

捡落叶综合教案 情绪综合实践活动心得 体会(精选8篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。教案书写有哪些要求呢?我们怎样才能写好一篇教案呢?以下是小编为大家收集的教案范文,仅供参考,大家一起来看看吧。

捡落叶综合教案篇一

情绪综合实践活动作为一项重要的辅助教育活动,受到了广大学生的热烈追捧和积极参与。我校最近也开展了一次情绪综合实践活动,我有幸能够参与其中并深受感受。通过这次活动,我深刻认识到情绪对我们生活的重要性,也懂得了如何合理管理自己的情绪。以下是我的心得体会。

首先,情绪综合实践活动让我充分认识到情绪的种类和特点。在活动中,我们学习了各种情绪的名称和定义,并进行了实际操作。通过角色扮演和小组讨论,我们模拟了不同情绪下的处境,并分析了不同情绪对我们行为和心理的影响。这让我深刻认识到情绪是多种多样的,不同情绪对我们的生活和学习产生不同的影响。情绪既可以促使我们积极向上,也可能让我们陷入消极的境地,因此合理管理情绪变得尤为重要。

其次,情绪综合实践活动让我明白了情绪管理的重要性。在活动中,我们学习了情绪管理的基本理论和方法。我们通过情境训练和游戏来培养自己的情绪管理能力,并掌握了一些有效的应对策略。通过这些实践和训练,我深刻认识到情绪管理对于我们的生活和学习有着重要的影响。合理的情绪管理可以提高我们的心理素质和学习效果,帮助我们更好地应对各种挫折和困难。只有掌握了情绪管理的技巧,我们才能更好地应对生活中的各种挑战。

第三，情绪综合实践活动让我意识到情绪的积极性和消极性。在活动中，我们了解到情绪有积极的一面和消极的一面。积极的情绪可以激励我们积极向上，提高学习效果和生活质量；消极的情绪会影响我们的心理健康和生活幸福感。通过实践和讨论，我深刻认识到积极的情绪对我们的生活有着重要的促进作用。只有积极面对生活，我们才能更好地抵抗压力，取得更好的成绩。

最后，情绪综合实践活动还让我明白了分享情绪的重要性。在活动中，我们通过小组讨论和分享，学习了如何与他人分享自己的情绪体验，以及如何理解他人的情绪。这让我认识到分享情绪对于我们的关系和心理健康有着重要的影响。当我们与他人分享情绪时，不仅可以获得情感的宣泄和安慰，还可以增进彼此之间的理解和信任。只有真正与他人沟通和分享，我们才能建立健康的人际关系，提高自己的情商和情感素质。

总之，情绪综合实践活动是一次非常有意义的活动，它让我深刻认识到情绪的重要性的管理的重要性，并帮助我提高了自己的情绪管理能力。通过这次活动，我明白了情绪对我们的生活和学习的影响，也学会了如何处理自己的情绪。我相信，在今后的生活和学习中，我能够更好地应对各种挑战和困难，并保持积极的心态，迎接生活的各种变化。

捡落叶综合教案篇二

情绪对于每个人来说都是非常重要的，它直接影响着我们的心情和身心健康。为了提高自身情绪管理能力，我参加了一次情绪综合实践活动。通过这次活动，我深刻认识到了情绪对生活的影响，并学会了有效地调节情绪，让自己更加快乐、积极面对生活。

首先，在这次活动中，我认识到了情绪对生活的巨大影响。我们每个人都有好的情绪和坏的情绪，但不能让坏的情绪影

响我们的生活。在活动中，我们进行了一系列的情绪训练，如冥想、呼吸练习和情绪表达。通过这些训练，我深刻认识到情绪的力量是如此之大。当我学会冷静下来、调整呼吸，我能够更好地控制自己的情绪，不被其左右。这给了我一种全新的体验，让我明白了情绪管理的重要性。

其次，在活动中，我学会了有效地调节情绪。情绪是人类的一种本能反应，但我们可以通过一些方法来调节它，使自己的情绪保持平衡和稳定。在活动中，我们学习了一些情绪调节的技巧，如积极思考、放松训练和情绪表达。在实践中，我逐渐掌握了这些技巧，并将它们运用到日常生活中。无论是面对困难还是挫折，我都能够更加冷静地思考和应对，不再被消极情绪所打败。这样的改变让我感到非常欣慰和满足。

此外，在情绪综合实践活动中，我还深刻体会到了积极情绪的重要性。积极情绪对于一个人的心理和身体健康是非常关键的。在活动中，我们进行了一系列的积极情绪训练，如感恩练习和幸福分享。通过这些训练，我对积极情绪有了更深入的认识。我明白了积极情绪不仅可以让我们更加快乐和满足，还可以提高我们的工作和学习效率，让我们更容易实现自己的目标。

最后，在这次情绪综合实践活动中，我也学会了如何帮助他人调节情绪。情绪不仅影响着自己，还会通过我们的言行和表情影响他人。在活动中，我们特别强调了情绪表达的重要性，并进行了情绪理解和共情训练。通过这些训练，我学会了如何倾听他人的情绪，理解和接纳他们的感受，并给予积极的支持和鼓励。在与他人交流中，我能够更加敏感地察觉他们的情绪，并通过合适的方式引导和帮助他们。

总之，通过这次情绪综合实践活动，我深刻认识到了情绪对生活的影响，学会了有效地调节情绪，让自己更加快乐、积极面对生活。这次活动让我收获很多，并为我今后的生活提供了宝贵的经验和启示。我相信，只要我们学会了情绪管理，

就能够更好地掌控自己的生活，让自己的心情和身心健康得到更好的保持和提升。

捡落叶综合教案篇三

2020年，新冠病毒席卷全球，给各国人民带来了巨大的危机。在人类面临疫情的时刻，我国多项措施得到了世界的认可，疫情防控也进入了全民行动的阶段。为响应国家号召，我参加了防疫综合实践活动，在实践中深刻认识到了防疫的重要性和积极性。

第二部分：实践过程

在防疫实践活动中，我必须做好防疫物品的储备，包括口罩、酒精消毒液、手套等，在公共场合保持社交距离，时常洗手等。在家中尽可能地减少外出、不接待来访者，定期消毒家中常接触的物品等。在实践中，我发现自己原来的一些不良习惯，比如不爱洗手、不爱戴口罩等，都是防疫的大忌。这些自我觉醒让我想到，只有自觉遵守防疫措施，才能更好地保护自己和身边的人。

第三部分：实践收获

通过防疫综合实践活动，我意识到健康的人生是幸福稳健的基石。当一个人健康的时候，才拥有健康、积极、乐观的心态去面对未来的挑战。此外，我还收获了对公共健康的更多认识和理解，对各类传染病、疫情的预防和控制有了更加深刻的认识，发现在危机面前，个体的力量微不足道，必须一起合作，才能克服困难。

第四部分：反思与展望

防疫综合实践活动让我深深地认识到卫生健康是人们最重要的生存之基。我反思自己以往的的不良习惯和不关注卫生健

康，我感到非常惭愧，同时也更加珍惜自己所拥有的健康和任何一次健康生活的机会。随着全球疫情逐渐控制，但卫生问题依然是我们一生中必须面对并要持续关注的重要问题之一。未来，我坚信我会在日常生活中持续切实地为自己和身边的人提高卫生意识，拥有一个健康、稳健和充满活力的人生。

第五部分：结论

总之，防疫综合实践活动无疑是一次非常幸运和有价值的经历，让我发现了卫生健康的重要性，道德责任和性格坚定等方面的不断提升，也更加珍惜并积极面对生命之旅中的各种挑战。无论发生任何事情，保持身心健康和积极心态，关注和学习卫生、公共卫生知识是我一生中最重要的任务之一。

捡落叶综合教案篇四

最近我们班正在进行《小鸡出壳》这一个主题活动，有一天我和孩子们一起唱起了《老母鸡》这首歌，唱到最后一句，“咯咯哒”的时候，他们显得特别感兴趣。因为我们是托班，这个年龄阶段的孩子倾向于形象思维，所以对于这种仿生词比较喜欢，于是我也就很顺其自然的问孩子们：“老母鸡脚咯咯哒，是在干什么呢？”孩子们没有吱声。随着城市化的迈进，他们几乎没有机会看到老母鸡生蛋了，所以这方面的知识比较匮乏。但是他们对于这样的事情很感兴趣，于是我决定以此作为一个切入口吸引孩子们的注意力，同时在我们的教学目标中也有关于形状认识的具体目标，我们班的孩子对于形状比较敏感，平时在区角活动中也有关于这方面的操作。再加上我们井亭幼儿园是以科技为特色的，综上所述我就酝酿了“老母鸡生蛋”这一个活动。

母鸡妈妈生蛋

1、能够大胆的用好听的歌声来表扬母鸡妈妈

2、能准确区分圆形，三角形，正方形，并将其放入相应的篮子里

准确区分圆形，三角形，正方形

1、导入

2、母鸡生蛋

老师：和宝宝们在一起真开心，可是妈妈怎么发现有点肚子疼，“哎呀，不好了，宝宝们，我要生蛋蛋了！”咯咯哒，咯咯哒-----（出示积木）

老师：哇！我生了那么多的蛋蛋，宝宝们妈妈本领大吗？快来夸夸我呀！（《老母鸡》歌曲）

3、把蛋送回家

老师：刚才，我生了那么多的蛋蛋，而且是各种形状的蛋蛋，你们喜欢吗？（请幼儿说一说有些什么形状）

现在，妈妈请来了我的好朋友，“肯德基”，这个杯子里装着各种形状的蛋蛋，请每只小鸡宝宝拿一个杯子，把里面的蛋蛋放到和他一样形状的篮子里，好吗？（幼儿操作）

我还是比较好的带动了他们的积极情绪。同时在预设活动中，我整合了音乐，计算，语言，并且我个人觉得整合得还是比较得体的，没有一种硬生生的强制增加上去的感觉。为了更好的带动孩子们的情绪，我即兴的增加了一些打气的动作来渲染孩子们，以前哭闹得很厉害的王济海，被我的举止吸引了很快的投入到活动中，取得了比较好的效果。因为孩子们经过了一段时间的主题学习，对于母鸡有了一点认识，所以当我以母鸡妈妈的身份要求他们来做我的宝宝时，孩子们显得很热情，并且从始至终王欣宜总是叫我“妈妈”，看来这

个角色在她的头脑里已经根深地固了。

只是在活动的设计中，应该将“鸡蛋宝宝”放在活动室中让孩子自己去拣，篮子也应该放在不同的地方，避免太拥挤。托班孩子的年龄特点决定了他们他们比较喜欢模仿，喜欢反复的摆弄物品，反复的重复一个动作，所以我应该多给孩子一些动手操作的机会，让这样的形式来带动他们活动的兴趣，让孩子在游戏中学到知识。

捡落叶综合教案篇五

1. 在看看、猜猜、说说中感知几种动物不同部位长长的特点。
2. 乐意参与集体活动，体验游戏活动的快乐。

1. 白板课件《长长的朋友》

2. 长颈鹿、猴子、兔子、大象胸饰，道具车。

感知几种动物不同部位长长的特点。

多媒体辅助教学法、讨论法、情景表演法等。

出示小熊家图片（小熊、桌子、电话、蛋糕）。

师：宝宝们，看看，这是谁的家呀？漂亮吗？小熊家有什么？

幼：电话、蛋糕、桌子

师：有没有看到蛋糕上有几根呀？一起数一数，数到4就是4，原来小熊几岁了？（4）我们哪些宝宝和小熊一样，也是4岁呀，小手举起来看看。

师：今天小熊过生日，他想请一些朋友到家里来做客。告诉你们一个秘密哦，它请的这些朋友很特别哦，都是长长的朋

友。

1. 教师出示部分兔子长耳朵的图片，让幼儿猜猜。

师：看看，小熊会请谁呢？(出示长耳朵)，咦，它会是谁呢？

2. 出示完整的小兔图片

3. 师：长耳朵朋友听了会怎么说呢？我们也来听一听。播放录音：好、好，知道了。

1. 橡皮擦显示部分大象鼻子的图片。

2. 出示大象完整的图片。

师：宝宝们，大象的长长的鼻子有什么本领呢，谁知道？

1. 教师出示猴子图片，让幼儿找找

师：最后小熊请了谁呀？一起来看看，这个朋友它也有长长的，是谁呀？它哪里长长的？

师：这个长长的尾巴卷起来可以让它挂在树上荡秋千呢，我们把有长长尾巴的猴子叫做长尾巴朋友，叫什么？我们一起打电话给他吧。

2. 幼儿打电话：喂、喂、长尾巴、请你快到我的家。

3. 播放录音。（好、好、知道了，马上就到你家。）

师：电话打好了，小熊请了几个长长的朋友呀？（回忆）

师：接到电话后，三个朋友都来坐车了，滴滴滴，开来了三辆车。看，这些车有趣吗？

小结：它们都是一些特别的车，专门为长长的朋友设计的。

师：那我们来看看，小兔该上哪辆车呢？为什么？好，我们来请它上车吧。长耳朵朋友请上车。

大象该上哪辆车呢？为什么？好，长鼻子朋友请上车

剩下的一辆是谁的车？（小猴子）我们也来请它上车。长尾巴朋友请上车。

师：小动物都坐好了，真高兴，滴滴，开去小熊家啦。

1. 认识自己是什么朋友

2. 找对应的车子。

师：看，这里有四辆车，这是？长耳朵朋友的车，这是？长鼻子朋友的车，这是谁的车呢？

师：长耳朵朋友请上车、长尾巴请上车、长鼻子请上车、长脖子请上车。滴滴，我们一起去小熊家喽。

捡落叶综合教案篇六

1、在认识红，绿，黄三色的基础上，能够根据要求在五颜六色的花中找出与花瓶上的蝴蝶结相匹配颜色的花，并进行粘贴。

2、幼儿能够主动参与活动，体验活动的乐趣

1. 导入

老师：今天我们亲亲班来了三个小客人，是谁呢？我们一起把他们请出来好吗？

逐个出示红花，黄花，绿花

2. 歌曲《春天来了》

老师：小花们带来了一个好消息，妈

（1）老师：小花们知道亲“春天来了”，我们一起和他们迎接春天的到来，好吗？（歌曲《春天来了》）

3. 幼儿操作：小花找妈妈班的宝宝都是很棒的，想请你们帮个忙，帮他们找妈妈，好吗？只要我们找到与花瓶上的蝴蝶结一样颜色的小花，再贴上去，他们就找到妈妈了！

（2）教师示范制作方法

（3）幼儿动手操作

4. 我们把没有找到妈妈的小花送给我的客人老师吧！让他们来做这些小花的妈妈，好吗？

捡落叶综合教案篇七

近期，全球爆发了新冠肺炎疫情，中国也不例外。为确保全民健康，各级政府和机构采取了一系列防疫措施。在此背景下，我参加了学校组织的“防疫综合实践活动”，并从中有了一些感悟和体会。

第一段：活动特点与参与感受

“防疫综合实践活动”是由学校组织的以防疫为主的综合实践活动，包括宣传、清洁、消毒等环节。活动期间，我们对学校内外进行了消毒、张贴宣传海报、清洗垃圾等任务。活动总体规范，分工明确，参与感十足。我有幸成为消毒环节的组长，也收获了管理能力和专业知识。

第二段：感谢与责任

参加活动，我意识到了自己作为一名学生所应承担的社会责任。尤其是在疫情期间，很多人都在为维护社会秩序和安稳做出力量，而我们更应该为之做出贡献。因此，我对组织和老师的辛勤付出和指导表示感谢，同时也明白了做一个有责任心的人的重要性。

第三段：专业知识的锻炼

本次活动，活动组为我们安排了专业人员教授防疫知识。在学习的过程中，我意识到对抗病毒的最好方式是充分掌握专业知识。我们应该主动去了解疫情相关的知识，自觉做好个人和家庭的防护工作。这不仅能保护自己，也能更有效地防止疫情的蔓延。

第四段：危机意识的觉醒

在本次活动中，我逐渐意识到疫情带来的危害。活动让我深刻认识到预防疫情的难度和重要性。每个人都应该在日常生活中去防范，避免不必要的聚集和外出，实现个人防疫和公共安全的统一。

第五段：展望未来

虽然疫情在我国已经得到有效控制，但是在全球疫情仍在蔓延的情况下，我们依旧不能掉以轻心。作为一名年轻人，除了做好自身防护，还要在未来的工作和生活中，发挥积极的作用，将疫情经验应用于实际工作中，避免类似的危机再次发生。

防疫综合实践活动，是我在大学期间感受最深刻的一次公益实践。活动不仅是一次挑战和考验，也是体验和锻炼的良机。它让我第一时间了解了疫情，增长了专业知识，提升了实践

技能，更让我认识到做一名有责任心、有危机意识的人的重要性。为了未来，我们一定会继续努力，守护健康，并为社会稳定和发展贡献应有的力量。

捡落叶综合教案篇八

托、小班幼儿（3—4）岁

- 1、培养幼儿思维的条理性与创造性。
- 2、发展幼儿手指的协调能力。
- 3、指导幼儿正确区分颜色，按规律排列。

- 1、用高1米、宽0.5米，厚0.3米的纸箱制作成房子，并开一扇大门。

- 2、把泡沫纸切成若干1厘米宽的长条，后依次贴在被割空门的上方，自然下垂。

- 3、把粗的吸管剪成1厘米长的管子

- 1、把任意颜色的小管子穿在泡沫线上。

- 2、把小管子按颜色的规律穿在泡沫线上。

活动中只要孩子围绕着一个问题通过和材料的互动，让孩子们去操作尝试探索，充分发挥孩子的想象力。

问题：你怎样把门帘穿地最漂亮？

在孩子们操作时老师可以加以引导，让孩子们找规律穿，孩子们会操作出许多不同的玩法，这时孩子们成了老师的“老师”，老师和孩子得到共同的成长。