

2023年幼儿园中班早睡早起教案反思(实用5篇)

当品味完一部作品后，相信大家一定领会了不少东西，需要好好地对所收获的东西写一篇观后感了。这时候最关键的观后感不能忘了。那要怎么写好观后感呢？以下是小编为大家准备的观后感精彩范文，希望对大家有帮助！

舞蹈观后感篇一

镜头拉近了、舞台的灯光亮了，投影于娇美的身姿，成为焦点——惊？妙？或许都有吧，像是在梦幻中，不，这白色唯美的“剪影”动了；她，白色衣裙在灯光的衬托下，纯洁以跃然纸上，暗黑的背影笼罩着她，模糊的脸庞给人以无限遐想……缓缓地，她以不局限于紧贴“自然”的静态美，伴随着耳畔舒缓悠扬的音乐，舞台上的身影也随之起舞；看清了，明了，裙子紧束着腰身，裙摆自然垂下，双手挽成孔雀状，停悬在头上方，似白莲，亭亭玉立，出淤泥而不染；如银蝶，翩翩起舞，尽享自然之谐……都不是，是孔雀，拥有高贵心灵的孔雀、看，这，灵雀活了：她忽而侧头抚身，是灵雀梳理羽毛之细；忽而转身带动裙摆，是灵雀开屏耀眼之美；忽而跪地俯首，是灵雀闭目养神之静，忽而展开双臂，是灵雀展翅高飞之想……随着时间的推移，在不知觉中接近尾声，音乐开始激荡，她忘我的转身，亦陶醉了，变幻的灯光不断闪烁，赤、橙、黄、绿、青、蓝、紫，这不正是开屏的光彩！……镜头远了，她提起裙摆，伫立于舞台间……或许安塞腰鼓是刚的象征，那么这便是柔的永恒，或许舞者在音乐中早已忘怀了观众，忘怀了自我，但观众却无法释怀、她，就是一只高贵的孔雀，她就是一位无双的“舞神”

结束了，不，她的剪影依再，夹杂于音乐中……在音乐中永恒，在舞姿中升华……

舞蹈观后感篇二

【范文一】

看完《雀之灵》这个舞蹈后，真让人难以用语言表达，这支《雀之灵》是有舞蹈家杨丽萍所跳的。

音乐响起来了，舞蹈着手托裙子活动她那灵巧的手指，慢慢地走上舞台，我的心也随之舞动起来。

她忽而灵动手指表现出孔雀点头；忽而俯身舞动手臂，表现出水的波纹；忽而托裙旋转，表现出无边的喜乐；忽而低头饮水，表现出无限的欢喜。她在舞蹈之中，什么都忘了，达到忘我的境界。她用她灵活的手臂舞动雀之灵，用她那纤软的腰肢来舞出雀之灵，还用她熟练的双腿来跳出雀之灵。完美的旋转灵动的身躯述说着，雀之灵的故事。

手臂，把水的波纹模仿的逼真，接近事实。手指，摆出了小巧玲珑的孔雀头。腿，翘腿带动着衣裙飘了起来。头插孔雀的翎毛，跳起来时就宛如一只孔雀。音乐，低回、婉转、悠扬。雀之灵舞蹈的美妙，就被这音乐全部烘托出来。

雀之灵这舞蹈，看了真让人难以忘怀啊！

【范文二】

记得我曾经说过当我看乔丹打篮球的时候，我感叹那不仅仅是运动，一定是艺术；而看完这次的《雀之灵》的演出我想说的是，这不仅仅是艺术，而一定是生命，这是生命之舞。

就故事情节来说，故事的内容很简单：从生命的诞生，孔雀萨垛懵懂欢乐的青春，到遇到孔雀嘎雅后火热的恋情，可是爱情遭到乌鸦路斑的嫉妒而遭遇障碍，嘎雅为了萨垛牺牲了生命，萨垛悲伤欲绝，最后萨垛通过和神灵的对话而获得内

心的平静，讲述了一个轮回的故事。故事用春、夏、秋、冬四个季节的交替来表现，也象征了生命的一个轮回，春天万物始发的季节，一切都是那么的清新充满着希望；夏天万物茁壮成长，一切都是那么的蓬勃而又热烈；秋天万物开始成熟也开始转向落败，一切都是那么的萧瑟而又黯淡；冬天万物开始回归，归于泥土，一切都是那么的寒冷而又趋于安静，从始至终，从有到无，周而复始，循环往复……从出道的《雀之灵》，龙年的《雀之恋》，到收官的《孔雀》，这对于杨丽萍来说或许也是一个轮回。

就舞台表现来说，序曲开始，舞台上放着一个一个的鸟笼，关着小鸟，人穿梭在鸟笼之间，一一打开鸟笼，放出笼中鸟，耳边传来人世间的喧嚣之声，突然空中降下来一个巨大的鸟笼，把人罩在了笼中。是的，没有人能幸免，这象征的就应该是人生的本质吧，每个人在世间上早已有了关押自己的笼子，不管是自己给予自己的，还是被罩下来的。

春天开始，正对观众舞台的右侧，神灵站在舞台箱上，撒出绿叶，左侧的舞台箱上时间开始旋转，随着季节和剧情的不同，旋转的时而快时而慢，扮演时间的是彩旗，她从春开始一直旋转到冬，整个舞剧结束，代表着不管世事如何变迁，时间总是静静的流淌着，生生不息，这让很多观众留下了深刻的印象，更我身边的友人对这个小姑娘很是心疼，转了整场约1个半小时呢。时间的旁边有一个生命之树，随着季节的变化，长出绿叶，又凋零落下。舞台上象征生命的蛋壳开始摇动，生命破壳而出。这一幕中，有杨丽萍穿着粉色的舞衣，有段独舞的片段，是整场留给我印象最深刻的片段，那种对于生命的喜悦、自由、灵动，伴随着她的舞蹈，发挥的淋漓尽致，整个氛围，甚至空气都是那么的轻盈唯美，还带着丝丝的清新，让我瞬间有窒息的感觉，一点都不夸张，有那么一瞬间，我的眼里只有我这个位置和台上的那束灯光下的舞者的，周围是一片黑，无法用文字表达的美感，让我醉晕，深深感动。

夏天开始，神灵洒出玫瑰花瓣，两只孔雀出场，都拖着华丽至极的蓝色雀屏，孔雀本就是华丽骄傲的动物，那种羽衣散发出的彩色光泽，无与伦比的美丽，自然就会产生如凤凰神话般的想象，感叹不愧是天下之灵物。这是一幕华丽的盛宴，也是龙年春晚上看过的片段，依然让我觉得光彩夺目，除了华丽、璀璨我不知道该用什么来形容，两只孔雀喃喃细语，依依相偎，那么甜蜜就这样弥散在空气中，雀之恋，唯美的片段。

秋天开始，神灵洒出黄色落叶，盛极而衰，幸福中出现了祸端，乌鸦路斑嫉妒孔雀，抓走了萨垛，嘎雅为了救萨垛，献出了生命，路斑虽然拥有了孔雀的羽衣，可是即不能成为孔雀，也失去了自我，剩下迷失和沮丧，这一幕的故事性比较强，基本就是讲述了故事。

冬天开始，神灵洒出雪花，获得自由的萨垛，却失去了嘎雅，悲伤哀鸣，人生为什么要经历这些伤痛？一直默默观看的神灵，终于走向了萨垛，神灵对一切都了然于心，可是该发生的一切还是要发生，生命本就无常，这就是生命的本质，通过与神灵的对话，萨垛终于明白了生命的真相，也了知了爱的真谛，化解了哀痛仇恨，内心归于宁静，在梵音声中走过这个人生。这一幕，身着白色舞衣的杨丽萍只能用超凡脱俗来形容，从她身上与动作中散发出来的，那种纯洁、神圣、静谧而又深远，让人感动落泪，在漫天雪花中，似乎已然化羽而去。

舞蹈相当的精彩，好看。而唯一觉得遗憾的就是，明明现场不允许以任何方式拍照摄影，可是偏偏就是有人看到提示只当没看到，拿着手机不停的拍，枉坐在前排，素质实在让人无语，这样的行为本身就不尊重舞者，其次还影响其他观看的人，不仅是手机屏幕散发的光，更是打破整个剧场的氛围，打断别人的观看，让人觉得可恶又可恨。

人生是什么？即使受到伤害，受到诽谤，受到抛弃，仍然要相

信明天是美好的，人生就是喜怒哀乐，人生就是悲欢离合，人生就是一串串的经历，人生就是春夏秋冬，人生就是一场轮回。

舞蹈观后感篇三

如今的邵丽华已经把自己融入了《雀之灵》。每当大幕拉开，舞台灯光亮起，舒缓的音乐徐徐飘荡，轻灵舞动的，仿佛就是一只美丽而充满灵性的孔雀，在寂静的山林、在如茵的草地、在潺潺的溪畔，徜徉、曼舞……一颦一笑、一举一动，都那样出神入化，都那样恰到好处。人们欣赏到的，并不只是美丽动人的雀之形，更是充满神魄和魅力的“雀之灵”。

实际上，舞出神韵来的，不只是《雀之灵》，邵丽华表演的每一个舞蹈，都是这样。这正是她的舞蹈成功之处，也是最为感人之处。同是少女角色，却能巧妙地通过一颦一笑、举手投足的细微不同，把握住不同身份的典型特征，展示出不同的风采。

邵丽华之所以舞得入神、传神，源于她对舞蹈事业的投入和敬业，对每一部舞蹈作品的钻研和得当把握，更得益于她美好的内心世界。她爱美，着意传播美，善于表现美，加上她的学识和修养，融为一体，构成了她独到的舞蹈风格。

邵丽华的舞蹈如诗如画，讴歌着生命的尊严、价值和伟大的人类精神，激励人们奋发向上、积极进取，对于弘扬华夏文化、人道主义和文明友爱，起到了积极作用。在“无国界文明艺术节”上，她被誉为“美与友谊的使者”。尽管她还很年轻，但还是因其杰出的才华与贡献，被业内人士推选为中国特殊艺术协会副主席。

如果说艺术的境界像海洋，需要用一生去搏击惊涛骇浪，那么人生的过程却如湖水，只要能容人浅浅地濯足，体味其中静谧的清冽就行了。

文档为doc格式

舞蹈观后感篇四

记得我曾经说过当我看乔丹打篮球的时候，我感叹那不仅仅是运动，一定是艺术；而看完这次的《雀之灵》的演出我想说的是，这不仅仅是艺术，而一定是生命，这是生命之舞。

就故事情节来说，故事的内容很简单：从生命的诞生，孔雀萨垛懵懂欢乐的青春，到遇到孔雀嘎雅后火热的恋情，可是爱情遭到乌鸦路斑的嫉妒而遭遇障碍，嘎雅为了萨垛牺牲了生命，萨垛悲伤欲绝，最后萨垛通过和神灵的对话而获得内心的平静，讲述了一个轮回的故事。故事用春、夏、秋、冬四个季节的交替来表现，也象征了生命的一个轮回，春天万物始发的季节，一切都是那么的清新充满着希望；夏天万物茁壮成长，一切都是那么的蓬勃而又热烈；秋天万物开始成熟也开始转向落败，一切都是那么的萧瑟而又黯淡；冬天万物开始回归，归于泥土，一切都是那么的寒冷而又趋于安静，从始至终，从有到无，周而复始，循环往复……从出道的《雀之灵》，龙年的《雀之恋》，到收官的《孔雀》，这对于杨丽萍来说或许也是一个轮回。

就舞台表现来说，序曲开始，舞台上放着一个一个的鸟笼，关着小鸟，人穿梭在鸟笼之间，一一打开鸟笼，放出笼中鸟，耳边传来人世间的喧嚣之声，突然空中降下来一个巨大的鸟笼，把人罩在了笼中。是的，没有人能幸免，这象征的就应该是人生的本质吧，每个人在世间上早已有了关押自己的笼子，不管是自己给予自己的，还是被罩下来的。

春天开始，正对观众舞台的右侧，神灵站在舞台箱上，撒出绿叶，左侧的舞台箱上时间开始旋转，随着季节和剧情的不同，旋转的时而快时而慢，扮演时间的是彩旗，她从春开始一直旋转到冬，整个舞剧结束，代表着不管世事如何变迁，时间总是静静的'流淌着，生生不息，这让很多观众留下了深

刻的印象，更我身边的友人对这个小姑娘很是心疼，转了整场约1个半小时呢。时间的旁边有一个生命之树，随着季节的变化，长出绿叶，又凋零落下。舞台上象征生命的蛋壳开始摇动，生命破壳而出。这一幕中，有杨丽萍穿着粉色的舞衣，有段独舞的片段，是整场留给我印象最深刻的片段，那种对于生命的喜悦、自由、灵动，伴随着她的舞蹈，发挥的淋漓尽致，整个氛围，甚至空气都是那么的轻盈唯美，还带着丝丝的清新，让我瞬间有窒息的感觉，一点都不夸张，有那么一瞬间，我的眼里只有我这个位置和台上的那束灯光下的舞者的，周围是一片黑，无法用文字表达的美感，让我醉晕，深深感动。

夏天开始，神灵洒出玫瑰花瓣，两只孔雀出场，都拖着华丽至极的蓝色雀屏，孔雀本就是华丽骄傲的动物，那种羽衣散发出的彩色光泽，无与伦比的美丽，自然就会产生如凤凰神话般的想象，感叹不愧是天下之灵物。这是一幕华丽的盛宴，也是龙年春晚上看过的片段，依然让我觉得光彩夺目，除了华丽、璀璨我不知道该用什么来形容，两只孔雀喃喃细语，依依相偎，那么甜蜜就这样弥散在空气中，雀之恋，唯美的片段。

秋天开始，神灵洒出黄色落叶，盛极而衰，幸福中出现了祸端，乌鸦路斑嫉妒孔雀，抓走了萨垛，嘎雅为了救萨垛，献出了生命，路斑虽然拥有了孔雀的羽衣，可是即不能成为孔雀，也失去了自我，剩下迷失和沮丧，这一幕的故事性比较强，基本就是讲述了故事。

冬天开始，神灵洒出雪花，获得自由的萨垛，却失去了嘎雅，悲伤哀鸣，人生为什么要经历这些伤痛？一直默默观看的神灵，终于走向了萨垛，神灵对一切都了然于心，可是该发生的一切还是要发生，生命本就无常，这就是生命的本质，通过与神灵的对话，萨垛终于明白了生命的真相，也了知了爱的真谛，化解了哀痛仇恨，内心归于宁静，在梵音声中走过这个人生。这一幕，身着白色舞衣的杨丽萍只能用超凡脱俗来

形容，从她身上与动作中散发出来的，那种纯洁、神圣、静谧而又深远，让人感动落泪，在漫天雪花中，似乎已然化羽而去。

舞蹈相当的精彩，好看。而唯一觉得遗憾的就是，明明现场不允许以任何方式拍照摄影，可是偏偏就是有人看到提示只当没看到，拿着手机不停的拍，枉坐在前排，素质实在让人无语，这样的行为本身就不尊重舞者，其次还影响其他观看的人，不仅是手机屏幕散发的光，更是打破整个剧场的氛围，打断别人的观看，让人觉得可恶又可恨。

人生是什么？即使受到伤害，受到诽谤，受到抛弃，仍然要相信明天是美好的，人生就是喜怒哀乐，人生就是悲欢离合，人生就是一串串的经历，人生就是春夏秋冬，人生就是一场轮回。

舞蹈《雀之灵》个人观后感

舞蹈观后感篇五

当悲伤浓浸在一个舞者身上时，她跳出的就不只是舞蹈了。

——题记

“这是第四遍了吧！”低头在心里默数着观看的次数。喃喃地抬起头，眼球又回到了漆黑的画面前。不知为何，每看一次，悲伤则会变得更浓更密，这密密的悲伤让我有些喘不过起来，让我很想让泪水释放出来！孤单、悲伤的背影；单调的灯光；哀凉的音乐！这一切又一切让我忍不住内心最细微渺小的感伤！这一切又一切让我懂得了震撼人心的悲与伤！

到底是什么，让我忍不住内心最细微渺小的感伤？

到底是什么，让我懂得了震撼人心的悲与伤？

是它——《雀之灵》……

在黑暗深处，一首哀凉的音乐缓缓飘出，带着无奈与感伤，灯光聚集在舞台中一个孤单的人影身上，一个舞者在旋转，在不停地旋转。洁白的长裙在灯光的照耀下，更显纯洁与美丽，灯光渐强，她柔柔地停止旋转，俯拜在地上，一只手的拇指与食指微微挨在一起，其余三根手指轻柔地竖起，直直的交叉着，做出了孔雀头上羽领的样子……她提着裙摆时而跳跃到这，时而旋转到那，时而做出与人嬉笑玩闹的样子，时而做出鹰将要飞翔的姿势……仿佛是兰吾罗娜在诉说自己的梦想、自己的回忆、自己的快乐。

开头的黑暗足足有13秒，接着，一个女子傲然现身在镜头前，她一只手提着裙摆，裙角仍拖在地上，白色的裙上有像孔雀尾巴上的斑点，一个优雅的舞姿。

镜头稍一移，我看到了那表演者手的姿势：食指和大拇指的顶端靠在一起，像一个压扁的“ok”形。其实，她表现的是一只孔雀，手是孔雀的头，提起的裙子是孔雀的羽翎。我们完全可以不在意她的人形。她踱了几步，忽然就像瘫软了一样跪坐在地上，她并不正对镜头，只留给我们一个靓丽的背影。

这究竟是想说什么呢？

背景是深深的黑色，她身上的白裙和裙上的纹样格外地耀眼，闪耀着一种悲哀的情绪。我这时想到，从前一般的孔雀舞都是活泼、轻快一类的，为什么这场舞蹈——雀之灵会那么哀愁呢？我读不懂舞蹈。她现在正伸平双臂，双臂都是跟着节拍一上一下，不僵硬，而且柔软得就像微风吹起的波澜一样。这种波澜不是左右传递，而是同时晃动起来，在中间抵消。像是展翅的鸟类。

跪坐的姿势持续了一会儿，她渐渐地扭转身子，站了起来。却向右边疾步而去，扯着裙摆，慌慌张张地小跳过去。舞台

上的追光灯没跟上来，而是慢慢地、慢慢地熄灭，又慢慢地、慢慢地在她脚下亮起。

她是在逃离着什么？

过了一会儿，她开始在那儿舞蹈起来。我还是读不懂舞蹈，我还是不知道这个故事是什么样的，但是，可以肯定的是其中的哀伤。灯光的效果又变了，她隐入一片的黑暗中，灯光只描摹出孔雀的轮廓，双臂的柔软又一次被她展现出来。

气氛，越来越凝重，像是最后的诀别。孔雀走进了黑暗中，走进了一轮昏黄的月亮中，以那个傲然的姿势，远远地、远远地消失在我的视线中。

最后，我还是了解到了这个故事，那真是一个哀伤的爱情故事，孔雀在最后的生命中，翩翩起舞。她什么也没逃避，只是在最后化为孔雀，与自己深爱的土地告别了。

雀之灵——孔雀最后的生命，最后的舞蹈，最终的升华。

舞蹈观后感篇六

雀之灵观后感

初一三班黄炫皓10号

舞台上下了一个屏风，在屏风后，舞蹈家杨丽萍在表演着舞蹈“雀之灵”，在灯光照耀下，她的身影映照在银幕上。

杨丽萍在舞台上表演的动作惟妙惟肖，真的像一只美丽的孔雀似的。我应该怎样来形容她的舞蹈呢？假如我是一个朗颂家，我要用最优美的诗句与最洪亮的声音来赞叹她；假如我是一个歌唱家，我要用婉转、悠扬的音韵来歌唱出她那华丽的舞姿；假如我是一个作家，我要用丰富多彩的文字来描写

她舞出的那充满灵气的孔雀的美丽。

然而，我什么都不是，我只能默默地坐在台下，为她这惊人的舞蹈艺术而鼓掌。优美的音乐，柔软的双手，生动形象的动作与轻捷的脚步，都彻彻底底地将她那惊人的实力给出卖了，她几乎达到了忘我的境界，仿佛自己就是孔雀。渐渐地帘幕落了下来，她表演得出神入化，背后的潺潺流水声，一只美丽的孔雀正在寻找着食物，时不时整理整理它那鲜艳的羽毛，使人心旷神怡，如身临其境。她那柔软的腰肢，轻盈的身体，细细地刻画出了这只高贵的孔雀。瞬间，她的动作慢了下来，孔雀渐渐停下了脚步，又成了一个令人耐人寻味的孔雀“雕像”。

杨丽萍那生动精彩的表演，使人回味无穷，让人永远也无法忘记，一句话，真是一只唯美、高贵的孔雀啊！

舞蹈《雀之灵》

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

舞蹈观后感篇七

最近我读了一本好书《好孩子的成长99%靠妈妈》，作者张炳惠博士是三位中国继子的母亲，这位“韩国第一妈妈”将三个继子送进哈佛、耶鲁，她养育孩子的奉献精神与创新探索深深震撼了我，特在此与每一位中国妈妈们分享：

张炳慧博士是三国中国孩子的继母，1959年，作者张炳慧博士与丈夫邂逅并组建了一个新的家庭。丈夫与前妻的三个孩子因分别被托付给别人代养而都缺乏家庭观念。他们没有安全感，对她戒备、不信任；他们没有生活自理能力，缺乏教养；他们没有家庭归宿感，缺乏兄弟姐妹间的谦让、友爱和互助；他们的智力发展不均衡；老二彼德被医生诊断为因心理问题而导致智力发展障碍，中学之前成绩一直很差？？但是，张炳慧受父亲教育子女方法的启发，成了孩子的“良师益友”。在她的教育下，三个孩子都成为了美国社会出类拔萃的人才。张博士一边工作一边将精力倾注到教育三个孩子峰上。她言传身教，并且十分注意培养孩子的基础能力。最终，大女儿毕业于美国哈佛大学，成为一名国际律师；老二在耶鲁大学，毕业后又在哈佛大学进修经济学，以第一名的好成绩毕业，并成为卓越的商业人士；最小的女儿16岁时，以第一名的成绩进入耶鲁大学，最后也成了一名国际律师。

张博士教育子女的方法非常简单。她从来没有对孩子进行过特殊的辅导，也没有寻求过什么特别的教育方法。父母在生活中的言传身教是家庭教育秘诀中的秘诀。在本书，张博士强调了“好父母教育出好子女”的真理。如果想教育好子女，不要从孩子身上找原因，而要首先从父母做起。就像每个孩子都蕴含着无限潜能一样，每一位父母也都拥有自己的教育方法，让我们从现在开始，从基础做起，先成为孩子们的良师益友吧！

此书中张也并未提出任何教育理论，仅仅描述出与三个孩子

日常生活的点点滴滴，但从中可以清楚看出一个母亲如何用心去观察孩子所需，从旁辅导孩子，以及在面对问题时的种种挣扎，最后，如何去选择对孩子最有利的解决方法，书中最让我有感触的有以下几点：教育、培养孩子的方法并不来自于所谓的教育理论，而是来自于父母本身。把厨房作为最好的教育课堂。不要干涉丈夫与孩子之间的关系。不要忽略打破砂锅问到底的提问。要让孩子适应社会，必须让他自己去经历和领悟。你不必成为教育专家，你是母亲，没有一个教育专家比母亲更了解自己的孩子！

我应该算是读了不少育儿类书籍，如：《卡尔威特的教育》，随后又看了[ms斯特娜的自然教育》，等等，我认为每本书都各有所长，都让我学习与体验了为人母的责任与义务，也教会了我用一双慧眼去选择、阅读与学习。

相对而言，我觉得《好孩子的成长99%靠妈妈》一书更具时代与现实意义，因为张炳惠老师就生活在我们的身边，说的都是在养育孩子的生活细节中我们很多中国妈妈们所忽略的重要事情、所常犯的习惯性错误：许多中国妈妈们喜欢聚在一起互相攀比、显摆自家孩子的兴趣、特长；不弄清楚自己孩子的爱好与兴趣就铺天盖地得给孩子抱名参加各种各样的学习班、特长班、兴趣班等等。“我家孩子钢琴弹得可好了！”“我家孩子学英语了！”“你怎么这么不了解大人的苦心呢，好心当成驴肝肺！”“你知道爸爸妈妈挣钱养家供你读书上学多么不容易吗？你怎么还不好好学习上进呢？”?? 各种各样的抱怨与牢骚不绝于耳，扪心自问，作父母的是否真正了解孩子最需要的是什麼，真正尊重孩子，是否和孩子有过真正的沟通与交流，而不是单方下命令、指责与埋怨！

我始终不渝地认为，也正如书中所述：沟通不是学习与作业监督方面的日常对话，这不是沟通，而是很糟糕的与孩子们的相处方式，长期这样下去，孩子们自然而然地就会觉得与大人无话可说，疏远父母，到时再想挽回就需要付出非常多

的时间与精力，同时也错过了与子女孩童时期天真烂漫的游戏与玩耍！因此，我现在每天都有一种冲动与激情，想到人行天桥上去大身疾呼：中国的妈妈们呀，不要让单纯的母爱蒙蔽了您们的双眼，睁大眼睛看清楚我们周围的世界，您的孩子究竟需要的是什么？不要让您的孩子仅仅只是跟着老人与保姆，您多抽一些时间陪一陪自己的亲生骨肉，这样您们才能亲身体味为人父母的滋味，才能了解自己的孩子究竟是个什么样子，到底需要什么？退一万步来说：一位养母能做到的，难道我们这些亲身父母连其十分之一也做不到吗？我们应该多花一些时间与耐心去学习与阅读《好孩子的成长99%靠妈妈》这本书，多花一些心思去和我们的孩子相处与嬉戏，也许只有这样，社会中存在的各种各样的青少年心理问题、犯罪问题、动辄轻言自杀问题等等才能遏止在其最初发育生长的摇篮期！这难道不比您一年挣几百上千万更有价值与意义吗？（更何况有的父母并不是因为生计困难而奔波劳顿，只是为了挣钱而挣钱，为了一己自尊与面子、为了暂时的安逸与享乐而失去了许多同自己孩子朝夕相处的大好时光，真不值呀！）

总而言之的一句话：无论您有再好的家庭条件与教育方法或专家，做父母的自己不付出时间与耐心，没有良好的家庭教育作为孩子成长的基石，那么您要希望自己的孩子健康快乐地成长也只有枉然与徒劳！最后与所有的父母们一起分享一段育儿心语：

有一位著名的心理学家说过：人的个性，像树的年轮，是一圈又一圈发展的。婴儿的一圈代表爱与享受；孩童的一圈，代表创作与幻想；少年的一圈是玩耍和嬉戏；青年的一圈是情爱和探索；而成年人的一圈则象征现实与责任。其中任何一圈未完成，这个人的个性就会负伤，不会善始善终。

舞蹈观后感篇八

我一直都很喜欢舞蹈，在学校的时候就会经常跟着老师参加

一些演出，直到来到幼儿园工作一学期后、幼儿园就把教小班小朋友舞蹈的重任交给了我，为一个刚刚工作的新人，感谢我园领导给我这次机会，能让我在舞蹈教学的过程中不断的学习、进步。由于缺乏经验，就和中班老师一起合作搭班。刚开始接触的时候我很迷茫，我不知道在面对小朋友的时候我要怎样去讲解才能够让他们更快的接受并记住。于是我带着我的热情迷茫和紧张开始了我的第一节课，在开课前我做了充分的准备，我将根据小班幼儿的实际年龄、基础进行舞蹈训练。小班的孩子，她们没有接触过舞蹈，所以我认为让他们喜欢舞蹈是我教学最主要的，所以在教学过程中，我从两方面着手对她们进行训练。

我爱舞蹈、孩子们更爱舞蹈，他们在唱唱跳跳中受到熏陶、形成活泼开朗的个性，在唱唱跳跳中感受音乐的美，产生愉快的心情。带舞蹈以来，我对幼儿舞蹈教育进行了一些探索和实践，下面是我的一些做法和体会。

我在选择教材时，总是尽量选择从歌词到音乐、从体裁到形式、从结构到风格都能贴近幼儿生活、体现儿童情趣的教材。像《一双小小手》里“我有一双小小手，一只左来 一只右 一共十个手指头...”幼儿对歌词感兴趣了就跟着音乐一起唱，再加上动作学起来就不难了。孩子们感到十分有趣，这样既是唱歌，又有舞蹈，同时还能培养幼儿的节奏感。

对于初学者而言，不要一开始就对她们进行基本功练习，因为基本功比较疼，会一下把她们吓的不敢学(小孩子最怕疼了)。

我主要教的是中国古典舞基训及身韵，所以我一开始教的就是从手型、手位开始，让她们慢慢接受舞蹈，然后是比较简单的勾绷脚、前压腿、脖子活动(注意：刚开始不要动手给她们开肩、压脚背，因为那有点疼。等她们接受了以后在动手压也不晚，而且效果会更好)、坐下闪胯《蜗牛》。

在教学过程中可以把这些编成小组再配上音乐练习，像《玩娃娃》就是压腿组合等等，让她们自己在心里面数节奏，慢慢培养她们的节奏感。

基本功是很枯燥的，要让孩子接受是很难的，要有耐心，要经常鼓励，做好的可以给他们一点小的奖励，刚开始时不要学的太多，但要要求她们整齐，从小培养协作能力。让学得快的教的慢的，这样老师也比较轻松，学得快的也可以学的更加牢固。只有打好基础才能给以后的教学带来更好地帮助，才能让孩子在以后的学习中更轻松的接受你的要求！