

# 最新小学二年级心理健康教育教案(精选5篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？下面是小编为大家带来的优秀教案范文，希望大家可以喜欢。

## 小学二年级心理健康教育教案篇一

(一)

一、活动主题：快乐学习，健康成长

二、活动背景：

团体辅导是在团体情境下进行的一种心理辅导形式，它是以团体为对象，运用适当的辅导策略与方法，通过团体成员间的互动，促使个体在交往中通过观察、学习、体验，认识自我、探讨自我、接纳自我，调整和改善与他人的关系，学习新的态度与行为方式，激发个体潜能，增强适应能力的助人过程。

针对小学生在学习、生活和人际交往过程中可能存在和出现的各种心理困扰或问题，团体辅导可以有计划、有目的地推动小学生心理素质积极发展，有效地预防因缺少关注、引导而可能发生的心理困扰，使小学生可以在团体生活中体验团队合作的力量和感受团队队员之间相互的信任。

三、活动意义：

1. 帮助团体成员更好地适应学校团体生活。 2. 协助成员树立积极主动的人际交往态度。

3. 增强团体的凝聚力，以及成员在团体中的参与、互动程度。
4. 学会信任和尊重他人，在团体氛围中促进自我成长。

四、活动对象：小学生，20人左右

五、活动场地：一间空教室

六、活动时间50分钟

七、活动准备：眼罩、气球

八、活动内容：

（一）介绍我，认识你（人际交往）简述：用简单的动作或言语让别人了解你。人数：全体班级成员。

游戏方法：根据自己的特点，说一句或者做一个夸张的动作来介绍自己。游戏示例：我叫\*\*\*，我是一个活泼开朗的人。

（二）蒙眼走直线（团队信任）

简述：通过游戏过程中心理微妙的变化来体会信任。人数：两人一组。道具：眼罩。游戏方法：

1. 一个人带眼罩行走，另一人手牵手，可以提示。
2. 一人带眼罩行走，另一人在其左右，但不能身体接触，也不能使用语言提示。
3. 一人带眼罩行走，另一人与你保持一定距离，不能使用语言提示。

（三）合力吹气球（团队合作）简述：藉着分工合作来完成的任务。人数：每组限六人。

道具：准备每组各六张签，上写：嘴巴；手（二张）；脚（二张）；汽球（每组一个）适合全部的人。

游戏方法：

1. 分组，不限几组，但每组必须要有六人。
2. 心理辅导员请每组每人抽签。
3. 首先，抽到嘴巴的必须借着抽到手的两人帮助来把汽球给吹起（抽到嘴巴的人不能用手自己吹起汽球）；然后二个抽到脚的人抬起抽到的人去把汽球给坐破。

九、注意事项

1. 注意活动过程中可能存在的安全隐患。
2. 注意控制气氛，以免场面失控。
3. 适时调整时间，保证活动的完整性。

## 小学二年级心理健康教育教案篇二

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，培养学生做一个欢乐的健康的人。

1、课件设计

2、小品编排

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，与朋友一齐学习，一齐生活，遇到问题一齐商量，一齐解决，说说笑笑，真开心呀!这节课将伴随你一齐探索怎样才能交上更多的朋友!

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、表露自我。)

(2) 你的交友秘诀呢?

快记下大家的绝招，让大家一齐交流分享吧!

(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！可是，小陈不敢和同学接近，他没有朋友，一个人十分孤独。)

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。教师相信，在你的努力下，一定会交到更多的好朋友！

## 小学二年级心理健康教育教案篇三

- 1、让学生们对心理健康有初步了解和认识；
- 2、掌握一些培养心理健康的手段和方法；
- 3、提高主动注重心理健康的积极性；
- 4、确立自我心理保健的意识，达到一种健康的心理状态。

(一) 健康两个字很简单，我们都会写也都认识，但你们知道“什么是健康吗？标志是什么呢？”如果你知道请举手。---

-----学生回答-----大家说得很好。我这里有一个参考答案，请大家看一下。

下面我们来讨论几个问题：

- 1、什么样的心理状态是不健康的？
- 2、那么不健康的心理状态又是怎样的呢？说说你的看法，也可以举例子。

（二）试举例说说我们身边的成功者的心理状况又是怎样的呢？

大家回答的很好。下面我们一起来看看

总结心理健康的几个标准：

- 1、智力正常。
- 2、情绪稳定，心境愉快。
- 3、反应适度，行动有序。
- 4、乐于交往，人际关系和谐。
- 5、自我意识良好，个性品质健康。
- 6、良好的社会适应能力。

总之：心理健康的人能充分发挥自己的潜能，能妥善地处理和适应人与人之间、人与社会环境之间的相互关系。即包含两层意思：

- 1、无心理疾病

## 2、具有积极发展的心理状态

### （三）下面是我们中小學生常见的几种心理疾病

中小學生常见的几种心理疾病——任性、以自我为中心、注意力不集中、侵犯行为、说脏话、逃学、偷窃、说谎、厌学、敏感多疑、依赖、报复、享受、性心理异常、自卑、神经症、精神疾病。

### （四）我们应该如何远离这些心理疾病呢？

最健康心里状态：积极乐观的心理状态。所以我们要保持一颗积极向上的心

请同学们看下面一个小故事

案例1：据说在推销员中流传着这样一个小故事，两个欧洲人到非洲去推销皮鞋，第一个推销员看到非洲人都打赤脚，立刻失望地说：“这些人都习惯打赤脚，怎么能买我们皮鞋呢！于是沮丧而回。另一个推销员看到非洲人打赤脚、惊喜万分：“这些人没有鞋穿，看来皮鞋市场大的很呀”。于是想方设法，向非洲人推销自己的皮鞋，最后发了大财，这就是心态导致的天壤之别。

请问同学们你怎么看待这个问题（思考片刻）。

“两个人，从牢中的铁窗望去，一个看到泥土，一个却看到了星星。”

从此，赛尔玛决定在沙漠中找到自己的星星，她观看沙漠的日落，寻找到几万年前留下的海螺壳，她和当地人交朋友，互送礼物，她研究沙漠中的植物、动物，又学习有关土拨鼠的知识，她把原来认为最恶劣的环境，变成了一生中最有意义的冒险，并出版了一本书《快乐的城堡》，她从自己的牢

房中望去，终于望到了自己的星星。

是什么让她发生了如此大的转变呢？

案例3：龙哈迪是美国历史最伟大教练之一，在皮尔博士所写的一本小说《热忱——它能为你做什么？》一文中这样叙述：

如何做到呢？他继续说：你们要相信我，你们要热衷我的方法，一切的秘诀都在这里（他敲着自己的印堂），从此以后，我要你们只想这件事，你们的家庭，你们的宗教和达绿湾包装者队，要按这个次序让热忱充满你人全身。

队员们全都从椅子上站立了起来，并记下了自己的感觉，觉得自己热血沸腾，雄心万丈，那一年他们打贏了七十场球，成为区冠军、全国冠军、世界冠军。

一个球队的根本转变，不只是球员的辛苦学习、技巧和对运动的喜爱，更重要的是有了热忱才造成了这种不同的结果，我想对同学们讲，每一个伟大的人都产生于平凡，我也想让你们记住三件事：你的责任、你的使命、你的追求，同学们，你们听到了没有！

#### （五）结束语（评述）

我们每个人都有有一个快乐的童年，现在我们每一个人都有着同样的感受，同样的渴望。在这阳光灿烂的日子里，让我们手拉手去迎接明天的到来，去拥抱美好的未来。下面我们一起齐唱班歌《同一首歌》。

## 小学二年级心理健康教育教案篇四

为贯彻落实《中小学心理健康教育指导纲要》（xx年修订）和《xx省中长期教育改革和发展规划纲要》和《xx市关于加快教育体制改革，全面实现教育现代化的决定》，根据山东省教育厅



《关于印发xx省普通中小学心理健康教育特色学校争创计划工作实施方案的通知》（鲁教基字〔xx〕24号）要求，自xx年起，在全市启动实施中小学心理健康教育特色学校争创计划。现制定实施方案如下。

通过实施心理健康教育特色学校争创计划，在全市树立一批心理健康教育先进学校典型，带动广大中小学全面普及心理健康教育，落实心理健康教育指导纲要的各项要求，明确学校在促进学生身心健康发展方面的义务和责任，规范学校心理健康教育工作，保证心理健康教育时间和必要的活动场地，丰富课程内容，建立稳定的专业化教师队伍，形成全体教师关心关爱每一个学生心灵成长的良好氛围，切实提高中小学生的心理素质和健康水平，促进立德树人根本任务落实。争取到20xx年，在全市创建60所左右的潍坊市中小学心理健康教育特色学校，10所左右的xx省中小学心理健康教育特色学校，5所左右全国中小学心理健康教育特色学校。

全市全日制普通中小学。

争创工作自xx年开始〔xx年组织首次认定，工作步骤如下：

自通知下发之日起，各县市区、各直属学校对照《中小学心理健康教育特色学校标准（试行）》（附件1），组织本县市区中小学校开展心理健康教育特色学校创建工作，全面推进学校心理健康教育工作。

〔xx市中小学心理健康教育特色学校认定从xx年开始，隔年进行〔xx年3月由各县市区组织申报，每县市区推荐数量不超过3所，市教育局委托xx市中小学生学习健康成长研究中心组织专家对申报学校进行考察认定，公布潍坊市中小学心理健康教育特色学校，从中择优推荐参加全省及全国中小学心理健康教育特色学校的评审。近两年内存在学生逃学、辍学、流失、违法犯罪等情况的不能申报各级中小学心理健康教育特色学

校。

由xx市中小学生健康成长研究中心建立工作交流平台，及时推广宣传各级特色学校开展心理健康教育的先进经验。

各县市区和学校要将心理健康教育纳入整体发展规划和年度工作计划，建立和完善心理健康教育组织实施、检查督导、评估评价等方面的规章制度，完善心理辅导伦理规范、档案管理、值班值勤、学生转介、危机干预等方面的工作制度。建立针对学生个性特点的心理健康教育研究制度，推动学校积极开展校本研究，开发贴近学生实际的心理健康教育校本课程。健全心理健康教育教师工作考核制度，将专兼职心理健康教育教师开展心理健康教育活动和心理辅导计入教学工作量。

。各级中小学生健康成长研究中心要协调区域内外的心理健康教育专家资源，加强心理健康教育特色学校争创工作的指导，定期组织开展专题性培训、观摩研讨和经验交流等心理健康教育学习交流活动，帮助学校提升心理健康教育水平。

在核定的编制范围内，争取政策支持，做好专职心理健康教育教师配备，并根据学生实际需要配备兼职心理健康教育教师。心理健康教育教师要有相关心理学教育背景或取得相关资格证书，能够胜任心理健康教育教学工作。市教育局将逐步建立中小学心理健康教师持证上岗制度。加强心理健康教育培训，将心理健康教育培训纳入教师培训计划，每年对专兼职心理健康教育教师和班主任的心理健康教育培训不少于10课时，每年至少组织一次针对全体教职工的心理健康教育培训。保证心理健康教育教师在职务评聘、工资待遇、评优评比等方面的待遇，鼓励优秀人才从事心理健康教育工作。

各地和学校要设立专项经费，为开展心理健康教育教学、师资培训、课题研究、课程开发等提供必要的支持。原则上，心理健康教育特色学校年生均心理健康教育经费不低于10元。

# 小学二年级心理健康教育教案篇五

一、活动主题：快乐学习，健康成长

二、活动背景：

团体辅导是在团体情境下进行的一种心理辅导形式，它是以团体为对象，运用适当的辅导策略与方法，通过团体成员间的互动，促使个体在交往中通过观察、学习、体验，认识自我、探讨自我、接纳自我，调整和改善与他人的关系，学习新的态度与行为方式，激发个体潜能，增强适应能力的助人过程。

针对小学生在学习、生活和人际交往过程中可能存在和出现的各种心理困扰或问题，团体辅导可以有计划、有目的地推动小学生心理素质积极发展，有效地预防因缺少关注、引导而可能发生的心理困扰，使小学生可以在团体生活中体验团队合作的力量和感受团队队员之间相互的信任。

三、活动意义：

1. 帮助团体成员更好地适应学校团体生活。
2. 协助成员树立积极主动的人际交往态度。
3. 增强团体的凝聚力，以及成员在团体中的参与、互动程度。
4. 学会信任和尊重他人，在团体氛围中促进自我成长。

四、活动对象：小学生，20人左右

五、活动场地：一间空教室

六、活动时间：90分钟

七、活动准备：眼罩、气球

八、活动内容：

（一）介绍我，认识你（人际交往）

简述：用简单的动作或言语让别人了解你。

人数：全体班级成员。

游戏方法：根据自己的特点，说一句或者做一个夸张的动作来介绍自己。游戏示例：我叫\*\*\*，我是一个活泼开朗的人。

（二）蒙眼走直线（团队信任）

简述：通过游戏过程中心理微妙的变化来体会信任。

人数：两人一组。

道具：眼罩。

游戏方法：

1. 一个人带眼罩行走，另一人手牵手，可以提示。
2. 一人带眼罩行走，另一人在其左右，但不能身体接触，也不能使用语言提示。
3. 一人带眼罩行走，另一人与你保持一定距离，不能使用语言提示。

（三）合力吹气球（团队合作）

简述：藉着分工合作来完成任务。

人数：每组限六人。

道具：准备每组各六张签，上写：嘴巴；手（二张）；脚（二张）；汽球（每组一个）适合全部的人。

游戏方法：

1. 分组，不限几组，但每组必须要有六人。
2. 心理辅导员请每组每人抽签。
3. 首先，抽到嘴巴的必须藉着抽到手的两人帮助来把汽球给吹起（抽到嘴巴的人不能用手自己吹起汽球）；然后二个抽到脚的人抬起抽到的人去把汽球给坐破。

九、注意事项

1. 注意活动过程中可能存在的安全隐患。
2. 注意控制气氛，以免场面失控。
3. 适时调整时间，保证活动的完整性。