

小学生心理健康教育教学设计

小学生心理健康教育教学设计（通用 11 篇）

作为一名老师，就有可能用到教学设计，教学设计是教育技术的组成部分，它的功能在于运用系统方法设计教学过程，使之成为一种具有操作性的程序。那么你有了解过教学设计吗？以下是店铺精心整理的小学生心理健康教育教学设计，仅供参考，大家一起来看看吧。

小学生心理健康教育教学设计 篇 1

教学目的：

- 1、让学生知道在学习和生活中常常会遇到挫折，人人都不可避免。
- 2、初步掌握战胜挫折的方法，培养学生战胜挫折的能力。
- 3、每个人都应该以积极、健康的心态正确对待挫折，用勇于挑战自己的勇气和毅力战胜挫折，取得成功。

教学重难点：

培养学生的心理承受能力.

教具：

准备小学生跳楼事件的报道材料.

教学过程

一、用实例引导思考

- 1、老师带着同情、惋惜的感情讲述两个小故事。

A.本市某小学的一位高年级学生，头天下午放学时，告诉老师有人欺负他。老师说“知道了”，没当场解决。第二天该生便在自家跳楼身亡。事后，家长、老师在日记中了解到他是因常受别人欺负想不开而寻短见。

B.一所农村小学的低年级学生，因长期完不成作业，受到老师批评，放学回家用红领巾把自己系在门柄上勒死。

- 2、引导学生围绕下列问题思考：

- (1) 两名学生的死给家庭、社会带来了什么？
- (2) 他们的死都和哪些因素有关？
- (3) 如果你是老师，在对待学生时会不会有稍微的疏忽和冷漠？

(4) 两名自杀的学生都有一种怎样的心理？这种心理状态健康吗？

3、全班交流。

4、教师小结

二、拿镜子照自己

1、教师引导学生用下列情形对照自己

(1) 当家长批评或者责骂自己时自己有怎样的表现？

(2) 当老师对你的态度稍微有一点冷漠自己有怎样的表现？

(3) 当你遇到其他方面的压力或困难时，你有怎样的表现？

2、学生交流

3、点拨

三、看录象激起兴趣

1、播放录象

2、学生阅读材料

3、学生讨论

四、揭短会经受磨难学生自愿上台接受揭短，其他学生从长相、穿衣、习惯、为人处事、学习、纪律等方面揭他们的短。老师指导五、写感受

小结：现实和未来都要求人们从小学会认知，学会做事，学会共同生活，学会生存。这些都与人的心理品质有关。可以说，如果没有较高的心理素质，就很难适应 21 世纪的激烈竞争。另外，现代社会的快速进步和发展也使得小学生的心理健康面临着更多更大的压力和挑战。社会的发展变化对学校培养的人才提出了更高的要求。

小学生心理健康教育教学设计 篇 2

第一课兴趣是求知的动力

一、教学目的

帮助学生了解兴趣是学习的动力，引导学生在学习、生活中培养广泛的兴趣。

二、教学准备

字谜答案扇形的小苹果找座位图四组数学口算机录音机配乐录音带

三、教学过程

1. 导入

教师：今天我们先来听一段录音故事。（播放麦克斯韦小时候的故事配乐录音）

2. 学文明理

提问：谁来说说小小的麦克斯韦为什么喜欢提出许多问题？

（学回答后教师小结）

教师：同学们说得很好，麦克斯韦对什么事情都好奇，都想知道究竟，这是一种学习的兴趣。正是因为有了这种学习的兴趣，麦克斯韦最后成了英国著名的科学家。

许多有成就的人，他们从小对自己身边的事物有极大的兴趣。请同学们看看书上还为我们介绍了其他的人。

（学生自己阅读课文中有关达尔文及严文井的故事）

教师：听了刚才的故事，看了书中的课文，请同学们说说看书的想法。（学生自由发言）

3. 活动明理

（1）请同学们分组说说自己的兴趣是什么？说完后再选一名代表给全班同学说说你们组的发言情况。

（2）做个放松小游戏

出示课前准备好的字谜条幅粘贴在黑板上，请学生猜。将学生猜中的答案随时粘贴在字谜的旁边，并为猜中答案的学生发一颗智慧星。

（3）谁来帮助苹果娃娃

分别将扇形的填字游戏及写有“青、晴”等文字的苹果贴在黑板上，谁给苹果娃娃找到座位，就请谁把苹果娃娃带到他的座位上。

（4）开个小擂台赛

分别出示口算比赛题，每次两名同学比赛，看谁能当擂主，教师为擂主颁发证书。

（5）想想自己最感兴趣的课有哪些？把它填在书中的表格中，填写完后再想一想自己为什么会喜欢这些课？对自己不喜欢的课，想个办法使自己对这样的课有兴趣。最好能将这个办法写在表格后面。

4.总结全课

同学们喜欢今天的学习吗?大家的回答和笑脸告诉了老师。你们很喜欢这样的学习。其实我们的学习都能像今天的学习这样使你有兴趣。请同学们回家后问问自己的家长，他们的学习兴趣，并请你的家长和你一起动脑筋，找一找培养学习兴趣的好方法。

第二课镜子里的我

一、教学目的：

帮助学生知道什么是真正的自己，什么是对自己的正确认识，懂得什么是悦纳自己。通过活动，引导学生正确地评价自己。知道正确评价自己有利于身心健康。能够接纳自己的优缺点，充分利用自己的长处，使自己快乐地学习和生活。

二、教学准备

写有关人物的形容词题板、格言条幅、个人小时候的生活照片、森林动物演出大会故事配乐录音及录音机。

三、教学过程

1.导入

同学们，老师知道大家都是乐于助人的好学生，今天，老师为大家带来了一个小朋友，它最近的心情不好，请大家帮助它。

2.学文明理

(播放课文录音故事)

请每个同学对小黄莺说句话，老师把大家说的话录下来带给小黄莺。

(学生轮流发言的同时老师为学生录音)

在我们的生活中在许多人，他们也有过小黄莺这样的烦恼，但是他们能正确的对待自己的问题。书中的课文就给同学们介绍了一名美国残疾人的故事，请一名同学给大家读一读。

3.活动明理

(1)分角色表演“小马过河”。表演结束后

A.请小马说说开始时为什么不敢过河?

B.请观众说说后来小马为什么又敢过河了，完成了妈妈交给的任

务？

C.请演员与观众共同分析：如果小马不了解自己的身高与能力，结果会怎么样？

(2)模仿人物：请参加表演的同学尽量表现出被表演同学的特点与优点，然后请问同学们猜一猜被表演的同学是谁？这个同学还有什么优点？再请这位同学说说自己的优缺点以及自己的特点。

(3)发给每个学生一张图画纸，并将写有形容词的条幅贴在黑板上，请同学们参照词语为自己画像。

要求：画得不好没关系，但要在图画上表现出自己的优点。

冲动顺从好奇助人独立爱争论细心沉着节约的周到合作文静乐观
固执有效率的

4.总结全课

今天，同学们在活动中开始学会怎样正确地找到自己的优缺点，回家后请你将课后[实践园]中的话读给妈妈听听，再把[实践园]中的小报作好，把它贴在你的床头，每天看看自己的长处，增加一份信心，就会增加一份前进的力量。

最后老师送给同学们一句话：要记住，不论美丑，世界上只有一个你。

小学生心理健康教育教学设计 篇3

【教学目的】：

培养学生正确的人际交往态度，帮忙学生掌握人际交往的基本技能，提高学生与人交往的实际潜力，培养学生做一个快乐的健康的人。

【课前准备】：

1、课件设计

2、小品编排

【教学过程】：

一、导入：

你有朋友吗？你喜欢交朋友吗？在生活中，有的人拥有很多朋友，与朋友一起学习，一起生活，遇到问题一起商量，一起解决，说说笑笑，真开心呀！这节课将伴随你一起探索怎样才能交上更多的朋友！

二、活动：

1、找朋友游戏

要求：以组为单位，每组出一名学生，数到“一”。

第一次：3 个同学一组迅速抱成团。

第二次：4 个同学一组迅速抱成团。

第三次：5 个同学一组迅速抱成团

（学生分组做“找朋友游戏”。游戏之后数一数：我赢了次，我输了次。）

2、谈一谈

（1）我找到朋友时心里感到。

（2）我没找到朋友时心里感到。

（学生谈心里感受）

3、交朋友的秘诀

（1）仔细观察你身边的好伙伴是怎样交上好朋友的？

（学生归纳交朋友的秘诀）

看课件：

课件1：萍萍热情、开朗、乐于助人，同学们都愿意和她交朋友。
（性格好）

课件2：周梦和胡云都是航模小组成员，他俩合作一艘小帆船，你锯我粘，很快就做成了，共同享受着成功的喜悦。（合群）

课件3：遇到开心的事，受了委屈、遇到困难等愿意把心里话告诉朋友，增进沟通和理解。（善于开放、表露自己。）

（2）你的交友秘诀呢？

快记下大家的绝招，让大家一起交流分享吧！

（学生归纳：交朋友的秘诀。）

（3）请看小品：

问题1：请你帮帮小陈，让他也能交到朋友。

问题2：不知你在交朋友中有没有遇到什么困难呢？

问题3：请大家帮他出出主意，让他交到更多的朋友。

（学生进行小品表演：

小磊和小涛是好朋友，他们互相关心、互相帮忙，说说笑笑玩得多开心啊！但是，小陈不敢和同学接近，他没有朋友，一个人十分孤独。）

三、总结：

有朋友真好！高兴时，有朋友来分享。悲哀时，有朋友来分忧。困难时，有朋友来帮忙。朋友能给人带来欢乐、带来勇气、带来信心。老师相信，在你的努力下，一定会交到更多的好朋友！

小学生心理健康教育教学设计 篇 4

教学目标：

- 1、学习如何妥善调控自己的情绪。
- 2、培养学生乐观的情绪和人生态度。

自助目标：

- 1、懂得喜怒哀乐是人之常情，学会控制自己的情绪。
- 2、学会在生活中找“乐”。

教学过程：

一、创设情景引入新课

(1)同学们喜欢看足球赛吗？为什么喜欢？

(2)我们来欣赏世界杯足球赛片段，感受一下现场的气氛。(投影)

(3)看了录像，你想说什么？这就是足球的魅力。比赛场上形势瞬息万变，观众和运动员的什么也跟着变化？

(4)说到情绪，哪一个成语可以概括很多情绪？

(5)我们再来看看 2010 年世界杯足球赛，巴西队与德国队比赛的图片，说说各是哪一种情绪？(投影)

师：这真是不同的人对同一件事有不同的情绪，同一个人在不同时候也有不同的情绪。今天我们就一起来探讨《多变的情绪》。(齐读课题)

二、交流分享体验感悟

(一)师：我们的童年生活是快乐的，有阳光有鲜花有笑声，把快乐与朋友分享可以让一份快乐变成几份快乐。你有什么快乐要告诉朋友吗？

(1) (投影)从你亲身的经历中，找出最开心的事情与朋友分享。

(2)四人小组充分交流。

(3)想不想在全班同学面前说说自己最开心的事，让大家一起分享你的快乐。

师：是啊。听着同学们一件件开心事，我也被深深地感染了，觉得生活是那么的美好。这里，老师让大家看一幅漫画开开心。(投影)《微笑的感染》这幅漫画说明了什么?(正如漫画的题目，微笑是可以感染的，愿我们的生活充满了微笑，愿我们微笑着面对生活。)

看到同学们的情绪那么高昂，我们一起来唱首《幸福拍手歌》吧。

(二)师：然而，生活是丰富多彩的。我们遇到的并不都是春暖花开，也会有风雨雷电。情绪有喜有悲，生活才有滋有味。就拿我们最平常的校园生活来说吧，同学之间不是经常发生

磕磕碰碰吗?让我们的情绪起起落落。请欣赏小品《拍手游戏》。

小学生心理健康教育教学设计 篇5

教学理念：

感恩是一种美德，是一种生活态度，也是做人的基本修养。而此刻的中学生就其心灵的“情”来看，普遍患有“感情冷漠症”。对父母的养育之恩、老师的教导之恩，有时会熟视无睹、置若惘然。应对这种现状，有必要设计一节以《感恩》为主题的心理健康课，让感恩走进每一位同学的心灵。

教学设计说明：

教学过程分为五个环节，从感恩父母，到感恩老师，感恩帮忙过你的人，感恩社会，最后感恩升华，感激所有的人。

根据学生的认知特点，从谈父母、老师的付出，到分析我们为他们做的，体会他们的恩情，随之引出如何感恩，落到行动上。从感恩家人到感恩老师、帮忙过自己的人，最后上升到感激所有的人，包括伤害我们的人。

教学活动多样，有听歌曲、听故事、讲故事、大家说、做游戏、演小品、大家歌、读资料、天平称量等多种形式，学生从听、讲、说、做、演、称等多方面体会恩情，学会感恩。从意识到行动。到达教学

的目的。

教学目标：

1、使学生懂得，对关怀和帮忙自己的人抱有感激之情是一种美德，也是做人的道德准则。

2、使学生明白，此刻每个人享受的快乐生活是透过别人的付出得到的，培养学生对父母、他人、社会的感恩意识。

3、教育学生在实际生活中，学会感恩，为关心过自己的人做一些力所能及的事情。

重点：

培养学生对父母、对他人、对社会的感恩意识。

难点：

教育学生在实际生活中学会感恩。

教学过程

（一）、感恩父母

1、听音乐《感恩的心》

2、亲情游戏

你们从一个咿呀学语的孩子成长到一名初中生，谁给你们的爱最多，帮忙最大，请写出五个人的名字。

3、感受父母的爱

4、感悟：乌鸦有反哺之义，羊羔有跪乳之恩。父母为我们费尽心血，我们就应为他们做点什么，才能表达你的感激之情？

使学生带着简单愉快的情绪进入活动主题

请同学按照老师的指令进行。

说一说，父母给你那些爱。

学生读材料，谈感受。

学生针对此刻的我进行畅谈。

（二）、感恩老师

1、师恩回放

生活中除了父母无微不至的关心我们，再就是我们的恩师了。老师的爱如春风，似细雨，滋润着我们，使我们茁壮成长，让我们从点

学生讲老师关爱我们的三个故事。老师结合故事进行点评：

(1) 老师如妈妈时刻关心我们。

(2) 老师象一把保护伞，遮护着我们不受到伤害

(3) 我们的成长离不开老师。

2、用行动报答老师

总结过渡：学校中老师如父母，无时无刻不在关心着我们，我们就应怎样做，才能让老师更欣慰，让家长更放心呢？

学生谈在学校中如何做？（多个学生回答）

（三）感恩帮忙过我们的人

除了父母和老师，社会上还有很多人值得我们感激。请听《感恩之旅》。

黄舸 7 岁的时候，被查出患了一种令医学界至今束手无策的疾病，生命周期可能只有 18 年。

黄舸的生命也许就要走到了尽头，但是为了能对帮忙过他的人说声谢谢，20xx 年，15 岁的他和父亲用一辆三轮车踏上了“感恩之旅”，开始在全国寻访从未谋面的恩人。如今父子俩已走过 82 个城市，行程 1.3 万公里，向 30 多名以前帮忙过他们的人当面道了谢。父子俩一路上感受着感动，也传播着感动。

黄舸说：“到好心人的家门口亲自说声谢谢，送上一束鲜花表达我深深的谢意，是我最大的心愿。”这个心愿一向支持着他走到这天。如果有一天离开人世，黄舸期望将自己的眼角膜捐给需要它的人。

问：黄舸的“感恩之旅”是感激哪些人呢？（齐答）

生活中许多人向我们伸出热情的双手，当我们理解别人无私的关爱时，你的情绪是怎样的？此刻让我们大声的向他们说一声“谢谢”！

（四）感恩社会

请看资料：慈善家——霍英东

霍英东，汉族，广东人。1953 年创办霍兴业堂置业有限公司，任董事长。

霍英东先生是一位爱国的香港慈善家。从小吃过不少苦的他聚财

多年来他对社会的各类捐助金额接近 200 亿元，在推动各地教育、医疗卫生、体育、山区扶贫、干部培训等方面，做出了许多的贡献。

问：材料中的霍先生的行为是回报什么呢？（齐答）

记得去年我们班的同学主动参加了小戏艺术节的义务劳动，今年我们班的同学利用星期天又到车站义务打扫卫生。我们班的同学人人有一颗服务社会的心。

想想我们为社会做些什么？

几个学生回答。

几年之后，如果我们班有的同学也象霍先生一样成为大款，你将怎样回报社会呢？

几个学生畅所欲言。

（五）感恩所有的人（感恩升华）

过渡：我们的生活被爱包围着，我们不但感恩父母，感恩老师，感恩那些帮忙过我们的人，甚至我们还感激那些伤害过我们人。

请看大屏幕，感激所有的人。学生齐读：

感激所有的人

感激伤害你的人，因为他磨炼了你的心志。

感激绊倒你的人，因为他强化了你的双腿。

感激欺骗你的人，因为他增进了你的智慧。

感激蔑视你的人，因为他醒觉了你的自尊。

感激遗弃你的人，因为他教会了你该独立。

凡事感激，学会感激，感激一切使你成长的人。我们人人都要有一颗感恩的心！

齐唱《感恩的心》的主题句：感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气应对自己，感恩的心，感谢命运，花开花落，我依然会珍惜！

篇 6

教学目标：

1.培养学生积极乐观的人生态度。

提高学生的道德修养水平。

3.让学生树立正确的人生观、道德观和价值观。

4.培养学生勤奋学习的良好习惯。

教学重难点：

1.培养学生勤奋学习的良好习惯。

2.帮助学生树立正确的人生观和价值观。 3.学生熟知并掌握一定的心理健康调节方法。

教学过程

一、小学生心理健康教育的重要性和必要性。

小学生是民族的希望，祖国的未来。你们的心理是否健康，关系到我们民族的整体素质能否提高，关系到国家的未来与兴衰，应引起整个社会的关注。

联合国世界卫生组织曾经提出过一个响亮的口号，“健康的一半是心理健康。”并解释：健康不仅是指一个人没有疾病的症状和表现，而且是一个人的良好身体和精神以及社会的适应状态。

据调查了解，当今中学中有部分学生缺乏远大理想，缺乏自立能力，缺乏奉献精神，利己主义严重。且由于他们处于生长期，心理、生理都不成熟，学习、生活诸多烦恼积压在心内，产生了不必要的焦虑，孤僻，自暴自弃等心理问题。

在实施素质教育的今天，这样的心理状况，怎能适应未来社会的生存发展，怎能成为合格的跨世纪的一代建设者和继承者，对此感到忧虑。

二、如何让学生的心里更加健康。

心理健康教育是针对当前小学生出现的种种心理问题，提出的一种积极的教育思想和方法。在实践中，我们应从以下几方面入手：

1.培养积极的人生态度。

我们经常听见有小学生抱怨“老天不公”，悲叹自己“命孬”、“运气不好”、“处境不佳”没有遇到什么值得快乐，令人高兴的事，相反的，却经常遇到一些令人烦恼的事，倒霉的事。于是乎成天闷闷不乐，精神不振，意志消沉，虚度光阴。面对这样的学生，我们就应

是一个极其偶然的存在。这个存在在茫茫的宇宙中，与漫漫的历史长河相比，就象电光那样短暂易逝。因此，我们要珍惜它、热爱它。让人的一生具有价值，具有意义，让有限的生命为人民大众作出无限的贡献，闪烁出绚丽的光芒。当然，人生道路上要经历无数风雨、坎坷，这是谁都避免不了的，但是，只要我们始终坚持自己的信念，追求自己的目标，积极地去努力，去奋斗，去拼搏。就会发现人生的天空如此广阔，青春的鲜花如此美丽，活在世上真是一种幸福。

2.提高道德修养水平。

道德修养影响一个人的健康及寿命的长短。孔子曰：“仁者寿。”就说明了人的道德品质与健康长寿的关系。明代名医张景岳说：“欲寿，唯其乐。欲乐，莫过于善。”意思是说要想长寿，就必须乐观；要乐观，莫过于乐善好施。古人还说：“有德则乐，乐则能久。”也明确指出有高尚的道德，才可能有快乐的心态；有快乐的心态，才可能健康长寿。现代医学、心理学也证明了：道德高尚多做好事经常满腔热忱地帮助人，扶持人，爱护人，援救人，人们会投桃报李，给以热情地回报。爱人者，人便爱之；助人者，人必助之；敬人者，人亦敬之。这种良性的反馈，必然使人产生欣慰，受到鼓舞，使人愉快，获得欢乐，从而保持良好的情绪状态，促进身心健康。正如古人所说：“善者善，祛病而得后福。”

因此，我们应教育学生在生活中要讲究道德修养，勤于付出，乐善好施，见义勇为，多做好事，这样可以使他们保持良好的情绪状态，获得欢乐，有益于身心健康。

3.树立正确的名利观。

处于人生关键的转折期的小学生，要想保持良好的情绪状态，维护和增进心理健康，要想健康地成长，就必须学会正确地对待名利。如果一味地追名逐利，整天处心积虑，挖空心思，食不甘味，夜不能寐，必然会产生消极的不良情绪，严重影响人的身心健康，甚至会造成悲剧。因此，我们要教育学生，在日常学习和生活中，一方面争先进，创一流。另一方面，不计较功名得失，相信付出终有回报，淡于

别人而自卑，也不会因个人的得失而斤斤计较，心理平衡了，身心自然也就健康了。

4.培养勤奋学习的好习惯。

读书学习能使人掌握知识，提高素质，懂得人生的真谛，使人热爱生命，热爱生活，具有积极的人生态度，树立正确的人生观，价值观，使人能正确地认识和对待挫折，正确地对待名利，正确地对待人生和前途，始终斗志昂扬，乐观向上。然而，我们必须正视的事实是：在现实生活中，小学生普遍存在着厌学情绪。他们把读书学习视为一种痛苦、一种负担、一种压力，对学习没有热情，毫不感兴趣。他们反感、厌恶、甚至憎恨学习。这种强烈的厌学情绪使有些小学生自暴自弃，破罐破摔，悲观厌世，道德伦丧，甚至产生反-社-会的攻击行为，很容易被社会上的坏人所利用，走上犯罪的道路。因此，我们必须解决学生的厌学问题，努力培养学习兴趣，调动他们的学习积极性，使他们能向健康的轨道上发展。

三、形成性练习：回答下列问题。

- 1.什么是心理健康？如何让你的心理更加健康？
- 2.心理健康教育的常用方法有哪些？
- 3.心理健康教育的重要性是什么？
- 4.怎样判断你的心理是否健康？

板书设计：

心理健康教育让心理更加健康的方法：

- 1.培养积极的人生态度
- 2.提高道德修养水平
- 3.树立正确的名利观
- 4.培养勤奋学习的好习惯

篇 7

一、活动目的：

- 1、引导学生了解一些排解烦恼的方法，使学生知道应该笑对生活中的不如意，做一个快乐的人。

、学会更好地调节自己，使自己拥有积极健康的心理状态和情绪。

3、让学生全程参与，主持，表演与设计。

二、活动重点：

引导学生通过自己全程参与主持与小品活动，观察体验别人的快乐与烦恼，找到快乐的真谛。

三、活动难点：

引导学生用自己所掌握的寻找快乐的策略来更好地调整自己。

四、活动形式：

情境游戏、心理短剧、角色扮演、情境模拟、讨论沟通、行为训练等

五、活动准备：

a) 多媒体课件

B) 心理小品

六、设计意图：

快乐和烦恼常伴随着每一个人，如果总是想着烦心的事，就会改变自身的心境。久而久之，将导致消极的人生态度，不利于学习和生活。本课的设计旨在以“活动”、“体验”为主要教学因素，指导学生如何面对烦恼，找到调整情绪的妙方，学会笑对人生。整个过程让学生多想、多动、多参与、多感悟，力求学生自悟自得，体现心理教育以学生为主体的原则。让学生学会在生活、学习中遇到烦恼时能够自己调节、自己疏导，甚至自己渲泄，以达到提高心理素质的目的。

七、活动过程：

一、创设情景体验烦恼：

1、揭题，播放音乐，激情导入：

主持人 A：人人都想和快乐在一起，天天快乐，时时快乐。但是，在我们的生活、学习中，总会遇上这样那样不顺心的事。让人生气、让人烦恼、让人痛苦的事情太多了，同学们，在你的生活中，遇到过令你不开心的事情吗？

2、趁机引导，回忆烦恼：

主持人 B：谁都难免会遇到不愉快的事，请大家拿出小纸片，写出

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/425343032020011320>