# 睡午觉的作文400字四年级(6篇)

来源：网络 作者：风吟鸟唱 更新时间：2024-06-04

*睡午觉睡午觉上学一;各位小读者大家好，我叫王天宁，我出生于1993年。我从13岁开始发表小说，写作的这些年，发表了近百万字的小说，出版了十几本书。希望大家喜欢我的文章。我的新浪微博是@王天宁大魔王，有兴趣的读者欢迎来玩！我是被爷爷奶奶带大的...*

**睡午觉睡午觉上学一**

;

各位小读者大家好，我叫王天宁，我出生于1993年。我从13岁开始发表小说，写作的这些年，发表了近百万字的小说，出版了十几本书。希望大家喜欢我的文章。我的新浪微博是@王天宁大魔王，有兴趣的读者欢迎来玩！

我是被爷爷奶奶带大的。

小学以后跟着爸爸妈妈生活，暑假回老家。爷爷对我的宠爱没有底线，想喝可乐、吃棒棒糖，只要撒个娇，买！二十一世纪初，肯德基的儿童套餐高达二十几元，对于一个月退休金只有几百元的爷爷来说，绝对是笔巨款。可是爷爷架不住孙子馋。我将他拽到柜台前，对着汉堡、薯条、可乐乱指一通，爷爷几乎没有犹豫，从怀中哆嗦着掏出泛黄的手绢，层层解开，将起毛边的钞票递给收银员。

如此宠爱我的爷爷，恨不能将心掏给我的爷爺，却在两件事上与我有无法调和的矛盾。

记忆里的夏天，远没有现在炎热。简陋的老家没有电扇，更不可能有空调。我猜，即使有，一向勤俭的爷爷奶奶也不舍得打开。唯一能解暑的，只有硬邦邦的凉席。可是，哪个小朋友喜欢睡午觉呢？躺了一会儿，潮湿的凉席便如火烧，汗水一会儿就把枕头浸透了。

爷爷只能用一把发黄老旧的大蒲扇，在我头顶摇啊摇。它制造的凉风非常有限，但那么神奇，一股股小风钻进我的心窝。我虽然满头大汗，但是心平气和，一点儿也不焦躁。

为了哄我入睡，爷爷会给我讲故事。直讲到他已昏昏欲睡，我却兴奋地翻来覆去，不断回想有趣的情节。

从爷爷被白胡子包围的嘴巴里，我知道人去世之后是有灵魂的，灵魂是跳着行走的;我知道梁山一百零八将每一位的绰号和英雄事迹;我更知道猴哥一行经历的九九八十一难中，哪些惊心动魄，哪些叫人啼笑皆非。

那些故事如走马灯一般在我心中来回晃悠不停，我就像从前痴痴的戏迷，为了听戏，饭可以不吃，觉可以不睡，但是如果见不到舞台上大放异彩的名角儿，心里就难受得像被小蚂蚁啃咬。

“再讲个故事呗！”我噘着嘴巴，佯装委屈。

“好嘞好嘞！”我点头如捣蒜，结果可想而知，还是那句话，世界上有哪个小朋友喜欢睡午觉啊！

因午觉而产生的漫长斗争，终于在爷爷的妥协之下结束。他总算知道，我是不需要午觉的。

“既然不肯睡觉，那就乖乖写作业。”每到晌午，他就躺在床上叮嘱我。堆积如山的各种练习册，爷爷看了都替我发愁。其实，我不是不写，只是速度慢、效率低。每天吃过早饭，趁着太阳不高，天气凉爽，爷爷就在院子里为我支起写作业的小桌子。可是，一直磨蹭到日上三竿，午饭都在锅里了，我磨磨蹭蹭，只能写那么几个字。

这便是我和爷爷产生矛盾的第二件事——我不喜欢写作业。

写作业时，我就把那本书压在一层层的作业本下面，看完一遍再来第二遍。

爷爷睡午觉时，正是看书的好机会。只要爷爷鼾声一响，我便迫不及待地将书从作业本下抽出来。鼾声如同我的铠甲，只要它响着，我就知道自己是安全的。

可是，我做的“坏事”最终还是被发现了。明明鼾声还响亮着，一只手使劲在我的肩头拍了一巴掌。我一回头，差点儿撞到爷爷的脸，可他嘴里依然往外冒鼾声。

爷爷说：“好啊，不好好写作业，原来在做这个！”

我也说：“好啊，为了监视我，你居然装睡！”

自此爷爷与我约法三章，看书可以，不能与写作业同时进行。一心二用，绝对什么都做不好。从前我痛恨看书，作文短得像电报。不知是因为爷爷讲的故事，还是尤今那本散文集，仿佛正好按动了我心中的某个按钮。

睡不着午觉的夏天，我看了很多书，少年版《一千零一夜》、《哈利·波特》系列，《鸡皮疙瘩》系列和《冒险小虎队》系列同样是我的心头好。

陆续出版几本书以后，我曾与爷爷闲聊，那时候爷爷还健在。

直到现在，我仍无法忘记那些不睡午觉的晌午。每一个晌午看似普通，时间在炙热的阳光中、爷爷讲出的故事里、尤今写作的文字间慢慢淌过。我曾以为那是一个个普通的晌午，其实，我的生命就在那一个个晌午悄悄发生改变。

因为爷爷，我一直感念曾经的每一天，对未来充满无限的期许，为了实现理想，努力向上、向好地生活着。

相关热词搜索：;[\_TAG\_h2]睡午觉睡午觉上学二

1.在看一看、说一说、想一想的过程中，理解故事，感受故事的有趣。

2.通过自主阅读，能大胆从各个角度设想，并用“什么真不错，要是有什么就更好了”的句式，阐述自己的想法。

3.乐意参与讲述辩论，体验青蛙把烂泥塘建成美好家园的积极情感。

4.通过语言表达和动作相结合的形式充分感受故事的童趣。

5.领会故事蕴含的寓意和哲理。

活动重点难点：

重点：理解故事，感受故事的有趣，并能大胆表达自己的想法。

难点：能大胆从各个角度设想，并用“什么真不错，要是有什么就更好了”的句式，阐述自己的想法。

1.故事挂图，青蛙、卖泥塘的牌子、老牛、野鸭、蝴蝶、小鸟、小兔、小鹿等图片。

2.故事《青蛙卖泥塘》录音。

3.幼儿人手一本幼儿用书。

一、图片导入，引起兴趣。

教师出示图片

过渡：是的，青蛙不喜欢这个烂泥塘，打算把它卖掉，青蛙会怎么吆喝呢?

师：听，青蛙是怎么卖的。(播放录音)我们一起来学一学。(卖泥塘咯!卖泥塘)

二、谈话交流，理解画面。

老牛图片。

师：我们的吆喝声把谁引来了?老牛会想买这个烂泥塘吗?为什么(幼儿讲述)老牛喜欢吃什么?可是周围有吗?所以老牛不想买烂泥塘。

师：听，老牛是怎样说的，一起学一学。(播放录音)(老牛说：这个水坑坑的，在里面打打滚挺舒服的，不过要是周围有些小草就好了.)

师：所以老牛不想买泥塘，走了。

师：听了老牛的话，青蛙会怎么做?

小结：青蛙想，要是在泥塘周围种些草，就能卖出去了。于是在泥塘周围播撒了种子。春天到了，看，长出了什么呀?泥塘周围长出了绿茵茵的小草。

三、幼儿自主阅读

1.教师交代要求

师：还会有谁来买呢?答案就藏在你们的小书里，请你看一看，说一说，谁来了，小动物对青蛙说了什么?请你用“什么真不错，要是有什么就更好了”的话说一说。

2.幼儿自主阅读，教师指导。

3.幼儿交流

师：谁来了?(出示野鸭图片)你觉得野鸭对青蛙说了什么?野鸭为什么没有买烂泥塘?青蛙会怎么做?(幼儿讲述)

小结：青蛙想，要是能往泥塘里引些水，就能卖出去了。于是它跑到周围的山里找到水，装满泥塘。

小结：小鸟喜欢在树上，所以也没有买泥塘。

师：这次又把谁引来了?(出示蝴蝶图片)谁把蝴蝶和青蛙之间的事情说一说。

小结：青蛙听了蝴蝶的话种上了花，它的烂泥塘变得更漂亮了。

四、揭晓故事结尾

1.幼儿辩论

2.投票

师：有的小朋友觉得青蛙会卖，有的觉得不会卖。你觉得不会卖的请坐到左边来，会卖的请坐到右边来，一起看下结果吧。

师：\*\*\*你为什么觉得不会卖，说说你的理由。

3.倾听故事结尾(播放录音)

师：听，谁的想法是跟青蛙一样的。

4.结束：青蛙最终不愿意卖泥塘了，美丽的地方人人爱，让我们一起学习青蛙，把我们的幼儿园也装扮的更漂亮吧。

《青蛙卖泥塘》是一则童话故事，这个故事告诉幼儿美是我们勤劳的双手创造的。主要是通过图文结合、以读带悟、角色扮演、想象说话等个多种手段引导孩子走进故事，理解故事，丰富孩子的想象力和语言表达能力。

**睡午觉睡午觉上学三**

幼儿教育是启蒙教育，也是人类奠基的`教育，教师要运用智慧教育，合理的制订资料和方式、方法，及时的给幼儿进行必须的鼓励，让孩子们树立自信心，要让孩子们持之以恒，还要给孩子们起榜样、示范的作用，利用多种机会对孩子们进行教育，培养孩子们良好的习惯。

幼儿从小就就应透过完美的教育，去建立一种好的习惯，孩子们正处在发育的时期，每一天要十几个小时的睡眠时光，中午休息是很好的睡眠补充，没有困意的幼儿也是正常的，教师晨、午检时要留意，要细心留意，预防不安全因素发生。

中午休息的时光到了，孩子们陆续睡着了，我发现美琪还没睡着，我悄悄地走近一看，她的手中拿一皮筋在玩耍，一会儿套在手腕上，一会儿放在嘴里咬着。存在着很大的不安全因素。“怎样办”，我反复思考：把头上的饰品放到一个小盒子里“孩子们你们活动了一上午也该休息了，我们的头上的头饰也和你们一样休息一下好吗”“好”。

我心高兴：这不就是我们要的结果吗孩子们睡着了，我们教师也稍微休息一下，一举两得。教师们，这招很好，你们不妨一试。

**睡午觉睡午觉上学四**

午睡对于一天的精神来说是非常重要的，如果睡不好，反而会让精神和肌肤更加疲累。下面是幼儿园小班睡午觉教案的内容，欢迎参考！

1、教育幼儿睡觉的时候不能吵闹，不做小动作，安静的睡觉。

2、让幼儿知道午睡可以使人的大脑，身体得到休息，使人们身体更健康。

3、培养幼儿正确的睡觉姿势，养成每天睡午觉的习惯。

娃娃一个

1、教师带领幼儿在摇篮曲的音乐声中做动作进入活动。

教师：听，宝宝要睡觉了，让我们抱着宝宝轻轻摇一摇吧！

2、幼儿抱着娃娃跟着教师一起做摇宝宝睡觉的.动作。

1、与幼儿谈论睡觉时应该注意的事项。

教师：宝宝睡着了，我们应该怎样去照顾宝宝呢？

2、幼儿开始讨论。

教师：宝宝蒙着头睡觉好吗？宝宝一边吃东西，一边睡觉好吗？（在幼儿回答不出的情况下进行提问。）

教师：为什么蒙头睡觉、边吃东西边睡觉都是不好的睡姿呢？

3、教师引导幼儿知道这些不良。

教师小结：小朋友在睡觉的时候睡眠姿势带来很多的坏处，睡觉时小脚蹬被子会使身体受凉;蒙头睡觉和趴着睡会使呼吸不通畅;一边吃东西，一边睡觉会呛到自己。所以小朋友在睡觉时一定要注意哦！

1、 教师：为什么小朋友每天都要睡午觉呢？

2、 让幼儿说说睡午觉的好处。

教师小结：每天中午小朋友吃完饭、散完步就准备午睡啦！睡午觉能让我们下午更有精神，而且呀，小朋友在睡觉的时候，我们的身体也在慢慢的长高呢！

2、请幼儿讨论。

教师小结：我们除了在幼儿园每天要养成午睡的习惯，放假时候小朋友

在家里也要每天午睡，让我们身体长的棒棒的！不管是午睡还是睡午觉，我们都要按时的睡觉！

**睡午觉睡午觉上学五**

1.熟悉儿歌，能用口齿清晰、快速、有节奏的语言进行讲述。

2.在语言游戏中，培养幼儿的倾听能力和灵活反应能力。

3.培养幼儿大胆发言，说完整话的好习惯。

4.通过语言表达和动作相结合的形式充分感受故事的童趣。

一、游戏《青蛙小弟睡午觉》，

(一)学习儿歌、引出游戏《青蛙小弟睡午觉》，

1.看看听听，感受儿歌句式

教师讲述：夏天到，夏天到，青蛙小弟睡午觉，螳螂出来要吃它，后面跟着个小蜥蜴。

2.看看说说，梳理儿歌句式

集体讲述：夏天到，夏天到，青蛙小弟睡午觉，蜥蜴出来要吃它，后面跟着个小老鼠。

3.在讲这个故事的时候，你觉得语言怎么样?

教师小结：第一段重复出现，有节奏地讲述。

(二)玩玩做做，培养幼儿的反应和灵敏

1.幼儿扮演动物角色进行游戏

第一遍：老师念儿歌，请四位幼儿进行游戏

讨论：什么时候跳上绿色垫子最公平?(最后一个字)

第二遍：吃小青蛙的小朋友负责念儿歌进行游戏

讨论：怎么样游戏不断开?

第三遍：分组游戏，熟练玩法

二、经验回忆，引出动物的天敌

提问：动物世界有许多动物，你知道吗，每一种动物都会有他的天敌?你知道什么是天敌?你知道哪些动物的天敌?如果看到天敌，它们会怎么样?(玩一玩)

小结：世界上的很多动物都有它们的天敌，如果遇到自己的天敌就会快速逃走。

(一)深化游戏，根据动物之间的关系游戏

小结：动物在前，它的天敌在后面。

(二)出示其他图片，用儿歌说说还会发生的情节

(四)幼儿分组游

讨论：怎样让游戏速度快，不停顿

教师小结：注意力集中，心里想着自己的角色，耳朵儿歌中念到后面跟着谁。

第三次要求：集体大游戏，跟不上节奏的自动淘汰

三.延伸活动

教师：自由活动的时候可以找好朋友继续玩一玩，速度越快越好!想办法怎么淘汰对手，最后一个就是最终的胜利者!

**睡午觉睡午觉上学六**

2.让宝宝从今以后养成自己主动午睡的习惯，并且在家里也能保持，建立良好的生活习惯。

1.幼儿园各种午睡的姿势的图片；

2.幼儿园午睡的小床；

3.幼儿园的小朋友围坐在教室里；

老师在游戏中出示各种睡觉姿势的图片，然后老师让宝宝们开始模仿午睡，并且将宝宝的姿势拍成照片，让宝宝们自己来区分谁的午睡姿势正确谁的午睡姿势是错误的，正确的能够获得一朵小红花，错误的没有小红花。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！