

# 2023年胖与瘦小班教案 游戏活动教案心得体会(大全12篇)

高三教案的编写需要教师与学生的配合和互动，能够引导学生主动参与学习。小编为大家精选了一些大班教案范文，希望能给大家带来一些启发和借鉴。

## 胖与瘦小班教案篇一

在教学中，游戏活动是一种非常有效的教学方式，可以激发学生的兴趣，提高学习效果。在开展游戏活动教学中，不仅需要精心设计教案，还需要对教学效果进行反思和总结。本文将分享我在游戏活动教案设计与实施中的一些心得体会。

### 第二段：游戏活动的教案设计

游戏活动教案的设计至关重要。首先，需要明确教学目标和学生的能力水平，游戏活动所要涉及的知识点和技能。其次，合理安排游戏环节和时间，确保学生有足够的时间参与游戏，并能够达到教学目标。还要注意游戏的规则和流程设计，简单明了，易于理解和操作，以确保游戏顺利进行。此外，还需要选择适合的游戏材料和道具，让学生能够充分参与和体验。

### 第三段：游戏活动的教案实施

在游戏活动的实施中，教师要起到组织者和引导者的角色。首先，需要在游戏开始前做好充分的准备工作，包括检查游戏材料和规则的准备情况，并向学生介绍游戏的目的和规则。游戏过程中，教师要耐心引导学生，保证游戏的秩序和流程，及时解决学生的问题和疑惑。同时，教师还要及时给予学生反馈，鼓励他们的参与和发言，并对游戏结果进行总结和评价。

#### 第四段：游戏活动教案心得

在开展游戏活动教案设计与实施中，我深刻体会到了游戏对学生学习的积极作用。首先，游戏可以激发学生对学习的兴趣，提高他们的学习主动性和积极性。相比于传统的教学方式，游戏更加互动和趣味，能够引发学生的好奇心和求知欲。其次，游戏可以促进学生的思维发展和动手能力。通过游戏，学生可以锻炼逻辑思维和问题解决能力，培养他们的观察力、判断力和创新能力。最后，游戏还可以促进学生的合作与竞争意识，培养他们的团队精神和批判思维。在游戏中，学生需要与他人合作，共同解决问题，同时也需要与他人竞争，争取胜利，这不仅增加了学生的社交能力，还培养了他们的自信心和应对挑战的能力。

#### 第五段：总结

游戏活动教案的设计与实施需要综合考虑教学目标、学生的能力水平和游戏的特点。在设计时要注重游戏的趣味和互动性，同时注意游戏环节和时间的合理安排。在实施时要做好准备工作，并起到组织者和引导者的角色。游戏活动教学能够激发学生的兴趣，促进他们的思维发展和合作竞争意识。通过不断实践和总结，我相信游戏活动教学将会越来越很好地发挥其教育价值。

## 胖与瘦小班教案篇二

近年来，越来越多的教师开始在教学中引入游戏活动，以提高学生的学习兴趣和参与度。作为一名小学教师，我也尝试了一些游戏活动教案，并从中受益良多。在此，我想分享一些自己的心得体会。

首先，游戏活动能够激发学生的学习兴趣和参与热情。传统的教学方法往往使学生产生厌学的情绪，而游戏活动能够以一种有趣的方式呈现知识。在我的课堂上，我经常使用拼图游戏来复习

学生已学过的知识。我会将拼图切成几块，让学生合作互动，通过组装拼图来复习知识点。这样一来，学生将知识与游戏相结合，感到兴奋和乐趣。

其次，游戏活动能够培养学生的合作精神。在现实生活中，合作是非常重要的一个能力。通过游戏活动，我可以创造出各种合作的机会，让学生在游戏中的体验到合作的乐趣，并培养他们的团队合作意识。比如，我曾经组织学生进行一个团队拼图游戏，每个小组的成员需要互相配合，并以最快的速度完成拼图。通过这样的活动，学生学会了相互帮助和支持，同时也增进了彼此之间的友谊和信任。

此外，游戏活动能够促进学生的思维发展。游戏通常需要学生进行逻辑思考、创造性思维和问题解决等能力的发展。在一个数学课堂上，我尝试了一个名为“数学谜题”的游戏活动。学生需要通过逻辑推理和计算来解决一系列数学问题，这既培养了他们的思维灵活性，又提高了他们的数学能力。通过游戏活动，学生可以在轻松的氛围中发展出更多元化的思维方式。

再者，游戏活动能够增进学生的实践经验。理论知识在学生的头脑中虽然很重要，但能够将知识应用到实际中才是真正学习。通过游戏活动，我可以让学生在实践中体会到知识的用处。比如，在一个英语课堂上，我组织学生进行了一个角色扮演活动。学生需要扮演不同的角色，进行对话和交流。通过这样的实践活动，学生不仅加深了对英语的理解和掌握，还提高了自信心和口语表达能力。

最后，游戏活动能够培养学生的自主学习能力。在游戏活动中，学生通常需要主动思考和探索，积极参与并独立解决问题。学生通过游戏活动的过程中，培养了自己的自主学习能力和解决问题的能力。我常常设置一些开放性的游戏任务，让学生们根据自己的兴趣和能力自由发挥，这样能够激发学生的创造力和探索精神。

总之，游戏活动教案的实施是一种有益的尝试。它能够激发学生的学习兴趣，培养学生的合作精神和思维发展，增进学生的实践经验，培养学生的自主学习能力。我相信，在未来的教学实践中，我会继续尝试和探索更多的游戏活动教案，以提高我的教学效果。

## 胖与瘦小班教案篇三

1. 使幼儿了解感冒的起因及人体的影响。
2. 让幼儿知道预防感冒的小常识。

让幼儿知道预防感冒的小常识,提高幼儿预防感冒的'意识,从而更好保护好自己活动准备活动准备:挂图一幅音乐健康歌活动过程活动过程:

### 一、引导幼儿观察画面:

教师:图中天下雨了,乐乐不爱打伞,总喜欢到房子外面去淋雨,还到处跑来跑去,把身上的衣服全部淋湿了,妈妈看见了很生气的批评乐乐。

小朋友你们知道乐乐为什么被妈妈批评?

幼儿答:因为乐乐出去淋雨把衣服淋湿是不对的,会感冒的。

教师答:好,真棒!

幼儿答:鼻塞、流鼻水、发烧、不想吃饭、想睡觉、、、教师提问:患了感冒怎么办?

幼儿答:冷了多穿些衣服、睡觉时要盖好被子,不能洗冷水澡、、、

三、教师小结:我们的小朋友年纪小,是还在长身体的时候,抵抗力差,容易感冒,感冒还会影响学习。因此小朋友要注意天气的变化,冷了多穿衣服,热了减衣服,睡觉时要盖好被子,不能到外面淋雨,还有感冒了不能对着别人打喷嚏哦。但是小朋友患了感冒也不用怕,乖乖听医生的话,按时吃药,打针,多休息,多喝温开水,感冒很快就会好了,最重要的是我们的小朋友一定要多晒太阳,平时多跑跑步,多锻炼身体,增强我们的身体抵抗力,这样我们就会变成健康小超人。

四、播放健康歌让孩子感受健康是快乐的。

教学反思引用提问的方式让孩子积极发表自己的想法,通过课程学习怎样才能预防感冒教育孩子平时要加强锻炼,增强抵抗感冒的能力,使我们的身体更健康。

## 胖与瘦小班教案篇四

报纸、胶带

一片空旷的大场地

10分钟左右

12-15人一组利用报纸和胶带制作一个可以容纳全体团队成员的封闭式大圆环,将圆环立起来全队成员站到圆环上边走边滚动大圆环。

本游戏主要为培养学员团结一致,密切合作,克服困难的团队精神;培养计划、组织、协调能力;培养服从指挥、一丝不苟的工作态度;增强队员间的相互信任和理解。

这是一个广为人知的经典拓展项目,每个队员都要笔直的从1.6米的平台上向后倒下,而其他队员则伸出双手保护他。

每个人都希望可以与他人相互信任，否则就会缺乏安全感。要获得他人的信任，就要先做个值得他人信任的人。对别人猜疑的人，是难以获得别人的信任的。这个游戏能让使队员在活动中建立及加强对伙伴的信任感及责任感。

1 2 - 1 6 人

高台最宜

束手绳

30分钟左右

培养团体间的高度信任；提高组员的人际沟通能力；引导组员换位思考，让他们认识到责任与信任是相互的。

全体分为两队，相向站立，共同用手指将一根棍子放到地上，手离开棍子即失败，这是一个考察团队是否同心协力的体验。在所有学员手指上的同心杆将按照培训师的要求，完成一个看似简单但却最容易出现失误的项目。此活动深刻揭示了企业内部'协调配合之问题。

开阔的场地一块

3米长的轻棍

30分钟左右

在团队中，如果遇到困难或出现了问题，很多人马上会找到别人的不足，却很少发现自己的问题。队员间的抱怨、指责、不理解对于团队的危害……这个项目将告诉大家：“照顾好自己就是对团队最大的贡献”。提高队员在工作中相互配合、相互协作的能力。统一的指挥+所有队员共同努力对于团队成功起着至关重要的作用。

# 胖与瘦小班教案篇五

幼儿发展目标与主要内容：

- 1、初步知道重阳节的基本习俗，愿意和爷爷奶奶一起欢度节日。
- 2、自发尊老爱老的情感，增进亲子关系。
- 3、愿意积极参加活动，感受节日的快乐。
- 4、简单了解节日的来历，知道其全称、日期和意义。

活动准备：

橘子人手一个

活动过程：

## 1、介绍重阳节

- (1) 老师引出重阳节主题
- (2) 邀请爷爷奶奶来介绍重阳节

师：小朋友们想不想知道重阳节是怎么来的吗？

我们的爷爷奶奶本领都很大的，我们请他们来告诉我们，好吗？

师生共同邀请部分爷爷奶奶来介绍重阳节的来历和风俗。

## 2、幼儿为爷爷奶奶捶捶背。

师：今天是爷爷奶奶们的节日，我们一起来为他们捶捶背吧，

表达对爷爷奶奶的爱，好吗？

3、喂爷爷奶奶吃橘子。

4、为爷爷奶奶穿鞋子

游戏规则：请爷爷奶奶把鞋子从起点脱下，拿到终点摆好，爷爷奶奶返回起点的椅子坐下，幼儿在起点准备，等老师喊开始时，幼儿从起点跑到终点，拿到属于自己的爷爷奶奶的鞋子，穿过障碍物。快速回到起点，为爷爷奶奶穿上，的小朋友获胜。

5、结束活动。

师：今天呢，小朋友都知道了是爷爷奶奶的节日，也用很多方式表达了对爷爷奶奶的爱，那么现在我们用爱的抱抱来再次感谢爷爷奶奶吧。

活动目标

1、初步了解农历九月初九重阳节的来历和意义。

2、懂得尊敬爷爷、奶奶的道理。

3、激励每个小朋友对爷爷、奶奶用不同的方式表达自己的爱意。

4、让幼儿知道节日的时间。

5、了解节日的来历，知道节日的日子及习俗，乐于参与节日的活动。

活动口号：

情系敬老院温暖老人心

活动人员：

幼儿园全体师生

活动时间：

20xx年10月21日

活动地点：

敬老院

活动准备：

- 1、幼儿自制节日礼物。
- 2、横幅、校车安排。
- 3、准备水果、重阳糕点等食物。
- 4、家长园地：请家长配合，鼓励幼儿在家里帮爷爷、奶奶等老人做力所能及的事情，培养关爱老人的情感。

活动过程：

- 1、教师表演《加加油》。
- 2、幼儿表演《口香糖》《让爱住我家》。
- 3、歌曲《关心老人笑哈哈》。
- 4、表演结束，给老人赠送自己制作的礼物。
- 5、合影留念。

活动结束：

返回幼儿园

注意事项：

- 1、老师要看管好本班孩子，必须遵守活动时间及安排，准时到达集合地点；
- 2、进入敬老院要保持肃静，行动有素；
- 3、见到敬老院的老人、领导及工作人员要微笑、主动地问好，体现良好的个人素养；
- 4、活动结束后要和老人握手告别，说再见！

## 胖与瘦小班教案篇六

第一段：引言（150字）

在教学过程中，集体活动被广泛应用于各个学段和不同学科的教学。通过集体活动，学生可以在互动中相互学习和交流，培养团队合作精神和解决问题的能力。我作为一名教师，在教学中也不断积累了关于集体活动教案的心得体会。本文将结合我多年教学经验，讨论集体活动教案的设计与实施，以及其中对学生和教师的影响。

第二段：教师在集体活动设计中的作用（250字）

集体活动教案的设计是教师发挥聪明才智和专业知识的過程。教师首先需要明确活动目标，根据学生的实际情况和教学内容确定适当的活動形式和步骤。在设计过程中，教师要思考如何管理学生的时间和注意力，如何激发学生的兴趣和主动性，从而提升学生的学习效果。此外，教师还需要充分考虑

学生的能力差异，合理分组，确保每个学生都能有机会参与到活动中，不被边缘化。通过精心设计的集体活动教案，教师可以引导学生主动探究，培养学生的合作意识和解决问题的能力。

### 第三段：学生在集体活动中的学习和发展（300字）

对学生而言，集体活动是他们学习和发展的重要机会。通过集体活动，学生可以锻炼他们的团队合作能力和沟通技巧。在小组合作中，学生需要相互协作，在分工合作中互相支持，从而完成任务。通过集体活动，学生还能够拓展他们的思维，提高解决问题的能力。在集体活动中，学生需要面对各种挑战和困难，培养耐心和恒心，从而克服困难。此外，集体活动还可以增强学生的自信心和自主学习的能力，培养学生的创造力和创新精神。

### 第四段：集体活动对教师的意义（250字）

集体活动对教师而言，不仅可以提高教学效果，还可以促进教师的个人成长。通过集体活动，教师能够了解学生对课堂内容的理解程度，及时纠正和调整教学方法和策略。同时，教师也可以通过观察学生在集体活动中的表现，掌握学生的个性特点，更好地指导学生发展。此外，教师还能够在集体活动中与学生互动，建立良好的师生关系，增强教育教学的乐趣和成就感。

### 第五段：结语（250字）

通过对集体活动教案的心得体会，我深刻认识到了集体活动在教育教学中的重要性。教师在教学中发挥着关键的作用，通过正确设计和实施集体活动，可以激发学生的学习兴趣 and 潜能，培养学生的团队合作能力和解决问题的能力。而对学生而言，集体活动是他们学习和发展的重要机会，通过学习和参与集体活动，他们能够锻炼各种能力，实现个人的全面

发展。因此，我们应该更加注重集体活动的设计和实施，为学生提供一个积极、互动、合作的学习环境，促进他们全面发展。

## 胖与瘦小班教案篇七

1. 教师出示小鸭手偶与小朋友们打招呼：大家好，我叫小鸭。挥挥你们的小手，和我打个招呼吧！真棒！
2. 老师：小鸭很想和小朋友做好朋友，它想认识你们。我们来听听它的自我介绍：“大家好，我叫小鸭。”教师戴着小鸭手偶扮演小鸭，逐一来到小朋友面前，提问：(1)我很想和你做朋友，你叫什么名字呀？(“小鸭”和能回答问题的小朋友抱一抱，以此来鼓励幼儿大胆回答。)(2)这位小朋友叫什么名字？引导幼儿集体回答。活动依次进行。
3. 我和你做朋友。教师扮演小鸭报孩子的名字，请被点到名的孩子站起来，并大声说：“大家好，我叫×××。教师拥抱幼儿，并回应“我要和你做朋友”。
4. 游戏：他在哪里，小手指一指。教师扮演小鸭报孩子的名字，请被点名的孩子不要吱声，让其他的小朋友猜一猜，谁是“×××”。
5. 师生一起唱《我上幼儿园》，活动结束。

## 胖与瘦小班教案篇八

集体活动是指一群人共同参与的活动，它既可以用于学校教育，也可以用于企业培训等场合。近期，我在学校担任班主任的角色，负责组织并指导学生们参与各种集体活动。通过这段时间的实践，我深刻体会到了集体活动教案的重要性，同时也从中获得了许多心得体会。

## 第二段：教案的重要性

编写的教案是集体活动的重要组成部分之一。教案的编写不仅要围绕活动目标和内容展开，还要有详细的步骤安排和教学方法选择。在我组织中学生们参与一个团队游戏的集体活动时，教案起到了指导和安排的作用。通过事先详细规划活动的流程和目标，我更能够清晰地传达给学生们，让他们知道他们需要做什么，如何做，以及达到什么样的效果。教案的清晰编写不仅能提高学生的参与度，还能帮助学生更好地理解、掌握活动的核心内容。

## 第三段：心得体会

在实践中，我发现教案中的教学方法选择比重要。在集体活动中，不同的教学方法能够带给学生们不同的体验和收获。例如，在一次队列游戏中，我选择使用了竞争的教学方法。通过设置一些竞赛项目，激发了学生们的动力和兴趣，让他们在活动中全力以赴，并通过比赛取得优异的成绩。而在另一次合作性的集体活动中，我选择了合作的教学方法。通过让学生们分成小组合作完成任务，培养了他们的团队合作能力和沟通能力。通过选择不同的教学方法，我发现学生们在集体活动中展现出了不同的潜能和优势。

## 第四段：改进的方向

在实践过程中，我也意识到了一些可以改进的方向。首先，教案中的时间安排可以更加合理和充分。有时候，由于活动的进行时间紧张，我可能会不得不放弃一些预定的环节，导致有些活动目标没有完全实现。因此，今后我会更加充分考虑活动时间的安排，确保每一个环节都能够得到充分的发挥。另外，我也意识到教案需要更加细致入微地规划和安排，以适应不同学生的需要和特点。

## 第五段：结语

通过这段时间的实践，我深刻体会到了集体活动教案的重要性，同时也从中获得了许多心得体会。教案的编写和教学方法的选择起到了指导学生、提高参与度和培养团队合作能力的作用。同时，通过不断改进教案的细节和时间安排，我们可以更好地激发学生的潜能和优势。集体活动教案的成功，不仅体现在活动本身的效果上，更是通过活动让学生们在实践中提高自己的能力和素质。因此，我们应该重视集体活动教案的编写和实施，并根据实际情况进行不断地改进和完善。

## 胖与瘦小班教案篇九

近年来，随着人们对健康生活的重视，健康活动也逐渐成为大家关注的热点。为了提高学生的身体素质和健康意识，我校特意开设了健康活动小班。在这个小班中，学生们通过各种有趣的活动，掌握了一些基本的体育知识，培养了自己的运动能力，并对健康生活有了更深入的认识。本文将围绕这个主题，以五段式的形式，展开我对这个健康活动小班的心得和体会。

首先，通过参加健康活动小班，我们学到了很多基本的体育知识。在课堂上，老师为我们介绍了一些常见的运动项目和运动技巧，例如篮球、足球、羽毛球等。我们还学会了正确的体育锻炼方法，了解了运动的好处和注意事项。这些知识对我们今后进行体育锻炼和参加各种运动比赛都非常有帮助。例如，以前我对乒乓球并不了解，只知道它是一项流行的体育项目，但通过这个小班，我从基本的技巧到打球的策略都学到了，现在我已经能和其他同学进行一场愉快的比赛了。

其次，参加健康活动小班，让我意识到了保持身体健康的重要性。在课堂上，老师通过讲解和案例分析，向我们传达了“身体是革命的本钱”的重要理念。他告诉我们，只有保持身体健康，我们才能有更好的学习和工作表现。他还给我们举了一些身体不健康的例子，告诉我们那些人因为缺乏体育锻炼而导致的各种疾病和身体不适。这些例子深深地触动

了我，让我更加认识到了健康生活的重要性，我决心以后要更加注重体育锻炼，保持良好的生活习惯。

此外，在健康活动小班中，我还培养了自己的运动能力。通过不断的练习和训练，我现在能跑得更快、跳得更高，体力也有了明显的提高。在体育课上，我现在能够与其他同学一起参与激烈的篮球比赛，不再是站在一旁观望的角色。这种体育锻炼的乐趣，让我对运动产生了浓厚的兴趣，也激发了我不断挑战自己的勇气。通过参加健康活动小班，我深刻地体会到了运动给人带来的快乐和满足感，这也进一步坚定了我以后继续参加体育活动的信心。

最后，通过健康活动小班，我还结识了许多志同道合的朋友。在这个小班里，我们一起参加活动、训练，彼此鼓励和帮助，建立起深厚的友谊。在和他们一起训练和比赛的过程中，我们互相学习、共同进步，不断超越自我。这种友谊和合作的氛围，让我觉得非常温暖和幸福。在以后的学习和生活中，我相信这些朋友会给我带来更多的支持和帮助，一起共同成长，共同进步。

总之，通过参加健康活动小班，我收获颇丰。我掌握了一些基本的体育知识，增强了对健康生活的意识，培养了自己的运动能力，结识了许多志同道合的朋友。这个小班不仅让我在身体上得到锻炼，更让我在心灵上感受到了人与人之间的温暖和友谊。我相信，通过持之以恒的努力和坚持，我会在以后的学习和生活中取得更好的成绩，并以健康的体魄迎接未来的挑战。

## 胖与瘦小班教案篇十

课程主题：树榜样 惜光阴 勤学习

课程目标：

1、让队员了解时间一去不复返的特点，懂得时间的珍贵，从而更加珍惜时间。自觉以革命伟人、古人、优秀少先队员为榜样，珍惜时间，勤奋学习。

2、使队员们了解“凡事拖拉”的危害，逐步养成学习、生活有计划，做事雷厉风行的好习惯。

课程形式：采用讨论、交流方式

课前准备：1、搜集1分钟可以做哪些事情？

2、搜集名人珍惜时间的故事。

3、搜集珍惜时间的名言，做成卡片。

一、伴着《时间都去哪儿》的歌曲，中队辅导员导入：

是呀，我们的时间都去哪儿了？大家都知道“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”时间如流水，一去不复返。可是，在我们同学中间，浪费时间的现象却很严重。看着大好的时光白白地流走，我是看在眼里，急在心头。今天借这次队会，和大家讨论一些关于珍惜时间，努力学习话题，端正大家的思想，抓住分分秒秒，让我们的学习生活变得充实起来。来一齐读一下我们这节课的目标。

预设：

生1：时间能让医生在抢救危难病人时，从死神手里夺回了生命。

生2：时间能让消防队员在熊熊烈火中，早一分钟冲上去，阻止火势的蔓延。

生3：奥斯特洛夫斯基在双目失明的情况下，珍惜每一分钟，为后人留下了《钢铁是怎样炼成的》这部不朽名著。

中队辅导员：队员们说的非常好，时间就是生命，就是知识和力量，就是胜利和成功。节省时间等于延长生命。但是，在我们的同学当中，总还有一部分人，不知道时间的宝贵，总让这分分秒秒从他们的身边不经意地流过。你们可知道，一分钟有多么宝贵呀！（队员们争先恐后地发言）

生1：一分钟，先进的采煤运输机可以运煤21吨。

生2：一分钟，目前最快的电子计算机可以运算90亿次。

生3：一分钟，核动力潜艇可以在水下航行 1200米。

生4：一分钟，一台高速轮转印刷机可以印报纸1300多张一分钟，先进的采煤运输机可以运煤21吨。

一分钟，目前最快的电子计算机可以运算90亿次。

一分钟，核动力潜艇可以在水下航行1200米。

一分钟，太阳能水泵可以抽水38吨。

一分钟，大炮能发射80发炮弹。

一分钟，一台折页机能叠书页80张

一分钟，一台装订机能订书35页。

一分钟，一台采摘机可以采摘西红柿69公斤……

一分钟，一台大和面机器能和面200斤，一台小和面机器能和面100斤。

一分钟，一台高速轮转印刷机可以印报纸1300多张。

一分钟，一条彩电生产线可以组装一台半彩色电视机。

不仅一分钟极为宝贵，就连一秒钟也是很奇妙的，不信让我们来看看下面这样一组数据。

1、一秒，美国的柯达和史宾公司合作研制成功的摄影机能拍摄12000张照片。

2、一秒，世界上第一架飞机飞行4.4米，导弹飞行7千米，美国的航天飞机“挑战者”号飞行8千米，未来的核动力飞机飞行200千米。

3、一秒，世界上第一台电子计算机（1946年）运算5000次，第四代电子集成计算机达到4亿次，集成光路电脑达百亿至千亿次。

中队辅导员：听了大家的介绍，我们更加懂得了时间的宝贵。让我们也来感知一下：一分钟到底有多长？我们必须抓紧每一分，每一秒，别让时间从我们的身边溜走啊。

晋朝的车胤、孙康、匡衡，家里都很穷，连点灯的油都买不起。夏天的晚上，车胤用纱布做成一个小口袋，捉一些萤火虫装进去，借着萤火虫发出的光亮看书；孙康在严寒的冬夜坐在雪地里，利用白雪的反光苦读；匡衡在墙上凿了个小洞，“偷”邻居家的一点灯光读书。成语“囊萤映雪”和“凿壁偷光”所讲的就是这几个故事。

### 《爱迪生的故事》

爱迪生常对助手说的话就是：“最大的浪费莫过于浪费时间了。人生太短暂，要多想办法，用极少的时间办更多的事情。”

一天，爱迪生在实验室里工作，他递给助手一个没上灯口的空玻璃灯泡，说：“你量量灯泡的容量。”他又低头工作了。

过了好半天，他问：“容量多少？”他没听见回答，转头看见助手拿着软尺在测量灯泡的周长、斜度，并拿了测得的数字伏在桌上计算。他说：“时间，时间，怎么浪费那么多的时间呢？”爱迪生走过来，拿起那个空灯泡，向里面斟满了水，交给助手，说：“里面的水倒在量杯里，马上告诉我它的容量。”助手立刻读出了数字。爱迪生说：“这是多么容易的测量方法啊，它又准确，又节省时间，你怎么想不到呢？还去算，那岂不是白白地浪费时间吗？”助手的脸红了。

爱迪生喃喃地说：“人生太短暂了，太短暂了，要节省时间，多做事情啊！”

### 《鲁迅的故事》

大家都知道鲁迅吧？鲁迅的成功，有一个重要的秘诀，就是珍惜时间。鲁迅十二岁在绍兴城读私塾的时候，父亲正患着重病，两个弟弟年纪尚幼，鲁迅不仅经常上当铺，跑药店，还得帮助母亲做家务，为了不影响学业，他必须作好精确的时间安排。

此后，鲁迅几乎每天都在挤时间，他说过：“时间，就像海绵里的水，只要你挤，总是有的。”鲁迅读书的兴趣十分广泛，又喜欢写作，他对于民间艺术，特别是传说、绘画，也深切爱好；正因为他广泛涉猎，多方面学习，所以时间对他来说，实在非常重要。他一生多病，工作条件和生活环境都不好，但他每天都要工作到深夜才肯罢休。

在鲁迅的眼中，时间就如同生命。因此，鲁迅最讨厌那些成天东家跑跑，西家坐坐，说长道短的人，在他忙于工作的时候，如果有人来找他聊天或闲扯，即使是很要好的朋友，他也会毫不客气地对人家说：“唉，你又来了，就没有别的事

好做吗？”

大家知道的真多。既然如此，我还想考考大家，你们还能说出一些关于珍惜时间、努力读书的名言警句吗？（队员们发言）

郭沫若说：“时间就是生命，时间就是速度，时间就是力量，时间就是胜利。”

生2：高尔基说：“时间最公平合理，它老少无欺，从不多给谁一份。勤劳者能叫时间留出串串的果实，懒惰者，时间给予他们一头白发，两手空空。”

生3：鲁迅说：“节省时间，也就是使一个人的有限的生命更加有效，而也即等于延长了人的生命。”

生4：华罗庚说：“时间是由分秒积成的，善于利用零星时间的人，才会做出更大的成绩来。”

生5：莎士比亚说：“放弃时间的人，时间也放弃他。”

古诗句呢？还能说出一些吗？（队员们发言）

既然队员们知道的那么多，那我们就来辨析一下下面几个问题，请大家发表自己的观点。

1. 下课了，队员们都去活动了，只有小军坐在教室做作业，队员们叫他去参加活动，他说：“我要争取时间做作业。”

2. 老师要求队员们做作业前先复习一遍再动笔。小红说：“这是浪费时间，多此一举。”

3. 王明在医院留医，班长带领同学去看望他，直到下午5点才回家。有人说：“班长真傻，浪费了时间。”

4. 张琳每天做完作业都抽出5—10分钟摘录优美的句子，现在已经摘录优美句子700多句了。

中队辅导员：对，我们应该劳逸结合，还应该把我们每个人多余的精力和时间拿出来，去奉献他人，让我们的生命开花结果。

要想得到更多的学习时间，可以从以下几方面去考虑。

1、 早日立下志向

2、 善于制定计划，明确学习任务：要根据学的进度和自己的学习状况来安排计划，使自己清楚地意识到每天必须要完成的学习任务。

3、 用顽强的毅力，排除对学习的干扰

4、 不断检查时间的利用率：每天要想一想：过去的一天在学习上完成了什么任务？花了多少时间？时间利用率如何？效果怎样？怎么改进。不断调整学习时间，使时间利用率得到提高。

5、 善于利用零碎时间：达尔文说：“我从来不认为半小时是微不足道的一段时间”。一个人如果认识到学习的重要，看到自己水平不高，感到时间的紧迫，就会自觉地去利用零碎时间。零碎时间最好用来学习自己最喜欢的学科，以吸引自己的注意力。

6、 生活要简朴，朋友要挑选：队员的主要任务是学习，不应当在追求吃穿玩乐上浪费宝贵的时间。要与有抱负，有志气，好学上进的同学多来往。如果交上了不求上进，只讲吃喝玩乐的朋友，并仿效起来，那么，自己的学习时间必然会一天天少起来。让我们把自己搜集到的珍惜时间的名人名言作为自己的人生格言，时刻铭记它们让它们伴随自己走向成

功。

队员们讨论，制定时间公约。

1. 按时上学不迟到。
2. 上课专心听讲，积极发言。
3. 按时完成作业。
4. 今天的事情今天做，不拖到明天。
5. 课后认真复习，不浪费时间。

请把你们已经制作好的关于珍惜时间、努力学习的卡片，送给你认为需要鼓励的队员，或者是你的好友以共勉。

通过这次队会的讨论，我想队员们对时间的概念应该有了一个全新的认识。。中国有句名言：一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴，时间是无价之宝，时间比金子还宝贵。我们一定要珍惜时间，做时间的主人。

## 胖与瘦小班教案篇十一

第一段：引言（200字）

健康是人类最宝贵的财富之一，而健康活动在提升个体生活质量和幸福感方面起着非常重要的作用。在小班教学中，通过参与各种健康活动，学生们能够获得身体健康、增强体质，并提高自身社交能力和沟通技巧。本文将探讨如何通过适当的健康活动教案来提高学生的心理、体能和社交能力。

第二段：心理健康活动（200字）

健康活动不仅仅是运动和锻炼，心理健康同样重要。作为教师，我们应该设计一些适合小班的心理活动，例如绘画课、手工制作、读书分享等。这些活动不仅能够培养学生的创造力和专注力，还可以帮助他们减轻学业压力和疏导情绪。通过参与这些心理健康活动，学生们能够提高自身的情绪管理水平，增强内心的平静和积极性。

### 第三段：体能健康活动（200字）

体能是健康活动的重要组成部分，通过适当的体能活动可以提高学生的体质和身体素质。教师可以设计一些动感十足的游戏，如拔河比赛、足球比赛等，让学生积极参与，锻炼身体。此外，教师还可以组织一些户外活动，如远足、骑自行车等，给学生提供机会感受大自然的美好，同时进行锻炼。这些体能健康活动不仅能够增强学生的体质和耐力，还可以培养他们积极向上的生活态度和团队合作精神。

### 第四段：社交能力活动（200字）

社交能力是健康活动中不可忽视的一环。为了帮助学生更好地与他人相处，教师可以设计一些团队竞赛，如团体拼图、口才比赛等，让学生在合作中学会沟通和妥协，增强团队意识。此外，教师还可以组织一些互动游戏，如交际舞会、角色扮演等，让学生在游戏中锻炼表达能力和自信心。通过这些社交能力活动，学生们能够提高自身的人际交往能力和合作能力，为将来的社会生活打下基础。

### 第五段：总结（200字）

健康活动小班心得体会教案的目标是通过适当的心理、体能和社交能力活动，提高学生的综合素质和健康水平。教学中，我们要根据学生的年龄特点和兴趣爱好，合理设计各种活动，在活动中注重培养学生的自律和责任感。通过这些活动，学生将不仅获得身体健康，还能增强自身的心理素质和社交技

巧，为未来的发展打下良好的基础。因此，我们要不断总结经验，不断完善教学，共同培养出更多健康快乐的学生。

## 胖与瘦小班教案篇十二

- 1、培养学生想象能力及口语表达能力；
- 2、教育学生团结友爱、互相帮助。

### 活动准备

- 1、排演课本小品《小公鸡与小鸭子》
- 2、指导学生根据喜好制作小动物的头饰；
- 3、制作“好朋友”奖章若干；
- 4、环境布置：在四周有树、花的草坪上，插一块木牌，木牌写上“好朋友大会”五个字；
- 5、录音机、歌曲“找朋友”录音带。

### 活动过程

“找朋友”音乐响起，学生们戴着自己喜爱的动物头饰，随节奏拍手踏上草坪，在“好朋友大会”木牌前围圈而坐。老师头戴大象博士头饰，缓步走进同学中间。

大象博士：小动物们，大家好！今天，我们在草地上召开好朋友大会。在这次大会上，要选出一对最好的朋友。下面请主持人小公鸡、小鸭子上场。

- 1、大象博士：小公鸡和小鸭子是一对好朋友，我们请他们把发生在他们之间的事情演一演，大家鼓掌欢迎。

2、小公鸡、小鸭子表演课文小品。

3、组织评议：

大象博士：看了你们的表演，我们都被感动了。你们团结友爱，互相帮助，真不愧是一对好朋友。

1、小公鸡：其实在我们动物大家庭里还有很多的好朋友也像我们一样，团结友爱，互相帮助。

小鸭子：小动物们，你们最好的朋友是谁？请大家赶快找吧。

2、放音乐，唱“找朋友”歌，找到好朋友后坐在一起。

3、小公鸡：都有哪些好朋友呢？哪一对好朋友愿意向大家介绍自己？

4、好朋友们上台作自我介绍（每介绍一对，同学们鼓掌）

2、小动物们各自准备练习说。

3、小公鸡：哪对好朋友上台来讲讲你们的故事？

4、小动物们上台讲故事。（每听完一个故事，大家鼓掌）

5、大象博士为讲故事的小动物们授“好朋友”奖章。

1、小鸭子：你们的故事真感人，请把你们的故事表演给大家看。

2、小动物们在台下排练节目。

3、小公鸡：哪对好朋友最勇敢，把你们的故事表演给大家看。

4、表演故事内容。

5、大象博士为表演者授“好朋友”奖章。

1、大象博士：我为你们感到高兴，你们都能团结友爱，互相帮助，真是好朋友！

2、“找朋友”音乐响起，大家站起来，围成一圈，手拉手边唱边跳。

3、活动结束。