

《我爱吃的蔬菜》教案

《我爱吃的蔬菜》教案 1

活动目标：

1、幼儿喜欢吃蔬菜，知道多吃蔬菜对身体好。

2、初步培养幼儿不挑食的好习惯。

活动准备：

各种蔬菜若干，魔法箱一个，宝贝厨房标志，水果色拉一盘，围裙，厨师帽子各一个，四段音乐。

活动重点：

幼儿喜欢吃蔬菜

活动难点：

幼儿知道多吃蔬菜对身体好

活动过程：

一、开始部分

师：今天老师要带小朋友到“宝贝厨房”去做客，你们想去吗？
和我随着音乐一起出发吧！（幼儿跳舞进场）

二、基本部分

1、幼儿来到“宝贝厨房”入座，教师装扮成厨师，告诉幼儿要给大家做蔬菜大餐。

2、师：“今天厨师给小朋友带来了许多的蔬菜，可是有一个蔬菜它不好意思出来和你们见面，（引起幼儿注意围裙口袋里的蔬菜）谁来猜猜，这个蔬菜是谁”？——幼儿到教师口袋里来摸蔬菜，并且猜是那种蔬菜（西红柿）。

3、提问：谁喜欢吃西红柿？可以怎样吃？教师渗透西红柿的营养价值以及对身体的好处。

4、教师请幼儿用热烈的掌声请出其他的蔬菜。（芹菜，黄瓜，洋葱，南瓜，红薯，菠菜）

5、提问：都有哪些蔬菜？

你喜欢吃那种蔬菜？（引到幼儿大声说出我爱吃……）可以怎样吃？渗透不同蔬菜的营养价值以及对身体当然益处。

6、师：还有几种蔬菜宝宝想要和小朋友一起玩捉迷藏的游戏，请小朋友们快去找找他们吧。（幼儿找到事先藏好的蔬菜：胡萝卜，土豆，青椒）

7、提问谁爱吃胡萝卜，土豆和青椒，可以怎样吃？渗透这几种蔬菜的营养价值以及对身体的好处。

8、出示“魔法箱”告诉幼儿，这个魔法箱会变出好吃的蔬菜色拉，请幼儿一起来试试。

9、幼儿每人拿一种蔬菜与教师一起变“蔬菜色拉”（做律动），然后把手中的蔬菜放进魔法箱，教师来变蔬菜色拉。

10、出示蔬菜色拉，幼儿说说都有什么蔬菜。

11、教师告诉幼儿，生活中还有许多的蔬菜，今天厨师没有带来，请小朋友回家找一找，看一看还有什么蔬菜小朋友喜欢吃，下次把它带到“宝贝厨房”来做客。

三、结束部分

提示幼儿吃东西之前要讲卫生，勤洗手。请小朋友洗手之后一起品尝蔬菜色拉。（音乐洗手歌）

《我爱吃的蔬菜》教案 2

一、活动目标：

1、幼儿能初步了解生活中常见的蔬菜，并知道吃蔬菜的哪些部位。

2、初步了解不同蔬菜有不同的营养，多吃蔬菜身体棒。

3、幼儿能积极大胆地说出自己的想法，并获得其中的乐趣。

二、活动准备：

1、蔬菜实物若干：西兰花、花菜、菠菜、卷心菜、青菜、芹菜、莴笋、土豆、胡萝卜、萝卜、毛豆、花生、丝瓜、黄瓜、茄子、番茄。

2、分类筐。

3、一次性桌布，筷子、碟子若干，蔬菜沙拉（小番茄、黄瓜、生菜、胡萝卜、紫甘蓝）。

三、活动过程：

（一）、问题导入：让幼儿说说自己喜欢吃的蔬菜，通过介绍自己喜欢的蔬菜，进一步了解各种不同的蔬菜。

1、师（出示“蔬菜”）：每天无论是家里还是幼儿园，我们都要吃许多的蔬菜。你喜欢蔬菜吗？你都喜欢吃什么蔬菜，为什么？

（教师鼓励幼儿回答问题，并及时的给予表扬，增强幼儿的自信心。）

2、教师小结：蔬菜有很多的维生素、矿物质，营养很丰富，所以多吃蔬菜身体好，我们应该样样蔬菜都要吃。

（二）、蔬菜可以吃那些部位？对蔬菜食用的不同部位感兴趣。

1、猜猜老师喜欢吃什么蔬菜？（引出胡萝卜）胡萝卜的什么部位可以吃？

小结：原来胡萝卜的根是可以吃的。

2、不同的蔬菜吃的是不同的. 部位，有的是吃花，有的是吃种子，有的是吃果实，有的是吃茎/叶，还有的是吃根。这里有很多的蔬菜，它们的什么部位可以吃哪？

小结：原来，蔬菜的根/花/果/叶/茎/种子是可以吃的。青菜真厉害，可以同时吃两种部位，有没有更厉害的蔬菜，可以吃三种不同的部位的？除了这些蔬菜以外，哪些蔬菜的根（花/果/叶/茎/种子）也是可以吃的？我们回去再找一找。

（三）、品尝蔬菜沙拉

1、平常你们吃的哪些菜是用蔬菜做的？

小结：蔬菜有很多的做法，可以炒、凉拌、煮……还可以做汤。

2、老师用一种不一样的做法做蔬菜，就是用蔬菜做成蔬菜沙拉，我们一起来品尝吧。尝尝你吃到的是什么蔬菜？吃的是它的什么部位？

3、教师小结：蔬菜不仅味道好营养也很丰富，是维持我们生命不可缺少的食物。所以我们小朋友要天天吃蔬菜，而且要样样蔬菜都爱吃。

活动反思：

今天的教学活动中是科学活动《我爱吃的蔬菜》，主要是让幼儿认识一些蔬菜，请小朋友说一说自己喜欢的蔬菜，及蔬菜的营养。为了避免课堂上幼儿不知所措，所以在提前一天以短信的形式通知家长，请家长让幼儿在家说说自己喜欢的蔬菜及蔬菜的营养。可是没有想到的是，第二天很多小朋友都带来了纸条，上面写的一些蔬菜的相关知识，甚至有的小朋友的爸爸、妈妈从网上下载了一些蔬菜的资料，既有图片又有文字说明。看来我们的家长对小朋友真的很重视。

但是让我感到意外的是，虽然小朋友家长准备了很多资料，可是在教学活动中，还是出现了冷场。虽然事先的准备看起来很充分，但是由于这些材料都是家长准备的，我们的小朋友又不识字，所以他们还是不会说。所以这个教学活动不是很成功，反思一下自己的教学，看来问题还是出在自己身上。

一、教学准备应重视幼儿的经验准备

经验准备是教师在备课时对幼儿已有经验的分析。教师在组织任何教学时都要反复思前顾后，让前面活动成为后面活动的铺垫。只有重视幼儿的经验准备，才能不断引导幼儿在原有基础上建构新的经验。本次活动家长参与准备工作比较多，如幼儿家长还打印了蔬菜的相关资料，而幼儿却没有进行相关经验的准备，所以才导致冷场。

二、让幼儿参与准备过程

建构主义学习理论认为，人的学习过程是主动地建构过程，教师在思考教学活动时一定要让幼儿成为活动的主动者，让幼儿在参与准备的过程中学习、思考、提问、尝试解决问题，与别人交流等。今天这样家长虽然找了很多资料，但是幼儿却没有参与，所以他们会不知所措。所以下次还要请家长和孩子共同收集资料，因为在找资料的过程也是幼儿经验的积累。比如今天的活动完全可以请小朋友跟家长说一说蔬菜的营养，家长如果发现孩子不会说，在进行适当的补充，我想这样效果可能会更好一些。

三、做好自身的经验准备

上课的老师必须要为教学认真做好自身的经验准备，也就是要努力扩展自己的知识经验。我必须事先查找相关资料，了解一些常见蔬菜的营养，这样才能在课堂上对幼儿的疑惑进行解答。力求了解幼儿文化，尽量缩短成人和幼儿的心理距离。

《我爱吃的蔬菜》教案 3

一、活动目标

引导幼儿欣赏理解旋律，并结合音乐用肢体语言表现烧汤的过程，体验合作和创编的快乐。

二、活动准备

- 1、对于做蔬菜汤需要的材料及整个过程有一定的生活经验

2. 代表三种蔬菜的即时贴。（土豆、洋葱、番茄）

三、活动过程

（一）洗菜、切菜

1、洗菜

（1）集体探索

T：蔬菜营养好，买了那么多的菜，我们来做小厨师，烧锅美味的蔬菜汤吧？要做一件什么事？做蔬菜汤，先做一件什么事？（洗菜）

T：想一想你洗什么蔬菜；怎么洗？用动作告诉大家。听着音乐试试看。（幼儿听音乐探索创编洗菜的动作，老师巡回观察。）

（2）个别交流和分享

T：刚才看到有几个小厨师把蔬菜洗的真干净，他们听着音乐仔细的洗，我们请他们来洗给大家看看。（请能有节奏地表现洗菜动作的幼儿示范，同伴模仿。）

（3）再次集体创编

T：我们一起跟着音乐把蔬菜洗干净，看看谁能用和别人不一样的办法洗。

（引导幼儿在个体分享的基础上自主创编不同的动作，配合音乐动作表现。）

2. 切菜

(1) 集体讨论

T: 洗完菜还需要做什么准备工作? (切菜) 怎么切? (引导幼儿创编切菜的节奏, 例如: 切番茄洋葱切丝等, 老师哼唱旋律, 引导幼儿配上节奏。)

(2) 集体探索

T: 我们一起来做切菜的准备工作, 看着菜, 听着音乐, 切得稳当一点, 小心手。(引导幼儿听着音乐自编切菜的节奏动作。)

(二) 烧蔬菜汤

1. 感受理解音乐, 初步创编动作

(1) 欣赏理解音乐 (感受强弱)

T: 准备工作都做好了, 准备烧汤, 怎么烧?

T: 拿锅子, 放上水, 放入蔬菜, 打开煤气开关就开始煮汤了。
(配合音乐伴奏, 不同旋律代表拿锅、倒水、放蔬菜及开煤气的过程。)

T: 水滚了锅里的蔬菜会怎样? 我们听一听, 一开始时候水怎么样? 后来有什么变化? 开了以后又怎么样了? (引导幼儿感受音乐的强弱然后到停。)

T: 你听到什么变化? 音乐轻的时候代表什么? 响的时候又代表什么? 最后音乐停了代表什么?

(2) 创编动作

T: 如果你是蔬菜你怎么动, 试试看。

(引导幼儿扮演蔬菜, 自由创编动作表现蔬菜在锅里煮动时的状态。)

(3) 个别分享

T: 你们做的是什么蔬菜? (请创编动作有特点的幼儿展示, 例如: 洋葱扭来扭去、番茄滚来滚去等等。)

2: 讨论分享

T: 我们一起来烧蔬菜汤, 想好你要做的蔬菜, 听着音乐在锅子里跳舞。(集体游戏一次, 教师跟音乐作打开煤气状, 引导幼儿从静止的“菜”, 随着教师渐强渐弱的音乐, 从慢慢地滚起来到最后不停地动, 教师关掉煤气, 幼儿扮的“菜”慢慢地停下来。)

3. 集体探索

T: 我们再来烧一锅美味的蔬菜汤, 想好你想扮演哪种蔬菜, 上来选蔬菜的标记贴在自己的胸口, 在位子上准备; (出示即时贴的蔬菜标记, 幼儿自主选择并粘贴。)

T: (老师根据音乐做放锅、倒水动作)先放番茄,跳到锅里没有声音(扮演番茄的幼儿跳入“锅内”),再放土豆(贴土豆标记的幼儿跳入“锅内”),最后放入一丝丝的洋葱(扮演洋葱的幼儿跳入“锅内”)幼儿创编动作,随音乐的渐强渐弱表现蔬菜在汤里的样子。

操作提示

这个活动可以分几次进行,例如:在第一次活动中主要解决洗菜、切菜的节奏创编;在此基础上欣赏理解音乐,对音乐做动作的创编。

在创编动作时,老师要在幼儿创编的基础上进行进一步提升,例如:幼儿创编了洗土豆的动作,搓搓搓搓(幼儿一手握拳放在胸前,另一手也握拳由身体方向往外来回搓动)老师就可以继续引导:土豆两头搓过了,中间再来搓一搓(帮助幼儿补充丰富动作,在从上往下搓的动作基础上再补充两手相对搓一搓的动作)。

在幼儿扮演蔬菜创编动作的过程中,老师要抓住几个关键点对幼儿进行支持:根据音乐强弱表现动作、不同蔬菜在锅中动作不同、同种蔬菜动作也有所不同、遵守游戏规则。

《我爱吃的蔬菜》教案 4

一、活动目标:

1、能说出常见蔬菜的名称及颜色。

2、了解常见蔬菜的价值。

3、明白爱吃蔬菜好处多。

二、活动准备

1、物质准备：常见蔬菜图片

2、精神准备：生活中见过和吃过的蔬菜的颜色及好处的经验。

三、活动重点：

知道爱吃蔬菜好处多。

四、活动难点

明白蔬菜的营养价值。

五、活动过程

（一）导入：手指谣《拍拍小手》激发兴趣。

（二）展开：

1、猜谜语（谜底：西红柿、茄子）。

2、根据要求，幼儿说出自己见过的不同颜色的蔬菜（红色，白色）。

3、出示常见蔬菜，请儿说出喜欢的蔬菜及原因。

4、教师说出个别蔬菜的营养价值。

5、请个别幼儿说出喜欢的一种蔬菜的营养价值(黄瓜,玉米等)。

(三) 结束:

教师小结: 回顾刚才说过的'蔬菜宝宝的颜色和营养价值。'

六、活动延伸:

家园共育,回家找到自己爱吃的蔬菜,和爸爸妈妈讨论营养价值。

蔬菜,是我们每天都会接触到的食物,小朋友看得见,尝的到,聊起来可以直入主题。本次活动是中班的健康领域活动《我爱吃蔬菜》。把健康和语言领域结合起来的综合活动。目的是让幼儿了解蔬菜的营养价值及其基本特征,从而喜欢吃蔬菜。首先,我以手指谣的方式吸引幼儿的注意力,再用猜谜语的方法让幼儿能再现蔬菜的特征。接下来切入正题,通过和幼儿讨论的方式了解她们对蔬菜的颜色的分类及营养价值的认识。接下来引导幼儿了解大蒜,洋葱这样的蔬菜的营养价值,让幼儿喜欢吃,增加抵抗力。

优点:

1. 给幼儿充分的发表言论的机会,让幼儿有机会说。

2. 细致的引导幼儿明白了蔬菜的营养价值。

3. 通过颜色分类的方式提取了幼儿对蔬菜的了解。

缺点:

1. 教具准备不充分，缺少实物的示范。

2. 语言感染力不够。

3. 活动中没有让幼儿动起来的部分。

以上是我对本次活动的认识反思，在今后的教学中我会多多学习先进的理念及教学方法，改正自己的缺点，提升自己。

《我爱吃的蔬菜》教案 5

一、 主题名称：

我爱吃蔬菜

二、 活动目标：

1、 激发幼儿参与语言活动的兴趣。

2、 培养幼儿学习常见的蔬菜名称。

3、 通过学习蔬菜名称并认识蔬菜的颜色。学习句式“我爱吃……。”

三、 活动准备：

1、 词语卡片(白菜、西红柿、茄子、辣椒。)

2、 蔬菜模型。(蔬菜)

3、 准备三种颜色卡纸。(红、绿、紫)

四、 活动过程:

(一), 导入部分

教师:小朋友们,你们猜猜老师给你们带来了什么蔬菜?你们知不知道这种蔬菜的名称;你们吃过这种蔬菜吗?

(二), 展开部分

1 学习词语

1(1)教师出示蔬菜的卡片向幼儿提问:

请小朋友看一看这些是什么蔬菜呀?

你们喜欢吃这些蔬菜吗?

教师引导幼儿说出:这是白菜………。我爱吃………。

(2)教师:小朋友们,你们真棒!那就我们一起来学词语吧。

2. 学习颜色

教师出示西红柿的卡片向幼儿问西红柿的颜色。

(1)、请小朋友们看,这是什么蔬菜?是什么颜色?幼儿回答;这是西红柿,是红颜色的,

(2)、教师问幼儿茄子是什么颜色?

幼儿回答：茄子是紫色。

(3)、教师问幼儿：辣椒是什么颜色？

幼儿回答：辣椒是，绿色的。还有红色的. 辣椒。

(三)结束部分

组织游戏

教师组织游戏中让幼儿学习词语的记忆。

教师：“请小朋友们闭上眼睛。”

任意拿走一张蔬菜卡片，然后请幼儿把眼睛睁开，引导幼儿经过观察说出某种蔬菜名称。鼓励和夸奖那些能说出蔬菜名称的幼儿。

《我爱吃的蔬菜》教案 6

活动目标

1、知道吃胡萝卜、芹菜、青椒等蔬菜有利于身体健康。

2、喜欢吃蔬菜，逐步养成不挑食的好习惯。

3、幼儿通过亲身体会，明确五官的重要性。

4、巩固和加深对眼睛作用的认识，了解眼睛损伤给生活带来的影响。

活动准备

PPT 课件、将胡萝卜、芹菜、青椒装饰成拟人化的形象、将胡萝卜、芹菜、青椒切好制作成半成品、沙拉酱、小碟和小勺、餐巾纸等

活动重难点重难点：引导幼儿知道多吃蔬菜有利于身体健康，帮助幼儿逐步养成良好的饮食习惯。

活动过程

1. 品尝蔬菜沙拉，唤醒经验教师以角色身份引入情境重点提问：

你刚才吃的是什么蔬菜？

不喜欢吃的蔬菜我们要不要吃呢？

2. 教师介绍三种蔬菜与幼儿健康的关系教师以蔬菜口吻引导幼儿了解：吃青椒会使小朋友皮肤变白；吃胡萝卜会使你的眼睛更明亮；吃芹菜大便会很通畅。

吃青椒会使小朋友皮肤变白；吃胡萝卜会使你的眼睛更明亮；吃芹菜大便会很通畅。

3. 出示图片，利用新经验，解决幼儿生活中的问题针对出现的

图片引导幼儿进行讨论。

重点提问：看一看他怎么了？说一说他需要吃哪些蔬菜？

4. 再次品尝沙拉，巩固新经验教师：其实蔬菜王国里还有很多

种蔬菜，都对我们的身体有益，我们要多吃各种蔬菜，请你们再去尝一尝刚才没有尝到的蔬菜吧。

5. 延伸活动在日常进餐中，向幼儿生动、准确地介绍各种饭菜的名称及与自身健康的关系，关注幼儿进餐情况，针对幼儿不喜欢的蔬菜进行个别指导。

与家长沟通幼儿在家的进餐情况，鼓励幼儿不挑食。

活动反思：

蔬菜是幼儿园经常要吃的食品，小朋友不爱吃，老师根据幼儿年龄特点，注重教学趣味性用变魔术的方法激发幼儿的兴趣，运用多样化教学手段调动幼儿学习的积极性，使幼儿在认知能力和情感方面得到发展。通过观察比较，发展幼儿观察力，提高感知力，丰富了认知。最后品尝制品，激发了幼儿爱吃蔬菜的情感。

《我爱吃的蔬菜》教案 7

活动目标：

- 1、知道吃胡萝卜、芹菜、青椒等蔬菜有利于身体健康。
- 2、喜欢吃蔬菜，逐步养成不挑食的好习惯。
- 3、体会数学的生活化，体验数学游戏的乐趣。
- 4、知道按事物不同的特征进行排序会有不同的结果，初步了解排序的可逆性。

活动准备：

PPT 课件、将胡萝卜、芹菜、青椒装饰成拟人化的形象、将胡萝卜、芹菜、青椒切好制作成半成品、沙拉酱、小碟和小勺、餐巾纸等。

活动重难点重难点：

引导幼儿知道多吃蔬菜有利于身体健康，帮助幼儿逐步养成良好的饮食习惯。

活动过程：

1. 品尝蔬菜沙拉，唤醒经验教师以角色身份引入情境重点提问：你刚才吃的是什么蔬菜？

不喜欢吃的蔬菜我们要不要吃呢？

2. 教师介绍三种蔬菜与幼儿健康的关系教师以蔬菜口吻引导幼儿了解：吃青椒会使小朋友皮肤变白；吃胡萝卜会使你的眼睛更明亮；吃芹菜大便会很通畅。

3. 出示图片，利用新经验，解决幼儿生活中的问题针对出现的图片引导幼儿进行讨论。

重点提问：看一看他怎么了？说一说他需要吃哪些蔬菜？

4. 再次品尝沙拉，巩固新经验教师：其实蔬菜王国里还有很多种蔬菜，都对我们的身体有益，我们要多吃各种蔬菜，请你们再去尝一尝刚才没有尝到的蔬菜吧。

5. 延伸活动在日常进餐中，向幼儿生动、准确地介绍各种饭菜的名称及与自身健康的关系，关注幼儿进餐情况，针对幼儿不喜欢的蔬菜进行个别指导。

与家长沟通幼儿在家的进餐情况，鼓励幼儿不挑食。

教学反思：

蔬菜是幼儿园经常要吃的食品，小朋友不爱吃，老师根据幼儿年龄特点，注重教学趣味性用变魔术的方法激发幼儿的兴趣，运用多样化教学手段调动幼儿学习的积极性，使幼儿在认知能力和情感方面得到发展。通过观察比较，发展幼儿观察力，提高感知力，丰富了认知。最后品尝制品，激发了幼儿爱吃蔬菜的情感。

《我爱吃的蔬菜》教案 8

活动目标

1、认识一些常见蔬菜的名称。

2、能说说自己喜欢吃的蔬菜。

3、知道多吃蔬菜身体好，养成不挑食、不偏食的好习惯。

活动准备

绘本《汉堡男孩》PPT、各种蔬菜的图片

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/958116071032007005>