

# 2023年小学生心理课教学设计(实用5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 小学生心理课教学设计篇一

俗话说：“孩子的脸，三月的天”。在小学生的心理活动中，情绪情感变化相当快。在小学生期，孩子出现生气、愤怒、伤心、抑郁等消极情绪是很常见、很普遍的现象。而情绪、情感和健康的关系也是十分密切。消极情绪、情感不仅影响身体健康，而且不利于健康人格的发展。因此，情绪、情感的表达与自控是小学生成长过程中要学习的重要内容。本次活动旨在帮助小学生更好地掌握一些缓解、转移不良情绪、情感的方法，学会合理发泄心中的不快，培养小学生自我情绪、情感的管理能力和豁达开朗的性格。

### 健康活动《开心吧》

- 1、引导小学生在活动中掌握一些缓解、转移不良情绪、情感的方法，合理发泄心中的不快。
- 2、培养小学生自我情绪、情感的管理能力和豁达开朗的性格。
- 3、在活动中鼓励小学生大胆表达自己的想法，促进小学生语言表达能力的发展。

音乐《快乐颂》、手偶、表演道具、有关教学挂图、开心卡片、画笔、废纸。

### 一、教师介绍开心吧，激发小学生兴趣

二、教师演示教具，引导小学生交流，初步探讨缓解不开心的方法

1、教师表演故事《开心吧》。

提问：小猪为什么不开心？怎样才能让它开心呢？

2、讨论：你觉得开心吧好吗？好在哪里？

3、出示三幅挂图，请小朋友帮图上的小动物想办法，寻找化解不开心的更多方法。

小组讨论：

(1) 小猫的玩具被同伴抢走了。

(2) 小兔子在跳远比赛中输给了青蛙。

(3) 小熊摔了一跤，把新裤子弄脏了。

教师总结：其实呀不开心会对我们身体产生不好的影响哦，有的人不开心，就会乱发脾气，乱扔东西，吃不下饭，睡不好觉，有的人还会找别人出气。这样的话，对自己身体不好，也影响别人。所以，当我们遇到不开心的时候、生气的时候等等，我们要想办法让自己开心起来。

2、引导小学生用简笔画的形式快速记录开心方法，制作开心卡片。

3、小学生作画，教师巡回指导，鼓励小学生把画好的开心卡的内容，告诉周围的同伴或老师。

四、出示“出气袋”，引导小学生合理发泄心中的不快

1、游戏：出气袋。

2、提醒小学生要合理的发泄心中的不快，发泄时既不能伤害到自己，也不能影响到别人。

五、律动出场，继续传递快乐

## 小学生心理课教学设计篇二

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进取；

4、确立自我心理保健的意识，到达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，但你们明白“什么是健康吗标志是什么呢”如果你明白请举手。

（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

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、自我意识良好，个性品质健康。

6、良好的社会适应本事。

### （三）下头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、以自我为中心、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、依靠、报复、享受、性心理异常、自卑、自杀、强迫神经症、精神分裂。

### （四）我们应当如何远离这些心理疾病呢

### （五）结束语

鲜花曾告诉我你怎样走过，大地明白你心中地每一个角落。甜蜜的梦啊，谁都不会错过。最终迎来今日这欢聚时刻。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。

## 小学生心理课教学设计篇三

喜、怒、哀、乐之情人皆有之，但快乐作为一种积极情绪却是心理健康的重要标志之一。对于小学生的成长尤为重要。愉快的情绪既来自于成人的关怀呵护，更取决于小学生自身的主观体验。在教育中，我们要让小学生学会如何保持愉快的心情，并采取多种方排解已经出现的`消极情绪，为快乐的人生奠定基础。

1、懂得情绪愉快有利与身体健康。初步学习正确的方式排解不开心的情绪。

2、引导小学生逐渐养成积极乐观的生活态度。

4个木偶、一个开心枕

学习正确的方式排解不开心的情绪。

## 一：感受快乐

拍手入场，进行开心碰碰碰的游戏。

## 二、开心与烦恼

1、刚才玩的真开心，你们想想平时你还遇到过什么开心的事？

2、开心的时候你会怎样？（用动作表现）

4、不开心的时候你会怎样？（用动作表现）

5、你喜欢开心的自己还是不开心的自己？

小结：不开心就是生气，生气不仅不让人喜欢，还会对我们身体产生坏的影响。生气的时候，人吃不下饭，睡不好觉，身体越来越差，所以我们要尽量不让自己生气，把生气这个坏习惯消灭掉。

## 三、化解不开心

1、生气商店：谁知道什么是消气商店？

2、我们来看看谁来消气商店了？

3、依次出示小动物，请小学生帮他们想办法！

4、你觉得消气商店好吗？为什么？

5、如果你生气了，你会想哪些办法让自己消气呢？

小结：每个人都有生气的时候，你生气的时候，可以唱唱歌，跳跳舞，玩玩玩具，看看电视或者大声的哭一哭，这样你就

能消气，让自己快乐起来。

#### 四、让自己开心

1、介绍开心枕。

2、传递开心，让每个小学生和“开心枕”抱一抱，亲一亲。

3、说一说抱着“开心枕”有什么感觉？

4、把开心枕送给其他人来感受一下开心的滋味。

### 小学生心理课教学设计篇四

现在的家长和老师都很重视孩子的智力培养，对孩子在情绪情感方面关注得不够。在日常生活中我常常发现孩子在活动中有时候出现情绪不稳定，不能够作及时的自我调节。小学生园的生活相对于小学生来说，还是很轻松和愉快的，压力不是很大，而小学的生活和小学生园的生活存在着很大的区别，从作息时间和作业量上小学生可能不能一时适应。因此，我设计了情感教育活动“看得见的情绪”，让小学生学会控制自己的情绪，学会初步的调节情绪的方法。

1、知道每个人都有情绪，并能辨认几种基本情绪。

2、能对自己的情绪作出确切的表达。

3、了解不同情绪对人身体健康的影响，初步知道调节自己的情绪。

1、六个情绪脸谱兴奋、高兴、悲伤、愤怒、害怕、烦恼。

2、做有六个情绪脸谱的大色子。

3、每个小学生一个情绪温度计。

一、小学生听两段音乐高兴和悲伤的。

听曲子“赶花会”。

提问：听后你的感觉怎样？高兴、快乐

再请小朋友听一首曲子，告诉老师听的感觉怎样？

听曲子“北风吹，扎红头绳”。

提问：听后你的感觉怎样？伤心、难过。

教师小结：“伤心、高兴都是人的情绪，今天教师给小朋友带来了几张表情脸谱。小朋友看一看，说一说你看到的是什么情绪，并学一学。”

小学生学完后，个别提问：说出你什么时候兴奋？什么时候高兴？……

二、游戏：玩色子。

1、请小朋友上来扔色子，色子扔到一处情绪时，这位小朋友要试着做也这种表情，并说说在怎样的情况下会有这种情绪。

2、玩色子的小朋友根据指到的情绪，做相应的表情，让其他小朋友猜猜，他扔到的是什么表情。

三、讨论如何调节不良情绪。

1、你喜欢哪一种情绪，哪些情绪你不喜欢？

2、如果你生气、害怕、难过的时候，你会怎么做呢？怎样才能让自己有个好心情？

### 3、教师小结。

每个人遇事都会产生不同的情绪，那是很自然的现象。但是愤怒、悲伤、痛苦等不良情绪对人的身体健康是不好的，而愉快、平静等良好的情绪是利人的身体健康的。当我们生气难过的时候，要想想快乐的事情，或找别人谈谈自己的心情、感受，让自己保持一个好心情。我们小朋友快要离开小学生园变成一个小学生了，在以后的学习和生活中还会遇到许多的困难，发生许多不开心的事，小朋友要想办法让自己保持一个好心情。老师希望我们大2班的小朋友能够天天高高兴兴、快快乐乐。

### 四、游戏：玩情绪温度计。

师：小朋友发热的时候你怎样才能知道你发烧多少度？体温计

我们又怎样知道今天天气多少度呢，用什么来测量？

今天老师也给小朋友带来了情绪温度计，请小朋友自己玩一玩。在10度以下是悲伤的情绪，在10-30度之间是高兴的情绪，在30-50度之间是兴奋的情绪。你玩到什么情绪，你就说一说你在什么时候是这种情绪。

小朋友自己玩，教师个别询问。

玩后提问：你最喜欢什么情绪？

### 五、舞蹈：娃哈哈。

绘画活动《有趣的表情》。

启发小学生画出自己常有的几种表情，或者画自己喜欢的表情，鼓励小学生边画边与同伴交流自己当时的心情。



## 小学生心理课教学设计篇五

- 1、让学生了解自己的情绪，学会保持愉快的心情，做一个快乐的人
- 2、理解课文内容，从字里行间感受小男孩美好的心灵。
- 3、正确、流利、有感情地朗读课文。
- 4、体会“给予是快乐的”的含义，激发助人为乐、无私奉献的思想感情。

### 一、轻松导入，引发情感

今天和这么多老师一起上课，高兴不高兴？

大家想想，一个人高兴的时候经常会有怎样的表现呢？（笑）

你们会笑吗？（会）

那么我们来做个游戏，看你们究竟会不会笑，我说词语，你们来做相应的表现，请大家面向后面的老师，请老师们做个裁判。

微笑-----笑咪咪——哈哈大笑-----冷笑

冷笑的高兴的意思吗？

同学们做得都很准确，请你们再想想与高兴相近的词语有什么？（兴奋，激动，快乐）

谁知道快乐是什么意思？

理解的非常好，我们都知道得到东西的时候往往是快乐的，可付出给别人东西的时候又怎么会是快乐的呢？你们想不想

知道作者为什么会有这样的感受呢？请大家把书打开，轻声快速读课文，然后回答这个问题，看谁找到的答案多。

## 二、感悟集体，升华情感

这么多份集体快乐，你觉得哪一份最让你感动，最让你思绪万千，感到有一股暖流充满心间？你可以大声读一读，也可以细细品味，别忘了动动手中的笔，把你感受最深的句子划下来。

谁来说说，给大家读读原文，

你能想象小男孩说这句话时的心情吗？谁愿意来当这个小男孩。

当你听到这个小男孩说的话时，你有什么感受？

跟大家一样，你能用下面这个句式来说说想法吗？

小男孩把快乐给予弟弟，你还从哪里感受到了？指名读句子，能说说原因吗？

小男孩在说这句话的时候心里在想什么？你可以看看课文的插图，那上面画的正是这部分的内容。（要把集体的快乐和大家共享）

谁愿意通过朗读把这份快乐给予大家。

小男孩两次都只想到给予，而不是得到，这使他们深感外，也深受感动，他从小男孩身上看到了另外一种快乐，那就是“在集体中快乐的生活，他们深深地感动了。

小弟弟感到难忘，是因为

小男孩感到难忘，是因为

你可以选择一句来说，想全部说更好。

最后老师想请同学们欣赏一个小短片，也许你们都曾经看过，但老师仍然希望你们这一次能够静静地用心去欣赏，用心去感悟！

看完之后请同学们谈感受。