

最新中班健康教案好吃的蔬菜反思(通用14篇)

高二教案还可以帮助教师创设合适的教学环境和氛围，促进学生的积极参与和学习效果的提高。幼儿园音乐教案：《认识乐器》

中班健康教案好吃的蔬菜反思篇一

1、通过让幼儿品尝各种蔬菜来引出活动主题。

今天老师为大家准备了许多种菜，想请你们品尝一下，再猜猜看，他们都是什么菜。

小结：你们刚刚吃到的是白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等，他们都是蔬菜。

2、观察、认识白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等蔬菜。

今天老师从地里摘了很多的菜来，小朋友认不认识这些菜呢？你们都吃过吗？

小结：胡萝卜一头粗、一头细，它是橘黄色的。芹菜是绿色的，它有许多的叶子，梗子是白色的·····刚刚的白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等，它们都是蔬菜。

小结：蔬菜里含有丰富的维生素，如果长期不吃蔬菜，就会得上“坏血病”，导致牙龈出血，还有如果长期不吃蔬菜，小朋友上厕所拉屎就会有困难，小朋友还知道不吃蔬菜有什么坏处吗？幼儿讨论，小结：所以小朋友一定要多吃蔬菜。

4、通过让幼儿品尝各种蔬菜来引出活动主题。

今天你们的家人为大家准备了许多的蔬菜，想请你们品尝一下，我来看看那个小朋友想长的棒棒的、壮壮的、高高的。

中班健康教案好吃的蔬菜反思篇二

1、进一步认识脚的功能。

2、享受跳舞的'乐趣。

3、提高自理能力。

录像机、舞蹈表演录像带。

红色、黄色和绿色的水彩、海绵。

大卡纸。

录音机、音乐录音带（有快、慢节奏）。

1、播放表演舞蹈的录像带，引导幼儿欣赏表演者的舞姿和服饰。

2、提议幼儿一起跳舞，跳舞前，老师在地上铺上几张大卡纸，并把几块海绵分别放进红色、黄色和绿色的水彩里。

3、请幼儿脱下鞋袜，踏在海绵上，当两只脚都沾了颜色后，随着音乐在大卡纸上自由跳舞。

4、跳完舞后，老师帮助幼儿把脚洗干净，引导幼儿自己穿鞋袜。

5、请幼儿说说跳舞的感受，并讨论如果脚受伤了，不能做哪些活动，如何保护自己的双脚。

6、等大卡纸干透后，老师协助幼儿剪下脚印制作拼贴画

7、请幼儿试着找找自己的脚印，然后观察脚印上的纹理。

请幼儿说说最喜欢的拼贴画。

1、能说出脚的功能。

2、享受跳舞的乐趣。

3、能自己穿脱鞋袜。

中班健康教案好吃的蔬菜反思篇三

活动设计：

经过观察我发现多数孩子不喜欢吃蔬菜，由于营养不均衡，从而出现了不少的小胖墩，还有的孩子有便秘现象，严重影响了幼儿身体的正常发育和身心健康。针对这些现实问题，结合新《纲要》教育要为幼儿一生的发展打好基础的精神。我以南京教材大班健康活动《怎样吃最有营养》为蓝本，设计了本次活动《蔬菜王国》，目的在于引起幼儿对蔬菜的注意和兴趣，从而产生喜爱蔬菜和喜欢吃蔬菜的情感和意识。如果只是空洞地说教蔬菜如何有营养、要多吃蔬菜，幼儿会感到枯燥无味，教育效果不会好。根据幼儿身心发展和学习的特点，我选择了看动画、做游戏、动手操作等活动形式，使幼儿能在轻松愉快的气氛中受到感染，建立与蔬菜的情感，同时其感知、观察能力，积极思维、敏捷反应的能力，动手操作的能力还有安全意识和卫生习惯都会得到有效的培养。

活动目标：

1、通过活动激发幼儿喜爱蔬菜的情感，培养幼儿喜欢吃蔬菜的意识。

2、能够初步掌握正确的切菜方法，会自己动手尝试做蔬菜沙

拉，有安全卫生意识。

3、愿意将自己做的蔬菜沙拉与大家分享，体验成功的快乐。

活动重点难点：

本次活动的重点是激发幼儿喜欢吃蔬菜的情感和意识。根据幼儿身心发展和学习特点，我通过引导幼儿看动画、玩游戏、做蔬菜沙拉等一系列活动使幼儿能够主动参与，积极体验和感受本次活动带来的快乐，在不知不觉中受到教育，以此来突出重点。

活动难点本次活动的难点是幼儿正确拿刀和切菜的方法。幼儿缺乏用刀和切菜的经验，安全意识差，为了安全起见，我有意选用了适合幼儿用的能开合的小刀；为了降低幼儿切菜的难度，我把洗干净的菜切成长条形提供给幼儿，通过示范、演示、及时纠正、指导幼儿正确拿刀和切菜，以此来突破难点。

活动过程：

一、说教法

灵活多样，生动有趣，适合幼儿年龄特点的教学方法能充分调动幼儿参与活动的积极性和主动性，本次活动我运用启发诱导、演示、示范、游戏、操作等教学方法组织教育活动。以使幼儿能够在活动中始终保持浓厚的学习兴趣，积极思维，主动参与，从而使活动达到良好的效果。

二、说学法

幼儿好奇、好动、喜爱游戏、愿意动手操作，活动中通过让幼儿看看、想想、说说、玩玩、做做、尝尝等多通道参与的方法，丰富幼儿对蔬菜的认知经验，激发幼儿对蔬菜喜爱的

情感和喜欢吃蔬菜的意识。

三、说教学程序

（本次活动分为三个环节进行）第一环节：观看动画片幼儿特别爱看动画片，因此，我选用了与本次活动相适宜的动画内容溶入活动环节，通过观看动画片的情节，让幼儿自己去观察、感受不吃蔬菜对身体带来的危害，我采用启发诱导法层层提问，步步深入，使幼儿逐步理解两兄妹从不爱吃蔬菜到喜欢吃蔬菜的变化过程，这时教师简单做以小结：小朋友不但要肉类还应该多吃蔬菜，不挑食，这样才会变得更加聪明健康。

第二环节：巩固对蔬菜的认识

1、观看录象：菜市场的蔬菜。

通过观看菜市场的录象，充分调动幼儿已有的生活经验，认识自己熟悉的蔬菜了解还不认识的蔬菜，这样更贴近幼儿生活，幼儿更乐于接受，同时也为下面的游戏做了隐性铺垫。

2、游戏：蔬菜商店游戏是幼儿最喜爱的活动，为了进一步丰富幼儿对蔬菜的认知经验，培养幼儿对蔬菜喜爱的情感，因此，我设计了蔬菜商店的游戏，通过游戏充分调动幼儿已有的生活经验，这样幼儿在游戏中既会积极动脑思考又会玩的很开心。

第三个环节：动手做蔬菜沙拉——做做尝尝由于幼儿缺乏用刀和切菜的经验，安全意识差，因此这个环节中指导幼儿正确用刀和切菜是难点。我通过游戏化的讲解示范，教给幼儿正确用刀和切菜的方法，引导幼儿去思考怎样用刀不会伤着手，更安全。让幼儿知道做菜之前应该注意些什么，从而培养了幼儿的安全意识和卫生习惯，在活动中幼儿通过自选蔬菜、自己切菜、自己做蔬菜沙拉，进一步丰富了生活经验，

充分体验到成功的快乐，幼儿情绪高涨，在做做尝尝中将活动推向了高潮。

四、结束部分

现在幼儿吃独食的居多，为了让幼儿学会与他人分享，我是这样设计结束语的：小朋友真棒，自己会做蔬菜沙拉了，我们请小伙伴和客人老师尝尝你们的手艺怎么样？在优美的乐曲中自然结束本次活动。

教学反思：

整个活动是以蔬菜为题材，一直围绕着蔬菜王国这条主线展开的，以充分展现孩子们自主的表达，并在愉快、轻松的游戏中学习、感知。满足孩子们的好奇心，又能激发幼儿喜爱吃蔬菜的兴趣。在活动中，教师是引导者，幼儿是主体。我会关注每一个孩子在活动中的情况，并帮助胆小的孩子能大胆地去游戏，去表现；也要保护敢说敢做的孩子的积极性，发挥他们的想象力，并给予肯定；还要注意那些一般不起眼的孩子，挖掘他们的潜力，使不同能力层次的孩子得到发展，其次，活动结束后还要鼓励幼儿们多吃水果，这样才能使我们孩子们的身体长得棒棒的。，就需要老师以自己的激情带动孩子的学习，在今后的教学中这方面也要注意。

中班健康教案好吃的蔬菜反思篇四

- 1、大胆与同伴交流自己知道的蔬菜。
- 2、进一步认识常见的蔬菜，感知蔬菜的不同特征。
- 3、尝试对常见蔬菜进行分类。
- 4、尝试用绘画、折、剪贴等方式表现自己喜欢的蔬菜。

准备常见的蔬菜实物若干。创设“菜园里”的背景图。提供各种美工材料。

（一）谈话激趣：我们每天都需要吃蔬菜，你知道哪些蔬菜？

（二）同伴交流：引导幼儿用自己带来的蔬菜图片，结合自己的经验，与同伴交流自己知道哪些蔬菜，他们分别长得什么样子，比一比，看谁知道的蔬菜。

（三）认识蔬菜：教师展示各种蔬菜实物，引导幼儿看一看、说一说、它们的形状、颜色、味道等。

（四）美工创作：提供各种美工材料，鼓励幼儿运用绘画、折、剪贴等方式表现自己喜欢的蔬菜。

反思与推进：

由于课前有请家长配合做好经验准备，也由于这个活动课比较贴进幼儿生活，蔬菜在每个季节都是随处可见，而且种类非常多，是孩子们在日常生活中经常接触的一种，所以这对孩子来说并不难，班上的孩子都能说出几种常见的蔬菜名称，有的孩子认识的还不少，但是对各种蔬菜的特点描述的时候不能有效的组织语言完整的表达，只能简单的说出各种蔬菜的颜色。

中班健康教案好吃的蔬菜反思篇五

1. 大胆与同伴交流自己知道的蔬菜。
2. 进一步认识常见的蔬菜，感知蔬菜的不同特征。
3. 尝试对常见蔬菜进行分类。
4. 尝试用绘画、折、剪贴等方式表现自己喜欢的蔬菜。

5. 知道人体需要各种不同的营养。

备常见的蔬菜实物若干。创设“菜园里”的背景图。提供各种美工材料。

一、谈话激趣

我们每天都需要吃蔬菜，你知道哪些蔬菜？

二、同伴交流

引导幼儿用自己带来的蔬菜图片，结合自己的经验，与同伴交流自己知道哪些蔬菜，他们分别长得什么样子，比一比，看谁知道的蔬菜。

三、认识蔬菜

教师展示各种蔬菜实物，引导幼儿看一看、说一说、它们的形状、颜色、味道等。

四、美工创作

提供各种美工材料，鼓励幼儿运用绘画、折、剪贴等方式表现自己喜欢的蔬菜。

由于课前有请家长配合做好经验准备，也由于这个活动课比较贴进幼儿生活，蔬菜在每个季节都是随处可见，而且种类非常多，是孩子们在日常生活中经常接触的一种，所以这对孩子来说并不难，班上的孩子都能说出几种常见的蔬菜名称，有的孩子认识的还不少，但是对各种蔬菜的特点描述的时候不能有效的组织语言完整的表达，只能简单的说出各种蔬菜的颜色。

中班健康教案好吃的蔬菜反思篇六

- 1、大胆与同伴交流自己知道的蔬菜。
- 2、进一步认识常见的蔬菜，感知蔬菜的不同特征。
- 3、尝试对常见蔬菜进行分类。
- 4、尝试用绘画、折、剪贴等方式表现自己喜欢的蔬菜。
- 5、知道人体需要各种不同的营养。

备常见的蔬菜实物若干。创设“菜园里”的背景图。提供各种美工材料。

一、谈话激趣

我们每天都需要吃蔬菜，你知道哪些蔬菜？

二、同伴交流

引导幼儿用自己带来的蔬菜图片，结合自己的经验，与同伴交流自己知道哪些蔬菜，他们分别长得什么样子，比一比，看谁知道的蔬菜。

三、认识蔬菜

教师展示各种蔬菜实物，引导幼儿看一看、说一说、它们的形状、颜色、味道等。

四、美工创作

提供各种美工材料，鼓励幼儿运用绘画、折、剪贴等方式表现自己喜欢的蔬菜。

由于课前有请家长配合做好经验准备，也由于这个活动课比较贴进幼儿生活，蔬菜在每个季节都是随处可见，而且种类非常多，是孩子们在日常生活中经常接触的一种，所以这对孩子来说并不难，班上的孩子都能说出几种常见的蔬菜名称，有的孩子认识的还不少，但是对各种蔬菜的特点描述的时候不能有效的组织语言完整的表达，只能简单的说出各种蔬菜的颜色。

中班健康教案好吃的蔬菜反思篇七

“今天，蔬菜国王有个大聚会，你们很想参加吧！”

听音乐来到“蔬菜王国”，老师扮演“蔬菜国王”：

“欢迎你们来到蔬菜王国。”

- 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。

以不同的形式介绍蔬菜。

- 1、各种蔬菜的头饰或胸卡。
- 2、收集有机蔬菜的'资料。

1、情景导入：

幼儿根据意愿佩戴蔬菜头饰和胸卡扮演角色：

“今天，蔬菜国王有个大聚会，你们很想参加吧！”

听音乐来到“蔬菜王国”，老师扮演“蔬菜国王”：

“欢迎你们来到蔬菜王国。”

“蔬菜国王”端出蔬菜：

“猜一猜我要给你们吃的是什么？”

“里面哪些东西？”

“我为什么要请你们吃这些东西？”

2、互相介绍：

幼儿独自或结伴用不同的形式（儿歌、谜语、表演等）来介绍蔬菜，让幼儿互相进一步了解各种蔬菜的主要特征和营养价值：

3、体验快乐：

听着音乐大家一起做游戏，体验欢聚的乐趣，感受蔬菜人见人爱。

“国王”送礼物。

让每一位幼儿挑选一样蔬菜仔或新鲜蔬菜带回幼儿园种植。

中班健康教案好吃的蔬菜反思篇八

班上的孩子都能说出几种常见的蔬菜名称，有的孩子认识的还不少，在活动中我通过让孩子观察触摸实物蔬菜让孩子观察里面，并通过让孩子闻出味道，梓轩小朋友说：洋葱的味道不好闻，我不喜欢吃洋葱；西红柿有维生素，我喜欢吃；于是就组织孩子说说喜欢吃的蔬菜及都知道蔬菜都有哪些营养，但是他们对蔬菜的营养及对我们身体的好处还不是很了解，只是很笼统的回答蔬菜含有维生素，蔬菜所含的营养成分对幼儿来说确实难度很大，别说孩子，连我们老师都很难掌握，它是一个比较抽象的概念。

中班健康教案好吃的蔬菜反思篇九

本次活动目的是让幼儿了解一个人在家时的安全常识，如：陌生人敲门时不开门，不开煤气，不碰电器开关，不趴在窗口玩耍等。建立初步的自我防范和自我保护的意识。

- 1、引导幼儿克服独自在家时的害怕心理，了解当自己一个人在家时，应该注意的一些基本安全事项，掌握一些基本的防拐骗技巧，学会保护自己。
- 2、引导幼儿初步运用较完整、连贯的语言看图讲述故事内容，发展幼儿的语言表达能力和逻辑思维能力。
- 3、在活动过程中，提高幼儿的安全意识。

故事《当你单独在家时》；情景表演的准备；音乐磁带《开汽车》

- 1、随着《开汽车》的音乐旋律，带领孩子们乘坐霄幼接送车到芳芳家做客。利用乘车活动来提高孩子们的情绪，并且复习乘车的安全知识。
- 2、情景表演。我们刚来到芳芳家门口，发现芳芳正被一个歹徒抓走，我们急忙救下了芳芳，把歹徒吓跑了。
- 3、进芳芳家坐下，向芳芳了解刚才发生的事情的经过（芳芳是被拐骗的）。
- 4、围绕芳芳的事情，向孩子们提出问题：

（1）当你单独在家时，感觉怎么样？在做些什么事情呢？

(2) 如果你一个人在家时，有陌生人敲门，你会怎么办？

5、给幼儿讲故事《当你单独在家时……》。

6、围绕课件的内容与孩子们展开讨论：

(2) 有人打电话过来了，智多星又是怎样帮助她的？还可以怎样做呢？

(3) 有人来敲门了，智多星又是怎样帮助她的？还有其他办法吗？

(4) 除了上面的安全事项，我们还要注意哪些安全事项呢？请幼儿自由讨论。

引导孩子们克服独自在家时的害怕心理，了解独自在家时应该注意的一些基本安全事项，掌握一些基本的防拐骗技巧，学会保护自己。鼓励幼儿将所学的知识运用到日常生活中。

7、引导幼儿看图片讲述课件里的故事，发展幼儿的表达能力和逻辑思维能力，进一步渗透、巩固所学的安全知识。

8、玩游戏：大灰狼和小兔子。让幼儿通过实践的游戏活动，在玩中学，更好地掌握住所学的安全知识。

9、结束活动：带领孩子们乘车回幼儿园。

1、知道爸爸妈妈不在家，自己不能给陌生人开门。

2、通过观看情境表演、讨论的方法，了解一个人在家时的安全知识。

3、有初步的自我防范和自我保护的意识。

了解有哪些幼儿有一个人在家的经验。

一、观看情景表演，了解一个人在家的`相关知识和行为。

1、请配班老师扮演玩具推销商，请幼儿看看他们新颖的玩具，让幼儿开门，观察幼儿的反应。

2、请大班老师扮演幼儿园的新老师，说是来家访的，让幼儿开门，观察幼儿的反应。

3、请保育员阿姨打电话给小朋友，说是爸爸或妈妈的好朋友或同事，请孩子开门，并要求带孩子到某一地方，观察孩子有什么反应。

4、使幼儿知道爸爸妈妈不在家自己不能让陌生人进门，必须等父母回来再开门。

二、组织幼儿讨论：

1、如果你一个人在家，遇到有陌生人来敲门，你会开门吗？为什么？

2、如果有人来敲门，你想对来说什么？

3、一个人在家可以做哪些事情？不可以做哪些事情？为什么？

三、教师小结：

1、如果你一个人在家，遇到有陌生人来敲门，可以不发出声音，假装自己不在家，如果有陌生人在开锁，可以打电话给110，但要说清家里的地址，或通知爸爸妈妈，让大人来应对。

2、一个人在家里要注意安全，不做危险的事，不乱动家里的电器插座、特别是不玩火等，要学会保护自己。

中班健康教案好吃的蔬菜反思篇十

- 1、能够协调地在各种障碍物上走、跑、跳。
- 2、丰富知识，了解猫、狗、兔的食性。

1、环境创设

(1) 场地布置三条不同的小路（用筒管摆成的小树林，用袜子铺成的小路，用筒管做成的独木桥）

一、准备活动：今天天气可真好，小朋友跟着妈妈一起来做运动吧。

二、重点练习走、跑、跳。森林里住着一群可爱的小动物，它们邀请我们去他们家做客，可到他们家里，我们要经过三条不同的小路，现在请小朋友自己到小路上去走走玩一玩。你可以一个人玩，也可以找好朋友一起玩，想想有哪些方法可以通过这三条小路。

(1) 自选小路玩，去每条小路走走玩玩、

(2) 交流学习，说说自己是怎样玩的？（走，跑，跳）

(3) 在个别示范后大家一起学着玩

三、游戏：做客。

(2) 找一找，再想一想这是谁吃的。

(3) 找到小动物爱吃的'食物，持物自由走，跑，跳过小路给小动物送好吃的四、结束小动物回来了，感谢小精灵们为它们送来的食物，我们也该回家了。活动延伸：幼儿走，跑，跳回教室。

中班健康教案好吃的蔬菜反思篇十一

现在我们班上有很多幼儿吃饭都有挑食这个习惯，明明说了不可以浪费粮食，不可以挑食，但是幼儿还是会将菜中的蔬菜挑出来，挑食偏食这种情况在我们班的幼儿中比较严重，为了使幼儿爱吃各种食物，养成爱吃蔬菜的好习惯。因此我设计了这节课。

- 1、引导幼儿简单认识、了解常见蔬菜
- 2、引导幼儿不挑食、偏食
- 3、引导幼儿养成爱吃蔬菜的好习惯

青菜、大蒜、西红柿

一、激发幼儿兴趣

- 1、通过谈话导入蔬菜、引起幼儿兴趣

二、导入新课

- 1、教师出示蔬菜，让幼儿认识蔬菜
- 2、提问幼儿爱吃和不吃哪些蔬菜、为什么？
- 3、有哪些小动物爱吃青菜？

三、输入新知识

- 1、教师讲解多吃蔬菜的`好处
- 2、介绍讲解挑食偏食的坏处

四、结束课堂

1、挑选个别幼儿拿蔬菜让幼儿说出名字

通过本次让幼儿懂得多吃蔬菜身体好，养成爱吃蔬菜的好习惯。

中班健康教案好吃的蔬菜反思篇十二

看谁听得清

1、教幼儿听信号变速走。

2、锻炼幼儿的听觉能力，提高幼儿反应的灵敏性。

3、培养幼儿的合作能力。

铃鼓，活动前学会开花走纸、切段分队走，并熟悉游戏“老狼老狼几点钟”。

1、开始部分：幼儿听信号有节奏地走成一个大圆——开花——六个小圆——一个大圆——切段分队，走成六路纵队。

2、基本部分；

（1）交代游戏名称以及规则：老师铃鼓拍得快，幼儿就四散快走；铃鼓拍得慢，幼儿就四散慢走；教师摇铃鼓，幼儿走成六路纵队。

（2）幼儿游戏3次。

（3）增添要求：当老师说“两人走”时，幼儿就两人手拉手走。如果铃鼓拍得快，幼儿两人手拉手快走，铃鼓拍得慢，两人就慢走。

（4）幼儿游戏三次。

3、结束部分：

(1) 表扬信号听得清楚、动作变化快的'幼儿。

(2) 复习游戏“老狼、老狼几点钟”。

利用户外活动继续玩此游戏。

中班健康教案好吃的蔬菜反思篇十三

1、区分常见蔬菜的实用部位。

2、了解不同蔬菜有不同的营养，多吃蔬菜营养好。

1、操作角：第一组：芹菜、萝卜、西红柿、花菜、蚕豆；第二组：胡萝卜、芹菜、辣椒、花菜；第三组：卷心菜、土豆、辣椒、花菜、萝卜；第四组：菠菜、土豆、花菜、毛豆、萝卜。

2、在每个操作角中，放上分别贴有根、茎、叶、果实、花、种子的筐子。

3、记录表、笔。

4、见操作材料包“什么部位可以吃”

一、回忆买菜（进一步复习巩固《菜场》）

1、讨论：你在菜场买了什么菜？

2、复习歌曲《菜场》

3、将幼儿所说的蔬菜品种编入歌曲《菜场》的歌词中。

二、拣菜（能根据实用部位进行分菜）

1、讨论：买了这么多菜，是不是现在就可以吃了？为什么？

2、幼儿根据蔬菜的食用部位进行拣菜，并放入相应的筐内。

三、交流（通过讨论交流，进一步了解蔬菜的哪些部位可以吃。）

1、分辨可以吃的是蔬菜的哪一部分，分别拣出各种蔬菜可以吃的部分。

2、用记录表的方式记录蔬菜的不同食用部位，按根、茎、叶、果实、花、种子进行分类，引导幼儿发现蔬菜的食用部位各有不同。

3、在这些蔬菜里我们喜欢吃的是什么？听教师介绍它们的营养，知道各种蔬菜的营养不同，应该吃不同的蔬菜。

4、讨论：哪种蔬菜我们不太爱吃，它有营养吗？如果遇到不爱吃的蔬菜，怎么办？

中班健康教案好吃的蔬菜反思篇十四

幼儿进餐是幼儿园最重要的生活环节，老师希望孩子们不挑食、吃得好、吃得快，但是幼儿却很难达到老师的期望，比如：有的孩子在喝汤时，不吃里面的菜，象冬瓜、紫菜、蘑菇等，在吃饭时把饭里的菜挑出来不吃，或者乘别的小朋友不注意，赶快把自己不喜欢吃的东西放在别的小朋友的碗里。针对中班幼儿出现的.这种情况，有必要对幼儿进行健康教育，对他们纠正挑食、偏食的心理与行为，进而爱吃各种食物，有着重要的影响。

1、让幼儿进一步认识各种蔬菜，初步了解蔬菜对人体的作用，并知道爱吃各种蔬菜，有益于身体健康。

2、培养幼儿每天吃蔬菜、吃各种蔬菜的好习惯。

3、知道人体需要各种不同的营养。

初步了解各种蔬菜吃的部位，以及各种蔬菜的不同营养。

1□ppt课件、操作材料。

2、芹菜、萝卜、胡萝卜、黄瓜、青菜、葱、花菜、西红柿等蔬菜，篮子。

3、丰富词汇：维生素。

一、开始部分：

1、谈话：

教师引导幼儿观察蔬菜，提问：“你们都认识它们吗？吃过它吗？”

2、请几名幼儿上来各拿一样蔬菜，并说出他们的名称、颜色、形状。

二、基本部分：

1、找一找。

分别找一找蔬菜的哪个部位可以吃，如萝卜吃根，卷心菜吃叶，西红柿吃果实，花菜吃花，芹菜吃茎(叶)，请幼儿将蔬菜放在相应的篮子里。

2、与幼儿共同探讨蔬菜的各种吃法：知道蔬菜可以炒、凉拌、做汤，包饺子、有的还可以像水果一样生吃，但必须洗净。

3、认识各种蔬菜，启发幼儿讨论蔬菜对人体的作用：

“人为什么要吃蔬菜?不吃蔬菜会出现哪些不好的现象”?(鼻出血、口角干裂、大便干结、皮肤干燥等。)

“蔬菜有哪些营养”?引导幼儿自由讨论。

分别出示各种蔬菜，初步了解其丰富营养。

师：这是菠菜，长得什么样子呀?(有绿色的叶子，红色的根)，谁喜欢吃菠菜，你为什么喜欢吃菠菜?有什么营养?菠菜里含有维生素，它能使我们的皮肤变光滑，小朋友经常口腔溃疡，那是因为身体里缺少了维生素，所以请小朋友喜欢菠菜、多吃菠菜。你们知道还有哪些蔬菜里含有维生素吗?青椒、南瓜、油菜里也含有维生素，还有一种蔬菜里面含有维生素，你知道是什么菜吗?请你们猜一猜它是桔红色的，动物中兔子和马非常喜欢吃。对!是胡萝卜。

4、蔬菜与卫生：

“怎样吃蔬菜才健康?”引导幼儿交流。

因为蔬菜生长在农田里，需要农药和肥料，所以做菜之前要把蔬菜洗干净，在水里多泡泡。特别是生吃西红柿和黄瓜等，一定要洗干净并且去皮。但也有一些蔬菜是农民们用了先进的方法种植的蔬菜，不用对人体有害的农药，也不让蔬菜环境受到污染，这种蔬菜叫做“无公害蔬菜”。

让幼儿给各种蔬菜涂色。