

我们的房子手工 手工黏土减压活动心得 体会(实用6篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

我们的房子手工篇一

随着现代社会的高强度、高压力的生活节奏，越来越多的人开始感受到心理上的疲惫和焦虑。为了缓解这种压力，很多人开始寻求各种减压的方法，手工黏土减压活动就是其中一个比较受欢迎的方式。我也有幸参加了一次班级活动，深刻体会到手工黏土减压活动的重要性。

第一段：了解手工黏土减压活动的背景和原理

手工黏土减压活动源自于艺术疗法，是一种针对心理问题的治疗方式。通过手工制作黏土，让人们感受纯粹的恢复和自由，放松身心，缓解压力。黏土本身可以被整形，被塑造成各种形状，因此可以激发人们的创造力，帮助人们找到自身的价值和意义。

第二段：手工黏土对我的缓解压力的作用

在这次活动中，我在班主任的指导下，开始制作黏土作品。一开始，我感觉自己手笨，不知道该创造什么。然而，渐渐地，我开始享受制作的过程，开始随性而为，创造出我想要的形状。这个过程让我感觉非常愉悦，让我感受到自己在做一件真正有意义的事情。手艺不精的我，也慢慢地制作出了一个我满意的作品。

第三段：手工黏土活动对集体合作的重要性

除了个人的减压效果，这个活动也给我和班级带来了快乐。在这个活动中，我们分享创意，一起学习如何制作，并且互相扶持。在这个过程中，我和班级之间的联系也变得更加紧密。这种团队合作的氛围也帮助我们更加轻松自在地沟通和交流，让彼此之间的关系变得更加融洽。

第四段：黏土制作对于个人创造力的提高

这个活动也有助于激发我们的创造力。通过探索创意和意识流的自由表达，我们可以更自由地表达自己的思想和抱负，更好地了解自己和彼此的内在和冲突。这种自由创意的过程，也让我更加关注我个人的想法和动机。

第五段：结论

总之，手工黏土减压活动是一种有效的减压方法，可以帮助人们减轻焦虑和紧张，并且帮助人们释放压力 and 提升个人创造力。除此之外，这个活动也是一个很好的团队建设方法，能够让团队的成员之间更加和谐地相处。希望大家都能够尝试这个活动，并且在这个过程中找到自己的乐趣和创造力。

我们的房子手工篇二

《幼儿园指导纲要》指出：家庭是幼儿园的重要合作伙伴。应本着尊重、平等合作的原则，争取家长的理解和主动参与，并积极支持、帮助家长提高教育孩子的能力。因此为了进一步增强亲子间的互动性与合作性；培养幼儿的动手能力、创造力及；并且激发幼儿制作的兴趣和尝试探索的欲望，懂得“废物利用”的价值，使每个幼儿的个性品质得到良好的发展。幼儿园决定与20xx年9月27号上午8点钟，全园家长和小朋友利用废旧资源进行“ ”的亲子手工制作活动。（具体活动方案如下：

9月27日上午

幼儿园操场

全园孩子和家长

月饼宝盒，变变变”

为了进一步加大保护地球的力度，我们积极倡导“低碳理念”。鼓励幼儿与家长一起利用生活中的废旧材料进行创造再利用，制作出各种新颖、美观的作品。发挥家长的主动性、参与性，增加家长和孩子之间的融融亲情，增进教师和家长和孩子之间的交流，家园互动，共同合作。通过本次活体现出环保、创新等多方面，要注重参加活动的过程，从而提高幼儿的环保意识，增强每一个人都“珍惜可利用资源，保护环境，创造和谐社会”。

9月27日向每位幼儿发放《xx幼儿园“月饼宝盒，变变变”亲子环保制作大赛活动通知》，动员全体幼儿、家长参与到这项有意义的活动中来。

1. 制作材料：废旧的月饼盒子
2. 形式不拘，自由创作，平面的、半立体或立体的，采取幼儿与家长共同参与的制作方式。
3. 体现环保、赋有美感、健康向上的内涵，富有时代气息和本地特色；具有一定的观赏性和艺术性；另外作品色彩搭配协调，大小适中，不易损坏。

“月饼宝盒，变变变”亲子手工制作

每当中秋之时，你是否总感觉家中的月饼盒扔掉可惜呢!xx幼儿园在时开展了亲子手工制作活动——月饼宝盒变变变。请

家长和宝宝动动手，利用月饼盒制作一个小作品，充分发挥家长、幼儿的想象力，提高家长、幼儿的动手操作能力。

我们的房子手工篇三

镇中心幼儿园大班亲子活动隆重开幕。本着“我健康，我快乐”的原则，在激烈的竞争中，孩子们的身体得到锻炼，孩子们的情绪在有趣的游戏中得到快乐。亲子体育游戏不仅拉近了亲子关系，也让父母了解了孩子的身体发育。孩子获得了成功，父母获得了孩子般的兴趣。老师也获得成就感。现在我们来总结一下这个亲子活动：

从一开始，老师、家长和孩子就用真心和一致来迎接这次亲子活动。每个班的孩子和家长的入学率和出勤率都很高。从老师讲解比赛的规则和方法，到听主持人的入场说明，再到各种亲子体育游戏，家长、老师、孩子的脸上都洋溢着幸福的笑容。

无论是“小运动员”还是“家长运动员”，每个人都有整洁的外表，响亮的口号，活泼的自信，高昂的斗志，把家长和孩子的用心发挥到极致。“踩气球”的游戏让孩子尝试成功的快乐，增强了父母和孩子之间的情感。亲子游戏“小脚踩大脚”，不仅好玩，还体现了父母与孩子之间的默契，父母乐在其中。在亲子游戏《袋鼠接力》《螃蟹夹球》中，孩子和家长共同努力获胜，获胜的孩子和家长大声欢呼，失败的孩子和家长不气馁，互相鼓励。亲子游戏现场很热闹，大家都努力的为自己的小组多争取了一分。大人小孩玩得很开心。

为了保证活动的顺利开展，老师们提前精心准备了班级活动所需的道具，老师们也分工明确。活动环节设计紧凑，场地布置合理，活动开展非常顺利，赢得了家长的一致好评。

这些都是亲子活动成功的优点，当然也有一些缺点，比如：

- 1、一些游戏物品的道具要更丰富美观，才能吸引孩子的兴趣。
- 2、主办方要提高现场讲解的潜力，让比赛的氛围更浓。

我们的房子手工篇四

近年来，手工艺术越来越受到追捧，尤其是针对年轻人群体越来越广泛。参加手工活动培训，可以让我们放松心情，放下压力，还可以培养自己的耐心和专注力。在这里，我想分享一下我参加手工活动培训的心得体会。

第一段：培训前的期待

参加手工活动培训，已经成为了我生命的一部分，我欣然期待着新的培训。这是因为我发现手工活动对我来说是一种平衡和放松的良方。我经常处于高强度的工作压力中，这会使我感到压力重重，而手工活动能够让我暂时摆脱这些焦虑和压力，这是其他活动所不能取代的。

第二段：培训中的享受

手工活动培训通常会根据不同的主题或技巧进行分组，对于喜欢手工、喜欢干自己的年轻人来说，这种氛围尤其是让人留恋的。我伴随着培训老师的指导，从最基础的步骤开始，享受着手工活动的每一个过程。我体验到的从质地到手感、从色彩到形态的奇妙变化，这使我感到十分愉快。

第三段：培训后的启示

通过参加手工活动培训，我学到了许多技能和知识，同时也在印证了自己的能力。这些活动，让我意识到很多时候坚持是成功的关键。坚持练习，坚持不懈地努力，坚持自己的信念，我们就能到达更高的高度。

第四段：培训与日常生活

手工活动培训不仅仅是在进入大门前到离开时的那几个小时，而是可以持续兼顾我们日常的生活。我们可以把手工制作都手工艺质地愉快融入到我的生活中来，用那种不慌张的心情去探索、发现更多的可能。手工艺术可以贴近日常，让我们体验乐趣，感受生活的美好。

第五段：心灵的满足

手工活动培训让我在工作和日常生活中都能体验到“心灵饱满”的感觉，尤其是通过自己的努力完成了自己的作品之后。这种满足感是工作和生活上得到的实际回报所无法匹敌的，因为它让我们体会到的是通过自己的努力，创造力和决心得到的成就感和内在的平静。

总之，参加手工活动培训给我们带来的是丰富的愉悦和有益的经验，这种学习和体验的方式不仅有助于我们走向高峰，更能让我们拥有更富有和更有意味的生活。

我们的房子手工篇五

- 1、学习在伞的周边装饰有规律的纹样，感受装饰画的韵律美。
- 2、克服困难，体验成功的快乐。

幼儿用书《小花伞》、范例、塑料吸管

学习在伞的周边装饰有规律的`纹样。

- 1、出示范例，引发兴趣：

教师撑着小花伞，引起幼儿对美术活动的兴趣。

“这是什么？你喜欢吗？我们今天一起来学做小花伞好

吗？”

引导幼儿观察伞面纹样的排列规律。

“这些纹样是按一定的规律排列的，每一格画着一种花纹。”

2、幼儿绘制伞面花纹：

教师集中讲解纹样的绘制方法。

幼儿作画。

3、制作小伞：

按照伞面的线条折叠出伞的褶皱。

用吸管替代伞柄，将伞面与伞柄粘连起来。幼儿撑着自己绘制的花伞，相互欣赏。

我们的房子手工篇六

《美丽的帽子》是用于表演区让幼儿来进行表演、角色扮演的‘道具。适用于3--6岁幼儿。

材料：方便面碗（废旧材料）皱纹纸海绵纸

方法：将方便面碗洗干净，用皱纹纸围一圈，要小心，用胶带粘好，再将事先准备好的海绵纸做的小花沿帽子粘一圈，作为装饰。