

## 心理健康教育教案（11 篇）

### 心理健康教育教案 篇 1

#### 活动目标

- 1、知道日常生活中会遇到很多的困难，能布满信念动脑筋想出各种方法克服困难、解决困难。
- 2、能体验自己解决困难的喜悦。
- 3、学会保持开心的心情，培育幼儿喜爱生活，欢乐生活的良好情感。
- 4、让幼儿知道开心有益于身体健康。
- 5、培育幼儿健康活泼的性格。

#### 活动重难点

知道日常生活中会遇到很多的困难，能布满信念动脑筋想出各种方法克服困难、解决困难。

#### 活动预备

童话故事树林里的动物，头饰：小熊、小猴、小鹿、小羊、啄木鸟。

#### 活动过程

〔一〕、借助童话故事，把幼儿引入一个布满问题的世界。

师：在茂密的树林里，生活着很多的动物。你猜，都有些什么动物呢？(激发幼儿的爱好)

师：有一天，小动物在树林里玩，你看他们发生了什么事情？

师：树林里有什么动物？它们遇到了什么困难？

(二)、鼓舞幼儿通过实践活动动脑筋想办法解决困难。

1、激发幼儿解决困难的信念。

假如你们遇到了象小动物那样的困难，你们能动脑筋想办法解决它吗？如今老师想请你们关心小动物，你情愿关心谁？

2、幼儿分组商量解决困难的方法。

师：假如羽毛球被挂在了树上，小羊能用什么方法把它取下来呢？

师：假如小球滚进了树洞，小猴能用什么方法把它取出来呢？

师：哎呀！小熊的裤子给刮破了，假如你是小熊，你有什么方法呢？

师：啄木鸟喝不了水，只有半杆水，小啄木鸟们，你们有什么方法喝到水呢？鼓舞幼儿讲出自己解决问题的方法，初步体验胜利乐趣。

(三)、引导幼儿感知生活中有很多困难问题，鼓舞幼儿大胆想出解决方法。

师：你在家里、幼儿园、路上或其他地方遇到过什么困难？

师：你是怎样解决的？你试过妈妈病了，家里只剩下你一个人吗？假如发生了，你怎么办？

师：你曾试过与妈妈丢失？假如发生了，你怎办？假如这时候一个你不熟悉的叔叔走来说带你去找妈妈，你会怎么做？

(四)、嬉戏〔过河〕。

用蓝色的布或纸设置一条宽大的河流，在河的对面设置一座大

山，山里藏着各种各样的宝贝—玩具。

引导幼儿通过各种不同的方法过河，猎取自己宠爱的宝贝。

活动反思

在这一节课上，同学始终在一种轻松和谐的气氛中接受心理健康的教育。我信任，同学会在这节课上找到了自信，学会以良好的心态克服生活中将要消失的困难，为同学今后的学习、生活加上新的动力源。

## 心理健康教育教案 篇2

一、活动主题：适应新环境

二、活动目的：

1、让同学能较好地适应中同学活，尽快完成从学校到中学的过渡期。

2、引导同学正确地与同学友好交往，开头欢乐的中同学活。

三、活动预备：多媒体设备、心型卡片等

四、理论分析：

分析学校生入学心理适应问题；

1、生活环境的不适应；学校生一般都是就近入学，在家吃住，生活上很多事情由父母照看；有些学校生甚至由家人接送上下学，由家人整理书包；进入学校后，同学一般要到离家较远的学校上学，而父母也不再接送他们上下学，生活中的事情需要自理；学校及家庭都对中同学提出的要求，而刚刚进入学校的同学，面临依靠性与性的心理冲突；

2、人际环境的不适应；在中学这个新的环境中，同学关系更加冗杂；多样；面对新的生疏的同学，如何与他们相处，如何融入新的班集体，如何克服自己的孤独感，是刚刚进入学校的同学很麻烦的问题；与学校生不同，他们不再依靠老师与父母，交友心理特殊剧烈，他们可怕被孤立；不合群，可怕被集体或同学的排斥；一些同学在学校是班上的佼佼者，心理上有优越感，而在学校这个新的团体中，个人的优势降低，这种落差使他们产生失落感；自卑感；

3、学习方式的不适应；学校的课程门类多，内容有深度，作业量大，老师对同学自学力量的要求加强，一些同学消失学习方法与学习习惯的不适应，学习成果开头下降，消失学习焦虑；；

#### 五、教学活动过程：

##### 活动一：找小组成员

活动目的：为同学供应交往的机会，促使全班同学在入学后尽快相互熟悉与了解，增加同学对班级同学的情感，促进同学对班级的归属感；

##### 活动步骤：

1、老师将全班同学随机分成几个小组，每组 8 人；按小组数剪几个“心”型纸片，再把每个“心”型纸片按小组人数随便剪成几块，在每一块上写上一位同学的姓名；

2、老师把活动前预备的纸片发给大家，要求同学根据纸片的样子查找自己所在的小组，直到小组的成员聚齐为止；比一比哪个小组找得最快？

3、小组成员相互介绍自己的姓名；家庭住址；原来所在的学校；自己的爱好爱好等；

4、老师收回“心”型纸片，将其多次打乱挨次让同学抽取，查找他们的小组，以增加同学熟悉新同学的机会；

活动结束后让同学商量、自由发言：怎样才能用最快的速度找齐小组成员？依据同学的商量结果，老师归纳、概括，得出结论。

### 活动二：制定班级目标与规范

活动目的：建立班级目标与规范，增加班级分散力，树立良好的班风；

#### 活动步骤：

- 1、小组商量分析本班进展状况，找出满足与不满足的地方；
- 2、各小组订立班级进展目标与规范；
- 3、小组合作进行美术设计，将小组订立的班规制作成墙报；
- 4、小组代表发言，介绍自己小组的合作状况及解释小组订立的班规；

5、评出最正确班规；最正确美术设计；最正确解说；

6、老师与同学一起整合出本班本学期的进展目标与规范；

#### 六、活动总结：

1、请每小组的代表谈谈本节课的体会和收获。

2、老师致结束语：

同学们，我们的中同学活是多姿多彩的，我们要共同制造融洽的班级气氛，使同学们在班级团体中感到暖和；理解，班级成员之间

互相敬重；互相关怀；盼望你们能大胆地用你们青春的画笔，把真诚、纯净、秀丽、美好、幻想都画进你们绚丽多彩的人生画卷中。结束时播放歌曲《同桌的你》。

### 心理健康教育教案 篇3

#### 一、确定问题或提出更多的问题

向同学们展现一个不简单解决的问题。此部分的目的在于确定一个可以进展同学综合力量的问题。确定较高层次问题的关键，是要保证解决这个问题时需要同学做出选择。

在这里，同学们要分析即将解决的主要问题，然后提出一个问题列表，这些问题将指导他们在资料收集过程中选择恰当的信息。老师可能有必要确定问题或关心同学们提出他们的指导性问題。

#### 二、组织分工

小组成员要一起确定所应承担的责任，确定谁将做什么工作，以及他们将如何合作。他们还将确定利用什么资源，以及如何收集信息。成员们需要肯定的合作技巧。

#### 三、收集信息

小组成员收集有助于回答或解决主要问题的相关信息。如何收集事实是一个需要传授的技巧。小组工作时应确保每一个人都能参加并能很好地合作。

#### 四、整理分析信息

当小组成员们认为他们已经收集到足以回答或解决问题的信息时，他们将在一起把所收集到的信息分类。

为了分析所收集的信息，小组成员需要明确回答以下问题：

- (1) 所收集的信息是否有助于回答主要问题？
- (2) 信息是否充分？是否需要收集更多的信息？
- (3) 所收集的信息是否足以做出确定或解决问题？

在这一步骤，小组成员需要更为深化地讨论所收集到的信息。

同学们（或在老师的关心下）将利用以问题形式组成的标准列表来分析事实。他们要依据这个标准来讨论所收集到的事实，这将有助于他们筛选有用的信息，以便获得最终的答案和解决方案。

#### 五、创建答案/解决方案

在这一步骤，小组成员们要思索下面一些问题：怎样才能利用已有的观点和所收集的资料创建一个新的答案或解决方案？最终结果（产品）将是怎样的？这段时间将是富有创意的，但小组成员们必需记住这一切要基于他们依据已收集并分析的信息所产生的答案或解决方案。

#### 六、评价与展现作品

小组之间共享他们所创建的答案或解决方案，评价他们在这个项目上的表现。评价需要关注讨论过程的每一步骤。在项目结束的时候，多花一些时间确定一个新项目的目标，这点很重要，由于同学们盼望按这样的讨论步骤在下一次的讨论中提高自己的表现！

#### 心理健康教育教案 篇4

活动目标：

- 1、了解每个人都有自己独特的名字，愿意在群体中表述自己

对名字的想法。

2、初步了解父母带给自己名字的含义，并爱上自己的名字。

活动重难点：

重点：了解每个人都有自己独特的名字，并了解自己名字的含义。

难点：1、了解自己名字的含义；2、在群体中表达自己对名字的想法。

活动预备：

1、幼儿名牌；

2、绘本 ppt；

3、视频；

4、爱心卡活动过程：

一、谈话导入，聊聊名字

1、我们初次见面，你情愿共享下你的名字吗？（出示名字卡）

2、老师共享自己的名字（名字卡）

二、共享沟通，阐述心声

1、出示 ppt，小老鼠，让幼儿知道原来对于名字也有喜爱或不喜爱的。

2、你对自己名字有什么感受？

三、绘本支持，释放焦虑

1、倾听小老鼠的苦恼（两个录音）。

2、它为什么会不喜爱自己的名字？请幼儿说说。



3、了解小老鼠名字的隐秘。

4、请幼儿说说缘由并播放小老鼠喜爱了自己名字。

四、真情互动，提升熟悉

1、播放一个妈妈的录音

2、打开父母的爱心卡

3、共享感动时刻

活动延长：出示几个名人名字和照片，大声说出我爱我的名字。

心理健康教育教案 篇5

活动目标

1. 学问：知道学习要肯于动脑筋，不怕困难，把握克服学习中各种困难的一些方法。

2. 情感与看法：情愿通过自己的努力去学习，体会克服困难取得胜利的喜悦。

3. 力量：知道学习、做事要抓紧时间，学会合理支配和利用时间，提高学习效率。

活动重点

把握克服学习中各种困难的一些方法。

活动难点

懂得如何主动地去学习。

活动预备

课件

活动过程

## 一、谈话导入

师：在坐的小伙伴个个都很能干，在学校是好同学，在家在社会上都是好孩子，可由于我们年龄较小，才读三班级，好多好多学问，好多好多的事情我们还不懂不会，怎么办？

生：略

师：正由于我们是学校生，主要任务就是学习（板书：学习），不仅要学文化、学科学、还要学做家务、更要学做人、…反刚要学的东西实在是太多太多了。不过学习过程中确定会遇到许很多多困难和苦恼。听你们口老师介绍，小伙伴们已经在学习过程中主动想办法，克服一个又一个的困难，解除了一个又一个的苦恼。的确是好样的。

今日，我将同事家的冬冬在学习过程中遇到了这样的问题和苦恼提出来，请同学们一起来帮帮他。好吗！

## 二、出示问题 10 分钟

1. 出示课件 1 《冬冬的苦恼》。

2. 同学们齐读问题。

3. 生思索：冬冬的问题出在哪？你准备怎样帮他。（板书：问题 解决方法）

4. 生沟通。（师相机板书：字不熟悉 查字典；读的很吃力、更不知列式 多读；爸妈没能回来 自己先做；……）

5. 简结：刚刚，同学们帮冬冬找出了问题，并给他提出了很好的改良建议。我知道，同学们在学习过程中也曾遇到过不少困难和苦恼，但大家都学会了动脑筋，想办法，困难和苦恼都被我们一一克

服和解决了。自己都已经学会了做学习的仆人。〔相机完成课题的板书：做学习的仆人〕

下面就请同学们结合课本第 35 页的内容以〔前后或左右〕小组为单位沟通你是怎么做的？

### 三、转换角色

1. 自主学习〔小组为单位沟通〕；6 分钟

2. 班级沟通〔可结合课件一 一绽开〕；6 分钟〔相机板书：不会、不知道多看看、多问问；不了解查查资料〔百科全书、书籍、网上……〕；解法不一样；格言——水滴石穿；……〕

### 四、联系实际，拓展沟通。10 分钟

1. 课件提出：你在学习过程中还遇到过什么新问题？你是怎样解决的？能不能好不保存向大家传授传授你的好阅历。

2. 同学阅历沟通。〔每位沟通后师须留意赐予评价 并相机板书：略〕

### 五、小结 5 分钟

经过以上几位同学的沟通，别看我们还小，可在解决自己遇到的问题时已经积累了不少好阅历。

只要我们树立信念，〔结合板书进行〕持之以恒，主动去学，再大的困难和苦恼没有克服不了和解决不了的。学习的仆人必定是我们。

六、课后作业：给自己写个格言夹在小书桌的玻璃板下或贴在小书桌旁，常给自己提个醒。

## 心理健康教育教案 篇6

### 一、教学目标：

通过活动，关心同学从相貌、性格、特长等方面查找自己的特点，学会调整自己的心情，增添自我意识，发觉自我，喜爱自我。

### 二、教学重点：

引导同学如何喜爱自己。

### 三、教学难点：

关心同学理解为什么要喜爱自己。

### 四、教学预备：

- 1、每人预备一面小镜子。
- 2、《奥运欢迎你》、《祈祷》的磁带，《丑小鸭》动画片光盘
- 3、盼望树一棵，做成可爱样子的卡纸。
- 4、同学排成U型坐位

### 五、教学过程：

#### （一）揭示课题

- 1、播放《北京欢迎你》，全班同学一起唱唱。
- 2、揭示课题

#### （二）故事明理

- 1、播放故事《丑小鸭》。
- 2、真情流露

#### （三）“喜爱我自己”大商量

- 1、老师身上有这么多优点，信任你们身上也有许多优点，如

今请大家拿出的小镜子照一照自己，说一说自己最满足的地方。（轻放音乐）

## 2、“喜爱我自己”大商量

师：刚刚我们到了自己的外表美，如今我们找一找自己内在的美。如今我们进行喜爱自己大商量。我们先在小组里沟通，谁想和大家共同共享？

（1）小组沟通

（3）全班沟通。

3、（参加度不高，个别辅导：坐在老师身边，大家一起帮他找找优点。也可以提到前面）

（其实你们在老师的眼里都很棒，都具有许多优点，你不想让大家了解你吗？莫非你没有优点吗？不行能，来大家一起帮他找找。你在家帮妈妈扫地吗？帮老师整理过东西吗？）

4、小结：除了你们说到的这些还有孝敬父母、拾金不昧、文明礼貌、喜爱小动物、爱惜同学、团结同学、责任心强、表现主动等

5、大声对自己说。

孩子们，如今你喜爱自己了吗？让我们大声的对自己说：我喜爱我自己。师：从今日起。生：我喜爱我自己！

## 心理健康教育教案 篇7

### 一、介绍

在此处向同学们简要介绍这个 WebQuest 的有关状况。假如在此 WebQuest 中包括角色扮演或闯关嬉戏（如“你如今是一个鉴别神

奇诗人的间谍”），则应在此处设置情境。也可以使用这部分做先期的组织或概述工作。

## 二、任务

清楚明白地描述学习者行为的最终结果将是什么。任务可以是：

- 一系列必需解答的问题；
- 对所创建事物进行总结；
- 一系列需要解决的问题；
- 说明自己的立场并对此进行说明；
- 一项具有创意的工作；
- 任何需要学习者对自己所收集的信息进行加工和转化的事情。

情。

## 三、资源

利用这一部分指明学习者可以用于完成任务的网址。在每一个链接中嵌入对此资源的描述，以便学习者可能在点击前知道自己将通过访问该网址获得什么。

## 四、过程描述

介绍学习者完成任务应遵循的步骤。这一部分是探究学习的关键所在。肯定要使这些步骤简明清楚。

(1) 第一步

(2) 其次步

(3) 第三步

## 五、学习建议

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/278050027105007013>