

小班心理健康教案 20 篇

目录

水的作用	2
各种不同的刷子	4
有营养的蔬菜	6
认识牙齿·预防蛀牙	10
快乐娃娃	12
《垃圾食品我不吃》	15
《爱运动爱健康》	18
早晚刷牙	20
黄豆爷爷找宝宝	23
《吃不完怎样办》	25
和筷子做朋友	27
保护我们的小眼睛	29
勤劳的手	31
有用的耳朵	32
好吃的东西我能打开	33
战胜小蛀牙	37
小脚丫	40
蔬菜品种多	44
我们来学擤鼻涕	47
《干净的手和洁白的牙齿》	51

水的作用

活动目标

- 1、让幼儿讲述水与人们的密切关系，了解自来水的来源。
- 2、使幼儿明白水能解渴，应多喝开水。
- 3、教育幼儿节约用水，保护水资源。

活动准备

- 1、ppt 课件：如果没有水
- 2、ppt 课件：水的作用

活动过程

一、情景导入活动

1.教师拿着水杯喝水。

教师：小朋友，你们想喝水吗？

2.请幼儿拿水杯喝水。

提问：喝完水有什么感觉？我们喝的是什么水？

二、了解自来水的来源。

1.我们喝的水是从哪里来的？

出示自来水净水过程图片，向幼儿介绍自来水的净水过程

2.江河里的水我们能直接取出来饮用吗？

江河里的水不清洁，不能直接饮用，自来水厂把江河里的水抽上来进行加工、净化、消毒，变成自来水，透过自来水管道输送到各个地方，我们打开水龙头，自来水就会哗哗地流出来。”

三、水与人们的密切关系。

1.ppt 课件：水的作用

了解水对人们的作用

2.ppt 课件：如果没有水

我们人要喝水，要洗衣服、洗菜、洗米做饭，没有了水，我们就没有水喝，就会口渴，没有了水我么就不能生活。

3.节约用水，爱护水资源。

(1)水的用处那么多，我们就应怎样节约用水？

(让幼儿自由讨论，教师提示幼儿讲出：

我们洗手时不要把水龙头开得太大，看到水龙头滴水应立刻关起来……)

(2)教育幼儿要珍惜水资源，节约用水，不要随便把水浪费掉。

四、活动结束

1、教育幼儿多喝开水。

2、水对人体有好处，对人们也有很多用处，所以，水是我们的好朋友，我们要节约用水，好好保护水资源。

各种不同的刷子

一·活动目标

1、透过尝试使用多种刷子，了解刷子的不同名称，探索刷子的使用方法。

2、在亲身体验的基础上，增强幼儿对刷子构造、种类及用途的认识，并按刷子不同用途进行分类。

3、激发幼儿对生活中小工具产生兴趣，体验刷子给人们生活带来的方便。

二·活动准备

1、发动家长和幼儿共同收集各种各样的刷子，如牙刷、杯刷、鞋刷、长柄刷、眉刷、衣刷、浴缸刷等。

2、杯子、瓶、娃娃、衣服、裤子、抹布、皮鞋、盆、标记等。

三·活动过程

(一)操作实践活动，让幼儿亲身感知各种刷子的不同用途。

1、出示刷子，引发幼儿使用刷子的兴趣。

2、幼儿自由选取、观察、摆弄、交流、尝试使用各种刷子，相互合作模仿成人的活动。(用牙刷给宝宝刷牙，用鞋刷相互刷皮鞋，用衣刷模仿妈妈刷衣服，刷裤子，用杯刷刷杯子，用长柄刷刷地，用眉刷相互化妆等等)。

(二)鼓励幼儿讨论表达自己的操作过程与发现。

1、幼儿逐一上来交流对刷子的认知，教师引导幼儿说说：你刚

才玩的是什么刷子？它能够用来干什么？

2、比较一下你们的刷子，有哪些地方不相同及相同点？

3、教师小结各种各样的刷子。

4、游戏《送刷子回家》，引导幼儿根据刷子的不同用途进行分类。

(引导幼儿

将牙刷送给牙宝宝，将鞋刷送给鞋子.....)

(三)拓展经验：

1、你还见过哪些刷子？在什么地方看到的？教师出示锅刷、长柄刷让幼儿了解。

2、幼儿观看录象：随着刷子科技的不断发展，我们生活中又出现了许多电动刷子为我们的生活带来了更多的便利。

3、小朋友长大后自己设计更先进的刷子为人类服务。

有营养的蔬菜

活动设计背景

幼儿进餐是幼儿园最重要的生活环节，老师期望孩子们不挑食、吃得好、吃得快，但是幼儿却很难到达老师的期望，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。针对小班幼儿出现的这种状况，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。

活动目标

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，并明白爱吃各种蔬菜，有益于身体健康。

2、培养幼儿每一天吃蔬菜、吃各种蔬菜的好习惯。

教学重点、难点

初步了解各种蔬菜吃的部位，以及各种蔬菜的不同营养。

活动准备

1、芹菜、萝卜、胡萝卜、黄瓜、青菜、葱、花菜、西红柿等蔬菜，篮子。

2、丰富词汇:维生素。

活动过程

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，并说出它们的名称、颜色、形状。

基本部分：

1、找一找

分别找一找蔬菜的哪个部位能够吃，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:明白蔬菜能够炒、凉拌、做汤，包饺子、

有的还能够像水果一样生吃，但务必洗净。

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，长得什么样貌呀(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内含维生素，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。你们明白还有哪些蔬

菜里内含维生素吗青椒、南瓜、油菜里也内含维生素，还有一种蔬菜里面内含维生素，你明白是什么菜吗请你们猜一猜它是桔红色的，动物中兔子和马十分愿吃。对!是胡萝卜。

师:你们看，这是什么菜西红柿，你们吃过西红柿做的什么菜西红柿里也有许多的营养，象 Vc 它使我们的牙齿骨骼变的坚固，还能防止牙龈出血。蔬菜里面还内含超多的纤维素，能够帮忙我们消化，防止大便干硬。

教师小结:蔬菜对身体有好处，不同颜色的蔬菜营养不一样，绿色蔬菜中颜色越绿营养价值越高。我们就应天天吃蔬菜，吃各种各样的蔬菜，多吃深绿色的蔬菜。并且爱吃各种各样的蔬菜

4、蔬菜与卫生：

“怎样吃蔬菜才健康” 引导幼儿交流。

教师小结: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。个性是生吃西红柿和黄瓜等，必须要洗干净并且去皮。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”。

延伸活动：

让幼儿给各种蔬菜涂色。

教学反思

1、在活动设计前我想:在活动过程中让幼儿讨论得多，回答得多会不会影响活动的正常进行在整个活动中各种各样的蔬菜吸引了幼

儿，使孩子们愿意说、大胆说、能连贯说，活动较活跃，能紧凑连贯的进行下去。本次活动整合了健康领域、科学领域、语言领域，幼儿得到综合性的学习。但是在活动过程中发现有个别幼儿语言的连贯性不够，还需进一步加强。

2、活动中引导启发孩子对问题的理解，注意到让孩子进行体验，感受、交流。

3、对幼儿发展的反思:孩子在活动中能感受到这次活动讲的是蔬菜对人体的好处，但仅靠这此活动是不够的，还需要平时的努力和家长的配合。

4、幼儿透过参与活动，明白了蔬菜的种类很多，还明白不同的蔬菜有不同的颜色和味道，从小要养成多吃蔬菜的习惯，但是在活动中还有很多不足之处，比如有的孩子明白自己喜欢吃蔬菜，但是还说上好原因，可能因为孩子还小，但多数幼儿能大胆地说、想和做，这就需要我们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潜力，透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。孩子们也都很喜欢吃蔬菜了。

5、如果有不吃蔬菜引起许多不良后果的课件让幼儿看到，会起到更好的效果。

认识牙齿，预防蛀牙

活动目标

1. 引导幼儿初步了解龋齿的原因及龋齿的危害。
2. 教育幼儿牙齿是人体的一个重要器官，明白保护它。
3. 帮忙幼儿树立保护身体健康的意识。

活动准备 1. 电脑、录音机、动画软件。

2. 小牙刷、茶杯。 3. 对牙齿的作用有了必须的认识。

活动过程：

一. 猜迷，引出课题，复习牙齿的作用。

1、猜谜语。

2、出示牙齿模型，复习了解牙齿的作用。小结：方方的牙齿能够切断食物，尖尖的牙齿能够撕拉食物，扁扁厚厚的牙齿把食物磨碎。它们各有各的作用，能够帮忙我们把食物嚼碎，吸收有营养的食物，使我们的身体长的健康结实。

二. 了解龋齿构成的原因及危害。

1、看电脑动画，提问：东东的牙齿为什么会疼？

2、边看边了解引起龋齿的原因。(1)吃了东西就去睡觉。(2)小细菌"小红脸、小蓝脸"在牙齿里住下做坏事。(3)牙齿就会变成什么样貌?

3、"小红脸、小蓝脸"有没有找过你们？引导幼儿结合经验谈一谈自己得龋齿的感受。

4、了解龋齿的危害。小结：爱吃甜食，吃过东西就去睡觉，不爱刷牙的小朋友，细菌就会在他的牙齿里住下来，把牙齿弄黑、弄坏，弄成小洞。这样就不能很好地咀嚼食物，而且还很疼，影响我们吃饭睡觉，说话也不清楚，牙齿也变得不好看了。

三.教育幼儿如何保护牙齿。

1、怎样将"小红脸、小蓝脸"赶走？(念刷牙歌、教东东正确的刷牙的方法) 2、怎样才能不让它们再来？

小结：牙齿对我们很重要，我们要保护牙齿。每一天早上和睡觉前要刷牙，刷牙方法要正确，吃完饭要漱口，持续牙齿的清洁，还要少吃甜食，这样才能赶走"小红脸、小蓝脸"这些小细菌。如果牙齿有了小洞，要及时补起来，不要让小细菌再来。

快乐娃娃

活动目标：

1、认识哭、笑、怒、愁几种脸部表情的含义。明白持续快乐的情绪对身体的好处，愿意与人交流、分享彼此之间的快乐情感。

2、运用不同形体动作表现快乐的情绪，尝试想办法持续好情绪，做一个高兴的娃娃。

3、在游戏过程中体验与同伴玩耍的情绪，进一步体验不同快乐的情感。

教学重点、难点

活动重点:充分感受快乐的情感，持续好情绪。

活动难点:学习调节自己的情绪和大胆表达自己的情感，体验分享的快乐。

活动准备

活动准备:哭、笑、怒、愁表情图各一份、笑脸图片幼儿人手一份、影碟、节奏轻快的音乐磁带、录音机、“抽奖”箱。

活动过程

一、“师生同乐”随影碟表演《表情游戏》，营造和谐、愉快的活

动氛围。讨论：

1、此刻的情绪怎样快乐的时候你们会怎样样

2、除了唱歌、跳舞令我们快乐，还有哪些事能给我们带来快乐呢

——活动开始教师就利用富有形象直观的影碟和孩子们共同表演了幽默风趣的表情游戏，一下子就把孩子们的兴趣牢牢的吸引住了，充分调动了幼儿的口、眼、耳、手、脚等各种感官和肢体的运动，孩子们畅所欲言的表达自己此时的情绪，深深地感受到了愉快的情绪，为后面的活动做了很好的铺垫。

二、透过“抽奖”游戏《表情摸箱》和出示情境图，感受不同的表情，让幼儿表达自己的想法。

1、摸箱里放有4张表情图(哭、笑、怒、愁)。教师分别请4名幼儿从摸箱中摸出1张表情图，看后模仿图片上的表情，请全体幼儿来猜。

——透过抽奖、猜表情等方式，幼儿对自己和他人的表情十分感兴趣，纷纷模仿各种表情和动作，情绪高涨。

2、教师出示情境图(领奖、丢失了玩具)，相应讨论：

1、你想想，他此刻就应是什么表情娃娃为什么

——图上的孩子面朝里，等孩子说正确后，再把图转过来。

2、说说自己的表情:你什么时候，会有开心(生气、悲哀、害怕)的表情

——从自己的情绪中，体会表情的真正好处。如明白微笑让人舒

服，对身体最有

益。生气会对身体产生坏的影响，就应把生气这个坏习惯消灭掉等等。

3、解决问题，做快乐娃娃。如果你遇到这样的事，你会想什么办法让自己开心起来

——从孩子的讲述中，去比较典型的事例分析。透过讨论和相互交流，了解一些自我排除不良情绪的方法。

小结:每个人都会遇到很多事情，但是快乐是最重要的，平时我们遇到不开心的事情，能够找老师和小朋友帮忙，做个快乐娃娃。

三、播放轻音乐，请幼儿随着音乐在教室里自由模仿小动物表演，音乐停止，教师就说出一种快乐情绪，如开心、高兴、哈哈大笑等等，请幼儿用形体动作表现出来。

四、分享快乐。鼓励幼儿拿着笑脸图片，大胆向客人老师或同伴讲述自己经历的快乐往事。

五、总结性谈话:和朋友相处最好用什么表情期望朋友永远是什么表情引导幼儿明白让朋友快乐的方法:用笑笑脸去应对朋友，说甜甜话让朋友快乐。

六、随音乐《幸福拍手歌》自由做动作，再次提升快乐的气氛，结束活动。

《垃圾食品我不吃》

活动目标：

1. 明白病从口入，做到不吃垃圾食品，明白垃圾食品的危害。
2. 懂得吃干净卫生、营养丰富的食物才有利于身体健康和生长发育。
3. 乐于参加活动。

活动准备：懒羊羊开心、难受图卡， PPT， 图片(各种路边摊食品，油炸、膨化食品，新鲜的食物若干)，手工制作好的棉花糖、糖葫芦，字卡：垃圾食品、健康食品。

重难点：

1. 懂得垃圾食品对身体的危害。
2. 明白吃有营养的食物会让身体更健康。

活动过程：

一、开始部分故事导入：懒洋洋来做客。

1、出示图片懒羊羊，以懒羊羊给小朋友送礼物(糖葫芦，棉花糖)为话题。

故事讲述， 懒羊羊给小朋友带来了礼物 (出示手工制作的棉花糖和糖

葫芦)，你们想要吗？忽然，听听什么声音(播放录好的肚子痛的呻吟声)，懒羊羊说他肚子痛，猜猜懒羊羊为什么会肚子痛？

2、引导幼儿大胆想象懒羊羊不舒服的原因。(它吃了路边买的糖葫芦和棉花糖)，那他送你们的礼物你们还要吗？那是垃圾食品。

二、基本部分(一)路边小吃不卫生。

PPT 图片展示路边小摊做食物的照片，引导幼儿了解不卫生的食品引发的身体状况，不吃路边的小吃。

1.你觉得照片是在什么地方拍的？照片上的人在做什么？他们卫生吗？

2.小结：路边做的食物都是垃圾食品(出示字卡：垃圾食品)虽然很香，但是一点也不卫生，而且也没有营养。有很多路边摊的食物还是用地沟油做的，而且路边的细菌、灰尘很多，吃了容易生病。一些颜色的很漂亮的食物里面有很多色素，吃了会中毒的。所以我们不能去买路边的小吃。

3. 图片展示吃了路边摊食品给人们带来的危害。(拉肚子、甚至导致人死亡)

(二) "垃圾食品"危害多 1.除了路边摊的食物是垃圾食品不能吃，还有一些我们小朋友喜欢吃的食品也是垃圾食品。出示汉堡、鸡腿、虾条等图片，这些油炸、膨化食品也要少吃。

2. 图片展示吃多了油炸、膨化食品，喝多碳酸饮料带给小朋友的危害，肥胖、骨瘦如柴(影响食欲)，早熟。

3.小结:这些影响我们身体健康的食品都称之为"垃圾食品"，出

示字卡：垃圾食品，小朋友要少吃，最好是不要吃。

(三)蔬菜水果养好 1.吃什么样的食品才最健康呢？

引导幼儿说出吃新鲜蔬菜和水果，主食，蛋奶等有营养的食物才能让我们的身体更健康。PPT 图片展示健康食品，这些才是健康的食品，出示字卡：健康食品。

2.小结：少吃零食，多吃蔬菜和水果能让我们的身体很健康。

(四)游戏：帮帮懒洋洋 1.幼儿人手一个食品图片，将垃圾食品和健康食品分类放在相应的区域，进行分类。

2.师设置情景：懒羊羊来我们幼儿园时，很多喜欢他的人送了好吃的给他，他想请小朋友帮他把健康食品和垃圾食品找出来。

3.点评幼儿分类结果。

三、结束部分：懒羊羊谢谢小朋友帮忙了他，他要送给小朋友一首食品安全儿歌。师幼一齐朗诵儿歌，结束。

附儿歌食品安全儿歌小朋友，要记好，食品安全很重要。

小地摊，买食品，细菌又多不卫生。

小零食，要少吃，多吃水果和蔬菜，鸡蛋牛奶营养好，做个健康好宝宝。

反思:本次活动我透过小朋友喜爱的动画形象懒羊羊贯穿始终，提高了幼儿兴趣，透过图片展示垃圾食品带给人们的危害加深了幼儿印象，最后一环节让幼儿给健康食品和垃圾食品分类，进一步让幼儿对垃圾食品和健康食品的分辨，到达了预设的教学目标。

《爱运动爱健康》

活动目标：

- 1.喜爱参加体育锻炼，养成爱运动的好习惯。
- 2.能为自己做简单的周运动计划，了解多运动对身体有好处。

活动准备：

- 1.户外活动器械(塑料杠铃、呼啦圈、平衡木、小推车、篮球等)。
- 2.幼儿用计划表格每人一张，教师用计划表一张。

活动过程：

一、谈话引出主题，激发幼儿的活动兴趣春天是个春暖花开的季节，也是容易生病的季节，请幼儿说一说怎样避免生病 总结预防

疾病的方法，多喝水能够及时补充水分，使身体中的病菌随小便排出，多吃水果，补充维生素，多运动，能够提高身体抵抗疾病的潜力，能使小朋友身体长高长结实，还能锻炼小朋友的反应潜力，变得很聪明。

二、鼓励幼儿交流明白的运动方式及运动器械的玩法。

1.请幼儿说说你都做过哪些运动。

2.鼓励幼儿说出塑料杠铃、呼啦圈、平衡木等器械都能够怎样玩，还有哪些不同的玩法。

三、教师介绍自己的运动计划，引导幼儿制定自己的运动计划。

1.教师按照一周7天的时间顺序介绍自己的运动计划，包括运动器械和运动资料。

2.引导幼儿说说自己想制定怎样的运动计划，要求幼儿计划要完整，资料包括多种器械、运动方式和在幼儿园、家中运动的不同资料。

四、幼儿开始制定自己的运动计划。

1.幼儿制定计划，教师巡回观察幼儿的完成状况，适时的给予帮忙和指导。

2.引导幼儿相互展示交流自己的运动计划。

五、讨论运动时要注意的安全。

1.小朋友运动的时候要注意哪些安全

2.在运动的时候就应怎样保护自己

活动延伸：

1.把幼儿制定的运动计划布置成班级的春季运动专栏。

2.阅读幼儿用书第2册第42-43页，引导幼儿说说画面中的小朋友都在做什么运动，自己喜欢什么样的运动。

早晚刷牙

活动目标：

- 1．了解牙齿结构、功能及生长特点。
- 2．学会正确的刷牙方法。
- 3．从小培养爱刷牙、讲卫生的好习惯。

活动准备：

关于保护牙齿的 PPT、苹果若干、饼干若干、人手一把小牙刷和

口杯活动过程：

- 一、谜语导入，引出牙齿课题。

小小石头硬又白，整整齐齐排两排，天天早晚刷干净，结结实实不爱坏。

二、认识牙齿的结构、功能及生长特点。

1.观察牙齿，数数有几颗牙。

师：小朋友嘴巴里有几颗牙齿呢？找到旁边的小朋友组成一组，互相数数对方有多少颗牙齿？

教师小结：正常儿童嘴里有 20 颗牙，成人是 32 颗。

2．仔细观察对方牙齿的颜色、大小、形态。

师：再看看你好朋友的牙齿是什么颜色的？每颗牙齿长得一样吗？

3．给牙齿起名字。

小结：像小铲子的牙叫门牙，像小尖刀细长形的叫犬牙(虎牙)共 8 颗，像一座座小山凹凸不平的叫臼牙(磨牙)。

4．介绍门牙、犬牙、臼牙吃食物时各有什么作用。

师：我们吃东西的时候，每颗牙齿分工一样吗？

请幼儿吃一片苹果，试一试不同牙齿的不同作用小结：门牙比其它牙齿薄，它们能够切开和咬断食物；犬牙比较尖、长，粗壮有力，能够撕裂食物；臼牙又宽又厚，能够磨碎食物。

三．认识到龋齿的危害。

1.透过故事引出龋齿的危害。

师：有一只小熊却要去拔牙，这是为什么呢？

2．找龋齿。

两个小朋友互相观察，看看对方是否有龋齿。

3．组织幼儿讨论龋齿构成的原因。

(1)发给幼儿每人一块饼干品尝，饼干什么滋味？

(2)回答问题：两个小朋友互相观察牙齿上有什么？牙缝里多了什么？(粘在牙缝上的饼干渣) (3)讲解食物残渣中的糖在细菌作用下会分解成酸，酸会腐蚀牙齿变黑，成为龋齿。

四、预防龋齿，保护牙齿，学会正确的刷牙方法。

1.讨论保护牙齿的方法。

师：我们平时要怎样保护牙齿呢？

教师小结：我们就应少吃甜食，吃完东西记得漱口，把留在口腔、牙齿里面的脏东西吐出来，还要记得早晚刷牙，保护牙齿，这样我们的牙齿就能健健康康的，我们也能开开心心的生活。

2.请个别幼儿示范平时刷牙的方法。

3.教师讲解正确的刷牙方法，教育幼儿养成早晚刷牙的习惯。

教师小结：正确的刷牙方法应当是顺着牙缝上下转动地刷，即上牙从上往下刷，下牙从下向上刷，咬合面来回刷，里里外外都要刷干净。

黄豆爷爷找宝宝

活动目标：

- 1.明白豆制品主要是黄豆加工制成的，是价廉但很有营养的食品
- 2.认识豆制品，乐意吃各种豆制品。
- 3.能用心参与讨论，大胆地说出自己的认识。

活动准备：

- 1.请家长帮忙幼儿准备 1—2 种豆制品，并简单介绍其名称及吃法。

2.黄豆爷爷头饰一个。

3.实物:豆腐、黄豆一把。豆浆机，电炒锅等。

4.幼儿用书。

活动过程：

(一)猜谜语，引起幼儿兴趣。

1.谜语:四四方方，白白胖胖，一碰就碎，又嫩又香，营养很好，

做菜做汤。(幼儿猜谜)2.教师出示豆腐，讨论豆腐是什么做成的。出示黄豆，让幼儿明白黄豆或其他豆子做成的食品叫豆制品。

(二)引导幼儿看课件:《黄豆爷爷找宝宝》。

1.教师:课件里的这些豆制品你见过吗你能说出他们的名字吗

2.教师:怎样吃豆制品才更有营养。(举例)(三)游戏“黄豆爷爷找宝宝”，认识多种豆制品。

1.教师戴上“黄豆爷爷”头饰，引起幼儿讨论。

教师:我的宝宝在那里

2.请幼儿互相介绍自己明白的豆制品名字，并说说那些是自己吃过的

(四)帮忙幼儿认识豆制品的价值。

教师:豆制品虽然不是用肉做成的，但他的营养却和动物的肉一样丰富，而且只要花很少的钱就能买到。请幼儿现场用豆浆机制作豆浆的过程。

请幼儿现场观察用豆浆机制作豆浆的过程。

(五)引导幼儿讨论豆制品的吃法并尝试豆制品。

教师:请小朋友说说看，你吃到的豆制品是怎样烧的为什么这样烧教师小结:豆制品如果和鱼肉放在一齐烧，营养会更丰富、更全面，味道会更鲜美。

品尝菜肴:脆豆腐炒肉末。

教师现场炒制脆豆腐炒肉末，简单介绍其加工方法，幼儿用牙签品尝，引起幼儿爱吃豆制品的兴趣和愿望，让幼儿明白经常吃豆制品，

身体会更健康。

活动延伸：

在“娃娃家”、“菜场”、“小吃店”等游戏中带给各种材料制作的豆制品(海绵做的回卤干、豆腐以及纸剪得干丝等)让幼儿认认，玩玩。

《吃不完怎样办》

一、活动目标 1 . 明白吃不完的食品不封口会还潮、变质。

2 . 透过尝试操作，学习几种简单的封口办法，在实验中比较发现最好的封口方法，并用标记作记录。

3 . 感知科技的进步，体验成功的快乐。

二、活动准备 1 . 人手一只已开封的食品包装袋(如：薯片的包装袋)保鲜袋，毛线、双面胶、塑料夹、封口夹、五角星若干。

2 . 一袋已开袋的饼干，大记录表一张。

三、活动过程 1 . 师幼谈话导入。

出示已开袋的食品，提问：

(1)食品吃不完，就这样放着，过几天吃感觉会怎样呢？

(2)为什么吃上去不香了？

2·幼儿讨论交流。

请大家讨论一下，能够怎样办让食品吃上去还是香香的？

3· 幼儿实践交流。

师：刚才你们想了很多办法，老师也为你们准备了一些材料，请你们去试一试。

师：你的袋口封住了吗？，你是怎样封住袋口的？

4· 实验比较记录。

(1)师：小朋友刚才都试了用不同的方法封住袋口，你觉得用什么办法最方便，封口封得最牢？我们来做个实验。

(2) 幼儿实验，将保鲜袋装满空气后封口，看哪种方法不漏气。

(3)进行记录，在自己认为最好的方法下贴一个五角星。

(4)师小结：随着科技的进步，科学家们发明的产品越来越先进，就象这个食品封口夹，夹起来很方便，而且很密封。

5· 拓展生活经验师：生活中我们除了没吃完的食品要封口，还有什么时候塑料袋也要封口？能够怎样封口？下次，我们小朋友能够帮忙爸爸妈妈将塑料袋封口。

四、活动延伸继续探索其它为塑料袋封口的方法。

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/277134003111006065>