

大班生活进餐教案 篇

第 1 篇、大班健康活动教案：自己吃饭教案(附教学反思)

活动目标：

- 1、能用小勺自己进餐。
- 2、初步了解吃饭的常识，学会不挑食。
- 3、在活动中将幼儿可爱的一面呈现出来。
- 4、了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。
- 5、初步了解健康的小常识。

活动预备：

物质预备：小勺、碗、碟等餐具；小熊、小猫、小狗、小猴头饰。

活动过程：

1、老师操作动物头饰，以情境表演《小熊请客》的形式，激发幼儿活动的爱好。

(1) 引导幼儿观看情境表演。

(2) 提出问题：

①小熊邀请了哪些小动物到它家来做客？

②小熊把饭、菜装在什么地方？

③小动物们是怎么吃饭的？

2、引导幼儿利用小勺、碗、碟，模拟练习运用小勺自己进餐。

3、指导幼儿操作 《谁对谁不对?》

引导幼儿观测图片，说说图中的小伙伴吃饭时是怎么做的，(教案

出自：星星教案网)判断对、错并贴上哭脸或笑脸

4、老师与幼儿共同小结结束活动。

活动延伸：

1、区域活动：用纸盒、可乐瓶等材料自制嘴巴大小不一的娃娃，提供小勺、珠子、米粒、花生、豆类等，让幼儿反复练习运用小勺。

2、家园共育：引导家长为幼儿提供相宜的餐具，不包办，不代替，鼓舞幼儿自己进餐，达到家园要求全都。

教学反思

本活动适合在幼儿园吃饭的时候进行。在表演自己吃饭的时候，老师应在旁指导告知幼儿怎样正确吃饭。并教育幼儿珍惜粮食，使孩子懂得粮食来之不易。

小百科：在中国及世界的大部分国家，吃是一种文化，民以食为天，一般一日三餐，分吃早饭、午饭和晚饭，进展到现在，在很多大中城市，很多人形成了吃夜宵的习惯。吃饭是人摄入负熵维持耗散体系的主要方式。第2篇、大班健康活动教案：吃饭不挑食教案(附教学反思)

活动设计背景

班上有些幼儿吃饭时爱吃的多吃，不爱吃的少吃或不吃，还有的幼儿不吃菜，为了使幼儿懂得不挑食的重要性，养成不挑食的好习惯，特设计这节教学活动。

活动目标

- 1、了解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、能够开心的参加课堂活动。
- 4、知道人体需要各种不同的营养。
- 5、了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。

教学重点、难点

重点：了解吃饭对健康的影响，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

多媒体课件

活动过程

开始部分

律动，宁静幼儿秩序。

基本部分

一、情境创设，激发幼儿爱好

1、出示《乐乐和佳佳》，幼儿仔细观测。

2、引导沟通，使幼儿知道吃饭对身体健康的重要性。

二、出示图片，认识各种营养物质

1、逐一出示，说出图片名称。

2、引导幼儿知道应当怎样吃饭，向吃饭好的幼儿学习。

三、跟我学儿歌

四、观看视频《吃饭不挑食》

进一步让幼儿感知吃饭对身体健康的重要性，怎样才是不挑食。

结束部分

1、进行活动总结，引导幼儿不管是在幼儿园还是在家里都要按时吃饭，不挑食，做一个欢乐的健康宝宝。

2、唱着儿歌回到教室。

教学反思

我班有好多孩子有挑食的现象，他们主要是不喜爱吃蔬菜，而且

子吃蔬菜了，而且还一口菜一口饭吃得很好。最可喜的是黄梓晨小伙伴还很快吃完了自己的一份饭菜呢！为了让他们每天如此，我特地在班里表扬了他们，让他们继续发扬下去。我想在以后的日子里，我在孩子吃饭时常常提示他们，以表扬、鼓舞的形式，让他们养成不挑食的好习惯。

第3篇、大班语言活动教案：《吃饭不挑食》教案(附教学反思)

活动设计背景

现在很多孩子由于家长的宠爱，有的小伙伴从小就有挑食的习惯，这样长期下去对孩子的健康成长是不利的，有的家长对此也是没办法只能顺其自然。那么怎样让小伙伴们养成不挑食的习惯呢？《吃饭不挑食》这一课告知我们：吃饭挑食对身体健康不好，会降低身体的免疫力导致常常生病。课文中，洋洋只爱吃番茄炒蛋别的菜都不吃，这样时间长了导致洋洋长得又瘦又小，还常常生病。后来他的姐姐开导他：洋洋，假如你什么东西都吃，就能长得又高又帅又聪慧。'洋洋听后，每顿饭

都不挑食了，过一段时间，洋洋身体变好了，人也长得壮了。

《吃饭不挑食》是一篇富有教育作用的故事。它融生活性、趣味性于一体，可看可读性较强。我充分挖掘该教材后发觉其蕴涵的教育价值主要有：人的身体在成长过程中需要各种营养，只有不挑食，不偏食，才能长得又高又壮。课文是通过呈现洋洋的挑食习惯及家人对他的教育，但他不听以致身体一天比一天瘦小到常常生病，后来决心改掉坏习惯到，最末人长得壮了。因此，本活动在设计上充分发挥幼儿的主动性，挖掘幼儿的潜力，引导幼儿认真看、仔细想、大胆说。在活动中，幼儿是学习的主人，我通过'问题'推动，调动幼儿多种感官，学习和运用语言，呈现自己的技能，体验'我会读书'的喜悦，充分享受阅读的乐趣。

活动目标

- 1、知道人体需要各种不同的营养。

2、通过故事，懂得只有又吃蔬菜，又吃荤菜，才有利于身体健康

和生长发育。

3、养成不挑食的好习惯。

4、通过语言表达和动作相结合的形式充分感受故事的童趣。

5、引导幼儿在故事和游戏中学习，感悟生活。

教学重点、难点

重点：依据图画信息推想人物的心理活动和情节的进展，大胆表达自己的想法。

难点：通过故事，懂得只有又吃蔬菜，又吃荤菜，才有利于身体健康和生长发育。

活动预备

三只小熊的图片。

活动过程

1、老师出示三只小熊图片，引起幼儿观测，提问：这三只小熊一样吗？什么地方不一样？〔颜色、胖瘦不一样。〕你知道他们为什么会有的胖，有的瘦吗？

2、老师操作图片讲解并描述故事。

3、组织幼儿争论。

①白熊为什么会那么胖？〔由于它不吃蔬菜，只吃肉。〕

②黄熊为什么会那么瘦？〔由于它只吃蔬菜，不吃肉。〕

③为什么大家都夸棕熊美丽呢？〔由于它不挑食，身体不胖不瘦。〕

④你情愿做哪只小熊呢？为什么？

⑤怎样才能像棕熊那样美丽呢？

老师小结：大家都想做美丽的小棕熊，那你们就要像小棕熊一样，又吃蔬菜，又吃肉，这样身体才健康。结合三只小熊，我另外请了三

我想这样更利于宝宝们直观的了解胖和瘦，同时对于挑食的、瘦瘦的宝宝来说更是一次径直的教育，所以效果比预期的好。最末请小伙伴看课文里的洋洋挑食的下场是怎么样的呢？使孩子们认识到人的身体需要各式各样的营养，吃饭不能挑食，这样对身体健康才有好处。

教学反思

这节课我先从孩子们喜爱方式看图片开始，设疑：小熊为什么胖瘦不一？结合课文洋洋的故事，从而认识到挑食的危害。

我班有好多孩子有挑食的现象，他们主要是不喜爱吃蔬菜，而且饭也吃的很少，在家也这样。通过这次活动以后，当天吃饭时，就有孩子吃蔬菜了，而且还一口菜一口饭吃得很好。最可喜的是莫继凡小伙伴还很快吃完了自己的一份饭菜呢？为了让他们每天如此，我特地在班里表扬了他们，让他们继续发扬下去。我想在以后的日子里，我在孩子吃饭

时常常提示他们，以表扬、鼓舞的形式，让他们养成不挑食的好习惯。

第4篇、大班健康活动文明进餐教案反思

活动目标：

1. 知道用餐时的一些文明健康行为。
2. 养成良好的用餐习惯，培育文明的餐饮之礼。
3. 初步培育幼儿有礼貌的行为。
4. 探究、发觉生活中的多样性及特征。
5. 初步养成良好的卫生习惯。

活动预备：

1. 幼儿平常运用的餐具：碗、残渣盘、勺子各一个。
2. 图片（与进餐有关的图片，有正确的，有不正确的，如：把饭菜全部吃光的、挑食的、边吃边讲话的、用手抓饭的、对着别人打喷嚏的）

吃完饭将自己的餐具送到指定的地方、进餐后要漱口和擦嘴等。

活动过程：

一、请幼儿回忆进餐前要做的事：饭前要洗手。

1. 请幼儿谈谈餐前为什么要洗手？

2. 老师总结：我们为什么要洗手呢？由于洗手可以预防病菌，所以

小伙伴要养成饭前洗手的好习惯。

二、请幼儿用正确的方法洗手。

三、判断游戏：谁是文明进餐的小伙伴

1. 出示图片，说说图上的小伙伴在干什么？他这么做对吗？为什么？

应当怎么做呢？（援助幼儿分清对错，学习文明进餐的礼仪）

2. 谈话：怎样才能做个文明进餐的好孩子呢？

3. 谈话：除了刚才看到的、说到的，进餐前后还要留意什么？ 如：

四、学习儿歌，结束活动。

儿歌：进餐前，手洗净；入座时，动作轻；细细嚼，渐渐咽，不挑食，不剩饭。文明进餐人人赞！

活动反思：

通过活动，幼儿知道了进餐过程中的一些基本礼仪，如进餐时不讲话，不能一心二用，不能挑食，吃完自己的一份食物后再离开餐桌。

正确运用餐具，爱惜卫生，进餐时保持自己、桌面、地面的清洁，进

餐后会整理自己的餐具并实时进行漱口和擦嘴。本次教学活动中，我

虽然抓住了幼儿的心理特征，但是在材料的预备上，还不够充分，不

能够给幼儿更多的提示。

一个胜利的活动，离不开老师对每个环节细心的设计与考虑。总

有心人。第 5 篇、大班主题我会自己吃饭教案反思

活动设计背景

幼儿小的时候吃饭是需要大人喂的，随着幼儿渐渐地长大，会自己吃饭了，但是幼儿自己吃饭也会涌现许多相应的问题，如不会拿勺子、把饭弄得处处都是。因此我们在这里设计这一健康活动。

活动目标

1. 情愿跟着老师一起尝试用小勺自己吃饭。
2. 体验活动的欢乐。
3. 培育幼儿的观测力和动手操作技能。
4. 在活动中将幼儿可爱的一面呈现出来。
5. 探究、发觉生活中的多样性及特征。

教学重点、难点

重点：让幼儿掌控正确的吃饭方法。

难点：让幼儿用正确的吃饭方法，喂动物宝宝。

活动预备

1. 小勺假设干、动物头像假设干。
2. 幼儿每人一个饭碗。

活动过程

过程一：故事导入

1. 老师给幼儿讲故事《能干的乐乐》。
2. 老师提问：故事中讲了什么内容？

幼儿争论后回答。（要求幼儿知道故事讲的是一个能干的孩子）

过程二：比一比

1. 老师要幼儿说说会自己吃饭吗？自己吃饭的时候有什么小动作吗？

幼儿自由回答。（一般幼儿都回答能自己吃饭）

2. 老师发给幼儿每人一个勺子、一个碗，要求表演自己是怎么吃饭的。

幼儿各自‘吃饭’，‘吃饭’表演的时候，老师提示幼儿要会自己拿勺子吃饭，吃饭时，不说话，不东张西望。

3. 老师要幼儿分组表演自己吃饭，看谁做得最好，谁就是班上的‘乐乐’。

4. 活动结束后，评比出班上的‘乐乐’，可以评比多个。

过程三：喂宝宝吃饭

1. 老师提问：动物宝宝会自己吃饭吗？引导宝宝学学做做自己吃饭的动作。

2. 操作活动：喂动物宝宝吃饭

①. 有好多动物宝宝还不会自己吃饭，可是它们的肚子好饿哦，怎么办呢？（引导幼儿说出喂动物宝宝吃饭）

②. 请个别幼儿尝试学学喂食的动作。

③. 老师鼓舞幼儿用小勺喂动物宝宝吃饭。

过程四：阅历总结

1. 老师要幼儿小组沟通自己吃饭的阅历。

2. 老师小结本活动，表扬鼓舞幼儿。

教学反思

本活动适合在幼儿园吃饭的时候进行。在表演自己吃饭的时候，老师应在旁指导告知幼儿怎样正确吃饭。并教育幼儿珍惜粮食，使孩子懂得粮食来之不易。第6篇、大班健康活动我能自己吃饭教案反思

活动目标：

1、培育幼儿自己独立就餐的好习惯。

2、让幼儿知道开心就餐有益于身体健康。

3、情愿大胆尝试，并与同伴共享自己的心得。

4、学会保持开心的心情，培育幼儿喜爱生活，欢乐生活的良好情感。

5、积极的参加活动，大胆的说出自己的想法。

活动预备：

餐具假设干。

活动过程：

一、看幼儿读物，引导幼儿留意观测，并回答老师提出的问题。

1、老师：小伙伴，请你们认真的看看，这些小伙伴都在做什么呢？(吃饭)请你们看看这些小伙伴进餐的时候有没有不对的地方呢？

2、老师：贝贝是怎么样吃饭的呢？这样好不好呢？(老师引导幼儿依

据画面说一说。)

小结：贝贝没有自己养成自己吃饭的习惯，还需要妈妈来喂，这样是不对的哦，小伙伴应当要养成自己独立进餐的好习惯。

3、老师：亮亮吃饭的时候是怎么样呢？这样做对吗？

小结：亮亮吃饭的时候拿小勺和小碗的姿态不对，所以桌上总会洒出饭菜来。

4、老师：小伙伴，你们看看红红是怎样吃饭的呢？她吃饭的时候对不对呢？

小结：红红坐得很端正，会拿勺子和小碗。做得很好。

5、老师：小伙伴，你们看看这三位小伙伴地，谁吃饭的习惯最好呢？谁做得最好，你们喜爱哪个小伙伴呢？为什么？(老师引导幼儿说出好的进餐习惯，并教育幼儿应当向红红学习，自己吃饭，并且能够坐得端正、吃得洁净。)

二、教幼儿学习正确的进餐方法，会运用勺子和小碗。

1、老师：小伙伴，你们在吃饭的时候是会和谁一样呢？你们自己有没有一个好的进餐习惯呢？

2、老师：我们吃饭的时候应当要坐姿端正，左手扶碗，右手拿勺，一口饭，一口菜，细嚼慢咽，安宁静静，不把饭菜洒在桌上、地上，吃完自己的一份饭菜。

老师进行示范，请个别幼儿进行练习操作。

三、教育幼儿在幼儿园或在家里都要自己吃饭，吃饭时不能大声说话，不吵闹，要高兴奋兴地吃饭，只有这样，我们的身体才能长得壮，长得好！

四、学念儿歌《吃饭》

坐在小桌边，宝宝学吃饭，右手拿小勺，左手碗扶牢，一口饭，一

口菜，干洁净净全吃完。

活动反思：

本活动适合在幼儿园吃饭的时候进行。在表演自己吃饭的时候，老师应在旁指导告知幼儿怎样正确吃饭。并教育幼儿珍惜粮食，使孩子懂得粮食来之不易。第7篇、大班安全教育活动吃饭安全要留意教案

活动目标：

1. 通过观看情景表演表演以及图中的行为作出简约的评价，并说出自己的理由。
2. 了解进餐过程中的安全考前须知。
3. 培育幼儿敏锐的观测技能。
4. 初步培育幼儿用已有的生活阅历解决问题的技能。
5. 探究、发觉生活中的多样性及特征。

活动预备：

1. 餐车，盛着热饭和热菜的汤锅。
2. 人手一份早餐。
3. 图片。

活动过程：

1. 谈话导入活动。

老师：(1) 现在是早晨，所以我们现在是要吃早餐、午餐还是午点？

幼儿：吃早餐。

老师：(2) 小伙伴们喜爱在幼儿园里吃早餐吗？在幼儿园吃早餐和在家里吃早餐有什么不一样呢？

幼儿：家里没有这么多的小伙伴一起吃早餐，幼儿园一起吃早餐的小伙伴许多，也很快乐。

老师：(3) 在幼儿园里吃饭要留意些什么呢？（幼儿自由讲解并描述自己知道的考前须知）

幼儿：吃饭要渐渐吃，不能说话，一说话就会噎着了。

幼儿：假如饭菜很烫就吹一次再吃。

幼儿：吃自己碗里的，不能吃别人碗里的。

幼儿：端饭走路要渐渐走，否则会摔倒。

(4) 师小结。

2. 幼儿观看情景表演，了解进餐过程中的安全考前须知。（老师设置情景，进行示范表演）

(1) 教育引导幼儿观测、理解情境 1 洗洁净的手不能再去摸别的东西。

(2) 老师引导幼儿观测、理解情境 2 远离热的汤锅。

(3) 老师引导幼儿观测、理解情境 3 吃饭的时候不能去碰旁边的小伙伴。

3. 观看教学图片，对图片中的行为进行判断，进一步巩固进餐的安全知识。

老师：〔1〕这里有一些小伙伴，他们在吃饭。我们来看看，谁做得对，谁做得不对，为什么？〔师幼互动〕

〔2〕你知道吃饭的时候还要留意些什么吗？什么事会发生危急，是不能做的？〔师幼互动〕

4. 组织幼儿吃早餐，鼓舞幼儿应用所获得的安全知识。

老师：老师给小伙伴预备了好吃的早餐，比一比看哪一个小伙伴在吃早餐时最懂得留意安全。第 8 篇、大班健康活动吃饭不挑食教案反思

活动目标：

1、知道人体需要各种不同的营养。

2、通过故事，懂得只有又吃蔬菜，又吃荤菜，才有利于身体健康和生长发育。

3、养成不挑食的好习惯。

4、了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。

5、初步了解健康的小常识。

活动预备：

三只小熊的图片。

活动过程：

1、老师出示三只小熊图片，引起幼儿观测，提问：这三只小熊一样吗？什么地方不一样？〔颜色、胖瘦不一样。〕你知道他们为什么会有的胖，有的瘦吗？

2、老师操作图片讲解并描述故事。

3、组织幼儿争论。

白熊为什么会那么胖？〔由于它不吃蔬菜，只吃肉。〕

黄熊为什么会那么瘦？〔由于它只吃蔬菜，不吃肉。〕

为什么大家都夸棕熊美丽呢？（由于它不挑食，身体不胖不瘦。）

你情愿做哪只小熊呢？为什么？

怎样才能像棕熊那样美丽呢？

老师小结：大家都想做美丽的小棕熊，那你们就要像小棕熊一样，又吃蔬菜，又吃肉，这样身体才健康。

结合三只小熊，我另外请了三个胖瘦不一的宝宝，我想这样更利于宝宝们直观的了解胖和瘦，同时对于挑食的、瘦瘦的宝宝来说更是一次径直的教育，所以效果比预期的好。

活动反思：

幼儿基本明白吃饭不挑食的道理，部分幼儿也表示以后不挑食了。但饮食习惯不是很简单转变的，不挑食不是靠语言来表达的，也不是靠一日之功，要按部就班，用行动来证明。所以我们在每次用餐前，就让幼儿复习儿歌，从而更好地吃完自己的一份，让挑食的幼儿一点一点吃，

争取一天进步一点点。通过家校路路告知家长，做到家园共同监督。

孩子在学到健康知识，明白不同的食物有不同的营养，懂得挑食对身体不好，并在生活中要养成不挑食的好习惯。第9篇、大班安全活

动教案：留意吃饭安全教案

活动目标：

1. 通过观看情景表演，了解进餐过程中的安全考前须知。
2. 能对情景表演以及图中的行为作出简约的评价，并说出自己的理由。
3. 培育幼儿敏锐的观测技能。
4. 进展幼儿的观测比较技能。
5. 加强幼儿的安全意识。

活动预备：

1. 小男孩和小女孩玩偶，餐车，汤锅。

2. 点心人手一份。

3. 教学挂图和幼儿用书。

活动过程：

1. 谈话导入活动。

老师：

(1) 小伙伴们喜爱在幼儿园里吃饭吗？在幼儿园吃饭和在家里吃饭有什么不一样呢？

(2) 在幼儿园里吃饭要留意些什么呢？（幼儿自由讲解并描述自己知道的考前须知）

2. 幼儿观看情景表演，了解进餐过程中的安全考前须知。

(1) 教育引导幼儿观测、理解情境 1-- 洗洁净的手不能再去摸别的东西。

(2) 老师引导幼儿观测、理解情境 2-- 远离热的汤锅。

(3) 老师引导幼儿观测、理解情境 3-- 吃饭的时候不能去碰旁边的小伙伴。

3. 观看教学挂图，对图片中的行为进行判断，进一步巩固进餐的安全知识。

老师：

(1) 这里有一些小伙伴，他们在吃饭。我们来看看，谁做得对，谁做得不对，为什么？

(2) 你知道吃饭的时候还要留意些什么吗？什么事会发生危急，是不能做的？

4. 组织幼儿吃点心，鼓舞幼儿应用所获得的安全知识。

老师：老师给小伙伴预备了好吃的点心，比一比看哪一个小伙伴在吃点心时最懂得留意安全。第 10 篇、大班健康文明进餐我最棒教案

活动目标：

1、通过小试验，培育小伙伴渐渐吃，细嚼慢咽的文明进餐习惯。

2、通过情景表演，培育小伙伴正确的进餐姿态，饭前洗手，保持小手洁净，桌面清洁、卫生的良好行为习惯。

3、在游戏情景中引导小伙伴积极参加游戏，培育巩固文明进餐的好习惯。

4、初步了解健康的小常识。

5、初步了解预防疾病的方法。

活动预备：

米饭、饺子、玻璃管、塑料袋，草莓、菠萝、苹果等胸饰假设干，饼干、水果、盘子假设干，聪慧帽。

活动过程：

1、念儿歌《吃饭时》、《小瓷碗》，激发小伙伴的爱好。

2、小试验

〔1〕把面包渣放进食道〔玻璃管〕里。

〔2〕怎样才简单把面包块放进食道〔玻璃管〕里。

〔3〕让小伙伴比较，面包渣和面包块哪种更简单进入食道。

〔4〕小结：所以我们吃东西的时候，肯定要渐渐的吃，通过牙齿把食物磨碎嚼细，也就是细嚼慢咽，这样才简单消化。

3、情景表演：小动物进餐

〔1〕小兔和小猫表演进餐时，小伙伴们认真观测。

〔2〕小伙伴们说说小兔和小猫进餐时表现一样吗？

小兔是怎么表演进餐的？

小结：小兔：餐前没有洗手，大口大口的吃，跪在凳子上，还用手抓食物，米饭、饺子撒在桌子上，处处乱跑。

〔3〕小猫是怎么表演进餐的呢？

小结：所以我们进餐时应当像小猫那样，做到餐前洗手，保持小手很洁净、卫生。坐在位置上，左手扶碗、右手拿勺，不撒饭粒，保

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/355322323003012004>