

2023年心理教育教案中班(大全9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。那么教案应该怎么制定才合适呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来看看吧。

心理教育教案中班篇一

克服依赖心理，学会宽容别人。发现同学的缺点能当面指出。
教学重点：初步培养自己的问题自己解决的能力。

消除依赖心理，学会宽容别人。

一、谈话导入，揭示课题。

引出：打小报告（板书）

2、如果，在学校里有人欺负你了，你又会怎么办？

3、你在哪些情况下，会去报告老师？（教师随意板书）

二、看小品，明理。

1、小品1：下课了，同学们在玩，小亮无意中撞了小明一下，小明不问缘由，就跑去向老师报告，说小亮打他，急得老师放下要批改的作业本，去处理这件事。

看完请学生说小明是怎么做的？对不对？为什么？

2、小品2：有一位家长在和老师交谈，冬冬总是插进来说话，使老师和家长都无法谈话。

看完请学生说冬冬这样做对吗？为什么？

3、教师小结

刚才两位同学的做法，都是不对的，不仅把同学之间发生的一些小事夸大，还影响了老师办公。所以我们“不要动不动就打小报告”（板书）

4、行为指导

如果你是他们，你会怎么做？请你帮他们一下好吗？

板书：请让我来帮助你

三、行为指导。

1、看板书指导。并贴上小红花。

2、指名表演。

（1）小亮和同学吵架了，小明看见了，进行劝阻。

（2）老师在办公，小艳看见了一件不文明的事，本想告诉老师，但思考了一下就走过去劝阻。

（3）小亮不小心碰翻了小艳的铅笔盒，摔断了几只铅笔，小艳原谅了他。

四、表扬与奖励

1、夸夸我们班能主动帮助同学的学生。

2、夸夸能宽容别人的学生。

3、夸夸能自己的事自己想办法解决的学生。

五、总结、唱歌

今天这节课，使你学到了什么本领？是呀，只要我们都有一颗宽容别人的心，自己的事自己想办法解决，我们就会快快长大，变得更能干，这个世界也会变得更美丽。

全班齐唱《请让我来帮助你》课题：中学生考试焦虑

教学重点：中学生考试焦虑的成因分析，以及调控措施。

难点：结合实际，从内部因素分析成因，并且采用适当的方法进行调控。

课时：一课时教学过程：

1. 复习旧课，回顾上节课所学习的关于自我意识方面的知识。
2. 导入新课。

由谜语引入“虑”字，再引出课题。——“中学生考试焦虑”谜语：有心的老虎没几只（虑）。

考场上的竞争，不仅仅是知识、技能的角逐，也是心理状况的较量。在考试中，总有许多“名不见经传”的“小人物”取得辉煌成绩，同样，也有一些“尖子”“失手落马”。因为前者轻轻松松，没有压力，超水平的发挥，后者过度焦虑，显得惊慌，恐惧等，影响其正常发挥。而这种现象又是一个非常普遍的现象。

每年的中考，高考前夕，北京孔庙都有大量考生敬香，专家分析，他们是通过这种方式缓解其对考试的焦虑。有一个考生在考试时就是因为没有焦虑，考了一会就交卷出来了，试卷上写了几个字“小子本无才，老子逼上来，卷子交上去，鸭蛋滚下来”。可见没有焦虑也是不行的。焦虑必须有，但是有一个度的限制。过度的考试焦虑，会有许多不良影响，比如：出现头昏，头晕，胸闷，心悸，呼吸困难，口干，尿

频，出汗，失眠，震颤和运动不安等明显的躯体症状，在行为上，表现得惶恐不安，多余动作增加，胡乱答卷，早早退出考场等。

3. 讲授新课。

1) 关于考试焦虑的成因：

a□内部因素：

a复习不充分：据调查80%的学生其考试焦虑是由于复习准备不充分引起的，因此考前进行充分的复习是很有必要的。

b自我期望值：从期望价值理论分析，行为取决于期望和价值，任何一个行为都取决于实现目标的可能性和目标的重要性的认识。对失败正确面对，避免产生“一朝被蛇咬，十年怕井绳”的挫折心态。

c性格因素：外向的人，重视外在世界，爱社交，活泼，乐观，开朗，自信，勇于进去，对环境适应力强，易不安和兴奋。内向的人重视主观世界，好沉思，善内省，孤僻，乏自信，易害羞，冷漠，寡言，对环境的适应性强，脆弱，对自己过分苛刻，易出现负向情绪。外向的人比内向的人更易焦虑，应该多与朋友交往，养成开朗活泼的性格。

d身体健康因素：身体不健康的人在担心自己身体状况的同时，总想让自己在某一方面超过别人，比别人优秀，因此，他们更致力于学习方面的努力，加大自己的压力，增强了考试焦虑。

e性别因素：女性本身的焦虑特质就比男性高，而且不良情绪的宣泄表现的没有男性明显，因此常常因为不能很好的进行自我调控，其焦虑程度比男性偏高。

b□外部因素：

a社会因素：现在相当的企事业单位过分追求高学历，特别在经济发达地区，用人单位对工作人员的学历看得特别重，甚至出现连厕所清洁员也要求本科或以上学历的人员担任的荒谬现象，造成了人力资源的极度浪费，在“一棒定终身”的现实社会中，这也就无形中加重了学生的压力，人为的加重了学生对考试分数的期望值，造成考试焦虑。

b家庭因素：家长对孩子的要求与管教过严，期望水平过高，或强迫式的学习，都会让孩子对学习反感，产生压力，形成考试焦虑。

c学校因素：虽然国家进行教育改革，提倡素质教育，但由于我国受到封建社会采育的教育制度的影响，现行的教育制度仍以应试教育为主。“考考考，教师的法宝；分分分，学生的命根。”这一现象仍普遍。

2) 如何进行调控。

a□正确地进行自我评价和自我分析，准确了解自己，建立合理的奋斗目标。建立合理的奋斗目标是解除心理顾虑第一步。高考中，大部分人是定高了目标，这个目标很难实现，在心理上自然而然地产生恐惧感。另外一部分人虽然没有明确地定下目标，但总幻想有奇迹的出现，这就增加了思想负担。目标是建立在能力基础上的，应对自己的水平、在班级名次、各科的优劣作客观的分析，根据这个分析去定目标，就多了一份现实，少了一份幻想，考起试来塌实得多。

b□以心理状态积极，健康的人作榜样。“榜样的’力量是无穷的”，这话有一定道理。

在心中暗暗的向自己的榜样学习，把他变成激励者，组织者，行为的评定者，也可以与他多多谈话，体会那种遇险不惊，

沉着机智等良好心理状态。

c□有意克制不良心理活动，使之向良好心理活动转化。有些同学的心理状态是波浪式的，时好时坏，自己也深为苦恼。这是不良心理与良好心理进行冲突，进行斗争的结果，有时良性的占据主导地位，有时反之。当恐惧、烦躁等不良心理出现时，考生就应该克制，或通过转移注意力把它转化。———（应注意持之以恒）。

d□增加愉快的情绪体验，在学习生活中寻找乐趣。学习的某些失败肯定存在，失意也很正常。在考试复习中，更是充满酸甜苦辣。考生不要把心思全放在分数上，应尽量增加生活情趣，让自己有更多的愉快情绪体验。只要认真发行，即使在“沉闷”的课堂也有很多新鲜事，“枯燥”的复习也有许多乐趣。放松紧绷的神经，体验生活学习的精彩。

e□表现不良心理。复习考试的种种烦闷，苦恼、痛苦，考生还可以把它表现出来。第一，请老师、家长和朋友帮助。考生大可不必认为倾诉不良心理状态不好意思。请他们帮助、疏导，大脑变得清醒，心灵也得到了慰藉；第二自我宣泄。放声大哭、剧烈体育运动等，都以证明事调节不良心理的好办法。

f□进考场前的自我调节：

不断对自己进行心理暗示，“相信自己，一定考好”。身体的放松是大脑放松，调节心态的最好办法。（右半脑的控制）考前睡眠：7-8小时，晚上不得超过10点。方法“先睡心，后睡眠”。系统脱敏：

g□给过去的失败归因。害怕担心是不必要的，要想消除，重要的方法是对过去失败正确归因。能客观、正确地认识过去的失败，丢掉模糊不清的担忧、摆脱失败阴影，把考生的心理活动与客观联系起来、总结经验教训，走向成功。———

引出下次课题：如何进行正确归因。

4. 总结：教给学生考试答题的基本要领：

“慢做会的求全对，稳做中档题一分也不浪费，舍去全不会的。”

会做的题慢慢做，保证全对，中档题可以上手，很多科都按步计分，做一步给一步分，中档题能做一步就做一步，舍去全不会是指难题，不是说一看不会就舍去，要认真看认真思考，确实不会再舍去。

心理教育教案中班篇二

1、学生认识到电磁污染对人类的危害。

2、学生了解导致烧伤或烫伤的几个主要原因。

一、导入新课

随着现代科学技术的迅猛发展，人们的物质文化生活水平不断提高，各种家用电器已经进入了千家万户，给人们的生活带来了极大的方便和乐趣，然而，你考虑过它们是否给你的身体健康产生过危害呢？这节课我们就来学习这方面的有关知识。

二、学习新课

1、听故事。（介绍国际象棋大师被电磁波伤害致死的故事）
同学们，你们有什么想法？

2、读课文第1—5节，讨论什么是“电磁污染”以及对人类的威胁。

- 3、阅读课文，回答问题。
- 4、怎样才能减轻电磁污染及其危害呢？
- 5、针对这些，我们应该注意些什么？
- 6、学生讨论回答。

三、反馈检测

电磁辐射会给人的身体健康带来哪些危害呢？

心理健康教育教案中班篇三

认知目标：让学生学会正确、全面地认识自己。

情感目标：建立良好的自己形象，对自己充满自信心。行为目标：发扬优点，克服缺点，塑造一个良好的自己。

正确认识自己的优缺点，接纳自己。

保持健康积极的心理，相信自己，努力发展自己。活动准备：一把小镜子，《相信自己》光碟一张。

一、导入新课

1、小品小明拿着刚发下来的考试卷子，背着书包垂头丧气地说：“又是不及格！”这时小强从后面追上来，冲他一笑：“听说要开运动会了，你这个体育健将可要多报几项啊！”小明却无精打采地说：“那有什么用，跑得再快也是头脑简单，四肢发达！”

2、思考引发动机，制造悬念，创设情境，使学生很快进入角色。

(1) 你认为小明说的对吗？为什么？

(2) 你想对小明说些什么？

(3) 通过这个小品你能明白什么？

3、师：偶尔一两次考试不理想并不能说明什么，我们要全面、正确地认识自己。

二、活动主体

1、小品《照镜子》大致内容：两位同学按要求闭上眼睛，老师用染红的手指点一位学生的鼻子，问：“这是什么？”学生回答：“鼻子”。接着再点另一位同学的额头，问：“这是什么？”学生回答：“额头”。学生回答的同时，颜色已染到他们的鼻子或额头上了，他们却全然不知。然后让他们面向全班同学，同学们哄堂大笑，他们感到莫名其妙，最后老师把小镜子递到他们手里，他们这才发现真相。

(1)、思考：刚才的小品对你有什么启发？

(2)、师：脸上的脏东西，别人看得清，自己却看不见，用小镜子一照，就看得清清楚楚了，让同学当一当这把小镜子，你会很快找出自己身上的优点和缺点。

2、同学眼中的我

(1) 学生自由找朋友，请这位同学说说他眼中的我有哪些优点或缺点。（自由活动）

(2) 请几名学生说说听完之后的感受。

3、老师眼中的我

(1) 看看评价手册老师对你的评价

(2) 小组内说说感受

(4) 学生想出各种方法解决。

(5) 师：努力发现，勇敢讲出，坚持改正，树立信心，什么都不会难倒我们。

4、填写“小明星档案”师：同学们，在老师的眼中，你们都是未来的小明星，请大家填好这张“小明星档案”。

三、总结

今天，我们对自己有了一个初步的认识，每人都有出类拔萃的长处，每人也会有需要努力改正的缺点，在进步中成长，在进步中提高，扬长避短，扬起自信的风帆，相信每一名同学都会成为未来之星。

四、课后延伸

让父母说说眼中的我们是什么样的，根据父母说的想一想以后怎么做

放音乐结束。《相信自己》

正确认识自己

全面改正缺点树立信心

心理教育教案中班篇四

现在的孩子都是独生子女，离开了熟悉的家庭环境对幼儿园的一切感到陌生，个别幼儿出现不合群现象，这样会影响幼儿个性的发展。根据这一现象，我设计了小班活动《一起玩，真快乐》，由于小班幼儿年龄小，形象思维占主导地位，我

制作了幼儿喜爱的动画形式的课件，并为幼儿准备了大量玩具，让幼儿在玩中体验大家一起玩快乐，并引导幼儿与同伴友好相处，培养幼儿合群、乐群的性格。

- 1、通过活动使幼儿体验，大家一起玩的快乐。
- 2、引导幼儿与同伴友好相处，培养幼儿合群、乐群的性格。

课件、磁带、录音机、大型积木、各种玩具若干。

- 1、给幼儿提供大家一起玩的机会。
- 2、引导幼儿在游戏活动中与同伴友好相处。

2、展开：放课件，幼儿观看。

图二、我们看又发生了什么事情，妞妞怎么了？她为什么生气了？鼓励幼儿想办法：你可以和你的小伙伴商量一下，怎么做才能让妞妞不生气，快乐起来呢？小朋友想的办法真不错，我们看妞妞的小伙伴是怎样做的。

图三、来许多小朋友哄她（对不起，我们不是故意的，你别生气了）妞妞看到小朋友态度那么友好，就原谅了他们，也不生气了。

图四、小朋友们拉起妞妞的手说：“妞妞，和我们一起玩去吧”

图五、妞妞和大家一起玩，真快乐呀！

提问：

小朋友你们觉得妞妞一个人玩快乐，还是和小朋友一起玩快乐？你喜欢一个人玩还是和大家一起玩，当你和小朋友玩玩具或做游戏时，不小心碰到了别人或者碰坏了别人刚搭好积木

时，怎么办呢?要向别人说：对不起，这样别人才原谅你，喜欢你，才能成为好朋友。

小结：

刚才看了妞妞一个人玩不快乐，也没意思和大家一起才是最快乐的，老师给小朋友准备了许多玩具，小朋友要和大家一起玩看看是不是很快快乐。

幼儿玩玩具，体验大家一起玩的快乐，教师巡回指导幼儿，如发现一个人玩玩具，教师引导幼儿和大家一起玩。

小结：

请小朋友说：你刚才是怎样玩玩具的(如我和xxxx小朋友一起搭积木了)(我和xx小朋友玩汽车了)小朋友和大家一起玩快乐吗?大家一起玩玩具很高兴，大家都成了好朋友，我们做个《找朋友》的游戏吧!

结束：幼儿听音乐做《找朋友》游戏，结束。

心理教育教案中班篇五

教学目的：

帮助学生发现和认识自己生活中存在的不良习惯，培养学生健康、科学的行为习惯和生活作风，心理教育健康教案。

教学重点：

使学生发现和认识自己生活中存在的不良习惯，培养和养成健康、科学的行为习惯和生活作风。

教学过程：

一、交待任务

我们每个人都有一些自己的生活习惯，有的是好习惯，有的是坏习惯。好的习惯应发扬，坏习惯就要改正。如果你有某些坏习惯，这节课我们就要帮助你改改你的坏习惯。

板书：改改你的坏习惯

二、新授部分

1、看课堂剧《小红的三餐》：故事大意：小红早晨起床，洗漱完毕，妈妈把饭菜在餐厅摆好，叫小红吃早饭，小红说：“妈妈，我不饿，我不吃。”说完就上学去了。中午放学小红一进家门就看见桌上放着她平时最爱吃的红烧排骨，小红拿起筷子大口大口地吃了起来，一直吃到不能再吃为止，下午上学的路上开始胃疼，晚上回家发现只有一个她最不爱吃的酱茄子，小红只吃了两口就不吃了。

师问：课堂剧中小红有哪些坏习惯？

生答：板书：不吃早饭，暴饮暴食，挑食

师问：这都是哪方面的坏习惯？

生答：师板书：不卫生

师问：谁能说说不卫生的习惯还有哪些？

生答：师板书：

师问：你有这方面的坏习惯吗？你准备怎样改正？

小结学法：（略）

2、观看课堂剧《小明的100分》。

（大意：）老师说今天的数学卷子，我已初步看了一遍，现在发还给你们，我公布正确答案，要求同学们对照标准答案自行打分。小明左右一看没有注意，忙把填空中的错误答案改正过来，打上100分。这节课结束时老师说：“同学们，老师是在做一个诚实测验，如果你有不诚实的表现要改正。

看幻灯出示的问题，同桌讨论后回答：

- （1）小明这是一种什么坏习惯？
- （2）不诚实、欺骗老师这属于哪种坏习惯？
- （3）还有哪些习惯是人际交往中的坏习惯？
- （4）如果你有这其中的坏习惯，你打算怎么办？

3、观看课堂剧：《客人来了》故事大意：张叔拿来一盒礼品到小立家做客，爸爸接过礼品盒放在桌子上后跟张叔叔谈话。小立打开礼品盒，发现里面有她爱吃的蛋糕，就吃了起来，一边吃一边嚷着叫爸爸陪她到公园玩儿。

看幻灯：出示题：

- （1）故事中小立有哪些坏习惯？
- （2）这是哪方面的坏习惯？
- （3）还有哪些是家庭生活中的坏习惯？
- （4）如果你有打算怎么办？

用刚才学习前两个内容的方法自学，小组讨论，派一人回答

4、说说你或你发现别的同学有哪些日常生活中的其它不良生活习惯，你的改正措施。

三、总结

1、问：通过这节的学习，你懂得了什么？

2、师总结：

3、观看课堂剧：《客人来了》故事大意：张叔拿来一盒礼品到小立家做客，

爸爸接过礼品盒放在桌子上后跟张叔叔谈话。小立打开礼品盒，发现里面有她爱吃的蛋糕，就吃了起来，一边吃一边嚷着叫爸爸陪她到公园玩儿。

看幻灯：出示题：

- (1) 故事中小立有哪些坏习惯？
- (2) 这是哪方面的坏习惯？
- (3) 还有哪些是家庭生活中的坏习惯？
- (4) 如果你有打算怎么办？

用刚才学习前两个内容的方法自学，小组讨论，派一人回答

4、说说你或你发现别的同学有哪些日常生活中的其它不良生活习惯，你的改正措施。

心理健康教育教案中班篇六

克服依赖心理

克服依赖心理，学会宽容别人。发现同学的缺点能当面指出。初步培养自己的问题自己解决的能力。

初步培养自己的问题自己解决的能力。

消除依赖心理，学会宽容别人。

一、谈话导入，揭示课题。

引出：打小报告（板书）

2、如果，在学校里有人欺负你了，你又会怎么办？

3、你在哪些情况下，会去报告老师？（教师随意板书）

二、看小品，明理。

1、小品1：下课了，同学们在玩，丁丁无意中撞了小明一下，小明不问缘由，就跑去向老师报告，说丁丁打他，急得老师放下要批改的作业本，去处理这件事。

看完请学生说小明是怎么做的？对不对？为什么？

2、小品2：有一位家长在和老师交谈，冬冬总是插.进来说话，使老师和家长都无法谈话。

看完请学生说冬冬这样做对吗？为什么？

3、教师小结

刚才两位同学的做法，都是不对的，不仅把同学之间发生的一些小事夸大，还影响了老师办公。所以我们“不要动不动就打小报告”（板书）

4、行为指导

如果你是他们，你会怎么做？请你帮他们一下好吗？

板书：请让我来帮助你

三、行为指导。

1、看板书指导。并贴上小红星。

2、指名表演。

(1) 丁丁和同学吵架了，小明看见了，进行劝阻。

(2) 老师在办公，冬冬看见了一件不文明的事，本想告诉老师，但思考了一下就走过去劝阻。

(3) 丁丁不小心碰翻了冬冬的铅笔盒，摔断了几只铅笔，冬冬原谅了他。

四、表扬与奖励

1、夸夸我们班能主动帮助同学的学生。

2、夸夸能宽容别人的学生。

3、夸夸能自己的事自己想办法解决的学生。

五、总结、唱歌

今天这节课，使你学到了什么本领？是呀，只要我们都有一颗宽容别人的心，不依赖老师。自己的事自己想办法解决，我们就会快快长大，变得更能干，这个世界也会变得更美丽。

全班齐唱《请让我来帮助你》

心理教育教案中班篇七

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. 确立自己心理保健的意识，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、自己意识良好，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、以自己为中心、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。

(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)

鲜花曾告诉我你怎样走过，/大地知道你心中地每一个角落。/甜蜜的梦啊，谁都不会错过。/终于迎来今天这欢聚时刻。/水千条山万座我们曾走过。/每一次相逢的笑脸都彼此铭刻。/在阳光灿烂欢乐的日子里。/我们手拉手啊想说的太多。/星光撒满了所有的童年。/风雨走遍了每一个角落，/同样的感受给了我们同样的渴望，/同样的欢乐给了我们同一首

歌。/———阳光像渗透所有的语言。/春天把友好的故事传送。
/同样的感受给了我们同样的渴望，/同样的欢乐给了我们同一首歌。/同一首歌。

心理健康教育教案中班篇八

1、通过对学生特长的小结和肯定，以及同伴的积极评价，加强学生的自己认识，培养和增强学生的自信心。

2、消除自卑，同时也感受被同伴欣赏的快乐。

课件，测试表，档案卡等。

一、导入

课件演示：一列火车徐徐开出，师谈话：今天，老师将带大家乘上火车到光明城去旅行，好不好？不过有个条件，先请大家学习案例、阅读[咨询台]，回答几个问题，只要开动了脑筋，就可以去旅行了。

1、学生自由阅读案例和[咨询台]，思考：

1)、你对范军和高晶这两个人有什么看法？

2)、你对范军的所思所想有什么看法？

老师小结：其实，我们每个人都有优点和缺点，重要的是我们应该怎样正确对待它们。可见正确认识自己对我们每个同学来说非常重要，今天，就让我们乘上《欣赏自己》的列车，在旅行过程中学会欣赏自己吧！

二、活动过程：

一)、我的优势在那里

1、课件演示：火车来到第一站，站牌上一面写着“我的优势在那里”，一面出示测试表，让同学自己评评。

学生填后师作简单评析，让学生初步知道自己的优势在哪里。让他们大声说说自己的优势。

二）、别人眼中的我

1、课件演示：火车开到第二站，站牌一面写着“别人眼中的我”，一面是要求：找你的好朋友和他说说悄悄话，指出他的优点和不足。

2、班内交流，师问：你同意同学对你的评价吗？愿意说出来吗？并对敢于说出自己缺点的学生进行表扬。

3、小结后课件出示：别人的眼睛是镜子，有时比你自己更了解你。（齐读）

三）、讨论“有不如别人的地方怎么办？”

1、课件演示：火车开到第三站，站牌上写着“有不如别人的地方怎么办？”请同学谈谈自己的看法。

2、请同学介绍张海迪事迹，然后让同学谈体会。

3、课件出示几条“有不如别人的地方怎么办？”站长建议。

四）、涂涂我自己

1、课件演示：火车开到第四站，站牌一面写着“涂涂我自己”，另一面是要求：涂出一个真实的自己，并整理成档案卡。

2、如有学生愿意可让他们讲一讲自己的小档案和今后的打算。

3、课件出示：欣赏自己，迈向超越。（齐读）

五）、开展“欣赏自己”活动

课件演示：火车开到第五站，站牌写着：“看，我多棒！”欣赏自己活动正式开始然后由同学表演。

1、展示收集到的能体现同学某一方面特别出色的图片或材料（如作业、各类奖状、表扬稿、运动会上的英姿、爱心活动中的捐款等）。

2、每小组派代表展示才艺。（唱歌、舞蹈、器乐、书法、绘画等不必拘泥于形式，重在主动参与）

三、总结

课件演示：火车来到光明城，（光明城光芒四射，象征着正确认识自我后，前途非常美好。）光明城的小朋友来迎接我们了，他们的欢迎横幅上写着“欣赏自己，消除自卑，战胜自我，迈向超越”

教师总结：光明城的小朋友讲得好，世界上没有一无是处的人，每个人都有自己独特的一面，有的同学能歌善舞；有的同学心灵手巧；有的同学充满爱心……善于发现自己和别人的“闪光点”，才能保持愉快、健康的心情；才能取长补短；才能发现人生是多么美好。

每个人的内在都有充沛的优势力量。你有比海伦凯勒更优越的条件，只要你相信自己，愿意积极发挥自己的优势力量，你也会像海伦凯勒那样精彩，你准备怎样对待自己的优势。

心理教育教案中班篇九

活动目标：

1、感知行、列组成的空间的序列，能找到相应的方位并尝试表达清楚。

2、发展数学空间能力和快速反应能力。

活动准备：

1、课件。

2、红、黄两队十二格的格子各一个。

3、计分牌。

活动过程：

一、游戏一：熊大、熊二捉迷藏，感受9宫格的空间方位并尝试表述。

1、师：谁躲到了哪里？用一句话表述清楚。

2、引出横排、竖排，知道行和列。

3、继续感受9宫格方位。找到熊躲藏的位置并尝试表述：谁在哪一行或列的第几个，课件辅助帮助感知9的方位空间。

二、游戏二“光头强在哪里”，寻找12宫格的空间方位并尝试表述。

红、黄两队幼儿各请一名幼儿，分别找到光头强的位置并能清楚表达空间方位。

进行3~4轮。

三、竞赛合作“12宫格种树”游戏，快速反应找到相应的空间方位师：光头强砍了树，小朋友帮助在森林中种树，看哪队

中的又对又快。

幼儿分两组，幼儿作为树，看图示在12格的“土地”上找到相应的位置。

- 1、红队尝试看种树图种树。
- 2、黄队尝试看石头图，避开石头种树。
- 3、种树竞赛，三轮，计分。
- 4、提高难度，图出现五秒，幼儿通过记忆避开石头种树，竞赛计分。

四、结束师：感谢你们帮熊大、熊二种了树，大家一起开心地合个影。

目标：

1. 参加活动，体验为家人准备“开饭”的欢乐情绪。
2. 能初步根据经验选择大小不一样的碗、勺等餐具。
3. 尝试运用手指撕纸，揪泥条，以准备“饭菜”。

准备：

1. 幼儿已多次欣赏歌曲《炒小菜》。
2. 大小不一样的碗、勺若干(多于幼儿人数)，每人一张餐垫。
3. 纸条、纸片、橡皮泥等若干。

过程：

1. 萌发参加活动的进取情绪。

(1) 边欣赏歌曲《炒小菜》，边自由跟唱，表演动作。

(2) 回忆自我在家和谁一齐吃饭。

开饭啦，在家里我们和谁一齐吃饭呢(启发幼儿说出家庭成员。)

2. 感知餐桌和餐具，为选择餐具作准备。

(1) 观察餐垫。

“餐桌上有什么看看餐垫，今日谁和我们一齐吃饭

(2) 观察碗。

吃饭时我们用什么盛饭盛菜

那里有这么碗，它们有什么不一样(引导幼儿说出碗的不一样颜色，并以两两比较的方法区分大小。)

3. 自由选餐具，体验一一对应。

(1) 幼儿为爸爸妈妈和宝宝选择碗。

爸爸妈妈和宝宝饿了，要吃饭了，我们为他们每人准备一只碗吧。

(教师观察幼儿选择的情景，并提示幼儿将碗对应地摆放在餐垫上。)

(2) 交流选择、摆放的经验，并作调整。

你给爸爸选的碗在哪里举起来给大家看看。

你给妈妈选碗在哪里举起来给大家看看。

你给宝宝选碗在哪里举起来给大家看看。

你一共选了几只碗它们一样大吗哪只最大哪只最小

(3) 幼儿自选勺子，并对应地摆在碗里。

吃饭时除了碗还要什么三个人吃饭需要几把勺子

4. 自主选择材料做“饭菜”。

(1) 幼儿自由选择橡皮泥、纸片、纸条等材料做“饭菜”。

(2) 教师观察幼儿的选择及制作情景，鼓励幼儿尝试选用不一样的材料做多种“饭菜”。

(3) 鼓励幼儿用语言和爸爸妈妈宝宝交流，学说：“某某，我请你吃……”

5. 以“出去散步”的情景结束活动。

活动目标

1. 初步了解指甲的作用，明白爱护指甲的重要性。
2. 经过相互讨论和相互观察，明白如何爱护指甲。
3. 感受亲亲指甲钳的温馨气氛，乐意使用指甲钳剪自我的手指甲。

活动准备

1. 图片：指甲

2. 指甲剪

活动过程

一、初步了解指甲的作用。

1. 图片观察指甲

引导幼儿观看自我的指甲。

2. 讨论了解指甲的作用。

小朋友，你明白指甲有什么用吗？

小结：指甲有保护手指和脚趾的作用，有帮忙人们做事的作用，

经过指甲还能够看出人的身体健康状况等。

二、如何爱护自我的指甲

1. 教师：大家都明白指甲对我们有这么多的作用，那么我们应当怎样保护自我的指甲呢？

2. 幼儿进行自由讨论并得出一些结论，如：指甲长了要及时剪掉，要用指甲钳剪，

手脏了要及时洗手等等。

3. 如果指甲长长了，我们不剪，会怎样样呢？

小结：不及时剪指甲，指甲会断掉，还会伤害别人；不及时洗手，指甲中会有许多脏东西；

经常咬指甲会使手指变形，还会将病菌带入口腔；还会影响

手指的生长等等。

三、游戏：亲亲指甲钳

1. 出示指甲钳，小朋友看看这是什么呀？这是用来做什么的呀？
2. 这个指甲钳最喜欢和谁亲一亲呢？
3. 教师用指甲钳剪自我的指甲，边剪边说：亲亲我的手，亲亲我的手。
4. 谁也让指甲钳亲亲他的手呢？

四、延伸活动

教师一边给幼儿剪指甲，一边用儿歌的语言激发幼儿的兴趣。

活动目标

- 1、继续用正确的方式握笔作画，尝试运用中锋画线条、侧锋涂染。
- 2、学习在墨线勾勒的轮廓内以平涂法表现彩色的房间。
- 3、感受画面色彩和线条的丰富，喜欢用毛笔作画。

活动准备

国画工具材料。

活动过程

- 1、设置情境导入活动，引导幼儿仔细观察教师对侧锋的运用。

(1) 教师示范侧锋涂染，幼儿仔细观察。

教师：毛笔一家要造房子了，看看是怎样造的呢（见“教学材料”）

教师采用拟人的方式导入情境，并将创作过程串联到情境中。这种教学策略容易激发幼儿的兴趣。

(2) 引导幼儿从冷暖色调给人的不一样感觉上进行欣赏。

教师：房子造好了。这些不一样颜色的房间带给你什么感觉呢

2、幼儿尝试创作。

教师：如果让你也来造一座有彩色房间的屋子，你想设计哪些颜色的房间房子应当怎样造呢

3、展示幼儿作品，团体欣赏、评价。

教师：谁来介绍一下你画的彩色房间为什么你设计了这些颜色你是怎样画的

侧重从幼儿对色彩的感受和想象，以及对中锋、侧锋两种运笔方式的掌握上进行评价。

【评析】

中锋和侧锋的基础练习能够分为两个课时来进行。本活动为一课时，另一课时能够用交叉的直线来分隔画面，幼儿在直线构成的网状图案中找出两个三角组成的小鱼，用侧锋给小鱼涂色，点上鱼眼睛，边画边玩。

教学材料：

毛笔一家造房子

毛笔妈妈站着走，边走边砌墙壁。(中锋随意在纸上画线条，注意线条之间要有交叉)墙壁砌好了!纸上出现了好多大大小小的房间!毛笔爸爸要把这些房间刷成彩色的：毛笔爸爸蘸上红颜料，调色盘里穿衣裳(舔笔)，躺下来(侧锋)把这个房间刷成了红色，换一件衣服(换颜色)再来刷……(能够一次将所有想染成红色的房间都染好，注意相邻的两个房间尽量不染同一种颜色)