

最新幼儿园小班冬天来了教案(精选15篇)

为了提高学生的学习效果，三年级教案必须精心设计。掌握了正确的高一教案编写方法，你将能够更好地指导学生学学习。

幼儿园小班冬天来了教案篇一

1、受冬天的太阳，知道冬天的阳光晒在身上很暖和，让人感到很舒服。

2、丰富词：暖和

选择有阳光的晴天。

1、找有阳光的地方，坐在阳光下晒太阳。

2、幼儿互相摸摸衣服、头发，说说太阳晒在身上有什么感觉？

3、小结：冬天的太阳晒在身上会感到很暖和，让人觉得很舒服。（丰富词：暖和）

4、欣赏儿歌“冬天的太阳”

附：儿歌

冬天的`太阳

冬天的太阳，大家都喜欢。

小猴和小羊，快来晒太阳，

晒得脸儿红彤彤，晒得身上暖洋洋。

幼儿园小班冬天来了教案篇二

1、通过讲故事，激发幼儿做个勇敢的小宝宝的愿望

2、不怕冷，知道跑跑跳跳就暖和了。

1、立体教具一套，光秃秃的'树，小宝宝的'家。

2、小鸟、小鸡、小猪、大公鸡、小宝宝纸偶各一个

1、师出示立体教具，说说冬天的情景，引出故事名称。

2、师边讲故事边引导幼儿看纸偶表演。

3、边讲故事边提问；

(1) 冬天到了北风吹的怎么样？

(2) 树上的叶子怎么样？草地水怎么样？小河里的水怎么样？

(3) 冬天的天气怎么样？谁不怕冷，起得早？谁怕冷不肯起的早？

4、鼓励幼儿学习做勇敢的宝宝，坚持锻炼身体

附：故事

冬天不怕冷

冬天到了，北风呼呼呼……地吹，树上的叶子都吹落了，地上的草变得枯黄了，小河里的水结冰了，天气真冷呀！

大公鸡，喔喔叫，天天起得早。

它请小鸟早早起，小鸟说：“太冷了，太冷了，我只能躲在

鸟窝里！”

它请小猪早早起，小猪说：“太冷了，太冷了，我只能睡懒觉！”

它请宝宝早早起，小宝宝早就起来了，在院子里又跑又跳做早操。

幼儿园小班冬天来了教案篇三

艺术——宝宝不怕冷（歌唱）

1. 能用自然的声音有节奏地演唱歌曲。
2. 尝试创编生活中锻炼身体的动作并仿编歌词。萌发冬天锻炼不怕冷的意识。

材料配套：教育挂图《领域活动·艺术，宝宝不怕冷》。

一、谈话与观察

1. 谈话：冬天到了，天气越来越冷。小朋友要怎么做才不怕冷？
2. 出示挂图，引导幼儿观察图片内容。

提问：图上画的是什么季节？天气怎样？小朋友们在干什么？

二、教师范唱，幼儿感受歌曲的意境与歌词内容

2. 幼儿看图有节奏地跟念歌词。
3. 教师再次范唱，幼儿跟随音乐节奏及歌词内容表演。

三、指导幼儿学唱歌曲

1. 教师大声唱，幼儿小声跟唱。教师根据幼儿的学习情况逐步减弱自己的歌声。

2. 教师伴奏，幼儿独立演唱。

四、引导幼儿仿编歌词

教师引导幼儿表现生活中锻炼的动作，并尝试融入歌曲中进行演唱，感受锻炼的意义，如“小脚小脚踩踩踩”、“小脚小脚跳跳跳”、“小脚小脚跑跑跑”、“皮球皮球拍拍拍”

在户外体育活动时适当播放该音乐，提高幼儿锻炼的兴趣。

幼儿园小班冬天来了教案篇四

喜欢动手制作冰花，初步知道制作冰花的顺序和方法。

1、一次性杯子若干。各种颜色的毛线若干，用剪刀剪碎。每人一根长15厘米的线。

2、做好的`冰花一个。

1、师出示做好的冰花。引导幼儿观察，激发幼儿的兴趣。“这什么？”“好看吗？”“轻轻摸摸，有什么感觉？”“你们知道冰花是怎么做的吗？”

2、师介绍材料，并示范做冰花：

(1) 引导幼儿选择搭配不同颜色的碎毛线，放进自己的杯子里。

(2) 在杯子中倒大半杯子水。

(3) 在杯子中放一根线，一半放在杯子里，另一半露在杯子

外。

3、幼儿制作冰花，师提醒幼儿注意不要弄湿衣服。

4、师和幼儿一起将杯子放在冰点以下的室外。

杯子里的水结成冰后，取出冰花悬挂在教室，让幼儿相互欣赏。

幼儿园小班冬天来了教案篇五

1、通过各种感官来感受冬天的风，知道北风吹在身上很冷。

2、丰富词汇：寒冷

3、培养幼儿与他人分享合作的社会品质及关心他人的情感。

4、养成敢想敢做、勤学、乐学的'良好素质。

1、每人一个风车。

2、注意幼儿保暖，穿好外套。

1、幼儿到室外没有阳光，有点风的地方感受冬天的风。

老师问：冬天的风吹在身上，吹在耳朵上，吹在脸上感到怎么样？（丰富词：寒冷）

2、每人一个风车，将风车举起让风吹，请小朋友看看风车怎么样了？

3、小结：冬天到了，北风吹在身上很冷。小朋友要多锻炼，跑跑跳跳这样就会暖和起来。外出要穿外套，带好帽子，手套；屋子要关紧门窗，不让风钻进屋里，还可以开空调取暖。

幼儿园小班冬天来了教案篇六

新学期新起点新期盼

二、活动时间

20__年__月__日下午(1:30~2:40)

三、活动范围

- 1、一到六年级以班级为单位全员参与。
- 2、校领导、中层、课任教师按要求分配到各班级中参与活动。

四、活动目的

- 1、让学生认识到新的一年、新的学期应该有新的目标、新的发展，要以崭新的姿态、饱满的精神投入到学习中；引导他们以积极的心态去面对人生，懂得付出才有收获。
- 2、让师生共同融入到此次班会活动中，迎接新的一年、新的学期，共同憧憬未来并确定新的一年、新的学期的发展目标，把握新的一年、新的学期的发展机遇和挑战。
- 3、让学生认识到新的一年、新学期意味着求知生涯中的又一个里程碑，要为自己的求知生涯和未来的职业生涯作好规划；让学生把教师、家长的期望转变为成长过程中的动力，并付诸行动来实现自己的奋斗目标及教师和家长的期望。
- 4、让学生体会到成长的责任与意义，教育学生学会用感恩的心去体验成长中的快乐，学会在成长中创造自己的快乐，并在快乐中学会学习、学会生活、学会珍惜；培养学生从小具有爱心，学会关心父母、尊敬家人，树立心中有他人、心中有集体、心中有祖国的情感，逐步形成良好的个性和健全的人

格。

五、活动要求

1、3月1日下午1：00~1：30各班级统一布置教室，标题要求醒目美观。

2、各班主任围绕本次班会的主题，选取能让学生学会规划人生，学会感恩，学会珍惜亲情、友情，懂得成长的责任和意义等方面的内容作为班会内容素材。

3、各班主任在活动前要结合本班级的实际，制定具体实施方案，精心设计，组织训练好学生，注意形式生动活泼，使活动过程成为师生自觉参与、自我教育、自我提高的过程，切实开好此次班会。

4、各班级要邀请家长代表参与到班会活动中来，密切家校关系，增强教育合力。

5、活动设计要求：

(1)主题突出，能紧紧围绕主题选取素材。

(2)活动内容切合班级的实际，对学生有很好的教育意义。

(3)活动形式生动活泼，学生乐于参与其中。

(4)教师、家长参与程度高。

六、活动评比

1、组建王书记、赵主任、宋晓辉三人评比领导小组，其他校领导、中层和课任教师担任评委。

2、；评选活动设计实施一等奖1名；二等奖2名；三等奖5名。

小学

20__年__月__日

幼儿园小班冬天来了教案篇七

- 1、知道冬天会下雪，雪景是美丽的。
- 2、认真倾听冬爷爷的礼物故事，初步意识到帮助别人和被人帮助都是很快乐的。
- 3、初步体验人和大自然相互关爱的情感。

1、幼儿初步观察过冬天的主要特征。

2、故事《冬爷爷的礼物》ppt

一、谈话引出故事

二、欣赏故事

教师有感情的讲述故事《冬天爷爷的礼物》帮助幼儿了解故事的内容。

1、出示冬爷爷的图片及冬天的背景图，讲述故事。

2、幼儿边观察图片，边一一讨论上述问题，并学习角色对话，用肢体语言、表情等辅以自己的理解。

提问：这是什么？什么季节才有它？雪花是什么颜色的？什么形状的？

丽丽收到爷爷的送来的礼物后，病好了吗？她怎么从床上爬起来的？

三、提问讨论，迁移作品经验。

提问：你希望冬爷爷送什么礼物给你？

幼儿自由表达，请部分幼儿在集体中表达自己的想法。

提问：你喜欢冬爷爷的礼物吗？

四、幼儿到户外感受冬天，启发幼儿产生喜欢大自然的情感。

律动：《雪花》。

音乐声中，“小雪花”（幼儿）随着“冬爷爷”（教师）吹的风，自由地飞来飞去。教师带领幼儿走到户外，感受冬天的气温、冬天的风、人们的衣着，如果是下雪天还可以感受冬天的雪景。

幼儿园小班冬天来了教案篇八

1、理解诗歌的内容，巩固对冬季特征及季节变化的连续性特点的认识，培养幼儿对自然的热爱之情。

2、能朗诵诗歌，并能模仿“雪白的魔布，金色的阳光，泉水叮咚的小溪，漫山遍野的鲜花。”说出类似的词组。

【活动准备】

1、认识雪，观察雪在阳光下融化的过程。

2、活动背景音乐。配乐诗。

3、教学活动课件。

【活动过程】

1、播放课件，引导幼儿认真观看。

你看到了什么?(引导幼儿说出：雪白的地毯、洁白的绒布)

我们可以用那些美丽的词来形容太阳光。(引导幼儿说出：金色的太阳、温暖的太阳、金灿灿的太阳)

教师朗诵第二段引导幼儿理解。这段诗中讲述了什么?(学说：泉水叮咚的小溪，满山遍野的鲜花)如果把这段诗变成一幅画，会出现什么颜色?引导幼儿想象讲述。

3、完整的欣赏配乐诗，请幼儿说出自己最喜欢的句子。

4、结合课件学习朗诵诗歌。

5、引导幼儿创编冬爷爷还变出了些什么?

【活动结束】

播放配乐诗让幼儿自由的表演。

【活动延伸】

以“冬爷爷这位魔术师还变出了些什么”为主题，引导幼儿展开丰富的联想。并将想象到的画出来。如：玻璃上出现的冰花，花园里的小蚯蚓、小蜗牛、蝴蝶等。

附诗歌：

冬爷爷变魔术，

冬爷爷，

是个魔术大师，

他用一张雪白的魔布，

轻轻盖住大地，

再用金色的阳光，

慢慢地把它揭开。

冬爷爷，

为孩子们变出了，

泉水叮咚的小溪，

鹅黄的柳芽，

漫山遍野的鲜花，

布谷鸟站在树枝上叫：

布谷、布谷！

幼儿冬天教育活动方案

幼儿园小班冬天来了教案篇九

随着冬季的到来，幼儿逐渐感受到了肌肤的寒冷，从而自然而然地感受到了气候的变冷。孩子们发现幼儿园里的大树飘落了许多树叶；绿绿的草地变黄了；地上结冰了；早上出门，爸爸妈妈都要给自己带上帽子、手套、口罩，系上围巾，还要穿上厚厚的羽绒衫。在孩子们自身感知和体验的过程中，主题“冬天来了”也随之悄悄应运而生。让我们满怀欣喜迎接冬天，并把它作为引导幼儿主动发展的机会吧！

一、内容与要求：1、初步感知冬季明显的季节特征，愿意参

加暖和身体的活动。

2、愉快地参加游戏活动，感受新年的欢乐气氛，知道自己过了年长大一岁了，变得更能干了。

3、通过各种活动，感受长大的变化，看到自己的进步，萌发自信心。

4、鼓励幼儿在音乐中尽情游戏，并试着遵守游戏规则。

二、主题环境的创设：（一）、提供一些活动器具，鼓励幼儿去室外活动、游戏。

（二）、去小区看一看冬天里人们的各种活动，利用幼儿园这学期提供的韦你软件《冬天来了》《过新年》开展活动。

（三）、墙面环境一：

“冬天里暖宝贝”（亲子收集保暖用品）。

小画廊“冬天来了”。

雪花伞。

张贴“冬天里不怕冷的人”照片。

墙面环境二：

墙面布置幼儿从小到达成长变化的照片，使幼儿清晰地看到人的成长过程。

引导幼儿观察周围环境中不同大小的事物，比较，感受大小的相对性。

与家庭密切配合，鼓励幼儿自己吃饭，走路，收拾玩具，穿

衣叠被等，培养幼儿的生活独立能力。

在主题墙面上布置一幅妈妈的照片，题为“我给妈妈送甜蜜”以帮助幼儿建立初步的宝宝长大了，会帮助妈妈做一些事情的愿望。

娃娃家增添角色扮演的内容，提供各种材料供幼儿扮演成人角色，满足其模仿成人活动的需要。

（四）、区角环境：

共同生活：

提供冬天的服饰，为娃娃、小动物们改变衣着。

给小兔、小猫穿毛衣（绕毛线）

放入一些现成的或自制的成人用品，如帽子，眼镜，领带，围巾等，满足幼儿扮演成人的愿望。

点心吧：在自助点心屋中，利用立体的环境，大块面的环境，制作成立体的“点心吧”的环境，在环境中引发幼儿自主选用饼干，自助点心的’愿望。

表达表现：小画廊“冬天来了”

提供各类有关冬季特征的图书。

提供冬季特征的贴绒小图片，供幼儿贴贴说说。

提供一些能明显看到长大变化的，并易于养育的植物，小动物。如：葱，蒜，小兔子等。

探索世界：

提供冬天的保暖用品，供幼儿观察比较。

不同大小，种类的画笔。

提供放大镜及羽毛，树叶，花生等小物品，供幼儿观察，感受物体由小变大。

分类放置纽扣，回形针，贝壳等小东西，供幼儿排序。套筒：让幼儿从小到大排列或按序套合。拼摆小动物卡片等。

（五）家园共育：多带孩子到阳光下活动。

选个易结冰的日子，家长和孩子一起拿一个容器盛上水放置室外，第二天结冰后一起来玩一玩。

鼓励孩子天冷也要坚持上幼儿园，天气好时坚持户外锻炼

提供护手霜等，切实做好防寒防燥工作。

孩子穿戴过多会活动不便，过少则会着凉，请家长根据孩子体质，合理调整着装，提高孩子的自我保护意识。

亲子收集保暖用品。

在家中尽量给予孩子自主选择的机会，使他体验“我长大了，我真行”等感受。能看到孩子的长处，并给予肯定与鼓励，从而帮助孩子建立自信心。

注意培养孩子的生活自理能力，不要包办代替，应给予他们独立做事的机会，如自己穿脱衣服，整理玩具等。

引导孩子观察生活中“大”和“小”的事物以及由小变大的事物，有意识地让孩子观察气球吹大，虾片膨胀地过程。

文档为doc格式

幼儿园小班冬天来了教案篇十

1. 能感受冬天的主要特征。
2. 喜欢冬天，不怕冷，积极参加各种活动。

1. 记录表“拥抱冬爷爷”，见幼儿用书。
2. 以冬天为主题，与幼儿一起布置活动室，讲关于冬天的故事，加深幼儿对冬天的认识。
3. 幼儿会玩打雪仗等体育游戏。

1. 寻找冬天.

引导幼儿观察树、花、草的变化，感受风吹在身上的感觉，观察人们衣着的变化。

2. 畅谈冬天。

提问：你们喜欢冬天吗？为什么？

引导幼儿发现冬季可爱的地方：下雪时，可以打雪仗、堆雪人，看冬天的雪景。雪能冻死害虫，保护庄稼等。

欣赏故事《太阳公公害臊了》，鼓励幼儿在冬天里不怕冷，坚持参加体育锻炼。

3. 享受冬天

和幼儿一同玩打雪仗，结冰等体育游戏。

小结：冬天虽然冷，但却很有趣，我们不怕冬天，我们要拥抱冬天！

1. 可在区角提供人们在冬季开展有趣活动的照片、图片、录像（溜冰、滑雪、冰雕等）。
2. 可以在幼儿园里，也可以和父母到附近的公园去寻找，并把自己的发现画在“拥抱冬爷爷”的记录表上。

幼儿园小班冬天来了教案篇十一

- 1、引导孩子了解冬季有哪些取暖用具，它们叫什么名字？应该如何使用。
- 2、引导幼儿知道，使用取暖用具有很多好处，但要注意使用时的安全。

图片，图书，彩笔

- 2：我们屋里有什么东西让屋里暖和起来了？发现暖气或者炉子，知道这些都是取暖用具，它们能给我们带来温暖，可是我们在使用它们时应该注意什么呢？（离它们不能太近，小心烫伤。）
- 3：出示图片：看一看，冬季还有什么取暖用具？如：电暖风，空调，暖水袋，说一说它们的使用方法，使用时应该注意的问题（用电的取暖用具不能用手摸，通电要由大人来做）
- 5：游戏：传取暖用具图片，传到谁手里谁就说出它的名字，并说出它的使用方法，使用时应该注意的安全。
- 6：给自己喜欢的取暖用具涂颜色。

幼儿园小班冬天来了教案篇十二

美丽的雪花

1. 感知一片雪花和一层雪花的概念和美感。
2. 通过观察，联想平时生活，能自主创想出不同样式的雪花。
3. 在创作过程中，感受雪花的美丽形态，对雪花产生独到的审美。

感知一片雪花和一层雪花给视觉带来的不同美感。

在描绘雪花的过程中，体会雪花的美丽。

物质准备：修正液、白色毛线、水粉、棉花、棉签、油漆笔、白粉笔。

幼儿有观察过雪花。

观看ppt(黑)

师：小朋友们，你们看了这幅画想到了什么？

生：黑纸，黑夜……

师：对了，这里的黑色啊，其实是一个漆黑的夜晚，你们说，在这漆黑的夜晚，会发生些什么事呢？让我们看一下吧！

师点击ppt出现许许多多白点，摇曳而下。

师：小朋友们，你们觉得这些白点点是什么呢？

生：雨滴，烟花，雪花……

生：好！

1、讨论场景一，幼儿自由讲述雪花是什么样的，（引导幼儿说出雪花的颜色、形状等）

师：小朋友们，你们见过雪花吗？观察过雪花吗？你见到的雪花是什么样子？

生：一片片的，雪白的，像小花瓣……

2、出示各种雪花图，让幼儿观察发现雪花有各种各样的形状，但是都是六角形的。

生：形状不一样，有的上面有尖尖角，有的上面的小圆点点……都是六瓣的。

3、幼儿操作一：用现有材料表现雪花。

生：能！（开始操作）

（操作中，是否还要孩子们观察准备的材料呢？）

4、观看场景二。打开ppt□

雪越下越大，沙沙沙沙，把什么变白了呢？

生：屋顶变白了。

师：除了把房子变白了，还会把什么变白呢？

生：小树，小花，河水，各种小动物……

5、幼儿操作二：添加背景，用现有材料表现出一层一层白雪。

6、欣赏幼儿作品，请幼儿评价

（具体的话你自己想吧）你喜欢雪花吗？为什么？

幼儿园小班冬天来了教案篇十三

- 1、认真倾听故事，理解故事内容。
- 2、学习词：暖洋洋、光秃秃、白茫茫。
- 3、知道冬天会下雪，雪景是美丽的。

1、幼儿已初步认识冬天的特征。

2□ppt□移动角色若干。

- 2、教师有感情的讲述故事，幼儿倾听。
- 3、帮助幼儿理解故事内容。

——出示冬爷爷的图片及冬天背景图，秋天的太阳怎样的？（暖洋洋）冬爷爷一来，天气就变得怎样了？（很冷）谁来到了花园里，看不到什么？大树变得怎样了？（光秃秃）

——引导幼儿观察图片，花草树木又变成什么样子了？

4、小结：冬天到了，冬爷爷给我们小朋友送来了洁白美丽的雪花，你们喜欢吗？

幼儿园小班冬天来了教案篇十四

- 1、通过比较体验物体远与近的空间位置关系，理解远与近的空间概念。
- 2、有一定的观察比较能力。
- 3、能仔细地听清口令进行操作。

4、提高逻辑推理能力，养成有序做事的好习惯。

5、体会数学的生活化，体验数学游戏的乐趣。

1、经验准备：幼儿在生活中接触过远与近的概念。

2、物质准备：

教具：冬娃娃和雪花。

学具：幼儿用书人手一册，笔人手一支。

1、冬娃娃和雪花教师出示冬娃娃和雪花，引导幼儿向冬娃娃问号，告诉幼儿冬娃娃要和大家玩游戏，请幼儿闭上眼睛。

教师将冬娃娃放在离幼儿近的地方，将雪花放在离教师近的地方，请幼儿说一说谁离冬娃娃近，谁离雪花近。

将冬娃娃和雪花的位置对调，再请幼儿说一说谁离冬娃娃近谁离雪花远。

2、小组操作活动。

带领幼儿打开幼儿用书，观察画面，说说：画面上的小朋友在做什么？

引导幼儿指一指离小雪人最近的是谁？离房子最近的是谁？离房子最远的是谁？

请幼儿对同伴交流自己的经验，正确感知理解远与近的空间关系。

3、活动评价请幼儿介绍自己的操作，在集体面前大声地讲述。

表扬能认真倾听别人讲述，且能按照教师的要求进行操作活

动的幼儿。

重点、难点：通过比较体验物体远与近的空间位置关系，理解远与近的空间概念。

音乐《小雪花》是我们教研组的音乐课，由邵老师执教。这首歌又简单又好听，孩子们非常的喜欢。其实孩子们很喜欢雪花，只是南方下雪的机会很少，孩子们对于雪的美好的记忆不是很多。但是邵老师配上了带有动画效果的雪景视频，一下子激活了孩子的灵感。特别是让孩子表演下雪的情景时，孩子们做得都是有模有样，他们很喜欢做下雪时的动作，双手往下滑落时各个手指翘翘的，很有节奏感。同时，邵老师也请了一部分幼儿让他们在前面表演。当最后一句歌词“告诉你，告诉他，冬天来到了”时，孩子们真正体验到冬天终于来临了的喜悦之情。

对于音乐活动最主要的是让孩子们大胆的去表演，有些孩子会在表演的同时，会跟着老师不由自主一起唱歌。这充分说明了孩子的喜爱之情。邵老师整节课上的都比较顺利，唯一不足的是最后的游戏环节，第一次游戏时，孩子们只是跟着老师，没有放开来玩，邵老师意识到可能是自己没有交代清楚，于是又进行了补充，第二次游戏时，孩子们就比较活跃。

幼儿园小班冬天来了教案篇十五

- 1、不怕冬天的寒冷，积极参加体育锻炼。
- 2、体验冬天里体育锻炼前后的身体感受。

幼儿用书、教学挂图

一、结合体育活动，小动物模仿操，幼儿感受运动前后的变化。

1、教师：我们一起跟着音乐做模仿操吧！（教师可组织幼儿连做两遍，让幼儿能明显感受身体的变化）

2、教师：告诉大家，做完模仿操后，感受身体和做操前有什么不同？

教师小结：做操前我们的身体觉得有点冷，刚刚锻炼身体后觉得身体有点热了，是因为我们运动了，所以身体就有点热了！

二、结合幼儿用书，引导幼儿谈谈冬天有哪些御寒的方法。

2、教师：书上的小朋友是如何抵御寒冷的呢？

3、教师：我们平时用哪些方式抵御寒冷呢？

教师小结：平时在室内的时候，感觉不会冷，就是在外出的时候觉得天气特别的冷，这时候我们可以多穿一些保暖的衣服，或者是戴上保暖用具“帽子、围巾、手套。”

三、幼儿听故事《北风爷爷你吹吧！》

1、教师：北风爷爷一来，哪些地方发生了变化？

2、教师：小鸟和小猫怎么了？

3、小女孩在做什么？她怕北风爷爷吗？她用哪些方式证明了自己不怕北风爷爷？

4、北风爷爷最后到哪里去了？

教师小结：冬天来了，北风爷爷把树叶都吹落到了地上，水缸里的水因为温度太低了也变的特别冷！小动物都躲到温暖的地方去了，小女孩正在锻炼身体，冬天不怕冷，运动后身体就热起来了，所以就不怕冷了！

四、师生共同总结抵御寒冷的方法。

1、教师：我们听了故事，自己也试了试，大家说说都有哪些方法可以抵御寒冷呢？

2、让幼儿说一说。

我们可以适当的多穿一些保暖的衣服，出门戴手套、围巾、帽子、口罩等，要多参加锻炼身体，这样我们的身体就不怕冷了！?效果分析：