大班：生病的时候吃什么

教育活动目标

1. 让幼儿知道生病时要吃容易消化的食物，多喝水。

2.使幼儿懂得生病时的饮食调理。

3.培养幼儿同情，关心他人的品质。

活动准备： 小羊，小猫，小狗，小兔木偶各一。

活动过程

1. 教师演示木偶，引起幼儿的兴趣。

一天小鸡生病了，他的好朋友们打算去看望他，可是买什么礼物呢？小羊说：：“买苹果、梨子！”小猫说：“买牛奶，面包吧！”小狗说：“买炸鸡腿吧，又香又脆！”小兔说：“买旺旺雪饼吧，多好吃！”

2.组织幼儿讨论：究竟买什么合适呢？为什么？

3.启发幼儿谈谈自己生病时哪里不舒服？你生病时胃口怎么样？想吃什么东西？

4.教师小结：感冒、发烧、咳嗽时，会觉得喉咙干燥、身体发热，所以要多喝水，多吃水果，最好吃梨子，因为梨子水分多；要喝牛奶，吃稀饭，面条等容易消化的食品；多吃蔬菜，多喝菜汤，不能吃炸鸡腿、大排等。如果是拉肚子，要多喝水补充水分，不能吃油腻的食物。

5.引导幼儿说说要想病好得快，除了合理的饮食，还要注意什么？（要配合医生，按时吃药打针，注意休息）