

最新小班自理能力教案洗手 小班体育活动的心得体会(精选10篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？以下是小编收集整理教案范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

小班自理能力教案洗手篇一

体育活动在小班教育中起着非常重要的作用。通过体育活动，不仅可以促进孩子们身体的健康发展，还可以培养他们的团队合作精神和积极的竞争意识。在过去的一段时间里，我参与了小班的体育活动，并从中获得了一些宝贵的心得体会。

首先，小班体育活动能够促进孩子们的身体健康发展。在活动中，孩子们会进行各种各样的运动，如跑步、跳绳、体操等。这些活动不仅可以锻炼孩子们的肌肉和骨骼，还可以提高他们的心肺功能。通过长时间的锻炼，孩子们的身体素质会逐渐提高，不易生病，更能保持良好的体形。

其次，小班体育活动有助于培养孩子们的团队合作精神。在团队活动中，孩子们需要相互协作，共同完成任务。比如，他们可能要一起拉绳子比赛，需要全员努力才能战胜对手；在接力赛中，每个孩子都要尽力跑出最好的成绩，才能为团队争得更多的积分。通过这些活动，孩子们会学会相互帮助，懂得团结合作的重要性。

此外，小班体育活动还能培养孩子们的积极竞争意识。在比赛中，每个孩子都希望自己能取得好的成绩。这种竞争意识能够激发孩子们的积极性，让他们更加努力地训练和比赛。孩子们会明确目标并努力实现，不断提高自己的能力，走向成功的道路。

然而，尽管小班体育活动带来了许多积极的影响，但也存在一些挑战和问题。首先，小班孩子的体力和技能水平参差不齐，有些孩子可能会感到自己无法胜任某些运动。这时，作为教师，我们应该给予他们更多的鼓励和指导，让他们找到自己的兴趣点和优势。其次，小班体育活动往往涉及到室外运动，而天气的不可控制性可能会对活动的进行造成限制。在面对这种情况时，我们可以选择室内活动或适当调整活动计划，以确保孩子们的安全和身体健康。

总结而言，小班体育活动在小班教育中有着重要的地位和作用。通过参与体育活动，孩子们能够提高身体素质，培养团队合作精神和积极的竞争意识。然而，我们也要面对一些挑战和问题，如技能差异和天气限制。作为教师，我们应该充分发挥自己的职责和能力，帮助每个孩子发现自己的潜能，为他们提供良好的体育活动环境。相信在未来的日子里，小班体育活动将会越来越受到重视，并成为小班教育中不可或缺的一部分。

小班自理能力教案洗手篇二

- 1、能高高兴兴上幼儿园，在园情绪稳定愉快，喜欢参与教师和小朋友的活动，逐渐习惯和适应集体生活，在丰富有趣的游戏中，体验幼儿园生活的快乐。
- 2、熟悉自己的班级和老师，认识小伙伴，熟悉生活场所，能根据标志找到自己的口杯、毛巾等生活用品，用后能将物品放回原处。
- 3、会大声地问好、打招呼，能用简单的语言向教师表达自己的意愿；喜欢听故事、喜欢看书，学会一页一页翻阅图书，并爱护图书。
- 4、在老师的鼓励、帮助下初步建立集体生活常规，学会自己进餐、擦嘴、喝水、如厕、洗手等生活技能，体验自己的事

情自己做的快乐。

5、能在成人的引导下，喜欢参加艺术活动，能自由表现、表达，体验涂鸦、撕贴和唱歌带来的快乐。

主题实施是以目标为根基，以游戏为内驱，以多形式的活动为载体，以社区、家庭资源的有效整合为助推，以适宜的实施策略激活、深化主题，丰富和完善主题课程，达成活动目标。

1、层层落实目标

2、课程组织形式

主题的组织形式包括：集体教育活动、创造性游戏、个别化学习、户外体育游戏以及亲子活动、家长执教、社会调查等。主题实施中，教师创设自由自主，宽松愉悦的游戏活动，不仅能更大限度的体验到多种游戏的乐趣，更通过绘本阅读的融入，开启儿童的智慧，增进对主题内容的认知，体验与老师、同伴相处的快乐。

3、师幼互动策略

主题实施中，我们强调“幼儿在前，教师在后；追随幼儿，教师同行；引发幼儿，师幼互长”的互动策略的实施。组织教育活动中，强调“潜行中的弹性目标”，即建议并强调教育目标是潜在的、弹性的；在组织游戏活动中，强调“合作中的行为暗示”，即建立并强调游戏中师生关系是合作的伙伴，注重行为暗示的指导；在组织生活活动中，倡导“自由中的自我约束”，即建议并强调生活活动时自由、自主的，但是要通过规则的引领来促进内化自律。

小班自理能力教案洗手篇三

近年来，小班体育活动逐渐在学校中流行起来。小班体育活动是指在学生中组织的以体育项目为主要内容的集体活动，旨在提高学生的身体素质和团队合作能力。通过参与小班体育活动，我深深地认识到了体育活动对学生的重要性，并积累了一些心得体会。

首先，小班体育活动对学生的身体素质有着积极的影响。在学校中，课程繁杂，学生们往往需要面对大量的书本知识。而小班体育活动则提供了机会让学生们得以释放身体的活力，增强身体素质。比如在进行篮球比赛时，学生们需要不断奔跑、跳跃和投球，这些动作可以锻炼孩子们的协调性、灵活性和耐力。同时，体育活动也可以帮助学生培养良好的健康习惯，例如每天坚持锻炼，保持良好的饮食习惯等。身体健康是学习的基础，只有身体好才能更好地面对学习压力和挑战。

其次，小班体育活动有助于培养学生的团队合作意识和能力。在小班体育活动中，学生们需要和同伴们合作完成任务，例如进行团队赛或合作比赛。在这个过程中，学生们需要相互配合、相互支持，共同完成任务。通过这种合作，学生们可以培养出互助、理解和团结的良好品质。此外，体育活动也能帮助学生学会尊重他人，在比赛中，尊重裁判的裁决和对手的努力也是必要的。通过参与小班体育活动，我深感到只有和他人一起努力，才能取得更好的成绩，这是在课堂上无法学到的重要品质。

再次，小班体育活动为学生提供了锻炼尝试和发掘自己兴趣的机会。在体育活动中，学生们可以参与不同种类的体育项目，例如篮球、足球、乒乓球等。通过参与这些项目，学生们可以感受到不同运动带来的快乐和满足感。同时，学生可以根据自己的兴趣和天赋选择自己喜欢的体育项目，有针对性地进行训练。在这个过程中，学生们也可以发现到自己的

特长和潜力，并进一步发掘和培养。不仅如此，体育活动还培养了学生们的勇于尝试和面对挑战的勇气。尝试新的体育项目和挑战自己的极限，可以让学生们更加自信，也有助于培养他们面对困难时的勇气和坚持不懈的毅力。

最后，小班体育活动促进了学生的全面成长。体育活动不仅是为了锻炼身体，更是为了培养学生的多种能力。在小班体育活动中，学生们可以锻炼到身体上的各个方面，同时也可以培养学生的领导能力、沟通能力和组织能力等。例如在进行队内比赛时，学生们需要合理安排比赛时间、制定比赛规则，并协调队友的各种意见和需求。通过这个过程，学生们可以提高自己的组织能力和沟通能力。此外，体育活动也可以培养学生的团结协作精神和竞争意识。这些能力和品质对学生终身受益，无论是在学校还是在社会中都起到了积极的作用。

综上所述，小班体育活动对学生的成长发展起到了重要的推动作用。它不仅可以提高学生的身体素质，培养团队合作能力，还为学生提供了锻炼尝试和发掘兴趣的机会。通过参与小班体育活动，我的体育水平有了明显的提高，我也学会了与人合作和面对挑战的勇气。我相信，只要坚持参与体育活动，我会在体育中取得更大的进步，并在其他方面获得更多的收获。

小班自理能力教案洗手篇四

体育活动不仅是孩子们健康成长的必要条件，更是培养他们团队合作、积极进取的良好途径。近日，我参加了一次小班体育活动，深感其中的乐趣与收获。在这次活动中，我意识到体育活动不仅仅是对身体的锻炼，更是一个增强孩子们团队精神和培养自信的机会。通过这次活动，我找到了一些方法，让孩子们更积极地参与和享受体育活动。

首先，体育活动是孩子们交流和互动的好机会。在活动中，

我观察到无论是在队伍中还是在比赛中，孩子们都开始尝试去与其他孩子沟通和合作。通过互相倾听、分享和合作，孩子们建立了起初的联系，逐渐融入到整个集体中。每个人都有自己的特长和困难，互相学习和相互帮助是体育活动中的重要环节。在这个过程中，我看到了孩子们之间友谊的种子在这个积极的环境中慢慢发芽。

其次，体育活动可以让孩子们挑战和超越自我。每个孩子都在这次活动中有了机会展示自己的才能和克服自己的困难。实际上，我曾经看到很多孩子面临着挑战时有些退缩，怀疑自己是否能完成任务。然而，当他们在伙伴的鼓励下，尽力去尝试和努力时，他们都获得了成功的喜悦。孩子们不再害怕失败，而是学会了从失败中汲取经验教训，不断追求进步和突破。这对他们的自信心和积极性的发展起到了重要的推动作用。

再次，体育活动可以让孩子们学会感恩和忍耐。活动中设有各种各样的小游戏和比赛，从而培养了孩子们的耐心和意志力。在比赛中，孩子们不仅要忍受身体上的疲劳，还要忍受失败和失落。不过，通过这样的活动，我发现孩子们变得更加懂得感恩。他们感谢伙伴的帮助和支持，感谢教练的指导和鼓励。同时，他们也学会了尊重对手，欣赏他们的优点和成绩。这种感恩和忍耐的品质将伴随他们终身，并在其他方面产生积极的影响。

最后，体育活动是培养孩子们团队精神和合作能力的良好途径。在这次小班体育活动中，孩子们不再仅仅是个体的竞争者，而是成为一个相互依赖和协作的团队。每个人都有可能成为团队的贡献者，他们都有机会为整个团队赢得荣誉。这种团队精神不仅仅是在比赛中表现出来，更是体现在训练和平时的互动中。通过团队合作，孩子们学会了分享和关心，学会了从团队中获得满足感和成就感。

综上所述，小班体育活动给孩子们带来了很多的好处和收获。

通过互动交流，他们建立了友谊和联系；通过挑战与超越，他们获得了自信和自豪；通过感恩与忍耐，他们学会了珍惜和尊重；通过团队合作，他们培养了团队精神和合作能力。因此，我坚信体育活动对于孩子们的全面发展至关重要，必须给予足够的重视和鼓励。我们应该提供更多的机会和平台，让孩子们多参与体育活动，享受运动的乐趣和成长的喜悦。

小班自理能力教案洗手篇五

1. 在游戏的情境中观察秋天的果园，感受果园果实累累、色泽鲜艳的自然美景。
2. 尝试用水粉笔转一转、点一点的方法表现圆圆的果子，并能选择喜欢的颜色大胆表达自己对果子的认识。
3. 在游戏的情境中自由创作，体验活动的快乐。

1. 幻灯图片（果园：苹果、桔子、柿子、山楂）
2. 画有果树枝干的绘画纸、水粉笔、颜料、抹布。
3. 幼儿有过水粉涂染和画圆的经验。

指导语：秋天里哪些好吃的水果成熟了？我们到果园里去看一看吧。

树上结了什么果子？

苹果（桔子、柿子、山楂）是什么样子的？

苹果（桔子）还有什么颜色的？

师生共同小结：刚才我们参观了果园，看到果园里的果子都是圆圆的，有红颜色、黄颜色……有的果子是大大的，有的

果子是小小的。

(1) 出示画有果树树干的底图，讨论果子的表现方法。

指导语：这也有一片果园，今天我们也让树上结满圆圆的果子。

你画过什么圆圆的东西？你们是怎么画的？（教师引导幼儿空手练一练）

圆圆的果子可以怎么画？

(2) 个别示范，了解果子的绘画方法。

指导语：谁来试一试大大的、圆圆的果子怎么画？

那小小的果子怎么画呢？

(3) 幼儿作画，教师观察指导。

指导重点：幼儿能够尝试运用转一转的方法绘画圆果子，绕一绕的时候线条要紧一些，果子才能圆圆的。

指导语：我们的果园里有哪些圆圆的果子？你画的是什么果子？是怎么画的？

我们也去看看幼儿园里的果树吧。

小班自理能力教案洗手篇六

主持人：感谢各位家长在百忙之中抽空参加这次活动——幼儿成果展，共同见证小一班孩子的成长和学习成果。本次活动的目的是欣赏孩子的表演，参观孩子的作品，同时为我们的活动提出宝贵意见和建议。

一、欢迎爸爸妈妈的到来，在音乐声中邀请爸爸妈妈入座。

二、歌曲欣赏：

1. 集体表演：《我家有几口》、《亲亲热热在一起》、《快跳起来》、《哈哈笑》。

2. 个人表演：《大雨小雨》、《两只小象》。

三、古诗欣赏

1. 集体背诵：《江南》、《清明》。

2. 分组背诵：《所见》、《绝句》。

3. 分句背诵：《咏柳》、《春晓》。

四、舞蹈欣赏：

1. 集体表演：《春天》、《庆祝》。

2. 个人舞蹈：《我真棒》，有韩雅倩、房雪莹等进行表演。

五、故事表演：

1. 房腾宇《愉快的一天》

2. 董雨萌《小松鼠的伞》

3. 刘元昊《太阳生病了》

六、儿歌欣赏：

1. 集体表演：《小老鼠》、《小柳絮》、《布娃娃》、《小眼睛》、《小水杯》、《宝宝的房间》。

2. 分组表演：《动起来》、《轮子歌》、《夏天的太阳很顽皮》、《小水洼》。

3. 个人表演：《彩色的梦》、《给妈妈过生日》、《拼小人》、《我会骨碌碌》、《大鱼来小鱼来》、《钻泥巴》。

七、数学内容展示：

1. 唱数1—20、点数1—5。

2. 展示对图形的认识：三角形、正方形、圆形、长方形等。

3. 2、3、4的形成极其意义。

4. 按形状、颜色、大小等排序。

八、参观孩子的作品：泥工、折纸、图画，希望家长肯定孩子的作品，对孩子进行表扬和鼓励。

九、结束

再次感谢家长的到来，祝各位家长身体健康，工作顺心，祝小朋友天天开心，过一个快乐的暑假，成果展到此结束，希望家长为我们提出宝贵的意见和建议。

小班自理能力教案洗手篇七

小学生是一个充满活力和好奇心的群体，他们热爱运动，喜欢尝试新鲜的活动。而小班花样跳绳活动就是为满足这些小学生们需求而创立的。小班花样跳绳是一种集合了跳绳技巧、音乐感和竞技性的运动，可以让小学生在愉悦的氛围中锻炼身体、提高技能。本文将结合个人经历，分享小班花样跳绳活动带给我的体验和感悟。

二段：回忆自己参与小班花样跳绳活动的过程及感受

第一次参加小班花样跳绳活动的时候，我感到非常新鲜和有趣。教练让我们试跳一些基础技能，例如单脚跳、交叉跳等。刚开始我还不是很适应，总是跳着跳着就掉了绳子。但是教练非常耐心，不停地鼓励我，让我逐渐掌握了技巧。之后，教练教我们一些花样，例如旋转跳、贴地跳等技巧，并配上欢快的音乐，让我们感到非常愉悦。在团队中，我们互相学习、鼓励，最终能够跳出一套完美的花样，获得满分的感觉真的不言而喻。

三段：分析小班花样跳绳活动带来的益处和意义

小班花样跳绳活动不仅仅是一种体育运动，更是一种锻炼身体、培养意志力的有效途径。首先，小班花样跳绳需要低头集中精力，跳绳过程中需要注意力集中，出手准确，有助于训练儿童的专注力和反应力；花样跳绳涉及到了许多身体协调动作，可以培养儿童的平衡能力和精细动作协调能力；在团队中，孩子们可以互相学习、协作，培养他们的团队意识和合作精神等。除此之外，小班花样跳绳活动也能够增加孩子们的体质和自信心，促进他们身心健康全面发展。

四段：探讨如何提高小班花样跳绳活动的效果

要想让小班花样跳绳活动效果更加明显，我们可以从以下几个方面入手：第一，丰富跳绳活动的形式。跳绳活动可以结合游戏、竞技、表演等多种形式，丰富孩子们的体验；第二，加强跳绳活动的技术指导。教练要深入分析每个孩子的技术短板，为他们提供有针对性的技术指导；第三，强化跳绳活动的团队意识。要让孩子们认识到自己的作用重要性以及利用集体力量来提高整体水平和完成最终目标。

五段：总结体会，呼吁广大家长支持孩子参加小班花样跳绳活动

小班花样跳绳活动是一项非常有益的运动项目，无论是锻炼身体，还是培养孩子们的团队意识，都有很大的帮助。而要让孩子们真正受益，我们就需要在平时加强跳绳技巧的训练，发挥家长在孩子生活中的重要作用。家长可以选择适合孩子们年龄和水平的跳绳训练，为孩子们跳绳方面提供更好的支持和指导，帮助他们更好地享受小班花样跳绳活动所带来的快乐。

小班自理能力教案洗手篇八

- 1、激发幼儿自己的事情自己做的愿望。
- 2、引导幼儿认识小手，知道用手能做许多事情，教幼儿初步保护手的方法。
- 3、帮助幼儿初步获得有关数的概念。

丰富的手工材料：橡皮泥、香蕉、桔子、沙拉酱、天线宝宝、水果印章等。脏的小手模型。

- 1、歌表演：《假如感到幸福，你就拍拍手》引出主题。
- 2、教师通过提出问题，引导幼儿观察并相互比一比，使幼儿知道手的大小不同，但每人都有两只手，一只左手一只右手，每只手上有5个手指头，手指的名称不同（有大拇指、食指、中指、无名指、小指），手指有粗有细。
- 3、师生一起唱歌曲《大拇指》。
- 4、引导幼儿互相交流妈妈的手能为小朋友做哪些事情，妈妈的手能为别人做哪些事情，小朋友的小手能做哪些事情。如：用手拿东西吃，收拾玩具，整理图书，画画等。激发幼儿自己的事情自己做的愿望。

5、出示受伤小手的图片，引导幼儿讨论：怎样保护手。如：冬天洗完手要擦油，出门腰带手套；勤剪指甲，不拿刀、剪等物品做危险的事情。

6、启发幼儿到不同的活动区中，自由选择喜欢的材料进行操作活动，如：用橡皮泥做面条等各种食物、用香蕉沙拉酱做水果沙拉、用水果印章的形式装饰小手套、用小珠子串成项链等活动，引导幼儿进一步体验小手的能干。

小班自理能力教案洗手篇九

小班花样跳绳活动是一种在学生中越来越流行的运动方式，我也在班级中参与了这项活动，并获得了一些心得体会。在这篇文章中，我将分享我的经验和想法，希望能够对其他人的跳绳技巧和运动习惯有所帮助。

第二段：小班花样跳绳的规则和技巧

在小班花样跳绳活动中，最重要的一点是积极的态度和坚持不懈的努力。除此之外，还需要了解跳绳活动的规则和技巧。例如，应该确定不同的跳绳方式和跳绳的节奏，以保持身体的平衡和节奏的稳定。此外，也需要正确的手臂和腰部动作，以确保跳绳的连贯性和稳定性。

第三段：小班花样跳绳的好处与挑战

小班花样跳绳活动不仅可以提高个体跳绳能力，而且可以增强身体的协调性和耐力，并能够培养团队合作和自信心。此外，小班花样跳绳独具挑战性。在尝试不同的跳绳技巧和节奏时，可能会出现失误。这时需要坦然面对失败，及时调整自己的心态并再次尝试。

第四段：我的经验和体会

在参与小班花样跳绳活动中，我的体会是不断地练习和尝试。我开始跳跃不是很准确，在练习过程中也有过多次失败，但我坚持了下来。我学会了不同的跳绳技巧和节奏，并不断改善我的动作和平衡能力。同时，小班花样跳绳活动也让我更加自信，更加具有挑战精神。

第五段：结论

总的来说，小班花样跳绳活动是一种健康、有趣又具有挑战性的运动方式。可以在活动中不断地提高个人能力，并培养团队精神和自信心。在日常生活中，我们还可以通过跳绳来锻炼身体，并保持良好的心态和积极的生活态度。

小班自理能力教案洗手篇十

- 1、巩固对粘性物体性能的认识，丰富幼儿的生活知识。
- 2、教幼儿学说疑问句，养成认真学习的良好习惯。

图片、课件

一、快乐体验 感知学习

- 1、请每个幼儿品尝糖果，说出是什么？什么味道？
- 2、将那果糖的手指捏一捏，体验有什么感觉？
- 3、分给每个幼儿一块粘糕，用手拿着吃，体会手上的感觉。

二、诗歌欣赏 激发兴趣

教师有感情地朗诵一遍儿歌引发幼儿学说的欲望。

三、趣味问答 朗诵儿歌

采用问答式教幼儿学说儿歌内容：开始时，教师问幼儿答。熟练后请幼儿自问自答，尝试有感情地朗诵整首诗歌。（教师强调疑问句的表情）

附儿歌：

什么粘

什么粘？粘糕粘。

什么粘？糖块粘。

粘糕糖块有啥用？

吃了身体康又健。

什么粘？浆糊粘。

什么粘？胶水粘。

浆糊胶水有啥用？

图书破了它能粘。