白酒擦拭碗筷,根本达不到消毒的目的。

4、抹布清洗不及时:实验显示,在家里使用一周后的全新抹布,滋生的细菌数会让你大吃一惊;如果在餐馆或大排档,状况会更差。因此,在用抹布擦饭桌之前,应当先充分清洗。抹布每隔三四天就应用开水煮沸消毒一下,以避免因抹布使用不当而给健康带来危害。

5、用卫生纸擦拭餐具:化验证明,许多卫生纸(尤其是非正规厂家生产的卫生纸)消毒状况并不好,这些卫生纸因消毒不彻底而内含超多细菌;即使消毒较好,卫生纸也会在摆放的过程中被污染。因此,用普通的卫生纸擦拭碗筷或水果,不但不能将食物擦拭干净,反而会在擦拭的过程中,给食品带来更多的污染机会。

6、用毛巾擦干餐具或水果:人们往往认为自来水是生水、不卫生,因此在用自来水冲洗过餐具或水果之后,常常再用毛巾擦干。这样做看似卫生细心,实则反之。须知,干毛巾上常常会存活着许多病菌。目前,我国城市自来水大都经过严格的消毒处理,所以说用洗洁剂和自来水彻底冲洗过的食品

基本上是洁净的，能够放心食用，无须再用干毛巾擦拭。

7、将变质食物煮沸后再吃:有些家庭主妇比较节俭，有时将轻微变质的食物经高温煮过后再吃，以为这样就能够彻底消灭细菌。医学实验证明，细菌在进入人体之前分泌的毒素，是十分耐高温的，不易被破坏分解。因此，这种用加热方法处理剩余食物的方法是不可取的。

8、把水果烂掉的部分剝掉再吃:有些人吃水果时，习惯把水果烂掉的部分削了再吃，以为这样就比较卫生了。然而，微生物学专家认为:即使把水果上面已烂掉的部分削去，剩余的部分也已透过果汁传入了细菌的代谢物，甚至还有微生物开始繁殖，其中的霉菌可导致人体细胞突变而致癌。因此，水果只要是已经烂了一部分，就不宜吃了，还是扔掉为好。

9、饮食卫生安全教育，饭前、便后要洗手。

10、不购买三无食品饮品(无产地、无生产日期、无保质期)。

食品安全教育教案（七）：

活动目标

- 1、学习分辨可吃和不可吃的东西。
- 2、增强自我保护意识，注意饮食安全。

环境创设

教学挂图、各种图片、实物、黄、白篮子一人一个。

重点与

难点

幼儿分辨出什么是能够吃的，什么都会不能够吃的。

活动过程：

一、说一说：怎样了

1、老师用小动物手偶表演小动物将药片、玻璃球等误会做糖果吃了，或吃了不该吃的东西后他、肚子很痛、表情很痛苦的样貌。

2、请幼儿猜一猜为什么会这样，引导幼儿了解饮食安全的重要性。

二、看看：可不能够吃

1、教师出示教学挂图《可不能够吃》，请幼儿观察，并说说哪些东西能够吃，哪些东西不能够吃。

2、教师出示实物，哪些能够吃，哪些不能够吃。

三、游戏：火眼金睛

老师带给图片，让幼儿将能吃的和不能吃的物品进行分类。

价值分析：

第一环环节是运用情景引起兴趣，导入主题。

第二环节是让幼儿在图片和食物中了解能够吃和不能够吃的东西，拓展幼儿的生活经验。

第三环节是在游戏中巩固了解，体验快乐。

食品安全教育教案（八）：



## 活动目标

- 1、透过活动，使幼儿了解厨房里的危险有哪些，并具有必须的安全意识。
- 2、学会保护自己，避免不安全事故的发生。

活动准备：幼儿每人一套《安全伴我行》手册、图片。

## 活动过程：

一、出示图(一)，提问并引出主题。

- 1、图上画的是什么地方(厨房)
- 2、从什么地方看出来是厨房(有刀、铲、炉等物)
- 3、你家有厨房吗(有)厨房在什么地方
- 4、小结：厨房里有这么多东西，小孩子个子矮，应少到厨房里去玩，为什么呢因为厨房中隐藏了很多种危险。

三、明白：第一种危险：厨房中刀具的危险。

- 1、出示刀：玩具刀与真刀的比较。轻和重、大和小的比较。
- 3、出示图(二)：一个小孩玩厨房里的刀，刀落地，差点落在幼儿脚上，真危险。让幼儿看图和感知一下真刀，让其明白：厨房里的真刀不能玩，如果不留意落在地上，脚上都会受伤，还会砸着脚趾，很危险！

四、第二种危险：厨房燃气炉的危险

- 1、让个别幼儿找出燃气炉玩具，让小朋友想想厨房中燃气炉有危险吗有哪些危险

2、出示图(三)：一个小孩在厨房里自己去开燃气炉，爆出了火光，射在小孩脸上。

3、师：小朋友自己不能开燃气炉，因年龄小，掌握不好开关，燃气泄漏会中毒，还会引发燃气爆炸的。

五、第三种危险：炒菜时油爆在脸上，眼睛里的危险。

1、出示图(四)，让幼儿观察后讲出：妈妈在炒菜，个子矮、年龄小的孩子不能靠近锅边，油爆在脸上、眼睛里，小朋友哭了。

2、知炒菜的油爆在脸、眼上，会烧伤、会瞎眼等。

六、第四种危险：用热水瓶自己倒水，从炉子上取放的危险。

1、出地图(五)：一小女孩手抱开水瓶自己去厨房倒炉子上的开水。

2、让小朋友说出图中的危险。

3、师：烧开水或刚做好的饭菜温度高，不留意碰倒了会被烫伤的。

七、要避免这些危险，有什么办法(远离厨房，不一个人在厨房里玩……)

## 食品健康安全教育教案小班篇二

活动背景：随着人民生活水平的提高，家长为孩子提供的饮食也越来越富有营养，但依然有许多家长抱怨孩子不能好好吃饭，孩子的健康不能得到保证，原因是许多幼儿有一些不

良好的饮食卫生习惯，如：不吃早饭、大量喝饮料、吃冷饮、不定时大便等。为了使孩子们明白食物在体内消化吸收的过程，养成良好的饮食和卫生习惯，学习保护自己的健康，我创编了《小豆子的旅行》教材并设计了本次活动。

活动目标：

1. 让幼儿了解各消化器官的功能和食物在人体内消化吸收过程
2. 学习简单的自我保护方法
3. 培养幼儿良好的饮食和卫生习惯

活动准备：

(1) 电脑制作《小豆子的旅行》（或图片及小豆子旅行的故事录音）

(2) 健康知识卡片、消化图、自制健康行为棋

活动过程：

一. 观看“小豆子的旅行”，了解各器官的功能

今天，有颗小豆子要到淘淘的消化器官中去旅行，它会看到些什么

，里面会发生什么事呢？请小豆子来告诉我们。

(1) 放第一段食物从口腔到食管的动画。

提问：小豆子从哪里进去？看到了什么？

(2) 放第二段，了解胃的'功能。

提问：胃有什么作用？

小豆子在胃里还看见了什么？

我们怎样来保护我们的胃呢？

小结：以后我们要注意，少吃冷、硬的东西，少吃零食，不吃不干净的东西，不能吃得太饱，也不能饿坏了胃，要吃饱早饭少喝冷饮。

（这一部分的目标是让幼儿在了解胃的功能的基础上知道不良的饮食习惯会使胃生病。）

（3）放第三段，提问：小豆子到哪里去？（小肠）小肠有什么用呢？

小豆子在小肠里看到些什么呢？

小豆子为什么没有从小门里出去呢？

（这一部分的目标是让幼儿知道食物没有被磨碎就不能被身体吸收利用。）

（4）第四段录音。

提问：小豆子又到了哪里呢？

大肠里都是些什么呢？什么叫

残渣？能不能让残渣长时间在体内呢？

小结：我们小朋友要定时大便。

二. 分组找顺序排图

(图略)

在观察图片基础上讨论如何保护各消化器官

例：(1) 如何保护牙齿，保持牙齿的锋利。

(2) 食管旁边有一把小锁，平时是关闭。如边吃饭边讲，就会把食物呛入气管。

(3) 大肠里的残渣都是些脏的东西，所以大便以后要洗手。

(这一部分的目标是通过形象的图片进一步了解各器官的功能及消化的顺序。)

三. 进行健康知识有奖抢答活动，把幼儿分成四队。

准备些图片，上面有的行为是对的，有的是错的，当教师出示图片时马上抢答对还是错？为什么？回答得又多又对者为优胜。

内容有：小摊下吃东西、喝酒。运动后马上喝水，饭后剧烈运动，吃汤饱饭等。延伸活动：玩健康行为棋，（棋谱上都是一些生活习惯方面的内容）

## 食品健康安全教案小班篇三

2. 知道食品袋上有生产日期和保质期，要食用新鲜的食物。

3. 掌握几种常见的保存食物的方法，如冷藏、冷冻、干燥、罐装等。

1、谈话导入：

——图片中的小朋友怎么了？

——其实啊，他是肚子疼，讲述故事

2、你猜老师是怎么知道吃过的牛奶是过期的呢？

——盒子上的时间叫食品保质期

3、老师给小朋友们准备了很多东西，你来看。你在哪里找到保质期？

师生小结：一般来说，饮料的保质期都在哪里？（瓶口上）  
盒子包装的保质期在哪里啊？

（盒子底部） 口袋食品的保质期在哪里啊？（口袋边上）  
原来他们的位置都不一样的啊

4、那小朋友么在看看保质期的时间是不是都是一样的呢？

——你知道怎样才能让食物保持新鲜呢？有哪些常见的方法？

——了解几种常见的保存食物的方法，如冷藏、冷冻、干燥、罐装等。

5最后老师还告诉小朋友一点保护自己的方法哦

道老师吃到了过期的食品是怎么做的吗？我去消费者协会投诉了，也就是，如果你买的东西

质量不好或者是过期食品都可以为自己讨回公道的。

分享：

1、知道人人都要爱清洁，讲卫生，知道每天都要洗脸、刷牙、洗手。

2、学唱歌曲，唱清歌词，表现出歌曲欢快的情感。

3、养成爱清洁、讲卫生的习惯。

1、与歌词内容相关的小图片

2、录音机、磁带

1、《日常生活模仿动作》

2、《小鸟醒来了》

1、小朋友起床后都要做什么？启发幼儿说出洗脸、刷牙、梳头、洗手

2、今天我们来学习一首《清洁卫生歌》，请小朋友听一听歌曲唱了些什么？

1、播放歌曲录音带，让幼儿听清楚歌词，逐步熟悉歌曲旋律。

教师清唱歌曲一遍，提问：歌曲的名字叫什么？歌曲里唱了些什么？

1、教师和幼儿看图片，按照歌曲的节奏来念诵歌词。

2、用跟唱，分组唱，小组唱，学唱整首歌曲。

3、引导幼儿边唱边做动作

4、幼儿集体演唱歌曲

## **食品健康教育教案小班篇四**

1. 幼儿认识到垃圾食品对身体健康的危害。

2. 教育幼儿自觉抵制垃圾食品，坚决拒食垃圾食品。

3. 帮助孩子进一步了解吃的科学，培养幼儿自觉保护身体健康的意识。

## ppt课件《垃圾食品我不吃》

### 1. 谈话导入

(1) . 小朋友们你们知道什么是垃圾食品吗？

例：薯条、汉堡、碳酸饮料、蜜饯、爆米花、火腿肠、方便面等。

(2) . 小朋友们，你们喜欢吃这些食品吗？

师小结：这些可都是垃圾食品哦！我们不能吃垃圾食品，这些垃圾食品对我们的身体健康有危害。

### 2. 欣赏故事—《馋嘴皮皮猴的梦境之旅》

动物森林里一只叫皮皮的小猴子，它特别的喜欢吃这些垃圾食品。我们一起来看看皮皮吃了这些垃圾食品后发生了什么事！（下面老师要给你们讲一个故事，看看故事里的小猴子发生了什么事！）

### 3. 提问

(1) . 有那位小朋友记得，刚才故事里面说皮皮猴梦见自己去哪里了？

(2) . 兔子先生对皮皮猴说了些什么？

(3) . 小朋友们现在你们知道为什么不能吃垃圾食品了吗？

师小结：垃圾食品对我们的身体非常有害哦！会让我们营养不良，降低免疫力，容易生病，还会越来越胖！



#### 4. 看图辨别对错

逐一出示图片让幼儿判断对错。

小朋友们要记住，路边的那些不干净的小食品大部分都是一些对身体有害的垃圾食品。要多吃水果，蔬菜，远离垃圾食品，保护自己的身体健康。

欣赏《安全儿歌》

小朋友，拍拍手，我们来把健康找。

健康健康在哪里，就在我们嘴巴里。

水果蔬菜奶蛋肉，营养全面不能少。

荤素搭配要均衡，挑食偏食损健康。

样样食物都爱吃，个子高高身体棒。

### **食品健康安全教案小班篇五**

一、教学目的：

- 1、知道食品卫生与饮食安全相关知识。
- 2、了解在学校注意一些食品方面的安全。

二、教学形式：

以问答竞赛游戏为形式，分竞赛小组为单位。

三、教学前准备：

1. 让学生查阅食品卫生方面的资料，以备小组交流，做好参

赛准备。

2. 黑板上书写“食品安全知识竞赛”八个美术字。

四、活动过程：

(一) 宣布“食品安全主题班会”开始，宣读竞赛规则。

喜欢零食是孩子的天性，但往往在吃得高兴的同时却忘记要看看食品是否过期，是否变质，因此就存在一个很大的安全隐患。请同学们在享受零食时记住要吃安全放心的食品。

1、预防食物中毒，首先要讲究个人卫生，做到勤洗澡、勤洗衣服、勤剪指甲、勤理发，勤换床单和被盖（一月一次）。

2、保持教室、宿舍及环境的清洁卫生，养成饭前便后洗手、不暴饮暴食的良好习惯。

3、做到“六不吃”，不吃生冷食物、不吃不洁瓜果、不吃腐烂变质食物、不吃未经高温处理的饭菜、不喝生水、不吃零食。

4、要从食品标签上注意识别食品质量，选择安全的食品是把住“病从口入”的第一关。

(二) 食品安全问题进行知识竞赛。（必答题）

大家按小组进行各轮比赛，下面开始第一回合的比赛。这个回合是必答题，每道题目都有4个选项，其中只有一个正确。每个小组回答一道题目，答对加一分，答错不扣分。

1、绿色食品指什么食品ac

a蔬菜和水果 b绿颜色的食品 c安全无污染食品 d有丰富营养价值的食品

## 2、哪些食物不能一起吃□□a□

### （三）抢答题

这一轮的比赛是我们大家一起来回答，同学们只要回答是或不是、能或不能。在我问完题目后，就可以回答。

- 1、发霉的花生能吃吗？（不能）
- 2、油炸的食物是不是可以常吃？（不是）
- 3、方便面是不是可以作为主食？（不是）
- 4、我们是不是可以天天吃快餐？（不能）
- 5、能空腹喝牛奶吗？（不能）

### （四）辩论题

小组讨论，并派一个代表说出你们的意见和结论。说得最好的小组加3分，第二名加2分。

餐厅、饭店使用一次性筷子、塑料餐具利弊谈。

答：利：卫生，不易传染各种疾病。

弊：塑料餐具不易处理，造成“白色污染”。一次性筷子浪费大量木材，长此以往，将会破坏森林，破坏生态环境。

结论：弊大于利、应停止使用。

### （五）《食品卫生安全童谣》（大家一边拍手一边念）。

食品安全真重要，病从口入危害大。

良好习惯要养成，食品挑选切注意。

“三无”食品莫食用，有害物质在其中。

小摊小贩莫相信，卫生更是谈不上。

过期食品切注意，吃了危害大又大。

变质食品切分清，中毒机率高又高。

油炸腌制要少吃，健康危害正面临。

饮料、冷饮要节制，损害牙齿的健康。

## （六）老师小结

### 一、教学内容：

食品卫生安全知识

### 二、教学目的：

让学生了解食品卫生安全知识，认识食物中毒特征，提高自我救护意识，预防发生食物中毒。

### 三、教学过程：

#### （1）图片导入：

1、多媒体出示一些因食品卫生而出现问题的学生。（有腹泻、腹痛、呕吐等）

2、让学生说一说怎样区分问题食品，预防食品中毒。

#### （2）重点讲述：

预防食物中毒，首先要讲究个人卫生，做到勤洗澡、勤洗衣服、勤剪指甲、勤理发。保持教室、宿舍及环境的清洁卫生，养成饭前便后洗手、不暴饮暴食的良好习惯。其次做到“六不吃”，不吃生冷食物、不吃不洁瓜果、不吃腐烂变质食物、不吃未经高温处理的饭菜、不喝生水、不吃零食。再就是要从食品标签上注意识别食品质量，选择安全的食品是把住“病从口入”的第一关。

### 1、认识食物中毒特征。

潜伏期短：一般食后几分钟到几个小时发病

胃肠道症状：腹泻、腹痛，有的伴随呕吐、发热

2、提高自我救护意识：出现上述症状，应怀疑是否食物中毒，并及时到医院就诊，同时报告老师。

### 3、预防发生食物中毒：

a□养成良好的卫生习惯，勤洗手特别是饭前便后，用除菌香皂，洗手液洗手

b□不吃生、冷、不清洁食物

c□不吃变质剩饭菜

d□少吃、不吃冷饮，少吃、不吃零食

e□不要长期吃辛辣食品

f□不要随便吃野果，吃水果后不要急于喝饮料特别是水□g□剧烈运动后不要急于吃食品喝水。

h□不到无证摊点购买油炸、烟熏食品，尽可能在学校食堂就

餐。千万不要去无照经营摊点饭店购买食品或者就餐。

①不喝生水，建议喝标准的纯净水。从家里所带腌制品在校不能超过2天。

②谨慎选购包装食品，认真查看包装标识、厂家厂址、电话、生产日期是否标示清楚、合格。查看市场准入标志“qs”为了保护人们饮食卫生安全，国家质量监督检验检疫局自2002年起，在全国范围内实施食品安全市场准入制度，对出厂食品，经过强制检验合格后，加贴市场准入标志，方便选购。2002年起，对小麦粉、大米、食用植物油、酱油、食醋等5类食品；2003年下半年，对方便面、膨化食品、罐头、冷饮等10类食品，实施了市场准入制度。

## 食品健康安全教育教案小班篇六

1、通过真实的案例及生活场景让幼儿懂得随便乱吃东西的危害性。

2、提高自我保护的意识及应对安全事件的能力。

3、引导幼儿乐于探索、交流与分享，激发幼儿的想象力。

4、教育幼儿养成做事认真，不马虎的好习惯。

5、培养幼儿养成良好生活习惯的意识。

2、图片：（老鼠、苍蝇叮咬过的食物。过期的食物。腐烂变质的食物。假冒、劣质的食物。没洗干净的食物）

3、每组一小筐（内有图片如：幼儿一边走一边喝水；吃饭时在说笑；吃大量的雪糕；把铅笔放入口中等）

4、一个铁制五角星、120急救录音、一段轻音乐。

## 一、激发兴趣

1、播放120急救录音，教师紧张提问：发生什么事啦？（幼儿相互猜测）

2、教师出示一个小小的铁制五角星，故作神秘：“要想知道发生什么事？还要从这个小小的铁制五角星说起。”

## 二、真实案例《卡在气管里的五角星》进入

教师讲解：这是一个真实的故事：一天，5岁的龙龙突然咳嗽不停，喘不气来，躺不下，又坐不下，可难受了。爸爸妈妈担心死了。着急的父母叫来医院的急救车，最后经过一位有经验的老医生的检查，这位医生从他喉咙的侧面取出了一个大大的铁制的五角星。医生说这个五角星卡在的地方，一般的检查很难发现，幸亏爸爸妈妈及时来到了这里，要不会有生命危险的。经过医生的精心治疗，龙龙的病终于好了。医生告诉龙龙说：“以后，一定不能把一些危险的东西放入口中。”

讲述完后提问：

- 1、龙龙的身体好受吗？
- 2、龙龙的爸爸、妈妈心里怎样？
- 3、医生从他气管里取出了什么？为什么会这样？
- 4、医生对龙龙说了什么？
- 5、你还知道哪些东西特别危险，不能放入口中？

教师感慨：当我在电视上看到这个真实的故事时，我的心里和龙龙的爸爸、妈妈一样着急，龙龙怎么能把那么大的五角星放入口中，幸亏医生爷爷的高招技术救了龙龙。希望所有

的小朋友一定要记住这个教训，千万不能随便往嘴里乱放东西。

### 三、观看课件、情景表演深入

#### 1、课件《进餐时》

内容：幼儿在吃饭时，有的在说笑，有的在扔饭，有的嘴里含着饭在玩玩具，跑闹。

教师和幼儿一边观看一边讨论：小朋友这样做，对吗？为什么？

教师参与发言：人在吃饭时，饭宝宝都要经过气管，再到胃，如果吃饭时说话，疯闹，饭宝宝就会走错路，也就容易呛伤，严重者饭卡在气管里，会因为喘不上气来而死亡。所以小朋友吃饭喝水时，一定要安静，不能说笑，打闹。

#### 2、课件《肚子为什么疼》

内容：一天，妈妈从幼儿园接冬冬回家，冬冬非要妈妈买烤肠吃，妈妈只好给冬冬买了两根。冬冬马上吃了。冬冬回到家，看见篮子里盛着许多草莓，抓起来就吃，妈妈说：“冬冬，等洗干净了再吃。”“我不怕脏”冬冬吃了很多。夜里，不知为什么冬冬的肚子疼得不得了。

观看后讨论：

小朋友，冬冬的肚子为什么会疼？说一说，你是怎样做的？

观看图片：

- (1) 老鼠、苍蝇叮咬过的食物。
- (2) 过期的食物。



(3) 腐烂变质的食物。

(4) 假冒、劣质的食物。

(5) 没洗干净的食物。

分析比较：这些东西你吃过吗？说一说，这些东西为什么不能吃？

小结：大街上的烧烤的东西特别不卫生，而且吃了容易致癌。吃水果之前一定要洗干净。买食物一定要有质量安全标志，保制期内的食物。一些腐烂变质，老鼠、苍蝇叮咬过的假冒、劣质的食物不能吃，否则会食物中毒的。

### 3、教师与幼儿配合情景表演《好吃的鱼》

内容：今天是星期天，明明的妈妈买来了一条大鲤鱼。做了一道好吃的葱油鲤鱼。明明闻着香香的味道忙地吃了起来，妈妈说：明明，别着急，把鱼刺弄干净了在吃，但明明可着急了，突然，喉咙里卡住了鱼刺，明明难受得哭起来了。妈妈一边安慰明明，一边带他到医院后，医生阿姨帮他把鱼刺取出来了。

提问：

(1) 明明应怎样吃鱼？

(2) 鱼刺卡在喉咙里该怎么办？

孩子共同总结：小朋友吃鱼时，一定要仔细把鱼刺弄干净再吃，一旦鱼刺卡住了，小朋友也不要哭，因为越哭，鱼刺就陷得越深，应赶快告诉妈妈或老师，带你到医院去治疗。

### 四、游戏“判断对错”渐入

分组进行游戏：

1、上幼儿园时，没有生病的小红非要妈妈帮她带药到幼儿园。

（用课件显示动画的儿童专家提醒：）不生病时，不能随便吃药，否则也会对身体造成伤害。而且爸爸、妈妈的药更不能吃，有可能造成中毒，后果非常严重。

2、邻居的小哥哥给了小妹妹一个很小的果冻吃。

（用课件显示动画的儿童专家提醒：）小朋友听过有很多小孩由于吃果冻而卡住喉咙里喘不气来而死亡的事情吗？果冻我们小朋友尽量不吃，即使要吃时，一定要用小勺弄碎了再吃。特别是小的孩子一定不要吃小的果冻。

3、夏天来了，天气太热，我喝了饮料，又吃雪糕。

（用课件显示动画的儿童专家提醒：）夏天天气虽然很热，但也尽量少吃雪糕，因为雪糕太凉容易让胃宝宝难受的。

4、小朋友拿了一个玻璃球放在嘴里玩。

（用课件显示动画的儿童专家提醒：）玻璃球是危险物品，千万不要放在嘴里玩，容易出危险。

五、操作活动巩固

1、请幼儿把小筐里认为做得不正确的图片挑出来，并说一说为什么。

例如：小朋友一边走一喝水，容易呛到。

2、师巡回观察幼儿引导幼儿互相讨论，主动操作。

六、师幼共同布置“不乱吃东西”主题墙

1、教师快速在主题墙画出笑脸和哭脸，幼儿把活动后的不正确的图片张贴在主题墙的哭脸中，正确的图片张贴在主题墙的笑脸中。（配上轻音乐）

2、教师在一旁鼓励幼儿，把其他不能吃的东西添画在主题墙上。

3、教师鼓励幼儿继续发挥想象和创意，设计“不乱吃东西”的家园互动小标语。

4、教师整理幼儿语言，一边读一边书写到主题墙上。

如：请家长、小朋友配合老师晨间一摸、二看、三查、四问。

请家长和老师共同关注小朋友的安全。

小朋友不带危险东西入园。

午睡时，兜里无异物。

小朋友少吃冷饮，果冻，不往嘴里乱放东西。

## 食品健康安全教育教案小班篇七

1. 知道识别食品包装上的生产日期及安全标志。

2. 增强食品安全意识，有初步的食品安全自我保护能力，养成良好的饮食卫生习惯。

图片若干（健康食品——蔬菜、水果、坚果；垃圾食品——油炸食品，罐头类食品，腌制食品，加工的肉类食品，肥肉和动物内脏类食物，奶油制品，方便面，烧烤类食品，冷冻甜点，果脯、话梅和蜜饯类食物；过期食品——霉变及变质的食品）。

一、谈话导入：平时你最喜欢喜欢吃什么东西

幼儿自由回答……（教师点击课件一一出示食物的图片）

二、区分各类食品

1. 师：食物的种类有很多，你们愿不愿意来给食物分分类呢？  
（点击课件：引导幼儿将食品分成两大类）

（1）健康食品：水果类，牛奶，蔬菜类。（吃了有助人体健康的食物）

（2）垃圾食品：油炸食品，方便面，果冻，蛋糕，烧烤、甜点，饼干，可乐等（吃了对人体有害的食物）

2. 了解垃圾食品吃了以后对人体会有什么害处

（1）请幼儿说说：平时自己都喜欢吃什么食品

（2）点击课件请幼儿了解垃圾食品的制作过程，幼儿讨论，教师在幼儿讨论的基础上进行小结：在我们喜欢吃的食品中有很多都是垃圾食品，垃圾食品吃了以后会对我们人体造成一定是伤害……所以，小朋友们要少吃或不吃这样的食物，才会健康成长。

（3）提问：你还知道哪些垃圾食品？（油炸食品，罐头类食品，腌制食品，加工的肉类食品，肥肉和动物内脏类食物，饼干类，奶油制品，方便面，烧烤类食品，话梅和蜜饯类食物）

教师将幼儿说到的垃圾食品逐一用课件展示，帮助幼儿更多的了解更多的垃圾食品品种。

三、区分食品安全标记

1. 提问：除了垃圾食品以外还有什么食品也不能吃？（请幼儿讨论并回答问题）

2. 请幼儿观看课件（小朋友喝过期牛奶出现肚子痛的画面）

师：他怎么了？为什么会这样？

引导幼儿小结：我们购买食品的时候一定要看清楚包装袋上面的食品保质时间，过期的食品是不能吃的，否则会产生身体不适，还可能会发生危险。

3. 认识生产日期和安全标记。

教师出示图片请幼儿观察并进行分辨食品袋上的生产日期、保质期及安全标准。小结：食品包装袋上的这些标记会告诉我们那些食品是安全的，那些食品是不安全的，我们以后购买的时候一定要仔细地看清楚，还要提醒爸爸、妈妈不要忘记了看清楚食品的安全标记哦。

## 食品健康安全教案小班篇八

食品是我们每天都要接触到的，我们离不开食品！所以食品安全对大家来说极其重要！下面是小编为大家收集的关于食品安全教案，欢迎大家阅读！

1、知道食物含有的主要营养成分以及人需要的营养成分主要来自食物。

2、增强好好吃早餐、多喝水和良好的烹饪时好习惯的意识。

3、了解健康标志士什么，知道安全饮食的常识。

4、培养关注自己饮食健康的责任感，养成良好的饮食习惯。

知道如何健康饮食？

培养关注自己饮食健康的责任感。

1、讨论：小朋友，在你的印象中，你觉得什么样的人健康的？(学生各抒己见)

1、同学们生活在幸福、温暖的家庭里，受到父母和家人的关心、爱护，似乎并不存在什么危险。但是，生活中仍然有许多事情需要备加注意和小心对待，民以食为天，食以安为重。下面请听一个故事。(故事大概内容：一位小朋友每天早上总喜欢睡懒觉，怕上学迟到又没有时间吃早饭，结果才上了第一节课肚子就开始饿得受不了，更别提上课认真听讲了。)

2、小朋友听了这个故事后，有什么话想说？

早餐对我们有多重要呢？

身体缺水时，新陈代谢大大减慢。所以，人必须及时补充水分。要使人体储备足够的水分，你应该每天喝两升水。这包括喝白开水，或在早餐时喝牛奶、下午休息时喝橙汁、晚饭时喝汤等等。

为什么需要这么多的水呢？因为一天下来你会不知不觉地失去两升水的储备。其中，大约有一升水是通过排尿排出体外。另外一升水是通过汗和呼吸排出体外。

不过，即使你吃的是固体食物，你也有可能吸收了同样的水分。比如，多吃水果、蔬菜、鱼、蛋和面包，也能补充一些水分。

零食对任何人都有诱惑力，不吃零食很难做到。如果我们合理选择零食，把握好进食的时间，吃点零食对健康也有好处。有些零食含有身体所需的各种营养素，因此，可以适当吃一些。

点零食。平常我们各异的零食具有不同的功能：

花生：花生中富含维生素b2,多吃些花生，有助于防治口唇干裂、您现在正在眼睛发红、发痒以及脂溢性皮炎等多种疾病。

核桃：核桃中含有丰富的生长素，能使指甲坚固，不易开裂。同时，核桃中富含植物蛋白，能促进指甲的生长。

葵花籽：葵花籽含有蛋白质、脂肪、多种维生素和矿物质，其中亚油酸的含量尤为丰富。亚油酸有助于保持皮肤细嫩，防止皮肤干燥和生成色斑。

无花果：无花果中含有类似阿司匹林的化学特质，可稀释血液的流动，从而使大脑量充足。

奶糖：奶糖含糖、钙，适当进食能补充大脑能量，令人神清气爽，皮肤润泽。

吃零食最好在两顿饭之间，不要在接近正餐的时间吃。临睡前和看电视时吃，都不是好习惯。零食就是零碎食物，因此，不能吃得太多，只能作为生活的调味品，更不能影响正餐的食欲。

良好的烹调能减少食物营养损失;不恰当的烹调，会大大降低食品中的营养含量。比如，有些烹调法损失会损失食物中的维生素，而换一种烹调法能使维生素较好地保留下来。

煮：煮过的蔬菜，会损失百分之七十的水溶性维生素[b族维生素和维生素c]

蒸：蒸比煮，能够保留更多的营养成分，但仍会损失百分之三十的水溶性维生素。

微波加热：如果使用较少的水，微波加热能保留部分的水溶

性营养成分。

烘和烤：烘烤的高温，会损失维生素c□烘烤家禽类食品，需要彻底烤透。

## 食品健康安全教案小班篇九

- 1、初步了解“三无食品”、过期食品、，知道吃了这些食品会危害身体健康。
- 2、能参考生产日期及安全标志选购安全健康的食品。
- 3、在生活中增强食品安全意识，提高自我保护能力。

1、活动课件。

2、食品若干、牛奶若干。

一、了解三无食品。

1□(ppt第一页)你们看，这是谁?懒羊羊为什么在哭呢?(幼儿猜测原因)

2、教师：原来懒羊羊身体很不舒服所以就哭了，这可怎么办才好呢?(送医院)教师小结：对了，如果觉得身体不舒服最好到医院检查一下，这样会让我们的身体保持健康。

3、教师：懒羊羊也来到了医院，我们听听医生是怎么说的?(播放医生的话，)

4、教师：懒羊羊为什么身体会不舒服的呢?(幼儿根据录音回答)

5、教师：原来懒羊羊是吃了三无食品身体才会不舒服，你们



知道什么是三无食品吗?

6、教师：我们听医生介绍一下，三无食品是哪三无呢?(播放录音)教师出示相应字卡介绍三无食品，并帮助幼儿了解其含义。

7、教师：生活中三无食品在什么地方比较多见呢?(讨论)8、教师播放路边小摊、小贩的视频，小结：三无食品一般在路边的小摊、小贩那比较常见，小朋友最好不要去路边摊上购买食品。

## 二、学习选购食品的方法及了解过期食品。

1、教师：我们在选购食品的时候应该注意些什么呢?(幼儿讨论)2、教师：老师带来了一段录像，请小朋友仔细观察录像中的叔叔在选购食品时特别注意了什么?(播放录像)3、教师：叔叔在选购食品仔细观察了什么?(ppt展示)4、教师：老师给小朋友准备了牛奶，请小朋友观察一下牛奶的包装找一找这三种标记。(幼儿操作)5、教师：你们找到了吗?你们知道这些标记都表示什么意思吗?我们一起来听一听吧!(点击牛奶图片上的喇叭)6、教师结合牛奶介绍过期食品。

7、教师：原来选购食品还有这么多的方法呢!老师还把这些方法变成了儿歌，你们想听吗?(播放儿歌录音)我们一起来说一说吧!

## 三、尝试选购安全的食品。

2、教师：懒羊羊还在生病了，去看望病人的时候应该准备些什么呢?(礼物)教师小结：你们都是会关心别人的好宝贝。

3、教师：你们看，我们教室中就有很多的食品，请每个小朋友去挑选一份食品作为礼物送给懒羊羊，挑选食品的时候一定要注意观察安全标记和生产日期哦!选好了请把礼物带到座

位上和好朋友说一说。

4、教师：谁愿意来介绍一下你挑选的食品呢？(个别幼儿介绍)5、互相检查验证挑选的结果，如果有错及时纠错。

## 食品健康安全教案小班篇十

1. 使学生认识合理营养及食品安全的重要性。
2. 使学生能够运用所学知识，设计一份适合自己的合理食谱。
3. 培养学生分析问题、解决问题的能力；并使学生从中体会运用知识解决实际问题的成功与喜悦。

重点：认识合理营养及食品安全的重要性。

难点：如何根据实际情况设计合理的食谱

教师：搜集关于青少年生长发育现状问题、中日青少年身高比较结果、牛奶对人们生活的影响、什么是营养配餐等资料。

学生：

1. 分成小组，选出发言人。
2. 搜集与合理膳食和食品安全有关的资料和信息。
1. 学生阅读教师提供的资料，分小组讨论资料后的相关问题。
2. 教师组织学生进行全班的交流和总结。
3. 学生分别在组内和班内交流自己所搜集的有关合理膳食和食品安全的资料和信息。
4. 各小组同学制定适合青春期学生的营养食谱。

5. 各小组的发言人在全班宣布本小组的营养食谱。

教师：现在许多学校中午为同学们配送营养午餐，但是一些同学少吃或不吃学校配送的午餐，而吃方便面或是汉堡包，更有部分同学到校外的肯德基、麦当劳去吃洋快餐。这种饮食结构是否合理？对同学们的生长发育会产生什么影响呢？让我们一起来阅读几个资料。

学生：阅读资料，小组讨论思考题。

1. 汉堡包造就了美国严重超重超肥的一代，美国政府试图将国民脂肪摄入量从40%降至30%，却非常困难。而目前，洋快餐正在向我国青少年大举进攻。部分青少年偏食洋快餐，那只是摄入了高脂肪、高糖、高热量，而膳食纤维和维生素极少。一旦形成饮食习惯，将影响一代甚至几代人的身体素质。

2. 世界银行的统计表明，仅微量营养素缺乏，对发展中国家经济造成的损失，至少占国民生产总值的3—5%。据介绍，英国和西欧一些国家将1790年至1980年间经济的增长，归功于营养和健康状况的改善。而消除碘、维生素a和铁的缺乏，能提高人群平均智商10至15分。

3. 我国自1985年到1995年对青少年生长发育与营养状况进行了10年动态调查，结果显示7—18岁青少年中，男生体重超重和肥胖者比例从2.75%升至8.65%，女生从3.38%升至7.18%；与体质密切相关的肺功能、耐力素质和柔韧性素质水平下降。而在20世纪90年代后期，青少年肥胖者激增的趋势更加明显。那么，肥胖是营养过剩？不是。肥胖不仅不等于营养过剩，而且是营养缺乏的主要表现。

4. 对正在旺盛生长的儿童青少年来说，身高是生长发育中最显而易见、最有代表性的指标。在通常情况下，身高顺利增长，说明孩子的营养良好，也没有受到慢性消耗性疾病的干扰。中国和日本是一衣带水的邻邦，两个民族在遗传营养方

面有许多相似之处。但中国男女7—18岁青少年身高和日本青少年全国平均身高的比较结果清晰显示，中国青少年整体上身高较日本处于劣势。大体上，7—9岁比日本矮1—3厘米，10—12岁矮3—4.5厘米。青春中期后男、女出现分化，男生的劣势更明显，13—15岁矮3.5—4.5厘米，16—18岁矮2—3厘米；女生13—15岁矮1—1.5厘米；15—18岁差距为0.5—0.6厘米。

5. 目前，我国大部分人群钙的摄入量仅能达到需要量的一半，我国儿童因缺钙引起的佝偻病和成年人的软骨病及老年人的骨质疏松症可达40%左右。奶中维生素b2含量丰富，喝一杯可达到每天需要量的23.3%；还含有少量的维生素e、b1和c。且奶是碱性食品，可维持机体的酸碱平衡。奶的营养价值及生物利用率高，因此，男女老幼都适宜喝牛奶。世界上很多发达国家，人均牛奶摄取量非常高。因消化牛奶的速度比肉、鱼、蛋快，欧美人把牛奶当水喝。二次世界大战后，日本人积极改善食物结构，号召天天喝牛奶。到上个世纪80年代中期，日本人的身高比大战前平均增长了10厘米，国际上评价道“一杯牛奶改变了一个民族”。

6. 营养配餐在国外十分普遍，但在国内却尚未引起人们重视。什么是营养配餐呢？营养配餐：就是按人们身体的需要，根据食品中各种营养物质的含量，设计一天、一周或一个月的食谱，使人体摄入的蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素和矿物质等几大营养素比例合理，既达到均衡膳食。简单讲，就是要求膳食结构多种多样，谷、肉、果、菜无所不备。

1. 中国和日本青少年身高差距的原因是什么？
2. 中国青少年普遍营养失衡的原因是什么？
3. 中国和日本目前在饮食结构上最大的不同点是什么？
4. 你认为当今青少年学生的饮食结构特点是什么？

5. 青少年必需的营养以及合理的营养结构是什么？

教师：组织学生在全班进行交流。

学生：提出自己的见解，阐述小组意见。

教师：1、请你对目前学生的不良饮食结构和习惯提出自己的合理建议；

2、请你结合自己的知识和相关资料告诉大家，应该从哪些方面关注食品安全。

学生：小组讨论，全班交流。

## 食品健康安全教育的教案小班篇十一

1、使学生了解食品污染的知识，使学生了解食物中毒的知识。

2、学生在食品安全工作中的注意事项及预防措施。

对食品污染和中毒的预防

### 一、食品污染

食品污染是怎么回事？食品（食物）从其作物生长到收获、采摘，从生产加工、运输、贮存、销售直到食用前的每个环节中，由于各种条件，多方因素的作用及影响，使原来无毒无害的食品，混进了某些有毒有害的物质，降低了食品的营养价值和卫生质量，人吃了这样的食品就能对人体健康带来不同程度的危害，这叫食品污染。

### 二、食物中毒

食物中毒是人吃了有毒食物所引起的一类急性疾病的总称。

### （一）细菌性食物中毒

细菌性食物中毒，主要发生于温度较高的夏秋季，因为这个时期的气温适合病原菌增殖和产毒，致使病原菌污染食品而发生中毒。动物性食物引起中毒表现为发热、头痛、头晕、食欲不振，继而出现恶心、呕吐、腹泻一日可达7—8次，发烧38—40℃。严重者血压下降抽风、昏迷、重症病人可因心衰、肾衰导致死亡。

预防：加工肉类制品时必须生熟食分开，保存时要低温贮藏或

用盐腌煮肉时肉块不应超过2公斤，厚度不超过8公分，煮沸3小时以上，蛋类要煮沸10分钟以上。前一餐剩下的食物一定要回锅加热后再食用。

### （二）有毒动植物食物中毒

#### 1、豆角中毒

一般豆角不中毒，但食用没熟透的豆角能引起中毒，原因可能与豆角中含有红细胞凝集素没被加热破坏有关。豆角中毒潜伏期短，最快食后10分钟发病，主要症状为恶心、呕吐、腹泻、头痛、头晕，有的出现胸闷，出冷汗，四肢麻木等。

预防措施：菜豆宜炖食，加工时间要长，可使毒破坏，更不能急炒，更不宜凉拌。

#### 2、芽土豆中毒、毒蘑菇中毒

### （三）化学性食物中毒

1、蔬菜不新鲜，腐烂变质时可能产生亚硝酸盐中毒。蔬菜在

腌制过程中也能产生亚硝酸盐。制作熟食加过量的发色剂，亚硝酸盐过量引起中毒。

## 2、有机磷农药中毒

那么怎样预防食物中毒呢？

1、养成良好的卫生习惯。饭前便后要洗手。不良的个人卫生习惯会把致病菌从人体带到食物上去。

2、选择新鲜和安全的食品。

3、食品在食用前要彻底清洁。

4、尽量不吃剩饭菜。

5、不吃霉变的粮食、甘蔗、花生米，其中的霉菌毒素会引起中毒。

6、警惕误食有毒有害物质引起中毒。

7、不到没有卫生许可证的小摊贩处购买食物。

8、饮用符合卫生要求的饮用水，不喝生水或不洁净的水。

总结：只要从以上几个方面入手，认真学习食品卫生知识，掌握一些预防方法，提高自我卫生意识，就能最大限度减少食物中毒的风险度，预防食物中毒，保证我们同学们身体健康。

## 食品健康安全教育教案小班篇十二

1、使学生认识合理营养及食品安全的重要性。

2、使学生能够运用所学知识，设计一份适合自己的合理食谱。

3、培养学生分析问题、解决问题的能力；并使学生从中体会运用知识解决实际问题的成功与喜悦。

重点：认识合理营养及食品安全的重要性。

难点：如何根据实际情况设计合理的食谱

教师：搜集关于青少年生长发育现状问题、中日青少年身高比较结果、牛奶对人们生活的影响、什么是营养配餐等资料。

学生：

1、分成小组，选出发言人。

2、搜集与合理膳食和食品安全有关的资料和信息。

指导学生学一些有关食品安全等知识，使学生懂得安全的重要，在购买食品时要进行选择 and 鉴别。从而树立安全意识，从精神上远离安全隐患，加强自身的素质培养，使学生安全、健康地成长。

同学们生活在幸福、温暖的家里，受到父母和家人的关心、爱护，似乎并不存在什么危险。但是，生活中仍然有许多事情需要备加注意和小心对待，否则很容易发生危险，酿成事故。

1、正确洗手，是饮食安全第一步。

“湿、擦、搓、捧、干”，人人饭前便后不忘做，病菌不入口。

2、路边饮食、零食拒入口，疾病远离我。

3、不买包装不完整、标示不明的食品，不吃隔餐食品、牛奶。

4、购买眼睛、鳞片明亮有光泽、肉质有弹性、无腥臭味的鱼；



呈粉红色具弹性的肉；绝不买头、脚部以及尾扇部变黑、头部快脱落的虾。

5、防交叉污染：买回家中的食物，应分类分区贮放；烹调时，生、熟食分开处理，保持餐具与食器清洁。

6、禽畜类食物先除去内脏、清洗，并依每餐份量个别包装存放冰箱；蔬菜去污、除烂叶，不以一般报纸（可用白报纸）包裹置冰箱内，防油墨食入体内有碍健康。

1、够买食品时要进行选择 and 鉴别，不购买“三无食品”。就是没有商标的食品不能买；没有生产日期的食品不能买；没有厂址的食品不能买。天气炎热，微生物繁殖迅速，食品容易腐败变质，一旦不注意易发生食物中毒，故烹调及保存食物时应特别注意卫生，尤其是厨房环境设施卫生、个人卫生及食品原材料调理都要注意。

2、除了服药预防外，食疗也是方便可行的选择。一根白萝卜、半个橘子皮、三片生姜、两段葱白、一绺香菜，煲汤全家喝，就能够达到增强呼吸道防护能力的作用。

1、立即停止食用可疑食品。

2、饮水。立即喝下大量洁净水，稀释毒素。

3、催吐。用手指压迫咽喉，尽可能将胃里的食物吐出。

4、用塑料袋留好呕吐物或粪便，送医院检查，以便于诊断。

5、出现脱水症状（如皮肤起皱、心率加快等），应尽快将中毒病人送往附近医院救治。

喜欢零食是孩子的天性，但往往在吃得高兴的同时却忘记要看看食品是否过期，是否变质，因此就存在一个很大的安全

隐患。请同学们在享受零食时记住要吃安全放心的食品。

## 食品健康安全教案小班篇十三

活动主题：

拒绝垃圾食品，倡导绿色生活

活动背景：

现在社会上不健康的食品冲击着整个食品市场，特别是在校园门口的各小店中的垃圾食品，数不胜数。那些食品从形状、色彩、口味都特别受小学生的青睐，孩子们往往经不起这些食品的诱惑，想尽办法去买那些垃圾食品。所以食品安全已成为人们倍感关注的问题。通过全班交流，同学们一致认为研究“垃圾食品”很有意义，为了让学生们亲身体会到垃圾食品对人体的危害，决定开展《拒绝垃圾食品倡导绿色生活》的综合实践活动。

活动目的

- 1、通过“实践活动”，了解辨别食物是否卫生、安全的基本方法，以及常见的几种食品添加剂，增强关注社会热点问题的意识。
- 2、通过“实践活动”，关注一些社会热点话题，增强自我分析、判断意识，增强自身的社会责任感。
- 3、学会设计简单的调查问卷，并实践问卷调查；
- 4、学会如何进行实地观察，并进行观察记录；
- 5、学会撰写简单的倡议书；

6、充分运用各种资源，如图书馆、新华书店、网络等，收集资料。从收集资料、记录资料到整理、分析、得出结论，使学生们逐步形成运用资料说明问题的能力。

7、以活动为主要开展形式，强调学生的亲身经历，要求学生积极参与到各项活动中去，在“做”、“考察”、“实验”、“探究”等一系列活动中发现和解决问题，体验和感受生活，发展实践能力和创新能力。

8、培养学生相互协作的团队精神。学会交流，学会合作，正确地处理个人与团队的关系。

活动目标：

1、知识与技能：

了解日常生活中垃圾食品对人体的危害和造成这种现状的原因；了解学生食品安全意识，预防食物中毒；初步了解和掌握辨别绿色食品的基本方法；了解贴近人们日常生活的绿色生活准则，规范自己的日常生活习惯。

2、过程与方法：

利用网络、媒体、采访等渠道收集相关资料、信息。能够在教师的指导下小组合作完成调研和访谈，填写调查表、写倡议书、学会自己动手制作手抄报。

3、情感态度价值观

通过本主题活动使学生视野开阔，学会关注生活、关爱他人；养成同他人合作的态度和能力；能够正确地看待社会问题并积极地参与，认识到作为社会一员自身应承担的义务和责任。

活动重点：

充分认识到垃圾食品给人体带来的危害，坚决拒绝垃圾食品入口。

活动难点：

形成自我保护意识和安全意识，拒绝垃圾食品的诱惑。

活动设计：

## 1、总体设计

课内活动则主要安排在课室内，课外活动主要安排在校园、社区内进行。由学生进行小组调研。在调研实践中整理出调查结果，然后进行交流评价活动，最后把学生的成果进行展示。

## 2、课型设计开题活动

## 3、方法指导展示交流

4、调查与展示时间□20xx年5月11日—5月30日为调查时间，6月1日—7日为展示时间。

5、调查内容：本校学生的饮食和零食情况、身边的食品安全隐患、有关食品安全的重要性和相关知识。

6、调查方式：班级中或放学后校门外实地调查，上网查找有关资料。

7、活动成果形式：填写《“生活中的食品安全”研究活动评价表》，说感受、写感受，讲“我身边的食品安全故事”、办“食品安全手抄报”。

活动准备：

- 1、教师设计引导性的问题，帮助学生了解本校、本班存在那些食品安全隐患。
- 2、学生通过调查了解收集相关的资料。
- 3、教师或有条件的学生可准备照相机或摄像机。

活动过程：

### 第一阶段——活动准备（开题活动）

- 1、诱发问题生成主题幻灯片展示□a□食品摊点出售的食品类型等□b□近几年世界环境日我们中国提出的主题。

教师提出问题：

（1）小学生应如何响应号召倡导绿色生活？

（2）食品安全对我们的生活有很多的联系和影响？同学们想了解更多吗？引发学生对了解食品安全和身体健康及多吃绿色食品与倡导绿色生活的联系，确立班级活动主题“拒绝垃圾食品倡导绿色生活”的主题活动。

### 2、分解班级活动主题

根据班级活动主题分解成四个小组，每组6人，每组确立一位小组长由组长负责相关事宜，小组成员根据分工不同，负责各自的分工任务。每组活动主题分别是：垃圾食品知多少、垃圾食品的危害、我眼中的绿色食品、呼唤绿色食品。

3、制定方案：小组合作制定活动方案，写好计划书。

4、确立实践活动时间□20xx年5月11日——6月7日四周时间。

5、收集有关资料。

1) 内容：相关的“生活中的食品安全”知识

2) 途径：走进图书馆查阅相关；上网收集相关资料；通过实地调查获取相关资料。

6、检查准备工作。

指导教师检查各组人员准备的工作情况，并交代若干注意事项。（例：活动内容、时间、地点、活动器材、活动人员安全等）

第二阶段——活动实施过程

1、教师集中指导，进一步完善各小组活动安排。

2、在教师指导下，各小组明确活动过程。

（1）第一小组主题：垃圾食品知多少

活动过程：小组各成员互相交流自己所了解到的垃圾食品的种类，再通过查找书籍、上网查找、访问等形式丰富调查的结果，最后交流讨论整理收集到的资料。

（2）第二小组主题：垃圾食品的危害

活动过程：小组各成通过采访校园里的师生了解他们对垃圾食品危害的知识知道多少先，然后查阅书籍上网查找资料，对垃圾食品的危害进行了解。最后通过调查采访表等形式丰富调查研究的结果。

（3）第三小组主题：我眼中的绿色食品

活动过程：上网查找资料了解和辨别食品卫生、安全的方法，

认清绿色食品标志，再上超市走访调查，用实物来展示辨别绿色食品标志。

(4) 第四小组主题：呼唤绿色食品实践过程：设计调查问卷开展问卷调查、查找书籍、上网查找等形式丰富活动内容。

3、撰写“选购安全食品”倡议书，对“生活中的食品安全”提出看法和建议

### 第三阶段——汇报交流

#### 1、回顾导入

(1) 教师导言导入新课。

(2) 各小组进行交流回顾所开展的实践活动，选择合适的人选和方式交流。

#### 2、风采展示（展示方式：1、手抄报展示；2、调查报告展示）

(1) 第一小组：垃圾食品知多少。

这个小组的同学准备以幻灯片的形式向学生展示垃圾食品的分类。并且想以实物的形式提醒同学们垃圾食品就在我们身边。我们非常有必要认识垃圾食品，了解它们的危害。

(2) 第二小组：垃圾食品的危害。

这个小组的同学将把调查采访的结果分析给同学们，然后通过丰富的视频资料告诉同学们垃圾食品的危害。

(3) 第三小组：我眼中的绿色食品。

这个小组的同学将收集整理资料制成了幻灯片，将以幻灯片的形式向同学们展示绿色食品方面的知识。还从网络上下

载了如何辨别绿色食品的视频资料。

#### (4) 第四小组：呼唤绿色食品。

这个小组的同学准备以幻灯片的形式告诉同学什么是绿色食品及贴近生活绿色消费准则有哪些。还制作了倡议书，倡议更多的人加入到绿色生活的行列中来。

### 3、讨论辨认

教师课堂展示许多食品，学生应用收获的知识辨别哪些是绿色食品？

### 4、教师小结

根据本课的收获和体会，以倡议书的形式告诉身边的人。

### 5、拓展延伸

拒绝垃圾食品，倡导绿色生活，我们在行动。走进社区、到商场路口等去宣传绿色生活理念。

### 活动效果

这次综合实践活动密切联系学生实际，学生自主地参与探究、分析、处理信息材料，充分体现了“自主性、开放性、实践性”的原则。

通过本次实践活动的开展，学生的发现问题、筛选问题、解决问题的能力得到了锻炼，激发了他们探究的热情，让学生知道了不健康食品对身体的危害，丰富了知识面；让学生通过自主调查、访问、探讨心得，让学生在自已实践操作中去收获知识，使学生视野开阔，学会关注生活、关爱他人；养成同他人合作的态度和能力，懂得了与人交流合作的重要性；能够正确地看待社会问题并积极地参与，认识到作为社会一



员自身应承担的义务和责任，促使了他们更加关注身边的社会问题，社会责任感增强了，并开始关注生命。

## 食品健康安全教案小班篇十四

1. 使学生认识合理营养及食品安全的重要性。
2. 使学生能够运用所学知识，设计一份适合自己的合理食谱。
3. 培养学生分析问题、解决问题的能力；并使学生从中体会运用知识解决实际问题的成功与喜悦。

重点：认识合理营养及食品安全的重要性。

难点：如何根据实际情况设计合理的食谱

教师：搜集关于青少年生长发育现状问题、中日青少年身高比较结果、牛奶对人们生活的影响、什么是营养配餐等资料。

学生：

1. 分成小组，选出发言人。
2. 搜集与合理膳食和食品安全有关的资料和信息。
  1. 学生阅读教师提供的资料，分小组讨论资料后的相关问题。
  2. 教师组织学生进行全班的交流和总结。
  3. 学生分别在组内和班内交流自己所搜集的有关合理膳食和食品安全的资料和信息。
  4. 各小组同学制定适合青春期学生的营养食谱。
  5. 各小组的发言人在全班宣布本小组的营养食谱。

教师：现在许多学校中午为同学们配送营养午餐，但是一些同学少吃或不吃学校配送的午餐，而吃方便面或是汉堡包，更有部分同学到校外的肯德基、麦当劳去吃洋快餐。这种饮食结构是否合理？对同学们的生长发育会产生什么影响呢？让我们一起来阅读几个资料。

学生：阅读资料，小组讨论思考题。

1. 汉堡包造就了美国严重超重超肥的一代，美国政府试图将国民脂肪摄入量从40%降至30%，却非常困难。而目前，洋快餐正在向我国青少年大举进攻。部分青少年偏食洋快餐，那只是摄入了高脂肪、高糖、高热量，而膳食纤维和维生素极少。一旦形成饮食习惯，将影响一代甚至几代人的身体素质。

2. 世界银行的统计表明，仅微量营养素缺乏，对发展中国家经济造成的损失，至少占国民生产总值的3—5%。据介绍，英国和西欧一些国家将1790年至1980年间经济的增长，归功于营养和健康状况的改善。而消除碘、维生素a和铁的缺乏，能提高人群平均智商10至15分。

3. 我国自1985年到1995年对青少年生长发育与营养状况进行了10年动态调查，结果显示7—18岁青少年中，男生体重超重和肥胖者比例从2.75%升至8.65%，女生从3.38%升至7.18%；与体质密切相关的肺功能、耐力素质和柔韧性素质水平下降。而在20世纪90年代后期，青少年肥胖者激增的趋势更加明显。那么，肥胖是营养过剩？不是。肥胖不仅不等于营养过剩，而且是营养缺乏的主要表现。

4. 对正在旺盛生长的儿童青少年来说，身高是生长发育中最显而易见、最有代表性的指标。在通常情况下，身高顺利增长，说明孩子的'营养良好，也没有受到慢性消耗性疾病的干扰。中国和日本是一衣带水的邻邦，两个民族在遗传营养方面有许多相似之处。但中国男女7—18岁青少年身高和日本青少年全国平均身高的比较结果清晰显示，中国青少年整体上

身高较日本处于劣势。大体上，7—9岁比日本矮1—3厘米，10—12岁矮3—4.5厘米。青春中期后男、女出现分化，男生的劣势更明显，13—15岁矮3.5—4.5厘米，16—18岁矮2—3厘米；女生13—15岁矮1—1.5厘米；15—18岁差距为0.5—0.6厘米。

5. 目前，我国大部分人群钙的摄入量仅能达到需要量的一半，我国儿童因缺钙引起的佝偻病和成年人的软骨病及老年人的骨质疏松症可达40%左右。奶中维生素b2含量丰富，喝一杯可达到每天需要量的23.3%；还含有少量的维生素e、b1和c。且奶是碱性食品，可维持机体的酸碱平衡。奶的营养价值及生物利用率高，因此，男女老幼都适宜喝牛奶。世界上很多发达国家，人均牛奶摄取量非常高。因消化牛奶的速度比肉、鱼、蛋快，欧美人把牛奶当水喝。二次世界大战后，日本人积极改善食物结构，号召天天喝牛奶。到上个世纪80年代中期，日本人的身高比大战前平均增长了10厘米，国际上评价道“一杯牛奶改变了一个民族”。

6. 营养配餐在国外十分普遍，但在国内却尚未引起人们重视。什么是营养配餐呢？营养配餐：就是按人们身体的需要，根据食品中各种营养物质的含量，设计一天、一周或一个月的食谱，使人体摄入的蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素和矿物质等几大营养素比例合理，既达到均衡膳食。简单讲，就是要求膳食结构多种多样，谷、肉、果、菜无所不备。

1. 中国和日本青少年身高差距的原因是什么？
2. 中国青少年普遍营养失衡的原因是什么？
3. 中国和日本目前在饮食结构上最大的不同点是什么？
4. 你认为当今青少年学生的饮食结构特点是什么？
5. 青少年必需的营养以及合理的营养结构是什么？

教师：组织学生在全班进行交流。

学生：提出自己的见解，阐述小组意见。

教师：

1、请你对目前学生的不良饮食结构和习惯提出自己的合理建议；

2、请你结合自己的知识和相关资料告诉大家，应该从哪些方面关注食品安全。

学生：小组讨论，全班交流。

教师：请你运用自己所了解的有关营养和饮食的知识，作为自己的青春期。

## **食品健康安全教育教案小班篇十五**

1、使学生认识合理营养及食品安全的重要性。

2、使学生能够运用所学知识，设计一份适合自己的合理食谱。

3、培养学生分析问题、解决问题的能力；并使学生从中体会运用知识解决实际问题的成功与喜悦。

重点：认识合理营养及食品安全的重要性。

难点：如何根据实际情况设计合理的食谱

教师：搜集关于青少年生长发育现状问题、中日青少年身高比较结果、牛奶对人们生活的影响、什么是营养配餐等资料。

学生：

1、分成小组，选出发言人。

2、搜集与合理膳食和食品安全有关的资料和信息。

1、学生阅读教师提供的资料，分小组讨论资料后的相关问题。

2、教师组织学生进行全班的交流和总结。

3、学生分别在组内和班内交流自己所搜集的有关合理膳食和食品安全的资料和信息。

4、各小组同学制定适合青春期学生的营养食谱。

5、各小组的发言人在全班宣布本小组的营养食谱。

教师：现在许多学校中午为同学们配送营养午餐，但是一些同学少吃或不吃学校配送的午餐，而吃方便面或是汉堡包，更有部分同学到校外的肯德基、麦当劳去吃洋快餐。这种饮食结构是否合理？对同学们的生长发育会产生什么影响呢？让我们一起来阅读几个资料。

学生：阅读资料，小组讨论思考题。

1□

汉堡包造就了美国严重超重超肥的一代，美国政府试图将国民脂肪摄入量从40%降至30%，却非常困难。而目前，洋快餐正在向我国青少年大举进攻。部分青少年偏食洋快餐，那只是摄入了高脂肪、高糖、高热量，而膳食纤维和维生素极少。一旦形成饮食习惯，将影响一代甚至几代人的身体素质。

2、世界银行的统计表明，仅微量营养素缺乏，对发展中国家经济造成的损失，至少占国民生产总值的3—5%。据介绍，英国和西欧一些国家将1790年至1980年间经济的增长，归功于

营养和健康状况的改善。而消除碘、维生素a和铁的缺乏，能提高人群平均智商10至15分。

3、我国自1985年到1995年对青少年生长发育与营养状况进行了10年动态调查，结果显示7—18岁青少年中，男生体重超重和肥胖者比例从2、75%升至8、65%，女生从3、38%升至7、18%；与体质密切相关的肺功能、耐力素质和柔韧性素质水平下降。而在20世纪90年代后期，青少年肥胖者激增的趋势更加明显。那么，肥胖是营养过剩？不是。肥胖不仅不等于营养过剩，而且是营养缺乏的主要表现。

4、对正在旺盛生长的儿童青少年来说，身高是生长发育中最显而易见、最有代表性的指标。在通常情况下，身高顺利增长，说明孩子的营养良好，也没有受到慢性消耗性疾病的干扰。中国和日本是一衣带水的邻邦，两个民族在遗传营养方面有许多相似之处。但中国男女7—18岁青少年身高和日本青少年全国平均身高的比较结果清晰显示，中国青少年整体上身高较日本处于劣势。大体上，7—9岁比日本矮1—3厘米，10—12岁矮3—4、5厘米。青春中期后男、女出现分化，男生的劣势更明显，13—15岁矮3、5—4、5厘米，16—18岁矮2—3厘米；女生13—15岁矮1—1、5厘米；15—18岁差距为0、5—0、6厘米。

5、目前，我国大部分人群钙的摄入量仅能达到需要量的一半，我国儿童因缺钙引起的佝偻病和成年人的软骨病及老年人的骨质疏松症可达40%左右。奶中维生素b2含量丰富，喝一杯可达到每天需要量的23、3%；还含有少量的维生素e、b1和c。且奶是碱性食品，可维持机体的酸碱平衡。奶的营养价值及生物利用率高，因此，男女老幼都适宜喝牛奶。世界上很多发达国家，人均牛奶摄取量非常高。因消化牛奶的速度比肉、鱼、蛋快，欧美人把牛奶当水喝。二次世界大战后，日本人积极改善食物结构，号召天天喝牛奶。到上个世纪80年代中期，日本人的身高比大战前平均增长了10厘米，国际上评价道“一杯牛奶改变了一个民族”。

6、营养配餐在国外十分普遍，但在国内却尚未引起人们重视。什么是营养配餐呢？营养配餐：就是按人们身体的需要，根据食品中各种营养物质的含量，设计一天、一周或一个月的食谱，使人体摄入的蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素和矿物质等几大营养素比例合理，既达到均衡膳食。简单讲，就是要求膳食结构多种多样，谷、肉、果、菜无所不备。

- 1、 中国和日本青少年身高差距的原因是什么？
- 2、 中国青少年普遍营养失衡的原因是什么？
- 3、 中国和日本目前在饮食结构上最大的不同点是什么？
- 4、 你认为当今青少年学生的饮食结构特点是什么？
- 5、 青少年必需的营养以及合理的营养结构是什么？

教师：组织学生在全班进行交流。

学生：提出自己的见解，阐述小组意见。

教师：1、请你对目前学生的不良饮食结构和习惯提出自己的合理建议；

2、请你结合自己的知识和相关资料告诉大家，应该从哪些方面关注食品安全。

学生：小组讨论，全班交流。

教师：请你运用自己所了解的有关营养和饮食的知识，作为自己的青春期

## 食品健康安全教案小班篇十六

- 1、通过真实的案例及生活场景让幼儿懂得随便乱吃东西的危害性。
- 2、提高自我保护的意识及应对安全事件的能力。
- 3、引导幼儿乐于探索、交流与分享，激发幼儿的想象力。
- 4、教育幼儿养成做事认真，不马虎的好习惯。
- 5、培养幼儿养成良好生活习惯的意识。

2、图片：（老鼠、苍蝇叮咬过的食物。过期的食物。腐烂变质的食物。假冒、劣质的食物。没洗干净的食物）

3、每组一小筐（内有图片如：幼儿一边走一边喝水；吃饭时在说笑；吃大量的雪糕；把铅笔放入口中等）

4、一个铁制五角星、120急救录音、一段轻音乐。

### 一、激发兴趣

1、播放120急救录音，教师紧张提问：发生什么事啦？（幼儿相互猜测）

2、教师出示一个小小的铁制五角星，故作神秘：“要想知道发生什么事？还要从这个小小的铁制五角星说起。”

### 二、真实案例《卡在气管里的五角星》进入

教师讲解：这是一个真实的故事：一天，5岁的龙龙突然咳嗽不停，喘不气来，躺不下，又坐不下，可难受了。爸爸妈妈担心死了。着急的父母叫来医院的急救车，最后经过一位有经验的老医生的检查，这位医生从他喉咙的侧面取出了一个大大的铁制的五角星。医生说这个五角星卡在的地方，一般的检查很难发现，幸亏爸爸妈妈及时来到了这里，要不会有



生命危险的。经过医生的精心治疗，龙龙的病终于好了。医生告诉龙龙说：“以后，一定不能把一些危险的东西放入口中。”

讲述完后提问：

- 1、龙龙的身体好受吗？
- 2、龙龙的爸爸、妈妈心里怎样？
- 3、医生从他气管里取出了什么？为什么会这样？
- 4、医生对龙龙说了什么？
- 5、你还知道哪些东西特别危险，不能放入口中？

教师感慨：当我在电视上看到这个真实的故事时，我的心里和龙龙的爸爸、妈妈一样着急，龙龙怎么能把那么大的五角星放入口中，幸亏医生爷爷的高招技术救了龙龙。希望所有的小朋友一定要记住这个教训，千万不能随便往嘴里乱放东西。

### 三、观看课件、情景表演深入

#### 1、课件《进餐时》

内容：幼儿在吃饭时，有的在说笑，有的在扔饭，有的嘴里含着饭在玩玩具，跑闹。

教师和幼儿一边观看一边讨论：小朋友这样做，对吗？为什么？

教师参与发言：人在吃饭时，饭宝宝都要经过气管，再到胃，如果吃饭时说话，疯闹，饭宝宝就会走错路，也就容易呛伤，严重者饭卡在气管里，会因为喘不上气来而死亡。所以小朋

友吃饭喝水时，一定要安静，不能说笑，打闹。

## 2、课件《肚子为什么疼》

内容：一天，妈妈从幼儿园接冬冬回家，冬冬非要妈妈买烤肠吃，妈妈只好给冬冬买了两根。冬冬马上吃了。冬冬回到家，看见篮子里盛着许多草莓，抓起来就吃，妈妈说：“冬冬，等洗干净了再吃。”“我不怕脏”冬冬吃了很多。夜里，不知为什么冬冬的肚子疼得不得了。

观看后讨论：

小朋友，冬冬的肚子为什么会疼？说一说，你是怎样做的？

观看图片：

- (1) 老鼠、苍蝇叮咬过的食物。
- (2) 过期的食物。
- (3) 腐烂变质的食物。
- (4) 假冒、劣质的食物。
- (5) 没洗干净的食物。

分析比较：这些东西你吃过吗？说一说，这些东西为什么不能吃？

小结：大街上的烧烤的东西特别不卫生，而且吃了容易致癌。吃水果之前一定要洗干净。买食物一定要有质量安全标志，保质期内的食物。一些腐烂变质，老鼠、苍蝇叮咬过的假冒、劣质的食物不能吃，否则会食物中毒的。

## 3、教师与幼儿配合情景表演《好吃的鱼》

内容：今天是星期天，明明的妈妈买来了一条大鲤鱼。做了一道好吃的葱油鲤鱼。明明闻着香香的味道忙地吃了起来，妈妈说：明明，别着急，把鱼刺弄干净了在吃，但明明可着急了，突然，喉咙里卡住了鱼刺，明明难受得哭起来了。妈妈一边安慰明明，一边带他到医院后，医生阿姨帮他取出鱼刺了。

提问：

(1) 明明应怎样吃鱼？

(2) 鱼刺卡在喉咙里该怎么办？

孩子共同总结：小朋友吃鱼时，一定要仔细把鱼刺弄干净再吃，一旦鱼刺卡住了，小朋友也不要哭，因为越哭，鱼刺就陷得越深，应赶快告诉妈妈或老师，带你到医院去治疗。

#### 四、游戏“判断对错”渐入

分组进行游戏：

1、上幼儿园时，没有生病的小红非要妈妈帮她带药到幼儿园。

（用课件显示动画的儿童专家提醒：）不生病时，不能随便吃药，否则也会对身体造成伤害。而且爸爸、妈妈的药更不能吃，有可能造成中毒，后果非常严重。

2、邻居的小哥哥给了小妹妹一个很小的果冻吃。

（用课件显示动画的儿童专家提醒：）小朋友听过有很多小孩由于吃果冻而卡住喉咙里喘不气来而死亡的事情吗？果冻我们小朋友尽量不吃，即使要吃时，一定要用小勺弄碎了再吃。特别是小的孩子一定不要吃小的果冻。

3、夏天来了，天气太热，我喝了饮料，又吃雪糕。

（用课件显示动画的儿童专家提醒：）夏天天气虽然很热，但也尽量少吃雪糕，因为雪糕太凉容易让胃宝宝难受的。

4、小朋友拿了一个玻璃球放在嘴里玩。

（用课件显示动画的儿童专家提醒：）玻璃球是危险物品，千万不要放在嘴里玩，容易出危险。

## 五、操作活动巩固

1、请幼儿把小筐里认为做得不正确的图片挑出来，并说一说为什么。

例如：小朋友一边走一喝水，容易呛到。

2、师巡回观察幼儿引导幼儿互相讨论，主动操作。

## 六、师幼共同布置“不乱吃东西”主题墙

1、教师快速在主题墙画出笑脸和哭脸，幼儿把活动后的不正确的图片张贴在主题墙的哭脸中，正确的图片张贴在主题墙的笑脸中。（配上轻音乐）

2、教师在一旁鼓励幼儿，把其他不能吃的东西添画在主题墙上。

3、教师鼓励幼儿继续发挥想象和创意，设计“不乱吃东西”的家园互动小标语。

4、教师整理幼儿语言，一边读一边书写到主题墙上。

如：请家长、小朋友配合老师晨间一摸、二看、三查、四问。

请家长和老师共同关注小朋友的安全。

小朋友不带危险东西入园。

午睡时，兜里无异物。

小朋友少吃冷饮，果冻，不往嘴里乱放东西。

## 食品健康安全教育教案小班篇十七

- 1、 使学生认识合理营养及食品安全的重要性。
- 2、 使学生能够运用所学知识，设计一份适合自己的合理食谱。
- 3、 培养学生分析问题、解决问题的能力；并使学生在中体会运用知识解决实际问题的成功与喜悦。

重点：认识合理营养及食品安全的重要性。

难点：如何根据实际情况设计合理的食谱

教师：搜集关于青少年生长发育现状问题、中日青少年身高比较结果、牛奶对人们生活的影响、什么是营养配餐等资料。

学生：

- 1、 分成小组，选出发言人。
  - 2、 搜集与合理膳食和食品安全有关的资料和信息。
- 1、 学生阅读教师提供的资料，分小组讨论资料后的相关问题。
  - 2、 教师组织学生进行全班的交流和总结。
  - 3、 学生分别在组内和班内交流自己所搜集的有关合理膳食

和食品安全的资料和信息。

4、 各小组同学制定适合青春期学生的营养食谱。

5、 各小组的发言人在全班宣布本小组的营养食谱。

教师：现在许多学校中午为同学们配送营养午餐，但是一些同学少吃或不吃学校配送的午餐，而吃方便面或是汉堡包，更有部分同学到校外的肯德基、麦当劳去吃洋快餐。这种饮食结构是否合理？对同学们的生长发育会产生什么影响呢？让我们一起来阅读几个资料。

学生：阅读资料，小组讨论思考题。

1、 中国和日本青少年身高差距的原因是什么？

2、 中国青少年普遍营养失衡的原因是什么？

3、 中国和日本目前在饮食结构上最大的不同点是什么？

4、 你认为当今青少年学生的饮食结构特点是什么？

5、 青少年必需的营养以及合理的营养结构是什么？

教师：组织学生在全班进行交流。

学生：提出自己的见解，阐述小组意见。

教师：

1、 请你对目前学生的不良饮食结构和习惯提出自己的合理建议；

2、 请你结合自己的知识和相关资料告诉大家，应该从哪些方面关注食品安全。

学生：小组讨论，全班交流。

教师：请你运用自己所了解的有关营养和饮食的知识，作为自己的青春期

## 食品健康教育教案小班篇十八

指导学生学一些有关食品安全等知识，使学生懂得安全的重要，在购买食品时要进行选择 and 鉴别。从而树立安全意识，从精神上远离安全隐患，加强自身的素质培养，使学生安全、健康地成长。教学过程：

一、观察日记引入：每天放学都会有一种奇怪的现象：部分同学不是向学校食堂走去，而是直接走向学校的商店、校外小摊买了一些色彩鲜艳、包装简易的小食品。同学们只是觉得味道好，可大家知不知道你们的身体正被伤害着。

### 二、案例介绍

#### 案例一、双汇瘦肉精事件

20xx年315特别行动中，央视曝光了河南知名企业双汇“瘦肉精”养猪一事。瘦肉精可以增加动物的瘦肉量使肉品提早上市、降低成本。但瘦肉精有着较强的毒性，长期使用有可能导致染色体畸变，诱发恶性肿瘤。

“瘦肉精”学名又称盐酸克伦特罗，既非兽药，也非饲料添加剂，而是肾上腺类神经兴奋药。猪食用后在代谢过程中能够促进蛋白质合成，加速脂肪的转化和分解，提高猪肉的瘦肉率。“瘦肉精”主要颁布于动物肝脏，肌肉中含量较肝脏低很多。饲料中添加适量盐酸克伦特罗后，可使猪的瘦肉率提高10%以上。生猪使用瘦肉精后皮毛光亮，呼吸急促，个别会出现腿抽搐，站不稳，爬坡困难；宰后猪的肌肉特别鲜红，后臀肌肉饱满，肥肉特别薄。

危害：

“瘦肉精”中毒的症状表现比较特别，主要是心慌、肌肉震颤、头痛以及脸部潮红等。一般来说不会有大问题，但是对心率失常、高血压、青光眼、糖尿病、甲状腺机能亢进等疾病的患者有较大危害。

识别方法

(1) 看该猪肉是否具有脂肪（猪油），如该猪肉在皮下就是瘦肉或仅有少量脂肪，则该猪肉就存在含有“瘦肉精”的可能。

(2) 喂过“瘦肉精”的瘦肉外观特别鲜红，后臀较大，纤维比较疏松，切成二三指宽的猪肉比较软，不能立于案，瘦肉与脂肪间有黄色液体流出，脂肪特别薄；而一般健康的瘦猪肉是淡红色，肉质弹性好，瘦肉与脂肪间没有任何液体流出。

(3) 购买时一定看清该猪肉是否有盖有检疫印章和检疫合格证明。

案例二上海染色馒头事件

20xx年3月，上海华联等超市被曝多年销售同一公司生产的染色馒头，它是通过回收馒头再加上着色剂而做出来的。染色馒头中掺有防腐剂山梨酸钾、甜味剂甜蜜素和色素柠檬黄。据我国《食品添加剂使用卫生标准》规定，可以使用的添加剂中没有山梨酸钾，允许添加甜蜜素和柠檬黄的食品中也不包括发酵面制品。

危害：

如果长期过度食用甜味剂超标的食品，就会因摄入过量而对人体造成危害，尤其是对肝脏和神经系统造成危害，特别是



对代谢排毒能力较弱的老人、孕妇、小孩危害更明显，因为甜蜜素有致癌、致畸、损害肾功能等副作用。

### 案例三、浙江地沟油事件

通俗地讲，地沟油可分为以下几类：一是狭义的地沟油，即将下水道中的油腻漂浮物或者将宾馆、酒楼的剩饭、剩菜（通称泔水）经过简单加工、提炼出的油；二是劣质猪肉、猪内脏、猪皮加工以及提炼后产出的油；三是用于油炸食品的油使用次数超过规定要求后，再被重复使用或往其中添加一些新油后重新使用的油。

危害：

垃圾油是质量极差、极不卫生，过氧化值、酸价、水分严重超标的非食用油。它含有毒素，流向江河会造成水体营养化，一旦食用，则会破坏白血球和消化道黏膜，引起食物中毒，甚至致癌。

“过菜油”之一的炸货油在高温状态下长期反复使用，与空气中的氧接触，发生水解、氧化、聚合等复杂反应，致使油黏度增加，色泽加深，过氧化值升高，并产生一些挥发物及醛、酮、内酯等有刺激性气味的物质，这些物质具有致癌作用。“泔水油”中的主要危害物—黄曲霉素的毒性则是砒霜的100倍。

### 三、十大“垃圾”食品及其危害

（一）油炸类食品，主要危害是

1、油炸淀粉导致心血管疾病

2、含致癌物质；

3、破坏维生素，使蛋白质变性。

（二）腌制类食品，主要危害是：

- 1、导致高血压，肾负担过重，导致鼻咽癌；
- 2、影响粘膜系统（对肠胃有害）；
- 3、易得溃疡和发炎。

（三）加工类肉食品（肉干、肉松、香肠等），主要危害是：

- 1、含三大致癌物质之一：亚硝酸盐（防腐和显色作用）；
- 2、含大量防腐剂，加重肝脏负担。

（四）饼干类食品（不含低温烘烤和全麦饼干），主要危害是：

- 1、食用香精和色素过多对肝脏功能造成负担；
- 2、严重破坏维生素；
- 3、热量过多、营养成分低。

（五）汽水、可乐类食品，主要危害是：

- 1、含磷酸、碳酸，会带走体内大量的钙；
- 2、含糖量过高，喝后有饱胀感，影响正餐。

（六）方便类食品（主要指方便面和膨化食品），主要危害是：

- 1、盐分过高，含防腐剂、香精，损肝；

2、只有热量，没有营养。

（七）罐头类食品（包括鱼肉类和水果类），主要危害是：

1、破坏维生素，使蛋白质变性；

2、热量过多，营养成分低。

（八）话梅蜜饯类食品（果脯），主要危害是：

1、含三大致癌物质之一：亚硝酸盐；

2、盐分过高，含防腐剂、香精，损肝。

（九）冷冻甜品类食品（冰淇淋、冰棒和各种雪糕），主要危害是：

1、含奶油极易引起肥胖；

2、含糖量过高影响正餐。

（十）烧烤类食品，主要危害是：含大量致癌物质。

四、中学生食品安全应注意的问题

3、生吃的瓜果和蔬菜要洗净，避免农药中毒；

## **食品健康安全教案小班篇十九**

1、使学生了解食品污染的知识，使学生了解食品中毒的知识。

2、学生在食品安全工作中的注意事项及预防措施。

对食品污染和中毒的预防

## 一、食品污染

食品污染是怎么回事？食品（食物）从其作物生长到收获、采摘，从生产加工、运输、贮存、销售直到食用前的每个环节中，由于各种条件，多方因素的作用及影响，使原来无毒无害的食品，混进了某些有毒有害的物质，降低了食品的营养价值和卫生质量，人吃了这样的食品就能对人体健康带来不同程度的危害，这叫食品污染。

## 二、食物中毒

食物中毒是人吃了有毒食物所引起的一类急性疾病的总称。

### （一）细菌性食物中毒

细菌性食物中毒，主要发生于温度较高的夏秋季，因为这个时期的气温适合病原菌增殖和产毒，致使病原菌污染食品而发生中毒。动物性食物引起中毒表现为发热、头痛、头晕、食欲不振，继而出现恶心、呕吐、腹泻一日可达7—8次，发烧38—40℃。严重者血压下降抽风、昏迷、重症病人可因心衰、肾衰导致死亡。

预防：加工肉类制品时必须生熟食品分开，保存时要低温贮藏或用盐腌煮肉时肉块不应超过2公斤，厚度不超过8公分，煮沸3小时以上，蛋类要煮沸10分钟以上。前一餐剩下的食物一定要回锅加热后再食用。

### （二）有毒动植物食物中毒

#### 1、豆角中毒

一般豆角不中毒，但食用没熟透的豆角能引起中毒，原因可能与豆角中含有红细胞凝集素没被加热破坏有关。豆角中毒潜伏期短，最快食后10分钟发病，主要症状为恶心、呕吐、

腹泻、头痛、头晕，有的出现胸闷，出冷汗，四肢麻木等。

预防措施：菜豆宜炖食，加工时间要长，可使毒破坏，切不能急炒，更不宜凉拌。

## 2、芽土豆中毒、毒蘑菇中毒

### （三）化学性食物中毒

1、蔬菜不新鲜，腐烂变质时可能产生亚硝酸盐中毒。蔬菜在腌制过程中也能产生亚硝酸盐。制作熟食加过量的发色剂，亚硝酸盐过量引起中毒。

## 2、有机磷农药中毒

那么怎样预防食物中毒呢？

1、养成良好的卫生习惯。饭前便后要洗手。不良的个人卫生习惯会把致病菌从人体带到食物上去。

2、选择新鲜和安全的食品。

3、食品在食用前要彻底清洁。

4、尽量不吃剩饭菜。

5、不吃霉变的粮食、甘蔗、花生米，其中的霉菌毒素会引起中毒。

6、警惕误食有毒有害物质引起中毒。

7、不到没有卫生许可证的小摊贩处购买食物。

8、饮用符合卫生要求的饮用水，不喝生水或不洁净的水。

总结：只要从以上几个方面入手，认真学习食品卫生知识，掌握一些预防方法，提高自我卫生意识，就能最大限度减少食物中毒的风险度，预防食物中毒，保证我们同学们身体健康。

## 食品健康安全教案小班篇二十

活动主题：

拒绝垃圾食品，倡导绿色生活

活动背景：

现在社会上不健康的食品冲击着整个食品市场，特别是在校园门口的各小店中的垃圾食品，数不胜数。那些食品从形状、色彩、口味都特别受小学生的青睐，孩子们往往经不起这些食品的诱惑，想尽办法去买那些垃圾食品。所以食品安全已成为人们倍感关注的问题。通过全班交流，同学们一致认为研究“垃圾食品”很有意义，为了让学生们亲身体会到垃圾食品对人体的危害，决定开展《拒绝垃圾食品倡导绿色生活》的综合实践活动。

活动目的

- 1、通过“实践活动”，了解辨别食物是否卫生、安全的基本方法，以及常见的几种食品添加剂，增强关注社会热点问题的意识。
- 2、通过“实践活动”，关注一些社会热点话题，增强自我分析、判断意识，增强自身的社会责任感。
- 3、学会设计简单的调查问卷，并实践问卷调查；
- 4、学会如何进行实地观察，并进行观察记录；

5、学会撰写简单的倡议书；

6、充分运用各种资源，如图书馆、新华书店、网络等，收集资料。从收集资料、记录资料到整理、分析、得出结论，使学生们逐步形成运用资料说明问题的能力。

7、以活动为主要开展形式，强调学生的亲身经历，要求学生积极参与到各项活动中去，在“做”、“考察”、“实验”、“探究”等一系列活动中发现和解决问题，体验和感受生活，发展实践能力和创新能力。

8、培养学生相互协作的团队精神。学会交流，学会合作，正确地处理个人与团队的关系。

活动目标：

1、知识与技能：

了解日常生活中垃圾食品对人体的危害和造成这种现状的原因；了解学生食品安全意识，预防食物中毒；初步了解和掌握辨别绿色食品的基本方法；了解贴近人们日常生活的绿色生活准则，规范自己的日常生活习惯。

2、过程与方法：

利用网络、媒体、采访等渠道收集相关资料、信息。能够在教师的指导下小组合作完成调研和访谈，填写调查表、写倡议书、学会自己动手制作手抄报。

3、情感态度价值观

通过本主题活动使学生视野开阔，学会关注生活、关爱他人；养成同他人合作的态度和能力；能够正确地看待社会问题并积极地参与，认识到作为社会一员自身应承担的义务和责任。

活动重点：

充分认识到垃圾食品给人体带来的危害，坚决拒绝垃圾食品入口。

活动难点：

形成自我保护意识和安全意识，拒绝垃圾食品的诱惑。

活动设计：

### 1、总体设计

课内活动则主要安排在课室内，课外活动主要安排在校园、社区内进行。由学生进行小组调研。在调研实践中整理出调查结果，然后进行交流评价活动，最后把学生的成果进行展示。

### 2、课型设计开题活动

### 3、方法指导展示交流

4、调查与展示时间□20xx年5月11日—5月30日为调查时间，6月1日—7日为展示时间。

5、调查内容：本校学生的饮食和零食情况、身边的食品安全隐患、有关食品安全的重要性和相关知识。

6、调查方式：班级中或放学后校门外实地调查，上网查找有关资料。

7、活动成果形式：填写《“生活中的食品安全”研究活动评价表》，说感受、写感受，讲“我身边的食品安全故事”、办“食品安全手抄报”。



活动准备：

- 1、教师设计引导性的问题，帮助学生了解本校、本班存在那些食品安全隐患。
- 2、学生通过调查了解收集相关的资料。
- 3、教师或有条件的学生可准备照相机或摄像机。

活动过程：

第一阶段——活动准备（开题活动）

- 1、诱发问题生成主题幻灯片展示□a□食品摊点出售的食品类型等□b□近几年世界环境日我们中国提出的主题。

教师提出问题：

（1）小学生应如何响应号召倡导绿色生活？

（2）食品安全对我们的生活有很多的联系和影响？同学们想了解更多吗？引发学生对了解食品安全和身体健康及多吃绿色食品与倡导绿色生活的联系，确立班级活动主题“拒绝垃圾食品倡导绿色生活”的主题活动。

2、分解班级活动主题

根据班级活动主题分解成四个小组，每组6人，每组确立一位小组长由组长负责相关事宜，小组成员根据分工不同，负责各自的分工任务。每组活动主题分别是：垃圾食品知多少、垃圾食品的危害、我眼中的绿色食品、呼唤绿色食品。

3、制定方案：小组合作制定活动方案，写好计划书。

4、确立实践活动时间□20xx年5月11日——6月7日四周时间。

5、收集有关资料。

1) 内容：相关的“生活中的食品安全”知识

2) 途径：走进图书馆查阅相关；上网收集相关资料；通过实地调查获取相关资料。

6、检查准备工作。

指导教师检查各组人员准备的工作情况，并交代若干注意事项。（例：活动内容、时间、地点、活动器材、活动人员安全等）

第二阶段——活动实施过程

1、教师集中指导，进一步完善各小组活动安排。

2、在教师指导下，各小组明确活动过程。

(1) 第一小组主题：垃圾食品知多少

活动过程：小组各成员互相交流自己所了解到的垃圾食品的种类，再通过查找书籍、上网查找、访问等形式丰富调查的结果，最后交流讨论整理收集到的资料。

(2) 第二小组主题：垃圾食品的危害

活动过程：小组各成通过采访校园里的师生了解他们对垃圾食品危害的知识知道多少先，然后查阅书籍上网查找资料，对垃圾食品的危害进行了解。最后通过调查采访表等形式丰富调查研究的结果。

(3) 第三小组主题：我眼中的绿色食品

活动过程：上网查找资料了解和辨别食品卫生、安全的方法，认清绿色食品标志，再上超市走访调查，用实物来展示辨别绿色食品标志。

(4) 第四小组主题：呼唤绿色食品实践过程：设计调查问卷开展问卷调查、查找书籍、上网查找等形式丰富活动内容。

3、撰写“选购安全食品”倡议书，对“生活中的食品安全”提出看法和建议

### 第三阶段——汇报交流

#### 1、回顾导入

(1) 教师导言导入新课。

(2) 各小组进行交流回顾所开展的实践活动，选择合适的人选和方式交流。

#### 2、风采展示（展示方式：1、手抄报展示；2、调查报告展示）

(1) 第一小组：垃圾食品知多少。

这个小组的同学准备以幻灯片的形式向学生展示垃圾食品的分类。并且想以实物的形式提醒同学们垃圾食品就在我们身边。我们非常有必要认识垃圾食品，了解它们的危害。

(2) 第二小组：垃圾食品的危害。

这个小组的同学将把调查采访的结果分析给同学们，然后通过丰富的视频资料告诉同学们垃圾食品的危害。

(3) 第三小组：我眼中的绿色食品。

这个小组的同学将收集整理资料制成了幻灯片，将以幻灯

片的形式向同学们展示绿色食品方面的知识。还从网络上下载了如何辨别绿色食品的视频资料。

#### (4) 第四小组：呼唤绿色食品。

这个小组的同学准备以幻灯片的形式告诉同学什么是绿色食品及贴近生活绿色消费准则有哪些。还制作了倡议书，倡议更多的人加入到绿色生活的行列中来。

### 3、讨论辨认

教师课堂展示许多食品，学生应用收获的知识辨别哪些是绿色食品？

### 4、教师小结

根据本课的收获和体会，以倡议书的形式告诉身边的人。

### 5、拓展延伸

拒绝垃圾食品，倡导绿色生活，我们在行动。走进社区、到商场路口等去宣传绿色生活理念。

### 活动效果

这次综合实践活动密切联系学生实际，学生自主地参与探究、分析、处理信息材料，充分体现了“自主性、开放性、实践性”的原则。

通过本次实践活动的开展，学生的发现问题、筛选问题、解决问题的能力得到了锻炼，激发了他们探究的热情，让学生知道了不健康食品对身体的危害，丰富了知识面；让学生通过自主调查、访问、探讨心得，让学生在自已实践操作中去收获知识，使学生视野开阔，学会关注生活、关爱他人；养成同他人合作的态度和能力，懂得了与人交流合作的重要性；

能够正确地看待社会问题并积极地参与，认识到作为社会一员自身应承担的义务和责任，促使了他们更加关注身边的社会问题，社会责任感增强了，并开始关注生命。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)