

# 变化的影子中班科学教案反思 会变化的影子中班教案(大全8篇)

10. 五年级教案是教师进行教学反思和改进的重要依据，它能够促进教学的不断提高。为了方便教师备课和授课，我们整理了一些五年级各学科的优秀教案供大家参考。

## 变化的影子中班科学教案反思篇一

活动目标：

- 1、让幼儿探索影子，获取有关影子形成、变化的具体体验。
- 2、发展幼儿的观察力、想象力。
- 3、激发幼儿探索影子现象的兴趣和好奇心。

活动准备：

一个比较暗的活动室、手电筒（作手影游戏用）

活动过程：

一、激发幼儿对影子的注意。

1、猜谜语，激发幼儿兴趣。

今天，老师带来了一个谜语，看看小朋友谁最先猜出来。

教师念谜语“我有一个好朋友，我走它也走，我停它也停，我到哪，它到哪，紧紧跟在我身后，这是谁？”（影子）

2、激发幼儿对影子的注意。

小朋友，你见过影子吗？什么时候会有影子？（太阳光，电灯光照着我们的时候就会有影子）

还有什么东西有影子？（树、花、房子、动物等）为什么会有影子呢？（幼儿探测并讨论）用手电筒做实验，使幼儿知道因为物体挡住了光就会有影子。

## 二、引导幼儿观察物体的影子及变化。

1、小朋友现在请你到外面看看自己的影子是什么样的？（请幼儿到阳光下观察自己的影子）

2、请小朋友再找一找看一看。还发现了哪些影子？它们是什么样的？会不会变？为什么会变？（请幼儿观察其他事物的影子）

3、怎么样就使自己没有影子了？（让幼儿讨论并实验，得出结论：我们把光的位置改变了，影子就会改变，躲到阴暗处，就没有影子了。让幼儿改变光照的位置观察影子的变化）

## 三、游戏：找影子

1、找教师影子的位置，学用方位词前、后、旁边。

现在，我们一起来玩一个“找影子”的游戏。教师不断变化方位，请小朋友找一找老师的影子，引导幼儿学用方位词前、后、旁边。

提问：为什么老师的影子一会在前面，一会在后面，一会又在旁边呢？

2、引导幼儿变化自己影子的位置，巩固影子与自己方位的变化。

3、集体玩游戏：让你的影子在你的前面（后面、旁边）。

#### 四、引导幼儿跟着老师玩手影游戏。

下面我们来玩手影游戏。老师用手做一个影子，让你们猜这是什么？然后再跟老师学着做好吗？（师生共同做手影游戏）。

我们变了这么多手影，你们知道为什么会有这么多不同的手影吗？（手的不同姿势形成了不同的影子）

#### 五、小结活动情况

小结：在阳光下，早上，晚上的影子较长，中午阳光直射时，影子较短。小朋友在灯光下影子是什么样子的呢，影子受光线强弱和直射斜射的变化，影子也在变化。所以，影子是会变的影子。

#### 六、活动延伸

小朋友晚上出去散步的时候可以注意在马路上时，路灯照着自己的影子有什么变化。你们也可以在有阳光的一个天气时，早晨在一个物体的'影子上作记号，观察整个上午它会有什么变化。

### 变化的影子中班科学教案反思篇二

1运用各种感官，积极动手动脑，探索影子的秘密。

2初步了解光被物体挡住会出现影子的现象。

3知道影子的变化与光和物体的位置关系，在探索试验中获得对影子变化的经验。

1大屏幕一个、幻灯机一台、手电筒19个、影子的ppt手影视频。2幼儿操作的手偶玩具若干。

1、探索影子：猜谜，激发幼儿探索影子的兴趣。

2、以谈话的形式说一说：我知道的影子

提问：你在什么时候见到过影子

都见到过哪些影子

3、观看影子的ppt□请小朋友自己说说影子长什么样子

4、探索为什么会有影子呢

如果幼儿回答不出，就请一幼儿走到大屏幕一边，让幼儿看看屏幕上有没有影子，让幼儿进行对比，有了对比幼儿很快就会明白：有了光，物体挡住光才会产生影子。

为什么教室里没有影子

师：请小朋友自己想想，我们的教师怎么没有影子，

幼：因为没有光。

师：请小朋友闭上眼睛，教室里会马上出现影子。

老师小结：有光不管是什么光，都会有影子出现，例如：在阳光下有影子，月光下有影子等。

5、自由探索影子

出示手电筒

师：“老师还请来了一位好朋友，你们认识它吗手电打开的时候，你看到了什么”教师在墙上演示一下，出现亮的光。

在轻松氛围中，幼儿通过摆弄操作材料，让手电与物体之间

产生影子，发现影子的特征。

请幼儿进行操作：手电与物体之间产生影子，发现影子的特征，在这一环节中通过语言提示引导幼儿从观察影子的颜色、影子变化的形状来观察。

自由讨论

提问：“在玩的时候你发现了什么你是怎么玩的。”请个别有不同发现的幼儿来演示。教师也可以进行操作演示。

老师总结出：1原来影子是黑色的，它只是一个轮廓，有好多东西在影子上看不到。2光源的位置变了，影子的大小也变了。3物体的姿态变了，影子的形状也变了。

6、观看手影视频简单了解手影。

师：影子很神奇，手影爱会跟我们做游戏呢，现在我们一起看一看手影能变成哪些可爱的小动物，请幼儿观看视频。

7、结束活动：学习手影，到户外玩手影游戏

老师教小朋友简单的手影动作，我们一起到阳光下看看会变成哪些有趣的小动物。（户外寻找影子）

8、活动反思

这节科学课会变化的影子，我想让孩子通过自己的操作来探索影子的变化，在选择这节课时我觉得孩子们应该对影子不熟悉，而且他们对影子的变化用语言表达时，不会很清楚，这是自己的预设情况，通过自己的实际教学过程，我反思了一下，对自己预设的情况和实际的操作情况进行了简单的对比，总结出以下几点：

1、老师的引导

在孩子操作的过程中，老师的引导最为重要，特别是当孩子探索影子的过程中，教师可以提前操作一下，对于探索过程中出现的问题老师应该提前考虑周到，这样才能针对问题进行指导，例如：在探索影子的长短、大小问题上，教师可以自己操作一下，把自己演示的过程提上一个环节，先演示在让孩子探索，这样他们会在探索的时候对比着来操作，不至于其他小朋友乱操作或者是不知道如何下手。还有，孩子们在感觉影子的时候，老师的引导也很重要，可以让孩子在大屏幕前做一做手影，这样手的影子会立刻呈现在屏幕上，老师不用再更多的语言进行描述了，所以老师的引导在教学活动中是至关重要的，如果引导不正确或是不到位会导致孩子的操作出现问题。

## 2、活动前的准备工作

科学探索课老师应该做足准备工作，应该为孩子提供很多的工具供孩子操作，我为了让他们探索影子，为孩子们准备了18个手电筒，这样两个孩子一组，这也是我故意安排的一个活动，除了探索影子的秘密，我想让孩子在这个环节中学会互相合作，由于自己的准备工作做得不到位导致了在取放物品时很乱，没有任何的秩序，孩子们不排队而且不知道礼让，所以在以后的教学活动中，我会注重培养孩子的习惯养成，考虑问题在周到些，准备工作在到位些，让孩子在有序些。

## 3孩子的进步

在本次教学活动中，孩子的前期经验是老师意想不到的，当我在提问：为什么会出现影子时，郭志贤的回答让老师太意外了，她说：“除了有阳光，还要有人，”是的，影子必须有两个条件：首先得有光，然后再是物体的遮挡，孩子的回答太精彩了，他们能用自己的语言表达出来，使老师没有想到的，所以说孩子进步了，其实不光她自己，全班孩子在探索影子时，都发现了影子的不同变化，而且用语言表达出来，

虽然语言不是很准确，但是能讲出影子的变化，这说明孩子进步了，通过本学期的学习，他们会发现物体的变化，也能自己探索，真的为孩子们提高的感到高兴。

活动已经结束了，但是值得老师去反思思考，我会根据自己的反思经验来调整自己的教学活动，让自己的课堂更有趣味，让孩子们更喜欢自己的教学课堂。

## 变化的影子中班科学教案反思篇三

- 1、激发幼儿探索影子各种变化的好奇心。
- 2、引导幼儿通过实验观察获得对影子变化的经验。
- 3、知道影子变化与光和物体的关系。
- 4、让幼儿学会初步的记录方法。
- 5、通过观察、交流与讨论等活动，感知周围事物的不断变化，知道一切都在变。

1、手电筒、小巧的玩具、记录纸等若干。

2、电视机（纸箱制作）。

1、听音乐进入活动室。

通过演影子戏引入课题，提出问题：你看到的图象是物体的什么？物体的影子为什么会映到屏幕上？引起幼儿对探索光源与物体和影子的关系。

2、教师引导幼儿探索光源与物体和影子的关系。

游戏：听话的影子如果我想让影子到上边、下边、左边、右

边等地方，手电筒应该放到什么地方呢？幼儿用实验验证，并教幼儿用记录表进行记录。幼儿两人一组，一个操作一个记录，培养幼儿合作工作的能力。

提出设想，引起幼儿继续探索的兴趣，（教师在暗中操作），老师能让物体的影子变魔术，想不想看一下，教师让影子变大变小，变成不同的形状，小朋友们，你们能当影子魔术师吗？来让你的影子也来变一下。

幼儿操作，使幼儿通过观察发现物体的位置、姿势变化了，影子也会发生变化。

活动设计抓住幼儿的好奇心，利用已有的经验，让孩子不断在探索中学习，了解光和影子的关系，通过操作知道影子可以变化。

## 变化的影子中班科学教案反思篇四

设计意图

活动目标：

- 1、初步了解影子是怎样形成的，感知光与影子的关系。
- 2、体验影子游戏的乐趣。
- 3、引导幼儿主动参与操作活动，激发幼儿的探索兴趣，求知欲望。
- 4、了解影子的作用，引发对这一自然现象的兴趣。

活动准备：

- 1、图画、手电筒、玩具、幻灯机。



2、将活动安排在有阳光的时间进行。

活动过程：

一、创设情境，导入新课

1、运用猜谜，引发兴趣

师：中班小朋友可聪明了，今天老师就给小朋友们带来一个非常有趣的谜语，考考大家，仔细听听，看谁最聪明，最先猜出来：人人有个好朋友，乌黑身子乌黑头，阳光下面在一起，你停它也停，你走它也走，就是不开口。

咱们小朋友仔细想一想这是什么呀？谁最先告诉老师。

幼：影子。

师：对，这是影子。中班小朋友果然名不虚传，特别特别地棒，来每人一朵小红花。

2、联系生活，请幼儿猜一猜黑黑的东西是什么？

师：小朋友想一想黑东西到底是什么呀？

幼：影子。

师：对，是影子。小朋友们真聪明。那么影子是什么形成的呢？

二、动画演示，探索新知

1、做实验，初步了解

师：咱们小朋友认识了影子，那么影子是怎么形成的的呢？

(1) 打开幻灯机，将光投到墙上。

师：小朋友仔细看一看，墙上有影子吗？

幼：没有影子。

(2) 教师用玩具狗挡住光线。

师：现在看一看墙上有影子吗？

幼：有。

师：刚才没有影子，现在有了，为什么呢？

幼：开始没有小狗，现在有小狗了。

师：小朋友们观察的很仔细。那么有了小狗就有影子吗？

(3) 教师关掉幻灯机。

师：现在看一看，墙上有影子吗？为什么？

幼1：没有。

幼2：没有小狗了。

教师总结：没有光，有物体，也不会产生影子。

## 2、看动画——深层理解影子的形成原因

演示课件：小猫咪咪是怎么挡住光线宝宝，在它身后形成影子的。

师：那么咪咪的影子是怎么形成的？让我们来看一看。

幼儿看动画，教师形象表述。

### 三、参与游戏，巩固知识儿童资讯站出品

#### 1、看一看

师：好了，咱们小朋友知道了影子是怎么形成的，那么你们想不想到前面来看看自己的影子呀？教师打开幻灯机，请几名幼儿在幻灯机前看影子。幼儿自由动作（或伸手、或弯腰、或跳舞、或踢腿……）

师：哈哈，影子多有趣呀，谁来说一说影子是怎么形成的？

幼1：有光就有影子。

师：有光就有影子吗？

幼2：身子挡住了光，就有了影子。

幼3：物体挡住了光，就有了影子。

#### 2、做一做

发给幼儿手电筒，让幼儿自由分组合作做手影，互相猜一猜像什么。看谁做得更像。

### 四、室外游戏，加强记忆

师：影子多有趣呀，咱们到外面找一找自己的影子好不好？

全体幼儿随老师边唱边做小鸟动作“飞”到室外，找自己的影子。

#### (1) 找一找

幼儿在阳光下找自己的影子，然后再让幼儿仔细观察阳光下除了自己的影子，谁还能发现其他物体的影子。

## (2) 说一说

幼儿互相说一说自己的影子是怎么形成的。动一动

师：小朋友们，怎样才能让自己的影子动起来？

(幼儿或走或停、或跑或跳、或跳舞或做操……)

## (3) 变一变

师：小朋友们真能干，那谁来把自己的影子变一变？

幼儿自由做各种小动物形象。游戏《给小动物画像》

小鸟醒来了，叽叽喳喳叫，飞到草地上，做呀做早操；

小猫醒来了，喵喵喵喵叫，走到草地上，做呀做早操；

大象醒来了，鼻子摇呀摇，走到草地上，做呀做早操；

小兔醒来了，蹦蹦又跳跳，跳到草地上，做呀做早操。

## (4) 藏一藏

# 变化的影子中班科学教案反思篇五

1. 听音乐进入活动室。

通过演影子戏引入课题，提出问题：你看到的图象是物体的什么？物体的影子为什么会映到屏幕上？引起幼儿对探索光源与物体和影子的关系。

2. 教师引导幼儿探索光源与物体和影子的关系。

游戏：听话的影子如果我想让影子到上边、下边、左边、右边等地方，手电筒应该放到什么地方呢？幼儿用实验验证，并教幼儿用记录表进行记录。幼儿两人一组，一个操作一个记录，培养幼儿合作工作的能力。

教师展示记录结果，和幼儿一起总结实验结果：光源的位置变了，影子的位置就变了。

提出设想，引起幼儿继续探索的兴趣，（教师在暗中操作），老师能让物体的影子变魔术，想不想看一下，教师让影子变大变小，变成不同的形状，小朋友们，你们能当影子魔术师吗？来让你的影子也来变一下。

幼儿操作，使幼儿通过观察发现物体的位置、姿势变化了，影子也会发生变化。

小结及反思：活动设计抓住幼儿的好奇心，利用已有的经验，让孩子不断在探索中学习，了解光和影子的关系，通过操作知道影子可以变化。

教案设计频道小编推荐： 幼儿园中班教案 | 幼儿园中班教学计划

## 变化的影子中班科学教案反思篇六

- 1、初步了解影子是随着光源的移动而移动等方位变化特征，学会简单的测量方法。
- 2、通过探索活动，培养孩子发现问题和解决问题的能力。
- 3、培养孩子学习的兴趣，好奇心和求知的欲望，发展孩子的观察力，思维力和想象力。

- 1、小电筒每人一个，玩具、胶水瓶、不倒翁娃娃每组一个；
- 2、水彩笔每组一只、小镜子每组一面、记录纸每组一张。

1、教师讲故事《树荫》导入主题，激发孩子学习的兴趣。

为什么太阳火辣辣的，小熊躺在树荫下却很凉爽？后来被什么东西烫醒了，你们能告诉小熊它遇到的问题吗？（激发孩子探索影子的奥秘。）

2、教师通过小实验让孩子观察，使孩子懂得影子产生的条件，初步了解影子是随着光源的移动而移动的。

（1）教师在事先准备好的桌子上放一个“不倒翁”娃娃、玩具、胶水瓶，用电筒从玩具的左边照射过去，让孩子知道影子产生必须要有光的照射物体。而且物体必须是不能透光的。

（2）将电筒的光线从左边移动到玩具的右边，顶部，请孩子们一边观察，一边讨论影子的变化过程。让孩子初步领会影子是随着光线的移动而移动的。

3、运用各种操作资料，让孩子自己动手操作。

孩子每人拿着小电筒，充分运用各种操作材料来寻找影子，进一步理解影子产生的条件及变化的特点。孩子们在操作过程中发现了影子的许多秘密。（如：影子一会儿在前面，一会在后面，一会在左，一会在右等等）。

4、帮小熊解决问题：

孩子通过小实验，帮助小熊想出了许多好办法（如叫小熊在树荫下睡觉时，要定时换位置，或搭个小帐篷等）。

5、游戏：捉影子，测量影子

教师带领孩子们到户外，把孩子们分6个小组，每组选一名能力强的孩子用镜子反射阳光，照在墙上、地上，其他小孩用手捕捉，用脚踩。之后用水彩笔去测量影子的长度，看看捕捉的影子有几支水彩笔那么长，并做好记录。

1、教师带领孩子观察幼儿园内榕树，早上、中午、下午的影子，然后用粉笔将其影子的轮廓画下，再作比较。

2、布置孩子们回家和父母一同玩影子的游戏，使孩子们能发现更多有关影子的知识。

在日常生活中，虽然许多科学的奥秘、原理，现在还不被孩子们所理解，但是他们所表现出来的兴趣和求知欲望会成为他们学科学，爱科学的巨大推动力。讲故事和观察教师操作实验能激发孩子探索影子活动的兴趣。然后让孩子们自己动手进行操作，自己亲身实践到小实验中，有助于拓宽孩子的探索思路，在反复操作和比较中，使孩子们的观察力，想象力，创造力，动手能力都得到很好的发展。

在这一节科学教育活动中，孩子们始终主动地，有创造性地，在轻松愉快的、无拘无束的“玩”中学习。在操作中探索和发现问题，得到答案，拓宽孩子们的探索思路。真正体验到“我能行”的积极情感。应注意教师在幼儿自己实践时巡回指导，先指导胆子小的孩子，再指导中等的，最后指导能力强的。

## 变化的影子中班科学教案反思篇七

在幼儿眼中，与我们形影相随的影子有趣又神秘，它一会儿大，一会儿小，一会儿跟着我又跑又跳，一会儿又消失不见，让幼儿感到好奇。本节活动让幼儿通过观察、探索、讨论、记录，主动探究影子的秘密，发展幼儿观察、探究自然现象的兴趣和方法，促进幼儿科学精神与素养的发展。

- 1、在探索实验中获得影子变化的经验，知道有光的地方都有影子。
- 2、仔细观察、乐于动脑，尝试记录实验结果。
- 3、了解影子艺术，喜欢影子表演。
- 4、能在情景中，通过实验完成对简单科学现象的探索和认知，乐于用自己的语言表达所发现的结果。
- 5、培养探索自然的兴趣。

1、材料准备：自制白色幕布、手电筒、记录纸□ppt□

2、幼儿知识经验准备：有过观察影子，玩影子的经验。

一、故事导入，引出影子，激发兴趣

(一)播放ppt□《小白兔智斗大灰狼》

森林里住着小白兔一家，一天兔爸爸和兔妈妈出门去了，留下小兔子独自一人在家。森林里的大灰狼听说了，眼珠子骨碌一转计上心来，它想利用这个机会吃掉小兔子。

于是，它借着夜色来到了小兔家门前，假装好声好气的说：“小兔子，我知道你一个人在家很害怕，特地过来陪陪你，打开门让我进去吧。”小兔子记得爸爸妈妈临走时说过，大灰狼是个坏家伙，千万不要给它开门。于是，小兔子灵机一动说：“我已经有一个朋友在陪我了，不信你看。”大灰狼半信半疑，它抬头一看，果然小兔子家的窗户上有一个黑乎乎的东西。

抛出问题：“这个的黑乎乎的东西是什么？”



幼：“小兔子的影子。”

愚蠢的大灰狼可不知道。

(二)继续讲述故事，引出影子可以变化大小

小兔子接着说：“我这个朋友可厉害了，它能变小也能变大，它变大的时候足足可以吃掉一头牛呢。”大灰狼仔细一看，果然那个黑乎乎的东西一会小，一会大，越来越大，快要扑过来了，大灰狼吓的大叫一声逃走了。

师：小兔子用它的影子的变化把大灰狼吓跑了。老师给大家准备了手电筒和很多材料，你能变出它们的影子吗？注意手电筒不要照自己和别人的眼睛。

二、操作实验，探索影子的变化

(一)自由探索，讲述实验发现

教师巡回观察，并抛出问题：怎么让影子变小变大呢？变化手电筒和物体之间的距离试一试。

请幼儿自由发言，讲述实验发现。

“你用什么做的实验，你怎么让它的影子变大变小的？想跟大家分享你的发现的小朋友请举手。”

教师根据幼儿的讲述，在大幕布上用手电筒和不同的物体现场做实验，验证幼儿的发现。

“手电筒和纸杯离得近时纸杯的影子变大，离得远时纸杯的影子变小，如果换成胶棒(核桃、纸片)结果是不是一样的呢？试试看。”

总结：光源(手电筒)和物体离得近时影子就变大，光源(手电

筒)和物体离得远时影子就变小。

## (二)以小兔子为例记录实验结果

“现在我们把刚才神奇的发现用表格的形式记录下来”，出示记录表，以小兔子为例进行讲解。

“手电筒和小兔子离得远，它的影子是小的还是大的呢，在正确的影子下面画对号。”“手电筒和小兔子离得远时，它的影子是哪一个呢，在正确的影子下面画对号。”

“如果你不确定是哪一个可以再试一试，记录完成后拿着你的记录表到座位上坐下，请轻轻走过去记录你的发现吧。”

## (三)检查记录结果

“所有的小朋友都记录完成了，老师也记录了自己的发现，看看你的和老师的一样吗？一样的举手，有不一样的吗？我们一起来看一下到底谁的正确。”

把所有记录纸都贴到黑板上，检查验证。

## 三、回忆并欣赏影子，进一步理解有光的地方就有影子

问题：“除了手电筒能照出影子，还有什么能照出影子？”

请幼儿回忆玩影子的经历，引导幼儿说出，除了太阳光、路灯下，还有车灯、手电筒、蜡烛都可以照出影子，播放ppt了解有光的地方就有影子。

总结：有光的地方就有影子。

## 四、欣赏影子艺术，自由表演影子游戏

教师：利用光和影子的关系，聪明的人们创造了很多影子艺

术，比如皮影戏、手影和影子舞。我们来欣赏一下。播放视频。

在我们这里，怎样照出自己的影子呢？引导幼儿说出投影仪。

你想来表演影子舞吗？

播放欢快的音乐，请大家依次排好队，到投影仪前面照照自己的影子，摆一个最漂亮或帅气的动作，感受制造影子的快乐，第二轮可以两人或者三人合作表演。

## 变化的影子中班科学教案反思篇八

### 一、活动目标

（一）听音乐想象各种动物的姿态，并尝试用肢体动作表现影子舞。

（二）体验让影子舞动起来的快乐。

### 二、活动准备

（一）幼儿已经观察过日常生活中常见的一些光影现象。

（二）视频《俏夕阳》。

（三）一块长白布，投影仪器（较强的光源）。

（四）幼儿容易表现的动物图片（如猴子、大象、蛇、熊、鸟、小兔、鸡、鸭等）。

（五）幼儿用书第5册第21~23页。

（六）教师自备活动音乐。

### 三、活动过程

(一) 月光舞会开始了。

1. 教师播放音乐, 幼儿欣赏。

——听了这段音乐, 你有什么感觉?(引导幼儿说一说自己对音乐的'感受。)

2. 教师讲述故事的引子, 幼儿进入音乐情境。

——在一个美丽的晚上, 月亮姑娘出来了, 动物王国要举行了一场热闹的月光舞会。

(二) 美丽的孔雀影子舞。

1. 欣赏教师表演的孔雀影子舞。

2. 交流、模仿孔雀的动作。

——首先进行表演的是谁?它跳了一个怎样的舞蹈?

——在刚才的舞蹈中, 你看到的是什么动物在跳舞?你喜欢它的哪些动作?(幼儿根据同伴回答模仿学习孔雀的几个经典动作:左右张望、啄头、喝水、梳洗……)

3. 欣赏音乐, 部分幼儿表演孔雀影子舞。

(三) 影子舞的狂欢。

1. 幼儿自由创作其他动物的影子。

——还可以表演什么小动物的影子舞?(幼儿自主尝试, 请部分效果明显的幼儿进行表演。)

2. 幼儿自由分组, 自选动物进行动作表演并讨论。

3. 听音乐, 分组表现动物影子舞。

——请其他小朋友猜猜他们表演的是什么动物, 说说这些动物在干什么。

4. 教师根据幼儿的合作情况、相似度、造型、不被遮挡等方面进行评价。

(四) 皮影舞蹈《俏夕阳》。

——刚才我们跳了有趣的动物影子舞, 老师还带来了一段影子舞蹈, 我们一边看、一边跟着学一学这些舞蹈动作。