

第一课 寻找快乐密码

【教学目标】

1. 认知目标: 初步了解快乐是人的基本情绪之一, 理解快乐情绪的积极作用。

情感目标: 让学生尽可能多地体验快乐情绪, 感受好心情。

行为目标: 初步掌握寻找快乐的方法, 并把自己的快乐传递给别人。

【教学重点、难点】

重点: 体验快乐情绪, 感受好心情。

难点: 学习更多寻找快乐的方法, 学会调节情绪。

【课前准备】

教师准备: 将学生分成两队, 强调规则意识。

学生准备: 一段快乐经历。

【教学设计】

教 学 设 计			
环 节	目 标	操 作	建 议
观察岛 (热身暖心)	引出本课的主要内容, 激发学生的学习兴趣。	1. 教师引导学生观察教材观察岛中三个场景图片: 小鸟在快乐的唱歌; 小蜜蜂在花丛中快乐地采蜜; 小羊在高兴地晾晒衣服。 2. 思考: 小动物的心情是怎样的? 3. 教师小结: 这些小动物们快乐的情绪也感染了我们, 我们多么希望自己每天也这么快乐呀, 今天我们就来学习《寻找快乐的密码》。 4. 教师小结: 这些小动物们快乐的情绪也感染了我们, 我们多么希望自己每天也这么快乐呀, 今天我们就来学习《寻找快乐的密码》。 5. 教师小结: 这些小动物们快乐的情绪也感染了我们, 我们多么希望自己每天也这么快乐呀, 今天我们就来学习《寻找快乐的密码》。	1. 此处教师可酌情调整活动方式。 2. 本环节用时约 5 分钟。
活动营 (体验分享)	体验快乐情绪, 感受好心情。交流寻找快乐的方法,	活动一: 微笑对对碰 1. 老师讲解活动规则及流程: 规则: 全班同学分站成两排, 相隔一定的距离, 两两相对站好。每次各队派出一位同学, 先各自站在原地向对方相互鞠躬, 身体要弯腰成 90 度,	1. 学生游戏时遵守游戏规则。

	并能把自己的快乐传递给别人。	并高喊对方同学的名字问好。然后相对前行，走到面对面时，再相互鞠躬并高喊一次名字，然后归队（鞠躬者与其余成员均不可笑，笑出声的同学就被对方俘虏，排至对方的队尾）。按排队顺序更换代表人选，直至本队全部同学都参与一次。哪一队俘虏的人多就胜利。 2.全班交流：你有什么感受？ 活动二：分享快乐密码 3.音乐响起来的时候传起快乐球，音乐一停，球在谁的手上就请谁给大家说说自己觉得快乐的事情，让别人也分享他的快乐。 4.在音乐声中传球，音乐一停，球在谁的手上就请谁给大家说说自己克服不快乐的方法，分享寻找快乐的策略。 5.心理引导：快乐是人的基本情绪之一，快乐情绪具有积极作用，能使我们以更高的热情投入到学习活动和集体活动中，体验好心情，所以我们要学会寻找快乐的策略，让自己感受更多的快乐。 5. 心理引导：快乐是人的基本情绪之一，快乐情绪具有积极作用，能使我们以更高的热情投入到学习活动和集体活动中，体验好心情，所以我们要学会寻找快乐的策略，让自己感受更多的快乐。 5. 心理引导：快乐是人的基本情绪之一，快乐情绪具有积极作用，能使我们以更高的热情投入到学习活动和集体活动中，体验好心情，所以我们要学会寻找快乐的策略，让自己感受更多的快乐。 5. 心理引导：快乐是人的基本情绪之一，快乐情绪具有积极作用，能使我们以更高的热情投入到学习活动和集体活动中，体验好心情，所以我们要学会寻找快乐的策略，让自己感受更多的快乐。	2.学生交流时教师要给予反馈。让每个同学都有表达的机会。 3.本环节用时约 20 分钟。
分享屋 (总结提升)	归纳出寻找快乐的方法。	1.活动结束后，教师请同学们思考：你会用什么方法保持快乐的情绪呢？ 2.全班交流。 3.教师总结，并展现教材中提出的几种方法： (1) 每天晚上想一想当天令自己快乐的事。	1.总结归纳一定要在学生回答的基础上进行。

		(2) 接触能让自己开心的事物, 如笑话、相声、小品、漫画、滑稽剧等等。 (3) 向朋友和家人倾吐心中的忧愁和烦闷。 (4) 积极地自我暗示, 提醒自己要保持快乐。 (5) 在自己力所能及的范围内帮助别人。 (6) 转移注意力, 进行适度的体育活动。 快乐可以创造, 让我们天天享受好心情! 快乐可以创造, 让我们天天享受好心情! 快乐可以创造, 让我们天天享受好心情!	2.教材中的方法可让学生通过默读、齐读等方式, 在头脑中留下印象。 3.本环节用时约 10 分钟。
拓展园 (拓展延伸)	运用寻找快乐的方法, 学会调节情绪。	1.听故事《伞和草帽》 2.交流: 老奶奶为什么后来变得快乐了? 从故事中你得到什么启示? 3.学完这堂课, 你觉得用哪些方法可以调整自己的情绪, 让自己保持快乐呢? 快把你的快乐密码写下来吧! 3. 学完这堂课, 你觉得用哪些方法可以调整自己的情绪, 让自己保持快乐呢? 快把你的快乐密码写下来吧! 3. 学完这堂课, 你觉得用哪些方法可以调整自己的情绪, 让自己保持快乐呢? 快把你的快乐密码写下来吧! 3. 学完这堂课, 你觉得用哪些方法可以调整自己的情绪, 让自己保持快乐呢? 快把你的快乐密码写下来吧! 3. 学完这堂课, 你觉得用哪些方法可以调整自己的情绪, 让自己保持快乐呢? 快把你的快乐密码写下来吧!	1.教师要引导学生再次感悟调节情绪的重要性。 2.每个学生可以结合不同的成长经历运用不同的方法。 2.本环节用时约 5 分钟。

第二课 计划引领学习

【教学目标】

- 1.认知目标: 认识制定学习计划的意义和制定学习计划的方法;
- 2.情感目标: 体验计划给学习活动带来的便利性和成就感;
- 3.行为目标: 练习制定任务明确、安排合理、操作性强的适合自己的学习计划, 养成计划学习的良好习惯。

【教学重点、难点】

重点: 让学生制定适合自己的学习计划。难点: 培养计划学习的习惯。

【课前准备】

- 1.调查小学生计划学习情况。2.将学生分为若干小组。

【教学设计】

教 学 设 计			
环 节	目 标	过 程	建 议
观 察 岛 (热 身 暖 心)	引出本课的主要内容, 激发学生的学习兴趣。	1.教师引导学生观察教材观察岛中的 2 个场景图, 并对两个场景图进行对比。第一幅场景图中, 男生在写作业, 书桌上乱糟糟的, 看着一堆书本发呆, 不知道该干什么; 第二幅场景图中, 女生在学校里就把老师布置的作业一项项地记录了下来, 回到家后拿出本子做好计划, 然后认真地开始写作业, 写完一项作业就打一个勾。 2.教师引导学生思考: 你更喜欢图中的哪位小朋友? 为什么? 3.请同学举手发表自己的想法和意见。 4.教师总结: 当我们面临比较多的任务时, 提前进行周密的计划, 可以节约时间, 提高效率。今天让我们来学习如何合理制定适合自己的学习计划, 导入本课课题。 4. 教师总结: 当我们面临比较多的任务时, 提前进行周密的计划, 可以节约时间, 提高效率。今天让我们来学习如何合理制定适合自己的学习计划, 导入本课课题。 4. 教师总结: 当我们面临比较多的任务时, 提前进行周密的计划, 可以节约时间, 提高效率。今天让我们来学习如何合理制定适合自己的学习计划, 导入本课课题。 4. 教师总结:	1.此处教师可酌情调整活动方式。 2.本环节用时约 5 分钟。

		当我们面临比较多的任务时，提前进行周密的计划，可以节约时间，提高效率。今天让我们来学习如何合理制定适合自己的学习计划，导入本课课题。	
活动营 (体验分享)	引导学生认识养成计划学习的习惯,分享学习计划成功执行的好处,体验计划给学习活动带来的效率感。鼓励学生分享制定学习计划的方法。	活动一：计划大 PK 1.教师将全班同学分成四个大组。 2.让每组同学围坐在一起,鼓励学生交流、分享自己曾经制订的学习计划。 3.每组选派代表呈现出自己的学习计划,在此基础上,教师引导学生分析、总结制订最佳学习计划的关键因素：任务明确,安排有序,操作性强。 4.参照制订学习计划的关键因素，每组投票推选出 2 名最佳计划制订者，参加班级终极 PK 赛，由老师和同学一起评出第一、第二、第三名。 5.教师总结：我们学习的功课和要完成的任务都比较多，为自己制订一份任务明确、安排有序、操作性强的学习计划，会提高我们的学习效率。同学们可以在开学前为自己制订一份学期总计划,并分解为月计划、周计划，也可以为每天的学习做一份具体的小计划。 活动二：给计划把关 6.教师呈现案例，让学生小组讨论：蕾蕾的学习计划表是否合适？为什么？ 7.请同学发表自己的意见。 心理引导：引导学生初步认识有效的学习计划，除了任务明确、安排有序、操作性强之外，还应让计划引领学习，将计划落实到具体的学习活动中，而不是纸上谈兵。在落实计划时，应选择合适的、安静的环境，并根据自己的学习情况适当地调整计划。 心理引导：引导学生初步认识有效的学习计划，除了任务明确、安排有序、操作性强之外，还应让计划引领学习，将计划落实到具体的学习活动中，而不是纸上谈兵。在落实计划时，应选择合适的、安静的环境，并根据自己的学习情况适当地调整计划。 心理引导：引导学生初步认识	1.学生在分享时，教师要巡视。 2.学生交流时教师要给予反馈。 3.本环节用时控制在 20 分钟以内。

		有效的学习计划，除了任务明确、安排有序、操作性强之外，还应让计划引领学习，将计划落实到具体的学习活动中，而不是纸上谈兵。在落实计划时，应选择合适的、安静的环境，并根据自己的学习情况适当地调整计划。	
分享屋 (总结提升)	归纳出合理制订学习计划的方法。	1.组织学生小组讨论，交流自己制订学习计划的方法。每组派代表分享自己小组的讨论结果。 2.教师给予反馈和补充。 3.教师引导学生总结出制订学习计划的小策略。 (1) 把要做的事情分类，然后从自己觉得重要的、紧急的事情开始做。 (2) 了解自己可以支配的时间由多少，并正确地使用时间。 (3) 学习时间不宜过长。 (4) 合理安排休息时间。	1.总结归纳一定要在学生回答的基础上进行。 2.教师的补充应有事例佐证，便于学生理解。 3.本环节用时至少 10 分钟。
拓展园 (拓展延伸)	练习制订任务明确、安排合理、操作性强的适合自己的学习计划，养成计划引领学习的良好习惯。	1.组织学生按照教材上的提示，给自己分别制订当天的学习计划和一周的学习计划。 2.请同学分享自己的计划。 3.教师给予反馈和补充，鼓励学生把学到的知识加以应用，培养其良好的学习习惯。 3.教师给予反馈和补充，鼓励学生把学到的知识加以应用，培养其良好的学习习惯。	1.教师要引导学生写自己的小计划，如学生不明白，可以举例说明。 2.本环节用时控制在 5 分钟以内。

教后记:

第三课 心胸可以比海宽

【教学目标】

1. 认知目标：引导学生理解宽容在人际交往中的重要作用，懂得宽容是一种爱；
2. 情感目标：培养学生对他人的宽容之心，以包容的态度应对矛盾冲突；
3. 行为目标：能够在日常交往时，做到不斤斤计较，欣赏别人的优点，包容别人的缺点。

【教学重点、难点】

重点：引导学生理解宽容的内涵与重要性。

难点：培养学生以宽容的心化解各种困难和矛盾，提高人际交往的能力。

【课前准备】

教师准备：

第一，收集有关宽容的事例。

第二，相关课件。

学生准备：观察和收集生活中的关于宽容的小故事。

【教学设计】

教学设计			
环 节	目 标	过 程	建 议
观察岛 (热身暖心)	引出本课的主要内容,激发学生的学习兴趣。	1.教师讲解观察岛中的图片：一位同学由于匆忙撞到了别人,两个人因此起了争执,互不相让。 2、请学生思考评价两位同学的行为,举手发言。 3、教师总结：在日常交往中,有时难免发生矛盾冲突,这时需要注意当事人的行为是有意为之还是无心之失。当一个人不小心做错事,不弄清情况很容易产生愤怒的情绪进而激化矛盾。 3、教师总结：在日常交往中,有时难免发生矛盾冲突,这时需要注意当事人的行为是有意为之还是无心之失。当一个人不小心做错事,不弄清情况很容易产生愤怒的情绪进而激化矛盾。 3.教师总结：在日常交往中,有时难免发生矛盾冲突,这时需要注意当事人的行为是有意为之还是无心之失。当一个人不小心做错事,不弄清情况很容易产生愤怒的情绪进而激化矛盾。 3、教师总结：在日常交往中,有时难免发生矛盾冲突,这时需要注意当事人的行为是有意为之还是无心之失。当一个人不小心做错事,不弄清情况很容易产生愤怒的情绪进而激化矛盾。	本环节用时约 5 分钟。

活动营 (体验分享)	通过活动让学生感知体验解开心结带来的快乐,并且在真心话的表白中理解宽容的内涵,提升学生的爱心。	活动一: 结绳结 1.两人一组, 一人负责打结, 另一人结绳结, 全班各小组比赛快慢。 2、交流分享解开绳结后的感受, 举手发言。 活动二: 真心话大冒险 3.在邻桌两人合作完成比赛后, 一起继续进行一次小游戏, 向邻桌讲述一次宽恕对方而他不知道的事情。 4、听完对方的讲述, 你有什么感受? 与同学交流分享。 5、心理引导: 解开绳结的开心愉悦类似解开心结后的感受, 我们在与他人交往时, 也会遇上矛盾不愉快, 也要努力解开心结, 这对于双方都有益, 就像大家在真心话中的感受一样, 宽恕与被宽恕都会给自己带来快乐。 5、心理引导: 解开绳结的开心愉悦类似解开心结后的感受, 我们在与他人交往时, 也会遇上矛盾不愉快, 也要努力解开心结, 这对于双方都有益, 就像大家在真心话中的感受一样, 宽恕与被宽恕都会给自己带来快乐。 5.心理引导: 解开绳结的开心愉悦类似解开心结后的感受, 我们在与他人交往时, 也会遇上矛盾不愉快, 也要努力解开心结, 这对于双方都有益, 就像大家在真心话中的感受一样, 宽恕与被宽恕都会给自己带来快乐。 5、心理引导: 解开绳结的开心愉悦类似解开心结后的感受, 我们在与他人交往时, 也会遇上矛盾不愉快, 也要努力解开心结, 这对于双方都有益, 就像大家在真心话中的感受一样, 宽恕与被宽恕都会给自己带来快乐。	1.学生比赛时发扬合作精神。 2.学生分享感受时教师要给予反馈。鼓励每位同学都表达自己的感受。 3.本环节用时约 20 分钟。
------------------------------	--	---	--

分享屋 (总结提升)	对比讲解宽容的内涵,深刻理解宽容的理念并学会运用。	1. 引导学生总结宽容对我们生活的重要作用。 2. 教师给予反馈和补充。 3、引导学生朗读儿歌,让学生体会拥有一颗宽容的心的快乐感受。 心理引导:巩固所学知识,培养学生拥有宽容的心。 心理引导:巩固所学知识,培养学生拥有宽容的心。 心理引导:巩固所学知识,培养学生拥有宽容的心。	1.总结归纳一定要在学生回答的基础上进行。 2.本环节用时约 10 分钟。
拓展园 (拓展延伸)	巩固所学知识,并在实际情境中运用。	1. 组织学生思考回答教材上的问题,引导学生用宽容的态度应对实际情境中遇到的相关问题。 2、心理引导:把课堂上学到的知识加以应用,在日常交往中遇到与同学的矛盾与小摩擦时,以宽容的行为应对。 2、心理引导:把课堂上学到的知识加以应用,在日常交往中遇到与同学的矛盾与小摩擦时,以宽容的行为应对。 2. 心理引导:把课堂上学到的知识加以应用,在日常交往中遇到与同学的矛盾与小摩擦时,以宽容的行为应对。 2、心理引导:把课堂上学到的知识加以应用,在日常交往中遇到与同学的矛盾与小摩擦时,以宽容的行为应对。	1.引导学生再次感悟宽容的重要性,提醒每个学生在平时运用宽容的方法处理问题。 2.本环节用时约 5 分钟。

教后记:

第四课 在网络的天地里

【教学目标】

- 1. 认知目标：引导学生认识了解网络的利与弊；
- 2. 情感目标：培养学生正确使用网络的态度，体验网络带来的便利与愉悦；
- 3. 行为目标：初步培养学生合理安排自己的上网行为的能力，学会合理、适度地使用网络。

【教学重点、难点】

重点：培养学生合理上网的意识，让学生了解网络的利与弊。

难点：培养学生学会合理安排上网的能力。

【课前准备】

- 1、教师准备：
- 2、调查小学生上网基本情况；
- 3、准备上课用的 PPT 课件；
- 3. 将学生分为若干小组。

【教学设计】

教学设计			
环 节	目 标	过 程	建 议
观察岛 (热身暖心)	引出本课的主要内容, 激发学生的学习兴趣。	1.教师讲解观察岛中的图片（或用多媒体呈现）：学生在日常生活中使用网络的各种情况。 2、引导学生思考：看到这个图片你有什么感受。可以结合学生自身的上网经历谈感想，与全班同学分享交流。 3、教师总结：上网对我们每个同学来说都不陌生，那么我们在享受网络的时候怎么做才是合理的呢？导入本课课题。 3、教师总结：上网对我们每个同学来说都不陌生，那么我们在享受网络的时候怎么做才是合理的呢？导入本课课题。	本环节用时约 5 分钟。

		3、教师总结：上网对我们每个同学来说都不陌生，那么我们在享受网络的时候怎么做才是合理的呢？ 导入本课课题。 3.教师总结：上网对我们每个同学来说都不陌生，那么我们在享受网络的时候怎么做才是合理的呢？ 导入本课课题。 3、教师总结：上网对我们每个同学来说都不陌生，那么我们在享受网络的时候怎么做才是合理的呢？ 导入本课课题。	
活动营 (体验分享)	通过活动，鼓励学生分享和交流自己上网时主要做的事情，引导学生发现网络的利和弊。	活动一：我的网络天地 1.教师引导学生把教材上的表格填写完整，让学生在填写的同时思考自己在网络的天地里都做了些什么？ 2.组织小组讨论，分享自己的结果，选几名同学在全班交流。 3、教师对学生的分享给予反馈,引导学生认识到在网络的世界里，应该做哪些事情，不应该做哪些事情。 活动二：小小辩论会 4.教师布置任务，让学生展开辩论，辩论的主题是“你认为上网好吗？”，请正方和反方各站到教室的一边，看那边的人数多，正方和反方必须尽可能多地说出支持的理由。 5、教师总结反馈：通过这个活动,我们可以了解到上网不仅有很多好处，也有很多的弊端。（教师可以把学生说的归纳总结，呈现在黑板上或者多媒体上。）那么我们在网络的天地里应该怎么做呢？ 6、心理引导：结合学生自身的上网经历，理解认识到网络的利与弊。 6、心理引导：结合学生自身的上网经历，	1.活动一，学生交流时教师要给予反馈。最后引导学生知道上网时什么事可以做，什么事不可以做。 2.活动二，在同学们辩论的时候，老师要接纳，理解并在最后有个总结，让学生明白网络的利与弊。 3.本环节用时约 22 分钟。

		理解认识到网络的利与弊。	
--	--	--------------	--

		6.心理引导: 结合学生自身的上网经历, 理解认识到网络的利与弊。 6、心理引导: 结合学生自身的上网经历, 理解认识到网络的利与弊。	
分享屋 (总结提升)	引导学生归纳出健康上网的注意事项	1. 组织学生进行小组讨论, 应该如何合理使用网络, 引导学生总结罗列出注意事项。 2、教师给予反馈和补充, 对照阅读课本上列出的条目。 3、心理引导: 巩固已学的知识, 从感性的了解转化为理性的认识, 使学生把知识内化, 并且努力做到合理使用网络。 3、心理引导: 巩固已学的知识, 从感性的了解转化为理性的认识, 使学生把知识内化, 并且努力做到合理使用网络。 3. 心理引导: 巩固已学的知识, 从感性的了解转化为理性的认识, 使学生把知识内化, 并且努力做到合理使用网络。 3、心理引导: 巩固已学的知识, 从感性的了解转化为理性的认识, 使学生把知识内化, 并且努力做到合理使用网络。	1.总结归纳一定要在学生回答的基础上进行。教师的补充应有事例佐证, 便于学生理解。 2.本环节用时约 8 分钟。
拓展园 (拓展延伸)	强化学生对合理使用网络的知识, 对之前学习的领悟运用。	1. 组织学生阅读教材上的小峰的故事, 请同学思考并讨论应该如何帮助他, 教师请每个小组派代表分享本组讨论结果。 2. 组织学生填写教材上的“健康网络宣言”表格。请几名学生阅读自己的宣言。 3、心理引导: 把课堂上学到的知识加以应用, 在使用网络时明确目的, 合理安排上网时间。 3、心理引导:	1.教师要引导学生写自己的经历, 如学生不明白, 可以举例说明。 2.本环节用时约 5 分钟。

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/217024101132006164>