**《健康饮食我知道》教学设计**

**春江幼儿园 刘娜**

**一、指导思想与理论依据**

幼儿阶段是儿童身体发育极为迅速的时期，他们需要摄取均衡的营养，如谷物、蔬菜、水果、肉、奶、蛋等，尽量减少食用煎炸、烧烤、腌制以及不健康的食品。依据《3-6岁儿童学习与发展指南》对幼儿健康领域的教育建议，成人应引导幼儿少吃或不吃不利于健康的食品，因此设计本节课，引导幼儿学习如何正确购买食物，吃健康食品。

**二、教学背景分析**

大班阶段的幼儿对健康饮食稍有了解，知道少吃垃圾食品、多吃有营养的健康食品，但是具体哪些属于垃圾食品？哪些又是健康食品呢？他们还不是很清楚。另外，有些时候家中的食品是成人帮忙买回来的，自己选购的机会不多，缺少直接经验。即使去买了，也不知道该如何购买质量安全的食品等等。因此，教师针对以上情况，设计此次活动，整个活动以竞赛形式进行，增加大班幼儿活动的积极性，首先引导孩子在分类活动中亲自感知垃圾食品和健康食品到底是什么？其次在贴标记的活动中，引导幼儿寻找生产日期；最后又能在挑选食品的同时学习认识质量安全标志。

**三、教学目标：**

1、通过分类、寻找和挑选等多种形式，学习购买和食用健康食品。

1. 喜欢参与有关食品安全的活动，在活动中情绪愉快、表现积极。

**四、教学重难点：**

学会正确挑选健康的食物；能合理搭配饮食，养成良好的饮食习惯。

**五、活动准备：**

1. 故事小黄鸭的PPT。
2. 垃圾食品和健康食品的图片若干。
3. 带有生产日期的食品若干。
4. 带有质量检测标志和没有质量检测标志的食品若干。
5. 测试卡每人一张，彩笔每人一根。

**六、教学活动过程：**

幼儿通过自由结合，分成了三支队伍，为比赛做好准备。

教师提问：“你们知道我们今天比赛的内容是什么吗？（小朋友猜测）比赛的内容就在接下来的这个故事里，我们一起来听故事。”

1、故事引入、小组竞赛，学习购买健康食品。

情景一：

（1）教师讲述故事：小黄鸭和妈妈去超市买东西。一走进超市，小黄鸭就迫不及待地奔向了卖零食的地方，挑起零食来。超市里的东西可真多！看得小黄鸭眼花缭乱。小黄鸭随手拿起一包冰雪杨梅正准备放进购物篮里，这时，妈妈走了过来，和蔼地对小黄鸭说：“小黄鸭，这东西是话梅蜜饯类食品属于垃圾食品，还是别买了吧！”“好，小黄鸭不买了！”

（2）教师提问：“妈妈为什么不让小黄鸭买冰雪杨梅呢？”（因为它是垃圾食品）

（3）教师提问：“可是小黄鸭也不知道哪些食品是垃圾食品，哪些是健康食品？你们知道吗？”（幼儿自由发言）

（4）（竞赛一）教师出示图片，说：“老师这里有一些食品的图片，每组的数量一样多，里面有一些是属于垃圾食品，也有一些是健康食品，请你们帮忙把他们分好类，贴在黑板上。”（幼儿操作）

（5）小朋友们分好后，教师出示一张食品分类表，一起认识垃圾食品和健康食品。（教师介绍）

（6）对食品有了了解后，一起检查刚刚各队小朋友们的分类是否正确，计算得分。

情景二：

（1）教师继续讲述故事：小黄鸭认识了健康食品后，便牵着妈妈的手走到了卖牛奶的地方，小黄鸭拿起了一袋牛奶放在篮子里。妈妈拿过来前后瞧了一瞧，突然眼睛一亮，对小黄鸭说：“小黄鸭，你看，这个保质期是3天，今天是最后一天了，如果吃了过期的食品对人身体不好”妈妈又拿起另一袋牛奶看了看，说：“拿这袋吧，这袋日期新鲜，你瞧！”“哦，知道了，以后我会记住的”。

（2）教师提问：“小黄鸭拿的牛奶出现了什么问题？”（保质期快到了）

（3）教师在黑板上写上当天的日期，再写上食品的生产日期，帮助小朋友计算和理解保质期（如：今天是2016.10.27. 这袋牛奶是2016.10.24.生产的，如果保质期是3天，也就是往后数3天，25、26、27，那么27号就是最后一天，即将过期）

（4）引导幼儿在买东西的时候可以帮助妈妈找日期，让妈妈帮忙看看，避免吃了过期食品。

（5）（竞赛二）教师准备一些食品，请小朋友们帮忙找日期，指导幼儿快速准确的找到日期的位置，然后把这个小贴画贴到日期上，计算得分。

情景三：

（1）教师继续讲述故事：小黄鸭和妈妈走出超市，到了路边一个卖面包的地方。这里的面包种类可真多，小黄鸭看得口水都快流出来了。小黄鸭挑了一个面包拿在手里，妈妈拿起面包仔细的寻找着什么，然后瑶瑶头说：“小黄鸭，上次电视上报道，食品包装上没有质量安全标志的不卫生不能卖”“哦”小黄鸭又拿了一个上面标着质量安全标志的面包，放进了篮子，妈妈看了微笑着点点头。

（2）教师提问：“妈妈告诉小黄鸭购买食品时候要注意什么？”（质量安全标志）

（3）教师出示质量安全标志给幼儿看。

（4）（竞赛三）教师为幼儿准备了许多食品，其中，有些食品上面有质量安全标志，有些没有，请幼儿找出有质量安全标志的食品，为小组加分。

2、计算总分、引入测试题，学习食用健康食品

（1）比赛结束，宣布小组成绩。

（2）出示小黄鸭又要去选购食品的PPT，教师提问：“小黄鸭又要去购买食品了，你们猜这次他会怎么选呢？”帮助幼儿归纳总结学习经验。（1、选择健康食品 2、找到生产日期 3、寻找质量安全标志）

（3）小测试：教师出示测试卡，幼儿人手一张，引导幼儿观察画面，判断画面中的小朋友做的是否正确，学习食用健康食品。图片一：小朋友拒绝吃苍蝇咬过的食物；图片二：小朋友正在吃过期食品；图片三：一位小朋友告诉另一位小朋友，不能吃腐烂的苹果；图片四：一位小朋友正在购买路边没有质量安全标志的食品。

3、小结：引导幼儿将今天学习的有关购买和食用健康食品的知识用在今后的生活中。

**七、教学反思**

本节活动，教师结合大班幼儿的年龄特点，以小组竞赛的形式为特色来设计活动。活动内容（食品安全）的选择贴近幼儿生活，活动形式（小组竞赛）的开展满足幼儿的需要，如以故事引入的方式，吸引幼儿的注意力；以动手操作的方式，获得学习经验；以得分为评价方式，激发幼儿参与活动的主动性。从始至终，幼儿都在与活动有效互动，教学的设计满足了幼儿发展的需要，同时促进了幼儿的学习与发展。

活动中，幼儿以小组为单位，结合自己的生活经验，积极思考、大胆作答，在面对健康食品和垃圾食品分类时，结合自己的生活经验进行分类，又通过分类表的认识，对每个小组的分类结果进行判断；在寻找生产日期时，幼儿注意观察寻找，快速准确的找到日期贴上标记；在挑选质量安全标志时，动手动脑，合理分工，每一次小的比赛，幼儿都通过动手操作获取到了新的知识经验。

活动结束后，教师引导幼儿将学习的内容用到生活中，没想到晚上就收到家长的反馈，说孩子晚饭时拒绝吃香肠，因为它属于垃圾食品，看来我们的活动真的为幼儿的生活带来了帮助，孩子们学有所用了。

**八、学习效果评价**

本节食品安全活动是在教师结合幼儿年龄特点，以及幼儿实际发展需要的情况下，设计的一节活动，无论是从活动内容、还是活动形式上都非常适宜幼儿的发展水平。整节安全活动，幼儿从始至终兴趣浓厚，参与性强。通过活动的开展，幼儿不仅知道了如何购买健康食品，同时还知道了如何食用健康食品，达到了活动目标所要求达到的效果。活动中，教师能够结合教育活动的设计内容，一步步的展开活动，对幼儿的每一次提问都非常清晰自然，具体到位，活动中能够与幼儿积极有效互动，亲切自然，活动效果非常好。