

# 最新我教案反思(优质5篇)

作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

## 我教案反思篇一

- 1、了解认识自我的必要性。了解认识自我的途径和方法。
- 2、通过自我分析，相互讨论，提高自我认识 and 自我评价能力；培养辩证地看待他人和自我的能力。
- 3、通过认识自我，进而把握自我、完善自我、超越自我。

活动准备：了解学生对自我认识的现状。活动形式：同学讨论、师生交流活动过程：

### 一、暖心活动：

听故事——斯芬克斯之谜

教师小结：尽管这只是一个美丽而近乎凄绝的神话。但她明白无误的传递给我们一个信息：作为人，你必须认识你自己！对于人类来说，认识自己是一切活动的基础和目标。对于个体来说，认识自己有助于心理健康；有助于更好的把握自己，调控自己；有助于挖掘潜能，完善自己。

展示主题：认识自我

心理测试导入，揭示活动课题

测试导语：不同的人有不同的个性，有的人活泼开朗、心胸

开阔，有的人沉默寡言、郁郁寡欢。你了解自己的个性吗？  
请做下面的测试。

测试开始

a房子周围用木栅栏围起

b房子周围被砖包围

c房子周围有铁栅栏包围

d房子周围种许多花草树木测试结果：

选a□你爱憎分明。对于你喜欢的人，你会热情相待，融洽相处；对于你不喜欢的人，你则冷若冰霜，爱理不理。因此，对你不了解的人，常会对你产生误解。不过，你会心甘情愿为自己的意中人献身，希望两人共谱一段轰轰烈烈的恋曲。

选b□你常常孤高自诩。因为不服输的个性，常常会将主动权掌握在自己手里。这种类型的你，很重视自己的私生活。

选c□你活泼开朗，与任何人都能轻松交往，拥有很多同性与异性朋友，属于社交家类型。你虽然心胸开阔，能接纳各种类型的人，但如果一味地当老好人，恐怕会招来不必要的误会。

选d□你对异性不是很尊重，甚至态度生硬，常有不专情的行为。另外，你的个性比较消极，沉默寡言，交际面较窄，但非常重视自己的家人和朋友，是个保守型的人。

心理评析：做完了这个测试，你对自己的个性也有了大概的了解。如果你的个性比较消极，那就试着开朗起来，主动、积极地去面对生活；如果你是个孤高自诩的人，那就试着放下架子，去接受、理解你认为很卑微的东西。只有让自己的个性更趋近于完美，你的生活以及周围的事物才会变得更美

好、更精彩。

## 二、自我探索：

活动一：方法：选出四名同学到前排，分别进行自我评价。其余同学分成八组，分别对前面四位同学进行评价（优点或缺点）。

要求：无论赞美优点还是指出缺点都要诚心，从帮助同学的角度出发，不能冷嘲热讽。

活动二：分组讨论；我们如何才能全面、客观、公正的认识自我？

小结：自我认识的途径或方法

一、通过自我反思自我认识

二、通过他人自我认识

三、通过集体活动自我认识

## 三、体验领悟：

活动三：猜猜我是谁方法：全班同学对自己进行评价，然后随机抽取几个同学的答卷，全班同学猜猜这位同学是谁。并请同学谈对该同学的印象及该同学的感受。

## 四、名言欣赏：

六、活动小结：（播放明天会更好歌曲）每一个“我”都是不断在变化和发展的，因此，对自我的认识也会是一个长期的过程。经过我们这节课的学习讨论，我由衷地希望同学们在今后的道路上能够努力的认识自我、把握自我、完善自我、超越自我，塑造出一个全新的你自己！我相信，只要大家不

断自我更新，完善自我。你们的明天一定会更好！

## 我教案反思篇二

1. 知道正确认识自己的重要性
2. 学会正确对待他人的评价

如何正确认识自己

学生们，在上课以前我们来做一个热身活动，叫做抓手指。请同学们右手掌心朝下，左手食指垂直朝上相邻者左右手连为一线。我接下来会将一个故事，如果故事里有“乌鸦”这两个字，则迅速用右手抓握下面右边同学的食指，同时将自己顶在相邻左边同学掌心的食指逃脱。请各位同学做好准备。

（过了一会儿）

好的，准备好的话就开始讲故事了。

（开始讲故事）

（讲完故事）

好的各位同学们，一次也没逃过的举一下手。

（有同学举手）

好的，请举手的同学做一下自我介绍。

（依次做自我介绍）

好的，那么今天的热身活动就做到这里。接下来我们来讲怎样认识自我。

那么同学们你们曾经看过成龙的电影《我是谁》吗？在电影中他丧失了记忆，而为了寻找记忆而开始的冒险。“我是谁”这个话题看起来很简单，但要真正做到对自己进行客观全面的认识并不容易。中国有句古话，“人贵有自知之明”，也就是说，一个人能认识自己是很可贵的。而且，一个人只有认识自己，才能明白自己的优点和缺点，才能确立自己前进的目标和方向，才能更好地发现自己。

那么怎样才能全面的认识自己呢，接下来讲自我认知的内涵

自我认知的内涵包括生理我、心理我和社会我。生理我是关于外貌方面的，例如年龄、身高、体重等等。心理我是关于内在的，例如智慧、性格等等。社会我是在某个团体里所扮演的角色，例如自己的地位、角色等等。

## 我教案反思篇三

- 1、了解运动与休息的合理节奏。
- 2、尝试自己安排健康的休息日。

图片

了解运动与休息的合理节奏

- 1、出示图片，说说其内容。引导幼儿充分按自己的意愿其设想，表达出真实想法。
- 2、欣赏故事《我爱健康》
- 3、讨论：应该怎样安排自己星期天的'活动才有利于健康？
- 4、选择图片按时间和顺序贴在《幼儿活动手册》中。

## 5、舞蹈《健康歌》

开设《我的星期天》栏目。

## 我教案反思篇四

1、练习爬、滚、走、跳等动作，感知身体各部位的用途。

2、在运动中体验自信、勇敢、成功的快乐。

在运动中体验自信、勇敢、成功的快乐。

让幼儿练习爬、滚、走、跳等动作，感知身体各部位的用途。

1、独木桥一座、障碍物三个、垫子1个、半圆形爬桶一个，幼儿用书a《我是谁》和《胆小先生》。

活动过程：

1、创设情境，活动身体：

“我们身体上哪些部位可以动？”“手脚可以帮助我们做哪些运动呢？”

请幼儿随着音乐的节奏，活动身体的各个部位。

2、提供材料，请幼儿自由探索：

请幼儿选择不同的材料进行练习，体验身体各部位用途：

“这里有许多运动器械，想一想，玩这些器械时身体哪个部位作用最大？”

请幼儿集中交流经验：

“在运动时哪些部位的作用最大？”

3、重点指导，请幼儿练习难点：

向幼儿介绍游戏“能干的.我”：幼儿分成四队站在场地的四个角上，每组幼儿按逆时针的顺序进行游戏，依次完成过独木桥、跳着绕过障碍物、滚过垫子、钻爬桶等项目，先完成的小组获得胜利。

请幼儿游戏1-2次，并向他们强调，虽然每组幼儿起点不同，但所有人必须依次完成四个游戏项目。

4、请幼儿听《健康歌》自由放松身体，结束活动。

## 我教案反思篇五

我们周围有很多东西，有的是很尖的，有的是很锋利的，如果小朋友们去玩这些东西，就会把手划破，给自己带来危险和许多不方便。所以我们开设了一堂课《爱护我的小手》，告诉小朋友们不要去玩这些东西，以免我们的手受伤，影响我们的.活动和生活。

1、知道不玩尖利的物品，保护自己的小手。

2、手受伤了知道如何简单处理。

1、手受了伤的小兔玩偶。

2、知道生活中哪些东西尖利不能玩。

1、引入故事

老师：今天小兔在玩游戏的时候不小心把手弄伤了，它感到很疼，都哭了！

## 2、根据故事讨论

1) 小兔的手为什么会破?是被尖利的东西划破的

2) 幼儿回忆自己的小手有受伤过，带来了哪些不便?

3) 说一说，我们周围哪些物品是很尖利的，如：玻璃片、针、铁钉、铁丝、剪刀等。

## 3、说一说如何使小手不受伤

平时不玩剪刀、小刀、针、玻璃片、铁片等尖利的东西。

## 4、手受伤了如何保护、护理

1) 手不小心划破了，可不可以用手触碰伤口?

当然不可以，因为手有细菌，会感染伤口。

2) 手受伤了该怎么处理?

如果是擦伤了皮，先清洗伤口，然后涂上碘伏，严重的要去看医生。

3) 手包扎后应当注意什么?

不要把受伤的手浸在水里，按时找医生换药。

如果我们的小手受伤了，我们更应该加倍爱护它，这样它才能很快康复。