

# 大班健康我会自己睡觉反思 健康歌教学 反思(通用7篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 大班健康我会自己睡觉反思篇一

本节课用调查表的形式走入课堂，让学生先了解自己的健康状况，充分调动了学生的兴趣，使课堂动起来，同时从学生实际生活入手，巧妙的使枯燥的概念生活化。

在讲解健康的生活离不开健康的生活方式时，先让学生自己搭配一日三餐，使学生充分的体会到生活方式与健康密切相关；之后以资料分析、问题讨论法，使学生深层次的了解生活方式与健康的关系，学生参与性较强，小组成员之间的合作讨论交流融洽，在交流中获得知识，充分的相信学生的能力，放手课堂给学生，做到课堂生本，营造了师生互动的活跃的课堂氛围，同时学生做主课堂，分析总结出合理均衡的营养是最重要的生活方式之一，是保证身体健康的必要条件。最后让学生根据已有的生活经验总结出健康的生活方式的主要内容。

总之，整节课巧妙的利用了多媒体，设置了多个活动让学生参与，使学生作课堂的主人，轻松、愉快、热热闹闹的学习，知识掌握较好，顺利的完成了本节的教学任务。此外，本节课从始至终紧密与生活联系，做到实际与理论的结合，让学生充分体会到生活中有知识，知识指导生活的理念。

遗憾的是引导学生的语言不够言简意赅，由于另外在讲课时语速稍快，有待在以后的教学中进一步改进。

## 大班健康我会自己睡觉反思篇二

健康教育课不同于一般文化课，它的授课方式有着一定的特殊性，其授课内容、方式、语言等与别的文化课有很大的区别，而且涉及的知识十分广泛，在教学过程中，灵活运用，才能使健康教育课体现其科学性。

如何上好健康教育课，通过课堂教学活动提高学生的知、情、意，是一项重要的事情，源于实践，用于实践，经过一年的教学，我不断摸索总结，逐渐形成以下教学思路：

从心理学的角度看，同样的内容，采用学生感兴趣的方式，学生接受起来会更加乐意和主动。面对从未真正接触过健康方面知识的学生，我在第一堂课里以生活中常见的心理现象为内容，从“肢体语言”到“从众”引起学生对心理世界的好奇，进而讲述提高心理素质的好处；使学生明白提高心理素质才能提高学习效率；合理调节情绪；形成良好的性格；学会与人交往等，同时说明这些也是健康教育课以后要涉及的内容。这节课在很大程度上实现了“引起学生对心理健康的兴趣和重视，阐明心理健康教育课的意义和目的，并让学生正确认识心理与心理健康教育课”的教学目的，也为以后教学活动的开展奠定了很好的基础。

这个核心“形散神不散”。比如在学习“日光浴”这堂课时，我把学生带出教室，让学生在校园内接受阳光，在出教室前给学生提出一个问题“通过接受阳光你有什么感触？”这样学生走出教室后虽然学生各处分散，但他们都在考虑同样一个问题，课堂纪律也非常好，学生既接受了阳光，又锻炼了乱中求静的心理素质，这样着重培养学生最基本的心理素质。

健康教育成功与否，在很大程度上取决于学生获得的心理体验和感情程度，学生总是非常关注他人在同一问题上的表现，喜欢聆听他人的故事，在课堂上，我经常会给同学们讲同龄人的故事，试图让学生明白这些问题别人都有，自己有也很

正常，并相信这些问题可以解决，进而学习和掌握方法，其实学生在聆听的同时，也在审视自己。

如果教师能在适当和必要的时候，做真诚的自我剖析，自我开放，学生也会真诚的表达自己，安全的探索自己。不过作为一名教师，其最重要的角色始终是课堂的组织者和引导者。如在上“不挑食、不偏食”这课时，我先讲我自己喜欢吃什么，不喜欢吃什么，长期以来带来了什么后果，这样学生会马上参与教学活动，争先恐后地讲述他们自己爱吃什么不爱吃什么，长期下去可能会带来什么后果，学生发言的积极性很高，在自己的体验中证明了挑食与偏食的危害。这节课比较轻松地完成了教学任务，达到了教学目的。

以上是我在健康教育课教学中的几点做法，当然要真正上好健康

教育课，发挥出它最大的作用，真正做好学生心理健康教育，还需要自己认真学习。

## 大班健康我会自己睡觉反思篇三

教育家布鲁巴克认为：最精湛的教学艺术，要遵循最高原则，就是学生自己提问题。因此在教学中我就大胆鼓励学生质疑问难，虽然花费了大量的时间，甚至提一些不找边际的问题。但是这样久而久之，可以培养学生主动的思考、主动学习的习惯。在我的帮助下学生们解决一些浅显的问题，最后师生共同讨论解决了课文的难点：查理变化的原因。这个问题是文章的灵魂，通过学生的质疑，解题。最终促使学生感知、感悟，既突出了课文的教学目标，又激活了学生的思维。

阅读教学的过程中注重发展学生的个性。“阅读是学生个性化的行为。”在教学设计中，让学生边读边联系自己的生活实际，如自己周围的同学、伙伴，去读去感悟，来加深对课文内容的理解和体验，从而把培养学生的感受、理解能力与

发展学生的个性有机的结合起来。

在教学重我重视了读的训练，让学生从读中感悟语言。留足时间让学生反复的去读，指导去读，在读中理解，读中揣摩，读中品味，读中有所感，读中有所悟。初读阶段，侧重指导认读感知。学生边读边感知语言，在读中了解课文大意，整体感知课文。精度阶段，侧重于揣摩感悟。让学生反复读重点句子，或通过生生互动练习对话，师生互动练习对话等潜心体会语言的含义，让学生与课文的主人公查理在情感上产生共鸣，这样有效促进了语言的内化，升华了情感。

阅读教学要注重培养学生独立阅读的能力。《好汉查理》这篇课文是一篇独立阅读课文。因此在教学中更要注重培养学生独立阅读的能力。培养学生独立阅读的能力，是阅读教学的主要任务。在教学设计中，通过课件出示《苏珊的帽子》这个故事，让学生自主阅读，既扩大了阅读量，丰富了学生语言积累，又培养了学生独立的能力。

## 大班健康我会自己睡觉反思篇四

在幼儿园，除了保教教育很重要之外，安全教育也是我们一个不能忽略的问题。如今社会形形色色，诱惑颇丰，对于一个3-4岁的孩童来讲，他们的防护意识几乎很低，除了平时在爸爸妈妈的教育下懂得基本的防范意识外基本上都是为零。为了增强孩子们的防护意识，提高对陌生人的警惕，我特地开展了《不和陌生人走》安全防护这节课。首先，要让孩子们知道什么是陌生人。

既除了自己亲人以外不认识的人我都把他定义为陌生走，都要求孩子不能跟他们走，因为很多家长是做生意的，怕有利益方面的冲突而牵扯到孩子们身上的，所以除了自己的亲人来接送自己以外，其他的我们都不能接受。孩子们都很理解，当问他们如果不是自己的亲人来接时要不要跟他们回家孩子们都很坚决的说不。但是在接下来我说这个陌生的叔叔或者

阿姨有好吃的零食和好玩的玩具时，有几个幼儿就控制不住了，要和这些陌生人走。因为孩子们还很小。很多事情都还分不清楚，我只能耐心教导，循循善诱，告诉他们那些所谓的好吃的和好玩的都只是骗小朋友的手段终于改变了自己的念头不跟陌生人走。

看着孩子们稚嫩的面孔，天真的话语，希望孩子们能通过此次课程真正的做到对陌生人有防护意识，不轻易的上陌生人的当。

我是以一节故事讲述方式开展本节课的。手偶教具，再加上老师的故事讲述，紧紧的抓住了托班幼儿心里特征。课堂纪律由此非常的好，听课的幼儿也多了。放了进行到让幼儿自己想办法，不让故事里的主人发脾气时，很多幼儿都想不起来，甚至有的幼儿说不开心了当然要发脾气。

幼儿有了这样的想法是大错特错的。我立刻修整讲课思路，强调宝宝发脾气是一种不好的行为，并举例到本班小朋友的身上。经过这一重复，幼儿明白了很多，知道要做一个不发脾气听话的好宝宝。通过这次上课，我明白了孩子很天真，需要我们老师用心用爱去呵护。老师有一点小小的误差，就能改变孩子很多好的一面。所以，在以后的授课过程中，我希望自己能够做到没有错误，没有失误，把每节课都上的精彩万分。

为了教会幼儿正确的洗手方法，培养幼儿良好的行为习惯。我组织了健康活动《小手真干净》。在活动开展前，我先和幼儿玩了手指游戏，以引起幼儿对小手的兴趣，让幼儿知道我们的小手很能干，可以做很多事，但手上也有很多的细菌，所以我们饭前便后都要洗手，逐步引出儿歌《小手真干净》。我边做动作边念儿歌，幼儿非常的感兴趣。好多幼儿都能自觉的跟在后面边念儿歌边做动作，为了调动幼儿的积极性，我让表现好的幼儿到上面来示范洗手的方法。好多幼儿为了能让自己获得这样的机会，都坐的很端正。但由于前面只放

了一个脸盆，洗到第三个幼儿时，有好多幼儿已失去了耐心。

由于我当时只考虑了要激发幼儿的积极性，没有考虑到小班幼儿注意力集中的时间短，自我约束能力不强。后来我调整了方案，让徐老师配合，我把幼儿分成五人一组，排队到水龙头上练习，幼儿站成一排洗手时，能按照儿歌里说的那样，正确、规范的洗手了。

通过活动，幼儿不仅学会了正确的洗手方法，而且还学会了儿歌。幼儿的记忆特点是记得快，忘得快，为了巩固幼儿的所学知识，每次洗手时，我都有意引导幼儿边念儿歌边洗手，得到了很好的效果。

通过让幼儿品尝各种蔬菜来引出活动主题，然后老师引导幼儿认识这几种蔬菜，比如：白菜、胡萝卜、西红柿、芹菜等各种蔬菜。通过几个小事例的分析，让幼儿知道吃蔬菜的好处，鼓励幼儿要多吃蔬菜，吃蔬菜对我们身体有益等。

但唯一不足的地方就是在介绍蔬菜的时候，如果能加入“小动物”就更好了，幼儿就更有兴趣，更容易认识蔬菜。比如：小白兔最爱吃胡萝卜，因为胡萝卜又甜又脆又解渴，小白兔每天都要吃它，可好吃了！小朋友吃胡萝卜可以保护眼睛，有故事情节幼儿才会更感兴趣，还有一点不足之处就是在这次活动中没能为幼儿准备各种蔬菜让幼儿亲自去品尝，但是在午餐的时候明显感觉以前不吃蔬菜的宝宝也吃的很香，在以后的教学活动中，我一定会注意每个环节，力求做到让每个幼儿都感兴趣，为幼儿提供充足的材料。

## 大班健康我会自己睡觉反思篇五

如何上好心理健康教育课，作为一名年轻教师，我在自己的教学过程中，一直在不断的摸索、总结、思考、调整。对于本学期的教学工作，我的思路和做法是：

从心理学的角度来看，同样的内容，采用学生感兴趣的方式，学生接受起来会更加乐意和主动。面对从未真正接触过心理方面知识的学生，我给学生创造了很多的发挥空间。每一堂心理健康课之前，我都会安排一名学生完成3分钟演讲。演讲的内容丰富多彩，可以带领同学们做一个放松游戏，也可以给大家讲一个故事，说一部喜欢的电影，讲一讲自己喜欢的明星、球星等等。

在这个活动中，可以说我和学生是相互沟通进步的。我把学生的演讲内容升华，学生们让我了解了世界名人、认识了很多体坛明星，他们邀我一起游戏的喜悦至今仍让我回味。

心理健康教育课的重点在于活动中的体验，绝不能为了活动而活动，活动应该有主题，有核心。心理健康教育课也应该坚持一个核心，并围绕这个核心，“行散神不散”，着重培养学生最基本的心理素质，让他们学习和体验到对自己的终生发展有价值的核心观念。

对于这方面的能力，我一直在努力提高自己。活动对于教师的能力要求很高，想做到形散神聚并不是一件容易的事。比如：《沟通》一课，原来我的活动设计中，要求学生每个人背上夹一张纸到处找同学，配合完成。后来考虑到学生的调控情绪能力较差，极容易形成混乱。于是，我把游戏环节进行了重新设计，换教室活动为座位传纸，有效的避免了混乱，从而也达到了说明道理，活跃气氛的目的。

闭自己，嘲笑讲出真心话的同学。这些不好的双向互动使课堂缺乏温馨的气氛，很快乱作一团，最终导致学生不敢流露真情，班级内无法形成真实情感的交流，我也不不得停下来维持纪律，积极性也受到打击。一堂原本精心设计的课可能就此功亏一篑。因此，教育学生保持纪律、遵守规则、尊重别人等是非常必要的，是创设轻松、愉悦氛围的基本前提，其本身也是一种心理健康教育。

心理健康教育课的成功与否，在很大程度上取决于学生获得的心理体验和感悟程度。学生总是非常关注他人在同一问题上的表现，喜欢聆听他人的“故事”。

(1)心灵感悟：每一个课题，我都会给同学们一个同龄人的“故事”。试图让学生明白这些问题别人都有，自己有也很是正常的，并相信这些问题可以解决，进而学习和掌握方法。其实学生在聆听的同时，也在审视自己。

(2)自我开放：如果心理教师能在适当和必要的时候，作真诚的自我剖析、自我开放，学生也会减轻自我防卫心理，真实地表达自己、安全地探索自己。有时学生甚至会主动要求：“老师，你呢？你以前是怎么样的？给我们说说啊！”不过作为一名心理教师，其最重要的角色始终是课堂的组织者和引导者，自我开放应该有一定的原则和限度，否则，将会导致角色混乱，得不偿失。

(3)角色扮演：心理剧的创设，其初衷是让角色扮演者体会其中的情境冲突，在冲突中宣泄自己、发现自己、改变自己。所以有时候我会让学生即兴表演，不事先准备，比如讲《调控情绪》时，我给学生一个问题情景，让他们运用今天所学知识去面对和解决。大大地提高了同学们的主体参与性，使他们有机会发挥自己的创造性和想象力，及时地运用课堂所学去解决问题，从而不断地调整自己，不断地成长。

在学生眼里，“心理教师”的角色陌生而新鲜。学生对这一角色的认识，将在很大程度上影响心理健康教育工作的开展，并直接影响到心理健康教育的成效。因此，心理教师自身心理健康的状态和个性魅力，以及专业修养显得非常重要。

学生现阶段的学习以“模仿”为主，需要学习榜样，如果告诉学生“要合理的调节情绪”，自己却动不动就发脾气，学生就会想：“老师自己也做不到，那我们学了又有什么用呢？”因此，课堂内外，我都尽力表现得开朗、愉悦，给学生



以理解和尊重。

## 大班健康我会自己睡觉反思篇六

《乡村大道》这篇课文是郭小川在20世纪60年代所写的诗歌，描绘了乡村大道独特的风景，歌颂了劳动人民乐观向上的生活态度。诗歌语句优美，读起来琅琅上口，激情澎湃，催人奋进。但是由于此诗所描绘的情景与现在相隔四十多年，郭小川的诗又富有哲理性，立意深刻，发人深省，而且洋溢着真挚的革命激情，要让学生真正读懂这首诗，领会其内涵，存在着一定的难度。因此，我在教学中设计了交流资料，让学生了解诗人的写作背景，并创设情境，引导学生深入文本，通过多种朗读方式，在读中感悟、品味诗歌蕴涵的内容，体会它的形式美。教师在整个课堂中充当一个搭建平台的角色，引导学生去读、思、议，为学生创设自主、开放质疑的空间，使学生主动参与到整个教学活动中，自己去体验，与诗人的心灵相碰撞。课堂上我主要想体现以下两点：

1、从单元主题入手，引导学生质疑，激活学生的思维。本单元的主题是“路”，学生对“路”的理解免不了是片面的、狭隘的，我首先让学生对“路”有更广泛的了解，使学生明确本单元的学习内容。课题是教材的组成部分，教师、学生和文本之间的对话应先从课题开始。在板书课题时我分两次写，先写“乡村”，引导学生从感性上认识乡村，再板书“大道”，引导学生看课题思考，课题为什么是“乡村大道”？乡村大道有什么特点？乡村大道指的是什么？……这就把课题和课文紧密联系起来，把对题目的理解渗透在教学过程中。另外，在理解课文时引导学生就难理解的句子质疑问难，充分激活学生的思维，鼓励学生自己去思考、探究，培养学生质疑、释疑的能力。正如教育家布鲁巴克所说：“最精湛的教学艺术，要遵循的最高准则，就是学生自己提问题。”

2、以读为本，引导学生感悟。语文教学是一首诗，一首激情

澎湃的诗。语文课要体现“书声琅琅、情意浓浓”。《课程标准》总目标要求学生“学会运用多种阅读方法”。本课的教学设计就突出了这点，重在引导学生朗读，通过教师的范读、学生自读、默读、师生合作读、齐读、配乐朗读等多种方式，使学生在读中感悟诗歌的内涵，教师不做过多的讲解，只在引领学生走进文本，在与文本的对话过程中加深理解，有所感悟与思考，受到情感的熏陶。可因为课堂时间有限，学生准备不充分，没有达到预期效果，很是遗憾。

## 大班健康我会自己睡觉反思篇七

走在大街小巷，我们常常听许多大人发出这样的感慨：我那孩子，整天泡在网吧里，怎么办呀。这个问题让许多家庭困惑，让许多中小學生误入歧途，荒废学业。每当我经过那些网吧门口时，我就会踟躇不前，思绪万千。

目前，社会上盈利性网吧越来越多，越来越红火，甚至有些不法商人没有营业许可证，也私自找一个隐蔽的地方营业，他们不管你是谁，是否成年，只要你有钱，他们就会接待你。这样导致很多的中小學生长时间迷恋于网吧，既影响学习又危害身体，真可谓一大悲哀。

由于中小學生正处于生长发育阶段，他们的是非辨别能力有限，网络的虚拟化让他们感到新奇，被网上一些刺激性、欺骗性的内容、画面所迷惑。再者迷恋网吧需要消费，中小學生本来就是消费者，对于没有经济来源的他们，常常为没钱上网绞尽脑汁，也许会去偷、去抢，从而走上犯罪的道路。还有的孩子为了上网，在家人和老师之间编造谎言，这些现象屡见不鲜。在我身边就发生过这样一件事情。他是初中的一名学生，平时成绩很好，很听话……但在其他同学的伙同下，经不住网络的诱惑，走进了网吧，一去就是两天两夜不回家。家长、老师到处找，最后在网吧找到他。他已经精疲力尽地趴在电脑桌上，面如土色。回到家，家长一顿毒打，他一赌气又出去玩了两天。后来在老师苦口婆心的劝说下，

家长耐心的诱导下，他终于改过自新。然而，更多的是走进网吧，不能自拔，害人又害己。

在此，我要大声呼吁：同学们，我们一定要认真对待网络，更全面地了解网络，学会正确利用网络，做到“健康上网，远离黑吧！”让我们共创一个健康活泼的大集体、温馨可爱的大家庭。

河北石家庄桥东区六中初二：董鹏浩