

2023年幼儿园大班心理健康教育活动方案设计(汇总5篇)

方案在各个领域都有着重要的作用，无论是在个人生活中还是在组织管理中，都扮演着至关重要的角色。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

幼儿园大班心理健康教育活动方案设计篇一

幼儿园大班心理健康教育教案 导读：我根据大家的需要整理了一份关于《幼儿园大班心理健康教育教案》的内容，具体内容：幼儿的身心健康和谐发展是幼儿园阶段的教育目标，其具体含义为个体的身体、心理和社会适应均处于健全状态，而不仅是没有疾病或虚弱现象。下面是我为你精心整理的，希望对你有帮助！篇 1 设计思路：孝敬父... 幼儿的身心健康和谐发展是幼儿园阶段的教育目标，其具体含义为个体的身体、心理和社会适应均处于健全状态，而不仅是没有疾病或虚弱现象。下面是我为你精心整理的，希望对你有帮助！篇 1 设计思路：

孝敬父母，尊敬长辈是中华民族的传统美德，如今的孩子，大多数都是独生子女，都是在父母亲百般呵护，悉心照料下，无忧无虑的成长。今天的父母已经倾尽所有来爱孩子、照顾孩子。但孩子们由于接受了太多的爱，渐渐的，连他们自己也把这一切视为理所当然，养成了对父母只知索取，不懂感恩的不健康心理。为了培养幼儿从小感恩父母的情感，我设计了本活动《爸爸妈妈，我爱你》。

活动目标：

1、欣赏故事，感受故事中所表达的爱并尝试用语言、行为等

方法大胆表现。

2、体验爱和被爱的快乐情感。

3、懂得怎样用实际行动来关心父母、尊敬长辈。

活动准备：

1、故事《快乐地家》，爸爸妈妈写给孩子的信，制作的相册，说给孩子们的话(录音)，感恩的心(歌曲)课件。

2、爱心卡。

活动过程：

一、出示课件，导入活动。

(一)欣赏故事《快乐的家》。

提问：

1、小兔乐乐有一个快乐而温馨的家，听乐乐在说什么?怎么说的?他们的心情会怎样? 2、乐乐说出了自己对爸爸妈妈的爱，那你们爱爸爸、妈妈吗?(二)小结：

爱一个人的时候，一定要大声说出来，是怎样爱的? 二、倾听书信，爸爸妈妈对小朋友的爱。

(一)读爸爸妈妈的来信《宝贝，你长大了》 1、你们听后有什么感受? 2、用信可以传递我们的爱。

(二)欣赏“爱的相册” 1、请每位幼儿说一句最想向爸爸、妈妈说的话。

2、相册可以留下我们的爱。

(三)听录音《亲爱的孩子，我爱你》 总结：每个人都有爸爸妈妈，他们天天为我们忙碌着，的确很辛苦，我们也要好好的回报父母。

三、你对爸爸妈妈的爱

(一)欣赏课件并提问：

1、你看到的小朋友是怎样爱爸爸妈妈的？ 2、2、在日常生活中，你是怎样爱爸爸妈妈的？(二)“悄悄话”爱心卡。我们爱爸爸妈妈的方式很多很多，为了表达对他们的爱，把我们的心愿说在爱心卡上，送给爸爸妈妈。

(三)表演歌曲《感恩的心》，活动结束。

活动延伸：

- 1、把自己的爱心卡献给爸爸妈妈。
- 2、在日常生活中，用各种方式表达对家人的爱。

熊来啦，活动目标：

- 1、幼儿喜欢参与游戏，情绪积极愉快。
- 2、幼儿通过游戏培养抑制自己行为的能力，训练反应的灵敏性。
- 3、幼儿能按游戏规则进行游戏。

活动准备：“熊”头饰一只，圈划幼儿活动范围和“熊家” 活动过程：

- 1、导入活动。

教师：“如果你突然遇到一头大狗熊，你该怎么样，它才不会吃你？”幼儿讨论提出意见。

2、设置情境，观察讨论熊的习性。

(1)请另一位老师扮成熊，听到主班老师说“哎呀！瞧，我们班来了一只大狗熊！你们快用你刚才的办法试试看，看它会不会吃你！”就出现。

幼儿尝试自己的办法，熊将出声的，动的幼儿抓走。

教师请没被抓走的幼儿介绍自己的方法：没有动，没有出声等。

(2)教师引导幼儿了解熊的习性：

“熊”介绍自己的特点：“人们都叫我黑瞎子，没错，我的眼睛不好，但是我的耳朵可灵了！一点点声音我都能听见！”教师引导幼儿讨论遇到熊的时候该怎么办：看到了熊不要动，不要说话，就不会被熊吃了。

3、学习儿歌《熊来啦》。

(1)教师：“我这儿有一首儿歌，只要你会念这首儿歌就不会被熊抓走了，像不想听听？”(2)教师念儿歌，幼儿以集体，分男女的形式学习儿歌。

4、第二次游戏。

教师：“如果熊再来，我们怕不怕？我们就一边念儿歌，一边用儿歌里的方法，就不会被熊抓走了！”教师：“哎呀！熊来啦！”熊出现，教师和幼儿一起念儿歌玩游戏。

5、商定游戏玩法和规则。

和幼儿一起讨论“熊没来的时候我们干什么?”“熊什么时候出来?”“什么时候念儿歌?”“什么时候不动了?”“什么时候游戏结束?”“熊的家在哪里?”等问题。

教师总结幼儿的讨论结果。

6、幼儿扮熊进行游戏。

(1)请一位幼儿扮熊进行游戏。

(2)请若干幼儿扮熊进行游戏。

7、教师小结，评价，表扬按规则进行游戏的幼儿。

8、幼儿“熊走”进教室。

附：儿歌《熊来啦》 熊来啦!熊来啦!闻闻你来闻闻他。

别动别笑别说话，别被狗熊抓回家。

篇 2 一、活动目标：

1. 引导幼儿初步掌握跳皮筋的方法。

2. 激发幼儿对民间体育游戏的兴趣，体验合作游戏的快乐。

3. 锻炼幼儿的腿部力量，提高幼儿身体动作的协调性与灵敏性。

二、活动准备 1. 经验准备：学会用杭州话念民间童谣《马兰开花》。

2. 材料准备：7 根皮筋，一段跳皮筋的视频，小鼓一个。

三、活动过程：

(一)教师带领幼儿听音乐做热身运动。

小朋友我们听着音乐一起来做做运动吧(二)通过游戏,初步掌握跳皮筋的方法。

1. 引导幼儿尝试探索跳皮筋的基本方法。

今天余老师带来了一些皮筋,请你找个空地方和好朋友一起玩一玩。

2. 结合民间童谣《马莲开花》,练习单脚内外跳皮筋。(幼儿围成圆圈,单脚撑皮筋,另一只脚练习跳)3. 结合民间童谣《马莲开花》,尝试双脚交替绕圈跳。

(1)幼儿看视频,分组练习。

(2)请一组幼儿示范。

(3)跳皮筋比赛。

现在我们要进行跳皮筋比赛了,看哪组小朋友跟着老师的节奏,跳的又快又整齐。

篇 3 教学内容:看得见的情绪

教学目标:

1. 通过辨别几种常见的面部表情去感知、判断人的良好与不好情绪。

2. 知道良好的情绪使人健康、初步学会去调整自己的不良情绪。

3. 在观察、感知、辨认、判断活动中提高幼儿的观察力、情绪识别力。

教学重点：

通过辨别面部表情来判断良好的与不好情绪。

教学难点：

如何引导幼儿积极想办法，来初步调整自己的不良情绪。

教学准备：

1. 六个表情面具(大笑、微笑、生气、哭泣、愤怒、害怕)2. 准备《健康歌》、《假如幸福你就拍拍手》的歌曲磁带及录音机;3. 课前排练好《他落入了情绪的深渊》的小品。

教学过程：

一、开始部分 谜语趣导。

现在老师给你们猜一个谜语：“人人身上一大宝，既会哭来又会笑。生起气来眉上翘，高兴起来哈哈笑。”你们知道是什么吗?(脸)二、基本部分(一)情绪大变脸 1. 辨别面部表情。

可以通过脸上的表情他人的情绪。

2. “变脸”游戏。

现在我们来玩玩变脸游戏好吗?(1)集体游戏。教师出示表情面具，幼儿做相应的表情。

(2)同伴之间互相游戏：你说我来做。

3. 引导幼儿将表情面具按情绪进行分类。

(1)刚才我们在玩变脸的游戏，你觉得哪些脸让你心情高兴?哪些脸让你心情不好呢?(2)引导幼儿将几个表情面具从良

好情绪和不良情绪进行归类。

(3)教师小结：当我们微笑、大笑时我们的心情好，高兴、快乐属于良好的情绪；而当我们生气、哭泣、愤怒、害怕时，我们的心情不好，属于不好的情绪。情绪有“喜”、“怒”、“哀”、“乐”四种类型，原来，我们可以从我们脸上的表情知道他的情绪怎样。

4. 玩“脸谱转盘”，巩固对情绪的理解。

(1)规则：每次请 1 位小朋友来玩转盘，转动指针，指针指到哪一处脸谱，这位幼儿就试着做出这种脸谱的表情，判断出情绪大类(好的还是不好的情绪)，并说说自己对这种情绪的感受。

(2)讨论：你喜欢哪种情绪？不喜欢哪种情绪？为什么？(知道不良的情绪不利于自己的身体健康，愉快的情绪有利于自己的身体健康)(二)联系生活实际 1. 请幼儿观看教师事先录制好的幼儿园的生活片断。

问：录像中哪些小朋友表现出好的情绪？哪些小朋友的情绪是不好的？你是从哪里看出来的？(引导幼儿从面部表情进行判断)2. 这些小朋友为什们会有不好的情绪？你能想什么方法帮助他们有良好的情绪？(引导幼儿说说调节情绪的方法)3. 教师归纳小结：是呀，我们长大了，当我们不开心或害怕、想哭的时候，我们可以想很多办法，如把不高兴的原因讲给别人听，或做一些自己喜欢的事，比如去跑步、做游戏等，慢慢就会把不开心的事给忘了，同时当我们遇到困难时也要变得坚强、勇敢，不要随便掉眼泪。如果我们经常保持快乐的情绪，我们的身体才会更加健康。

三、结束部分 一起来跳舞。

最后，让我们随着《假如幸福的话拍拍手吧》欢快的旋律唱

起来、跳起来。让我们时刻能像现在一样高兴、快乐，保持一份好心情。

四、活动延伸：

1. 布置“心情墙”，引导幼儿学习用脸谱娃娃的表情进行自己心情的记录。

2. 开展“小小心理咨询师”的活动

幼儿园大班健康教育教案模板

幼儿园大班语言活动教案

高中心理健康教育教案模板下载

幼儿园大班心理健康教育活动方案设计篇二

1、懂得如何通过说说和画画，让不愉快的心情变得更好。

2、用顺畅的语言表达自己的想法。

3、通过活动学会关心他人，萌发互相关心的友情。

[活动准备]

一个兔子木偶、一棵大树、各种叶子形状的彩纸、马克笔□ppt□每人一张笑脸和一张哭脸。

[活动流程]

老师：昨天，兔子去公园玩了。它好开心，它的心情很快乐（笑脸）。

然而今天，兔子生病了，它太难受了。它的心情就是难过的（哭脸）。

总结：每个人都会有这两种情绪，这很正常。

老师：每个人的书包里都有两张心情图。请选择一张心情卡来代表你今天的心情。

（一）分析原因

（二）想办法高兴起来

老师：如果你心情不好，不开心，会给我们带来很多问题（展示图片）。让我们想办法让自己快乐起来。如果你心情不好，你会怎么做？（请几个小朋友回答，为下一个环节做铺垫）

（1）倾听孩子心情不好的原因。

（2）帮助孩子想办法高兴起来。

老师：画出你发现的让她开心的方法。

（3）把这些方法编成一首诗。

老师：每个人总是心情不好。这个时候要学会调节自己的情绪。

我可以吃一颗糖，让心情变得甜蜜。

我可以穿上漂亮的衣服，让心情变美。

我也可以.....

把心情树贴在班级的心育墙上。当孩子们不开心的时候，可

以去看看，这样心情就会变好。

幼儿园大班心理健康教育活动方案设计篇三

1. 在活动中，学会与人友好合作，体验合作的成功和快乐。(情感)
2. 初步理解合作的意义，知道生活中处处有合作。(认知)
3. 初步学会探索的方法，学会与人友好合作。(技能)

1. 经验准备：幼儿已经学会了《蚂蚁搬豆》这首儿歌。
2. 物质准备：《蚂蚁搬豆》图片关于合作的相应图片(一个人睡觉、一个人跳绳、合作脱衣服、合作拉被子)

一、儿歌导入

通过《蚂蚁搬豆》儿歌感知合作(出示图片)

小朋友们，你们看这上面画的'是什么动物，它在干吗？

之前我们一起学过了《蚂蚁搬豆》这首儿歌，我们再来念一遍好不好？

这只蚂蚁最后有没有把豆豆抬走，他是怎么样做的?(回洞口请来了好朋友们一起搬着走)

如果没有好朋友的帮忙，小蚂蚁能把豆豆抬回家吗？

合作就是2个或更多的人，一起努力做一件事情，就像蚂蚁和朋友们一起合作搬豆豆。

合作可真神奇呀，大家一起合作做事情，就会把事情做的又快又好，而且更容易成功！

二、探究讨论，如何合作

1. 搬桌子比赛：配班教师一个人，然后再请6个小朋友搬桌子，比一比谁搬得快。让幼儿说一说为什么他们力气比老师小，却比比老师搬得快。

(合作就是大家一起努力做一件事，会把事情做得又快又好)

2. 看图片，幼儿分辨哪些是在合作，哪些不是？

教师出示相应图片：一个人睡觉、一个人跳绳、合作脱衣服、合作拉被子。

3. 教室给出几个情景，让幼儿思考应该怎么样合作。(收拾玩具时、搬重的东西时、玩具不够时)，再请幼儿想一想还有什么时候需要合作才能做得好的事情。进一步帮助幼儿理解合作，并了解合作的形式各种各样，生活中处处都在合作。

延伸活动：蚂蚁搬豆游戏

幼儿园大班心理健康教育活动方案设计篇四

1、对全体孩子开展心理健康教育，使孩子不断正确认识自己，增强调控自己、承受挫折、适应环境的能力；培养孩子健全的人格和良好的个性心理品质。

2、对少数有心理困扰或心理障碍的孩子，给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自己，提高心理健康水平，增强发展自己的能力。

3、要以面向全体孩子为主，个别辅导为辅，让心理健康教育真正进入课堂，在课堂教学中要有别于其他学科的教学方式，主要是通过活动让孩子获得心理体验来改变自己的观念。

- 1、加强高素质教师群体的培养；
- 2、为了更好的上好心理健康教育课，加强集体备课工作；
- 3、实施心理健康教育课，以面向全体孩子为主，个别辅导为辅。
- 4、创建心理健康教育网络，形成以心理健康工作室、各班班主任为主的以广大家长、全体教师为辅的心理健康教育网络，为孩子的身心健康做出努力。

教师方面：

- 1、每学期对教师进行三次心理健康教育内容的培训。（形式不限，听讲座，看录像，观摩心理教育辅导课等等）
- 2、上好健康教育课。
- 3、组建教师心理咨询志愿者队伍。

孩子方面：

- 1、教会孩子掌握几种放松心情的好方法。
- 2、设立师生互动交流版面。让孩子随时有表达和宣泄自己情感的地方。家长方面：与家长多沟通；针对部分家长组织一些培训。（形式不限，听讲座，看录像，观摩心理教育辅导课等等）

幼儿园大班心理健康教育活动方案设计篇五

在一次户外活动中，几个幼儿被刚取下的横幅所吸引，调皮的宝贝们拽着横幅跑来跑去，我没有制止而是静静的观察，发现越来越多的小朋友被吸引，并主动的参与进去。我在想，

这些横幅每次用过之后就被堆积在角落，我们为什么不利用它做些有意义的事呢。因此，我决定以大红布为素材开展一些有趣的体育游戏。

我通过运用废旧的大红布让幼儿探索其玩法，可发展幼儿的创造力、想象力；通过体育游戏提高幼儿走、跑、跳、爬等动作技能；并让幼儿学会废物利用。

- 1、探索大红布的多种玩法，发展幼儿的身体灵活性
- 2、进一步巩固跑、跳、爬、钻等动作技能
- 3、在活动中培养幼儿的团队合作精神

大红布数条、户外场地、沙包、线、黄带子

游戏玩法及指导：

玩法一：

游戏名称：直线走

适合年龄：3-5岁

游戏目标：

- 1、发展幼儿走的动作技能
- 2、练习幼儿的平衡能力及耐力

游戏规则：双手侧平举，眼睛看脚底，沿着大红布的边沿一步接着一步向前走

活动玩法：

- 1、将大红布平铺在地面上
- 2、幼儿纵队站立于大红布一端
- 3、幼儿纵队向前行走
- 4、走完的幼儿在起点排队重新开始游戏

玩法二：

游戏名称：顶物走

适合年龄：6岁

游戏目标：

- 1、发展幼儿走的动作技能
- 2、锻炼幼儿的平衡能力及协调能力

游戏规则：双手侧平举，将沙包放置头顶，在行走过程中不要让沙包掉落

活动玩法：

- 1、将大红布平铺在地面上
- 2、幼儿纵队站立于大红布一端，每人手持一个沙包
- 3、幼儿纵队向前行走
- 4、如果沙包掉落，快速捡起沙包在最后一个幼儿后面排队继续向前行进直到到达终点
- 5、到达终点的幼儿在起点排队等待下一轮游戏开始

游戏三：

游戏名称：舞长龙

适合年龄：6岁

游戏目标：

- 1、发展幼儿的合作能力及反应能力
- 2、发展幼儿走、跑的动作技能

游戏规则：幼儿之间要保持距离，拽紧红布边缘

活动玩法：

- 1、将大红布平铺在地面上
- 2、幼儿纵队站立，选前两名幼儿当龙头龙尾，分别站立于大红布的两端，拽紧红布的四角
- 3、其余幼儿站于红布下方，拽紧红布外侧边缘
- 5、下一组游戏时，更换下两名幼儿当龙头龙尾，直到每个幼儿都体验此角色后游戏结束

玩法四：

游戏名称：乌龟爬爬爬

适合年龄：3-4岁

游戏目标：发展幼儿爬的动作技能

游戏规则：幼儿之间要保持距离，手膝着地爬

活动玩法：

- 1、将大红布平铺在地面上

2、幼儿纵队站立于大红布一端

3、当听到开始口令时，幼儿一个跟一个手膝着地从红布一端爬向另一端

4、一组完成后站起来，从红布外侧统一方向走回起点，鱼贯练习

玩法五：

游戏名称：乌龟运粮食

适合年龄：5-6岁

游戏目标：发展幼儿爬的动作技能及平衡能力

游戏规则：幼儿之间要保持距离，沙包放于幼儿背上，不让其掉落。

活动玩法：

1、将大红布平铺在地面上

2、幼儿纵队站立于大红布一端，作为起点，每人手持沙包一个

4、如果沙包掉落，快速捡起沙包在最后一名幼儿后面继续游戏，直至到达终点

5、到达终点的`幼儿沿着红布外侧边缘统一方向走回起点等待下一轮游戏开始

玩法六：

游戏名称：手脚着地横向走

适合年龄：4-5岁

游戏目标：

- 1、发展幼儿手脚着地横向走的技能
- 2、练就平衡能力

游戏规则：保持距离、不要碰到红布

活动玩法：

- 1、将大红布平铺在地面上
- 2、幼儿纵队站于红布一端，作为起点
- 4、到达终点的幼儿起身从红布外侧统一方向回到起点，等待下一轮游戏开始

玩法七：

游戏名称：双脚跳跃

适合年龄：5-6岁

游戏目标：

- 1、练习双脚跳的动作技能
- 2、发展动作的协调性

游戏规则：要求幼儿在起跳的时候必须双脚并拢起跳，不能单脚跳

活动玩法：

- 1、将数条大红布平铺于地面，红布间应保持一定距离
- 2、幼儿沿大红布最长的一边站成一横排，作为起点
- 3、当听到开始口令时，幼儿双脚合拢跳过大红布
- 4、跳完的幼儿从统一方向返回起点等待下一轮游戏开始

玩法八：

游戏名称：夹沙包

适合年龄：5-6岁

游戏目标：

- 1、练习双脚夹物跳的技能
- 2、发展动作的协调性

游戏规则：要求幼儿双脚将沙包夹住，不要将沙包掉落

活动玩法：

- 1、将两条大红布平行铺于地面，作为起点和终点
- 2、幼儿在起点处面对大红布站成一横排，每人一个沙包
- 3、当听到开始口令时，幼儿双脚夹住沙包连续向前跳直到终点
- 4、跳完的幼儿从统一方向返回起点等待下一轮游戏开始

玩法九：

游戏名称：跨跳

适合年龄：6岁

游戏目标：

- 1、增加高度练习跨跳的技能
- 2、体验参与游戏的快乐

活动玩法：

- 1、将数条大红布平行铺于地面，红布间保持一定距离
- 2、幼儿纵队站立两列，请排头的幼儿当小老师，将大红布竖起贴于地面拽紧两端
- 3、其余幼儿按顺序跨跳过红布
- 4、跳完的幼儿按统一方向返回起点，准备下一轮游戏开始
- 5、根据幼儿的情况可以随时增加红布的高度

玩法十：

游戏名称：躲迷藏

适合年龄：6岁

游戏目标：

- 1、练习幼儿的反应能力
- 2、体验游戏的乐趣

游戏规则：要求幼儿根据大红布移动的位置做出正确的反应，并要始终躲在大红布下

活动玩法：

1、将红布平铺于地面

4、更换小老师，幼儿继续游戏

玩法十一：

游戏名称：拔河

适合年龄：6岁

游戏目标：

1、体验民间游戏的乐趣

2、培养幼儿的合作能力

游戏规则：听到开始口令时才可以拔绳子、两队人数相等

活动玩法：

1、给地上画3条直线，间隔为1米，局中的线为中线，两边的线为河界

2、将大红布搓成绳子，在中间系一根黄带子作为标志带，下面悬挂一重物垂直于中线

3、幼儿分两队站于绳子两端，人数相等

4、游戏采取三局两胜