

# 2023年中班教案反思(汇总12篇)

幼儿园教案的编写应注重培养幼儿的综合能力和自主学习能力。下面是小编为大家整理的一些小班教案范例，供大家参考和借鉴。

## 中班教案反思篇一

活动目标：

1. 感受并掌握歌曲中啃苹果的节奏(咔嚓、咔嚓、咔嚓咔嚓咔嚓;咔嚓咔嚓咔嚓咔嚓--)，能够快乐的演唱。
2. 尝试随着节奏用肢体动作创造性地表现苹果被啃的动态。

活动准备：

音乐“毛毛虫啃苹果”、多媒体课件、节奏图谱、贴有苹果的苹果垫4块。

活动过程：

一、导入：毛毛虫来了

1. 师：看是谁来了呢?(播放ppt)(幼儿回答毛毛虫)。
2. 毛毛虫喜欢吃什么呢?

(播放毛毛虫啃苹果音效，倾听后猜测)(树叶、苹果、香蕉、西瓜等。)3. 毛毛虫到底在吃什么我们一起来看看!(播放ppt)4.哇毛毛虫这么喜欢吃苹果。

二、学习毛毛虫啃苹果的节奏。

1. 它经常会一口一口啃苹果哦，我们一起来听听。它是怎么啃苹果的?(播放音效)(幼儿回答咔嚓、咔嚓、咔嚓咔嚓咔嚓)(出示图谱)(教师讲解图谱：毛毛咬一下、停下来、又咬一下、然后快快的咬了三下。)

2、那我们来一起学学毛毛虫啃苹果吧(练习2次)3. 毛毛虫真淘气，它又开始啃苹果了，来听一听，她这次是怎么啃的呢?(播放音乐)4. 听完喽，毛毛虫这次怎么啃的啊?(幼儿回答咔嚓咔嚓咔嚓咔嚓--，教师出示图谱并讲解图谱：快快的咬了四下，然后嚼一嚼。)5. 淘气的毛毛虫喜欢啃苹果，那我们一起来啃一啃，可是老师的手点哪里，你们就跟着节奏来啃哦!(反复2次)三、毛毛虫啃苹果(一)感知学唱游戏歌曲1. 毛毛虫啃了什么样的苹果呢?我们一起来看一看，听一听!(播放动画)2. 毛毛虫都啃了什么样的苹果?按幼儿说的出示图片，并唱乐曲。

3. 再听一次，是啃了这些苹果吗?

4. 分句听辨，出示图谱，感知学唱啃不同的苹果时发出的不同声音节奏。

5. 区别啃大小苹果的声音，跟着音乐，和毛毛虫一块啃苹果(快乐地歌唱)。

## (二)游戏--毛毛虫啃苹果

1. 老师做毛毛虫，幼儿尝试按节奏表现苹果被啃，变成苹果核的动态。

2. 请幼儿分组自选苹果变，唱到啃什么苹果，变什么苹果的幼儿就表现被啃动态。(视情况再次游戏。)

## 四、毛毛虫变蝴蝶

1. 毛毛虫吃了这么多苹果，开始休息了。

2. 毛毛虫睡了美美的一觉醒来，呀！变成什么啦？毛毛虫变蝴蝶喽！（一起学蝴蝶飞，出活动室）

五、歌曲谱：

活动反思：

《纲要》中指出，教育内容的选择，应既贴近幼儿的生活来选择幼儿感兴趣的事情，可爱的毛毛虫是中班孩子们非常熟悉和喜爱的小动物。《毛毛虫啃苹果》是一首一段体的歌曲，其音乐流畅、节奏鲜明，具有动作性和故事性，它以毛毛虫啃不同大小、不同颜色的苹果时发出的不同节奏声音为贯穿的主线，蕴含感受节奏不同、声音高低等音乐要素，内容浅显而有趣。本活动意在通过师幼互动，运用形象生动的音乐图谱，以鼓励、赏识的方法来调动幼儿积极性、主动性和创造性，使幼儿愉快地投入到整个活动中。这首歌的旋律生动活泼、节奏感强，内容浅显生动，是幼儿学习演唱歌曲的好教材。

## 中班教案反思篇二

录音机、多媒体

教学目的

通过欣赏《大海》，使学生初步了解西方近代音乐的风格特点。

重点难点：

赏析《大海》，感受、体验其音乐风格。

领会和理解印象主义音乐的风格特点。

## 教学过程

### 一、课前预习及导课。

1、交响素描《大海》是德彪西创作的一部音乐画卷，它由三幅交响素描组成。三首素描有机地联系在一起，生动地描绘了充满阳光的海面上变化无常的景象，描绘了海的气氛和海的性格。它们既像是一部由三个乐章组成的交响曲，又好像是一首庞大的交响诗。本课欣赏的是《大海》的第二首《海浪的嬉戏》。

2、《海浪的嬉戏》描绘的是浪花在欢快地嬉戏。如果把德彪西的三幅素描看做一部篇幅不太大的交响曲的话，那么这第二幅便是其中的一个辉煌的谈谐曲乐章。海有万千变化，有时安静沉着，有时又令人感到困惑。而这第二幅，作者集中描绘的却是它的自我欢娱——浪的游戏。在无数轻快典雅的乐句中，在色彩斑润的和声对置下，汹涌的波涛和腾越的浪花，以及后浪推前浪的不停顿冲击，成为乐曲的中心。轻快的舞蹈性旋律与节奏及其恢谐性的笔法，构筑成这一印象主义的音乐画卷。

### 二、授新课

1、用录音机放《大海》，同时对作者、背景及乐曲进行介绍和讲解。

（一）展示思考题：这部作品与以往欣赏过的作品有不同吗？你能说出有哪些不同？

（二）学生初听《海浪的嬉戏》。

（三）老师引导学生回答思考题

印象主义音乐产生于十九世纪末，它是受象征主义文学和印象主义绘画影响而出现的音乐流派。它力求改变浪漫主义的主观情感表现，采用印象主义的创作手法，渲染神秘朦胧，若隐若现，虚无缘渺的气氛和色彩，主张捕捉自然界的瞬间印象。

展示思考题：

1. 这个片断是由什么乐器演奏的？
2. 这个片断描绘了大海怎样的景象？

教师归纳：这首乐曲几乎都是由这样短小的动机，和不大有规律的节奏型组成的。这些旋律片断生动而迷人地表现出海浪的泡沫和水珠，以及阳光在起伏的海面上映出的闪光。这个片断是由长笛、单簧管及小提琴演奏的。

作者简介：

德彪西是十九世纪末，二十世纪初法国杰出的作曲家、钢琴家、指挥家和音乐评论家，印象主义音乐的创始人。他著名的作品有管弦乐《牧神的午后前奏曲》。钢琴曲《月光》，以及《云》、《节日》、《大海》等作品。罗曼·罗兰对德彪西是这样描绘的：“这是一个“伟大的梦境画家。”

分析归纳印象派的特点：

1. 旋律方面：不易歌唱，瞬息万变，轮廓朦胧模糊，但有踪迹可寻。而在其他音乐流派中，特别是民族乐派的旋律，尤其易于歌唱。
2. 节奏上不强调节拍重音。在作品中，音乐小心地柔和流动地遮掩了节奏的律动，从一个小节滑向下一个小节。

3. 和声方面：追求模糊的混合色彩，具有捉摸不定闪烁的图画性质。德彪西强调音程八、五度的平行进行，而这样的平行运动在古典时期是禁用的，他多用其他乐派认为不协和的和声，如二度进行及九和弦等：这样就使他的作品出现了奇妙的色彩。

4. 调式方面：由于更多地运用上述手法，使得印象派的音乐既不在大调上也不在小调上，而在二者之间摇摆，在各种调的边缘徘徊，创造出难以捉摸的效果，就像是印象派绘画中朦胧的轮廓。

5. 在曲式结构上：倾向于小型作品，用简单灵活的形式代替奏鸣曲式结构。

再听《海浪的嬉戏》：（一）要求学生边听边把自己想到的内容用文字或绘画的方式表现出来。（二）展示学生的文字描述或绘画。

### 三、总结

（用德彪西的一段话）我非常热爱音乐。正因为我热爱音乐，我试图让它脱离使它受到抑制的贫乏的传统。音乐是热情洋溢的自由艺术，是室外的艺术，像自然那样无边无际，像风，像天空，像海洋。绝不能把音乐关在屋子里，成为学院派的艺术。

总之，印象主义的音乐就是打破传统的束缚，在艺术手法上追求更新的东西。模糊的轮廓，朦胧的色彩，不易分辨的色调变化，不连贯的短小动机的瞬息飘浮，都是印象派音乐明显的标志。它反映了时代变化的初步迹象，是现代音乐许多重要特点和精神意境的发端。

教学反思：

## 1、创设情境，灵活自如

《音乐课堂标准》中指出“音乐课应发挥音乐艺术特有的魅力，在不同的教学阶段，根据学生身心发展规律和审美的心理特点，以丰富多彩的教学内容和生动活泼的教学形式，激发和培养学生的学习兴趣。”基于这种理念，在课的一开始，我为学生创设了情境，我让学生闭上眼睛，欣赏配乐朗诵，当学生慢慢地睁开眼睛时，学生已经到了美丽的海底世界，这种导入，为整节课的愉快教学打下了良好的基础。紧接着用大海画面引入，把学生带进美丽的诗境。后通过欣赏各种形态“海”的画面，学生表演，模仿各种不同情境的大海所发出的声音等环节，学生不仅复习了乐器——小提琴，了解了“独奏”这一形式，还进行了发声练习，并很快掌握了歌曲的旋律，这些都是在潜移默化中进行的，学生饶有趣味的参与其中，灵活自如，避免了枯燥的技术训练。

## 2、异彩纷呈，视野开阔

“才艺三分钟”既为学生施展才华、彰显个性提供了舞台，也为老师灵活自如地驾驭课堂提供了锻炼的契机。如这节课我让学生大胆地去表演，先把学生分成两组，结合歌词的大意，创编一些舞蹈动作、律动、节奏型、图画等活动，增强歌曲的感染力，这种做法，大大地激发了学生的兴趣和情绪，极大地调动了学生的学习积极性。通过以上的活动，让学生欣赏各种形态“海”的画面，在充满海的品味的音乐声中去认识美、寻找美、感受美、表现美及鉴赏美。

新课程的实施以来，我深深地感触到：自己在困惑中逐渐有意识地实践新课程所倡导的“自主合作探究”的理念，努力追寻“审美与情感共鸣”，让师生、生生之间相互学习，彼此分享，体验成功，共同提高。

## 中班教案反思篇三

过程：

（一）小朋友排队：幼儿分组排队，看一看谁排在第几位，从左面数第几位是谁，

从右面数第几位是谁？

（二）小动物找家

1、摆若干个弓形门当作动物的家，每个家门口挂一种动物头饰，幼儿分别戴这几种头饰。

种头饰。

2、看一看第几号房子是谁的家？

3、"小动物"听音乐模仿各种动物的动作，音乐停，迅速跑回自己家，问："

你住在第几号房子里？

（三）找座位

1、玩火车：在火车票上写上数字，幼儿要根据数字上第几号车箱找座位

2、小剧院：不同颜色的票代表不同的排，不同数字代表不同的号，幼儿购票入场

坐相应的排与号。老师查票，幼儿说出自己是几排几号

（四）住楼房



- 1、老师与幼儿每人带一张照片
- 2、画一座楼房，共四层，每层十个窗户可以开关，将楼房画贴在墙上
- 3、幼儿自选一个窗口，将照片插在窗户里
- 4、看一看某某住在第几层，第几号
- 5、看一看第几层，第几号住的是谁？

## 中班教案反思篇四

1. 认识1角、5角、1元的硬币，及它们之间的换算关系。
2. 掌握购物时不同的付钱方式，感受数学与生活的密切联系。
3. 感受购物的乐趣，体验成功的喜悦。
4. 培养幼儿边操作边讲述的习惯。
5. 发展幼儿的观察力、空间想象能力。

### 活动准备

#### 1. 知识准备：

- (1)活动前幼儿对人民币有初步认识，有“超市购物”的经验。
- (2)幼儿认识汉字“角”。

#### 2. 物质准备：

- (1)布置“超市”，货架上摆有各种实物，并标明价钱。

(2) 装有10个1角、2个5角、1个1元硬币的盒，幼儿人手一份。

(3) 付钱方法展示板四块。

(4) 直观演示1角、5角、1元硬币之间换算关系的课件。

(5) 幼儿人手一张存钱卡。

## 活动过程

### 1. 导入活动，认识硬币

(1) 让幼儿感知、发现硬币的特征。

师：“今天老师给小朋友带来了一份礼物，请你们轻轻地打开盒子，看看里面装着什么。”（幼儿打开盒子。）

师：“哇，好多硬币！小朋友们看看，都有多少钱的硬币？”（1角，5角，1元。）

“好，现在请小朋友把盒子盖起来，老师要考考你们。”

(2) 出示1角课件。

师：“小朋友们看，这是多少钱的硬币？”（1角。）

“你怎么知道它是1角钱？”引导幼儿观察硬币上的标志。

教师小结：对了，它的上面写着“1角”，它就是1角钱。

以同样方式分别出示5角、1元课件，让幼儿认识。

师小结：5角的硬币是金色的，上面写着5角；硬币中的是1元的硬币，它的上面写着1元。

## 游戏：取硬币

师：“我们一起玩一个取硬币的游戏：老师说出多少钱的硬币，请小朋友快速地举起这个硬币，看谁举得又快又准确。”

老师发布命令：“请举起1角(5角、1元)的硬币。”幼儿取相应的硬币。

师：“小朋友们真棒！今天我们有这么多钱，想不想去超市购物？”（想。）

“去超市购物时，小朋友要先看看货架上都有哪些商品，价格是多少，然后选一样自己喜欢的，到收银台付钱。”“老师先请小朋友拿着钱盒到1号货架购物。”

评析：此环节的设计意图是让幼儿对已有的经验进行整理。幼儿在活动前对硬币有了粗浅认识。活动过程中，教师借助实物，通过游戏，从1角、5角、1元三种硬币最明显的特征入手，引导幼儿准确认识1角、5角、1元硬币，体现了活动的趣味性。

## 2. 幼儿第一次购物，探索1角、5角、1元毛硬币之间的换算关系

幼儿带着钱盒，到超市1号货架选商品(师设计的每一件商品均为5角钱或1元钱)，并到收银员处付钱。(收银员由老师担任：展示幼儿付钱方法，幼儿只有付钱正确才能拿走商品。)

集中梳理经验，知道硬币之间的换算关系。

提问：“谁愿意来说说你买的是什么？多少钱？你是怎样付钱的？”

幼儿分别说出5角钱的两种付钱方式：用1个5角来付钱；用5个1角付钱。

师小结：“这些小朋友买的都是5角钱的东西。有的小朋友用1个5角付钱，有的用5个1角付钱。”

出示课件梳理：“5个1角的硬币合起来是5角钱，1个5角的硬币也是5角钱。”

提问：“谁买的是1元的东西？你是怎么付钱的？”

幼儿分别说出1元钱的多种付钱方式：“我买了一个1元的\_\_，用一个1元的硬币付钱。”“用10个1角的硬币付钱。”“用2个5角的硬币付钱。”“用5个1角和1个5角的硬币付钱。”

出示课件，梳理1元硬币之间的换算关系：2个5角的硬币合起来是1元钱；10个1角合起来是1元钱；5个1角和1个5角合起来也是1元钱。

师：“原来硬币里还藏着这么多秘密。我们刚才只买了5角、1元的商品，超市里还有很多不同价格的商品，你们想买吗？购物时请小朋友仔细看看上面的标价，想想怎样付钱简便些？好，请大家拿着钱盒去购物吧！”

3. 幼儿到超市选商品，教师观察。收银员由老师担任，展示幼儿付钱方法。

集中讨论，梳理多种付钱方法。

师提问：“你买的是什么？多少钱？你是怎样付钱的？”（幼儿边讲，教师边演示课件。）

(1) 6角钱的商品的两种付钱方式：用6个1角的硬币来付钱；用1个5角和1个1角合起来也是6角，这种付钱方法只用了2个

硬币，简便多了。

(2) 8角钱的咪咪虾条付钱方式：用了8个1角来付钱；用1个5角的硬币和3个1角的硬币合起来也是8角钱。

(3) 如果我买的東西是1元，請小朋友幫我想想怎樣用1元、5角或者1角的硬幣來付錢呢？”

小結：可以直接用1元的硬幣來付，也可以用2個5角的硬幣來付，因為他們合起來是1元，還可以用10個1角來付。還可以用1個5角和5個1角來付。”

師：“原來同樣的價錢可以有各種付錢方法。”（請小朋友將商品放入桌子底下的籃子裡。）

評析：這一環節教師巧妙設計，讓幼兒在一次次購物遊戲中發現各種付錢方法，既拓展了幼兒思維，又進一步感受了數學與生活的密切聯繫，充分體現幼兒在活動中探究學習、發現學習的特色。

#### 4. 第三次購物，鞏固幼兒經驗，體驗成功的喜悅

(1) 師：“今天老師還給大家準備了一樣神秘的禮物——存錢卡（出示存錢卡）。這回要請小朋友將你的付錢方法存在存錢卡裡。去超市購物時，請小朋友選一樣自己喜歡的商品，看看多少錢，然後回到座位上，將你的付錢方法粘在銀行卡的背面。

(2) 幼兒自由購物，將付錢方法黏貼在存錢卡上。教師巡回指導，引導幼兒介紹自己的付錢方法。

#### 5. 分享商品，結束活動

師：“今天我們認識了1角、5角、1元的硬幣，學會了不同的

付钱方法，到超市里买了这么多的商品，真开心!今天也来了这么多的客人老师，我们请她们一起来品尝我们购买的商品好吗?请小朋友把自己购买的商品送与客人老师一起分享吧。”

## 中班教案反思篇五

通过上课、反思，我觉得应该调整活动思路，大胆放开让学生去发现去思考，让他们自己了解高矮的比较，而不是教师给强行灌输。另外还需要增设材料。如：在幼儿两两比较高矮时为幼儿提供一些大型积木、椅子等，让多数幼儿有机会站在不同水平面比较，能自己寻找出比较高矮的正确方法。同时将高矮的相对性引出，使层次与层次之间过渡自然。操作材料准备应有比较明显的差异，而不是同一颜色等情况，让幼儿有所比较和区别，保证活动有序进行。同时，更重要的是要不断加强专业知识的学习，努力提高自身素质，多看，多问，多学习，甩开大步向前迈进，做一名真正合格的幼儿教育工作者。

## 中班教案反思篇六

帮助幼儿学会分享。

录像机、木偶表演。

1演一演

(1) 看木偶表演。

小熊正在草地上放风筝，一不小心风筝挂在树上了，怎么也拉不下来，急得小熊都快哭了。正当这时，小羊走过来了，它对小熊说：“别着急，我来帮助你。”只见它从草地上捡起了一根很长的树枝，对着风筝用力往上一顶。哈哈!风筝飞起来了，小熊真高兴，对小羊说：“谢谢你，你真

棒！“小羊说：“不用谢，上次我的风筝也挂在树上了，是爸爸教我这样做的”“哈哈！原来是这样！”他们高兴地笑了。讨论：小羊用什么方法帮助了小熊？它为什么会成功呢？（2）看录像。

讨论：小刚用什么方法帮助元元的？元元心里会有什么感觉？

2说一。

（1）小红不爱吃青菜，你有什么办法帮助她吗？

（2）洋洋不会拍皮球，你有什么办法帮助他吗？

（3）涛涛爱打架，别人都不愿理他，你有什么办法帮助他吗？

（4）有个小朋友不爱睡午觉。你会怎么帮他？

克服依赖心理，学会宽容别人。发现同学的缺点能当面指出。  
教学重点：初步培养自己的问题自己解决的能力。

消除依赖心理，学会宽容别人。

一、谈话导入，揭示课题。

引出：打小报告（板书）

2、如果，在学校里有人欺负你了，你又会怎么办？

3、你在哪些情况下，会去报告老师？（教师随意板书）

二、看小品，明理。

1、小品1：下课了，同学们在玩，小亮无意中撞了小明一下，小明不问缘由，就跑去向老师报告，说小亮打他，急得老师放下要批改的作业本，去处理这件事。

看完请学生说小明是怎么做的？对不对？为什么？

2、小品2：有一位家长在和老师交谈，冬冬总是插进来说话，使老师和家长都无法谈话。

看完请学生说冬冬这样做对吗？为什么？

3□

教师小结

刚才两位同学的做法，都是不对的，不仅把同学之间发生的一些小事夸大，还影响了老师办公。所以我们“不要动不动就打小报告”（板书）

4、行为指导

如果你是他们，你会怎么做？请你帮他们一下好吗？

板书：请让我来帮助你

三、行为指导。

1、看板书指导。并贴上小红花。

2、指名表演。

（1）小亮和同学吵架了，小明看见了，进行劝阻。

（2）老师在办公，小艳看见了一件不文明的事，本想告诉老师，但思考了一下就走过去劝阻。

（3）小亮不小心碰翻了小艳的铅笔盒，摔断了几只铅笔，小艳原谅了他。



#### 四、表扬与奖励

- 1、夸夸我们班能主动帮助同学的学生。
- 2、夸夸能宽容别人的学生。
- 3、夸夸能自己的事自己想办法解决的学生。

#### 五、总结、唱歌

今天这节课，使你学到了什么本领？是呀，只要我们都有一颗宽容别人的心，自己的事自己想办法解决，我们就会快快长大，变得更能干，这个世界也会变得更美丽。

全班齐唱《请让我来帮助你》课题：中学生考试焦虑

教学重点：中学生考试焦虑的成因分析，以及调控措施。

难点：结合实际，从内部因素分析成因，并且采用适当的方法进行调控。课时：一课时教学过程：

1. 复习旧课，回顾上节课所学习的关于自我意识方面的知识。
2. 导入新课。

由谜语引入“虑”字，再引出课题。——“中学生考试焦虑”谜语：有心的老虎没几只（虑）。

考场上的竞争，不仅仅是知识、技能的角逐，也是心理状况的较量。在考试中，总有许多“名不见经传”的“小人物”取得辉煌成绩，同样，也有一些“尖子”“失手落马”。因为前者轻轻松松，没有压力，超水平的发挥，后者过度焦虑，显得惊慌，恐惧等，影响其正常发挥。而这种现象又是一个非常普遍的现象。

每年的中考，高考前夕，北京孔庙都有大量考生敬香，专家

分析，他们是通过这种方式缓解其对考试的焦虑。有一个考生在考试时就是因为没有焦虑，考了一会就交卷出来了，试卷上写了几个字“小子本无才，老子逼上来，卷子交上去，鸭蛋滚下来”。可见没有焦虑也是不行的。焦虑必须有，但是有一个度的限制。过度的考试焦虑，会有许多不良影响，比如：出现头昏，头晕，胸闷，心悸，呼吸困难，口干，尿频，出汗，失眠，震颤和运动不安等明显的躯体症状，在行为上，表现得惶恐不安，多余动作增加，胡乱答卷，早早退出考场等。

### 3. 讲授新课。

#### 1) 关于考试焦虑的成因□a□内部因素：

**a复习不充分：**据调查80%的学生其考试焦虑是由于复习准备不充分引起的，因此考前进行充分的复习是很有必要的。

**b自我期望值：**从期望价值理论分析，行为取决于期望和价值，任何一个行为都取决于实现目标的可能性和目标的重要性的认识。对失败正确面对，避免产生“一朝被蛇咬，十年怕井绳”的挫折心态。

**c性格因素：**外向的人，重视外在世界，爱社交，活泼，乐观，开朗，自信，勇于进去，对环境适应力强，易不安和兴奋。内向的人重视主观世界，好沉思，善内省，孤僻，乏自信，易害羞，冷漠，寡言，对环境的适应性强，脆弱，对自己过分苛刻，易出现负向情绪。外向的人比内向的人更易焦虑，应该多与朋友交往，养成开朗活泼的性格。

**d身体健康因素：**身体不健康的人在担心自己身体状况的同时，总想让自己在某一方面超过别人，比别人优秀，因此，他们更致力于学习方面的努力，加大自己的压力，增强了考试焦虑。

**e性别因素：**女性本身的焦虑特质就比男性高，而且不良情绪的宣泄表现的没有男性明显，因此常常因为不能很好的进行

自我调控，其焦虑程度比男性偏高。

**b**外部因素 **a**社会因素：现在相当的企事业单位过分追求高学历，特别在经济发达地区，用人单位对工作人员的学历看得特别重，甚至出现连厕所清洁员也要求本科或以上学历的人员担任的荒谬现象，造成了人力资源的极度浪费，在“一棒定终身”的现实社会中，这也就无形中加重了学生的压力，人为的加重了学生对考试分数的期望值，造成考试焦虑 **b**家庭因素：家长对孩子的要求与管教过严，期望水平过高，或强迫式的学习，都会让孩子对学习反感，产生压力，形成考试焦虑 **c**学校因素：虽然国家进行教育改革，提倡素质教育，但由于我国受到封建社会采育的教育制度的影响，现行的教育制度仍以应试教育为主。“考考考，教师的法宝；分分分，学生的命根。”这一现象仍普遍。

## 2) 如何进行调控。

**a**正确地进行自我评价和自我分析，准确了解自己，建立合理的奋斗目标。建立合理的奋斗目标是解除心理顾虑第一步。高考中，大部分人是定高了目标，这个目标很难实现，在心理上自然而然地产生恐惧感。另外一部分人虽然没有明确地定下目标，但总幻想有奇迹的出现，这就增加了思想负担。目标是建立在能力基础上的，应对自己的水平、在班级名次、各科的优劣作客观的分析，根据这个分析去定目标，就多了一份现实，少了一份幻想，考起试来塌实得多。

**b**以心理状态积极，健康的人作榜样。“榜样的力量是无穷的”，这话有一定道理。

在心中暗暗的向自己的榜样学习，把他变成激励者，组织者，行为的评定者，也可以与他多多谈话，体会那种遇险不惊，沉着机智等良好心理状态。

**c**有意克制不良心理活动，使之向良好心理活动转化。有些

同学的心理状态是波浪式的，时好时坏，自己也深为苦恼。这是不良心理与良好心理进行冲突，进行斗争的结果，有时良性的占据主导地位，有时反之。当恐惧、烦躁等不良心理出现时，考生就应该克制，或通过转移注意力把它转化。———（应注意持之以恆）。

d□增加愉快的情绪体验，在学习生活中寻找乐趣。学习的某些失败肯定存在，失意也很正常。在考试复习中，更是充满酸甜苦辣。考生不要把心思全放在分数上，应尽量增加生活情趣，让自己有更多的愉快情绪体验。只要认真发行，即使在“沉闷”的课堂也有很多新鲜事，“枯燥”的复习也有许多乐趣。放松紧绷的神经，体验生活学习的精彩。

e□表现不良心理。复习考试的种种烦闷，苦恼、痛苦，考生还可以把它表现出来。第一，请老师、家长和朋友帮助。考生大可不必认为倾诉不良心理状态不好意思。请他们帮助、疏导，大脑变得清醒，心灵也得到了慰藉；第二自我宣泄。放声大哭、剧烈体育运动等，都以证明事调节不良心理的好办法□f□进考场前的自我调节：

不断对自己进行心理暗示，“相信自己，一定考好”。身体的放松是大脑放松，调节心态的最好办法。（右半脑的控制）考前睡眠：7-8小时，晚上不得超过10点。方法“先睡心，后睡眠”。系统脱敏：

g□给过去的失败归因。害怕担心是不必要的，要想消除，重要的方法是对过去失败正确归因。能客观、正确地认识过去的失败，丢掉模糊不清的担忧、摆脱失败阴影，把考生的心理活动与客观联系起来、总结经验教训，走向成功。———引出下次课题：如何进行正确归因。

4. 总结：教给学生考试答题的基本要领：

“慢做会的求全对，稳做中档题一分也不浪费，舍去全不会

的。”

会做的题慢慢做，保证全对，中档题可以上手，很多科都按步计分，做一步给一步分，中档题能做一步就做一步，舍去全不会是指难题，不是说一看不会就舍去，要认真看认真思考，确实不会再舍去。

## 中班教案反思篇七

活动目标：

- 1、了解端午节的名称、来历和有关习俗，知道端午节是中国的传统节日之一。
- 2、通过编彩带、做香囊、画彩蛋等有趣的活动，体验端午节特有的习俗。
- 3、感受中国民间节日特有的韵味。
- 4、让幼儿了解节日的由来，感受节日欢乐的气氛，一起欢度节日。
- 5、体验明显的季节特征。

活动准备：

- 1、flash故事《端午节的传说》、《端午节的习俗》
- 2、编彩带、做香囊、画彩蛋等活动的相关材料。

活动过程：

- (一) 了解端午节的名称及时间。

1、出示粽子实物，引发幼儿兴趣。

教师小结：五月五，是端午。端午节是我们中国的传统节日。

（二）引导幼儿了解端午节的来历。

1、观看端午节的故事。

师：你们知道端午节的故事吗？

2、提问帮助理解。

师：刚才故事里说了什么？

教师小结：端午节是为了纪念伟大的爱国诗人屈原，还要吃粽子呢。吃粽子，忆屈原。

（三）集体感知端午节吃粽子和划龙舟这两种主要习俗。

1、从幼儿自身经验来感知吃粽子的风俗。

从粽子的味道、形状、粽叶等方面让幼儿体验端午节吃粽子的风俗。

教师小结：看来粽子的味道不同，形状和颜色也有很多种呢。

2、玩赛龙舟游戏，体验端午赛龙舟的快乐。

师：端午节除了吃粽子人们还要进行一项很热闹的活动。

幼儿玩赛龙舟游戏，并分享游戏的感受。

教师小结：看来呀赛龙舟不仅能锻炼身体，还能给大家带来快乐呢！

（四）自主探索，通过编彩带、做香囊、画彩蛋等有趣的活动，了解端午节的其他一些习俗。

1、提供实物、录像等，幼儿分组探索端午节的常见习俗。

2、幼儿交流探索结果。

教师小结：这些活动不仅是为了纪念屈原，还有着人们希望一家团聚，生活美满的心愿呢！

（五）结束活动，儿歌总结。

1、教师念儿歌总结。

2、去教室里继续寻找端午节的其他活动。

活动延伸：

美工区：用彩色纸折粽子，尝试编蛋网兜。

生活区：继续学习包粽子，编彩带、做香囊、画彩蛋等有趣的活动。

语言区：讲讲端午节的一些风俗习惯与传统故事。

教学反思：

本活动设计，让幼儿初步感知一些中国民俗文化，从而激发幼儿对民族文化的兴趣和情感，又因为中华民族的文化源远流长，而中班幼儿的认知特点具体直观形象，故本活动设计通过包粽子、看图片、采艾草、做龙舟、赛龙舟等，使孩子有一些感性的认识，从而使幼儿热爱祖国的情感。

## 中班教案反思篇八

设计背景冬天到了，很多幼儿怕冷，不愿意参加活动，也不想到学校，手耳冻伤。

- 1、让幼儿亲身感受冬天到了，知道冬天很冷，人们有很多保暖的方法，观察冬天花草树木的变化。
- 2、通过亲身游戏活动，让幼儿知道冬天要多锻炼，鼓励幼儿不怕冷。
- 3、培养孩子清楚表述和大胆表演的能力。
- 4、体验明显的季节特征。
- 5、探索、发现生活中的多样性及特征。

重点难点培养孩子清楚表述和大胆表演的能力；让幼儿知道冬天要多锻炼，

鼓励幼儿不怕冷。

活动准备散文诗《太阳公公害羞了》录音、光碟。

1、导入：冬天来了，北风呼呼的吹，（放风的声音，师夸张的做冷的动作感染幼儿）问：（1）听到风声觉得怎么样？（听到风声觉得冷）

（2）冬天的`风可厉害了，吹到身上很冷，有什么办法让身体暖和起来？（要穿厚厚的衣服，外出时要外套，戴帽子、手套、围巾；还可以用取暖器、烤火、开空调等；还要多运动，多锻炼身体）

（3）小朋友真有办法，天冷了我们可以穿厚厚的衣服，让身体



暖和起来，要是外面的小树，河里的小鱼冷了，他们是用什么方法来保暖的呢？让我们听听散文诗《太阳公公害羞了》就知道了。

2、新授：放光碟《太阳公公害羞了》师讲，问：

（1）散文诗讲完了，散文诗的名字叫什么？（《太阳公公害羞了》）

（2）散文诗里讲了谁呀？（小树，小鱼，太阳公公）太阳公公懒被窝害羞了，害羞就是做了一件不好的事情觉得不好意思就是害羞，太阳公公懒被窝害羞不害羞？（害羞）我们来羞羞它好不好？（羞羞羞）。

（3）小树小鱼是用什么方法保暖的？让我们在听听散文诗。

3、放录音散文诗，问：

（1）谁告诉老师小树是用什么方法保暖的？（小树怕冷了，系上围脖），小鱼那？（小鱼怕冷了，在河面上按上大玻璃）。

（2）散文诗里的小朋友在干什么？（跑步）这个小朋友真勇敢，不怕冷，早早的起床去跑步锻炼身体。

4、让我们也起来活动活动吧（全体幼儿起立），在活动的时候老师是风婆婆，你们是小雪花，你们要按老师的口令来做，老师说“风大了”你们边跑边发出“呜呜”的声音，“风小了”你们轻轻的跑，“风停了”你们就停下，“谁到地里护麦苗”，你们就蹲下。游戏1——2遍。活动结束：孩子们，活动完了，我们的身体是不是热乎乎的？太阳公公怕冷懒被窝，我们可不要怕冷，勇敢的到外面进行体育锻炼，做个健康的宝宝好吗？让我们到外面和小树一起做游戏吧。

## 中班教案反思篇九

一、情境导入，引出话题。

（欣赏ppt相关内容）师：这是谁啊？猜猜小熊发生了什么事情？

你们能帮忙将气球取下来吗？（请高矮不同的两名小朋友）

小结：原来他们两人一个高，一个矮。

二、观察ppt图片，了解比较高矮应站在同一高度。

小结：原来比高矮应该站在同一水平线高度。

三、比较三个动物卡片的高矮，并将其按高矮排序。

师：小熊也想跟他的朋友比高矮，他找来了猴子和老虎。请小朋友一起帮帮忙，将他们三只小动物按照从矮到高的顺序排一排。（同时出示从矮到高的标记图）一定要让小动物站在同一高度哦！（幼儿分组操作，教师巡回指导。）

请幼儿说一说是怎么排列的，谁个子最高，谁个子最矮，谁排中间。

四、幼儿比较四张动物卡片的高矮，再次操作。

师：小牛们听说小动物在比高矮，也被吸引过来了（ppt出示四头高矮不同的小牛）请每个小朋友选择一头小牛，再跟原来的小熊、猴子、老虎比一比，看看小牛应该排哪个位置合适？（幼儿再次分组操作，教师巡回指导。）

请小朋友说说自己的操作纸。

五、音乐游戏“找朋友”比较高、矮、一样高，结束活动。

师：小朋友想不想学小熊来玩一玩比高矮的游戏呢？那我们一边唱找朋友，一边和同伴比一比，并说一说：我和xxx一样高，我比xxx高，我比xxx矮。

## 中班教案反思篇十

- 1、能感受故事的有趣，知道自然界动物的多样性。
- 2、学习词汇：又轻又快、蹦蹦跳跳。
- 3、通过语言表达和动作相结合的形式充分感受故事的童趣。
- 4、引导幼儿在故事和游戏中学习，感悟生活。
- 5、鼓励幼儿大胆的猜猜、讲讲、动动。

1、磁性教具：数字卡及相关动物的脚的图。

2、配套幼儿画册。

1、游戏“猜猜它是谁”，引起幼儿兴趣。

(1)教师出示图片(画有小鸡脚)。

提问：猜猜它是谁？有几只脚？它是怎样走路的？(学习词汇：又轻又巧)大家来学一学。

(2)分别出示小兔、螳螂、螃蟹的图片，步骤同(1)。

2、教师讲故事，引起幼儿数蜈蚣脚的兴趣。

3、再次欣赏故事。

出示如下图示，鼓励幼儿与教师共同讲述，并学做夸张动作。

(动物图片)(数字)

小鸡小兔螳螂螃蟹蜈蚣

4、讨论：蛇、老鼠、乌龟、蝴蝶、大象各有几只脚。

在培养幼儿的语言时，要把握每个幼儿的实际，掌握幼儿学习语言的规律，有计划地进行培养和训练，让幼儿多看、多听、多说、多练，培养良好的语言习惯，创设良好的语言环境，那么，幼儿的语言一定会健康的发展。

## 中班教案反思篇十一

- 1、初步感知歌曲，并能用形体动作表现大胆歌曲。
- 2、感知音乐的强弱，乐意与老师、同伴一起参与音乐活动。
- 3、熟悉歌曲的旋律，学唱歌曲，有表情地演唱歌曲。
- 4、喜欢参加音乐活动，体验音乐游戏的快乐。

学唱歌曲，感受歌唱游戏的快乐。

能用形体动作大胆表现歌曲。

幻灯片。

(一) 理解歌曲、初步感知

- 1、师：边操作幻灯片边讲述故事
- 2、老师念儿歌，幼儿跟念

3、哎，这只大灰熊它刚才是怎么发怒的？你们会发怒吗？好，请你们来学学大灰熊，大灰熊发怒的时候，还会从床上怎么样？（站起来）请小朋友学一下。

## （二）学唱歌曲，动作表现

### 1、学唱歌曲

（1）老师请小朋友来扮演大灰熊。我来叫醒你们，大灰熊睡好了。钢琴伴奏唱歌曲。（你们学得真像，把我都吓坏了）

（2）这只大灰熊学得真像，我来请他学大灰熊，谁愿意和我一起去摇醒大灰熊？（大灰熊醒了，它发怒了，它起来东看看，西看看，什么也没看见，就又回去睡觉了。）

我们一起来唱，这样我们就不害怕了！钢琴伴奏唱歌曲

那么我们是什么时候去摇醒大灰熊的啊？（唱到：如果你去摇醒它呀）然后我们就变成什么啊呀？（木头人）

### 2、肢体表现

你变成了什么木头人？我是小兔木头人！你呢？

（2）交换。

音乐伴奏这回你变的是什么？真厉害！啊，我有些累了，让我们休息一下。

## （三）游戏

### 1、游戏第一次

### 2、游戏第二次

#### （四）结束活动

教师要有意识地把幼儿从动作表演中逐步引导到歌曲演唱中，动作也要逐步变小。及时关注幼儿的学习情况并进行调整。如当幼儿还沉浸在游戏表演而没有按照歌词动作时，教师要及时纠正。最后熊发怒的动作可在念歌词最后一个字“（生）气”时用一个造型定点。还要关注到幼儿动作是否合拍，这点很重要。

交流后，我们于本周又进行了第二次试教。主要流程与第一课时类似：谱图引题——师幼有节奏地念歌词，并表演故事——学习歌曲的演唱——唱出歌曲的强与弱。从整个活动效果来看，进步很明显。首先教师准备充分，不但能熟练地演唱，还用钢琴录了伴奏音乐。环节的递进性明显，在老师的引导下孩子紧紧跟着教师的步伐逐步从动作还原到歌曲演唱，较好地完成了教学的目标。当然，也还有一些需要注意的地方，如幼儿的座位安排要有利于幼儿的活动；图谱的摆放可以按照乐句放成三排；最后的歌曲学习中，动作的表演成分减少得还可以彻底些；教师的范唱要富有感染力和灵气；另外，要加强幼儿对动作节奏性的把握和演唱姿势的要求。

### 中班教案反思篇十二

- 1、感知音的高低，能随高低不同和乐句做相应的动作。
- 2、学习轮廓剪的技能。
- 3、感知乐曲的旋律、节奏、力度的变化。
- 4、培养幼儿的音乐节奏感，发展幼儿的表现力。
- 5、乐意参加音乐活动，体验音乐活动中的快乐。