

大象版心理健康五年级全册教学设计

《我爱我家》教案

一、教材分析

本课程是大象版心理健康五年级第一元 认识自我 第1课 《我爱我家》，主要是帮助学生认识自我，了解自己的优点和缺点，以及如何爱自己。本课程采用了生动形象的大象形象，让学生更好地理解和接受课程。

二、教学目标

1. 了解自己的优点和缺点
2. 了解如何爱自己
3. 提高自我认知和自我价值感
4. 培养积极的心态和健康的心理状态

三、教学重点和难点

1. 教学重点：让学生了解自己的优点和缺点，以及如何爱自己。
2. 教学难点：如何让学生更好地理解和接受课程，如何引导学生积极地认识自己。

四、学情分析

学生在五年级已经开始有了一定的自我认知和自我评价能力，但是还需要进一步提高。同时，学生的心理状态也比较容易受到外界因素的影响，需要引导学生积极面对生活中的压力和挫折。

五、教学过程

第一环节：新课引入

1. 教师向学生展示大象形象，让学生了解大象的特点和优点。教师可以使用图片或手绘大象形象，让学生更加生动形象地了解大象。

2. 教师提问：大象有哪些优点？学生回答：大象强壮、聪明、善良等。教师可以引导学生多说一些大象的优点，例如大象有很好的记忆力、善于合作等。

3. 教师引导学生思考自己的特点和优点，让学生自我评价。教师可以提出问题，例如：你觉得自己有哪些优点？你觉得自己擅长哪些事情？让学生思考并回答。

第二环节：讲解新课

1. 教师讲解自我认知的重要性，让学生了解自己的优点和缺点，并引导学生思考如何爱自己。教师可以使用图片、视频等多种形式，让学生更好地理解自我认知的概念和重要性。

2. 教师举例：如果你擅长画画，你就可以多画画，让自己更加优秀，同时也要珍惜自己的才能。教师可以使用具体的例子，让学生更好地理解如何珍惜自己的优点和才能。

3. 教师引导学生思考自己的优点和缺点，并让学生写下自己的优点和缺点。教师可以提供表格或者让学生自己设计一个表格，让学生更加清晰地了解自己的优点和缺点。

第三环节：活动

1. 教师让学生分成小组，每个小组由 3-4 名学生组成。教师可以根据班级人数和课堂时间来确定小组的数量和组成。

2. 教师让学生在小组内互相了解和评价，让学生更好地认识自己

和他人。教师可以提出问题，例如：你觉得你的小组成员有哪些优点？你觉得你的小组成员有哪些需要改进的地方？让学生在小组内互相了解和评价。

3. 教师给出评价问题，例如：你觉得自己有哪些优点？你觉得自己有哪些需要改进的地方？让学生在小组内互相评价，并记录在纸上。教师可以提供评价表格，让学生更加清晰地了解自己和他人的优点和缺点。

第四环节：讲解

1. 教师讲解积极心态和健康心理状态的重要性，引导学生树立积极的心态和面对生活中的挫折。教师可以使用图片、视频等多种形式，让学生更好地理解积极心态和健康心理状态的概念和重要性。

2. 教师举例：如果你在考试中没有考好，不要灰心丧气，要相信自己，相信自己可以做得更好。教师可以使用具体的例子，让学生更好地理解如何树立积极的心态。

3. 教师引导学生思考如何树立积极的心态和面对挫折。教师可以提出问题，例如：你在生活中遇到过哪些挫折？你是如何面对这些挫折的？让学生思考并回答。

第五环节：课堂总结

1. 教师让学生回顾本节课的内容，并总结自我认知和自我价值感的重要性。教师可以提出问题，例如：你觉得自我认知和自我价值感对你有什么帮助？

2. 教师鼓励学生爱自己，珍惜自己的优点和才能，并树立积极的

心态和健康的心理状态。教师可以给学生一些鼓励的话语，例如：你是最棒的，相信自己可以做得更好！

第六环节：布置作业

1. 教师布置作业：让学生写一篇关于自己的短文，介绍自己的优点和缺点，并写下自己的积极心态和健康心理状态。教师可以提供一些写作指导，例如：如何写出自己的优点和缺点？如何表达自己的积极心态和健康心理状态？

2. 教师提醒学生要认真完成作业，以便更好地了解自己。教师可以在下一节课上收取作业，并对学生的作业进行评价和反馈。

六、板书设计

1. 大象形象
2. 我爱我自己
3. 自我认知
4. 积极心态
5. 健康心理状态

七、教学反思

本课程通过大象形象和小组活动等多种方式，让学生更好地理解 and 接受了自我认知和自我价值感的重要性，同时也提高了学生的积极心态和健康心理状态。但是在教学过程中，需要更好地引导学生思考和表达，以提高学生的思维能力和语言表达能力。

大象版心理健康五年级《我能行》教案

一、教材分析

本课程是大象版心理健康五年级第一元 认识自我 第2课 《我能行》，重点是培养学生的自信心和自我认知能力。通过学习，学生将了解自我认知的重要性，掌握自我认知的方法，培养自信心，提高自我管理能力，从而更好地适应学习和生活。

二、教学目标

1. 知道自我认知的含义和重要性；
2. 掌握自我认知的方法；
3. 培养自信心，提高自我管理能力；
4. 培养学生的自我意识和自我调节能力。

三、教学重点和难点

1. 重点：自我认知的含义和重要性，自我认知的方法；
2. 难点：如何培养学生的自我意识和自我调节能力。

四、学情分析

本课程的学生年龄为五年级，他们已经开始有了一定的自我认知能力，但需要进一步提高自我意识和自我调节能力。此外，学生的自信心和自我管理能力也需要得到加强。因此，本课程需要采用互动性强、生动形象的教学方式，让学生在轻松愉悦的氛围中学习。

五、教学过程

第一环节：导入环节

教师可以通过提问的方式，引导学生思考自我认知的含义和重要

性，例如：“你们知道什么是自我认知吗？自我认知对我们的成长和发展有什么作用？”激发学生的学习兴趣，为后续学习做好铺垫。

第二环节：讲解自我认知的含义和重要性

教师可以通过图片、视频等形式，向学生讲解自我认知的含义和重要性，例如：自我认知是指了解自己的思想、情感、行为和能力等方面的能力，它可以帮助我们更好地认识自己，发现自己的优点和不足，从而更好地适应学习和生活。教师可以通过一些例子来说明自我认知的重要性，例如：一个学生如果不了解自己的学习情况，就无法知道自己需要哪些方面的提高，也无法制定有效的学习计划。

第三环节：掌握自我认知的方法

教师可以通过小组讨论、案例分析等方式，让学生掌握自我认知的方法，例如：自我观察、自我评价、自我反思等。教师可以通过以下例子来说明这些方法的具体操作：

1. 自我观察：让学生观察自己的行为和情感反应，例如：在某个场合下，学生可能会出现紧张、焦虑等情绪，这时候可以让学生观察自己的情绪反应，找出造成这种情绪的原因，从而更好地调节自己的情绪。

2. 自我评价：让学生评价自己的表现和能力，例如：学生可以对自己的学习成绩进行评价，找出自己的优点和不足，从而更好地制定学习计划。

3. 自我反思：让学生反思自己的行为 and 思想，例如：学生可以反思自己在某个场合下的表现，找出自己的不足之处，从而更好地改

进自己的行为。

第四环节：培养自信心和自我管理能力

教师可以通过情境模拟、角色扮演等方式，让学生感受到自信心和自我管理能力的重要性，培养学生的自我意识和自我调节能力。教师可以通过以下例子来说明这些方法的具体操作：

1. 情境模拟：教师可以设计一些情境，让学生在模拟的情境中展现自己的能力，例如：让学生在班级中进行演讲，从而培养学生的自信心和表达能力。

2. 角色扮演：教师可以设计一些角色扮演的活动，让学生扮演不同的角色，从而更好地了解自己和他人，培养学生的自我管理能力。

第五环节：总结归纳

教师可以通过提问的方式，让学生回顾本节课的学习内容，例如：“今天我们学习了什么？自我认知对我们的成长和发展有什么作用？我们掌握了哪些自我认知的方法？”巩固所学知识。

六、板书设计

《我能行》

1. 自我认知的含义和重要性；
2. 自我认知的方法；
3. 培养自信心和自我管理能力。

七、教学反思

本课程通过多种形式的教学方式，让学生全面了解自我认知的含义和重要性，掌握自我认知的方法，培养自信心和自我管理能力，从

而提高学生的自我意识和自我调节能力。同时，教师在教学过程中注重学生的情感体验和互动性，让学生在轻松愉悦的氛围中学习，达到更好的教学效果。

大象版心理健康五年级《跟烦恼说再见》教案

一、教材分析

本节课是大象版心理健康五年级第二单元情绪调节的第一课《跟烦恼说再见》，主要内容是教导学生如何正确地面对烦恼，通过积极的态度和行动来调节自己的情绪，增强自我调节能力。本节课的教材主要包括以下内容：烦恼的种类、烦恼的影响、正确面对烦恼的方法。

二、教学目标

1. 知道烦恼的种类和影响。
2. 能够正确面对烦恼，通过积极的态度和行动来调节自己的情绪。
3. 增强自我调节能力，提高情绪管理水平。

三、教学重点和难点

1. 教学重点：让学生了解烦恼的种类和影响，掌握正确面对烦恼的方法。
2. 教学难点：如何让学生理解并掌握正确面对烦恼的方法，如何提高学生的情绪管理水平。

四、学情分析

本节课是五年级的情绪调节课程，学生的情商和情绪管理能力还比较薄弱，需要通过讲解、实例分析和互动训练等多种方式来帮助学生掌握正确面对烦恼的方法，增强自我调节能力，提高情绪管理水平。

五、教学过程

第一环节：导入环节

1. 教师引导学生回忆最近一次遇到的烦恼，让学生谈谈自己的感受，引导学生认识到烦恼的普遍性和影响。例如，教师可以问学生：“最近你们有没有遇到过令你们烦恼的事情？你们当时感觉怎么样？”

2. 教师可以通过展示图片或者讲述实例的方式，让学生了解烦恼的种类和影响。例如，教师可以说：“有些同学可能会因为考试不理想而感到烦恼，这种烦恼会影响我们的心情，甚至影响我们的学习和生活。”

第二环节：学习环节

1. 教师通过图片和实例讲解烦恼的种类和影响，让学生了解烦恼的表现形式和对身心健康的影响。例如，教师可以说：“有些同学可能会因为家庭变故、人际关系等问题而感到烦恼，这种烦恼会导致我们情绪低落、注意力不集中、学习效率低下等问题。”

2. 教师讲解正确面对烦恼的方法，包括积极思考、寻求帮助、放松自己等方法，并通过实例分析和互动训练等方式让学生掌握正确面对烦恼的方法。

（1）积极思考：教师可以通过讲述实例的方式，让学生了解积极思考的重要性。例如，教师可以说：“如果我们遇到了一些烦恼，我们可以尝试从积极的角度去看待问题，想一些解决问题的办法，这样我们就能够更好地解决问题。”

（2）寻求帮助：教师可以通过角色扮演的方式，让学生体验寻求帮助的过程。例如，教师可以让学生分为两组，一组扮演烦恼的人，

另一组扮演帮助者，让学生在实践中学习如何寻求帮助。

(3) 放松自己：教师可以通过音乐、冥想等方式，让学生学习放松自己的方法。例如，教师可以播放柔和的音乐，让学生闭上眼睛，深呼吸，感受身体的放松。

3. 通过小组讨论和展示的方式，让学生分享自己的经验和方法，加深对正确面对烦恼的方法的理解和掌握。例如，教师可以让学生分组讨论，分享自己遇到烦恼时的经验和方法，然后让每个小组展示自己的讨论结果，让学生学习和借鉴彼此的经验和方法。

第三环节：拓展环节

1. 教师可以通过游戏等活动形式，让学生在轻松愉悦的氛围中巩固所学知识，提高情绪管理水平。例如，教师可以设计情境游戏，让学生在游戏中学习如何正确面对烦恼。

2. 教师可以通过课外阅读、影视欣赏等方式，让学生在课外延伸所学知识，提高情绪管理水平。

第四环节：总结环节

教师让学生总结本节课所学内容，强化对正确面对烦恼的方法的理解和掌握。例如，教师可以让学生回答以下问题：“你们学到了哪些正确面对烦恼的方法？你们觉得这些方法对你们的情绪管理有什么帮助？”

六、板书设计

主题：跟烦恼说再见

内容：

1. 烦恼的种类
2. 烦恼的影响
3. 正确面对烦恼的方法
 - 1) 积极思考
 - 2) 寻求帮助
 - 3) 放松自己

七、教学反思

本节课通过多种方式让学生了解烦恼的种类和影响，掌握正确面对烦恼的方法，增强自我调节能力，提高情绪管理水平。在教学实践中，教师可以根据学生的实际情况，适当调整教学方法和教学内容，让学生更好地掌握所学知识。同时，教师还需要在后续的教学加强训练和巩固，提高学生的情商和情绪管理能力。

大象版心理健康五年级《告别嫉妒》教案

一、教材分析

本课程是大象版心理健康五年级第二单元 情绪调节第2课《告别嫉妒》，主要讲解如何告别嫉妒情绪。教材通过大象的故事，向学生传递了积极向上的情感态度和正确的人生观。同时，教材也帮助学生了解嫉妒的危害以及如何正确处理自己的情绪，提高情绪调节能力。

二、教学目标

1. 知道嫉妒情绪的危害，并能够正确处理自己的情绪，提高情绪调节能力。
2. 通过大象的故事，培养学生的积极向上的情感态度和正确的人生观。
3. 培养学生的合作意识和团队精神，提高学生的综合素质。

三、教学重点和教学难点

1. 教学重点：

- (1) 了解嫉妒情绪的危害；
- (2) 掌握正确处理自己嫉妒情绪的方法；
- (3) 培养学生的积极向上的情感态度和正确的人生观。

2. 教学难点：

- (1) 如何帮助学生正确处理自己的嫉妒情绪；
- (2) 如何通过故事培养学生的积极向上的情感态度和正确的人生观。

四、学情分析

本课程的学生为五年级学生，学生已经具备了一定的情绪认知和情绪表达能力，但是在情绪调节方面还存在一定的困难。因此，在教学过程中，需要注意如何帮助学生正确处理自己的嫉妒情绪，以及如何通过故事培养学生的积极向上的情感态度和正确的人生观。

五、教学过程

第一环节：导入环节

1. 教师与学生互动，了解学生对嫉妒情绪的认识和体验。

教师可以问学生：“你们有没有过嫉妒别人的经历？你们觉得嫉妒是好的还是不好的呢？”让学生发表自己的看法和想法。

2. 通过图片或视频等形式，让学生感受嫉妒情绪的危害。

教师可以通过播放一个小视频或展示一些图片，让学生了解嫉妒情绪会带来的负面影响，如失去朋友、影响学习等。

第二环节：学习环节

1. 教师讲解嫉妒情绪的危害，并介绍正确处理嫉妒情绪的方法。

教师可以向学生介绍嫉妒情绪会对自己和他人带来的负面影响，如让自己感到不快乐，让别人感到受伤等。然后，教师可以向学生介绍正确处理嫉妒情绪的方法，如转移注意力、积极思考等。

2. 通过大象的故事，引导学生感受积极向上的情感态度和正确的人生观。

教师可以讲述一个大象的故事，让学生感受到大象的积极向上的情感态度和正确的人生观。例如，大象在看到别的动物比自己高大时，并没有嫉妒，而是积极思考自己的优点，并努力发掘自己的潜力。

3. 让学生分组讨论，分享自己的嫉妒情绪，并通过小组讨论，帮助学生正确处理自己的嫉妒情绪。

教师可以让学生分成小组，每个小组讨论自己曾经遇到的嫉妒情况，并分享自己是如何处理这种情况的。然后，小组成员可以互相交流，帮助彼此处理嫉妒情绪。

第三环节：拓展环节

1. 教师与学生共同制定“告别嫉妒”的口号。

学生可以提出各种关于告别嫉妒的口号，例如“快乐就是最大的胜利”、“珍惜自己的优点，不必嫉妒别人的优点”等。

2. 学生自己设计一张海报，表达告别嫉妒情绪的决心。

学生可以根据自己的想法，设计一张海报，表达告别嫉妒情绪的决心。例如，一张海报上可以写着“告别嫉妒，迎接更好的自己！”等。

第四环节：总结环节

1. 教师与学生共同总结本节课的教学内容。

教师可以向学生提问：“今天我们学到了什么？你们对嫉妒情绪有了更深刻的认识吗？你们学会了如何正确处理自己的嫉妒情绪吗？”等问题，让学生回顾本节课的教学内容。

2. 鼓励学生在日常生活中，积极运用所学知识，正确处理自己的情绪。

教师可以鼓励学生在日常生活中，积极运用所学知识，正确处理自己的情绪。例如，当遇到嫉妒情绪时，可以想想大象的故事，转移

注意力，或者积极思考自己的优点等。

六、板书设计

告别嫉妒

1. 嫉妒的危害
2. 正确处理嫉妒情绪的方法
3. 大象的故事
4. 积极向上的情感态度和正确的人生观

七、教学反思

本节课通过大象的故事，向学生传递了积极向上的情感态度和正确的人生观。通过小组讨论，帮助学生正确处理自己的嫉妒情绪，提高了学生的情绪调节能力。但是，在教学过程中，学生的参与度还有待提高。因此，在后续教学中，需要更加注重教学方法的多样性，激发学生的学习兴趣，提高学生的学习积极性。

大象版心理健康五年级《轻松迎考》教案

一、教材分析：

本课是五年级第二单元情绪调节的第三节课《轻松迎考》，主要是针对学生在考试前容易出现焦虑、紧张等情绪，通过教学帮助学生掌握一些轻松迎考的方法，以达到情绪调节的目的。教材内容包括了考前放松的方法、考场应对策略以及考后情绪处理等方面。

二、教学目标：

1. 了解考前放松的方法，掌握自我放松技能；
2. 掌握考场应对策略，提高应对能力；
3. 学会考后情绪处理，积极面对考试结果；
4. 培养学生的自我调节能力，提高情绪管理水平。

三、教学重点和难点：

教学重点：让学生掌握考前放松的方法、考场应对策略以及考后情绪处理等技能，同时培养学生的自我调节能力。

教学难点：如何引导学生积极面对考试，消除不必要的紧张和焦虑情绪，同时提高学生的情绪管理水平。

四、学情分析：

五年级的学生已经具备了一定的自我调节能力，但仍然会在考试前出现紧张、焦虑等情绪。因此，本节课需要通过多种方式引导学生掌握自我放松技能，提高应对能力，同时培养学生的积极心态和自我调节能力。

五、教学过程：

第一环节：新课导入

1. 教师问学生：大家在考试前会有什么感觉？
2. 让学生谈谈自己在考试前的情绪状态，引导学生发现自己的情绪。

教师可以先让学生自由发言，听取学生的感受和想法，引导学生自我认知自己的情绪状态。例如：“同学们，你们在考试前会有什么感觉呢？有的同学会感到紧张、焦虑，有的同学会感到兴奋、期待。你们有没有遇到过这样的情况呢？”

第二环节：新课讲解

1. 讲解考前放松的方法，如深呼吸、放松肌肉等。
2. 讲解考场应对策略，如调整呼吸、放松肌肉、积极心态等。
3. 讲解考后情绪处理，如积极面对考试结果、认识自己的优点和不足等。

教师可以通过 PPT 或者展示卡片等方式，让学生了解考前放松的方法、考场应对策略以及考后情绪处理等技巧。例如：“同学们，我们可以通过深呼吸、放松肌肉等方法来放松自己，缓解紧张和焦虑情绪。在考场上，我们可以通过调整呼吸、放松肌肉、积极心态等方式来应对考试。考试结束后，无论结果如何，我们都要积极面对，认识自己的优点和不足，从而更好地调整自己。”

第三环节：巩固练习

1. 让学生尝试放松肌肉、深呼吸等方法，感受自己的身体变化。
2. 让学生模拟考场环境，进行应对练习，如调整呼吸、放松肌肉、

积极心态等。

3. 让学生分享自己的情绪处理方法和经验。

教师可以通过实际操作和案例分享等方式，帮助学生掌握情绪调节技能。例如：“同学们，我们现在一起尝试放松肌肉、深呼吸等方法，感受一下自己的身体变化。接下来，我们模拟考场环境，进行应对练习，比如调整呼吸、放松肌肉、积极心态等。最后，让我们分享一下自己的情绪处理方法和经验，让更多的同学受益。”

第四环节：课堂总结

1. 总结本节课所学的内容，强调情绪调节的重要性。

2. 鼓励学生在考试中积极面对，放松心态，提高自我调节能力。

教师可以通过总结和鼓励，巩固学生的情绪调节技能，并激发学生的自信心。例如：“同学们，今天我们学习了考前放松的方法、考场应对策略以及考后情绪处理等技巧，这对我们的情绪调节非常有帮助。在考试中，我们要积极面对，放松心态，提高自我调节能力，相信大家一定能够取得好成绩。”

六、板书设计：

《轻松迎考》

情绪调节

轻松迎考

考前放松的方法：深呼吸、放松肌肉等

考场应对策略：调整呼吸、放松肌肉、积极心态等

考后情绪处理：积极面对考试结果、认识自己的优点和不足等

七、教学反思：

本节课通过多种方式引导学生掌握自我放松技能，提高应对能力，同时培养学生的积极心态和自我调节能力。在教学过程中，学生的参与度高，能够积极尝试放松肌肉、深呼吸等方法，并分享自己的情绪处理方法和经验。但是，需要注意的是，学生的情绪调节能力需要长期培养和实践，需要在日常生活中不断强化。因此，需要在后续的教学加强情绪调节的训练，提高学生的情绪管理水平。

大象版心理健康五年级《端正学习态度》教案

一、教材分析

本课程是大象版心理健康五年级第三单元 学会学习第1课《端正学习态度》，主要介绍了如何端正学习态度。本课程重点介绍了学习态度的重要性，如何养成良好的学习态度，以及如何解决学习中遇到的问题。

二、教学目标

1. 知道学习态度对学习的重要性。
2. 能够列举几种良好的学习态度。
3. 能够分析学习中遇到的问题，并提出解决方法。
4. 能够根据自己的实际情况，制定适合自己的学习计划。

三、教学重点和教学难点

1. 教学重点：介绍学习态度的重要性，如何养成良好的学习态度。
2. 教学难点：如何帮助学生分析学习中遇到的问题，并提出解决方法。

四、学情分析

五年级学生已经具备了一定的学习能力，但是由于学习压力的增加，有些学生可能会出现学习上的压力和困难。因此，在教学过程中，需要注重培养学生的学习兴趣和学习的动力，同时帮助学生树立正确的学习态度。

五、教学过程

第一环节：导入环节

教师可以通过图片或者视频等多媒体形式，引导学生思考什么是学习态度，为什么学习态度重要。例如，可以播放一段视频，视频中展示了两个学生在学习同一门课程时，一个学生认真听讲，积极思考，勤奋学习，而另一个学生却心不在焉，没有认真听讲，没有积极思考，学习效果差。通过这样的视频，可以引导学生思考学习态度的重要性。

第二环节：学习过程

（1）学习态度的重要性

教师可以通过 PPT 或者黑板等形式，向学生介绍学习态度的重要性。例如，教师可以通过以下几个问题来引导学生思考学习态度的重要性：

- 学习态度对学习的效果有何影响？
- 为什么有些学生学习成绩好，而有些学生学习成绩不好？

通过这样的提问，可以让学生认识到学习态度对学习的重要性。

（2）良好的学习态度

教师可以向学生介绍几种良好的学习态度，例如：认真听讲，积极思考，勤奋学习，独立思考等。同时，教师可以通过具体的例子来说明这些良好的学习态度的重要性。例如，教师可以说：“认真听讲可以让你更好地掌握知识点，积极思考可以让你更深入地理解知识点，勤奋学习可以让你更好地掌握知识点，独立思考可以让你更好地解决问题。”

（3）分析学习中遇到的问题，并提出解决方法

教师可以通过案例分析等形式，帮助学生分析学习中遇到的问题，并提出解决方法。例如，教师可以给学生出一道难题，让学生在小组内讨论如何解决这道难题。在讨论过程中，教师可以引导学生，帮助学生找到解决问题的方法。例如，教师可以说：“当你遇到难题时，可以先看一下题目，理解题目的意思，然后再思考如何解决这道难题，如果还是不会，可以向老师或者同学请教。”

第三环节：练习环节

（1）制定学习计划

教师可以要求学生根据自己的实际情况，制定适合自己的学习计划，并让学生将学习计划写在作业本上。例如，教师可以说：“请你们根据自己的实际情况，制定一个适合自己的学习计划，包括每天需要学习的时间、需要学习的科目等。”

（2）学习小组讨论

教师可以将学生分成小组，让学生就如何养成良好的学习态度展开讨论，鼓励学生彼此交流，分享自己的学习经验。例如，教师可以给一些话题，让学生在小组内展开讨论，例如：“你们是如何养成良好的学习态度的？”，“你们在学习中遇到过哪些问题，是如何解决的？”等。

第四环节：总结环节

教师可以通过提问等形式，对本节课的内容进行总结，并强调学习态度的重要性。例如，教师可以问学生：“你们学到了什么？学习态度对学习的重要性是什么？”

六、板书设计

《端正学习态度》

学习态度的重要性

良好的学习态度

分析学习中遇到的问题，并提出解决方法

七、教学反思

本节课程通过多种教学形式，帮助学生了解学习态度的重要性，学习如何养成良好的学习态度，并提出解决学习中遇到的问题方法。在教学过程中，学生的参与度较高，小组讨论的形式也让学生更好地交流和分享自己的学习经验。但是，在下一次教学中，需要更加注重学生的学习兴趣和学习动力，让学生更加积极地参与到学习中来。同时，教师还可以通过更多的案例分析和实际操作，帮助学生更好地理解学习态度重要性。

大象版心理健康五年级《玩转记忆魔方》教案

一、教材分析

本课是大象版心理健康五年级第三单元 学会学习第2课《玩转记忆魔方》，主要内容是通过玩转记忆魔方，帮助学生提高记忆力和思维能力。本课的教材主要包括记忆魔方的规则和玩法，以及记忆魔方对于学习和生活的帮助。

二、教学目标

1. 知识与能力: 掌握记忆魔方的规则和玩法，提高学生的记忆力和思维能力；
2. 情感态度与价值观: 培养学生积极乐观的学习态度，鼓励学生勇于尝试和创新；
3. 学习策略: 培养学生良好的学习习惯和方法，提高学生的自主学习能力。

三、教学重点和难点

1. 教学重点: 掌握记忆魔方的规则和玩法，提高学生的记忆力和思维能力；
2. 教学难点: 如何在教学中激发学生的学习兴趣，培养学生的自主学习能力。

四、学情分析

本课是五年级的心理健康教育课程,学生的年龄特点为好奇心强、求知欲旺盛、思维能力发展迅速。因此,本课需要采用生动活泼的教学方式,激发学生的学习兴趣,让学生在轻松愉悦的氛围中学习。

五、教学过程

第一环节：导入环节

老师可以通过介绍记忆魔方的玩法和规则，激发学生的学习兴趣，并引导学生思考记忆魔方对于学习和生活的帮助。例如，老师可以说：“大家好，今天我们要学习的是记忆魔方。记忆魔方是一种可以锻炼我们记忆力和思维能力的游戏，你们会发现，学会了记忆魔方，对于学习和生活都会有很大的帮助。”

第二环节：知识点讲解

老师可以通过投影或者黑板演示，详细讲解记忆魔方的规则和玩法，并引导学生进行实践操作。例如，老师可以说：“记忆魔方由 27 个小立方体组成，每个小立方体有 6 个面，每个面上有不同的颜色。我们需要将这 27 个小立方体按照规定的顺序组合在一起，形成一个完整的魔方。在组合的过程中，我们需要记住每个小立方体的位置和颜色，这就是锻炼我们记忆力和思维能力的过程。”

第三环节：小组合作

将学生分为小组，让他们在组内自由探讨、交流，共同完成记忆魔方的拼图任务。在小组合作中，鼓励学生相互合作、相互支持，提高学生的合作意识和团队精神。例如，老师可以让学生分为 5 个小组，每个小组有 5 个人，让他们在 20 分钟内完成记忆魔方的拼图任务。在任务完成后，让学生互相交流，分享自己的拼图经验和方法。

第四环节：个人练习

让学生在个人时间内，练习记忆魔方，提高他们的记忆力和思维

能力。在练习过程中，老师可以适时地给予学生指导和帮助。例如，老师可以让学生在 15 分钟内练习记忆魔方，每个学生可以根据自己的水平和能力进行练习。在练习过程中，老师可以适时地给予学生指导和帮助，帮助他们更好地掌握记忆魔方的规则和玩法。

第五环节：总结回顾

让学生回顾整个学习过程，总结记忆魔方对于学习和生活的帮助，并分享自己的学习心得和体会。例如，老师可以让学生回答以下问题：你们学会了记忆魔方吗？记忆魔方对你们的学习和生活有什么帮助？你们在学习记忆魔方的过程中有什么收获和体会？

六、板书设计

1. 记忆魔方的规则和玩法；
2. 记忆魔方对于学习和生活的帮助；
3. 学习心得和体会分享。

七、教学反思

本课采用了多种教学方式，如导入环节、知识点讲解、小组合作、个人练习和总结回顾等，让学生在轻松愉悦的氛围中学习，同时也提高了学生的自主学习能力和团队合作精神。在教学过程中，老师应该注意学生的学习情况，及时给予指导和帮助，激发学生的学习兴趣和自主学习能力。

大象版心理健康五年级《体验成功的快乐》教案

一、教材分析

本课是大象版心理健康五年级第三单元 学会学习第3课《体验成功的快乐》，主要通过讲述小熊学习游泳的故事，引导学生认识成功的重要性，体验成功的快乐，同时掌握学习的方法和技巧，提高学习效率。本课教材简单易懂，富有趣味性，适合学生的认知水平。

二、教学目标

1. 知识目标：了解成功的定义和重要性，掌握学习的方法和技巧。
2. 能力目标：培养学生积极向上的学习态度，提高学习效率。
3. 情感目标：引导学生感受成功的快乐，增强自信心和自尊心。

三、教学重点和难点

1. 教学重点：引导学生认识成功的重要性，体验成功的快乐，掌握学习的方法和技巧。

2. 教学难点：培养学生积极向上的学习态度，提高学习效率，增强自信心和自尊心。

四、学情分析

本课学生的年龄较小，对成功的认识和理解有限，需要通过生动的故事和活动来引导学生认识成功的重要性和体验成功的快乐。同时，学生的学习方法和技巧还不够成熟，需要通过具体的实践活动来提高学习效率。

五、教学过程

1. 新课导入

教师可以通过展示成功的图片，如奥运会冠军、科学家发明的伟大发明等，让学生了解成功的含义和重要性，并与学生进行问答互动。

2. 讲授新课

教师通过讲述小熊学习游泳的故事，引导学生认识成功的过程和体验成功的快乐，同时掌握学习的方法和技巧。例如：

小熊很喜欢游泳，但是一开始他不会游泳，每次都只能在浅水区玩耍。他很羡慕其他动物能在深水区游泳，于是他决定学习游泳。小熊开始学习后，发现学游泳并不容易，他反复练习，不断尝试，有时候会摔倒，有时候会被水淹到鼻子，但他没有放弃，最终他学会了游泳，能在深水区自由游泳了。小熊感到非常开心和自豪，他体验到了成功的快乐。

通过故事，教师可以引导学生认识到学习需要不断尝试和坚持，只有不放弃，才能体验到成功的快乐。

3. 活动探究

(1) 小组讨论：教师将学生分成小组，让学生讨论成功的方法和技巧，分享自己的学习经验。例如，如何制定学习计划，如何有效地记忆知识点，如何解决学习中的困难等。鼓励学生互相交流，分享学习经验，让学生从中学习到更多的学习方法和技巧。

(2) 游戏体验：教师可以设计一些小难关的游戏，让学生通过不断尝试和探索，体验成功的快乐。例如，教师可以设置一个难度适中的拼图游戏，让学生在规定的时间内完成拼图，完成后让学生感受到成功的快乐。

4. 课堂总结

教师通过小结和问答的形式，巩固学生的学习成果，引导学生总结学习方法和技巧。例如，教师可以问学生：“今天我们学到了什么？如何才能体验到成功的快乐？如何提高学习效率？”等问题，让学生回答并总结。

六、板书设计

《体验成功的快乐》

成功的含义和重要性

学习的方法和技巧

七、教学反思

本课通过生动的故事和活动，引导学生认识成功的重要性和体验成功的快乐，提高学生的学习效率。同时，通过小组讨论和游戏体验等形式，培养学生积极向上的学习态度，增强自信心和自尊心。但是，本课教学时间较短，需要在后续的教学不断加强和巩固。

大象版心理健康五年级《男生女生快乐同行》教案

一、教材分析：

本课程是大象版心理健康五年级第四单元 人际交往第 1 课 《男生女生快乐同行》，主要围绕男生女生之间的交往展开，让学生了解男女之间的异同，以及如何在交往中相互尊重，相互理解，建立良好的人际关系。

二、教学目标：

1. 了解男女生的异同之处，培养学生的性别意识。
2. 了解男女之间的交往方式，学会在交往中相互尊重，相互理解。
3. 培养学生的人际交往能力，建立良好的人际关系。

三、教学重点和难点：

教学重点：让学生了解男女之间的异同，学会在交往中相互尊重，相互理解。

教学难点：如何培养学生的人际交往能力，建立良好的人际关系。

四、学情分析：

五年级的学生已经开始进入青春期，对于男女之间的关系已经有了一定的认识，但是他们的性别意识还不够成熟，需要进行引导和培养。同时，学生的人际交往能力也需要不断的提高和锻炼，才能建立良好的人际关系。

五、教学过程：

第一环节：新课导入

1. 教师通过提问的方式，引导学生谈论男女之间的异同之处，如

男女在外貌、性格、兴趣爱好等方面有哪些不同？

例如，教师可以问：“同学们，你们觉得男生和女生有哪些不同之处呢？比如说在外貌、性格、兴趣爱好等方面。”

2. 教师通过图片、视频等形式，让学生了解男女之间的交往方式，如何在交往中相互尊重，相互理解。

例如，教师可以播放一段男女之间友好交往的视频，让学生观看并思考如何在交往中相互尊重、相互理解。

第二环节：讲解与探究

1. 教师通过讲解，让学生了解男女之间的交往方式，如何在交往中相互尊重，相互理解。

例如，教师可以讲解男女之间的交往方式，如：男女之间的交往需要相互尊重、相互理解，要学会倾听对方，不要轻易做出批评、指责等行为。

2. 教师通过小组讨论的方式，让学生探究男女之间的交往方式，如何在交往中相互尊重，相互理解。

例如，教师可以让学生分成小组，讨论男女之间的交往方式，如何在交往中相互尊重、相互理解。每个小组可以提出自己的观点，并向其他小组汇报。

第三环节：练习与巩固

1. 教师通过角色扮演的方式，让学生模拟男女之间的交往场景，学会在交往中相互尊重，相互理解。

例如，教师可以让学生分成男女两组，进行角色扮演，模拟男女

之间的交往场景，学会在交往中相互尊重、相互理解。例如，男生可以扮演女生的朋友，女生可以扮演男生的朋友，两组学生可以在角色扮演中学习如何相互尊重、相互理解。

2. 教师通过小组合作的方式，让学生完成男女之间的交往练习，如：男生和女生搭配完成任务等。

例如，教师可以让学生分成男女两组，进行小组合作，完成男女之间的交往练习。例如，男生和女生可以搭配完成任务，学生可以在完成任务的过程中学会相互尊重、相互理解。

第四环节：反思与总结

1. 教师通过讨论的方式，让学生总结本课的学习内容，如：男女之间的异同之处，如何在交往中相互尊重，相互理解。

例如，教师可以让学生进行讨论，总结本课的学习内容，如：男女之间的异同之处，如何在交往中相互尊重、相互理解。学生可以分享自己的观点，并听取其他同学的想法。

2. 教师通过提问的方式，让学生反思自己在本节课中的表现，如自己在角色扮演中是否尊重对方？

例如，教师可以提问学生，让学生反思自己在本节课中的表现，如：自己在角色扮演中是否尊重对方？是否有不当的言行？学生可以通过反思，提高自己的人际交往能力。

六、板书设计：

男生女生 快乐同行

1. 了解男女的异同之处

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/677132040042006060>