

# 2023年手工活动做汤圆教案 实习生活动 心得体会(汇总9篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。那么问题来了，教案应该怎么写？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

## 手工活动做汤圆教案篇一

实习生活是大学生们步入社会的第一步，这对于每个大学生来说都是一次挑战，更是一次重要的机遇。在实习的过程中，我们不仅能够接触到真实的工作环境，学习到实际的工作经验，还能够提高自己的专业能力和职业素养。实习生活既是一种考验，也是一种机遇，只有抓住机遇，勇敢面对挑战，我们才能在实习生活中取得更大的收获。

### 段二：实习生活中的困难和解决办法

实习生活中的困难不可避免，比如面对陌生的工作环境和岗位任务，我们可能会感到迷茫和困惑。在我实习的过程中，我面临了很多困难，比如缺乏经验和技能，以及与同事之间的沟通协调问题。然而，我通过积极主动地学习和与同事的合作交流，逐渐克服了这些困难。在面对困难时，我要善于倾听他人的建议，主动寻求帮助，不断学习和成长。

### 段三：实习生活的收获和成长

实习生活给我带来了许多收获和成长。首先，我学会了如何在实际工作中发挥自己的专业能力，将所学知识应用到实际工作中去。其次，我锻炼了自己的沟通和协调能力，在与同事的合作中学会了相互理解、相互尊重和相互支持。再次，我学习到了很多实际工作中所需要的技能和知识，这对于我

的职业发展具有重要的意义。总而言之，实习生活是一次宝贵的机会，让我在实践中不断成长和提高。

#### 段四：实习生活中的收获和感悟

在实习生活中，我体会到了工作的辛苦和压力，但同时也感受到了工作的乐趣和成就感。通过实习，我意识到工作不仅是为了赚钱和生活，更是为了实现自我价值和追求个人发展。在实习期间，我经历了起起伏伏，但我从中学会了坚持和努力。我明白只有通过不断的努力和付出，才能够取得更好的成绩和回报。实习生活让我更加明确了自己的人生目标和职业规划，也为我今后的发展奠定了坚实的基础。

#### 段五：对实习生活的建议和展望

在回顾实习生活的经历和收获后，我深感实习生活是一个宝贵的阶段，也是一个重要的契机。对于即将进入实习的大学生来说，我建议要迎接挑战，勇敢尝试，充分发挥自己的优势和特长。同时，也要虚心谦逊，善于学习和倾听他人的意见和建议。通过积极参与实习活动，我们不仅能够学到更多的知识和技能，更能够发现自己的潜力和优势，为今后的职业发展奠定坚实的基础。

总结起来，实习生活是一次富有挑战和机遇的过程。在实习生活中，我们要勇于面对困难，不断学习和成长，发挥自己的专业能力和职业素养。通过实习，我们能够收获很多，也能够对自己的未来有更清晰的规划和目标。希望每一个实习的大学生都能够珍惜这个宝贵的机会，努力学习和成长，为自己的未来奠定坚实的基础。

## 手工活动做汤圆教案篇二

4月6日

## 四栋二零三教室

- 1、增强同学们对该专业的认识
- 2、使同学们调整心态面对未来
- 3、学习理论知识，充满信心，努力学习

1、廖敏导师首先表示歉意，平日，我们导师都忙于工作，很少与我们同学见面和交流，当然有很多问题也就得不到及时的解决，使同学们与导师之间产生了隔阂。而通过本次会议，这种隔阂也就慢慢消隐了，从而进一步拉近了我们与老师之间的距离。

2、立志是学习动力的源泉，应该学会把握时代的脉搏，面向未来，立振兴祖国之志，立自我成才之志，还要逐步培养和树立自己的专业方面的志向和理想。有了远大的志向抱负，就有力争上游、奋斗成才的强大动力，刻苦学习，努力争取优异的成绩。

3、创新精神和创造能力培养自己的创造才能，首先要学会发现问题，敢于提出问题。爱因斯坦说过：“发现问题往往比解决问题更重要。”要敢于对已有的结论提出疑问，敢于抒发自己的不同意见，敢于通过自己的探索去“发现”知识。要通过课内老师指引下的研究性学习，以及课外自订题目、独立进行的研究性的探索，体验知识的发现过程，学会学习，学会思考，学会求异，学会创新。

4、邀请王鹏学长给我介绍社区工作到底是做什么的，让我们更加对专业充满信心，现在社区工作需要大量的专业，建设一个和谐的社区、文明社区，并重点强调了我们现在所学的专业知识对未来都是很有用处的，并期望我们在以后的学习生活中，认真做好每一件事情，因为机遇是留给有准备的人。

- 1、大家应注意在导师讲解时积极的提出问题
- 2、认真听讲了解本专业的前景与未来

- 1、使同学们更好的了解了本专业的前景
- 2、取得了预期效果

这次师生交流会上，虽因时间有限只解决了同学们的学习和生活上的部分疑难问题，但好的开始是成功的一半，有了这次交流会的工作经验教训，以后的交流会会办得更加出色。并且，这次交流会大大拉近了师生之间的关系，让同学们再一次体会到了行政法学院作为一个大家庭的温暖。在这次交流会的正确引导下，同学们在生活旅途上将会少走一些弯路，在学业征途上将会更加顺利。

## 手工活动做汤圆教案篇三

- 1、了解多吃糖会蛀牙，知道吃完甜食及进餐后要漱口。
- 2、愉快地参与活动，学习用捏、压的方法制作“牙齿”。

面粉团(两杯面粉、一杯水、一勺油揉捏制成)。

### 一、听咚咚的故事。

咚咚和许多小朋友一样，很喜欢吃糖，每天要吃很多很多的糖。今天吃点心时，咚咚才咬了一口冰淇淋，牙齿就痛起来了，“哎哟!我不能吃冰淇淋了!”咚咚一边捧着脸，一边看着冰淇淋一点点地融化，难过地哭了。妈妈带他去医院检查，原来咚咚的嘴里有好多颗蛀牙。

### 二、讨论咚咚蛀牙的原因。

咚咚为什么会会长满蛀牙？

你的牙齿会痛吗？怎么样使自己的牙齿健健康康？（少吃糖，吃完甜食和饭后要漱口，每天要刷牙）

三、给咚咚装一口健康的牙。

观察同伴的牙齿，互相看看牙齿在嘴巴里是怎么排列的。（一颗颗牙齿在嘴巴里像好朋友一样，手拉手排着队）

将小颗面粉团揉捏成圆小球，再用手指轻轻压扁，制成“牙齿”。然后将“牙齿”粘到“咚咚”的“大嘴巴”里，上面一排，下面一排，整整齐齐地排好队。

四、健康牙齿展览会。

将每个幼儿的作品放置在活动室一角的桌面上。

请幼儿观察、比较，说说谁装的牙齿看上去最健康。

建议：

1、为了制作“牙齿”，幼儿会自发产生观察牙齿的愿望。这种情景化、生活化的活动适合幼儿主动学习。

2、向幼儿讲述咚咚的经历，将多吃糖会蛀牙的生活常识自然地渗透在其中。

3、由于小班幼儿生活经验的缺乏，讨论蛀牙的原因会比较困难，教师可通过“医生告诉我们……”的口吻让幼儿明白如何使自己的牙齿健康。

4、幼儿制作的“牙齿”会大小不一、形状各异，对他们来说制作整齐的“牙齿”难度很大，教师可不作要求。这个活动的关键是让幼儿自发产生观察牙齿的需要，并体验制作“牙

齿”的快乐。

## 手工活动做汤圆教案篇四

作为一名实习生，我有幸参与了公司组织的一系列实习生活活动。这些活动不仅给我提供了学习和锻炼的机会，也让我更好地融入团队。在这些活动中，我收获了很多宝贵的经验和体会，并对实习生活有了更深刻的认识。

### 第二段：实习生活活动的重要性和益处

实习生活活动对于实习生的发展来说非常重要。首先，这些活动提供了一个展示自己才华和技能的舞台，使我们有机会在实践中学习和实践。其次，实习生活活动也促进了团队的凝聚力和合作精神。通过参与各种团队活动，我们可以更好地了解彼此，并建立起互相支持的关系。最后，实习生活活动为实习生提供了探索自己兴趣和发展方向的机会，帮助他们更好地规划自己的职业道路。

### 第三段：实习生活活动中的收获与成长

在这些实习生活活动中，我不仅提升了自己的专业知识和技能，还得到了很多宝贵的经验和教训。首先，我学会了如何更好地与人沟通和合作。在团队活动中，我学会了倾听和尊重他人的观点，同时也敢于表达自己的想法。这让我成为一个更好的团队成员。其次，我学会了如何高效地管理时间和资源。在一些紧急情况下，我学会了调整优先级和解决问题，这为我以后的工作打下了坚实的基础。最后，我学会了如何处理压力和挑战。在一些困难的情况下，我学会了保持冷静并寻找解决方案，这让我成为一个更加自信和有韧性的人。

### 第四段：实习生活活动给我带来的启示和思考

通过参与实习生活活动，我深刻地意识到了自己的不足和需

要改进的地方。我意识到，只有不断学习和提升自己，才能在这个竞争激烈的职场中立足。同时，我也明白了团队合作和协作的重要性，只有通过与他人合作，才能取得更好的结果。最重要的是，我意识到每一个细节和努力都是有价值的，只有坚持不懈，才能实现自己的目标。

## 第五段：对未来实习生活的展望

通过这些实习生活活动，我对未来的实习生活充满了期待。我希望能继续参与各种实习生活活动，不断锻炼和提升自己。我也希望通过这些实习生活活动，结识更多的同行和朋友，建立更多的人际关系。最重要的是，我希望能够在未来的实习生活中，实现自己的职业目标，并成为一个人对公司和社会有所贡献的人。

总结：在这些实习生活活动中，我不仅学到了很多知识和技能，还收获了更多的体会和成长。通过这些活动，我更好地了解了实习生活的意义和重要性，并认识到自己的不足和需要改进的地方。未来，我将继续努力学习和提升自己，在实习生活中实现自己的职业目标。

## 手工活动做汤圆教案篇五

近年来，随着社会的不断发展，实习生活活动成为大学生们积累经验、提升自己的一种重要方式。通过实习，年轻人们可以更好地适应职场环境，培养自己的实际操作能力。我有幸参加了一次实习活动，这次经历使我受益匪浅。下面我将通过五个部分，分享我的心得体会。

首先，实习活动让我深刻认识到职场与课堂的巨大差异。在课堂上，我们学习的是理论知识，通过书本和教师的引导来理解问题。而在实习中，我们不仅需要将课本知识付诸实践，还要面对各种实际问题，通过自身的努力去解决。例如，在实习中，我参与了公司的市场调研工作，通过上门实地走访

和问卷调查，我收集到了大量的数据。这时，我才真正体会到，通过实践才能掌握真正的调研方法和技巧。

其次，实习活动让我更加清楚地认识到自己的优势和不足之处。在实习中，我和其他同学一起合作完成了一个项目，我负责数据分析和报告撰写。通过与团队成员的合作和交流，我了解到自己在这方面的优势，比如善于运用Excel进行数据分析，并且能够清晰地表达研究结果。但同时，我也注意到自己在团队协作能力和沟通能力方面的不足。这次实习让我意识到了自己的不足，并激励我要不断提高自己的综合素质。

第三，实习活动让我感受到了职业生活的真实状态。在实习期间，我每天和真正的职场人士一起工作，参与各种会议和讨论。通过观察和参与，我逐渐理解了什么是职业道德，如何与同事相处，如何处理工作中的压力等等。我还认识到了一个有趣的现象，即职场人士对技术的要求并不是那么高，更注重的是一个人的思维方式和解决问题的能力。我从他们身上学到了很多宝贵的经验和观点，对自己未来的职业发展产生了很大的影响。

第四，实习活动让我对自己未来的职业发展有了更清晰的目标。通过实习，我深刻理解了自己对市场营销工作的兴趣，也对自己的能力有了更加客观的认识。在实习期间，我接触到了很多市场营销的工作内容和方法，有机会亲身实践。这使得我对自己的未来发展有了更明确的规划，希望能够进一步深入学习和研究这个领域，并且在未来的职业生涯中发光发热。

最后，实习活动让我意识到，只有不断努力学习和提升自己才能在职场中立于不败之地。通过实习，我发现自己的不足之处，也认识到了自己的优势。我明白，只有不断提升自己的能力和素质，才能在职场中脱颖而出。因此，我将更加努力地学习和实践，争取将来在自己的领域中取得更大的成就。

总之，实习活动对我来说是一次非常难得的经历。通过实习，我深刻认识到了职场与课堂的巨大差异，清晰地认识到自己的优势和不足，感受到了职业生活的真实状态，规划了自己的职业发展目标，并且明确了努力学习和提升自己的重要性。这次实习让我收获颇丰，为我的未来铺平了一条坚实的道路。希望将来的我能够始终怀揣着实习的经验，勇往直前，迎接新的挑战。

## 手工活动做汤圆教案篇六

为使信工学院14级新生对自己的课程有了全面的把握与了解，做好大学第一次选课活动，使同学对选课系统有一个初步的了解，便于同学们进一步规划自己的大学学习与生活。我院决定于9月28日由学习部13级干事帮助14级全体新生进行选课。以便促进14级新生对选课的了解和认识并利于选课活动的进行，增进两届同学互帮互助的情谊，延续信工学院的优秀传统。

### （1）前期准备

为保证此次选课活动能够顺利举行，9月26日xx级新生辅导员石晓雪老师对选课活动进行了整体安排，对于选课的方式、过程及主要注意事项和安排进行了详细的讲解和说明，初定于29日中午进行选课活动，随后学习部部长丁萌师姐又对人员和时间进行了具体安排，定于29日中午11：30在17号楼集合，首先帮助大一女生选课，之后在13：00在16号楼下集合大一男生选课。在整个过程中，合理分配工作，给每个人分配具体宿舍，准备前期书面活动策划，保证通知下发准确及时，为此次选课活动的成功举办奠定了坚实的基础。

### （2）活动流程

临时将活动时间提前一天到28日中午，此外活动安排不变。

1□xx年9月28日中午11：30在17号楼集合，个人到达个人所负责宿舍，首先帮助大一女生选课。每个人将两个宿舍的同学集合在一起，对于如何登录选课系统、选课密码等注意事项进行讲解并帮助大一女生完成选课工作。

2、13：00统一到达16号楼下，获得准许进入男生宿舍，帮助大一新生完成选课工作。

3、28日晚上8：50全体学习部干事于16号楼集合，对于中午选课时出现的部分同学课序号选择错误的情况进行核对。

4、28日晚上9：30完成全部选课任务。至此，选课活动圆满结束。

1、任务分配详细合理，每个同学都有自己的任务，没有出现有人忙乱有人却无所事事的情况。在时间相对紧张的情况下，合理分工，共同完成了此次活动。

2、同学们活动热情高涨，斗志昂扬，每个人都为此次活动尽心尽力，互帮互助，不辞辛苦，最终完成任务。

3、与14级新同学加强了沟通交流，建立了良好的同学关系，展现了信工学院的风貌。

本次选课活动通过13级对14级新生的帮扶工作，使14级新生对于选课系统有了初步的了解和认识，对自己的课程有了全面的把握，认识到选课在大学生活的重要性以及了解了许多注意事项，同时也考验并锻炼了干事的执行能力，促进了干事之间，13级同学与14级新生之间的沟通交流，希望同学们能再接再厉，在日后的工作中磨合的更好！

## 手工活动做汤圆教案篇七

生活中，卫生是我们每个人都要时刻关注和重视的重要方面。

卫生活动可以促进健康、提高生活质量，同时也是一种社会责任和道德意识的表现。通过参与卫生活动，我不仅提升了自身的健康意识和行为习惯，也深刻认识到卫生的重要性，下面我将从个人卫生、家庭卫生、社区卫生、环境卫生和公共场所卫生五个方面，分享我在卫生活动中的感悟和体会。

个人卫生是卫生活动的基础，也是保护自身健康的第一道防线。多年来，我始终坚持每天早晨刷牙洗脸，每天晚上洗澡换衣服。通过坚持个人卫生习惯，我身体健康，远离了感冒、发烧等疾病。同时，我也发现，个人卫生不仅与身体健康有关，更能影响自信心和形象。一个注重个人卫生的人，无论在工作、学习还是社交场合都会更加自信，给人以良好的印象。

家庭卫生是一个家庭的基础，也是家庭成员健康的保障。我家人都十分注重家庭卫生，我们每周都会进行大扫除，清洁卫生间、厨房等关键区域，并保持日常的整洁和清洁。通过坚持家庭卫生，我们家人的健康状况明显得到改善，几乎没有了感冒和呼吸道疾病的困扰。同时，我们家的环境卫生也得到了很好的维护，生活质量大大提升。

社区卫生是一个社区发展的关键因素，也是居民幸福感的体现。我所在的社区非常注重社区卫生，每周会组织一次社区大扫除活动。在这个活动中，居民们共同清理垃圾、扫地、洗街，提升了整个社区的卫生状况。通过参与这些活动，我真切感受到了社区团结、互助的力量，也增加了对社区的归属感和认同感。

环境卫生是城市 and 自然生态平衡的重要组成部分，也是实现可持续发展的基础。近年来，我所在的城市加大了环境卫生建设力度，大力推行垃圾分类和废弃物处理等措施。在这个过程中，我深刻认识到个人行为对环境的影响有多大，同时也明白了环境卫生与自然环境保护的紧密联系。通过积极参与环境卫生活动，我逐渐形成了环保意识，减少了使用一次

性塑料制品和浪费资源的习惯。

公共场所卫生关系着每个人的生活质量和健康安全。我发现，良好的公共场所卫生不仅能提高生活幸福感，还能提升整个社会的公德意识和文明程度。在公共场所，我时刻保持环境整洁、不乱丢垃圾，并积极参与志愿者服务活动，帮助保持公共场所的卫生。通过这些行为，我感受到了公共领域的秩序和安全得到了有效维护，各项服务和活动的进行更加顺畅。

通过参与卫生活动，我不仅提升了个人健康意识和行为习惯，也深刻认识到了卫生的重要性。个人卫生、家庭卫生、社区卫生、环境卫生和公共场所卫生是相互关联、相互促进的，只有共同关注和重视这些方面，才能构建一个清洁、健康的社会环境，提高整个社会的生活质量和幸福感。因此，我将继续关注和参与卫生活动，并希望通过自己的努力，影响更多的人关注和重视卫生，共同营造一个更加美好的社会。

## 手工活动做汤圆教案篇八

为了增进\*\*和\*\*化工学院学生之间的友谊，增进相互了解□xx级硕士生班和xx级化工一班、化工四班联合开展网络活动，让xx级学生更好地了解大学生的生活和学习。

第一届联谊会在502综合楼举行，第二届趣味体育节在天马篮球场举行。因为第一次和第二次联谊所需空间不大，教室是首选，第二次联谊大，方便学生。

就像学生是青少年一样，增进\*\*和\*\*班学生之间的交流。

会议将于11月14日（周六下午2点）举行，趣味体育节将于11月15日上午8点举行。

\*\*和\*\*由一班和四班团委和班委组织，全体同学参加。

会议由主持人主持，先介绍活动主题，组织学生在小组内进行介绍和交流。然后举行“服装设计大赛”，选出组内“模特”穿组内成员设计的纸衣，并加评论员讲解表演。最终比分。之后几个同学上台展示才华，最后颁奖，给xx学长发联系卡，主持人宣布结束。

趣味体育节是由化工学院组织的。主持人以演讲开始，然后依次举行各种预定的活动。中午颁奖，下午组织越野比赛。活动结束。

供学生使用的报纸、胶水、剪刀由本班组织，其他班互相准备组织。材料是化工学院为体育节准备的。

社交会的材料是平时的物品，所以费用不包括在内。

该班团委、班委组织学生报名、准备材料、讲解活动流程、听取学生建议、组织学生加油等。、等班级组织自己的活动。

友谊协会将帮助\*\*班的学生更多地了解大学，结交一些朋友，为未来的发展打下良好的基础。趣味体育节促进了班里同学之间的友谊，加强了班里的凝聚力，促进了化工学院同学之间的相互了解。

## 手工活动做汤圆教案篇九

近年来，随着环保意识的增强和人们对健康的重视，卫生活动成为了人们生活中不可或缺的一部分。通过参与各种卫生活动，我深刻感受到了卫生的重要性，并从中获得了一些宝贵的心得与体会。

首先，卫生活动教会了我尊重环境与他人。参与卫生活动的过程中，我们需要携带相关的工具和装备，如手套、扫帚等。这些工具的使用与保养需要我们尊重环境和他人的劳动成果。在清洁公共场所时，我们需要注意保持整洁，不将垃圾随意

丢弃。通过这样的实践，我深刻认识到只有尊重环境与他人，我们才能够创造一个舒适、美好的生活环境。

其次，卫生活动让我领悟到“小事成就大爱”的道理。卫生活动可能只是一场简单的清扫，但其中蕴含着更深的意义。当我们每一次清理街道上的垃圾、公园里的落叶时，我们给别人带来的是整洁与温暖，给环境带来的是清新与宜居。这些看似微小的举动，积少成多，将为社会繁荣、人民幸福做出巨大贡献。正是这种小事成就大爱的精神，让我明白了每个人的力量都是不可小觑的。

其次，卫生活动使我意识到了个人卫生的重要性。只有保持身体干净、健康，才能预防疾病的发生。卫生活动让我养成了勤洗手、保持卫生的好习惯。我意识到，个人卫生不仅仅是为了自己，也是为了他人的健康着想。通过卫生活动，我更加深刻地明白了“民以食为天”，只有保持食品卫生，才能保障大家的身体健康。

此外，卫生活动让我认识到了卫生知识的重要性。在卫生活动中，我们不仅仅是去进行物理清洁，还需要了解一些卫生知识，如正确的垃圾分类、环境保护、健康饮食等等。通过学习和实践，我了解到了很多有关卫生的常识和技巧。这些知识不仅指导了我的实践活动，也提高了我对卫生的认识和对环境保护的重视程度。我相信，在未来的生活中，这些知识将成为我不可或缺的宝贵财富。

最后，卫生活动给我带来了一种责任感。参与卫生活动是每一个人的责任与义务。我们是社会的一分子，应该为社会的整洁和健康出一份力。卫生活动不仅仅是一项任务，更是我们作为公民应尽的责任。通过参与卫生活动，我感受到了自己身上肩负着的责任重大，培养了我爱护社会、爱护环境的责任感。

综上所述，参与卫生活动让我深刻领悟到了尊重环境与他人、

小事成就大爱、个人卫生的重要性、卫生知识的必要性以及养成责任感的重要。这些感悟和体会，不仅让我成为一个有健康意识的人，更塑造了我的人生观和价值观。我相信，只有每个人都能通过自己的努力和实践，做到尊重环境、保持卫生、学习卫生知识并担负起自己的责任，我们才能创造一个更美好的未来。