

# 健康幼儿教案大班反思 幼儿园大班健康教案(优质12篇)

幼儿园教案是一个教师向幼儿传递知识和培养能力的有效工具。[课程名称]《初一历史教案》

## 健康幼儿教案大班反思篇一

本学期一开始，我们发现经过一个月的假期，班上有几位小朋友的变化很大，我们高兴地对有的小朋友说：“恭喜你，你长胖了。”而对另一些孩子我们则皱皱眉头说：“你怎么又胖了，你怎么又瘦了？”于是，到底是胖好还是瘦好成为近期孩子们关注的话题。

分析我班幼儿的身体成长状况，就能发现存在许多“参差不齐”，有的很胖，有的很瘦。幼儿在饮食方面也存在挑食现象，喜欢吃肉不喜欢吃蔬菜。并且到了晚上或双休日还喜欢以“自己的喜好”来填饱肚子，例如吃肯德基、麦当劳、饮料、冰淇淋等。家长也常因娇惯而满足幼儿的各种要求。

幼儿需要了解自身的身体状况、关注自己的成长、树立自我保育意识。因此我预设了本次的活动方案：

- 1、引导幼儿发表自己的观点，通过讨论，意识到太胖和太瘦都对身体健康有影响。
- 2、学习关注自己的身体健康状况，初步了解自身成长的需要，知道如何调整自己的行为有利于健康。
- 3、激发幼儿在集体面前大胆表达、交流的兴趣。
- 4、帮助幼儿了解身体结构，对以后的成长会具有一定的帮助。

## 5、初步了解健康的小常识。

活动前根据“学前幼儿体重标准表”为本班幼儿测量体重；红、黄、绿三种颜色的表格各一，并根据幼儿体重情况制作三种颜色的圆点卡片，活动前发给幼儿；多媒体课件“来当营养师”；“健康棋”六套，各种食品的卡片若干（活动前请幼儿画好）。

活动重点：通过幼儿自由辩论帮助幼儿正确理解胖和瘦的概念。

活动难点：使幼儿了解自身的健康状况，知道如何调整自己的行为有利于健康。

突破方法：利用不同颜色的圆点来表示幼儿的健康状况，并请幼儿自己贴到相应的表格中使幼儿了解自身的健康状况。通过集体讨论、多媒体课件和“自助餐”的游戏来帮助幼儿树立自我保育意识。

### （一）大胆表达，各抒己见

幼儿将自己有关胖好还是瘦好的想法在集体中展示、扩散，表明自己的观点，并尝试用实例说服同伴。

过程：幼儿各抒己见，运用实例说明自己的观点。在幼儿的意见无法统一的情况下，教师出示“学前幼儿体重标准测量表”，知道胖瘦有一定的标准，太胖和太瘦都不健康。

### （二）了解自身，对症下药

（1）出示红、绿、黄三种颜色的表格，请幼儿根据手中圆点的颜色寻找自己在表中的位置，（红色表示偏瘦，黄色表示偏胖，绿色表示正常）从而了解自身以及本班幼儿成长的情况。

(2) 集体讨论怎样才能使自己既不胖也不瘦，身体更健康。

(3) “对症下药”：运用多媒体课件“来当营养师”为不同情况的孩子“开处方”。

### (三) 分组游戏活动，经验梳理

(1) 棋盘竞赛：幼儿通过竞赛性游戏，在下棋过程中获得有关健康生活的经验。

(2) 自助餐：幼儿根据自身情况为自己挑选一份营养合理的美餐。

幼儿将已有的经验运用到生活中去，关注自己的身体特点，坚持健康饮食和锻炼，并把有关的信息带给身边的朋友和家人。

继续鼓励幼儿搜集资料，研究各种食物所含的营养。

本次活动是针对孩子的年龄特点专门设计的，还是比较适合幼儿的性格发展，整个活动中只有小辉不怎么参与活动，主要是小辉有轻微的电视自闭症，尽管平日教学中已经有很大的进步，但是在语言交流中还是有一定的障碍。

## 健康幼儿教案大班反思篇二

1、培养幼儿的注意力和敏捷、迅速的反应能力。

2、引导幼儿练习头上、胯下传球。

1、音乐：如果感到幸福

2、红旗一面、皮球4个。

## 一、活动开始

- 1、听教师口令做跑步热身活动。
- 2、随音乐创编动作(重点做上肢运动)

## 二、游戏：玩球

- 1、自由传球。

将幼儿分成4组，自由探索多种传球方法。

- 2、请一组幼儿示范头上传球，集体学习、练习。

动作要求：第一位幼儿双手抱球，双臂从头上向后传给第二位幼儿，依次后传。

- 3、请一组幼儿示范胯下传球。

动作要求：第一位幼儿双手抱球，双臂从胯下向后传给第二位幼儿，依次后传。

- 4、请一组幼儿示范头上胯下间隔传球。

要求：第一位幼儿头上传给第二位幼儿，第二位幼儿胯下传球给第三位幼儿，依次后传。

- 5、集体做游戏。

(1)教师讲解游戏玩法及规则。

幼儿分成4队，前后间隔一臂距离，两腿分开站立。按要求做游戏。

规则：要手递手传球，不能抛或滚球，传球失落，由接球者

拾起，在失落处重新传球。

(2) 幼儿共同游戏一次。

(3) 教师游戏，再次强调规则。

(4) 第二次集体进行游戏。

### 三、活动结束

游戏活动情况。放松，自由玩球。

## 健康幼儿教案大班反思篇三

1. 知道识别食品包装上的生产日期以及安全标志，并能区分哪些食品是安全的，哪些食品存在安全隐患。

2. 增强食品安全意识，提高幼儿食品安全自我保护能力，培养幼儿良好的饮食卫生习惯。

3. 了解保持个人卫生对身体健康的重要性。

4. 知道检查身体的重要性。

1. 教学课件《吃健康的食品》

2. 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）。

3. 健康大冒险游戏棋盘若干。

1、重点：知道健康饮食的重要性，养成良好的饮食卫生习惯。

2、难点：认识和区分哪些食品是安全的，哪些食品存在安全隐患。

## 一、活动导入

1、谈话导入课题：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：平时自己都喜欢吃些什么食品

（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。

四、知识抢答1、将幼儿自然分成两组进行问题抢答抢答规则：教师逐一出示带有问题的课件请幼儿来判断正误，当老师说“开始抢答”后，幼儿举手示意，哪一组举手快则由该组来回答问题，答对了给出一个笑脸，最后以获得笑脸多的小组为胜利方。

（1）喝碳酸饮料比喝白开水对健康好吗？

（2）多吃油炸食物对健康好吗？

（3）常吃零食好吗？

（4）空腹喝牛奶对身体有益吗？

(5) 多吃瓜果、蔬菜对健康好吗？

2、教师对问题抢答环节进行小结，并告诉幼儿正确的饮食卫生习惯既要少吃零食，不吃油炸类食品，多吃瓜果蔬菜，少喝饮料多喝水，一定要养成良好的'食品卫生习惯。

五、游戏——健康大冒险带幼儿进入游戏场景开始游戏。

游戏规则：幼儿分成两红，蓝两组开始健康大冒险的比赛游戏，轮流抛掷骰子，按骰子所指的点数前进，到位后再按所在圈内的文字要求行走，以先到终点者为胜者。

引导幼儿在游戏时讨论零食中存在的安全隐患，鼓励幼儿一定要克制自己，少吃或不吃零食，养成良好的饮食卫生习惯。

活动在愉快的游戏中结束。

这节课上完之后，我觉得各部分之间的过渡自然，衔接紧密，幼儿参与人数多，参与热情积极，但我对幼儿知识储备把握不够准确。对三无产品幼儿简单了解，能够知道没有生产日、保质期和安全标志的食品是不安全的，这样的食品不能吃。本节课能够达到教学目标。

小百科：食品，指各种供人食用或者饮用的成品和原料以及按照传统既是食品又是中药材的物品，但是不包括以治疗为目的的物品。

## 健康幼儿教案大班反思篇四

1. 了解合理的营养结构。
2. 为自己设计营养食谱。

准备制作营养食谱的纸笔人手一份自制健康印章一枚，图案



## 为太阳或灯泡

(一)我最喜欢吃我们小朋友都以自己喜欢吃的东西，要是让你随便吃，您能吃多少。

## (二)营养宝塔

1.小朋友吃想吃很多很多喜欢的东西，这样适宜吗哪些东西就应多吃，哪些就应少吃。

2.教师出示挂图。每一天就应吃的东西就像一座宝塔，下面的东西就应多吃，上面的东西就应少吃。

3.吃的最多的就应是什么(米饭，馒头，面包和面条，还有玉米，土豆和蕃薯，这些粮食做的食品能够让我们有力气)

4.能够吃的第二个多得是什么(蔬菜水果也要多吃一些)

5.比蔬菜水果要吃的少一些的是什么(牛奶鸡肉鸡蛋鱼肉都要吃一些，但是不能吃的太多)6.吃的最少的就应是什么(巧克力这样的甜食和油炸的东西都就应少吃)

## (三)我的营养食谱

1.看了营养宝塔，我们明白哪些就应多吃，哪些就应少吃，不能一个劲的吃喜欢吃的东西，不吃其他东西。

2.我们为自己设计一分健康食谱好吗?

3.将纸折成三折，使它看起来象菜单。把早餐食谱(如水果，牛奶馒头)画在第一面，把午餐晚餐的食谱依次画在第二面和第三面上。

4.折拢食谱在封面处美化装饰5.选取几则比较典型的食谱，引导幼儿讨论他们设计的是否合理，是否有利于健康。经大

家检验合格后教师在食谱封面加盖健康印章。

6. 我们把自己设计的食谱放到我们的健康加油站，欢迎大家经常光顾，使自己永远健康。

## 健康幼儿教案大班反思篇五

一、动目标：

1. 知道保护牙齿的重要性，了解保护牙齿的小知识。
2. 学会正确的刷牙方法。
3. 懂得早晚刷牙、餐后漱口等简单的护牙常识。

材料准备课件《小鲤鱼拔牙》、《刷牙歌》；大牙刷一支、牙模型一个、儿童牙膏两支；幼儿每人自带一支牙刷，一个杯子。

2. 经验准备

幼儿已经认识了牙齿，有初步了解了牙齿的作用的基础。

1. 引入：“有条小鲤鱼牙疼得厉害，到底怎么了？我们一起来看看吧。”

(1) 幼儿观看课件《小鲤鱼拔牙》。

(2) 教师提问：小鲤鱼怎么了？它为什么会牙疼呢？

2. 请幼儿说说在日常生活中我们应该怎样做才能保护好牙齿。

“小朋友，请你们说说怎样才不会长蛀牙呢？”

归纳：甜食要少吃、早晚要刷牙、餐后要漱口，牙齿才健康。

### 3. 学习正确的刷牙方法。

老师示范正确的刷牙方法。（老师镜面示范拿牙刷刷牙，幼儿用手指同步练习）

#### (1) 学刷外面的牙齿。

“张开嘴唇，我们先刷前面露出来的牙齿，注意牙刷要横放，刷毛向着牙齿，刷上面的牙齿要从上往下刷，刷下面的牙齿要从下往上刷，合起来就是牙刷横放，上下来回刷刷刷，你们也来试试。”（幼儿同步练习）“还有旁边的牙齿该怎么刷呢？把牙刷横着放进去，上下来回刷刷刷。”（幼儿同步练习）“另外一边呢？要把牙刷反过来，牙刷横着放进去，上下来回刷刷刷。”（幼儿同步练习）

#### (2) 学刷牙齿的咬合面。

“牙齿的咬合面又该怎么刷呢？我们先刷下面的，嘴巴张开，把牙刷伸进去，对着咬合面前后来回刷刷刷。”（幼儿同步练习）“刷上面时，把牙刷反过来，刷毛对着咬合面前后来回刷刷刷。”（幼儿同步练习）

#### (3) 学刷里面的牙齿。

“刷里面的牙齿时，我们要把牙刷竖起了，顺着牙齿的方向来刷，刷下面的牙齿时从下往上刷刷刷。”（幼儿同步练习）“刷上面的牙齿从上往下刷刷刷。”（幼儿同步练习）

3. 请个别幼儿出来示范刷牙，其他幼儿练习用牙刷刷牙，错误的给予纠正，正确的给予表扬。

### 4. 律动《刷牙歌》。

“小朋友，我们来跳刷牙舞吧！”听一段后提问：“什么时候

要刷牙呢?”

5. 幼儿自己拿牙刷、杯子学习刷牙。

“现在是早上，小朋友刚起床，我们要做什么呢?现在是晚上，要睡觉了，我们又该做什么呢?好，请拿上自己的牙刷和杯子跟着老师来刷牙吧!”

6. 刷牙后，幼儿互相检查牙齿的效果。

“你们的牙齿刷干净了吗?大家互相检查一下吧!”

7. 小结

“我们的牙齿这么有用，大家一定要记着坚持早晚刷牙、餐后漱口哦!”

请老师和家长结合早餐和晚饭引导幼儿认真刷牙。

本次活动内容源于幼儿的生活，注重幼儿“体验感知”的过程，让幼儿积极参与活动的全过程。小班幼儿认知过程具有直观形象性，在活动中需要依靠或借助许多具体形象事物来配合认识，所以要准备生动的ppt、儿歌、图片、动画等资料。但要养成讲究卫生、保护牙齿的意识和习惯，需要一个长期地过程。

## 健康幼儿教案大班反思篇六

- 1、认识几种常见的黑色食品，初步了解黑色食品的营养价值。
- 2、通过游戏的方式，讲述各种黑色食品的名字，愿意吃各种黑色食品。
- 3、体验与同伴一起表演的快乐。

4、初步了解健康的小常识。

5、知道人体需要各种不同的营养。

1、师生提供收集的各种黑色食品，并场景布置《黑色食品大集合》展台。

2、按小组准备对门开的屏风五副。

3、黑布、黑纸、各种装饰材料、剪刀、胶棒等。

1、游戏活动《芝麻开门》，认识各种黑色食品。

2、探索发现食品的共同点，进一步了解黑色食品。

教师：仔细看看这些实物有哪些相同的特征？

教师：这些食品都是黑色的，所以我们就叫它黑色食品，你还认识哪些黑色食品。

3、观看表演，探讨黑色食品的营养价值。

教师拿着袋装的黑色食品进行表演，让幼儿感知了解几种黑色食品的营养价值。

教师讲述表演，幼儿观看，感知黑色食品丰富的营养价值。

教师小结：不同的黑色食品的营养价值也不一样。

4、教师组织幼儿用各种材料将自己打扮成黑色食品，玩“芝麻开门”的游戏。

5、激发幼儿自己玩“芝麻开门”游戏的兴趣。启发幼儿用黑色食品打扮自己，并讲述自己的营养价值。

教师和幼儿分小组玩游戏“芝麻开门”。

因为没有让孩子们事先带黑色食品，所以，我简单的准备了芝麻和黑豆让孩子们观察，孩子们得出结论是黑色的。

孩子对绿色食品是最熟悉的，但对黑色食品见得比较少，所以，能说出来的很少。有的甚至说巧克力也是黑色食品。

课前，我没有上网查查关于黑色食品的鉴定，所以，当孩子问我可乐是不是的时候，我只能告诉他们不是，却不能说出原因，孩子接受的很勉强。所以，下次我应该先自己了解，做好充足的准备，才能给孩子讲解。

## 健康幼儿教案大班反思篇七

了解常见的危险动作，懂得其危害。

知道在日常生活中玩游戏要注意安全。

体验看图说话，编创儿歌歌词的乐趣。

课件准备：“哪里有危险”图片；“危险动作不能要”组图；《安全歌》儿歌视频。

出示图片“哪里有危险”，引导幼儿找出危险的行为。

——找一找这里面有哪些危险的行为？请你把它圈出来。

——你为什么觉得它不安全？

小结：抛沙土会伤害眼睛；从滑梯滑道往上爬或站在秋千椅的后面容易被撞伤；坐椅子伸长腿，会绊倒别人，使别人摔伤；吃东西的时候说笑会呛到自己。这些都是危险的行为，我们自己不要做，也要提醒别人不能做。

出示组图“危险动作不能要”，鼓励幼儿看图说话。

——图上的小朋友在做危险的行为，我们可以用一句话来提醒他这样做很危险。

——想一想，你会怎么说？（比如：上下楼梯不打闹/不对耳朵大声叫。）

播放儿歌视频《安全歌》，带领幼儿学念儿歌。

1. 播放儿歌视频《安全歌》第一遍，引导幼儿初步欣赏儿歌。

——刚才你们说的这些话很适合编成一首安全儿歌，来告诉小朋友们不做危险的事情。我们一起来听这首《安全歌》。

2. 播放儿歌视频《安全歌》2-3遍，带领幼儿学念儿歌。

小结：做危险的行为很容易让我们自己受伤，同时也可能会伤害到别人。我们要做文明的好孩子，不在危险的地方游戏，不做危险的动作。

组织幼儿讨论，鼓励幼儿结合自身经验，举例更多危险的、不能做的行为，并用一句话描述。

——你还知道哪些危险的不能做的事情？（站在摇摇椅上、拿着剪刀乱跑……）

——如果要用一句话来提醒小朋友们不做这件事，你会怎么说？（坐摇椅，不站立；手拿剪刀不乱跑。）

附【儿歌】

安全歌

小朋友，请牢记，

危险动作不能要。

墙头高，不要爬，

上下楼梯不打闹。

坐在椅上不伸腿，

玩时不把沙土抛。

嘴吃东西不说笑，

不对耳朵大声叫。

做个文明好孩子，

人人夸我好宝宝。

## 健康幼儿教案大班反思篇八

1、了解近视眼造成的原因及给生活带来的不便。

2、懂得保护视力的基本常识和方法。

戴眼镜的小猫图片、眼镜、保护眼睛的食物图片活动过程：

1、出示戴眼镜的小猫。

师：今天教室里来了一位客人，它是谁？小猫怎么了？小猫为什么要戴眼镜？

2、欣赏故事。

（1）师：老师这里有一个故事，故事里就告诉我们小猫为什么要戴眼镜？



(2) 欣赏故事师：小猫的眼睛怎么了？

小猫的眼睛为什么看不清？

小结：有这么多的行为会使眼睛生病，眼睛生病了给小花猫的生活带来了那些不方便？

3、讨论：近视眼会给小猫的生活带来哪些不便？

4、戴假眼镜感受不便之处。

师：小花猫的眼睛生病了，给它的生活带来了很多的不便，老师今天带来了一副眼镜，请小朋友戴一戴感觉一下。

小结：戴眼镜不但不方便而且还不漂亮5、怎样保护我们的眼睛。

幼儿自由回答，教师根据幼儿回答做相应的动作纠正不良的坐姿。

小结：除了在行为方面可以保护我们的眼睛，在饮食方面也起到可以预防作用我们一起来看看有哪些食物对我们的眼睛有好处。

6、操作练习。

请你来找一找正确的用眼方法。

## 健康幼儿教案大班反思篇九

1、了解几种常见豆子的营养。

2、愿意并喜欢吃各种豆类及豆制品。

3、养成爱吃豆制品的好习惯。

4、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

5、知道人体需要各种不同的营养。

1、装有不同豆子（黄豆、红豆、绿豆、黑豆）的封闭罐子4个；

2、四种豆子的标记图及指偶；

3、透明器皿4个；

4、食品：豆浆、豆腐干、豆沙包、绿豆糕、红豆粥；

5、幼儿用书。

一、与幼儿共同玩游戏“听一听，猜一猜”，认识四种豆子。

2、教师揭开谜底，将罐子内的豆子分别倒入四个透明的器皿内，和幼儿一起认识四种豆子。

二、通过故事，了解黄豆的营养。

1、引导幼儿欣赏故事《小小狗吃豆豆》；

2、师：小小狗为什么要去吃黄豆？喜鹊老师是怎么说的？

3、师：小小狗吃了黄豆以后长胖了吗？为什么？黄豆做成的食物有哪些呢？

4、教师小结：黄豆营养价值特别高，多吃黄豆有利于大脑发育。

三、教师演示豆子指偶，引导幼儿了解其他几种豆子的营养。

1、教师出示四种豆子的标记，请幼儿将标记粘贴在装有豆子的

的透明器皿上；

3、幼儿两两相互讨论，并在集体中发言；

4、教师演示四种豆子的指偶，以豆子的口吻介绍它自己含的营养；

5、师：你们吃过用这些豆子做的食品吗？是什么呢？

6、教师小结：豆子对我们的生长发育有特别重要的作用。黑豆含有丰富的大豆蛋白，有利于大脑发育；红豆有补血作用；绿豆有清凉解毒的作用。

四、幼儿分组制作豆子头饰，和豆类朋友一起做游戏。

1、师：小朋友都喜欢这些豆子朋友，今天我们就和豆类朋友来聚会吧。

2、幼儿分组制作豆子头饰，教师进行指导。

3、教师和幼儿戴上头饰，一起随音乐表演豆子跳舞。

五、师生共同看幼儿用书，认识豆制品。

1、师：看看图中的豆制品，你吃过哪种？知道它们是由哪种豆子制成的吗？

2、教师拿出准备好的豆制品，请幼儿现场品尝。

1、种植四种豆子，引导幼儿观察并记录豆子的生长过程，了解四种豆子的生长特点。

2、引导幼儿利用海绵、软泡沫等材料自制豆制品游戏材料，开展“小吃店”游戏。

## 健康幼儿教案大班反思篇十

爱玩是孩子的天性，孩子都喜欢出去旅游，每次旅游回来都希望把自己见到的、好玩的事情说给老师、小伙伴听。结合孩子的需要和兴趣，我班开展了“快乐的旅行”这一主题。随着活动的不断延伸，一次孩子们在进餐中窃窃私语，老师蹲下身仔细倾听孩子的对话，才知道他们有一个新的“发现”：食物在肚子里会“旅行”吗？多有趣的问题呀！孩子们都关注着呢。

《纲要》指出：科学教育应密切联系幼儿的实际生活进行，利用身边的事物与现象作为科学探索的对象。生活中有多种多样的食物，孩子们总是吃不够、说不完。为满足孩子们的好奇心和探究愿望，“食物的旅行”主题活动由此生成展开。为体现新课改精神，我以整合的观念，目光短浅是让幼儿在认识人体的消化器官，了解食物的消化过程的同时，重点知道胃与身体健康的关系，提高他们的自我保护意识。同时培养幼儿的观察力及合作能力。为使活动真正引发幼儿参与的兴趣，我注意灵活采用教法：首先设置问题情境（从孩子们好奇心入手——“吃下去的东西哪去了？”）观察法（用孩子的眼睛去发现——食物在人体里的消化过程）操作法（以孩子喜爱的操作形式展开——动手动脑拼图、“构建”消化系统图）等等。为更好地突出重点、突破难点，我们充分发挥多媒体教学手段的作用，亲手制作课件，使学习活动更为具体生动且有趣味性。

- 1、初步认识人体的主要消化器官，了解食物的消化过程。
- 2、学习简单的自我保护方法，提高自我保护意识。
- 3、培养幼儿良好的饮食和卫生习惯。

重点：讲解胃与身体健康的关系，让幼儿明白不良饮食习惯对胃的伤害。

难点：知道人体消化器官的顺序及功能保护。

□1□flash课件《食物的旅行》以及相关的故事。

(2) 音乐：《幸福拍手歌》

(3) 人体消化系统图，即时贴消化系统卡片图，小蛋糕，小饼干。

## 一、创设情境，导入新课

1、小朋友，你们喜欢和爸爸妈妈一起去旅行吧？旅行的时候有没有看到什么有趣的事呢？

3、播放课件，讲述故事《小蛋糕的旅行》。

故事：《小蛋糕的旅行》小朋友最喜欢吃小蛋糕了，小朋友把我放到嘴里，嚼呀嚼，把我弄得痒痒的，一不留神，我就被吞了下去。不一会儿，我到了一条长长的管子里，就像坐滑梯一样，真好玩！还没等我玩够，就滑到了一个大袋子里，这大袋子可神奇了，它会一边分泌出一些液体，还一边慢慢地蠕动，把我磨得呀越来越碎，越来越碎...被磨碎的我接着到了一条弯弯曲曲的小管子里，像迷宫一样，好不容易出了迷宫，我就到了一条皱巴巴的大管子里，在这我的营养都被吸收掉了，最后我就被排出了体外。

4、听完小蛋糕的故事，你知道小蛋糕它去了什么地方旅行吗？

## 二、观看动画，通过提问帮助幼儿认识主要消化器官，了解食物的消化过程

### 引导幼儿逐幅观看flash动画课件

1、放第一段食物从口腔到食管的动画。

提问：小蛋糕从哪里进去？知道那叫什么名字吗？（口腔）它在我们的嘴巴里怎么样了？

（牙齿把食物嚼碎了，方便吞下去）

经过嘴巴后，小蛋糕被吞了下去，到了什么地方？知道那长长的管子叫什么吗？（食管）

2、放第二段，了解胃的功能以及胃与身体健康的关系。

提问：接着小蛋糕从长长的管子滑下去，到了一个在袋子里，这个大袋子叫什么名字呢？（胃）它有什么作用呢？（教师小结）

3、放第三段，知道小肠的作用

4、放第四段，理解大肠的用途

提问：小蛋糕又到了哪里呢？这是什么地方呢？

三、让幼儿品尝饼干，想象食物进入各个器官，并排出旅行路线图。

把幼儿分成四个旅游团，“小饼干的旅行开始了！”

2、请各组小朋友品尝饼干，并根据提示把小饼干旅行的顺序排列出来

提示：（1）这是旅行的入口（口腔），在这里给它拍张照吧！（出示口腔图片）

（2）我们的牙齿先把小饼干咬破，嚼碎了，吞下去，到了哪里哪？（食管）

（4）胃磨啊磨，把饼干磨得更碎了，到了哪里了？（小肠）

小饼干的营养大部分在这里被吸收。

(5) 小肠把小饼干里的营养都吸收了，然后到了哪里？（大肠）大肠转呀转，把没有用的残渣都排出去了。

小饼干的旅行也结束了，

3、评析每个小组的排列情况。

四、结束部分，听音乐做活动

我们把食物吃下去以后，还需要做些轻微的活动帮助它们消化，现在请小朋友们轻轻起立，和老师一起做动作。（播放音乐：《幸福拍手歌》，让幼儿跟随音乐做律动。）

本活动选取的内容接贴近幼儿的生活，深受孩子们的欢迎。活动的设计做到动静结合，由浅入深，从感知到体验，层层深入，并把科学知识与健康、语言、艺术等领域内容进行有机地整合，给孩子开创了广阔的学习空间。下面谈谈教学后的几点体会。

1、运用课件辅助教学，优化教学过程。

为了让孩子能更直观、逼真、有系统地了解食物在人体内的旅行过程，以及食物进入消化器官后的消化情况，我准备了活泼生动的多媒体课件，积极调动幼儿的各种感官进行主动探索学习，让幼儿看看、听听、说说，在轻松活泼的气氛中掌握科学知识，达到寓教于乐的目的。

2、利用材料创设情境，体验游戏乐趣。

活动中，教师观察到幼儿已掌握了食物旅行的过程，并初步了解各消化器官的名称及作用，便设置了游戏活动——“食物的旅行”。先请小朋友品尝自己喜欢的食物——小蛋糕，让

小朋友体会小蛋糕到人体的各个消化器官中去旅行一次，然后让幼儿合作拼一幅完整的消化系统图这是小朋友非常感兴趣的环节，既满足了幼儿动手的需要，又提高了幼儿合作能力，整个游戏过程中幼儿热情高涨，兴趣浓厚，每个幼儿都积极参与，在愉快的氛围中把活动推向了高潮。同时，在孩子们玩得意味犹未尽时，教师及时地抛出新问题，使活动向更深层次发展，达到了活动目标。

在教学活动中教师如何倾听、观察、捕捉幼儿的信息，并使之成为丰富和调节活动的资源，让活动中的指导更具体、更有针对性，有待加强培养、训练。此外，在活动中应给予孩子更多的拓展思维，还可以利用现场的资源，让幼儿与更多的同伴或老师交流。

## 健康幼儿教案大班反思篇十一

1. 知道人们需要吃不同的食物，才能营养全面，有利于身体健康，养成不挑食的习惯。
2. 初步会合理搭配一餐的饭菜，知道要有荤有素，有菜有主食等。
3. 能分析评价自己和别人的配餐。

重点:让幼儿知道人需要吃不同的实物，才能营养全面，有利于身体健康，养成不挑食的习惯。

难点:初步会合理搭配一餐的饭菜，知道要有荤有素，有菜有主食等。

1. 课件ppt

2. 不同类的多种食物图片，如：肉、鱼、青菜、萝卜等。



## 一、认识各类食物

### 1. 导入活动（情景导入）

### 2. 初步尝试搭配食物

（1）教师介绍各种食物

（2）请小朋友们想一想并动手初次尝试搭配食物

（3）请营养专家进行配餐点评

小结：合理配餐应根据荤素搭配、荤菜不宜过多、有一定量的素菜、也要有主食米饭或者面条等，这样子才能营养均衡，对身体有益。

## 二、食物分类

### 1. 认识食物分类标准

我们的健康食物基本分为荤菜、素菜还有主食。

主食有：米饭、面条、馒头等

素菜有：西兰花、菜心、青瓜等

荤菜有：排骨、鱼、鸡肉、海鲜等

### 2. 食物分类

小朋友你学会了吗？我们现在来进行食物分类游戏吧。

他们分对了吗？bingo,分对了，表扬他们。

## 三、再次进行“配餐大比拼”活动

(1) ——小朋友们真厉害都知道了健康食物的分类，还掌握了营养搭配的小技巧，那还等什么呢，赶快进行“配餐大比拼吧”

“配餐大比拼”活动规则：每个小朋友最多只能选择5样食物进行搭配，配餐要做到营养均衡，而且要在一分钟内完成搭配。

## (2) 共同讨论评选理由

1. 请幼儿回家与父母一起讨论思考一日三餐的配餐如何更加合理，符合营养要求。

教学反思：这节课的教学目标重点：让幼儿知道人需要吃不同的实物，才能营养全面，有利于身体健康，养成不挑食的习惯。难点：初步会合理搭配一餐的饭菜，知道要有荤有素，有菜有主食等。这节课中我设计了让孩子自主搭配食物并一起讨论判断是否合理，我结合对比照片，紧紧围绕“营养搭配”这一情境激发学生的学习兴趣，并引导孩子区分素材和荤菜，在此基础上，引入了配餐大比评的活动，通过此次活动孩子们初步掌握了合理配餐应根据荤素搭配、荤菜不宜过多、有一定量的素菜、也要有主食米饭或者面条等，这样子才能营养均衡，对身体有益。

## 健康幼儿教案大班反思篇十二

本活动选自《吉林省幼儿园主题活动课程（大班蔬菜主题）》。小朋友们都知道每天喝的豆浆是黄豆做的，那黄豆是怎么变成豆浆的？黄豆又可以做成哪些食品呢？我们通过此活动向幼儿一一介绍，在细致的观察、比较中获取知识经验。

1、培养幼儿对豆制品的喜爱。

2、观察、比较黄豆的外形特征，初步提高幼儿感知事物的能力。

3、引导幼儿在观察、比较黄豆外形特征的基础上，知道豆浆的简单制作过程，并了解黄豆还可制成其他豆制品。

材料准备：课件，干湿两种黄豆（人手一份），豆浆机。

## 1、导入

师：小朋友，我是黄豆宝宝，我还把我的好朋友都请来了。今天，我们就来一起玩。让我们先来看看黄豆宝宝是什么样子的。小朋友可以看一看，摸一摸，捏一捏自己盒里的黄豆宝宝，等会儿告诉大家。

## 2、展开

（1）初步了解黄豆的外形特征。

在课件中提出问题：黄豆宝宝是什么样子的？

教师进一步引导：观察黄豆宝宝是什么颜色的？是什么形状的？小朋友可以看一看，摸一摸，捏一捏。

师：（小结）黄豆宝宝是一粒粒黄颜色的圆溜溜的小豆豆。

（2）进一步观察比较干湿不同的黄豆的外形特征

利用课件提出问题：泡过的黄豆和没泡过的黄豆有什么不一样？

幼儿观察并比较干湿不同的黄豆。让幼儿谈谈发现了什么，有什么不同的地方。教师和幼儿一起分析、讨论原因，让幼儿通过亲自体验发现秘密。

师：（小结）黄豆宝宝只要在水里泡上一天，就会比原来大一些，软一些，颜色浅一些。

（3）现场制作豆浆，观看豆浆的制作过程。

师：黄豆宝宝的本领可大了，会变许多魔术，小朋友每天喝的豆浆也是它们变出来的。（观察做豆浆的过程，了解制作豆浆的方法）

师：请小朋友睁大眼睛，看看黄豆宝宝是怎么变成豆浆的？（教师操作，幼儿一起说：“变变变。”）

教师倒出豆浆后提问：黄豆宝宝呢？它没有了，变成什么了？豆浆是什么颜色的？

师：豆浆是生的，还不能吃，应该怎么做？（教师煮豆浆）

分析：引导幼儿运用各种感官比较观察泡过和没泡过的黄豆的不同，发展了幼儿的观察力，提高了幼儿的感知能力。运用变魔术的口吻，请幼儿观看豆浆的制作过程，幼儿身临其境，兴趣极高，恨不得马上吃到“变出来”的豆浆。有的幼儿看到教师做出来的豆浆就问：“老师，豆浆能不能吃了呢？”

还有的幼儿问：“什么时候能吃豆浆呀？”可见，幼儿吃豆浆的兴致已被调动起来了。

在煮豆浆的同时让幼儿观看课件，了解黄豆还能做成其他的豆制品。并理解“豆制品”一词。

师：我们黄豆宝宝本领可大了，除了能做豆浆，还能做许多东西呢。现在请小朋友看录像，录像里的东西都是用黄豆宝宝做的，到底是什么呢？请大家睁大眼睛看仔细，等会告诉其他小朋友。（看录像）

师：（小结）豆腐、素鸡、豆腐干、油豆腐等，都是用黄豆宝宝做出来的。

幼儿品尝各种豆制品，了解到黄豆营养丰富，培养幼儿喜爱豆制品的情感。

活动延伸：到自然角观察黄豆宝宝的另一个变化——黄豆发芽。