

2023年饮食健康教案反思 幼儿园活动计划 (精选10篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。那么教案应该怎么制定才合适呢?这里我给大家分享一些最新的教案范文,方便大家学习。

饮食健康教案反思篇一

幼儿园毕业照拍摄计划

目前部分地区私立幼儿园非常密集,在不同程度上造成幼儿园生源分流的情况,个别幼儿园招生情况持续连年紧张。在这种情况下幼儿园招生也出现了激烈的竞争,纷纷加大了招生的宣传力度,方法也开始多起来,甚至也开始推出招生优惠计划。那么在这种情况下也同时为我们儿童摄影与私立幼儿园深度而长期的合作提供了契机。

扩大知名度,增加客源,提升业绩四、活动思路:

1: 联合宣传。在聪明宝宝专业儿童摄影的全年宣传中加上华军幼儿园的名称为“常年合作单位”。在华军幼儿园的所有宣传内容中出现聪明宝宝专业儿童摄影的名称为唯一指定拍摄儿童照的单位。在聪明宝宝专业儿童摄影馆内长期放置xxx私立幼儿园的宣传资料,同时在华军幼儿园内部设立聪明宝宝专业儿童摄影的宣传区(常年展示聪明宝宝专业儿童摄影的'优秀摄影作品)。

2: 联合招生。华军幼儿园招生前期,在聪明宝宝专业儿童摄影的宣传中出现华军幼儿园的招生信息.并且在聪明宝宝专业儿童摄影拍摄899以上套系可享受华军幼儿园优惠招生条件,在聪明宝宝专业儿童摄影童店内设立招生意向填表处。在华

军幼儿园招生期间的宣传上出现聪明宝宝专业儿童摄影机构的同期优惠信息。

3: 联合活动。聪明宝宝专业儿童机构将每年华军幼儿园免费拍摄毕业集体照，单人毕业照等，并以成本价格结算，利润归属华军幼儿园所有。聪明宝宝专业儿童摄影为华军幼儿园唯一指定儿童摄影单位华军幼儿园不得与其他儿童摄影合作任何项目的儿童摄影促销活动。

1: 与华军幼儿园建立合作关系。2: 凡在华军幼儿园毕业的小朋友均可得到聪明宝宝专业儿童摄影拍摄的小博士毕业纪念照片一张。拍摄地点: 华军幼儿园内。3: 凡新入学的小朋友都可以得到聪明宝宝专业儿童摄影提供的儿童生日照一套(登记小朋友的生日、在小朋友生日前打出生日祝福电话并促拍。进店拍摄争取改套系内容: 拍摄多款精选2张。其中一张放大7寸照片。

拍摄地点: 聪明宝宝专业儿童摄影店内。

4: 拍毕业小博士照的小朋友可参加“小博士”拍摄计划由幼儿园组织家长参加毕业典礼活动。爱心: 挚爱每名宝宝, 让他们体验到爱的温, 在关爱中成长。6 [童心: 用一颗纯真的童心感受宝宝们的内心世界。做他们的知心伙伴。细心: 仔细听宝宝的心声, 仔细观察宝宝。敏感抓住每一个教育机会。关心: 关注每一名宝宝的成长和发展, 关注每一名家长的教育需要。{毕业典礼活动时间□20xx年6月23号□i毕业典礼项目: 所学才艺表演、毕业祝福、家长合影留念等。

拍摄现场准备: 聪明宝宝专业儿童摄影提供小博士服装5套、相机器材等。

5: 现场拍摄收费标准:

单人小博士毕业照6寸5元每张(利润归属xxx私立幼儿园所有)

家长与孩子双人合影照6寸5元每张(利润归属聪明宝宝专业儿童摄影所有)同学之间合影10寸15元每张(利润归属聪明宝宝专业儿童摄影所有)全体合影12寸18元每张(利润归属华军幼儿园所有)现场展示并推销团购儿童照套系：原价299元儿童照现价只要199元44 h; a7现场定单以下内容就免费：

单人小博士毕业照6寸5元家长与孩子双人合影照6寸5元同学之间合影10寸15元。全体合影12寸18元每张以上免费照片还可以免费加到小朋友的像册中0 c! h8 x" ^5 |% q与幼儿园协议参考：甲方：华军幼儿园. 乙方：聪明宝宝专业儿童摄影11 ~有华军幼儿园与聪明宝宝专业儿童摄影公司项目合作计划的相关筹办组织事宜，一致达成如下协议条款：一、甲方责任：

1、甲方指定乙方承办华军幼儿园所有少儿摄影合作计划活动，此项工作不再委托给任何第三方。

2、甲方指派专人与乙方对接。该专人即代表甲方的正式意见。在工作过程中甲方应对乙方所提交的方案进行审核或认可，并及时提出明确的反馈意见，以便乙方及时修正或改进；z8 r! u# y(~3 j3甲已双方承担相关活动的宣传通知工作，以便双方顺利进行工作6 @+ q7 c& p; o; f; x4甲方负责此次相关活动的摄影场地。

二、乙方责任：

1、乙方接受甲方的委托，须严格按协议所规定的内容进行组织工作。

2、乙方全权负责合作计划中幼儿园内对小朋友的摄影和后期像册制作工作的顺利进行。

饮食健康教案反思篇二

在幼儿园生活中，活动节目是孩子们期待的重头戏。这些节目包括各种主题活动、游戏、音乐、舞蹈表演等。通过参与这些活动节目，孩子们可以锻炼体魄，增强自信心，拓展视野。在这篇文章中，笔者将分享自己在幼儿园活动节目中的心得体会。

第二段：爱的表演

在活动节目中，我和其他的小朋友们一起表演了一首歌曲——《爱》，这是一首鼓舞人心的歌曲，充满了爱的力量。在表演前，我感到有些紧张，但是一听到歌曲开头的旋律，心里的紧张感就消失了。我用心去演唱，感觉自己在传达歌曲的情感，这让我感觉很兴奋，也让我更加喜欢表演节目。

第三段：游戏活动

活动节目中还有许多有趣的游戏和活动，比如绕口令、猜谜语、手工制作等。这些游戏虽然看似简单，但是也可以帮助我们锻炼思维和动手能力。例如，在制作手工礼物时，我必须细心地跟随老师的指导，陆续完成制作的各个步骤。在游戏中，我也需要集中注意力，才能更好地完成任务。

第四段：音乐表演

对于我而言，最喜欢的活动节目之一就是演唱和跳舞表演。在前几次演出中，我可能会有些紧张，并不是很自信，但是随着时间的推移，我逐渐地掌握了一些舞蹈、唱歌的技巧，也感受到了表演带来的喜悦和成就感。我也逐渐成为了表演节目的中心人物！

第五段：总结体验

通过参与幼儿园活动节目，我学到了很多。我学会了如何掌控自己的情绪、如何与别人合作以及如何放手做自己。我还学习了如何在团队中发挥自己的作用，当然也学会了如何向别人寻求帮助。这些经验不仅帮助了我在活动节目中，也帮助我在日常生活中更好地和人交往。在幼儿园活动节目的经历中，我经历了成长和自我挑战的过程，这让我更加的自信和勇敢！

饮食健康教案反思篇三

- 1、知道生病的同伴需要大家的关心。
- 2、能用自己的方式表达对生病同伴的关心。
- 3、愿意主动地关爱同伴。

1、引导幼儿回忆生病的感受，激发对生病同伴的关爱之情。

教师：你生病的时候有什么感觉，你最想谁？

教师□xx小朋友生病了，你想他现在会有什么感受，会想些什么？

教师：你想用方式表达对xx小朋友的关心？

2、利用幼儿用书，学习关心生病的同伴。

利用幼儿用书，引导幼儿讨论□xx小朋友最喜欢什么，我们可以为他做什么？。

3、教师和幼儿讨论慰问的事宜。

教师引导幼儿讨论慰问语。

教师说说打电话探望同伴时应注意的问题。

4、组织幼儿打电话问候生病的同伴，鼓励幼儿主动表达自己对同伴的关心。

5、学习关心身边的亲人、朋友和自己。

教师：我们身边的亲人、朋友生病了，我们应该怎么做？

教师：生病时很难受，要保护好我们的身体。那么，应该如何保护自己的身体呢？

饮食健康教案反思篇四

1. 开火车通过不同难度的隧道，发展合作钻爬能力。

2. 能与同伴动作协调地通过障碍，体验游戏快乐。

通过不同难度的隧道。

竹梯、凳子、绳子等。

幼儿的身体进入活动的状态。

1. 教师与幼儿扮演成小火车。

2. 念儿歌活动身体

小火车，跑得慢，一、二、三，跑得快，三、二、一，左跑跑，一、二、三，右跑跑，三、二、一，跑到很多地方去旅游。呜呜呜——，我们火车开到了北京，看到长城了吗？让我们一起来登一登，一、二、三。呜呜呜——，我们火车开到了海南，看到大海了吗？让我们来游游泳吧，一、二、三。呜呜呜——，我们变成一列长长的火车，呜呜呜——，我们

变成两列火车。

目的：三种不同的隧道，发展钻爬能力。

（一）直线钻爬（钻爬凳子）

1. 指导语：你们试试看，你们通得过这些隧道吗！（自由尝试过凳子）

2. 指导语：你们能开小火车通得过这些隧道吗？（以小火车形式钻爬过凳子）

3. 重点提问：过这些隧道要注意些什么呢？

小结：小火车要注意安全，头和身体要低一些才能不撞到隧道。

（二）宽曲线钻爬（钻爬垂吊彩带）

1. 指导语：你们能开小火车通过这些隧道吗？试试吧。（以小火车形式钻爬过垂吊彩带）

2. 重点提问：小火车怎么样才能又快又好地钻爬过隧道呢？

小结：小火车的眼睛要看着前面的小火车，不能太近也不能太远，距离如果太近，要撞车的，不安全，如果太远，时间就浪费了。

（三）窄曲线钻爬（钻爬梯子）

1. 指导语：让小火车试试能不能通过这些隧道吧！（以小火车形式钻爬过梯子）

2. 重点提问：你们是怎么通过这些隧道的？

小结：通过这些狭窄的竹梯通道，要收缩身体才能顺利地通过。

三、放松活动

目的：紧张的身体得到放松，防止运动后的疲劳。

1. 乘着小火车旅游去；小火车钻更有难度的山洞。
2. 整理活动材料。

看得见的情绪

饮食健康教案反思篇五

漂流，是一种富有挑战性和刺激性的户外活动，也是一种培养孩子勇敢、自立和团队合作精神的有效方式。最近，我和我的幼儿园同伴参加了一次令人难忘的漂流活动，让我深受启发和感动。在这次活动中，我体验到了自然的力量和团队协作的重要性，也学到了许多珍贵的人生经验。

活动时，我们这个小小的幼儿园团队来到了漂流的起点。站在江边，我看到波涛汹涌的江水，感到一丝丝的紧张。我知道自己需要勇敢地面对这一切，所以我按捺住内心的恐惧，迈开步伐，毅然踏入了水中。一踏进水里，我立刻感受到了冰凉的江水，但并没有因此而畏缩，反而更加坚定了我的信心。漂流道路长而曲折，水势湍急，但我紧紧抓住手中的浮具，坚持不懈地往前游。在一次次的冲撞和摔倒中，我被迫学会了如何站稳脚步，调整自己的身体平衡。在这个过程中，我逐渐明白了勇气和坚持的重要性，只有敢于面对困难，才能够突破自我，不断成长。

漂流的过程中，我们还需要进行团队合作。当我刚刚开始漂流时，我只关心自己的安全和游泳技巧如何。但随着时间的

推移，我渐渐发现，漂流并不是一个人的挑战，而是一个团队的协作。在遭遇一处湍流之后，我被冲到了岸边，躺在地上无法动弹。这时，我的小伙伴们立即停下手中的漂流器，冲过来拉起了我。他们让我体会到了团队的温暖和力量。从那以后，我们更加积极地互相照顾，互相帮助，共同度过了难关。通过这次活动，我意识到了团队合作的重要性，我们只有携手合作，才能克服一切困难。

此外，漂流活动还让我深刻感受到了自然的力量。江水汹涌激流，岩石陡峭高耸，让我意识到人类只是大自然的一部分，我们必须尊重并与自然和谐相处。在漂流的过程中，我不断体会到江水的湍急和凉爽，感受到江河对我的震撼力。在靠近一个急流之前，我曾迈不开脚步，但当我真正面对水势的时候，我才发现它并没有我想象中的那么可怕。这让我明白，人与自然的关系是平等而和谐的，只有与自然相亲相爱，才能够得到自然的恩赐。

总的来说，幼儿园漂流活动给了我很多宝贵的经验和认识。从这次活动中，我学到了勇敢面对困难的勇气和坚持，体验到了团队合作的力量，也明白了与自然和谐相处的重要性。这些经验将伴随我一生，并在日后的成长中起到重要的指导作用。通过这次活动，我更加坚信，在人生的道路上，只有经历挑战，才能成长为更好、更坚强的自己。

饮食健康教案反思篇六

1、通过观看表演让幼儿了解寄信的过程。

2、激发幼儿表演的欲望。

1、《寄小猫》三段情景表演。

2、小猫的家，以及表演所需要的道具。

一、 引起幼儿观看表演的兴趣。

小猫：你好，我是小猫，今天我要去做一件很开心的事。

小猫：你想知道是什么事吗？

小猫：我呀，要去寄小猫，寄小猫。你听清楚了吗？

小猫：我要去· · · · · ·？（让幼儿重复一遍）

小猫：我想你们一定很想知道我是怎样来寄小猫的吧。那就请看我们的表演吧。

二、 边观看表演了解寄信的过程。

1、第一场：（场景：小猫的家）

小猫：今天可是个好天气，我想出去玩玩。（在这时候正好熊邮递员从家门口经过）

小猫：你好，熊先生！你在干什么呢？

熊先生：你好，小猫，我正在送信。再见！

小猫：再见！我想去离这儿远一点的地方，那我该怎么做呢？（稍停片刻）哈，我有主意了，我就在头上贴张邮票让熊先生把我寄出去。（小猫就在自己的头上贴了一张邮票）

小猫：妈妈，我要去旅行了，再见！

猫妈妈：再见，路上小心。

提问：

（1）谁想去旅行？（小猫）

(2) 小猫想了个什么办法？

(3) 那么你们想知道接下来的故事吗？

2、第二场：（小猫去邮局）

小猫：（唱歌）哈哈，我好开心，我要去旅行了

（小猫进了邮局）

小猫：你好，熊先生，我想去旅行。你看我已经在头上贴了邮票，你把我给寄出去吧。

熊先生：那让我再在你的头上盖个邮戳吧。（熊先生按了个邮戳）

小猫：我头上有邮戳了可以出去玩了。（小猫边说，熊先生边把小猫装进了邮包）

（过了一会儿，熊先生把信和小猫从邮包里取出来）

提问：

(1) 小猫去哪儿了？（邮局）

(2) 熊先生是怎么来帮助小猫的？怎么把它给寄出去的？
（盖邮戳，装进邮包）

3、第三场：（出示卡车图片）（小猫被送上了邮车）

小猫：好美的地方哦！那儿有许多美丽的花和树，还有很多的小鸟哎！

（出示火车的图片）（将小猫转送到火车上）

小猫：火车跑得太快了，我都看不清外面了，好长的火车呀，我喜欢这个地方。

提问：

小猫是怎么去旅行的？（坐火车，卡车）

小猫看到了什么（树、鸟·····）

三、你们还想看表演吗？那就让我们一起演吧。

活动分析：幼儿对表演

活动很感兴趣。通过这样的方式幼儿对寄信的过程很容易就了解了，印象也比较深刻。对于幼儿的表演的欲望就甬提有多高了，但有个别幼儿上来后不开口。

饮食健康教案反思篇七

近日，我们幼儿园组织了一场令人难忘的漂流活动。这是我第一次参加漂流活动，全程播撒着兴奋和期待的心情。这次活动不仅仅是一次户外运动，更是培养孩子独立性和团队合作意识的一次宝贵机会。通过这个活动，我深刻地体会到了许多与课堂学习不同的感受，同时也获得了许多珍贵的经验和体验。

首先，漂流活动让我感受到了自然与人的和谐共处。划着漂流船在湍急的水流中穿行，身边是一片纯净的自然风景，这种感觉实在是太美妙了。我不禁被大自然的力量所折服，也对大自然心生敬畏之情。在这个过程中，我把握机会仔细观察了湍急的水流和河流两岸的风景，同时，我也学会了怎样安全划船，在船头躲避水中的石头，向左向右划桨，保持稳定的方向。这样的体验不仅让我更加了解自然，也培养了我的观察力和动手能力。

其次，漂流活动还锻炼了我们的团队合作精神。漂流是一个需要大家齐心协力的团队运动，只有大家密切配合，才能化解突发情况，顺利完成旅程。在漂流的过程中，我和同伴不断沟通和磨合，互相帮助，共同把握好划船的力度和方向。有时我和同伴的意见不一致，但多次失败和摔倒使我们认识到必须团结起来，相互支持。最终，我们成功地度过了充满挑战的水流，达到了预定目的地。这次活动让我深刻地认识到团队合作的重要性，也增强了我的沟通能力和合作意识。

此外，漂流活动还培养了我的勇气和坚持不懈的精神。漂流过程中，我们会遇到险滩、激流和急弯等各种困难。初次面对这种情况时，我感到有些害怕，但是教练鼓励我们要勇敢面对，不要退缩。每次遇到困难，我都会鼓起勇气，努力划船，保持平衡。尽管有时失败了，但我不会放弃尝试，不断调整划船的力度和方向，最终克服了困难。这次活动让我懂得了勇敢面对挑战的重要性，也给了我战胜困难的信心。

最后，漂流活动也让我学会了珍惜友谊和感恩的心态。在漂流的过程中，我结交了许多新朋友，大家在一起互相帮助，共同度过了一个愉快的时光。和朋友们一起合作、一起笑声和欢呼声交织在一起，让我感受到了友谊的力量。同时，这次活动也让我更加懂得感恩，特别是对于教练和幼儿园的老师，他们为我们组织了这次活动，给我们提供了一个学习和成长的机会。我会更加珍惜和老师们的相处时光，更加感恩他们为我们做的一切。

通过幼儿园的漂流活动，我深深地感受到了自然的伟力和人与自然和谐共处的重要性。在漂流的过程中，我和同伴们紧密团结在一起，培养了团队合作精神，也增强了勇气和坚持不懈的精神。最重要的是，我学会了感恩与珍惜，更加懂得了友情的可贵。这次活动让我收获了很多，也增长了见识和经验。今后我会更加热爱自然，珍惜友谊，勇敢面对困难，更加努力地成长。

饮食健康教案反思篇八

第一段：引言（120字）

童年是无忧无虑的，每天充满了欢声笑语和好奇心。在幼儿园时，我参加了一场精彩且令人难忘的竞赛活动。这次活动不仅锻炼了我们的身体，还培养了我们的团队协作精神和主动参与意识。通过这次比赛，我获得了许多宝贵的经验和体会，这对我以后的成长和学习有着深远的影响。

第二段：比赛准备（240字）

竞赛的成功并不是偶然的，有着良好的准备是至关重要的。在比赛前的准备阶段，我们班级展开了大规模的训练和练习，每天坚持不懈地进行各种活动，如接力赛、定位跑、篮球等。不仅如此，我们还上课时利用课间和午休时间进行专项训练。我们之间相互帮助、鼓励，共同进步。老师们也认真指导我们，给我们讲解和示范每个项目的技巧和注意事项。通过不断的努力，我们培养了良好的团队协作能力，增强了自信心。

第三段：比赛经历（240字）

在比赛的那一天，我们早早地来到了比赛场地，紧张而激动。比赛开始前，我们跟队友们握手鼓励，互相打气。首个项目是接力赛，我被安排在第三棒，当我看到队友将接力棒顺利传给我时，我迅速跑向终点，带领我班以微弱优势取得了第一名，这是我整个童年以来最初的胜利感，让我充满了自豪。其他项目如跳绳、游泳、投篮等也让我感受到了团队的力量，队友们默契配合，相互鼓励与支持，赛场上的快乐与紧张交织在一起。

第四段：比赛收获（240字）

通过比赛，我学到了许多重要的东西。首先，我明白了团队

协作的重要性。每个人在比赛中都扮演着不同的角色，只有团结合作，相互支持，才能取得好的成绩。其次，我意识到付出是成功的基础。在比赛前的准备过程中，每个人都投入了大量的时间和精力，而这些建设性的付出最终转化为比赛中的成绩。最后，我学会了平衡竞争与合作。竞赛不仅仅是为了取胜而进行，更重要的是学会与他人合作，分享快乐，互相鼓励。比赛过后，我发现竞争是一种激励，推动我不断进步的力量。

第五段：结语（360字）

这次竞赛活动让我有了一种身心力行的感觉。我明白了“无论成败，参与才是最重要”的道理。尽管我们并不总是取得最好的成绩，但我们在比赛中付出了全部的努力。通过这次竞赛，我深刻地认识到，比赛不仅是取得好成绩，更是一种锻炼和成长的机会。它教会了我永不言败，不轻言放弃的勇气和决心。这种体验在以后的学习和生活中对我有着深远的影响。我会更加努力地学习，提高自己的能力，争取在下一次的竞赛中获得更好的成绩。同时，我也学会了欣赏他人的优点，尊重他人的努力。无论比赛的结局如何，我们都是一家人，一起度过了美好的时光。

总结：通过这次幼儿园竞赛活动，我不仅发展了体育技能，还学到了很多与他人合作和坚持努力相关的重要品质。这次活动让我变得更加有自信，更具团队合作精神。我相信这些经验和体会会伴随着我成长，在以后的学习和生活中继续发挥作用。

饮食健康教案反思篇九

- 1、能够根据音乐的节奏绕圈走。
- 2、在游戏中遵守规则。

《小星星》的音乐。

幼儿手拉手按顺时针方向跟着音乐走，老师作为站在圈外跟着音乐按逆时针方向行走。当每次唱到“小星星”时，随意触碰一个幼儿的肩膀，该幼儿就离开圆圈，右手拉住的左手，跟着按逆时针方向走，圆圈里的幼儿继续唱着歌按顺时针方向走，同时离开幼儿的左右两个伙伴将手拉在一起，形成封闭的圆圈。如此反复直至中间只留下一名幼儿，此时的右手拉住自己队伍中最后一名幼儿的左手，形成一个圆圈并下蹲。中间的幼儿举双手成为小星星。第二次游戏时，中间的幼儿就是，游戏继续。

饮食健康教案反思篇十

近期，我们幼儿园举办了一次难忘的竞赛活动，让我们小朋友们在活动中大展身手，充分发挥自己的想象力和创造力。通过这次活动，我不仅学到了很多新的知识，还收获了许多宝贵的体验和思考。下面，我将详细分享我的心得体会。

首先，参加竞赛活动让我收获了很多快乐和成就感。活动的过程中，我与小伙伴们紧密合作，克服了各种困难。在团队中，我们相互协作，互不争功抢利，充分发挥了团队的力量。当我们顺利完成任务时，成就感油然而生，我深深感受到自己的进步和成长。这种快乐的体验激发了我对学习的热情和动力，使我更加积极投入到学习和活动中去。

其次，竞赛活动培养了我的领导能力和组织能力。在活动中，作为队长的我，需要组织队员的工作，分配任务，协调队员之间的关系以及与其他队伍的合作。这让我明白了一个团队成功的重要性，领导者的重要作用。我学会了站在全局去考虑问题，懂得倾听和尊重队员的意见，并从中取长补短。这些经验将对我未来的学习和生活产生积极的影响。

第三，竞赛活动增强了我的思维能力和创造力。活动中，我

们要解决各种问题，需要动脑筋，提出新的创意和解决方案。正是这次活动锻炼了我们的逻辑思维和创造力。我们要运用自己的知识和技能，巧妙地利用材料和工具，创造出令人惊喜的成果。在这个过程中，我们也因为遇到难题而不断探索，不断学习，思维能力得到了很好的锻炼和提高。

第四，竞赛活动让我明白了团队合作的重要性。在小组活动中，每个人扮演着不同的角色，有的起到领导和组织的作用，有的负责思考和创意，还有的负责实施和完善作品。这样的分工合作让我们真正体验到了团队合作的力量。我们共同协作，相互支持，发挥了各自的优势，最终完成了一个令人满意的成果。这样的经历让我明白了集体的力量是不可忽视的，通过团队合作，我们可以取得更大的成就。

最后，竞赛活动不仅锻炼了我们的技能和能力，还培养了我们的团队精神和合作意识。在这次活动中，每个人都扮演着重要的角色，每个人都贡献了自己的力量。通过不断地交流和合作，我们增进了友谊，建立了深厚的感情。这种团队精神会在我们的日常生活中产生积极的影响，使我们更加理解和尊重他人，积极向上，不断进取。

总的来说，这次竞赛活动是一次难得的学习和成长的机会。通过这次活动，我收获了快乐和成就感，学到了领导能力和组织能力，思维能力和创造力得到了锻炼和提高，团队合作和合作意识得到了培养和加强。这次活动对我来说具有重要的意义，我将继续在以后的学习和生活中积极运用这次活动的收获和经验，不断提高自己的能力和水平。