绿色食品营养多

活动目标:
1.认识绿色食物，并知道它们是有利于健康的营养食品。

1. 知道不要挑食，要长得健康强壮必须爱吃绿色食品。
2. 积极参与游戏活动，并体验游戏的快乐。
活动准备:教具：课件ppt、碟片、各种绿色食品、小黄牛山羊兔子公鸡等各种小动物头饰、超市售货员头饰。

活动过程:

1. 谈话导入,引起兴趣。(开始部分)

小朋友们，大家都见过或吃过绿色食物吧,它们都有什么呢?(引出课件)

1. 倾听故事，知道绿色食品(重点部分)
2. 故事里都有哪些小动物?
3. 它们都喜欢吃什么?
4. 爱挑食的小兔子和从不挑食的小山羊身体健康有什么不同?
5. 听了老黄牛医生的建议后，小兔子改变了吗?变得怎样了?
6. 听了这个故事以后，小朋友们要怎样做呢?(引导幼儿根据故事内容积极进行讨论)
7. 认识多种绿色食品，知道多吃绿色食品有益健康(难点部分)
8. 大家看到的是什么?
9. 这些绿色蔬菜大家都吃过吗?
10. 这些菜吃到嘴里感觉怎么样啊?
11. 小朋友们知道这些蔬菜的营养价值吗?
12. 教师进行总结、评价。

在平时的生活中，我们小朋友不能挑食，要多吃绿色食品，尤其是绿色蔬菜，不要吃一些路边摊和垃圾食品，这样对我们的健康是不利的。

附故事：小兔子一家和小山羊一家是邻居，关系很要好。它们都吃绿色食品。小山羊从不挑食，所有的绿色食品他都爱吃，长得既高大又强壮。可是，小兔子却很爱挑食，常常不吃这不吃那，长得又瘦又小，还经常爱生病。有一次，小兔子感冒又发烧，妈妈变着法儿为他做好吃的，可他连看也不看，就连连摆手：“不想吃，不想吃嘛…”妈妈只好请来老黄牛医生为他诊治，老黄牛为小兔子诊脉后说：“也没什么大毛病，就是体内营养不均衡，只要好好吃饭，别再挑食，很快就好了。”小兔子听了老黄牛医生的话，再也不挑食了，身体很快恢复了健康，而且越来越强壮了呢!