

幼儿园大班健康教案《蔬菜》

幼儿园大班健康教案《蔬菜》1

一、目标：

1. 能用不同的形式来简单介绍一些蔬菜。
2. 进一步认识蔬菜和了解蔬菜的营养价值。

二、准备：

1. 各种蔬菜的胸饰。
2. 收集有关蔬菜的资料。
3. 蔬菜色拉。

三、过程：

1. 情景导入：

(1) 幼儿根据意愿佩戴蔬菜胸饰扮演角色。

——今天，蔬菜王国有个大聚会，你们一定很想参加吧。

(2) 听着音乐来到蔬菜王国，老师扮演“蔬菜国王”

——欢迎你们来到蔬菜王国。

(3) “蔬菜国王”端出蔬菜色拉招待“蔬菜”

——“猜一猜”我请你们吃什么？里面有哪些东西？我为什么要请你们吃这些东西？

2. 互相介绍：

(1) 幼儿独自用不同的形式来介绍蔬菜，让大家进一步了解各种蔬菜的主要特征和营养价值。

——你们这些不同的蔬菜，今天想聚在这里，能不能介绍一下，彼此来认识了解。

(2) 引导幼儿积极投入

——你是什么“蔬菜”？“我们还不认识你”“你能不能给大家介绍一下”

3. 体验快乐：

(1) 听音乐大家一起做游戏，体验欢聚的乐趣，感受蔬菜人见人爱。

(2) “国王”送礼物。

幼儿园大班健康教案《蔬菜》2

活动目标

1、引导幼儿懂得多吃蔬菜身体好的道理，并养成良好的饮食习惯。

2、引导幼儿了解几种常见的蔬菜，知道不同的蔬菜有不同的食用部位与营养价值。

3、培养幼儿的观察能力、分析判断能力和语言表达能力。

4、培养幼儿养成良好生活习惯的意识。

5、让幼儿知道愉快有益于身体健康。

活动准备

各种蔬菜、寿光蔬菜博览会的图片、蔬菜制品、蔬菜教具

活动过程

1、谈话导入：

师：“刚才小朋友告诉我，潍坊有许多好玩的地方，潍坊是世界风筝之都。我的家乡是寿光。寿光是中国蔬菜之乡，每年的4月20日国际蔬菜博览会开幕，菜博会上有许多千奇百怪的蔬菜和蔬菜组成的美丽景色，今天老师就带你们到菜博会的展厅、超市和生态餐厅去逛一逛。我们先到展厅来看看。”

2、引导幼儿欣赏菜博会的精美图片。

师：“这是什么？”“我们坐下来慢慢观赏吧。”

3、 边观察图片边提出问题：

(1)、这是什么?它长在哪里?为什么架起来?(节省空间)这是什么瓜?它有二三百斤重呢!嫁接出来的不同南瓜。是高科技的产品。胡书记也来过菜博会呢!他见寿光的蔬菜这么好,要向全国的农民伯伯推广。这是什么?有什么颜色的?你能用一个好听的词来表示吗?这么漂亮的辣椒,人们给它起了一个好听的名字叫五彩椒。萝卜长在哪里?上面那是什么?我们吃的是它的什么部分?这是谁?它象什么?我们吃的就是它的花。这么漂亮?向什么?能吃吗?它也是菜的一种,我们叫它金针菜。土豆长在哪里?土豆上面还有什么?我们吃的是它的茎。你看到什么了?农民伯伯手里拿着什么?那是藕!什么颜色的?为什么?刚从泥里拿出来呢!我们吃的是它的根茎。茎有很多种,有象西红柿、黄瓜那样的茎,也有象藕、土豆这样的根茎、块茎。你认识它吗?福娃跟我们说再见了。

(2)、师:“孩子们,展厅里的景色还有很多呢,我们今天就先观赏到这里,想一想除了这些蔬菜,你还知道什么蔬菜?”

“你是怎么吃的?”

师:“小朋友知道这么多的蔬菜呢,不过,菜博会的蔬菜超市里有更多五花八门的蔬菜呢!让我们一起到超市去看一看吧!”

4、 幼儿自由观察探索蔬菜

发现西红柿，引导孩子了解植物的组成部分，知道吃的是西红柿的果实，让孩子想一想还有什么蔬菜也是吃果实的？是不是有这些呢？我们进去看看，到底哪些蔬菜是吃果实的？不是吃果实的`蔬菜我们又是吃的它的什么部分呢？

(1)、自由观察：看一看你认识什么蔬菜？请个别幼儿讲一讲蔬菜叫什么名字？它是什么样子的、什么颜色的？我们吃的是它的什么部分？可以怎么吃？

(2)、集中观察：孩子们，这是什么？你知道我们吃的是它的什么部分吗？吃了它有什么好处吗？西红柿——含有维生素，对皮肤有好处，可以让爸爸妈妈爷爷奶奶更年轻。萝卜——含有矿物质，帮助我们消化食物。菠菜——保护我们的眼睛，让小朋友的眼睛又大又明亮，看的更清楚。土豆——含有淀粉、维生素。不仅可以当蔬菜还可以当粮食吃。即可以生着吃，又可以熟着吃。蘑菇、豆芽

(3)、孩子们，看看这些菜的颜色一样吗？不同的颜色还养护我们身体里的不同器官呢！绿色对肝脏好，可以减肥，还对失眠的人有好处。你能帮我找一找绿色的蔬菜吗？(菠菜、生菜、白菜、荠菜、芹菜、香菜、绿萝卜、绿辣椒、黄瓜、瓠子、甘蓝、西兰花……)红色对心脏好，能增强抵抗力。防感冒。最近很多宝宝感冒了，请你找一找预防感冒的红色蔬菜！（西红柿、红辣椒、）黄色对胃好，对骨头好，还能延缓衰老(金针菜、胡萝卜、南瓜、

韭黄、姜黄……)白色对肺好,(花菜、蘑菇、藕、冬瓜、)紫色对肾脏有好处。(洋葱、茄子、紫菜……)

(4)、小结:孩子们,这些菜的形状、颜色、营养成分一样吗?吃的部分一样吗?但它们有一个共同的名字——蔬菜,不同的蔬菜有不同的营养,小朋友现在正是长身体的时候,需要多种营养,所以不挑食的孩子才会更健康的。

(5)、分类:这么多蔬菜乱七八糟的放在一起,客人们来参观好看吗?我们帮它们分分类吧!

(6)、幼儿分类

第一组:根 第二组:茎 第三组:叶 第四组:花 第五组:果实 第六组:食用菌 第七组:芽类

师:现在好多了,客人来参观就非常清楚了,一看就知道哪些蔬菜是吃根的,哪些蔬菜是吃果实的……

5、蔬菜餐厅

(1)、师:参观完蔬菜超市,我们最后到生态去看看。

蔬菜娃娃,它们是用什么做成的?(凤凰)这是什么?它象什么?用什么做出来的?

出示蔬菜制品——引导孩子观察

蔬菜拼盘：这里面有什么？一定很好吃！

果蔬片：它是用什么做成的？为什么要这么做？待会尝尝看。

果蔬汁：这是用什么做出来的？猜一猜会是什么味道？有营养吗？

(2)、师：这么多好吃的，都是用什么做出来的？蔬菜的吃法还真多！你想吃吗？那我们买下来。到活动室里和小朋友一起分享。

活动延伸

再想一想蔬菜还能做成什么？

活动反思

孩子对蔬菜并不陌生。像胡萝卜、花菜、白菜、豆芽等都很常见。孩子对它们大多都很熟悉。上课时老师每出示一种蔬菜，幼儿的兴趣很高，都争相叫出蔬菜的名字，并能说出它的味道老师再继续问这种蔬菜的吃法，许多孩子也能一一讲出。

为了让幼儿进一步了解蔬菜，我把幼儿分成了几个小组。一组负责摘菜、洗菜，一组扮作厨师，负责对蔬菜进行加工，制成蔬菜色拉。一组负责买卖，叫卖的要对顾客讲清这种菜的特点。让另一些幼儿做顾客参观各道工序，并购买货物。买来品尝时，老师跟他们一起讨论，比如什么蔬菜可以生吃，什么样的需要做

熟再吃；哪些蔬菜要吃根，哪些要吃茎，哪些要吃花，哪些要吃叶，哪些要吃果实等。有时，有的孩子说错了，惹得一阵大笑，大家随时给他纠正过来。幼儿在愉快的气氛中，踊跃发言，争先恐后。

在讨论过程中，我不失时机地告诉孩子们哪种蔬菜含有什么营养成分，这种营养对人身体有什么作用，孩子们听得津津有味。对有的营养成分名称幼儿不太熟悉，就要求老师再说一遍。最后孩子们懂得了只有多吃蔬菜，才能健康成长。通过这种生动活泼的教学方式，孩子对常见蔬菜有了进一步的了解，并增长了知识，课堂收到了良好的效果。

幼儿园大班健康教案《蔬菜》3

活动目标：

1、了解残留农药的危害，知道几种祛除农药的方法，懂得保护自己的健康。

2、愿意通过自己的努力，想办法获取知识。

3、喜欢与同伴合作，共同探究，共同分享。

4、初步了解预防疾病的方法。

5、培养良好的卫生习惯。

活动准备：

1、背景知识：了解有关残留农药的危害，并掌握几种祛除方法。

2、物质材料：各种水果蔬菜、两块展板、幼儿手头资料。

3、活动铺垫：本活动重点让幼儿知道几种祛除农药的方法，所以把了解农药危害放在活动前的铺垫部分，让幼儿收集了农药危害的资料，大家一起展示交流，知道残留农药会使人腹痛、腹泻、消化不良，引发心脑血管疾病，甚至危急生命等然后让幼儿回去后继续收集祛除农药的方法的资料。

活动过程：

1、巩固已有知识：

请小朋友观看上一次活动布置的展板，巩固关于残留农药危害的知识，请两个代表解说一下小朋友的资料。

2、了解几种祛除农药的方法：

(1) 请小朋友小组交流收集到的资料，说一说自己了解到的方法。

(2) 幼儿自由展示资料，相同方法的资料同时粘贴到展板上。总结出四种方法：浸泡、去皮、刷洗、加热。

(3) 组讨论：认为哪种方法最好。

(4) 组派一名代表说出自己组的想法，其他组进行评价。

(例如：第一组认为去皮办法好，农药祛除彻底，其他组有的幼儿持反对意见，认为用刀去皮，容易割到手；而有的幼儿持支持意见，认为桃、芒果可以直接剥皮，不存在危险等等。

关注点

A、关注幼儿能否积极参与讨论

B、关注幼儿评价时是否敢于表达自己的想法

3、在实践中加深对几种方法的理解

(1) 教师引导幼儿理解，每种方法都有适合与不适合的水果蔬菜，应根据每种蔬菜水果不同特点选择不同方法。

(2) 请各组幼儿按刚才选择的方法，选择适合的蔬菜水果，并说一说自己选了什么，其他组评价。

(3) 教师小结：有些蔬菜水果可以用多种方法祛除农药。

4、健康食品餐盒

请幼儿选择适当工具与方法，尝试为各种蔬菜水果祛除农药，经过加工后互相随意品尝。

活动建议：

1、活动组织指导方面：教师也可将收集工具列为单独的一次活动，请幼儿专门收集这方面的资料讨论交流。

2、活动延伸拓展方面：

(1) 相关经验的延伸与拓展：可向绿色食品、环保等方面延伸。

(2) 一日生活有机渗透的延伸与拓展，日常生活中引导幼儿注意饮食卫生。

(3) 家园互动：可请幼儿家长到园里来，品尝幼儿亲手制作的健康食品。

活动反思：

目前很多家庭存在孩子劳动时间不多、父母包办一切或不恰当地进行劳动教育等问题，这很有意思，家长把一个正常人需要做的事情都解决了，留给孩子的除了吃饭、上厕所、学习，再无其他，如果可以，甚至家长希望吃饭上厕所都替孩子代劳。长时间脱离现实生活，久而久之，使孩子失去了应有的创造力，个性和人格的发展亦得不到完善，这样的孩子，生活自理能力得不到提高，独立意识也得不到增强。

为了锻炼孩子们的自理能力，我决定给幼儿直接的经验，“以蔬菜水果”为框架，以“生活即教育”为基点，根据我们资源的特点，来围绕“蔬菜水果变干净”开展了一次活动。

他们通过参与活动，知道了水果蔬菜的种类很多，还知道不同的水果蔬菜有不同的祛除农药的方法。但上前面介绍自己盘子的蔬菜、水果与回答问题时，有的孩子表现的不够自信，有的孩子回答问题声音小，语言表达能力不够完善，多数幼儿能大胆地说，这就需要我们做教师的在今后的教学活动中多让这些胆小的幼儿锻炼，培养他们的口语表达能力，通过这次活动培养了幼儿参与活动的兴趣和认真的做事态度。

纵观孩子们在整个活动中的表现，他们的发展是整合的，学习是快乐的。活动中他们一直沉浸在体验，发现、成功的快乐之中。

事后，通过反思我觉得，一堂生动出色的教学活动，他首先是要能够有效的开启幼儿们的创造之门、心灵之窗的，做为教师的我在工作中还需要不辍进取，把话语权交给孩子们，我们老师只作为一位引领者，引领孩子们发现问题，解决问题，培养孩子们的创造能力、思维能力，而不是占用了孩子们的想象空间。

由于我的粗心，没有考虑孩子们装蔬菜水果的盘子小，导致孩子们端着上前面介绍时，蔬菜水果总是掉地上，这都是实践后的经验，我会及时改正，做事考虑周全，及时总结经验和孩子一起快速成长，这不论是对以后教学工作的开展，还是对其它方面的学习研讨，都是终身受益的！

幼儿园大班健康教案《蔬菜》4

活动目标：

1. 引导幼儿认识生活中常见的蔬菜与水果。

2. 了解常见的几种不同颜色。

3. 培养幼儿喜欢参与集体活动，体验一起活动的兴趣。

活动准备：

课件准备：实拍图 PNG 图片 20 张、《蔬菜与水果》卡片图 20 张。

活动过程：

引导幼儿交流讨论，引出主题《蔬菜与水果》。

——大家生活中都吃过哪些蔬菜？哪些水果？

引导幼儿进一步认识不同种类的蔬菜与水果。

1. 出示图片，引导幼儿了解认识多种蔬菜和水果；

——这是什么蔬菜？什么水果？吃起来有什么味道？有什么感觉？（让幼儿展开想象，进行思考）

2. 组织幼儿进行《小红帽购物》游戏；

——游戏规则：由教师扮演小红帽，去市场购买蔬菜和水果，幼儿手拿蔬菜水果的图片，扮演成各种蔬菜、水果，坐在椅子上。

当小红帽走到幼儿面前，全体幼儿说出对应蔬菜或水果的名称，小红帽走过去买。被买的食物（幼儿）跟在老师的后面。直到小红帽买了太多食物，音乐停止，袋子破了，嘭，教师和跟在后面的幼儿迅速抢位子，没有位子的人当小红帽，其他幼儿交换卡片。游戏继续进行。

——播放游戏背景音乐《小红帽》。

3. 出示图片，引导幼儿观察图片，进行配对认识色彩。

——图片上都有什么蔬菜、水果？

——画面上还有什么动物？（小猪）

——小猪喜欢吃红色的蔬菜、水果，大家快帮小猪把红色蔬菜、水果放到背篓里吧。

对活动进行总结，并表扬活动中表现优秀和有进步的幼儿。

——大家都认识了很多新的蔬菜和水果，下次我们再来跟它们交朋友吧。

幼儿园大班健康教案《蔬菜》5

活动目标：

1、认识常见的蔬菜的外形特征，按食用部分进行归类。

2、发展幼儿的观察力、概括力和动手操作能力。

3、知道蔬菜营养丰富，教育幼儿要多吃蔬菜，养成不挑食的好习惯。

教学重点、难点：

知道从蔬菜的食用部分，比较其异同点，形成蔬菜的概念。

活动准备：

1、实物蔬菜：西红柿、冬瓜、豆角、大蒜、土豆、扁豆、白菜、芹菜、菠菜、胡萝卜、花菜等，蔬菜筐

5个（分别贴有根、茎、叶、花、果标记）。

2、自制PPT课件及一封信。

一、创设情景，引入课题

师：刚刚蔬菜王国的国王给老师打来电话，它告诉老师说他们蔬菜王国给咱们小朋友寄来了许多蔬菜，

放在了咱们活动室里，小朋友想不想看看是什么？

二、基本部分：

（一）观察讲述

1、幼儿观察

2、引导幼儿从形状、颜色、味道等观察蔬菜的特征。

3、教育幼儿爱吃蔬菜。提问：我们为什么要吃蔬菜？

小结：蔬菜是我们生长过程中不可缺少的好朋友，每天吃新鲜的蔬菜能使身体营养平衡，增强体质，减少疾病。

（二）经验分享

1、师：谁在一直拽老师的衣角，摸出来瞧一瞧，哦，是一封信，是蔬菜国王给小朋友的信。看看上面写

的什么：我想考考小朋友对我们蔬菜的了解，我们蔬菜有不同的食用的部分，现在请小朋友先动一下脑

筋想想这些蔬菜是吃哪一个部分的，呆会儿再来回答我的问题。

2、幼儿观察

1、) 观察植物的每一个部分。

2、) 猜谜语：又红又圆象苹果，酸酸甜甜营养多，既能做菜吃，又能当水果。（西红柿）谁能说一说西

红柿是什么样子的？（颜色、形状、皮是怎样的、还有小坑、味道、可以做菜也可以生吃）那我们应该

吃西红柿的哪一部分？（果实）还有什么蔬菜是吃它的果实部分？（茄子、辣椒、南瓜、冬瓜、黄瓜、

茄子、冬瓜、扁豆，让幼儿了解他们的名称、形状、特征，知道吃的是他们的果实）。

3、）还有一个谜语猜猜看：一个胖娃娃，埋在地底下，头顶绿巾穿红褂，夏天播种秋天拔，我们人人都

爱它。（萝卜）说一说萝卜的样子？（形状、颜色、可以生吃也可以做菜）老师告诉小朋友萝卜还有“

土人参”之说。因为萝卜中含有淀粉酶，能助消化，有利于人的身体健康，民间自古就有“萝卜是土人

参”之说。我们应该吃它的哪一部分？（根）

还有什么蔬菜我们可以吃它的根？（红萝卜、胡萝卜、白萝卜）

3、（出示白菜）这是什么？老师说说白菜的样子。我们该吃它的哪一部分？（叶）还有什么蔬菜也是吃

它的叶。（白菜、芹菜、韭菜、油菜、菠菜）

4、师小结

蔬菜的种类很多，有的吃根、有的吃叶、有的吃茎、有的吃花、有的吃果实。它们都有丰富的营养，我

们和蔬菜做朋友，多吃蔬菜就能健康成长。

三、游戏《找朋友》

找颜色相同的蔬菜；找自己喜欢的蔬菜；可以吃叶的蔬菜起立；可以吃果实的蔬菜起立……。

四、活动结束。

根据蔬菜不同的食用部分送它们进不同的筐。（根菜、果菜、花、茎、叶的蔬菜）

幼儿园大班健康教案《蔬菜》6

主题的由来：

蔬菜家族以其色彩斑斓、形态各异、味道鲜美、营养丰富的特点深受人们的青睐。对于幼儿来说更是他们健康成长的物质

_____。

活动目标：

1. 喜欢参加各种制作活动，通过观察、品尝，分辨蔬菜的色香味，知道各种蔬菜都有营养，逐渐喜欢吃各种蔬菜。

2. 培养良好的饮食习惯与态度。

3. 初步多吃蔬菜有益健康的小常识。

4. 培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。

环境创设：

1. 请幼儿收集蔬菜图片，在活动室布置“香香的蔬菜”主题墙饰。

2. 将幼儿制作的蔬菜造型放入自然角展览。

3. 与幼儿一起将收集的蔬菜实物布置成蔬菜展，相互介绍、认识。

4. 展出幼儿制作的蔬菜切片造型和调查统计表，以及各种关于蔬菜宝宝营养说明的挂图。

家园共育

1. 经常带孩子到菜场去买菜，帮助孩子认识和了解蔬菜。

2. 在家中多让孩子帮忙摘菜、洗菜，做一些简单的凉拌菜和蔬菜沙拉，激发孩子对蔬菜的兴趣，喜欢吃蔬菜。

3. 与孩子共同进餐，告诉孩子蔬菜的名称和对人体的益处，注意培养孩子荤素搭配的良好饮食习惯。

系列活动方案：

活动一：蔬菜一家子

活动名称：蔬菜一家子

一、活动目标：

1、知道几种常见蔬菜的名称与外形特征。

2、感受蔬菜的多种多样。

二、活动准备：

拟人化的蔬菜；幼儿收集各种蔬菜；剪好的五官、四肢。

三、活动过程：

1、情景表演：青菜奶奶的生日

(1) 出示青菜奶奶：“我是青菜奶奶，今天，我特别高兴，因为今天是我的生日，我得去准备准备，等会儿我的孩子都要为我庆祝生日。”

(2) 出示辣椒的一家，辣椒爸爸：“青菜奶奶在家吗？”“谁呀？”“青菜奶奶，我是胖胖、绿绿的灯笼辣椒。”辣椒妈妈：“我是绿绿、长长的辣椒。”辣椒娃娃：“我是红红的、光光的小辣椒宝宝。”青菜奶奶：“欢迎，欢迎！”辣椒一家：“祝青菜奶奶身体健康，生日快乐！”青菜奶奶：“谢谢，请坐请坐。”

2、说说我知道的蔬菜。

(1) 猜猜还会有哪些蔬菜会来给青菜奶奶庆祝生日呢？

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/098136051143007004>