

学校心理健康领域教案

(学习版)

编制人：_____

审核人：_____

审批人：_____

编制学校：_____

编制时间：____年____月____日

序言

下载提示：该文档是本店铺精心编制而成的，希望大家下载后，能够帮助大家解决实际问题。文档下载后可定制修改，请根据实际需要进行调整和使用，谢谢！

并且，本店铺为大家提供各种类型的经典教案，如幼儿教案、小学教案、初中教案、高中教案、大学教案、其他教案等等，想了解不同教案格式和写法，敬请关注！

Download tips: This document is carefully compiled by this editor. I hope that after you download it, it can help you solve practical problems. The document can be customized and modified after downloading, please adjust and use it according to actual needs, thank you!

In addition, this shop provides you with various types of classic lesson plans, such as preschool lesson plans, elementary school lesson plans, junior high school lesson plans, high school lesson plans, university lesson plans, other lesson plans, etc. If you want to learn about the format and writing of different lesson plans, stay tuned!

学校心理健康领域教案

学校心理健康领域教学教案（7篇）

作为学生，他们不仅要有强健的体魄，还要有健康的心理，这样才能成长为社会需要的人才。下面就是本店铺给大家带来的学校心理健康领域教学教案（7篇），欢迎大家阅读转发。

学校心理健康领域教案篇 1

一、班会目的：

通过这次主题班会，使学生能够体谅父母，能缩短与父母的心理

距离，学会如何与父母沟通，真正走近父母。

二、班会准备：

调查问卷、课件制作、开展方法：讨论法，说说、议议。

三、班会程序：

1、课前填写调查问卷

调查学生与自己父母的关系，不需写名字，真实填写。

A亲密 B比较紧张 C疏远和一般。

2、根据课前统计情况，

师：是谁，把我们带到这美丽的世界？是谁，呵护我们、保护我们、照顾我们？是我们的父母！可是，现在你是否觉得父母和你们的距离已经慢慢地拉大。你和父母是否已经没有了亲密感？今天，就让我们一起来学习如何走近父母。

四、出示一些图片，内容是

1、不顾父母劝阻，长时间上网，荒废功课；

2、放学迟迟不愿回家，贪玩。

师：除了以上情况？你是否还会不愿与父母外出，或长时间看电视，或与父母争吵等情况？请同学讲讲与父母还有哪些地方关系紧张？

师：如果你有以上情况，父母会如何惩罚自己？请同学们讲讲并说说被惩罚后的感受。（学生发言）

师：被父母惩罚，责骂，或者打，你会觉得父母很不近人情。那让我们站在父母的角度上看看

五、从父母角度看

投影事例的“孩子，我为什么打你”。

六、从自身找原因

师：是的，打与不打都是爱，那被打事件中，你又有没有做错？

请曾经被父母惩罚过的同学，说说自己做错了什么？(学生发言)

七、小组活动

写一写，算一算父母每一天要为家庭做多少事，付出多少时间？

想一想，父母容不容易？你有没有分担父母的艰辛？

议一议，对自己父母不满意的同学，说一说你认为谁的父母最理想？

说一说，拥有“最理想父母”的同学说说自己父母。

八、与父母交流

师：我们要应和父母多一点交流。我们该怎么和父母交流呢？(学生发言)

1、老师说说自己与父母孩子交流的情况？

2、学生说说自己与父母交流的情况。

3、选出一些写得比较好的“给父母的一封信”，请同学读出来，并把父母的回信也读出。

小结：由此可见，我们与父母的关系并非不能改变，父母也不是不近人情的，他们也在关心我们，也在想办法走近我们。那我们就该主动走近父母。

九、走近父母的方法。

1、多向父母表达你爱他们。

主动承担家务；纪念日、节日送点小礼物；遇特殊情况写一封信表达感激；

适时为父母倒杯茶、削个水果。

2、和父母有分歧时学会换位思考，站在父母的角度上去想一想。

3、应让父母感觉你相信他们，多交流并经常给予赞美。

多向父母说说自己的情况，自己的愿望；多倾听父母的话；遇上烦恼，告诉父母，寻求父母的帮助。

4、回家和外出主动给父母打招呼。

5、时时紧记，父母只会爱孩子，决不会害孩子。

八、布置作业

1、做一个表格，列举父母工作之余为家庭做了什么事，花多少时间？

2、给父母送一张卡片，表达你对他们的爱：

3、平常多为父母倒杯水或分担一些家务。

学校心理健康领域教案篇 2

班会目的：

通过班会，引导学生正确认识自我。针对本班一部分同学学习目的不明确，经常不完成作业进行分析，增强学生的责任感，告诉学生应该珍惜今天的学习环境，严格要求自己，激发学习热情。慢慢摒弃厌学这个坏习惯，使同学们明白知识的积累能力的培养是成功的前提，命运在自己手里，未来的路要靠自己创造。若想自己的梦不再是虚幻，就要先踏踏实实的走好每一步路，就在我们脚下，一直通到我

们的梦想之颠!现在还小,应该从小养成习惯。

班会形式:

让好学生们自己发言,说说自己对于学习的认识,然后再叫不经常完成作业的人谈谈

班会主题设计:

让学生们从自己的身边搜集例子,用于班会中。

班会准备:

1、召开班干部会议:针对班上所存在的问题,确定以《如何解决厌学问题》为主题。

2、收集资料:围绕《如何解决厌学问题》收集相关资料(例如:厌学导致的严重后果的案例;厌学心理的心理测验题等资料)。

3、确定主持人:王思睿

班会过程:

一、班主任致辞:

我们班是一个团结友爱,上进的班级,经过了四年多的努力大家都有所进步。但是有一部分的同学还是或多或少的存在着厌学的现象,不完成作业。为了我们在以后的日子里更好的学习,深刻了解厌学的危害性及其自信的重要性,我们班特地搞了这次的主题班会。下面宣布主题班会开始。

二、主持人发言:

“每个人的一生中有许多个阶段,小学阶段是一个打基础的阶段,养成良好习惯的开始,然而,有些同学从现在起就不完成作业,有厌

学的现象，这些可怕的困惑围绕着大家，使我们离学业的成功越来越远，最后就影响到我们今后的人生道路。接下来，我们来看两个很典型的小学生因厌学问题而导致犯罪的案例。”

典型案例 1

林某学习基础差，上课听不懂，下课不想学，导致对学习没有信心。而且学习目的不明确，容易受网络、游戏的影响，把本来应该集中在学习上的注意力转移到其他爱好上。再加上父母对孩子过于溺爱，不忍心对孩子严格教育，对孩子的管教和约束力度不够，导致林某出现厌学心理。于 3 月 11 日晚，林某在网吧里玩一种用刀捅人的暴力游戏时，由于他技术欠佳，每次都被人捅倒。坐在林某旁边的一名年龄相仿的少年陈某也在玩同一游戏，陈某忍不住对林某冷嘲热讽。在网络上杀红眼的林某当即火冒三丈，因他平常专打血腥暴力的游戏，操起网络刀剑或枪炮，冲上去就杀他个天昏地暗，鲜血淋漓，不杀死对方就决不下网线。沉浸在暴力游戏中不可自拔。结果抓起网吧老板的菜刀，砍断陈某的脖颈、砍断网吧老板手臂，致使一死一伤残，铸成悲剧。最后直到警方赶到现场，林某才惊醒：“我是不是杀了人。会不会坐牢？”

典型案例 2

周某是个自控能力差，学习目的不明确的孩子，上课不认真听讲，睡觉，作业拖拉，敷衍了事，甚至出现抄袭现象；常常考试作弊，违规违纪，对老师的批评和教育无动于衷，甚至产生逆反心理和对抗情绪，其家长希望子成龙都希望自己的子女将来有出息，有前途，于是

在学习上要求自己的子女能够考出好成绩，能够超越别人。因此一旦考不好，就不分青红皂白，也不管是客观上还是主观上的原因，不是打就是骂，给孩子增加了心理压力，因而孩子不堪重压，自尊心受损，厌学的情绪随之产生，对其家长的严加管教不服，不仅厌学，而且产生对抗心理，最后一气之下，选择了向这世上最亲的家人投毒。”某日晚上，他用牙签瓶装了甲胺磷，趁母亲切土豆时，将甲胺磷倒进烧肉的铁锅中。最后导致一死一重伤。

“从上述两例血淋淋的铁证告诉我们，小学生的心理问题是一个不容忽视的问题。所以面对社会上普遍的厌学现象，再针对我们班的厌学现象，进行分析

三、班主任发言。

主要从两个方面阐述。

①来学校学习的目的和意义

②如何认识读不好书的问题

四、班干部就我们班所存在的一些厌学情况进行分析。

①学科厌学

我们班的某某同学因为不喜欢某中学科，而导致学习成绩一直下降，一直培养不出学习兴趣。

②过敏性厌学

过敏性，即一种在学习情境刺激下产生的下意识的较强烈痛苦的情绪反应行为。有过敏性厌学的学生对上学接触老师、提问、父母唠叨等，常常是过敏的。

过敏性厌学的学生在其所厌烦的学科学习过程中，一般都能体验到极大的过敏性痛苦情绪。多发生于上进心强，学习自觉性高的学生身上，其中又以女生居多。她们一般是那种积极努力学习、急于取得成效的学生，当其产生厌学行为后，一方面感到很深的恐惧、担忧，另一方面总是逃避对自己厌学的学科的学习。而恐惧担忧与逃避行为又加深了这种厌学行为的痛苦体验。

③潜意识条件性厌学

我们班某某学生，身高体健、性格开朗、精神饱满并情绪乐观。就这样一个身心健康得让人羡慕的学生，上课总是不能专心听讲，老师讲课他做小动作，回家不认真完成作业。

④非过敏性厌学

某某在一开始就是那种典型学习困难学生，学习成绩在班级后面波动。起初她想要奋起直追，可是，无论如何也追不上，后来成绩连连下跌。分数一次比一次低。

非过敏性厌学不只是对某个学科表现出轻度的不适反应，多以心烦为主要体验，但体验不到极端的痛苦。这类学生中有一部分是长期学习落后并比较认同现状的学生；另一类是在经过长期努力之后进步不明显或有所退步，信心不足而情绪低落者。

五、主持人发言：

“看到大家总结的几种厌学现状，我深感痛心，我们以后是继续这样浑浑噩噩的过去还是以更加积极的态度去面对？经过老师和班委的商讨，我们总结出了几条缓解厌学情绪的措施。现在与大家分享：

①缓解学业焦虑

选择适合自己的目标动机水平，过强或过弱的动机水平都容易使自己产生失败体验而导致心理压力。

未来对于每一个人来说都是一个未知数，不要过多地担忧将来的事情，而应将自己的精力和时间投入到现实的生活和学习中去。我们还小正是打基础的时候，如果现在不学习，产生厌学心理，对我们今后的发展有很大的影响。

②正确看待信心问题

1、对自己有一个客观、全面的评价。

2、体验内心的喜悦感和成就感，要相信之所以失败是由于自己努力不够或无效努力。

3、制定阶段性目标。

4、在不断达到目标的过程中体验成就感。

5、增强自信心。

6、乐观、平静地对待挫折，因为挫折对于成功同样是必要的。

③怎样克服精力分散

第一步，当出现某种厌学情绪时，应敏感地意识到，并提醒自己不能成为情绪的俘虏。

第二步，尽快着手拟定一份复习计划学习。

第三步，努力学习，养成良好习惯

六、主持人小结：

“通过今天的班会，我们受益匪浅。再大千世界里，遇到不如意

那么我们是浑浑噩噩的度过呢还是该以一种积极乐观向上的态度去面对它呢?现如今我们这一代普遍与家长存在着代沟,所以建议大家多坐一坐,与班主任聊一聊。通过这次班会课,我们班又应该以一种什么样的面貌去面对以后的课程,我们拭目以待,期待着转变。在今后的学习生活中,我们要在班主任的带领下把我们班建成一个优秀的班集体。

七、班主任评价班会:

我们的这次班会非常成功,希望同学们一起努力!

厌学现象导致的后果是很严重的,如果不好好学习,没有文化很容易走上犯罪道路,我们班是个优秀的班集体,希望我们班的每个同学都能健康成长,让厌学现象远离我们班。

学校心理健康领域教案篇 3

一、教学目的:

经过本节教学,使学生懂得和同学、父母、教师之间如何相处,培养学生人际交往的本事,使学生健康欢乐的成长。

二、教学过程:

(一)、谈话导入:

我们每个人都有自我的情绪情感,遇到不一样的事,就会有不一样的感受,但我们要学会控制自我的不良情绪,这样在与同学的交往中,才不会感情用事,在学习和生活中,坚持乐观的情绪,今日,就让我们一齐走进心理健康教育课,来探讨同学之间如何相处,同学之间如何交往。先来看情境表演:

(二)、情境表演《跳皮筋》

1. 小欣、小芳、小英和小红跳皮筋，怎样玩呢小芳说：我不和小英一组，她那么胖，笨死了 听到小芳说自我笨，小英顿时火了，他指着小芳的鼻子：你才笨呢！你又胖又蠢，活像一个小母猪 小英听到小芳骂她，悲痛地跑到一边，哭了起来

师：小芳她们为什么玩不到一块小英又为什么会哭呢谁来说说(生充分说)

生：小芳不合群，说别人因为小芳说她，嘲笑她，她受不了

师：应对这种情形，应当怎样解决呢

生：小芳不应当说别人的缺点，同学之间应当和和气气(生充分说)

师小结：这几个同学说得很对，同学之间就应当友好相处，不要嘲笑同学的缺点要学会尊重别人，不侮辱他人，这是我们每个人做人的原则。接下来请大家继续看情境表演《上课铃响了》

2. 情境表演：

上课铃响了，同学们快进教室！王小燕和同学们从外面拥挤着走进教室，这时一位同学不小踩到她的脚后跟，王小燕大叫一声：哎呀！踩我的脚干什么，你的眼睛长哪去了 同时跺着双脚，大发脾气，用双手捂住眼睛哭泣，那个同学再三向她说对不起，其他同学都劝王小燕别哭了，王小燕不予理睬，继续发脾气，直到教师从外面走进来，王小燕才停止哭泣，回到座位上，还在生气

师：孩子们看完了表演，大家来说说，王小燕做得对不对为什么

生充分说)

生：她爱生气不好，对身体有害

生：那个男同学已经说对不起了，她还生气，谁愿意和这样的同学玩呢！

师小结：是，我们应当有宽容之心同学之间遇到了矛盾，不要斤斤计较，要有宽容之心原谅他人，即使别人有做得不当的地方，在他意识到了自我的错误，并向你到了歉，我们就应当原谅他，更何况，常生气对身心健康没有好处，仅有与同学和谐相处，你才能拥有更多的欢乐下头(出示)我们一齐来看以下同学之间友好相处的正确做法，教师给大家的提议是：(1、师读、2、生齐读、3、男女生读)

师：同学们每一天生活在一齐，在学习中遇到下列情景，你又该怎样做相信你会正确处理(出示)

(三)、说句心里话

(1)你的同桌要在桌子中间画一条三八线

(2)考试时，你的同桌没带橡皮，可是昨日你跟他借笔，他没有借给你

(3)选班长时，你的好朋友当选，你却落选了

(先各小组讨论，然后找学生代表发言)

师小结：是呀!同学之间就应当友好相处，你对别人友好关爱，别人也会还你一份友好关爱，奉献一份，收获十份，付出本身就是一种欢乐!奉献着，相信你也会欢乐着!下头，请看(师读)相信你们必须能做到来，一齐读：

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/027055114013006151>