

小学六年级心理健康教育教案 5 篇

教学目的：

1、让学生明白在学习和生活中经常会遇到挫折，人人都不行避开。

2、初步把握战胜挫折的方法，培育学生战胜挫折的本领。

3、每个人都应当以进取、安康的心态正确对待挫折，用勇于挑战自我的士气和毅力战胜挫折，取得胜利。教学重、难点：培育学生的心理承受本领。教学具：预备小学生跳楼大事的报道材料。

教学过程

一、用实例引导思索

1、教师带着怜悯、惋惜的感情叙述两个小故事。A.本市某小学的一位高年级学生，头天午时放学时，告知教师有人欺侮他。教师说“明白了”，没当场解决。其次天该生便在自家跳楼身亡。事后，家长、教师在日记中了解到他是因常受别人欺侮想不开而寻短见。B.一所农村小学的低年级学生，因长期完不成作业，受到教师批判，放学回家用红领巾把自我系在门柄上勒死。

2、引导学生围绕以下问题思索：(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)假如你是教师，在对待学生时会不会有略微的疏忽和冷漠？(4)两名自杀的学生都有一种怎样的心理？这

种心理状态安康吗？

3、全班沟通。

4、教师小结

二、拿子照自我

1、教师引导学生用以下情形对比自我(1)当家长批判或者责骂自我时自我有怎样的表现？(2)当教师对你的态度略微有一点冷漠自我有怎样的表现？(3)当你遇到其他方面的压力或困难时，你有怎样的表现？

2、学生沟通 3、点拨三、看录象激起兴趣 1、播放录象 2、学生阅读材料 3、学生争论四、揭短会经受磨难学生自愿上台理解揭短，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。教师指导五、写感受

小结：现实和将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。能够说，假如没有较高的心理素养，就很难适应 21 世纪的剧烈竞争。另外，现代社会的快速提高和进展也使得小学生的心理安康面临着更多更大的压力和挑战。社会的进展变化对学校培育的人才提出了更高的要求。

小学六年级心理安康教育教案 2

【教学目的】：

培育学生正确的人际交往态度，帮助学生把握人际交往的根本技能，提高学生与人交往的实际潜力，培育学生做一个欢快的安康的人。

【课前预备】:

1、课件设计

2、小品编排

【教学过程】:

一、导入:

你有朋友吗?你喜爱交朋友吗?在生活中,有的人拥有许多朋友,与朋友一齐学习,一齐生活,遇到问题一齐商议,一齐解决,说说笑笑,真快乐呀!这节课将伴随你一齐探究怎样才能交上更多的朋友!

二、活动:

1、找朋友嬉戏

要求:以组为单位,每组出一名学生,数到“一”。

第一次:3个同学一组快速抱成团。

其次次:4个同学一组快速抱成团。

第三次:5个同学一组快速抱成团

(学生分组做“找朋友嬉戏”。嬉戏之后数一数: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)认真观看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：萍萍热忱、开朗、乐于助人，同学们都情愿和她交朋友。(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，共同享受着胜利的喜悦。(合群)

课件 3：遇到快乐的事，受了委屈、遇到困难等情愿把心里话告知朋友，增进沟通和理解。(擅长开放、表露自我。)

(2)你的交友秘诀呢？

快登记大家的绝技，让大家一齐沟通共享吧！

(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：请大家帮他出出办法，让他交到更多的朋友。

(学生进展小品表演：

小磊和小涛是好朋友，他们相互关怀、相互帮助，说说笑笑玩得多快乐啊！可是，小陈不敢和同学接近，他没有朋友，一个人非常孤独。)

三、总结：

有朋友真好!快乐时,友朋友来共享;悲伤时,有朋友来分忧;困难时,有朋友来帮助。朋友能给人带来欢快、带来士气、带来信念。教师信任,在你的努力下,必需会交到更多的好朋友!

学会宽容

【主题分析】

学生在学校生活中不行能不发生冲突,与同学之间可能由于各种各样的缘由产生摩擦。即使是好朋友之间,也往往会由于某句话,某件小事而产生不开心,假如学生不能正确地对待这些,只要有冲突,只要别人对不起自我,就怀恨在心,从今再也不理这个人,那么,唯恐与学生相处得来的人就越来越少了。所以,宽容地待人,在学生的生活中是不行缺少的。宽容本身意味着原谅,而原谅又是与极大的忍耐和谦逊联系在一齐的,原谅别人对自我所犯的错误,从某种好处上说,最能表达自我顽强、忠厚的品德了。宽容是能够学习的。教师应在教学、平常的大事处理中培育学生学会宽容,共性是做好详细的指导工作,鼓舞孩子要主动解决冲突,千万不要记恨在心,更不要时时伺机报复。

【活动资料】小学生人际交往心理辅导

【活动形式】表演法、争论法

【活动对象】小学六年级学生

【活动时间】40 分钟

【活动预备】1、每人一棵心愿树剪纸。

2、预备小品表演《真正的原谅》。

3、学生座位按马蹄形小组排列，马蹄形开口朝黑板。

4、学生自备彩色笔。

【活动过程】

1、导入：同学们，你们明白吗？宽容是一个神圣的字眼，宽容是一个神圣的概念，宽容是一种人类精神。宽容是一种善，宽容是一种美，宽容是一种人性，宽容是一种胸怀和气度，更是一种境地。仅有和善的心胸中才有宽容，仅有慈善的心灵才能放下宽容。这天这节课，就让我们来讨论宽容，学会宽容。

2、活动：“真正的原谅”

请学生进展小品表演《真正的原谅》（表演前，叙述发生背景、简介人物）。

然后分小组争论：“之后，这个学徒为什么能安安稳稳地把灯泡拿到了楼上？”学生自由争论，发言沟通面要广。之后请个小组代表发言，对于学生制造性的分析、评论，教师要尽量加以引导、予以确定。

教师小结：宽容作为一种境地，是一种水平的表达，是一种对于被宽容者的理解和体谅，是一种深度与才能，是一种睿智和明达。

“自我反思”

请大家再想一想，自我以前遇到过不善待别人（同学、父母、长辈.....）的事吗？你当时是怎样想的？发生了怎样的后果？此刻你对这件

事又是怎样想的?假如当时你原谅了别人,设想一下结果又会是怎样?这一活动先在小组内沟通,然后再进展全班沟通。

透过反思,我们更加懂得了宽容、善待别人的重要性,那么毕竟如何做到原谅别人呢?首先要做到——将心比心。

“画心愿”

“心愿树”上有很多心愿卡,“将心比心”就是其中最大的一颗。此刻,让我们拿起彩色的画笔,去描绘那些宽容他人的心愿。请同学们把贴合描绘条件的果子涂上漂亮的颜色。(多媒体出示心愿树)心愿树上的心愿有:

豁达大度斤斤计较抑制忍让

正直诚恳与别人交谈心平气和埋怨奶奶走路太慢

拿别人的短处开玩笑与别人争吵

多听少说,自我想说时,应等别人说完了再说

有意说别人的坏话

学生各自涂色,群众争论、沟通。

“主角扮演”

同学们,刚刚我们已经了解到如何原谅别人。此刻,有一位叫小雨的同学期望得到大家的帮忙。大家一齐来帮忙,好吗?朗读“小雨的来信”(多媒体出示):

陈教师:您好!我以前拥有一个很好的朋友。可是,之后我渐渐地发

觉我与这所谓的朋友之间，也没有真正的友情。

以前，在我的眼里，她是一个很不错的孩子，学习好，人美丽，开朗活泼，跟她在一起，我很快乐。可是，自从这学期她当上了班长之后，我就觉得她变了。我发觉她只是向我借东西的时候对我热忱，在其它活动中比方争论学习问题、去上早操的时候，她总是和别人在一起。我觉得她根本没把我当真正的朋友。我发觉自我受骗了，心里苦痛极了。最终有一次，我们吵架了。

好几次，我想和她说话；可是这有不是我的错，我为什么要主动赔礼呢.....我好苦恼。

一个求助的女孩：小雨

此刻，我们想象一下小雨会怎样解决难题？并且表演给大家看，比比哪组表演得最好？

主角扮演，学生按 A、B、C、D 四组分别上场表演各自理解的主角。

反应争论：哪组表演得最好？为什么？

请参与表演的同学说说有什么体会，再看表演的同学说说有什么不一样的感受。

3、总结和推举：

理解别人，设身处地为别人着想。宽容待人，英勇、坦然地承认自我的错误，即时修正自我的言行，改正错误。

见人特长我则暗记于心从而仿效之，见人短处狭隘处我亦暗记于心并

从而以之为鉴改正之，久而久之你自会对人宽之容之涵之纳之。

课外作业：为了交到更多的好朋友，你将怎样做呢？

附资料：

真正的原谅

有一次，创造大王爱迪生和他的助手们制作了一个电灯泡。那是他们辛苦工作了一天一夜的劳动成果。

随后，爱迪生让一名年轻学徒将这个灯泡拿到楼上另一个试验室。这名学徒从爱迪生手里接过灯泡，留意翼翼地一步一步地走上楼梯，生怕手里的这个新玩意儿滑落。但他越是这样想，心里就越紧急，手也禁不住哆嗦起来，当走到楼梯顶端时，灯泡最终还是掉在了地上。

爱迪生没有责怪这名学徒。过了几天，爱迪生和助手们又用了一天一夜的时间制作出了一个电灯泡。做完后，还得有人把灯泡送到楼上去。爱迪生连思索都没思索，就将它交给了那名从前将灯泡掉在地上的学徒。这一次，这个学徒安平稳稳地把灯泡拿到了楼上。

事后，有人问爱迪生：“原谅他就够了，何必再把灯泡交给他拿呢？万一又摔在地上怎样办？”爱迪生答复：“原谅不是光嘴巴说说的，而是要靠做的。”

小学六年级心理安康教育教案 3

班会时间：..._年 11 月 8 日午时班会课.

班会目的：

经过学生考试紧急心理自测,使学生懂得对待考试会有适度紧急心理,但要留意消退过度紧急心理。

活动过程:

一、做嬉戏,初步体验

(1)师述:同学们,我们先来做个“过平地独木桥”的嬉戏(学生过独木桥)

(2)述:让独木桥上升些。我们再过一次桥。(学生过上升的独木桥)

(3)让同学们谈体会,述:第一次过独木桥和其次次过桥心里有什么不一样感受

(4)小结

第一次过桥,大家很顺当地过了,其次次过桥,独木桥上升了,有的同学紧急得心乱跳,还有的同学的脚也在颤抖,由于大家都可怕掉进河里,越紧急,越简单掉进河里。由于大家过度紧急,所以影响了大家正常水平的发挥。

二、引导学生:

师述:其实,生活中经常会消失紧急的心情,教师第一次站在讲台上给同学们上课也非常紧急。我的眼睛不敢朝大家看,心怦怦乱跳,就是此刻我也有些紧急,这是非常正常的。

(1)问:同学们,平常你在哪些情景下会消失紧急的心情出示:考试。

(2)问:你们在考试前、考试时、考试后会有哪些紧急的表现

(3)让同学们争论：(4人一组)

出示：考试前，考试时，考试后

考试

考试前考试时考试后

(4)沟通，你会有哪些紧急的表现(自由谈)

三、我们怎样克制这些过度紧急的心情呢

两种途径：

_一是自我调整

(1)教师介绍：有三种减轻紧急心情的简便技术。

_二是什么

(2)那么，我们怎样在考试期间克制过度紧急的心情呢

A 、A、留意学习生活节奏。

B 、B、学会自我调整。

C 、C、考试增加自信念。

四、小结：

教师信任，只要同学们做到自我调整考前做好预备，考试时信任自我必需能行，必需能克制紧急心情。

五、实践：“做个小记者”

用学到的方法，采访身边教师，并谈谈体会。

六、总结：

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/508122134140006126>