

最新小学心理情绪课教案反思 情绪管理 小学心理教案(优秀5篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。优秀的教案都具备一些什么特点呢?又该怎么写呢?这里我给大家分享一些最新的教案范文,方便大家学习。

小学心理情绪课教案反思篇一

懂得情绪愉快有利于身体健康。

懂得情绪愉快有利于身体健康。

初步学习正确的方式排解不开心的情绪。

图片1(笑) 图片2(生气) 图片3(伤心) 图片4(发愁)

一、情景感知,理解每个人都有情绪。

(和学生讨论之后得出情绪:开心。)

(和学生讨论之后得出情绪:生气。)

(和学生讨论后得出情绪:伤心或不开心。)

(和学生讨论后得出表情词:发愁。)

5、教师小结:每个人在遇到各种各样的事情时,心里都会有不一样的感受,喜、怒、哀、愁等,这种感受我们叫它心情。

教学反思:在第一个环节中,让孩子观察富有生活气息的图片,和老师一起讨论生活中经常会遇到的事情,让学生尽情

的说说自己是否也会这样，在观察和讨论中理解每个人都有各种各样的情绪，喜、怒、哀、愁。

二、讨论分析，知道好心情有利于我们身体健康。

好心情坏心情

(教师根据学生回答的情况填在书面表格中。)

2、你们平时心情好的时候多还是心情坏的时候多呢?为什么?心情好的时候你们会用什么颜色来表现呢?请你们为自己的情绪配色。

(出示色彩卡，请学生为不同心情配色。)

开心生气伤心发愁

(注：每一个心情都有娃娃头表现，有助于学生理解这些心情。)

3、学生操作结束后，教师小结分析学生的配色情况。教师小结，好心情时我们会用鲜艳的颜色来表现，坏心情是我们会用深暗的颜色来表现，看来孩子们都喜欢好心情咯，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。好的心情会让我们开心地过每一天，让我们身体健康。

三、体验理解，寻找到排解不开心情绪的方法。

1、好心情会给我们带来快乐，可是有几只小动物不开心了，看看它们怎么了?(出示两幅图。)

图5：斑马先生和小狮子抢皮球脸上被小狮子扔皮球给砸伤了。

图6：花猪小姐已经有很多玩具了，还要妈妈给她买玩具，妈妈不肯，它就生气了。

引导学生理解斑马先生和花猪小姐这时的心情很坏。

2、怎样才能让他们变得开心呢？狐狸大婶开了一间开心吧，我们去看看。（出示书本第一页的画面。）哇，斑马先生和花猪小姐在狐狸大婶的开心吧玩的多开心呀。狐狸大婶的开心吧真神奇，它们是怎样变快乐的呢？（让学生仔细观察图画并回答。斑马先生在吃冰激凌而变开心了，花猪小姐在蹦蹦跳跳床而变开心了。）

（教师再学生的回答基础上再小结，让学生懂得心情不好的时候可以采取其他适当的方式排解不开心的情绪，让自己变得开心起来。）

3、你们还有其他更好的方法让它们变得开心吗？

（引导学生尽情的讨论回答，同时及时鼓励回答正确的学生，让学生感知可以有不同或很多的方法排解不开心的情绪。）

4、学生回答后让他们把他们自己认为好的方法记录在操作卡第2页“我的开心法宝中。”

5、学生完成操作后，教师简单小结本次活动的内容。心情是藏在我们每个人心中的小精灵，我们有时高兴，有时生气，有时难过，不过，我们要学会调节自己的情绪，让我们随时保持愉快的心情。遇到不开心的时候，可以唱唱歌，跳跳舞，玩玩玩具，看看电视或者用你们刚才记录的各种好的办法，这样我们就能让自己快乐起来，就能天天拥有好心情，你的快乐就会变成大家的快乐，我们身边就会充满快乐！

听课评析：在第三个环节中，王老师通过让学生观察斑马先生和花猪小姐不开心的情绪，让学生到狐狸大婶的开心吧去

看看，看狐狸大婶是怎样让它们变得开心的，然后再让学生想出更多更好的方法让它们变得开心起来，同时做好记录让学生在说说画画中理解怎样用正确的方式排解不开心的情绪，让自己高兴起来，让学生在激烈的讨论中学会怎样快乐。

小学心理情绪课教案反思篇二

- 1、知道每个人都有情绪，能辨认几种基本情绪，并对不同的情绪做出恰当的表达。
- 2、探索不良情绪的转化方法，并乐于帮助和安慰别人摆脱不良情绪。
- 3、拥有积极乐观的心理素质。

多媒体电脑及相关课件、骰子四个(上面贴有不同的情绪脸谱)、三段不同性质的音乐(代表快乐、生气、伤心)

一、导入课题

以邀请小朋友到情绪王国做客的游戏形式导入课题。

(师)：小朋友们好，我是从很远很远的情绪王国赶来的，你们就叫我欢欢老师，今天我要带小朋友到我们情绪王国去做客，介绍你们认识一些新朋友，小朋友愿意去吗？那就跟我出发吧！(放音乐带领学生做律动)

二、游情绪王国，分辨、体验不同情绪。

1、初步认识情绪王国成员。

(师)：情绪王国到了，瞧，我们情绪王国的公民都来迎接小朋友了，下面咱们来做一个游戏，欢欢姐姐不给你们介绍，请小朋友看每个情绪娃娃的表情，然后猜出他们的名字。(电

脑出示各种表情的娃娃，请学生猜)

我们的情绪王国可大了，想不想跟我去参观一下？

2、游快乐城堡，感受快乐的情绪。(播放音乐，演示ppt)

(1)(师)：接下来让我们看看，我们第一站来的是什么城堡？看看这里的娃娃们都做了哪些事情？瞧，我们快乐城堡的每个人整天都是开开心心、高高兴兴、无忧无虑的，他们生活得多快乐呀！

(2)讨论：小朋友们喜欢快乐娃娃吗？当你看到他们快乐时，你的心情怎样？(学生回答，教师小结)

3、游生气城堡，感受生气的情绪。(播放音乐，演示ppt)

(2)讨论：他们生气时表情怎么样？当你看到他们生气时，你的心情怎样？(学生回答，教师小结)

4、游伤心城堡，感受伤心的情绪。(播放音乐，演示ppt)

(2)讨论：他们伤心时表情怎么样？当你看到他们伤心时，你的心情怎样？(学生回答，教师小结)

三、实践游戏

至情绪骰子，探索不良情绪的转化方法。

2、介绍游戏玩法：出示骰子，任意掷到哪面朝上，就做出相应的表情，并说一说相关情绪的事情，如是不良情绪，请其他小朋友来帮助他，想个让他快乐的方法。

3、集体交流：不良情绪的转换方法。

四、结束活动

舞蹈“快乐舞”，结束活动，鼓励学生做快乐娃娃。

(师)今天欢欢老师要好好的感谢你们，想了许多办法让生气娃娃和伤心娃娃都变成了快乐娃娃。

小学心理情绪课教案反思篇三

1、识别情绪，认识情绪类别。

2、学会控制和管理情绪。

1、教学重点：识别情绪，认识情绪类别。

2、教学难点：调控以及应对不良情绪。

情景表演、游戏法、小组讨论。

ppt□情景故事。

(一)热身活动：你划我猜

1、介绍规则

这里有一些纸条，上面写了一些词，接下来老师会请一位同学上来表演，下面的同学可以根据这位同学的表演来猜测一下，看看谁猜得又准又快。

2、完成活动

3、师生交流

师：刚才做了一个简单的小游戏，同学们有没有发现这些词语有什么共同点呢？

生1：这些词都是关于情绪的。

师：那么你们猜对了几个？

生2[x]同学的表演太有趣了，我猜出来6个。

4、提出主题

刚才同学们都很积极地参与了游戏，有同学发现了这些表演都和情绪有关，有的同学很敏锐，对x同学的观察很仔细，识别出了很多情绪。接下来老师和大家一起来认识一下情绪。

（二）主题活动一：情绪的种类

1、介绍规则

老师这里有一些情景，想请大家前后左右四个人为一组把它们表演出来。

情景一：小美画画得了一等奖，公布名次的时候，小美手舞足蹈，回到家也开心极了，碰到每一个人，她都开心得和大家打招呼。

情景二：小美妈妈给她买了一件新裙子，小美非常喜欢，第二天就换上新衣服去上学，到了学校小刚对小美说，这件裙子一点都不好看，还不小心把她裙子弄脏了。小美非常不开心。

情景三：小兰和小亮是邻居，关系非常好，结果小亮因为父母工作的原因要搬到另一个城市去居住和上学了，小兰知道后闷闷不乐，已经很多天没有好好吃饭了。

情景四：小强假期和爸爸去了野生动物园，见到了他喜欢的大熊猫，金丝猴，还去了爬行动物馆，看见了很多不同类型

的蛇，小强一看到蛇就跑到了爸爸身后，非常害怕。晚上还做了噩梦。

2、完成活动

3、师生交流

师：刚才同学们的表演都很精彩，谁来说一说你们组表演得情绪主题是什么呢？

生1：我们表演得第一个情景，是开心。

生2：我们的主题是伤心。表演得时候我感觉闷闷的，很不舒服。

师：那表演的时候是什么感受呢？

生1：我感觉很开心，并且打招呼的人也都感到很愉快。

生2：表演的时候我感觉闷闷的，很不舒服。

生3：我们表演得是生气，我都别愤怒，感到再也不想理“小刚”了。

4、教师小结

刚才同学们刚刚表演得就是我们四种最基本的情绪：喜悦、愤怒、哀伤、恐惧。当我们开心时连周围的人 also 感到喜悦，当我们心情不快时，心理闷闷得，再也不想理人了，看来不良的情绪对我们有很大的影响。接下来我们一起头脑风暴下，看看大家遇到不快时会怎么解决。

（三）主题活动二：头脑风暴

1、介绍规则：请大家分成小组，谈一谈最近让自己不快的事

情，其他同学为他提供一个解决的方法。

2、完成活动

3、师生交流

师：哪个小组派代表先来分享一下？

生1：我期中考试没有考好，难受了好几天，感觉吃饭都不香了。

师：那小组同学有什么建议吗？

生1：我们组认为考不好确实挺难受的，但是建议我去打打球，换换心情。

师：其他组同学呢？

生2：我的邻居弟弟把好朋友送我的变形金刚弄坏了，可是却不向我道歉，他妈妈还说只是一个玩具而已，弟弟还小，让我原谅他，我特别生气。我跟小组说完后，大家都在安慰我，认为我生气是应该的，但是也建议我以后碰到这种事不要憋在心里，可以找人倾诉一下或者写在日记里。并且以后家里来了人可以把玩具收起来。

4、教师总结：听了同学们的分享，看来大家在讨论中有了很多收获。当我们有不快情绪时我们可以写一写情绪日记，或者找人倾诉来作为宣泄，也可以转移注意力，比如打打球听听音乐。老师认为这些方法都非常实用，希望大家之后碰到不良的情绪也能够合理对待。

（四）总结升华

本堂课我们认识了情绪，也知道了遇到不良情绪时我们要发挥智慧去控制它们。最后老师给大家播放一首《快乐颂》，

在这首钢琴曲下，请各位同学把控制情绪的方法写成在卡片上面，自己保存，如果之后有了新的方法可以进行补充，随时更新。

小学心理情绪课教案反思篇四

培养学生正确的人际交往态度，帮忙学生掌握人际交往的基本技能，提高学生与人交往的实际潜力，培养学生做一个快乐的健康的人。

1、课件设计

2、小品编排

一、导入：

你有朋友吗？你喜欢交朋友吗？在生活中，有的人拥有很多朋友，与朋友一齐学习，一齐生活，遇到问题一齐商量，一齐解决，说说笑笑，真开心呀！这节课将伴随你一齐探索怎样才能交上更多的朋友！

二、活动：

1、找朋友游戏

要求：以组为单位，每组出一名学生，数到“一”。

第一次：3个同学一组迅速抱成团。

第二次：4个同学一组迅速抱成团。

第三次：5个同学一组迅速抱成团

（学生分组做“找朋友游戏”。游戏之后数一数：我赢了次，

我输了次。)

2、谈一谈

(1) 我找到朋友时心里感到。

(2) 我没找到朋友时心里感到。

(学生谈心里感受)

3、交朋友的秘诀

(1) 仔细观察你身边的好伙伴是怎样交上好朋友的?

(学生归纳交朋友的秘诀)

看课件:

课件1: 萍萍热情、开朗、乐于助人, 同学们都愿意和她交朋友。(性格好)

课件2: 周梦和胡云都是航模小组成员, 他俩合作一艘小帆船, 你锯我粘, 很快就做成了, 共同享受着成功的喜悦。(合群)

课件3: 遇到开心的事, 受了委屈、遇到困难等愿意把心里话告诉朋友, 增进沟通和理解。(善于开放、表露自己。)

(2) 你的交友秘诀呢?

快记下大家的绝招, 让大家一齐交流分享吧!

(学生归纳: 交朋友的秘诀。)

(3) 请看小品:

问题1：请你帮帮小陈，让他也能交到朋友。

问题2：不知你在交朋友中有没有遇到什么困难呢？

问题3：请大家帮他出出主意，让他交到更多的朋友。

（学生进行小品表演：

小磊和小涛是好朋友，他们互相关心、互相帮忙，说说笑笑玩得多开心啊！但是，小陈不敢和同学接近，他没有朋友，一个人十分孤独。）

三、总结：

有朋友真好！高兴时，有朋友来分享。悲哀时，有朋友来分忧。困难时，有朋友来帮忙。朋友能给人带来欢乐、带来勇气、带来信心。老师相信，在你的努力下，一定会交到更多的好朋友！

学会宽容

小学心理情绪课教案反思篇五

1、认识什么是起青春期。

2、认识青春期的身体发生的变化及如何正确迎接青春期的到来。教学重点：认识青春期的身体发生的变化，正确迎接青春期的到来。

正确迎接青春期的到来。

一导入新课

二新授

1、讨论：

你们知道什么是青春期吗？

你身体的'各个部位发生了什么变化？

2、师针对学生的发言小结

3、课堂总结：

- (1)、迅速长高。
- (2)、心肺功能明显增强。
- (3)、肌肉的发育十分迅速
- (4)、体重增加。
- (5)、神经兴奋性加强。

4、为了今后的强健的身体，我们现在该怎么做？

归纳：

- (1)、养成良好的习惯。
- (2)、加强营养、合理安排饮食。
- (3)、不吸烟，不喝酒。
- (4)、保持正确的坐、立、走姿势。
- (5)、加强体育锻炼。
- (6)、保护好嗓子，不大声喊叫。

课后小结