

2023年水果蹲活动总结 水果班心得体会 (大全7篇)

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。那么，我们该怎么写总结呢？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

水果蹲活动总结篇一

近期，我参加了学校组织的一门课程——“水果班”，这是一门为期一个月的暑期课程，其中包括了水果栽培、果汁制作和水果营养知识等方面的内容。在这一个月的学习中，我收获了许多宝贵的经验和知识，也体验到了成为一名果农的喜悦和辛劳。下面，我将从课程安排、学习内容、实践经验和班级氛围等四个方面，分享一些我的心得体会。

一、课程安排

“水果班”课程在时间和地点上都安排得非常合理。课程安排在暑期学期中，不会冲突于其他课程，同时也给予了学生们充分的时间去参加社会实践、自我提升等活动。而且该班课程不仅在课室内学习，还有到外面的果园去实地参观和实践，这不仅丰富了课程内容，也增加了学生们的兴趣和体验感。

二、学习内容

在“水果班”中，我学到了许多有用的知识。其中包括了不同类型的水果的栽培方法，不同种类水果的保存技巧和不同水果营养价值的介绍等等。我还学到了如何制作美味的果汁，如何使用水果来治疗感冒和其他日常问题。这些知识不仅让

我了解了水果的重要性，也提高了我对健康的认识和保持健康的能力。

三、实践经验

在课程中，我参观了果园，亲手种植了几棵水果树，并体验了果树的养护和管理。除此之外，我们还参加了果汁制作和调味的工作坊，尝试制作不同口味的果汁，增加了我们的制作技能和美食的创新思维。在这过程中，我的领导能力也得到了锻炼和提升。

四、班级氛围

在“水果班”中，班级气氛非常和谐，同学之间相互尊重，合作互助比较积极。我们一起渡过艰苦的星期六时光，一同克服了种植中遇到的种种难题。同时，老师对我们也十分关心和用心，如有任何疑惑随时解答并有耐心指导。

总之，“水果班”不仅仅是一门学习课程，它更是一次启迪思想的旅程。在这个班级里，我体验到了耕作的辛劳，感受到了播种后等待的喜悦。我不仅学到了课本之外的知识，更结交了许多好友。在这个崭新的境地里，我懂得了不难的事情也可能会变成不易，更加感恩付出的意义。

水果蹲活动总结篇二

水果班是一个注重健康饮食和生活习惯的课程。在这个班里，我们学习了许多有关不同种类水果的知识，包括它们的营养成分、生长环境和食用方法等。不仅如此，我们还跟随老师一起参观市场和果园，进一步了解水果产业和品质管理等内容。学习过程中，我深深感受到健康饮食的重要性，也认识到从小养成好习惯对于身心健康的帮助。

第二段：讲述水果班学习中的收获和体会

在水果班的学习过程中，我学到了许多新的知识。以前，我只知道吃水果是有益身体的，但并没有深入了解每种水果的不同功效和适宜食用量。在水果班里，老师向我们介绍了各种水果的营养成分和对人体的好处，让我们能够更加全面地了解水果的作用。同时，我们还在老师的带领下参观了市场和果园，看到了不同的水果品质和管理管理方式。通过这些学习经验，我对于水果和健康生活有了更深入的认识。

第三段：讲述水果班学习的感悟和启示

在水果班的学习过程中，我深刻认识到健康饮食对于身心健康的重要性。毫无疑问，只有健康的身体才能有一个愉快的生活。从小培养好的饮食习惯是必不可少的，除了避免疾病，还能提高身体的抵抗力和免疫力。所以，学习和了解各种水果的营养成分和适宜食用量，可以帮助我们做出正确的饮食选择，并且培养出良好的饮食习惯。

第四段：讲述水果班的实际应用

水果班的学习不仅仅停留在知识层面，我们也给出了实际应用的方法。我们在课上制作了不同类型的水果沙拉和果汁，同时还学习了在不同的场合下应该如何选择适当的水果。在日常生活中，我开始尝试着用水果代替一些甜食和垃圾食品，让自己的饮食更加健康。我也教给家人和朋友一些健康的水果食谱，希望能够让他们也能够吃的更健康。

第五段：总结和感谢

通过水果班的学习，我深入了解了水果对于身体健康的重要性，也获得了一些实际应用的技巧。我将持续推行这个健康生活方式，希望让自己和身边的人都能拥有健康的身体和美好的生活。我要感谢我的老师和同学，一起学习的过程是愉快和充满收获的。我相信，这个健康饮食的生活方式将成为我的一些良好习惯，伴随我一生。

水果蹲活动总结篇三

活动目标：

- 1、正确感知和判断7以内的数量。
- 2、学习用添上或去掉的方法把不一样多变成一样多。

活动准备：多媒体课件、幼儿操作材料、笔。

活动过程：

(一)小猴摘水果

(二)小猴分水果

幼：有5只小兔。

幼：再让小猴去拿一只。师小结：每只小兔分一只梨子，梨子少的时候我们要加上梨子，这样小兔和梨子才能一样多。

(2)看！小猴来到小猫家，他想把水果分给小猫吃。小朋友看看有几只小猫？

幼：有6只小猫。

师：小猴拿来了几个苹果呢？该怎么分呢？

幼：拿掉一只苹果。师小结：每只小猫分一只苹果，苹果数量比小猫多的时候我们要拿掉苹果，这样小兔和梨子才能一样多。

(三)幼儿自己操作

粗心的小猴也想把水果分给其它小动物品尝一下，你们能帮

帮它吗？每个小动物只能分一只水果，少了你们要添上，多了需要你们拿掉。

水果蹲活动总结篇四

1、结合主题的开展：《水果篮》是主题《在秋天里》背景下的一次数活动。秋天是水果丰收的季节，孩子们对在日常生活中很常见的水果十分感兴趣，尤其是在参观水果店时，孩子们对水果的数量、品种、颜色等产生了浓厚的探索欲望。在本次集体活动中通过讲讲、议议秋天的水果，既让幼儿感受到秋天水果的丰富多样，又懂得水果是很有营养的，多吃对身体有益的道理。在活动中，通过“课件互动——选购水果篮——游戏：装水果篮”三个环节的层析性设置，让幼儿尝试用目测睡裙、目测部分接着数等方法提高数数能力，发展了幼儿的观察、比较、思维等综合的能力，这种学习能力和方式有利于幼儿的发展。另一方面，幼儿在运用已有的数经验解决游戏中的数问题时帮助幼儿进一步积累数数经验，为下阶段的数数活动作一个铺垫。

2、结合专题的研究：结合本班研究重点“同一学科领域中对同一材料的优化运用的实践研究”，选取了课程材料包资源中的“水果篮”材料，通过一课三研的研究模式不断优化材料的运用，让课程材料包资源更好地为集体活动的教学而服务。

1、了解秋天水果品种多，数量多，知道秋天是丰收的季节。

2、尝试用目测数群的方法提高数数能力。

1、水果篮

2、画有各种水果的卡片和颜色卡片。

一、看卡片，按要求选水果蓝上柜

1、观察水果卡片，了解水果店里需要进怎样的水果篮，选择符合要求的水果篮上柜。

2、观察颜色卡片，了解店里还需要进有三种颜色水果的水果篮，并寻找符合要求的水果篮上柜。

二、选购水果篮

1、一位生病的同伴爱吃葡萄，挑选怎样的水果篮送给他才合适呢？

2、到朋友家做客，需要挑选品种最多的水果篮，看哪个水果篮最合适？

小结：原来不同的人喜欢吃不同的水果，要根据别人的爱好和需要挑选水果篮，这样拿到水果篮的人才高兴。

三、装出一个一模一样的水果篮

1、出示装好的一篮水果，讨论：水果篮里有哪些水果？每种水果各有几个？

2、自选一个空“水果篮”，装上一模一样的水果（如品种相同、每一种水果数量相同等）

3、交换验证

水果蹲活动总结篇五

水果课是我们学校开设的一门特色课程，旨在培养学生对水果的认知和养成良好的饮食习惯。经过一个学期的学习，我深深地感受到了水果课给我带来的收获和启示。以下将从兴趣培养、健康意识、科学知识、生活应用等方面展开阐述。

第二段：兴趣培养

在水果课上，我们通过多种形式培养了对水果的兴趣。老师会带我们到果园参观采摘，亲自接触和品尝各种水果。我们还观看了制作水果沙拉和果汁的实践课程，亲自动手尝试。这些亲身体验让我对水果产生了浓厚的兴趣，对各种水果的颜色、形状、口感等有了更深入的认识。

第三段：健康意识

水果课还帮助我们树立了健康意识。老师告诉我们各种水果的营养价值和作用，如苹果有助于消化和降低胆固醇，香蕉富含钾元素有助于调节血压等。从此，我开始更加重视水果的摄入，每天都会选择吃一些新鲜的水果作为零食。不仅如此，我还和同学们一起倡导吃水果的健康理念，让更多的人认识并享受水果的好处。

第四段：科学知识

通过水果课，我也学到了很多关于水果的科学知识。老师向我们讲解了水果的生长环境和种植方式，让我了解了水果的生命周期和品种的丰富多样性。我们还学习了水果的保存方法和鉴别技巧，以及如何根据颜色、硬度和气味等特征来选购优质的水果。这些基础的科学知识让我在日常生活中更好地选择和享用水果。

第五段：生活应用

水果课还帮助我将所学的知识应用到生活中。我学会了制作水果沙拉和果汁，可以根据自己的喜好和需求选择不同的水果搭配。这不仅丰富了我的饮食，也提高了我对水果的喜爱度。同时，我还能利用水果的营养价值，在做甜品或烹饪时添加水果，让饭菜更加美味和营养。

总结：

水果课不仅开拓了我的视野，增加了我的科学知识，还培养了我对水果的兴趣和健康意识。我相信，在以后的生活中，水果课所教给我的知识和经验将会带给我更多的健康和快乐。因此，我将会继续保持对水果的热爱和关注，在日常生活中多吃水果，让我变得更加健康和充满活力。

水果蹲活动总结篇六

猕猴桃、水果篮、苹果、龙眼等新鲜水果、纸制水果篮若干、纸制水果。

让幼儿掌握10以内的数数，培养幼儿对数活动的兴趣。

一、猜水果

出示水果篮(水果篮用布盖好)

老师：这个是什么啊？生：篮子。

老师：你们觉得这个篮子装了什么？生：苹果、月饼(梨、饼干……)

老师：想不想知道篮子里到底装了些什么东西呢？生：想

老师：会是什么呢？我请你们来摸摸看，摸好以后告诉其他小朋友，你摸到了什么？

请幼儿来摸

老师：你摸到什么？(别告诉大家是什么，你让大家猜猜)

生：它是圆圆的，柄是凹进去的。(是苹果)

教老师拿出来给大家看是不是苹果

再请一个幼儿来摸

老师：你摸到什么？生：它是椭圆形的，毛毛的（是橘子……）

老师：想不想知道是什么啊？（教老师拿出水果给大家看）生：猕猴桃……

二、制作水果篮

老师：刚才水果店里的阿姨运来了很多水果和篮子。（出示水果篮）你们有没有发现水果篮上有样特别的东西？生：有圆点（有数字）

老师：我们小朋友的眼睛真尖，那你们知道这些圆点和数字用来做什么的？生：圆点有5个就装5个水果进去（数字是5就装5个水果进去）。

老师：小朋友们真聪明，现在就要请你们给水果篮装水果了。
生：好的

幼儿开始制作水果篮（水果篮可以自由选择、装得快可以再装个），教老师在旁指导。

老师：你们的小手本领真大，那么快就把那么多水果篮装好了。但是这些水果篮运到水果店前，我们先来检查一下有没有错误，免得水果篮买不出去。看看谁的小眼睛最尖，能发现错误？生：……（幼儿上来指出错误水果篮）

老师：它怎么错了？生：点数和水果不一样多。

老师：我们来帮助他吧水果篮装对。

三、活动延伸

老师：我们的水果篮都装对了，你们真厉害，那吴老老师要来问问，水果篮是做什么用的？生：送病人、送爷爷奶奶的。

水果蹲活动总结篇七

水果，是大自然的馈赠，是人们日常生活中不可或缺的一部分。种类繁多的水果，不仅口感鲜美，还富含各种维生素和营养成分，对人体健康有着重要的作用。通过与水果的亲密接触，我深深体会到了它们的独特魅力，以下是我的一些心得体会。

首先，水果教会了我珍惜自然的恩赐。水果是孕育于大自然的宝藏，每一颗果实都是植物的结晶，是大自然的馈赠。在果实的美味中，除了能满足我们的味蕾外，更是一种对自然的感恩和珍惜。然而，由于人类的盲目开发和过度消费，很多水果品种濒临灭绝，这让我更加明白了保护自然资源的重要性。面对水果的丰盈与可贵，我们应该懂得珍惜，减少浪费，不浪费一粒水果，就是对大自然最好的感谢。

其次，水果还教会了我坚持不懈的态度。种植水果需要农民们付出辛勤的劳动和耐心的等待。在水果树的成长过程中，他们需要定期施肥、打药、喷水等。无论是闷热的夏天还是寒冷的冬天，他们都坚持不懈地照顾着水果树。只有在经历了漫长的等待之后，我们才能尝到那种甜蜜的果汁。我深受农民的坚持和奉献精神的感染，明白了只要坚持不懈，就一定能够取得成功。

此外，水果还教会了我“既看其表，亦观其里”的道理。水果的外貌往往是对内在品质的一种象征。一颗红彤彤的苹果看起来诱人，然而只有咬开之后我们才能品尝到它的香甜；一颗外表不甚美丽的柑橘，却内含丰富的维生素C让人陶醉。在与水果的相处中，我意识到外貌并不是唯一的判断标准，了解它们的内在品质同样重要。这也引发了我在与人相处中不要仅仅以貌取人的思考。

最后，水果还教会了我分享与关爱的重要。水果是人们常见的礼品之一，把水果送给亲朋好友是一种表达关爱和祝福的方式。我曾经亲自将自己亲手采摘的水果送给一位朋友，看到她脸上绽放的笑容，我深深体会到分享的快乐和爱的力量。在生活中，如果能像水果一样，与他人分享快乐和美好，我们的生活无疑会更加丰富和多彩。

综上所述，通过与水果的亲密接触，我深刻领悟到了水果的独特魅力，并从中获得了许多心得体会。我将珍惜自然的恩赐，坚持不懈地追求目标，不仅看其表，更重视内在品质，同时也会努力与他人分享和关爱，为自己和他人带来更多的美好和幸福。