



幼儿园完整儿童活动课程·幼儿操作材料



吃得香，
长得棒

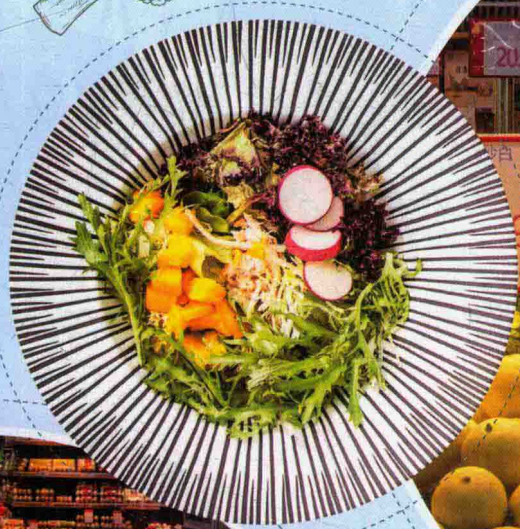


华东师范大学出版社

全国百佳图书出版单位

目录

●逛卖场	封二
●猜水果	2
●好吃的“黑黑”	4
●神奇饺子	6
●猪八戒吃西瓜	8
●垃圾食品很可怕	12
●我绝对绝对要吃	14
●我的金字塔	18
●谁的身体棒	23
●我会饭后整理	24
●危险的东西我不玩	26
●魔法糖	28



我们要制作蔬菜沙拉，需要准备生菜、黄瓜、西红柿等材料，请你找一找它们在哪个柜台，再把它们圈出来。





小小金团子，
装满黄饺子。
咬口黄饺子，
吐出白珠子。

(土艸)

猜水果

猜一猜，这些是什么水果呢？

远看玛瑙红溜溜，
近看珍珠圆溜溜，
掐它一把水溜溜，
咬它一口酸溜溜。

(艸艸)





大红脸，
圆又圆，
咬一口，
脆又甜。

(苹果)

红果子，
麻点子，
咬一口，
甜丝丝。

(枣)

身穿黄衣裳，
弯弯像月亮，
兄弟排一起，
个个甜蜜蜜。

(香蕉)

一根藤儿弯又弯，
上面满是珍珠串。
有紫有绿真好看，
生的酸来熟的甜。

(葡萄)



好吃的“黑黑”



你吃过这些黑黑的食品吗？把你喜欢吃黑的食品圈出来吧。



黑瓜子



黑枣



紫菜



桑葚



黑葡萄



神奇饺子

你会包饺子吗？

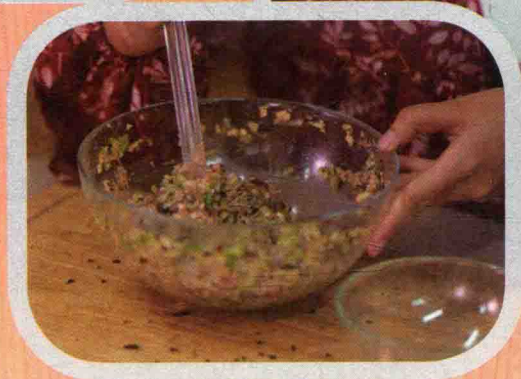
看一看：包饺子需要准备些什么呢？



1 切菜



2 搅拌馅料





3 包饺子



4 煮饺子



自己包的饺子荤
素搭配，营养丰
富，味道好极了。



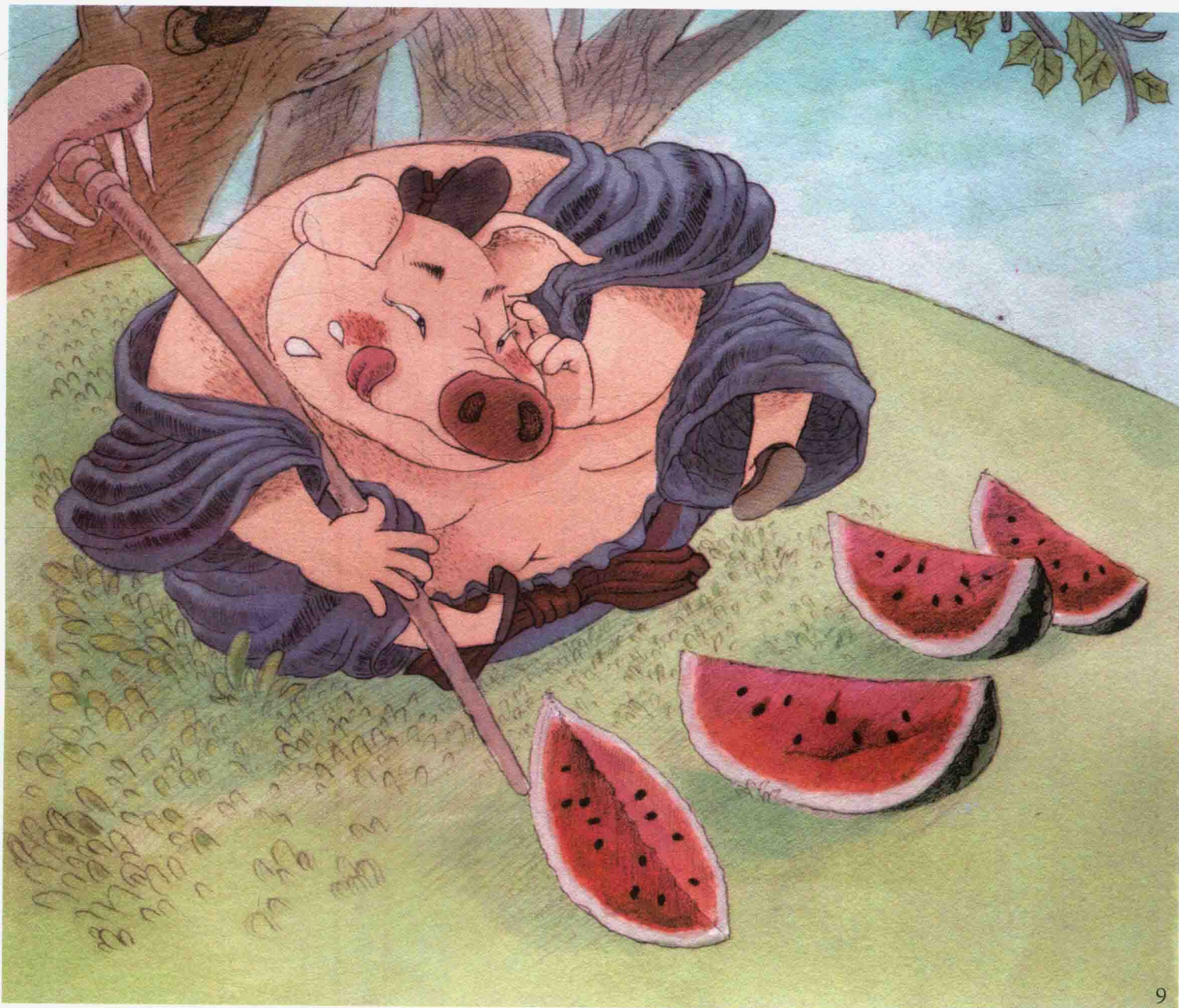


猪八戒吃西瓜

周春雷/图

请根据画面，讲一讲这个故事。

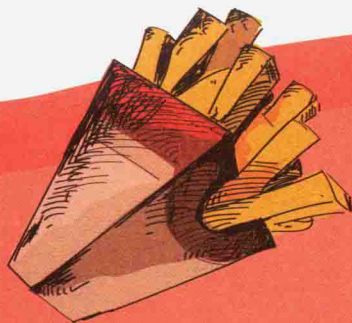




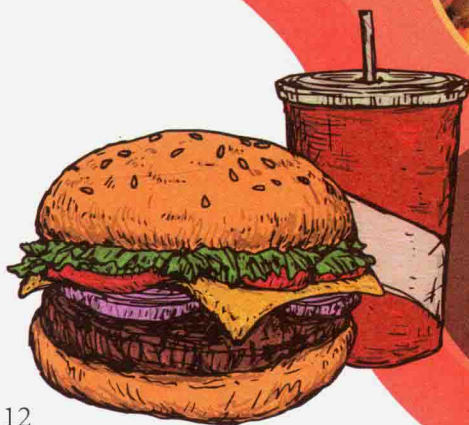


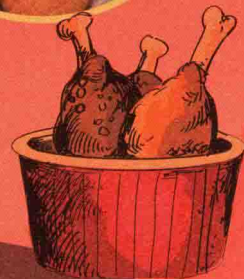
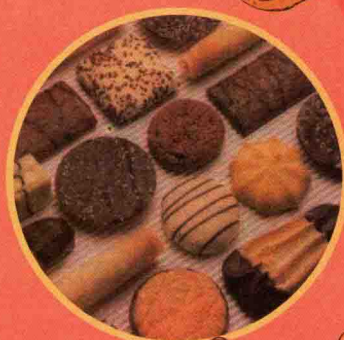
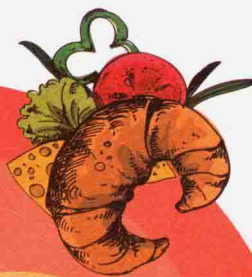
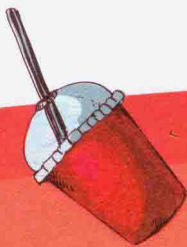


说一说：猪八戒做了哪些事情？发生了什么事情？



垃圾食品很可怕





看一看，哪些东西是你喜欢吃的？你知道哪些是垃圾食品吗？把它们圈出来。



我绝对绝对要吃

易 秋/文 雨青工作室/图



小高和小棒是一对非常挑食的双胞胎。这天，小高和小棒坐在餐桌边等着吃晚餐。小高说：“我希望晚餐没有豌豆、胡萝卜、西兰花。”小棒说：“嗯，晚餐我绝对绝对不要吃芹菜和香菇。”

开饭了，小高瞪着桌上的菜说：“为什么有豌豆？我不吃。”妈妈说：“那些豌豆多像一颗颗绿色的珍珠啊！来，吃颗珍珠吧。”小高说：“绿珍珠？我绝对绝对要吃。嗯，真好吃，还有一点儿甜味，再来一颗吧。”小高说着，又吃了一颗豌豆，哦，不！是珍珠！

