

最新心理教育课教学设计包括(汇总5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

心理教育课教学设计包括篇一

在高中的课堂教学中，我们会经常看到这样的现象：有的学生专心致志，耳听心想；有的学生东张西望小动作连连；有的学生所有科目都能认真听讲；有的学生一上自己的弱势科目就东倒西歪，做作业时有的学生能认认真真、一丝不苟；有的学生却马马虎虎、应付差事。每个高中生都或多或少的存在着这样那或样的不良学习习惯，而这些不良学习习惯成为了拖累学生学习成绩的一个关键因素，很多学生却没有意识到。著名教育家叶圣陶说，什么是教育？一句话，就是要养成良好的学习习惯。教育就是习惯的培养。积千累万，不如养个好习惯。”可见培养良好的学习习惯对于学生学习的重要性。而在我看来，为什么好多优秀的学生，不能从优秀走向卓越，因为他们身上还存在一些不良的习惯，改掉这些不良的习惯，培养良好的习惯可以让他们从优秀走向卓越！

1. 知识与技能目标：通过学习让学生了解自己的学习习惯，能清楚的列举出自己身上存在哪些不良的学习习惯。
 2. 过程与方法目标：通过学习让学生初步掌握一种适合自己的培养良好学习习惯的具体可操作的方法。
 3. 情感、态度、价值观目标：通过各项活动让学生感受不良学习习惯的危害性，激发其培养良好的学习习惯的动机。
1. 教学重点：引导学生探寻到一种适合自己的培养良好学习

习惯的具体可操作的方法。

2. 教学难点：通过各项活动让学生感受不良学习学习习惯的危害性，并下决心改掉自己身上存在的不良学习习惯，培养其良好的学习习惯。

1. 学生每人准备一张白纸、一支红色的笔 2. 准备两个“幸运紫手环”

3. 准备辅导活动课件 4. 分组数字贴、激励表扬学生笑脸贴

（一）导入：（互动导入）

同学们，在开始学习新课之前呢，大家和我一起做一个互动游戏。来大家往我这里看，跟我一起做。都伸出自己的双手，好，都伸出来了啊，接下来呢，把自己的双手的十指自然合拢，看一看，自己的哪只手的大拇指在上？左手还是右手？有同学说左手，有同学说右手，谁能告诉我哪只手大拇指在上的人聪明？说说为什么？（叫一个同学回答）这和聪明有没有关系，有没有？没有，和什么有关系？很好，和个人习惯有关系，那么我们就一起来学习一节，和习惯有关的课，《培养良好的学习习惯》。（板书课题）

（二）问题导引，合作探究：

1. 学习习惯指什么，你怎么理解学习习惯？

同学谈到学习习惯你能想到什么？谁起来用自己的话给我们解释一下什么是学习习惯，导学案同学们都写了，我也给你指导性意见了，哪个组思考好了就举手起来说一下，很好、、、关于学习习惯的定义有很多种，我给大家选了一种比较好理解的，大家看一下是怎么说的，学习习惯是指学生们在长期的学习过程中，逐渐养成的、比较稳定的思维方式或行为方式。

2. 我们为什么要培养良好学习习惯，良好学习习惯对于我们来说有什么作用？

3. 要挣脱链子的束缚，是不是我们先得弄清楚我们身上都拴了哪些链子？

学习习惯自测——测测自己身上还存在多少不良学习习惯

4. 何如才能挣脱这些链子的束缚，你有什么好方法？（改掉不良学习习惯，培养良好学习习惯的方法）

小组派代表和我们分享一下你们在导学案上写下的，挣脱这些“链子”束缚的方法呗！小组代表和我们分享一下你们组选一个你们组选出来的最想改掉的不良学习习惯，用什么方法把它改掉，和我们分享一下你们的方法。根据学生分享予以点评。大家看我这里有一个很神奇的东西，你如果合理应用它，在你改掉不良的学习习惯过程中它会起到很重要作用。看这是什么？是一个手环我把它叫做幸运手环，大家看就是这个手环，它有魔力，它能帮你挣脱链子的束缚，看它有什么魔力能让你挣脱这些“链子”的束缚呢？大家想，就这么一个手环，它和我们要改掉的不良学习习惯有什么关系呢？或者说用它怎么改掉不良学习习惯大，谁想到了，和大家分享一下你的想法！好，说的很好，当你觉得要改变一个不良习惯时，你把这只手环，套到自己一只胳膊上，左胳膊右胳膊都行，当这个不良习惯再没有在你的身上出现，那么这只手环的就一直让它停留在这只胳膊上不动，如果不良习惯又在你身上出现了，你就把这只手环换到另一只胳膊上，直到这只手环在你的一只胳膊上停留了21天以上直至不再动，那么你已经改掉了这个不良习惯相应的也就培养起了一种好习惯。为什么说是21天呀？心理学上讲21天形成一个习惯，但是我们人的惰性会一直会和我们这些好习惯做斗争，即使好习惯已经形成，惰性有时会把您拽回到坏习惯的原位，所以，我们还要用意念和惰性做斗争，让好习惯真正成为一种习惯，成为你身上一种品质。

大家运用我们课堂上探究出的方法加上你们坚定不移的信念，今天就下去实践，在实践的过程中可能还会遇到这样那样的困难，这个过程中你把你遇到的困难记录下来，能解决的自己解决，解决不了的反馈回来，我们大家一起帮你解决。如果你能坚持这样做，相信在不久的将来你一定会成为学习上的佼佼者，如果你能把这种方法进而应用到你的生活中培养更多良好的行为习惯，你将会从优秀走向卓越。

5. 培养好学习习惯要经历哪几个阶段，哪个阶段最重要？
（回顾小结板书）

同学们课上到这里我们已经知道了怎么培养良好的学习习惯，那我们一起来总结一下培养良好学习习惯应该包含那几个阶段？我们来一起回顾一下，拴着铁链子大象处在哪个阶段？是不是它还没有意识到自己身上存在坏习惯？很好，第一阶段，应该是什么？很好，坏习惯无意识阶段；第二阶段，我们通过今天的学习，发现我们身上存在着很多不良习惯，属于什么？坏习惯有意识阶段；很好，第三阶段呢？发现我们身上存在坏习惯接着要干什么？很好，培养好习惯，和一二阶段对应起来应该怎么说？好习惯的有意识还是无意识阶段呢？是有意识阶段，有没有第四阶段啦？有没有啦？有吧，好，第四阶段应该是什么，你们很聪明的，猜也猜得出来，很好，好习惯的无意识阶段，我们说比武高手的最高境界是什么？人剑合一，出哪一招自己不用想吧，是无意识自发的动作是不是？什么时候我们达到好习惯的无意识阶段，那么好习惯就变成你身上的一种品质了。大家想一下，你觉得哪个阶段最难，最关键？有人说第三，有人说第四。现在呢大家伸出你们的双手十指合拢，哪只手的大拇指在上面，左手？右手？原来左手大拇指在上的现在让右手大拇指在上，原来右手大拇指在上的现在让左手大拇指在上，再合拢双手，感觉别扭吗？别扭啊，为什么不习惯，大家把这样的动作做100次，有什么感觉？是不是比刚才舒服点了？我们不断地重复练习一种好的行为，它会自然而然的变成一种好习惯，只是万事开头难，大家在准备培养一个好习惯之前做好足够的心

理准备，无论遇到什么困难一定要坚持，坚持你一定回有所收获。

6. 寓言故事分享从这个故事中你悟道了什么？（升华）（行动比知识和方法更重要！）

这节课上呢，大家一起探索发现，我们各自发现了自己身上存在的不良学习习惯，我们也共同寻找了改掉这些不良学习习惯的方法，大家也都总结出了自己的一套方法，我们确实我们学到了知识，学到了方法，但是刚有这些还不够，我们还得怎么？大家说我们还得怎么样，我们才实现了这节课的目的学有所用。我给大家讲一个故事你们看你们能从故事里悟出什么？螃蟹、猫头鹰和蝙蝠的故事。螃蟹、猫头鹰和蝙蝠去上恶习补习班。数年过后，它们都顺利毕业并获得博士学位。不过，螃蟹仍横行，猫头鹰仍白天睡觉晚上活动，蝙蝠仍倒悬睡觉。你们悟出了什么？我想告诉大家的是行动永远比知识和方法更重要！即使你学到了博大精深的知识，一用就灵的方法，你不去用这些东西，那么，你学不学没什么两样，你还是不会有任何长进的！你们有没有信心改掉自己不良学习习惯逐步培养自己良好的学习习惯？有没有？有还是没有大声告诉你自己？好，都有啊！那么下面我们一起来鼓舞一下自己的信心，一起来做这么一个活动。

7. 自信心总动员活动（升华）

伸出右手，用右手拍一下左肩，同时大声喊：我，再拍一下右肩，同时喊：能，握拳同时竖起大拇指，手臂用力向前伸出去，同时喊：行！

伸出左手，用左手拍一下右肩，同时大声喊：我，再拍一下左肩，同时大声喊：能，握拳同时竖起大拇指，手臂用力向前伸出去同时喊：行！

双手交叉放到胸前，同时大声喊：我，左手放回做胸前，右

手放回右胸前，同时大声喊：一定，双手握拳同时竖起大拇指，手臂用力向前伸出去，同时大声喊：行！

寻找一个自己身上存在的自己最讨厌的对自己影响最大的一个不良学习习惯，运用课上自己学到的和悟到的方法结合自己的实际制定一个行之有效的方案并付诸行动，今天就下去实践，在实践的过程中可能还会遇到这样那样的困难，这个过程中你把你遇到的困难记录下来，能解决的自己解决，解决不了的反馈回来，我们大家一起帮你解决。我们这节课是关于培养良好学习习惯的第一讲，目的呢是让大家对学习习惯有一个自己合理的认识，意识到不良学习习惯对自己的危害，从现在起有意识的去培养良好学习习惯。下一节课我们一起分享你实践中的一些体验，我们继续探究更合理、更实用的培养良好学习习惯方案。

十七课：培养良好学习习惯

1. 学习习惯（经常性 思维 行为）
2. 作用：（印度大象的例子）
3. 自己身上存在哪些不良学习习惯
4. 改掉不良学习习惯方法

一般方法（幸运紫手环） + 具体方法

5. 行动最重要！

本节课采用问题探索的形式层层递进、环环相扣，让学生不断发现问题，不断探索、思考、解决问题。教师巧妙的设计了问题情境，简单有趣的问题情境激发了学生主动学习、探索的欲望，很好的实现了教学目标，解决了教学重难点。“陆地上力气最大的动物是什么？”改为“陆地上力气

很大的动物油哪些？”；课堂上中自己应该更多走到学生中间，和他们一起探究解决问题。这两方面需要改进。

心理教育课教学设计包括篇二

帮助学生明确学习的目的，培养对学习的兴趣，变“要我学”为“我要学”。克服学习上的困难，掌握正确的学习方法，获得成功的学习体验，增强对学习的自信心。

（一）导入古往今来，凡有成就者无不对自己所从事的事业有强烈、浓厚的兴趣。今天我们就来学习兴趣在学习中的作用。

（二）新课传授

1、边读课文，边思考：“小雨原来对学习不感兴趣，后来对学习又产生了兴趣？”

提示：原来他不喜欢数学，是因为基础差，家庭环境不好，影响了他对数学的兴趣。后来在老师的帮助下，他有了成功的学习体验，才由厌学变成了乐学。

2、要想做学习的主人，就要培养对学习的兴趣，怎样培养学习的兴趣呢？

a□用目标去引导兴趣。

b□用成功去激励兴趣。

c□用特长去确定兴趣。

（三）活动明理

1、对话内容第一次可以按照书上提供的例子进行示范。

2、重新编组后的对话内容，就不要重复书上的内容，学生可根据自己的学习兴趣，答出自己喜欢的学科。互相交流，增加学习兴趣的广度，以便学好各门功课。

3、教师小结：

教师小结重点突出兴趣的特征——一个是它的稳定性，我们每个人应该有自己的学习兴趣，学习兴趣确定后，就要保持相对稳定，持之以恒，将来才能有所作为；另一个是兴趣的转移性，小学学习是打基础的学习，应该学好各门功课。兴趣是可以培养的，通过兴趣的转移，学好自己原来不喜欢的学科。

（四）总结全课

心理教育课教学设计包括篇三

1、健康的身体需要健康的心理来驾驭才能发挥其良好的功能，心理对于身体，犹如软件之于硬件，硬件再好，如果没有功能良好的软件，也难以实现其价值。如果人生是汪洋中的一条船，心理健康则是这条船的“舵”和“帆”；小学时期是人生发展的重要阶段，是人生观逐步形成的时期，也是塑造健全人格的关键时期，对小学生进行良好的心理健康教育将使其终身受益。

2、情绪伴随着人的成长过程。小学高年级的孩子已经具有比较丰富的情绪体验，也能够比较明确地分辨自己的喜怒哀乐，然而，孩子们调控情绪的能力还很弱。在碰到不良情绪时，往往不明确应该用怎样合理的方法来调控，不了解情绪可以随着人的认知评价的改变而改变。因此，这节课我想通过各种形式的活动引导我的孩子认识到：同样的事件，由于个体的认知评价的不同，会造成不同的情绪和行为反应效果，使孩子们初步掌握情绪调控的方法。

（一）认知目标：

- 1、通过让学生认识自己的角色变化，知道学习、生活中快乐的事很多，要积极地体验快乐，提高对学校生活的认识。
- 2、知道快乐地生活有益于身体健康、学习进步，掌握一些使自己和别人从不快乐中解脱出来地方法。

（二）态度与情感目标：

- 1、体验、表达学习、生活中的快乐，产生积极乐观地情绪。
- 2、愿意快乐地学习、生活，并愿意与大家分享快乐。加深爱学校、爱学习的思想感情。

（三）行为目标：

- 1、努力做到快乐地生活，喜欢学习，喜欢上学，把不快乐变成快乐。
- 2、尽力帮助别人快乐起来，在帮助别人的过程中收获快乐。

体验、表达快乐的情绪。学会分享快乐，在帮助别人的过程中收获快乐是本课的教学重点。

初步尝试调节自己的情绪，学会使自己快乐的方法，提高自我约束能力是本课的教学难点。

1、确定主题

授课前，我对班级学生进行了心理调查，了解了学生在校学习快乐和不快乐的原因，探讨人际交往中的问题，掌握家长对学生在校的关注情况，知道亲子关系中存在的问题。根据调查结果，制定正确的活动课目标。

2、搜集资料

搜集笑话，人物开心表情的卡通图片，学折纸鹤、飞机。

心理健康教育教学设计包括篇四

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。

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。

心理健康教育教学设计包括篇五

通过看课件和录像、讲故事、讨论等方式，使学生理解、掌握挫折的概念并能够认识到“每个人在成长中都会经历挫折、成功必然经受挫折、挫折对人们的影响具有‘双重性’的特点，从而激发学生增强自我抗挫的愿望”。

1、追求与挫折的辩证关系。

2、联系实际、联系自我，建立起正确的“挫折观”。

一、导入

播放“命运交响曲”简介贝多芬的追求与挫折

二、讲授新课

1、提问：用自己的语言说出“什么是追求，挫折”

2、电脑幻灯出示“追求”和“挫折”的概念

(一)追求是指用积极的行动，争取实现某个目标

活动中，遇到干扰、障碍，遭受到损失或失败时产生的一种心理状态。

(二)追求与挫折的关系

1、观看录像：“我们的桑兰”(带着问题观看思考)

2、同学讨论——

1)“桑兰的追求与挫折”

2)出示电脑幻灯片“桑兰的追求与挫折”

3)讨论归纳“追求与挫折”的关系

3、出示电脑幻灯片——成长必须追求：挫折往往会伴随着追求；不怕挫折，勇于追求。

(三)面对挫折

1、观看录像“同学的故事”

2、小记者谈采访感受

3、电脑幻灯出示：“对我们的启示”“追求往往随着挫折的战胜而实现”

(四)挫折的影响

1、配乐幻灯“一封没有发出的信”

2、讨论写信人遇到什么挫折？

带给她什么影响？如何帮助她摆脱消极的影响？

3、配乐幻灯

当今的爱因斯坦《斯蒂芬·霍金》

4、为“挫折”作新的诠释

(五)总结升华

1、电脑幻灯：“首席科学家”——严纯华

2、小结全课

1) 电脑幻灯——勇于追求，不怕挫折！敢于追求，战胜挫折！
不断追求，挑战挫折！

2) mtv+电脑幻灯——歌曲“未来的未来”

3) 伴随着歌声，滚动播放

作文：“心灵的撞击”——记自己追求中遇到的挫折

(重点：遇到挫折时的想法、采取的对策、产生的影响)