

三年级心理与健康教案二次备课 三年级 心理健康教育教案(实用5篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。优秀的教案都具备一些什么特点呢？以下是小编为大家收集的教案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

三年级心理与健康教案二次备课篇一

班会目的：通过班会，引导学生正确认识自我。针对本班一部分同学学习目的不明确，经常不完成作业进行分析，增强学生的责任感，告诉学生应该珍惜今天的学习环境，严格要求自己，激发学习热情。慢慢摒弃厌学这个坏习惯，使同学们明白知识的积累能力的培养是成功的前提，命运在自己手里，未来的路要靠自己创造。若想自己的梦不再是虚幻，就要先踏踏实实的走好每一步路，就在我们脚下，一直通到我们的梦想之颠！现在还小，应该从小养成习惯。

班会主题设计：让学生们从自己的身边搜集例子，用于班会中。

班会准备：

- 1、召开班干部会议：针对班上所存在的问题，确定以《如何解决厌学问题》为主题。
- 2、收集资料：围绕《如何解决厌学问题》收集相关资料(例如：厌学导致的严重后果的案例；厌学心理的心理测验题等资料)。
- 3、确定主持人：王思睿

班会过程：

一、班主任致辞：我们班是一个团结友爱，上进的班级，经过了四年多的努力大家都有所进步。但是有一部分的同学还是或多或少的存在着厌学的现象，不完成作业。为了我们在以后的日子里更好的学习，深刻了解厌学的危害性及其自信的重要性，我们班特地搞了这次的主题班会。下面宣布主题班会开始。

二、主持人发言：“每个人的一生中有许多个阶段，小学阶段是一个打基础的阶段，养成良好习惯的开始，然而，有些同学从现在起就不完成作业，有厌学的现象，这些可怕的困惑围绕着大家，使我们离学业的成功越来越远，最后就影响到我们今后的人生道路。接下来，我们来看两个很典型的小学生因厌学问题而导致犯罪的案例。”

三年级心理与健康教案二次备课篇二

课型：团体（班级）心理辅导课

设计理念：

心理学家威廉·詹姆士所说，“人性中最深切地渴望就是获得他人的赞赏”。而马斯洛的需求层次理论也指出，受人尊重，被人承认是人类的高级需求。这种需求的满足有利于培养自信心，提升个人成就感，提高生活幸福度等。因此我设计了本节课，跟学生一起探讨怎样赞赏自己和他人，并把赞赏应用到生活中。

教学目标：

1、认知目标：认识赞赏的重要性；简单了解“乔韩窗口理论”。

2、态度和情感目标：

- (1) 学会发现自己的长处、认识自我、悦纳自己；
- (2) 学会发现别人的优点，增进人际交往；同时也感受被他人赞赏的快乐，并树立自信心。
- (3) 通过“乔韩窗口理论”的启示，挖掘自身的潜能，增强战胜困难和挫折的勇气。

3、能力目标：

- (1) 学会正确表达赞赏，提高语言表达能力。
- (2) 学会在生活中应用赞赏。

重点、难点：学会如何积极评价自我或他人，并正确表达赞赏。

教学方法：活动、讨论与体验式教学相结合

课前准备：优点参照表、音乐、珠子

教学过程：

一、导入主题：

二、辅导过程：

活动1：自我赞赏

- (1) 每个同学发一张“优点参照表”。
- (2) 参考“优点参照表”找出自己的优点。

(3) 不同类别的优点用不同的珠子表示。

(4) 拿着一个个的珠子轮流说出自己的优点。其他同学鼓掌表示接受和肯定。

(5) 分享感受

活动2：相互赞赏

(1) 与学生一起讨论怎样欣赏别人。

(2) 请一位同学坐在团体中央，6人一组围圈坐。每位同学列举中间同学的优点并用不同的珠子表示。

(3) 自己数点自己的优点并讨论交流活动感悟。

在活动感悟中引出“乔韩窗口理论”，以此引导学生发现自己的潜能，让学生认识到每个人都有无限的潜质，在适当的时机它就会被激发出来，所以在遇到困难、挫折或新任务时不要轻易放弃，要善于挖掘自己身上未知的优点，激发自己的潜能，战胜困难和挫折。

活动3：把象征优点的珠子串起来，取名为“优点之链”，并把这些优点永留心中。

播放着放松音乐，学生串起象征自己优点的珠子。让这些优点在身上闪闪发光。

活动4：练习赞赏在生活中的应用。

三、分享感悟：

学生分享本堂课带来的感悟及对以后生活的启发。

四、课后延伸活动：

继续丰富我们的“优点之链”。

三年级心理与健康教案二次备课篇三

小学三年级心理健康教育教案（1到5课）

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，麦克斯韦最后成为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。衣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我，什么是对自我的正确认识，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。

第三课学习要有好习惯

一、数学目的

通过教学使学生认识到，只有养成好的习惯，学习和工作才能取得好的成绩。从各个方面培养学生良好的习惯。

二、教学过程

1. 导入

师：你们生活中、学习上经常有成功和失败的时候，原因是什么呢？这与我们每个人的生活习惯、学习习惯有关。有了好的习惯就可以帮助你获得成功；没有好的习惯就可能影响你的学习成绩。可见，好的习惯对一个人的成长有多么重要。我们今天就学习新的一课《学习要有好习惯》。

2. 学文明理

(1) 教师通过放录音，讲[档案馆]里的故事，引导同学思考：佳佳在班上出了丑，到底是谁的错？应该怎样做？可分组讨论，然后找代表进行汇报。

(2) 教师按课文提示，帮助学生明事理，让学生明白：习惯有好坏之分，但不是天生的，而是后天培养的。我们应该不断约束自己，养成好的习惯。

3. 活动明理

(1) 演一演

通过角色扮演，让学生产生不同的情绪体验，从而学习剧中人物的某种精神，如：熊姐姐是一个办事认真的人，所以取得了好的效果，教育学生要向熊姐姐学习，做作业的时候认真仔细，不丢三落四，从小养成认真负责的精神。

熊妹妹是一个做事不认真的人，比较马虎，但她能知错就改，这种精神也值得我们学习，我们要克服缺点，培养自己的好习惯，没有这种精神也不行。

(2) 填一填

教师在黑板上写两段话，让学生读，并思考在空白处填上什么词语，才能使勉励子完整。目的是使学生记住，只有办事认真才能有好结果。学生填空时，不拘于词语的准确，只要意思对就行。

如：熊姐姐是一个办事认真的人，所以能取得好的效果。

熊妹妹是一个办事不认真的人，但她能知错能改。

4. 总结全课

通过今天的学习，我们看到，从小养成良好的习惯有助天学习和工作的提高，小学生要注意培养良好的学习、生活、劳动、文明礼貌的好习惯。

第四课学会与人合作

一、教学目的

教育学生懂得在集体生活中，与人合作是十分重要和必要的；

教育学生懂得，学会与人合作对自己的成长有好处；引导学生在与同学相处时，学会与人交往。知道与人合作有利于自己的成长；学会与人合作，可以使自己的生活更加愉快。

二、教学准备

写有与人合作方法的字幅及成语、配乐录音故事

三、教学过程

1. 导入

今天我们先来听个故事，听完故事后请同学们讲一讲自己听到了什么？

2. 学文明理

（1）听了刚才的故事，我们来看看课文中三年级（2）班的科技活动搞得很成功的窍门是什么？请同学们自己看书找窍门。

（2）找到了三（2）班的窍门后，请一名同学给大家读一计[咨询台]中的话，看一看是否有道理。

3. 活动明理

（1）请同学们看看黑板上的词语，以小组为单位，找一找哪些行为对自己学会与人合作有好处。

（2）现在我们共同编个童话故事，老师说一句，然后同学们按顺序每人添上一句，使我们的故事动听又有趣。

同学们说说自己在做故事接龙游戏时的感受。

（3）现在我请五组同学，每组两名，为大家表演猜成语的小

品。

（教师将准备好的成语字条拿出，请学生抽签，并请学生根据签上的内容进行表演）

（4）现在我们来做出包围圈游戏：

全班同学分成两组，一组扮演包围者，一组扮演突围者，然后说说自己的感觉。4总结全课

要想让自己健康成长，使自己生活得愉快，就要学会与人合作。下课后，同学们要认真的看看书上[实践园]中的十六月条有关学待与人合作的内容，并按照书中的要求，把它画下来，看看自己的苹果树是否美丽。

第五课做情绪的主人

一、教学目的

情绪对人的学习和生活影响很大，教育学生要做情绪的主人，才能适应社会生活；学会控制自己的情绪，掌握调控情绪的方法，做一个快乐的小学生。

二、教学准备

准备活动中所要用的各种情景问题。

三、教学过程

1. 导入

三年级小学生还不能控制自己的情绪，而对交往过程中的纠纷、误会不善于处理，表现为遇事容易冲动，感情用事，从而影响同学关系，自己也很苦恼。教师应引导学生认识控制情绪的重要性，这样才能做一个令人喜欢的人。

我们每个人都有自己的情绪情感，遇到不同的事，就会有不同的感受，但我们要学会控制自己的不良情绪，这样在与同学的交往中，才不会感情用事，在学习和生活中，保持乐观的情绪，今天我们学习《做情绪的主人》这一课。

2. 学文明理

(1) 读遍课文，让学生思考。

a关成的学习成绩为什么退步了？

b小花是怎么对待跳绳失利的？

分组讨论，然后派代表在全班发言。

(2) 议一议

如何调控自己的不良情绪呢？

a□宣泄法□b□转移法□c将心比心□d□挫折不一定是坏事。

3、活动明理

(1) 演一演

建议6位小品扮演者提前进行排练，尤其要挑选好女主角王小燕，以确保表演成功。议论时，如果时间允许，可多请几位同学谈谈看法。

师：王小燕爱生气好不好？为什么？

生：不好，生气影响身体健康。

生：生气容易使人得病。

生：生气容易影响同学关系。??

小学三年级心理健康教育教案（6到10课）

第六课学习要专注

一、教学目的

帮助学生了解自己的注意特点、培养自己的注意能力。学会调节和控制自己的注意力、提高注意的稳定性。

二、教学过程

（一）导入

师：同学们同学们坐在教室里听讲，教师讲相同的内容，为什么学习的效果不一样呢？这除了与本人的努力程度有关，还与注意力集中不集中有关。下面我们学习一课与注意力有关的课文，题目是《学习要专注》。

（二）学文明理

（1）教师读一篇课文，然后让学生默读一遍。

（2）（分组讨论：吴义为什么成绩不佳，学习时为什么要专注？）

（三）学生活动

1、说一说，讨论后，找代表发言。

吴义为什么成绩不佳？除了自己努力程度不够以外，更主要的是上课精神不集中，学习不专注，边听边玩，经常走神儿，所以老师讲的知识他没有听到，作业当然就不会了。帮助学生归纳出以下几点□a□要用眼，仔细看□b□要用耳，仔细听□c□

要用脑，勤思考□d□要动口，敢发言□e□要动手，认真写。

请记住：课堂学习是我们小学生获得知识的主要途径，听讲时要努力排除干扰，自觉听讲。

2、走迷宫

可以让同学们自己先走，看能不能走出，然后同组相互启发，培养合作精神。

想想做做：三年级的学生还不能很好地调节和控制自己的注意力，注意力容易分散，通过“想想做做”或在规定时间内开展竞赛，培养和训练学生的注意力。

3、做一做

根据小学生注意力不能持久集中和控制能力差的特点，通过行为规范进行训练，一旦学生养成良好的习惯，注意力也就集中了。

训练时特别注意三点：

a□保持良好坐姿：趴在桌上听讲容易疲劳，也容易影响身体的发育。

b□注意排除干扰：课桌上不要放容易分散注意力的文具，当自己注意力分散时，心理就要暗示自己，写出明显的警示语提醒自己。

c□怎样调节自己的课堂行为呢：人注意某一事物的时间是有限的，一般来说，刚上课时需要注意力转移，尽快转移到这节课上来。当我们听讲或思考一段时间后，就会产生疲劳；当老师在抄板书的时候，我们可以放松一下；教师总结和归纳时，又要集中精力，把重点记住。

（四）总结全课

第七课树立自信心

一、教学目的：

教育学生正确评价自己，树立自信心，克服学习上的困难。克服自卑心理，学会欣赏自我和悦纳自我，树立“别人行，我也能行”的思想。

二、教学准备：

事先挑选一名高一点的男同学扮演乌龟爷爷，另外选好扮演乌龟丁丁、小伙伴儿的同学各一名，旁白一名。

三、教学过程

（一）导入

同学们，在学习生活中，我们常会遇到这样的情况：有的同学对胜利充满信心，面对困难，不怕挫折，不怕失败，最后使自己获得成功；也有的同学面对困难，丧失信心，失去了进取心，结果以失败告终。我们今天学习新的一课，很重要，题目叫《树立自信心》。

（二）学文明理

- 1、教师以讲故事的方式，叙述戴洪祥是怎样克服困难，做成“戴氏小提琴”的，明确告诉学生是“自信心的力量”！
- 2、然后教师要简介自信心的概念以及如何培养自己的自信心。

（三）活动明理

- 1、角色扮演（15分钟）：

让同学表演童话剧《我不行与我能行》，从演出中让学生领悟到：只有不怕困难，树立自信，才能获得成功。

2、议一议

三年级心理与健康教案二次备课篇四

一、引出话题：

（一）引入：播放歌曲《真心英雄》 呈现名人拼搏图片

师：同学们你们知道刚才听的是什么歌曲吗？

学：知道啊，是《真心英雄》。

师：你们喜欢这首歌吗？

学：喜欢。

师：好的，听过这首歌再结合刚才播放的图片，我请几位同学谈一谈，看过这段影音视频材料后有什么感想。

学生甲：名人的成功也是来之不易的。

学生乙：成功路上会有很多困难，我们只有战胜困难才会最后取得胜利。

学生丙：我们生活在世界上就一定会遇到挫折，我们要敢于面对这些困难，不要被困难吓倒。

（二）引出主题：

师：刚才几位同学都谈了自己的感受，说的都非常的好，要想成功必须努力拼搏，只有战胜困难和挫折才会胜利。就像这首歌中所唱的那样：不经历风雨，怎能见彩虹。同样对于

刚刚进入高中的你们，周围的同学是全新的面貌，他们有不同的气质和性格；文化课的门类增多了，课本加厚了；并且住进了集体宿舍，生活没有父母的照料等等。高中环境的这些变化让你们适应起来肯定会遇到一些困难，我们这节课就来谈谈怎样才能更好的尽快适应高中生活。

（三）填写适应困难卡：

师：升入高中后你们的生活发生了一系列的变化，面对这些变化你们有什么样的心理感觉哪？高中的环境你们哪些能够适应？哪些难于适应？下面请你们写下来填到适应困难卡上，写下来后你们小组首先交流讨论，然后选出有代表性的适应问题，我请同学来读一下。

适应困难卡：

升入高中后我能适应：

升入高中后我不能适应：

学：好（学生开始讨论）

师：同学们已经讨论完了，下面我首先请各组代表谈一下你们小组同学升入高中后面对的适应困难。

学生甲：我能适应学校的环境，但是不能适应的是有很多同学不认识，和他们在一起很拘谨，在宿舍经常要值日，还要自己洗衣服。

学生乙：我能适应餐厅的伙食，但是不能适应的是时间太少了，没有和同学交流的机会，还有就是升入高一后，新开设了很多学科，功课太多。

学生丙：我能适应高一老师的授课方式，但是不能适应的是

学习压力大，感觉自己现在学习不如初中时优秀，宿舍的同学太多，有点吵。

二、人际适应困难的应对：

（一）案例分析：

学生甲：多和同学交流，过一段时间大家比较熟后就好了。

学生乙：不能总是回忆以前的事情，让自己开朗一点，大方一点。

学生丙：学会和同学相处，提高交往技能。

（二）人名复印机游戏：

师：好，针对同学们谈到的方法，我们来做一个人名复印机的游戏。游戏的规则是这样的：全班同学分n个小组，每个小组7位同学，这7位同学站成一排，从第一位同学开始做自我介绍，内容包括姓名、爱好，第二位同学首先复述第一位同学的姓名和爱好后再说自己的姓名和爱好，同样第三位同学也要首先说出前两位的同学的姓名和爱好后再说自己的姓名和爱好，以此类推，直至第7位同学正确无误的把前六位同学的姓名和爱好说出来，最后看那个小组用的时间最短。（游戏开始）

学：好

师：游戏做完了，我再请同学们写一下自己是如何做到和同学们自由交流的。

学生甲：做自我介绍时要充满自信，干大声说出自己的爱好和特长。

学生乙：做自我介绍时要面带微笑，说话要温柔一点。

学生丙：别人说话时自己认为对的时候要点头，适当的给别人一些反馈的意见。

师：同学们说的很好，其实同学们日常的人际交往中只要保持一颗平常的心态，积极乐观的信心就可以了，我们越是害怕在别人面前出丑、失态，就越容易紧张焦虑，说话语无伦次。

三、学业适应困难的应对：

（一）案例分析：

学生甲：到了高中后会有学习更好的同学，感觉学习压力大也正常啊。

学生乙：高中本来课程就多了，所以学习起来肯定会更吃力，只要明白高中和初中的是有区别的就行了。

学生丙：他对自己的评价太低了，也许自己的学习成绩并没有自己想想的那么差。

师：对，他们在比较时犯了一个错误，那就是他们总是拿自己的弱项和别人的强项比，他们无意中把自己的期望看得太高，而自我评价又太低。我们提倡的比较是自己和自己比较，参照对象应该是自己。

（二）学习计划表：

师：好，下面每个同学填写一个自己本学期的学习计划，内容包括：现在自己的学习情况、希望学期末达到的目标，自己应该如何努力。

学习计划表：

- 1、我现在的学习情况
- 2、我希望学期末达到的目标
- 3、我要付出的努力是

学：好的。

学：好。

四、寄宿适应困难应对：

(1) 改变环境：给学校老师反映，要求专门给自己一个宿舍，并且晚上一直有电。

(2) 改变他人：让宿舍里所有的同学出去住。

(3) 改变自己：???

学生们：前两点都不行，只有学会改变自己。

师：那好，我想问一下有哪位同学是在升入高中时才开始寄宿的，请举手？

学：我

师：请你谈一谈他该怎么办？

学生甲：他首先应该改变自己的心态，高中生大家都在一起也是很好的啊，大家聊聊天很热闹的，而且每个人都有自己的生活习惯。

学生乙：大家都是高中生了，应该自己学会洗衣服的，晚上放学后时间本来就很晚了，要放松一下，好好的休息，明天才有精神更好的学习啊。

师：我下面再请在初中时就开始寄宿的同学谈谈这位学生该怎么办？

学生甲：我是上初中时就开始和同学以及住学校宿舍的，感觉住在宿舍也挺好的啊。大家都住在一起要多交流，相互谅解，这样才会相处的更愉快啊。

学生乙：在学校就是个集团的环境，我们要学会自己主动地适应，不要斤斤计较，要有一颗宽容的心。

学生丙：寄宿在学校可以锻炼我们的独立自主能力，以后走向社会做事情就会顺利。

师：同学都说得非常的好，我真为你们能想出这么多办法而感到高兴，寄宿在学校可以锻炼我们的生活自理能力和独立处理问题的能力，我们每一个人都是属于一个集体，我们只有学会改变自己适应寄宿生活，才会为以后走向社会打下坚实的基础。

五、结语：

师：今天这节课我们大家一起探讨交流了高一学生在人际适应、学业适应和寄宿适应中的一些方法，有些方法非常的好。希望你们能够真正的学会用这些方法去战胜自己学习和生活中的困难，尽早得适应高中生活，让你的高中在快乐中渡过，最终顺利的考入理想中的大学。最后我把《阳光总在风雨后》这首歌送给你们，让我们用这首歌来结束今天的学习吧。播放歌曲《阳光总在风雨后》。

三年级心理与健康教案二次备课篇五

活动目的：

经过本次《小学生心理健康教育主题班会》，使学生懂得同

学之间如何相处，班集体里处处有关心、有温暖，培养学生的爱心。

活动准备：

班班通电子白板展示心理健康教育。

活动过程：

一、班主任介绍班会资料。

同学们，让生活失去色彩的不是伤痛，而是内心的困惑，让脸上失去笑容的，不是磨练而是静闭的内心世界，没有人的心灵永远一尘不染，让我们每个人的爱心洒向班集体，拥抱健康对于我们每个人来说至关重要。今日，就让我们一齐走进心理健康教育课，来探讨研究同学之间如何相处，同学之间应互相有关爱。

教师此刻给同学们介绍一个同学，她平时不爱完成作业，书写也不工整，上课、写作业还爱睡觉。你们猜她是谁同学们齐声说：“温宇馨”。

下面就拿我们班温宇馨同学为例，说说平时你是怎样与他相处的。

二、说说心里话。

生1：她学习成绩不好，我不想与她玩。

生2：她上课爱迷糊，我不想与她坐同桌。

生3：她不爱完成作业，我不想与她做朋友。

生4：她下课总吃小食品，不爱学习，我不喜欢她。

生5：她做事总是慢腾腾，和她交流太让人着急，我不喜欢她。

师小结：刚才，这几个同学说得都是事实。可是，同学之间不应当这样。温宇馨同学的家庭情景，大家还不明白。她父亲忙于打工顾不上管她，她母亲不识字又不能辅导她，她又不善于和同学交流，每一天都靠她自我想、自我做，想一想，你们自我的家庭有人关爱，而她呢我们与她相比，必须不能再歧视她，应当互相关心，互相帮忙，让她克服掉毛病，成为我们班团体里人人关爱的同学。

三、小组讨论：

1、今后同学之间应当怎样做

2、找代表发言。（归纳）

(1)、同学之间，要学会友好。

(2)、同学之间，要学会尊重。

(3)、同学之间，要学会宽容，不斤斤计较。

(4)、同学之间，要学会理解人，要学会换位思考。

(5)、同学之间，要学会体贴。

四、播放小学生心理健康教育片。

让学生观看。

五、总结：

同学们，多一份宽容，就多一份理解；多一份理解，就多一份尊重；多一份尊重，就多一份自信；多一份自信，就多一份健康；让我们都拥有健康的心里，学会相处，学会交往，让每个

同学都能感觉到班集体里处处有关爱。