

幼 儿 早 教 绘 本

健康

江小渔 著

刘志权 绘



吉林出版集团股份有限公司
全国百佳图书出版单位

幼 儿 早 教 绘 本

健康

江小渔 著 刘志权 绘



吉林出版集团股份有限公司
全国百佳图书出版单位

活动指导

0—6岁是孩子锻炼生活自理能力的重要阶段。在这个时期，我们要帮助孩子养成既正确又健康的生活习惯，使孩子能独立完成生活中最基本的作息任务。挑食是年龄较小的孩子比较常见的问题。怎样使他/她接受不喜欢的食物，从而达到饮食均衡呢？让我们来看一看吧。

★活动目标

1. 能试着接受自己不喜欢的食物。
2. 养成饭前洗手的好习惯。
3. 养成珍惜食物，不挑食，不浪费的好习惯。

★活动准备

给小朋友装饭盒，饭盒里要有一种他们不太喜欢的食物。

★活动过程

1. 请小朋友回答问题:

(1) 你喜欢吃的是什么? 你不喜欢吃的是什么?

(2) 为什么喜欢吃这个, 不喜欢吃那个呢?

2. 请小朋友把书打开, 让我们看一看, 小熊和他的小伙伴们午饭都吃了什么。

3. 读故事, 请小朋友回答问题:

(1) 小兔子、小猫和小猪不喜欢的食物分别是什么? 它们有什么用? 小熊是怎么评价这些食物的?

(2) 为什么说小河马是好宝宝?

4. 小结: 我们要发现藏在食物里的乐趣, 像小河马一样做不挑食的好宝宝。

5. 带领小朋友做游戏“尝尝不喜欢的食物”, 看谁吃得多, 剩得少。游戏结束后, 表扬将食物全部吃光的小朋友, 并问一问小朋友, 在食物里找到了什么乐趣, 说一说这种食物的优点。

★活动意义

1. 帮助孩子改掉挑食的毛病。

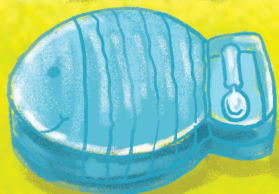
2. 使孩子善于发现事物的优点。

要吃午饭啦。





咦，小伙伴们都怎么了？

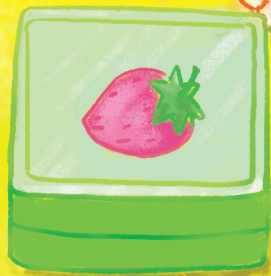


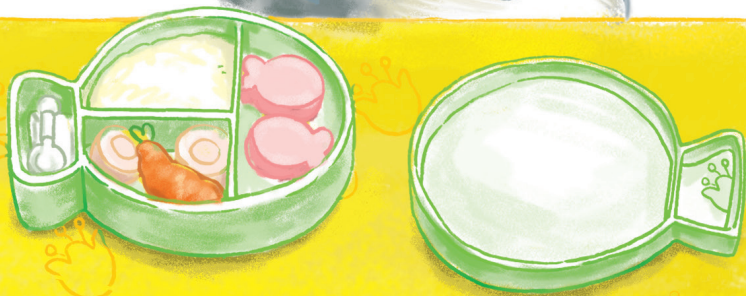
妈妈今天给我带了牛奶，
我不喜欢喝牛奶。



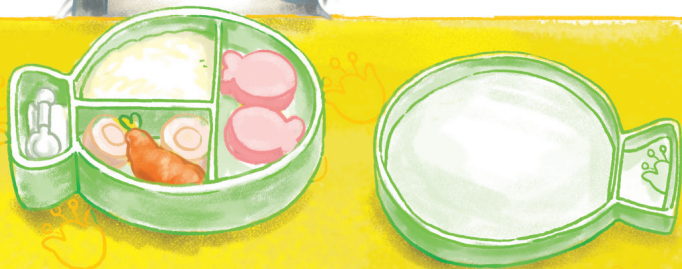


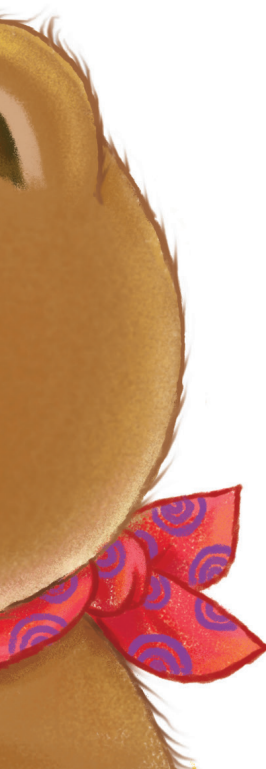
牛奶可以让我们快快长高!





妈妈今天给我带了胡萝卜，
我不喜欢吃胡萝卜。





可是我从来没见过这么
漂亮的胡萝卜，
我想它一定比
普通的胡萝卜好吃。

妈妈今天给我带了黄豆，
我不喜欢吃黄豆。

