

幼儿园挑食教案（15 篇）

幼儿园挑食教案（1）

活动目标：

- 1、情愿在集体中大胆地表述自己的想法。
- 2、养成良好的饮食习惯，努力做到不挑食，不偏食。
- 3、初步认识食物与健康的关系。
- 4、知道小伴计不挑食才能身体健康，逐步养成良好的进餐习惯。
- 5、初步认识健康的小常识。

活动预备：

小狗和小狗妈妈的手偶。

活动过程：

- 1、导入活动：观赏故事《好宝宝不挑食》，知道挑食的危害。

(1)老师戴上手偶，叙述故事《好宝宝不挑食》，引领幼儿发觉挑食会对自己的'身体有危害。

老师：小灰狗有一个不好的习惯是什么？

(2)老师提出问题，引领幼儿认识，由于挑食，小灰狗越来越瘦，身体也越来越差，所以差点儿被风吹跑了。

老师小结：小灰狗由于挑食，越来越瘦，身体越来越差，所以差点儿被风吹跑了。

- 2、依据故事内容争论。

(1)老师以故事中狗妈妈的'口吻提问，小伴计有没有像小灰狗那样

的挑食习惯？

(2)老师引领幼儿说说如何来帮忙小灰狗改掉挑食的习惯。

老师：我们应当对小灰狗说什么？我们应当为小灰狗做些什么？

(3)老师小结：小伴计现在正是长身体的时候，身体需要各种养分。假如挑食，就会使小伴计的身体缺少养分，最终像小灰狗一样，长不高、长不大，浑身没有力气。

3、说一说、想一想。

(1)老师结合班上幼儿普遍挑食的状况，找出这些食物的图片，帮忙幼儿认识这些食物的养分价值。

老师：这些食物中哪些是你吃过的？哪些是你喜爱吃的？

老师：它们对小伴计有哪些养分价值呢？

(2)老师小结：牛奶——是补充钙，让小伴计长得高而壮；鱼肉、羊肝——让小伴计的眼睛更加光明；肉——补充热量，让小伴计更有劲儿。

活动延长：

师生一起认识当天的食谱，请幼儿说一说相关食物的养分价值，鼓舞幼儿在进餐时吃一些自己不爱吃的食物。

幼儿园挑食教案（2）

活动目标

1.让幼儿知道均衡的养分对身体健康的重要性。

2.教育幼儿养成不挑食的好习惯。

活动预备事先让幼儿调查自己喜爱吃和不喜爱吃的食物并进行记录、对食物有四大类的熟悉、四大类的食物图谱、食物分析表、事先

制作好的四大类食物材料。

活动过程

（一）老师运用导语引入，小伴计自由做调查活动。

1.幼儿做“对各类食物的喜好”的调查。

① 师：小伴计，昨天老师发给你们每人一本调查册，让你们把自己最喜爱吃的东西和最不爱吃的东西记录下来，你们都带来了吗？今日老师请小伴计当小小调查员，相互调查一下你们最爱吃的东西和最爱吃的东西以及爱吃和最爱吃的缘由。看谁调查得最仔细、最认真。

② 幼儿调查。

2.幼儿对“食谱中的搭配是否均衡”进行调查。

① 师：小伴计利用刚才的调查发觉了什么？

幼：发觉有的小伴计爱吃肉类，不爱吃蔬菜类；有的小伴计爱吃水果、不爱吃馒头。对食物有挑食的情况。

师：这样做好不好呢？我先不说，我们小伴计接着去调查就知道了。

师：我们今日其次站调查的是幼儿园的食谱。看看幼儿园的叔叔阿姨每天为我们做的餐点。是不是只有我们爱吃的食物而没有我们不爱吃的食物呢？

② 幼儿调查。

（二）让幼儿知道均衡的养分对身体健康的重要性，教育幼儿不要挑食。

1、让幼儿知道均衡的养分对身体的重要性，教育幼儿不要挑食。

① 师：小伴计，你们利用这次调查食谱发觉了什么？

幼：每天的食谱中各类食物都是均衡搭配的。

师：为什么要这样搭配呢？我们去人体王国看看就知道了。

② 幼儿参观人体王国③ 师：你们看，这就是我们的人体王国。五谷类的食物含有热量，能够使我们的身体有力气；肉类食物中含有脂肪、蛋白质，能够补充身体的能量；蛋奶类食物中含有大量的钙，能够使我们的牙齿骨骼强壮；蔬果类食物中含有维生素，有助于我们的消化。我们的身体需要多种的养分和能量，才能健康健壮的成长。缺了其中一类食物的养分成分，人体王国都不能强大起来。小伴计你们想不想让你们的人体王国最强大，任何病菌敌人都不能侵害？

幼：想。

2、教育幼儿不能挑食师：你们应当怎么办？

幼：不挑食师：挑食好不好？

幼：不好。

师：对，每一类食物都要我们的小伴计吃，这样身体才会棒棒的。

（三）幼儿搭配餐点——养分均衡的自助餐

1、师：日常在幼儿园都是叔叔阿姨为我们搭配餐点，今日我们自己动手搭配养分均衡的自助餐来让客人老师和我们一起共享吧！

2、幼儿搭配养分均衡的自助餐。

3、师：请小伴计介绍你的餐点名称，邀请客人老师和你共同共享。

记住：告知客人老师不要挑食喔！

4、师生进行自助餐活动，活动结束。

延长活动

- 1、幼儿制作“不挑食宣扬小画册”，送给别的班的小伙伴阅读。
- 2、选出“小小监督员”，每天监督小伙伴有没有消失挑食的情况。

其它能够请家长协作我们进行监督。

- 3、将不挑食的小伙伴在班级的“每日新闻”进行播报表扬。
- 4、幼儿自制食物调查表。

幼儿园挑食教案（3）

活动目标：

- 1、初步懂得要让身体长得好，必需汲取全面的养分。
- 2、知道吃早餐的重要性，培育不挑食的饮食习惯。
- 3、知道人体需要各种不同的养分。
- 4、认识吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭。
- 5、初步认识健康的小常识。

活动预备：

- 1、各种早餐食物图片。
- 2、图片三幅：怎样吃最有养分。

活动过程：

一、观看图片，说说三个小伙伴家里早餐各吃的是什么？

- 1、辰辰家：牛奶、鸡蛋、包子。
- 2、婷婷家：两个鸡蛋。
- 3、叶叶家：稀饭、饼干。

二、比一比，谁家的早餐吃得合理。

- 1、早餐要吃得有养分还要能吃饱，看看谁家做到了？（辰辰家）

2、婷婷家早餐还缺什么?什么东西能够少一点?

3、叶叶家早餐还还缺什么?(缺少鸡蛋，最好加上牛奶，稀饭和饼干养分不够丰富，单吃这些简单饿)

4、早餐最好怎样搭配?

三、认识早餐的重要性。

1、为什么要吃早餐?(早餐的养分能保证幼儿一上午有充分的能量和良好的精神状态投入活动。)

2、每天要按时起床，假如上学校了，要吃完早点后才上学，不吃早点就上学简单得胃病，影响身体健康。

活动反思:

本次活动贴近孩子生活，简单引起孩子爱好，对早餐的不同搭配也很感爱好，对于不同食物的养分成分掌控需强化。对孩子的饮食习惯多关注，并表扬饮食习惯有改善的孩子。

幼儿园挑食教案(4)

活动设计背景

孩子吃饭时老是爱把不想吃的菜扔在餐桌上，例如白菜黄瓜萝卜冬瓜都不爱吃，还有很多孩子就吃米饭，不吃菜。生活老师很是头疼。

活动目标

1 引领幼儿熟悉蔬菜，让幼儿知道常见蔬菜的名称并能说出他们的作用。

2 让幼儿认识常见蔬菜的'养分价值，知道多吃蔬菜有利于身体建康成长。

- 3 培育幼儿养成良好的饮食习惯，不挑食。
- 4 知道人体需要各种不同的养分。
- 5 认识吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。

教学重点、难点

- 1 幼儿知道常见蔬菜的名称并能说出他们的作用
- 2 让幼儿认识常见蔬菜的养分价值

活动预备

- 1 蔬菜的图片
- 2 实物样品，预备一些常见的蔬菜如白菜黄瓜萝卜冬瓜土豆笋等

活动过程

- 1 老师展示蔬菜样品，让幼儿摸摸，闻闻并告知他们各种蔬菜的名称

- 2 分类比较，哪些是生吃的，哪些是熟吃的。

- 3 老师讲解，不同的蔬菜养分成分是不一样的。我们要长大长高必需吃各种不同的蔬菜，否者体内的养分成分缺失，不但简单生病，还长不高，长不大。

- 4 老师讲解常见蔬菜的养分价值

- 5 争论——老师问小伴计你们爱吃蔬菜吗，挑食吗？挑食好不好？你以后吃饭怎么做？

- 6 个别发言

- 7 嬉戏活动

找图竞赛，幼儿每4人一组，老师说出蔬菜名称，幼儿拿出相应的

图片，看谁说的又快又准。

8 老师引领总结，挑食是一种不好的情况，蔬菜的养分成分很高。不同的蔬菜养分成分是不一样的，多吃蔬菜不偏食，我们才能长大，长高。

教学反思

1 在这次活动中很多小伴计能够乐观参与活动，知道了挑食不好，并表示以后吃饭不挑食多食蔬，但是在活动中也有少数小伴计不爱发言，争论不乐观。

2 这次活动假如在放一些有关动画片让小伴计自己感悟挑食不好效果会更好

3 今后要在活动设计的多样性上下功夫。

幼儿园挑食教案（5）

活动目标：

- 1、情愿在集体中大胆地表述自己的想法。
- 2、养成良好的饮食习惯，努力做到不挑食，不偏食。
- 3、初步认识食物与健康的关系。
- 4、知道小伴计不挑食才能身体健康，逐步养成良好的进餐习惯。
- 5、初步认识健康的小常识。

活动预备：

小狗和小狗妈妈的手偶。

活动过程：

- 1、导入活动：观赏故事《好宝宝不挑食》，知道挑食的危害。

(1) 老师戴上手偶，叙述故事《好宝宝不挑食》，引领幼儿发觉挑食会对自己的身体有危害。

老师：小灰狗有一个不好的习惯是什么？

(2) 老师提出问题，引领幼儿认识，由于挑食，小灰狗越来越瘦，身体也越来越差，所以差点儿被风吹跑了。

老师小结：小灰狗由于挑食，越来越瘦，身体越来越差，所以差点儿被风吹跑了。

2、依据故事内容争论。

(1) 老师以故事中狗妈妈的口吻提问，小伴计有没有像小灰狗那样的挑食习惯？

(2) 老师引领幼儿说说如何来帮忙小灰狗改掉挑食的习惯。

老师：我们应当对小灰狗说什么？我们应当为小灰狗做些什么？

(3) 老师小结：小伴计现在正是长身体的时候，身体需要各种养分。假如挑食，就会使小伴计的身体缺少养分，最终像小灰狗一样，长不高、长不大，浑身没有力气。

3、说一说、想一想。

(1) 老师结合班上幼儿普遍挑食的状况，找出这些食物的图片，帮忙幼儿认识这些食物的养分价值。

老师：这些食物中哪些是你吃过的？哪些是你喜爱吃的？

老师：它们对小伴计有哪些养分价值呢？

(2) 老师小结：牛奶——是补充钙，让小伴计长得高而壮；鱼肉、羊肝——让小伴计的眼睛更加光明；肉——补充热量，让小伴计更有

劲儿。

活动延长：

师生一起认识当天的食谱，请幼儿说一说相关食物的养分价值，鼓舞幼儿在进餐时吃一些自己不爱吃的食物。

幼儿园挑食教案（6）

设计思路：

充分利用自然环境中的各种因素进行熬炼，开展各种富有野趣的'活动，在活动中强调幼儿体质的增加和综合运动力量的培育；同时，充分利用自然环境和社区的教育资源，开展平安的，宜合的多种活动。扩展幼儿生活和学习的空间，促进幼儿的积极学习，转变以往狭隘的、单一的幼儿园活动模式，大胆地让孩子走出幼儿园，走向社区，从而更好地体现幼儿园教育向社区拓展的大教育观的新思路。开展户外健康《寻宝藏》活动，让幼儿在幽雅温馨的小区环境中进行直接的观看探究，认识小区内各个配套设施，感受小区设施给人们的生活带来的各种便利，激活幼儿喜爱生活的情感。

活动目标：

1、喜爱在小区自然的环境中，试试新颖的、有野趣的活动，培育亲近自然的情感。

2、初步培育英勇、不怕困难的意志力。

活动重点：

试试野外嬉戏，体悟野外活动的欢乐。

活动难点：

提示幼儿在活动的过程中留意平安，提升幼儿自我爱护的意识。

材料预备：

- 1、怪兽，宝藏，勇士奖章各若干。
- 2、投掷工具：海洋球，沙包，酸奶瓶，报纸团，可乐罐等。
- 3、活动前，在个别体弱幼儿后背上垫好毛巾，以便于在出汗时准时抽取。
- 4、录音机一台。

活动流程：

热身→引出嬉戏主题→幼儿活动→延长活动

活动过程：

一、热身活动、

(利用小区中的自然环境：如街沿石、石路、间隔石板路等)

(老师以嬉戏语言，引发幼儿参与活动的爱好。)

老师引领幼儿走过独木桥，跳过大石头，来到森林里。

二、引出嬉戏主题

1、接到电话：森林里发觉宝藏，可是却有很多怪兽保卫着这些宝藏，我们只有战胜了怪兽才能获得宝贵的宝藏，争论：“我们该怎么办？”鼓舞幼儿自由说说毁灭怪兽的各种方法。

(说明：怪兽是前几天幼儿在区域活动中制作完成的)

3、引领幼儿做些活动前的预备

活动(压压腿、乘飞机、侦察怪兽、跳伞、打怪兽等)。

4、委派几名勇士侦察并报告怪兽隐藏的地点。

5、平安教育：提示勇士们留意森林里的“危急地带”留意观看幼儿的₁活动地带，尽量远离小湖)，初步学会爱护自己。

6、老师供应多种打怪兽的武器和野战装备，鼓舞幼儿选择自己喜爱的武器打怪兽。

师：“苹果队的勇士们你们有没有信念战胜怪兽？”

三、幼儿活动

(一) 打怪兽(协作紧急的音乐)

1、幼儿扣上小挎包，选择喜爱的武器装备预备动身。

要求：必需将前进路上的怪兽全部毁灭才能查找宝藏。

2、引领幼儿试试相互合作的方式，以最快的时间，英勇地毁灭怪兽。

3、小结沟通：让幼儿相互沟通、争论哪种武器最能很快的毁灭怪兽。

4、苹果队的勇士们再次检查怪兽是否全部毁灭。(引领个别幼儿更换原来的武器)

5、师提示个别幼儿热了准时用干毛巾擦擦汗，避让着凉。

帮忙个别易出虚汗的体弱儿抽取毛巾，保持内衣的干爽。

(二) 寻宝藏(协作严厉的音乐)

鼓舞幼儿急躁、细致地查找宝藏(幼儿之间相互帮忙)。

四、延长活动

1、休闲活动：沟通共享找到的宝藏，和伙伴说说：你找到了什么？

2、幼儿依据自己的运动状况擦擦汗。

3、为找到宝藏的勇士们颁发“勇士奖章”。

4、整理，整理好我们的武器装备回家了。

活动反思：

选取的内容与幼儿生活亲密联系，符合幼儿的生活阅历。整个活动，我始终以嬉戏“寻宝”来调动幼儿活动的乐观性，从接到命令发觉有怪兽，到想方法找工具打怪兽，到战胜怪兽寻宝，最终获得勇士奖章。

幼儿始终在好玩的嬉戏情景激励下，在“简单”的地理位置中，进行活动。整个活动旨在进展幼儿动作的协调力量、相互合作以及学习自我爱护的力量，让幼儿在好玩的嬉戏情景中，充分体悟野外活动的欢乐。

不足之处：

1、小区内的人力资源没有充分选择利用。幼儿在小区内的共场所进行活动，引得了小区居民驻足观看，对孩子们的活动特别感爱好，有的小区居民还积极与幼儿对话，但是孩子回应的乐观性不高。我能够鼓舞幼儿积极与小区内居民沟通，鼓舞幼儿在“查找藏宝”路线的过程中遇到不能解决的困难，能够请小区居民帮忙；请物业管理人员向幼儿介绍对小区的概况等，邀请他们参与到幼儿的活动中，这样可让幼儿在活动中进一步学习与他人交往的态度和方式，进展幼儿的社会性。

2、整个活动较偏重小区内硬件设备的利用，忽视了“软件”的开发。在整个活动中我比较偏重让幼儿熟悉小区内的配套设施的种类，忽视

了配套设施与小区居民生活的关系，感受和体悟小区居民开心休闲的社区生活。这两点不足之处将会在下次延长活动中进行改善。

幼儿园挑食教案（7）

【教学设计】

孩子们在进行区域教学时，两位小伴计在玩“钓鱼”的嬉戏。其中一位小伴计发觉带有磁铁的鱼钩简单钓到小雨。那么，小雨为什么喜爱磁铁呢，磁铁有什么特征呢？由此引发本节教学。组织带领小伴计操作探究磁铁的特性。

【教学目标】

- 1、体悟探究发觉的乐趣，情愿参与教学并积极完成操作。
- 2、学习磁铁的特性区分磁铁能吸引的物体。

【教学预备】

物质预备：“大嘴巴”手偶，各种味道的夹心饼干（塑料，木块，金属制品）盛有塑料，木块铁块等充分材料的盒子，磁铁若干。

精神预备：磁铁内存在磁场能够吸引物体但不是全部的东西都能被吸引只有金属制品能够被吸引。

【教学过程】

（一）导入，大嘴巴饿了。

律动：这是我的……

这是我的眼睛（眼睛作出眨眨眼的动作）

这是我的鼻子（哼哼哼的动作）

这是我的嘴巴（嘴巴开合开合开合）

(大嘴巴)手偶出场说：谁在叫我，我就是大嘴巴。大嘴巴饿了有没有好吃的东西?(老师)：赵老师为大嘴巴预备了好吃的东西，(展示各种颜色的饼干)请哪位小伴计喂大嘴巴呢。

(二)喂大嘴巴吃饼干

饼干的夹心分别是塑料木头铁块等制作的，而大嘴巴里面有一块磁铁。

1、分组请小伴计喂大嘴巴吃饼干。(大嘴巴说：我很挑剔的好吃的我才吃，不好的就不吃)

2、端出盘子呈现出各种饼干，提问小伴计老师预备的是什么。

3、分组请小伴计按自己的意愿选择饼干，小伴计会发觉有的饼干一下子就吞了进去，有的大嘴巴就不吃。(吃掉的放到一个盘子不喜爱的放到另一个盘子)

(三)探究大嘴巴挑食的缘由

1、问小伴计是否挑食老师小时候挑食老师的妈妈就会说是由于肚子里有虫子，那大嘴巴为什么挑食呢是不是嘴巴里也有虫子。(激活奇怪)

2、先请小伴计观看嘴巴老师再找很费劲的找出一个小东西。

3、原来真的有东西是什么呢请小伴计猜一猜，摸一摸看一看。

4、揭示名字磁铁。

(四)争论讲解磁铁(简洁说)

(五)探究饼干的夹心

1、原来大嘴巴里藏了块磁铁呀那么饼干是不是也有什么不对劲呀

请小伴计看一看。

- 2、请小伴计每人取一块饼干看一看夹心是什么。
- 3、老师再拿磁铁去吸发觉吸过来的都是金属制品。

(六)试验示范法讲解磁铁

老师用磁铁分别去吸各种材料发觉能吸过来的只有金属制品同时展现吸的很坚固。

(七)动手分类

每组分别放置盛有多种材料的盒子，每人发一块磁铁自己动手分类把金属制品和其他物品分开。

教学延长：磁铁的用途如细小的东西掉在地上可用磁铁吸，夏天的纱门上按有磁铁等等。

幼儿园挑食教案（8）

活动目标

- 1、认识吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。
- 2、知道应当怎样吃饭，向吃饭好的幼儿学习。
- 3、能够开心的参与课堂活动。
- 4、初步认识预防疾病的方法。
- 5、知道人体需要各种不同的养分。

教学重点、难点

重点：认识吃饭对健康的影响，能按时吃饭，不挑食。

难点：知道应当怎样吃饭，向吃饭好的幼儿学习。

活动预备

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/308043003022007006>