

小学心理健康自信心课教案(实用6篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。怎样写教案才更能起到其作用呢?教案应该怎么制定呢?以下是小编收集整理教案范文,仅供参考,希望能够帮助到大家。

小学心理健康自信心课教案篇一

低年级是孩子们接触学校和课程的初始阶段,也是他们心理发展起点的重要阶段。作为一位心理辅导员,我有幸参与了许多低年级学生的心理辅导工作。通过这段时间的实践,我获得了一些宝贵的经验和体会,今天我将着重分享我在低年级心理辅导中学到的五个重要观点。

第二段:培养自尊心

在低年级阶段,孩子们正处于个体认同和自我价值感形成的关键时期。因此,我们需要着重培养学生的自尊心。在辅导过程中,我们要充分关注每个学生的特点和潜力,鼓励他们相信自己的能力,并给予积极的反馈。此外,我们也要注意注重表扬学生的每一个进步和努力,让他们感受到肯定和支持。通过不断激励和鼓舞,学生们的自尊心会逐渐增强,他们将更加自信和积极地面对学习和生活的挑战。

第三段:引导情绪表达

低年级学生常常在情绪表达上存在困难。从开学到逐渐适应,他们可能会经历各种情绪,如焦虑、害羞、担忧等。因此,我们需要学会引导他们有效地表达情绪。一种可行的方法是通过绘画、写作或角色扮演等活动,让孩子们把内心的情感转化为外在形式。同时,我们还可以鼓励他们与同学互动,分享彼此的情绪和困惑,以获得更多的支持和理解。通过情

绪表达的训练，学生们将更好地掌握情绪管理的技巧，提高情商和社交能力。

第四段：倡导积极思维

积极思维是培养学生心理健康的重要因素。在低年级心理辅导中，我们需要引导学生建立积极的思维模式。首先，我们要帮助他们培养乐观的态度，以正面的心态面对挫折和困难。同时，我们还要教导他们学会感恩，珍惜身边的人和事物。此外，我们也要鼓励学生树立目标，并制定实现目标的计划和行动步骤。通过培养积极思维，我们可以帮助学生更好地适应学校 and 生活的挑战，增强他们的抗压能力和自我调节能力。

第五段：注重家长参与

低年级学生的心理辅导需要与家长的密切合作。我们应该主动与家长沟通，了解学生在家庭环境中的情况，共同寻找解决问题的办法。家长是学生心灵的引路人，他们的陪伴和支持对学生的心理健康发展至关重要。在辅导过程中，我们要与家长共同制定适当的情绪管理和行为规范，以营造良好的学习和生活氛围。通过家长的参与和支持，我们可以更好地帮助学生克服困难，迈向健康成长的道路。

结尾

在低年级心理辅导工作中，我发现培养自尊心、引导情绪表达、倡导积极思维和注重家长参与是至关重要的。这些观点的实践能够帮助学生建立健康的心态和积极的人生观。我相信，通过我们的努力和关怀，每个低年级学生都能够在学校和生活中获得更多的成长和幸福。我将继续努力，为低年级学生提供更好的心理辅导服务，帮助他们走向更加美好的未来。

小学心理健康自信心课教案篇二

小学低年级是孩子成长道路上非常重要的一个阶段，他们心理发展较为脆弱，对外界信息接受能力较低，因此心理辅导尤为关键。在我担任小学低年级心理辅导员期间，我积累了一些心得体会，以下是我对于低年级心理辅导的五个方面的体会。

首先，引导积极的情绪表达。儿童情绪多变，容易受外界环境和他人影响。因此，我通过与孩子进行情绪的直接交流，鼓励他们表达自己内心的情感。一方面，我尊重他们的情绪，让他们感受到被理解和关爱；另一方面，我引导他们正确表达情绪，避免因情绪受困而产生不良的行为。比如，当一个孩子因为上课时被同学调皮捉弄而情绪低落时，我会鼓励他表达自己的不满，并教他找到适当的方式解决问题，例如通过和同学沟通或向老师求助。

其次，培养自信心和自尊心。低年级的孩子易受到同学之间的比较和评价，对自己的能力产生怀疑和负面情绪。为了帮助他们建立起正确的自我认知和自信心，我注重鼓励他们在自己擅长的领域展示自己的能力和价值。比如，当一个孩子在音乐方面有天赋时，我会安排他在一些集体活动中担任指挥或者演奏乐器的角色，让他感受到自己的价值和重要性。同时，我也会通过对他们的学习和成长的积极评价来建立他们的自尊心，从而让他们对自己有一个积极的认识。

第三，关注家庭背景和家庭教育。家庭是孩子成长的第一课堂，家庭背景和教育方式对孩子的心理健康发展起着至关重要的作用。因此，我与家长保持密切的联系，了解孩子在家庭中的情况。我通过家访和家长会等方式，与家长交流孩子的学习和生活情况，帮助他们解决家庭教育中的问题。同时，我也向家长提供一些有效的教育方法和建议，帮助他们更好地引导孩子的成长。

第四，关注学习困难和行为问题。低年级的孩子在学习和行为方面存在一些困难，例如学习认字困难、注意力不集中、爱打架等行为问题。针对这些问题，我会与学校的教师和家长共同合作，制定个性化的辅导方案。对于学习困难，我会引导孩子通过多种方式来认字，如通过配图和游戏的方式提高他们的学习兴趣；对于注意力不集中的孩子，我会采用分段学习的方法，让他们能够更好地专注于学习任务。此外，我也会通过关注孩子的行为问题，及时采取行为管理措施，帮助他们养成良好的行为习惯。

最后，鼓励交流和友谊的建立。低年级的孩子正处于社交发展的关键期，他们需要与他人建立联系，并学会与他人进行交流。因此，我注重鼓励孩子之间的交流和友谊的建立。我组织一些团队活动和小组讨论，让孩子感受到集体合作和交流的重要性。同时，我也通过故事和游戏的方式，教育他们如何与他人进行友好的交流。通过这些活动，我希望孩子们能够建立起积极健康的人际关系，从而促进他们的心理发展。

总之，低年级心理辅导工作是一项细致入微的工作，在这个阶段，我们需要关注每个孩子的成长和发展，并提供适当的帮助和引导。通过引导积极的情绪表达、培养自信心和自尊心、关注家庭背景和家庭教育、关注学习困难和行为问题、以及鼓励交流和友谊的建立，我们可以帮助孩子们建立起积极健康的心理状态，为他们未来的成长和发展打下坚实的基础。

小学心理健康自信心课教案篇三

作文需要早起步。对低年级学生来说，日记不失为一种有效的训练形式。为此，我设计了两个阶段，指导低年级学生写好日记。

一年级学生学完汉语拼音后，我就开始有意识地教给他们一些倦意的句式，如：什么时候，谁在什么地方干什么、什么

时候，什么怎么样了、什么时候，谁看见什么等，指导他们借助汉语拼音写一句话的日记，来记录自己在一天里的点滴见闻。训练中，我着重教给学生一些写日记的基本知识，强调日记必须真实，内容要新鲜。这句话是记载学生自己在一天里特有的发现或亲身的感受。不能每天都写差不多的话，那就没有意义了。因此，日记的内容应该每天都是新鲜的。日记是应用文的一种，它有一定的格式要求。要在小学生初写日记时讲清这些要求。

随着学生眼界的扩大、认识的提高、识字量的增加和词汇的日益丰富，他们已经不满足于写一句话的日记了，这时可因势利导，过渡到写几句话日记。几句话的日记与一句话的日记相比，主要特点在于日记的内容丰富了。教师必须指导学生把握句与句之间的内在联系和衔接，教给学生一些连接句子的技能。几句话的内容应围绕一个意思，按一定的合理的顺序，连缀而成。可以按先后顺序，也可以按事情发展的顺序，还可以按方位顺序，教师可根据学生实际，灵活运用。

从学完汉语拼音到二年级结束这段时间，坚持让学生写日记，其实就是不知不觉把学生领入了作文之门。待到三年级开始片断训练，就不会感到突然和困难了。

小学心理健康自信心课教案篇四

第一段：引言（150字）

低年级心理辅导是一项繁重而又重要的工作。作为一名心理辅导老师，我深知如何帮助低年级学生建立心理健康的重要性。在过去几年的工作中，我积累了一些有关低年级心理辅导的经验和体会，希望能与大家分享，以期对相关工作提供一些参考与启迪。

第二段：重视心理教育（250字）

低年级学生正处于身心发展的关键时期，心理教育对他们的成长至关重要。因此，在心理辅导中，我们要充分意识到心理教育的重要性，并将其纳入学校的教育体系中。要根据低年级学生的心理特点，设计有针对性的教育项目，以培养他们的自尊心、自信心和坚强的意志力。例如，通过一些游戏和小组活动，让学生们感受到彼此间的支持和合作，从而提升他们的自信心和合作精神。

第三段：注重情感表达（250字）

低年级学生常常缺乏一种有效的情感表达方式，他们往往因此产生烦躁、焦虑等情绪。因此，在心理辅导中，我们应该注重培养学生的情感表达能力。可以通过让学生们用绘画、手工艺等方式表达自己，或者使用一些情感故事为学生们打开心扉。同时，我们还应该倾听学生的心声，理解他们的困惑和问题，并给予及时的反馈和建议。只有这样，学生们才能更好地学会表达自己的情感，从而减轻内心的压力。

第四段：重视家庭教育（250字）

家庭是孩子成长的摇篮，因此，家庭教育对于低年级学生的心理健康至关重要。作为心理辅导老师，我们应该与家长建立良好的沟通与合作关系，及时了解学生在家庭中的情况。可以通过开展家庭访问、家长会等形式，与家长进行密切配合，共同关注学生的成长。此外，我们还可以举办一些家庭教育讲座，为家长提供心理健康教育，帮助他们更好地与孩子沟通和理解。

第五段：提倡全员参与（300字）

低年级心理辅导是一项需要全员参与的工作，学校的全体教职员工应该积极参与其中。学校可以组织一些专业培训，提高全体教职员工的心理辅导意识和能力，从而为低年级学生提供更好的心理支持。此外，学校还可以成立心理辅导小组，

由专业人员和班主任组成，以更好地开展心理辅导工作。同时，学校还应该加强与社区、家庭和其他社会力量的合作，形成多方合作的力量，共同为低年级学生的心理健康保驾护航。

结尾（150字）

低年级心理辅导是一项艰巨的工作，但却是一项意义深远的事业。通过关注心理教育、注重情感表达、重视家庭教育和倡导全员参与，我们能够为低年级学生的心理健康提供更有效的支持。相信只要我们用心去做，付出就会有回报，他们的明天将会更加美好。愿我们共同努力，为每个低年级学生的心里健康保驾护航。

小学心理健康自信心课教案篇五

起死回生, 猜一个字 答案是: 苏

酒中没有水, 简直活见鬼, 猜一字 答案是: 丑

酒肉朋友, 猜一个字 答案是: 饺

饥荒, 猜一个字 答案是: 欲

乾燥剂, 猜一个字 答案是: 法

接吻, 猜一个字 答案是: 吕

斩草不除根, 猜一字 答案是: 早

欲言又止, 猜一个字 答案是: 认

欲话无言听流水, 猜一字 答案是: 活

欲罢不能,猜一字 答案是:四

添丁进口,猜一字 答案是:可

猜酒拳,猜一字 答案是:批

眼看田上长青草,猜一字 答案是:瞄

眼看田上长青草,猜一个字 答案是:瞄

这一页,猜一字 答案是:题

连中三元,猜一字 答案是:车

部位相反,猜一字 答案是:陪

阴曹地府,猜一个字 答案是:块

掌门人,猜一字 答案是:们

挥手告别,猜一个字 答案是:军

森林大火,猜一字 答案是:焚

无心的爱,猜一字 答案是:受

无限心头语,尽在情丝中,猜一字 答案是:恋

无风荷叶动,猜一字 答案是:衡

无头无尾一亩田.,猜一个字 答案是:鱼

结实累累,猜一个字 答案是:夥

视而不见,猜一个字 答案是:示

邮差,猜一字 答案是:储

云南大旱,猜一字 答案是:滇

云破月来,猜一字 答案是:育

傻瓜,猜一个字 答案是:保

新竹,猜一字 答案是:笋

楚霸王乌江自刎,猜一字 答案是:翠

枫树无风,旁边有位老公,猜一个字 答案是:松

万物之灵,猜一个字 答案是:他(人也)

落花人独立,微雨燕双飞,猜一个字 答案是:俩

雷而无雨,猜一个字 答案是:田

驯狗者,猜一字 答案是:狮

鼠头虎尾,猜一字 答案是:儿

算命先生,猜一字 答案是:仆

闻不入耳,猜一字 答案是:门

闻不用耳,猜一个字 答案是:门

与人方便,猜一字 答案是:更

与我同行,猜一个字 答案是:衙

裹脚,猜一个字 答案是:跑

银楼,猜一字 答案是:锯

欧洲人,猜一个字 答案是:伯

欧洲妇人,猜一个字 答案是:要

瞎子,猜一字 答案是:盲

请十二时准时入席,猜一字 答案是:许

学子远去,又见归来,猜一字 答案是:觉

学生学字,猜一字 答案是:救

横算直算,二四得八,猜一字 答案是:买

树旁站著两个人,猜一个字 答案是:来

独留花下人,有情却无心,猜一字 答案是:倩

独眼龙,猜一字 答案是:省

阎罗王,猜一字 答案是:瑰

头寸不足,猜一字 答案是:钦

骇人听闻,猜一个字 答案是:诡

总有一天出头日,猜一字 答案是:春

耸人听闻,猜一字 答案是:诡

讲师钟点费,猜一字 答案是:读

讲鬼,猜一字 答案是:魂

赛跑冠军,猜一个字 答案是:道

点点成金,猜一个字 答案是:全

点点是黄金,猜一个字 答案是:全

礼义廉耻,猜一个字 答案是:罗(由「四维」得知)

礼聘千万两,猜一字 答案是:钟

虫入凤巢飞去鸟,猜一字 答案是:风

丰收年,猜一字 答案是:移

离别(分手),猜一字 答案是:扮

边打边谈,猜一字 答案是:订

镜中人,猜一字 答案是:入

镜中人,猜一个字 答案是:入

宝岛姑娘,猜一字 答案是:始

宝岛姑娘,猜一个字 答案是:始

钟馗,猜一字 答案是:瑰

馨香飘逝,闻香无门,猜一字 答案是:声

樱桃小嘴,猜一个字 答案是:如

樱桃嘴,猜一字 答案是:

观不见鸟飞来,猜一个字 答案是:鸛

小学心理健康自信心课教案篇六

低年级趣味数学是我在学习过程中的第一个挑战，也是我开始对数学产生兴趣的时刻。刚开始学习数学时，我觉得它枯燥无味，充斥着大量的公式和计算，让人感到厌烦。然而，通过老师巧妙设计的趣味数学活动，我发现数学可以变得有趣而且刺激。例如，老师用故事情节来引入数学问题，让我们能够将意识投入到其中，提高了学习的兴趣。这样的学习方式激发了我对数学的好奇心，使我开始喜欢上了这门学科。

第二段：发现数学在日常生活中的应用

低年级趣味数学不仅仅是为了培养我们的数学运算能力，更是让我们发现数学在日常生活中的应用。通过数学课堂上的游戏和实践活动，我明白了数学在我们周围的重要性。比如，我们通过制作折纸飞机来了解几何形状；通过购物游戏来学习货币和计算；通过测量物体的长度和体积来掌握度量衡。这些实践活动提供了真实的情境，让我将学到的知识应用到实际生活中，让我更加热爱数学。

第三段：培养逻辑思维和解决问题的能力

低年级趣味数学的学习过程中，我逐渐培养起了逻辑思维和解决问题的能力。通过解决一道道趣味数学题目，我学会了分析问题、提出假设、推理和验证。我发现数学是一个非常严谨的学科，需要我们将问题拆解为更小的部分，经过逐步推导和验证，找到问题的答案。在这个过程中，我逐渐培养出了耐心和坚持不懈的品质，同时也增强了我的自信心。

第四段：数学思维的培养

低年级趣味数学对于培养我们的数学思维起到了重要的作用。在学习过程中，我发现数学思维是一种独特的思考方式，需要我们学会观察、归纳、分类、推理和抽象。这种思维方式

不仅对数学有益，还对其他学科和生活中的问题解决都有很大帮助。通过解决趣味数学问题，我能够锻炼我的思维能力，提高了创造力和解决问题的能力，让我在学业和生活中更加得心应手。

第五段：数学带给我的成就感

低年级趣味数学的学习给我带来了一种成就感。每当我解决了一道难题，我都会感觉到自己的成长和进步。数学教会了我如何思考和学习，让我相信只要努力，坚持不懈，就能够取得好成绩。这种成就感激发了我的学习热情，让我渴望更多地了解数学的奥秘。低年级趣味数学的学习让我明白，数学不仅仅是一门学科，更是一种思维方式和生活中的哲学。

总结：低年级趣味数学的学习不仅仅是为了提高数学成绩，更是为了培养我们的逻辑思维、解决问题的能力 and 数学思维。通过趣味数学，我发现了数学的有趣之处，并且找到了数学与日常生活密切相关的应用。趣味数学给我带来了成就感和满足感，让我爱上了这门学科。我相信，通过继续学习数学，我能够在未来的生活中取得更大的成就。