

# 2023年大班活动不一样的我教案及反思(优质8篇)

高一教案是教师在教学过程中编制的一种详细指导教学的文件，对于教学目标和重要内容有着明确的规划。通过阅读以下范文，我们可以了解到大班教案的编写需要教师的细致观察和认真思考，以及与幼儿的良好互动和沟通。

## 大班活动不一样的我教案及反思篇一

设计理念（或教材分析）：

画小朋友、画老师是孩子最喜欢的，而脸蛋又是小朋友最为熟悉的，所以我以此为切入口。根据《幼儿园教育指导纲要》中关于幼儿园艺术教育的精神，即“幼儿园的艺术教育活动要为幼儿提供自由表现的机会，鼓励幼儿大胆表达自己的想法，尊重每一幼儿的想法和创造，分享他们创造的乐趣”；结合大班幼儿认知发展特点——具有初步的抽象思维能力，初步懂得运用物体的相似性来进行类比思维，以物代物，我设计了美术活动《不一样的脸》。这个活动是在孩子们熟悉脸部五官的基础上，用替换想象的方法，如：用苹果代替脸蛋，用太阳代替眼睛，等有趣的创意画出不一样的脸。让幼儿在感受美、体验创作乐趣的基础上，鼓励幼儿大胆想象，发展幼儿的发散性思维。

活动目标：

- 1、借助相似造型，大胆表现、创造人物的五官，并进行表述。
- 2、充分发挥想象力，体验创作的乐趣。

重难点：

能借助相似造型，大胆表现、创造人物的五官

活动准备：

- 1、音乐磁带、录音机、各类物品。
- 2、知识经验：幼儿有以物代物的经验、对五官已有认识。

活动过程

一、谈话引入，欣赏配乐散文诗《给老师画像》

师：小朋友，今天老师带来了一首好听的散文诗，我们一起来听一听。提问：这个小朋友他画的是什么？他是怎么画的？（孩子说散文诗的内容，老师拼出脸蛋。）

二、老师重点讲解：

这个脸蛋跟我们以前学过的方法不一样，是用替换想象的方法完成的，用树叶代替眼睛，用纽扣代替鼻子，用香蕉代替嘴巴。）

三、欣赏部分作品：

老师这里还有一些小朋友做的脸，我们一起来看看，他们是用什么来做的。

逐一欣赏图片，讲一讲作品中是用哪些物品来做五官的。

## 大班活动不一样的我教案及反思篇二

一、活动名称：夸张画

二、班况分析：本班幼儿为大班幼儿，大班幼儿已经建立起初步的美感，对于画面已经具备一定的欣赏水平，而且也具

备了一定的绘画技能、技巧，对于各种物体的形态的掌握较好。但在几次的欣赏活动中我发现孩子们对于画面上的情节能富有想象的描绘，但对画面物体的形态和特征的概括却有很大的难度。这说明幼儿在欣赏中没有掌握运用概括的方法，在自身作品中不能充分体现出来。因此，我设计了这个有趣的夸张画欣赏活动，让孩子们从夸张的画面能很容易的去感知概括人物的形态、特征。并理解如此设计的目的。力求使孩子运用夸张的技法描绘人物动作，形态及生活习性的特点，并初步感受夸张艺术表现形式的'美。

2、通过欣赏，初步尝试夸张画的练习。

四、活动重点：能够通过欣赏感知画面人物表情、形态上的夸张处，并理解其所表达的含义。

活动难点：能够通过欣赏，寻找可夸张的因素，并在自己的绘画作品中体现出来。

五、幼儿经验准备：1、欣赏过卡通画作品，并能较好的理解作品；

2、有一定的绘画基础，能够表现人物特点。

六、环境材料：1、夸张画“两个人”

2、彩笔、画纸

七、活动过程：（一）引入环节：

1、出示夸张画1，提问：“你看到了什么？”他怎么了？“启发幼儿从画面寻找原因，并进行猜想。（此部分使幼儿对欣赏产生兴趣，即可以启发幼儿从人物表情，动作上去猜想和判断，那他们猜想、判断的依据就是他们观察到的夸张之处。）

2、出示夸张画2，提问：“他怎么了？出什么事了？”鼓励幼儿猜想事情的原因以及夸张画1和夸张画2的联系。（启发幼儿从人物的情节夸张处去构思故事的原因或结果）

3、幼儿讲一讲“两个人”的故事，并引导幼儿给故事起名字。

4、教师介绍夸张画，并引导幼儿再次寻找画面的夸张处，提问：“他们为什么把嘴画的这么大？”“他们想要告诉我们什么呢？”（理解夸张的作用，为幼儿的创作做铺垫，完成教学重点。）

## （二）创作环节：

1、启发幼儿回忆生活中一些情节中人物的特点，并找到可以夸张的因素，引发幼儿想一想自己要创作一张什么样的夸张画。

2、鼓励幼儿大胆绘画。

## （三）分享作品环节：讲一讲我的故事。

文档为doc格式

## 大班活动不一样的我教案及反思篇三

1、理解故事内容，知道每个人都有自己的本领，我就是我，谁也代替不了。

2、能发现自己的长处，并能大胆讲述喜欢自己的理由。

3、在宽松的氛围中，提高自己与他人交流的自信心。

理解故事内容，知道每个人都有自己的本领，我就是我，谁也代替不了。

能发现自己的长处，并能大胆讲述喜欢自己的理由。

青蛙、小鸟、松鼠、山羊图片、背景图。

## 一、谈话导入，激起幼儿兴趣

表扬大班的小朋友上课好，即专心听讲，又能积极举手，激起幼儿自信心。

## 二、结合图片讲故事，理解故事内容。

### 1. 教师讲述故事提问：

青蛙的心情怎样？他能爬上树吗？他会问山羊什么问题？

讲故事至他忍不住哭了出来问：

（1）青蛙为什么难过的哭起来了？他真得很没用吗？

（2）师：青蛙有这么多的本领，让我们快来告诉它，安慰安慰它。

### 2. 教师继续讲述故事后半部分。

山羊笑着对青蛙说：……我们大家都喜欢你。

师：你们猜猜，现在青蛙会是什么表情呢？

讲故事至最后，问：现在青蛙为什么又喜欢自己了呢？

师小结：听了大家的话，青蛙明白了，我有自己的本领，我就是我，谁也代替不了，我喜欢我自己。这个故事的名字是：《我喜欢我》。

### 3. 围绕重点讨论，理解故事内容。教师提问：

(1) 故事里的小动物有哪些本领？小鸟、小松鼠、山羊还有什么本领？

(2) 你还知道那些动物有自己的本领？

师小结：每个动物都有自己的本领，我就是我，谁也代替不了，喜欢自己就要神气、自豪的说出来。

三、引导幼儿找找自己的长处，讲述喜欢自己的理由。

1. 师：小朋友也有自己的本领。你喜欢自己吗？快来和你旁边的小朋友说一说吧，引导幼儿神气自豪地与同伴交流自己喜欢自己的理由。

2. 请个别幼儿在集体面前大胆讲述自己的本领和优点，或是在家里、在幼儿园，会为自己做什么？会为别人做什么？教师带领其他幼儿及时给予鼓励和表扬。

教师小结：

我们每个小朋友都有自己的本领和优点，会做自己的事情，还能帮助别人做事情，所以我们每个孩子都是很棒的。每天我们都在进步，所以，当别人问你“你喜欢你自己吗？”小朋友就要神气、自豪的说出来“我喜欢我自己”。带领幼儿听音乐律动，走出教室。

我执教的活动是《大班社会活动：我喜欢我》，选自山东版教材大班下主题四《我就是我》，次主题一中的活动内容，借助《我喜欢我》中的小青蛙由高兴到难过不自信，再到经过朋友帮助，正确的认识自己的心理历程，讲述了一个如何正确认识自己的故事。幼儿期是个性品质可塑较强的时期，从小培养幼儿自信，对其一生都有影响。提高幼儿的自我价值感是开启幼儿心理和行为积极主动性大门的一把钥匙，对于即将进入小学的大班幼儿来说，非常需要能够正确地认识

自我，评价自己，从而自信的去迎接以学习为主要活动的人生新阶段。我根据大班幼儿的`这些特点把《我喜欢我》定位为`社会活动。并对故事进行改编。

本次活动目标如下：

- 1、理解故事内容，知道每个人都有自己的本领，我就是我，谁也代替不了。这也是活动重点。
- 2、能发现自己的长处，并能大胆的讲述喜欢自己的理由。这是活动的难点。
- 3、在宽松的氛围中，提高自己与他人交流的自信心。

整个教育活动我设计了三个环节：第一个环节，谈话引入，拉近师生关系，激起幼儿认真听讲，大胆回答问题的信心。出示哭泣的青蛙，引起幼儿学习兴趣，第二个环节借助图片讲故事，引导幼儿发现动物们各自的本领，帮助伤心难过的青蛙寻找优点，逐渐感知、体会故事中所蕴含的“我就是我，谁也代替不了”的道理。第三个环节，鼓励幼儿大胆在别人面前讲述自己的本领，展现自己的本领，并引导幼儿发现自己身上不被关注的优点，为幼儿提供表现自己的长处的机会，增强自尊心和自信心，师生互动、生生互动，教师和孩子们的评价直接影响着幼儿的自我价值感，让每个孩子感受赞美和被赞美的快乐。从而大胆的告诉别人“我喜欢我自己”，让自己更加的自信！整个活动，给孩子们创造一个轻松、快乐的氛围，以提高孩子们与别人交流的自信心。更重要的是将自信培养教育渗透到幼儿生活当中，引导幼儿正确地认识自己，评价自己。

活动中有不当之处，敬请各位评委和老师批评指正。

# 大班活动不一样的我教案及反思篇四

案例实录：

主题活动：小小食品检验员

活动要求：

- 1、形成食品保质概念，在饮食方面有初步的自我保护意识
- 2、寻找和发现外包装上的保质期，学习推算食品保质期。

活动准备：

- 1、布置超市情景，整理箱若干
- 2、矿泉水、可乐、鲜牛奶、酸奶、薯片等

活动过程：

环节一：情景表演

快过节了，超市很忙，经理想请小朋友帮忙，把进的货放到货架上好吗？

- 1、幼儿搬运货品并分类，根据货架指示牌摆放货品
- 2、我们一起来检查货架上的食品能不能卖，每份食品都印有它的保质期，把过了保质期的食品挑出来。

经理（老师）验收，和幼儿共同寻找食品的保质期：

- 1、为什么把这些东西挑出来？从哪找到保质期的？
- 2、保质期一般会印在外包装的什么地方？



师将包装盒上的保质期展示给幼儿看。

师总结：保质期印在外包装的上端中缝湖底部，有的印的是凸出的字。

环节二：认识保质期

- 1、怎么知道它是过期食品？它的保质期是怎么写的？
- 2、怎样来看保质期？怎样知道食品是不是在保质期内？
- 3、拿几样食品让幼儿比较，哪样更新鲜？哪样不新鲜？

小结食品的保质期的几种标注方式

环节三：再次复验保质期

幼儿按饮料、奶制品、糕点、糖果部门氛围四组检查保质期，直到完成任务。

环节四：保质期内食品的保存

- 1、出示一盒在保质期内变质的牛奶让幼儿闻和看  
这罐牛奶可以喝吗？为什么

活动主题：超市购物活动目标：

- 1、将积累的钱币经验运用到实际中去。
- 2、理解货物价格的表示方法。

活动准备：

- 1、事先选择好购物地点。与营业员联系，取得配合。

2、告诉幼儿一些超市购物的规则。

活动过程：

一、参观超市：

1、幼儿随意参观，与同伴交流自己看到的货物

2、参观超市货物的分类

二、交代任务

用手中的3元钱在超市买1”2样东西

三、记录自己用钱的情况

四、小鬼购物

教师及时提醒幼儿别把钱丢了，将碰下的货物放回原处

引导幼儿观察货物价格的表示方法。

## 大班活动不一样的我教案及反思篇五

1. 仔细观察画面，尝试根据画面线索，大胆推测故事情节。

2. 学习合理推理，并在推理过程中清楚表达自己的想法。

3. 在看看、说说、猜猜的过程中，体会阅读活动的快乐，初步感受绘本语言的美。

4. 能分析故事情节，培养想象力。

5. 理解故事内容，记清主要情节，初步学习人物的简单对话。

## 【重点，难点】

1. 教学重点：仔细观察画面，尝试根据画面线索，大胆推测故事情节。
2. 教学难点：学习合理推理，并在推理过程中清楚表达自己的想法。

## 【设计理念】

图画唯美细腻，故事悬念深藏加上如诗歌般的文字是这本书的特别之处。作者的画风简直让我们感受到美、让我们感觉到在这样一个环境中却体会到不一样的意境，更能从画面中感受在这个静悄悄的追逐的故事中的奇妙，还能锻炼孩子的逻辑思维能力和仔细观察的能力。《纲要》中也非常明确地指出：“引导幼儿接触优秀的儿童文学作品，使之感受语言的丰富和优美，并通过多种活动帮助幼儿加深对作品的体验和理解。《纲要》比较注重的则是文学作品对儿童语言发展的作用。因此，让幼儿在教师所提供的文学作品中充分感受语言的丰富和优美，是一种组织和设计幼儿园语言文学教育活动的 new 导向和新思路。

## 【设计思路】

一场静悄悄的追逐，在唯美而细腻的图画、如诗歌般的叙述中展开……考虑到大班幼儿身心发展的规律和学习特点，按照“要说、能说、会说”的思维能力的培养幼儿的学习兴趣，进一步发展他们的想象力、创造力、语言表达能力，并在轻松愉快的环境下让孩子学的开心、学的高兴，以满足幼儿的好奇心。我以图片导入激发兴趣，猜想在哪里，有谁会发生什么样的故事开始将幼儿逐步带入故事情节中，跟随着小老鼠的路线一路观察，跟着小老鼠的黑影，那双金黄色的眼睛，到小老鼠到床上时引导猜想接下来的故事，然后带着问题完整听故事，揭示追逐结果，结尾又留下悬念，让孩子们继续

猜想接下来的精彩故事。

## 【教学过程】

一、图片导入情境，激发兴趣1. 借助多媒体出示图片，猜猜是什么？

2. 鼓励大胆、自由地说说废弃的房子里会有谁？

二、创设情境了解故事发展情节1. 出示画面，引导发现故事的主人公小老鼠及隐藏着的那双眼。

2. 逐幅出示图片，跟随小老鼠进入老屋的路线，引导仔细观察，发现小老鼠潜在的危险

(1) 引导发现影子，猜想影子是谁？并说说猜想的依据。

(2) 引导发现那双金黄色的眼睛，并猜想它的主人

(3) 在幼儿观察过程中，引导幼儿尝试说出他想提醒老鼠的一句话(老鼠，小心！有只猫正在靠近！)

(4) 小老鼠跑到房间的床上，睡着了，引导幼儿猜测小老鼠会怎样，鼓励幼儿大胆想象，猜测并说出自己的想法。

3. 利用配音完整讲述故事，揭示追逐结果。

(1) 黑猫为什么不下手捉老鼠

(2) 黑猫表情怎么这样了？

(3) 狗是什么时候出现的？

三、留下悬念，结束活动。

小老鼠逃脱了，黑猫在跑，狗在追，而猫头鹰又跟着狗，后面肯定还有更精彩的故事，我们回教室和好朋友讲一讲吧。

### 【教材反思】

《老鼠，小心!》讲述了一只小老鼠来到了一个无人居住的破败的老房子，有一只猫一直跟随着小老鼠。一场静悄悄的追逐，在唯美而细腻的图画、如诗歌般的叙述中展开……故事的结尾却峰回路转，给读者一个绝妙的惊喜。故事中却没有直接说是猫，而是用了很巧妙和用词说是一只黑影，这样的方式让孩子有了一种好奇的想法，更是想继续看下去。可是当我们接着看下去的时候却发现还有一双眼睛也出现了。这样的紧张空气让我们都担心起了这只小老鼠的安全，所以就会在听故事的过程中会很不自觉的说”老鼠，小心“。

## 大班活动不一样的我教案及反思篇六

近来幼儿在上大班后常规较差，部分幼儿自控能力较差、做事情鲁莽，很少幼儿能去主动的关心、体谅他人，在家里也事事以自己为先，对家里的大小事情都莫不关己。于是进行“不一样的我”这一主题探究活动。

### 案例分析(一)

案例实录：

在“长大的我”的一次照片收集和交流活动0岁的我、现在的我的活动中，孩子们发现自己最大的变化在身高，活动中引导孩子用不同方式进行比较，在用尺进行身高的比较中，孩子有困难了，有的说自己身高是110米，有的说是110，没有单位的，有的还拿出妈妈量衣服的尺，用尺对比着试图说出自己的身高，最后出现了“大人国”，身高110尺。孩子的争论引起了全班孩子的好奇，于是，在这次的活动中我们进行了关于数量单位的学习，孩子通过学习知道了1米有多高，知道身

高尺上的cm是厘米，再次请他们自己去测量身高是，他们终于能正确说出身高是110厘米。幼儿园的学习活动是暂告一个段落了，他们的好奇心和学会新本领的兴奋是无法抑制的，他们有的回到家中拿出尺和爸爸、妈妈一起继续量身高，同时也又一次复习了数量单位。从中也体验到自己长大了，现在学会的本领又多了，甚至有中小大人的感觉。

活动反思：

这次活动内容的选择是适合我们大班幼儿现有水平的，活动内容对他们来说有一定的挑战性。通过这次活动孩子体验了自己长大的喜悦，他们学会了自己去超市购物，他们开始关心自己身边的人，他们学会了主动帮助自己身边的朋友。开展的. 活动内容是依据《纲要》，围绕学期目标而进行的。但活动中，如：我认识的钱币中，孩子分、角、元分不清，老师大可让孩子在这次的活动中，这些问题确实存在，在孩子们争论时我没有马上参与，而只是作为一个旁听者，因为现在的孩子见多识广，在活动中孩子学会多少知识并不是很重要的，重要的是他们掌握一种方法，一种用事实说服他人的一种方法。在孩子争论到最后，终于达成共识，身体包括躯干，手臂、手、腿、脚等，在孩子不再有异议时，再次找找身体哪些地方会动，第二次寻找的时候必第一次的正确率要高很多。这次我改变了常用的教学方法，总结后让孩子再去找，而是只把他们的疑惑点解释一下，大家达成共识，再次再原有基础上继续开展活动，此时，他们会选择自己喜欢的方式去找，或是相互交流，或是镜面示范等方法补充自己的不足。再这次尝试中，我觉得这种互相学习的方法比老师一次次指导的效果要好得多，孩子完全处于一种主动探究、主动学习的状态。

案例分析（三）

案例实录：

## 主题活动：小小食品检验员

### 活动要求：

- 1、形成食品保质概念，在饮食方面有初步的自我保护意识
- 2、寻找和发现外包装上的保质期，学习推算食品保质期。

### 活动准备：

- 1、布置超市情景，整理箱若干
- 2、矿泉水、可乐、鲜牛奶、酸奶、薯片等

### 活动过程：

#### 环节一：情景表演

\*快过节了，超市很忙，经理想请小朋友帮忙，把进的货放到货架上好吗？

- 1、幼儿搬运货品并分类，根据货架指示牌摆放货品
- 2、我们一起来检查货架上的食品能不能卖，每份食品都印有它的保质期，把过了保质期的食品挑出来。

\*经理（老师）验收，和幼儿共同寻找食品的保质期：

- 1、为什么把这些东西挑出来？从哪找到保质期的？
- 2、保质期一般会印在外包装的什么地方？

师将包装盒上的保质期展示给幼儿看。

师总结：保质期印在外包装的上端中缝湖底部，有的印的是

凸出的字。

## 环节二：认识保质期

- 1、怎么知道它是过期食品？它的保质期是怎么写的？
- 2、怎样来看保质期？怎样知道食品是不是在保质期内？
- 3、拿几样食品让幼儿比较，哪样更新鲜？哪样不新鲜？

小结食品的保质期的几种标注方式

## 环节三：再次复验保质期

幼儿按饮料、奶制品、糕点、糖果部门氛围四组检查保质期，直到完成任务。

## 环节四：保质期内食品的保存

- 1、出示一盒在保质期内变质的牛奶让幼儿闻和看

这罐牛奶可以喝吗？为什么

活动主题：

超市购物

活动目标：

- 1、将积累的钱币经验运用到实际中去。
- 2、理解货物价格的表示方法。

活动准备：



- 1、事先选择好购物地点。与营业员联系，取得配合。
- 2、告诉幼儿一些超市购物的规则。

活动过程：

### 一、参观超市

- 1、幼儿随意参观，与同伴交流自己看到的货物
- 2、参观超市货物的分类

### 二、交代任务

用手中的3元钱在超市买1“2样东西

### 三、记录自己用钱的情况

### 四、小鬼购物

教师及时提醒幼儿别把钱丢了，将碰下的货物放回原处

引导幼儿观察货物价格的表示方法。

## 大班活动不一样的我教案及反思篇七

### 【目标预设】

- 1、能正确地认识自我，评价自我。
- 2、知道每个人身上都有优缺点，有改掉缺点的愿望。
- 3、养成敢想敢做、勤学、乐学的良好素质。
- 4、培养幼儿勇敢、活泼的个性。

## 【重点、难点】

能正确地认识自我，评价自我。

## 【设计理念】

幼儿时期正处于自我意识形成与发展的最初阶段，而自我意识正是自信心、自制力、自我评价能力等重要的心理品质形成的基础。对于即将进入小学的大班幼儿来说，非常需要能够正确地认识自我，评价自我，从而充满自信地去迎接以学习为主要活动的人生新阶段。

## 【设计思路】

引导幼儿从外形入手，知道自己是区别于任何一个人的独立个体，形成独立意识，进而尝试用各种方式来表现自己在外形，名字，个性，能力，不足之处等方面的独特性。

## 【教学过程】

### 一、游戏引题

请一名幼儿蒙眼，另请一名幼儿坐在他前面，老师说出此人特征，如发式，衣着，让幼儿猜对面是哪位同学。

师总结：小朋友能根据老师描述的特点就能猜到是谁，是因为我们每个人都是独立的个体，我们每个人的特征都不一样。

[引导幼儿从外形入手，知道自己是区别于任何一个人的独立个体，从而形成独立意识。]

### 二、解读自我

制作：我的标记牌

1、谁能说出自己什么地方和别人不一样，你身上有没有什么别人没有的东西?(幼儿讨论)

2、请你和旁边的好朋友商量商量，并把自己和别人不一样的地方画下来。

3、展示标记牌，请个别幼儿说说自己绘画的内容?对较能明显看出是谁的标记的人加以表扬，贴小贴花。

交流讨论：父母眼中的我

1、教师把“父母眼中的我”讲给幼儿听。

三、《陈毅吃墨水》的故事。

1、教师述说《陈毅吃墨水》的故事。

提问：陈毅为什么蘸墨水就馒头吃?

追问：你觉得陈毅小时候是个怎样的孩子?

师总结：陈毅能成为我们国家的元帅之一，和他的努力、认真、专注是分不开的。如果我们想成功，实现自己的梦想也要努力认真去创造。

2、提问：刚有小朋友说想成为的人，你打算怎样做?

师总结：我们都有一些缺点，只要我们努力克服掉这些缺点我们就是英雄，我们就能成功。

### 【活动反思】

此活动原本想这样安排：发给孩子气球后，先引导幼儿观察气球的特点，如提出一系列问题“看看你们的气球宝宝是什么颜色，什么形状的?用手按一按有什么感觉?”可是孩子

们的注意力全在玩气球上，哪顾得上观察和讲述啊！任凭我怎么以“气球妈妈”的口吻维持教学秩序，孩子们的注意力还是不能集中，于是，我改变了原来的策略，先让孩子尽情地玩，这样调整是很明智的。因为小班孩子的注意维持水平较低，孩子拥有气球后急于想触摸和玩耍，让他们在没有操作的前提下与教师讨论的确是不适宜的。

## 大班活动不一样的我教案及反思篇八

1、乐意围绕“我就是喜欢我”这一话题参与谈话，学习用简短的语句谈论、描述自己。

2、学会正确区分名字中的姓与名。

3、知道自己的优缺点，对自己有信心，喜爱自己。

1、向父母了解自己名字的来历、意义。

2、《我就是喜欢我》故事的音频。

1、听故事

师：你喜欢小青蛙吗？为什么？小青蛙有什么本领？

2、介绍自己的名字

3、说一说爱好

师：你喜欢什么？（我喜欢蓝色，我喜欢唱歌，我喜欢吃苹果等）

4、讲一讲缺点

师：你有什么缺点或做的不好的`地方？（脾气不好，舞蹈不

好等) 小朋友们喜欢自己吗?

## 5、讲一讲会做的事

师: 你会做什么事情? 你会为别人做什么? (帮爸爸妈妈端碗、摆筷子等)。

## 6、结束环节

每个小朋友都有自己的优缺点, 但我们每天都在不断地进步和成长, 如果有人问你喜欢自己吗? 你会说些什么呢? (我喜欢我自己)。