

最新一年级心理健康教学反思(模板9篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

一年级心理健康教学反思篇一

一、教学目标：

学习处理同学间冲突的有效方法。

二、教学重难点：

学习处理同学间冲突的有效方法。

三、教学准备：

1、多媒体课件。

2、小品《课间》

3、《萝卜蹲》头饰。

4、小组分工（性格互补，男女搭配）。

四、教学流程：

一、团体热身：

巧解手结游戏，引出如何解开心结，化解冲突。（5分钟）

采访解开手结的的几位同学，让他们说说自己此时的感受。
(如：你如何解开的，你的心情怎样?)

师总结：要想解开手结，不能任着自己的性子，硬着来，而要相互合作，转个身，抬高手。

二、团体转换：

初感冲突，化解冲突。(10分钟)

1、听儿歌《对不起，没关系》。

思考：你听到了什么？你有什么感受？

2、老师大概介绍一下歌的内容。

3、表演小品《课间》

三、团体工作：

再次感受冲突，学会自己化解冲突。(15分钟)

进行萝卜蹲游戏，从选代表，选头饰，到游戏结束，让学生学会处理冲突，学会把“对不起，没关系”应用到实际生活中。

四、团体结束：(10分钟)

1、学唱拍手歌

2、亲子分享：

回家后和父母分享，这节课你学到了什么？

3、师小结。

一年级心理健康教学反思篇二

(3) 培养学生良好的自我控制力。

(4) 引导学生正确应对挫折与困难。

2、浇灌友谊花——自我意识、人际交往教育。

(1) 学会正确认识自己，悦纳自己，尊重自己、相信自己。

(2) 学会正常人际交往，与同学、老师、家长良好关系。

(3) 正确认识性别差异，接受发育过程中的身体变化，正确认同性别角色，同异性同学保持正确的交往心态。

3、迎接新挑战——人格养成教育。

(1) 引导学生树立发展健全人格的愿望与动机。

(2) 注重学生的自我人格养成教育。

(3) 对有人格障碍的学生进行重点辅导。

四、教学措施：

1. 坚持以人为本，根据学生心理、胜利的特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。

2. 立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，以学生为本，尊重学生、理解学生。

3. 提高全体学生的训练素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4. 对少数有心里困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

心理健康教学工作计划篇三

对全体学生开展心理健康教育，使学生不断正确认识自我，悦纳自我，增强调控自我，承受挫折，适应环境的能力；培养学生健全的人格和良好的个性心理品质。对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自我提高心理健康水平，增强发展自我的能力。因此心理健康教育要贯彻在教育教学的全过程，贯彻在学校工作的方方面面。

一、指导思想

进一步贯彻落实教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，充分认识心理健康教育对未成年人成长的重要作用，加强对本校心理健康教育工作的组织和管理，面向全体学生，培养其健全的人格和良好的个性心理品质，并助其充分认识和发展心理潜能，促进他们心理素质和和其它各方面素质得到发展。

二、具体目标：

面向全体学生，开展预防性与发展性的心理健康教育，帮助学生在自我认识、承受挫折、适应新环境，以及学习方法、学习兴趣、交友方式方法等方面获得充分发展；对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自我，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

三、主要内容：

小学低年级主要包括：帮助学生适应新的环境、新的集体、新的学习生活和感受学习知识的乐趣；乐与老师、同学交往，在谦让、友善的交往中体验友情。小学中、高年级主要包括：帮助学生在生活中品尝解决困难的快乐，调整学习心态，提高学习兴趣与自信心，正确对待自己的学习成绩，克服厌学心理，体验学习成功的乐趣，培养面临毕业升学的进取态度；培养集体意识，在班级活动中，善于与更多的同学交往，养成开朗、合群、乐学、自立的健康人格，培养自主、自动参与活动的的能力。

四、工作措施

1、全员参与，提高师资心理素质。

心理健康教育的主要途径，应是渗透在学校教育的全过程中，在学科教学、各项教育活动、班主任工作中，都应注重对学生心理健康的教育。为此，我们首先要抓好心理健康教育的两支队伍：一是教师群体，二是班主任队伍。通过学习心理健康教育的有关文件和理论知识，组织外出学习、参观等途径，帮助老师树立新观念，重视心理辅导教育。

2、面向全体，开展心理健康教育。

根据心理健康教育的“主体性、发展性、活动性、协同性”等实施原则，我们的心理健康教育要着力于面向全体学生，着眼于学生的未来发展，通过班级各科教学、班集体建设、班级活动、班级文化建设、班级管理以及整合班级内外、学校内外各种教育，实施心理健康教育。班主任要在本学期内组织二次心理健康团体辅导活动。

3、关注个别，重视心理咨询辅导。

对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予有关的心理咨询和辅导。班主任和课任教师要关注班内心理上比较特殊的学生。

生，及时进行认真、耐心、科学的心理辅导。辅导者要本着理解、尊重、真诚、同感等原则，协助学生提高其正确认识自我、自我调控、承受挫折、适应环境的能力。

4、结合德育，提高心理健康教育的质量。

心理健康教育与德育工作相结合是学校教育的最佳互补模式。心理健康教育要与思想品德课、健康教育等相关内容有机结合，同时，利用活动课、班队活动等，帮助学生掌握一般的心理知识和方法，培养良好的心理素质。充分利用社区教育资源，建立好学校和家庭、社会心理健康教育的沟通渠道。

五、健全组织

心理健康教育领导小组：

组长：孔庆宏

组员：林功刚邹同英宇丽华

心理咨询教师：

各班主任

一年级心理健康教学反思篇三

以《关于加强中小学心理健康教育工作的意见》为指导，加强对全体学生的心理健康教育，培养适应社会主义现代化建设需要的德、智、体、美、劳全面发展的“四有”新人。针对在校中学生大多独生子女或留守学生，缺乏独立生活能力，缺乏坚强意志品质，缺乏团结协作精神，缺乏承受挫折能力的特点，通过开展心理健康教育。培养学生正确认识自我，增强调控自我，承受挫折，适应环境的能力，具有健全的人格和良好的个性心理品质。

二、主要任务

1. 培养学生具有健全的人格和良好的个性心理品质，具有自我调控能力。
2. 对少数有心理困惑或心理障碍的学生，给予有效心理辅导，尽快摆脱困扰，调节自我，增强自我发展能力。
3. 对有严重心理疾病的学生，转送到有关部门进行治疗。

三、学生基本情况分析

七年级学生刚从小学进入初中，还未能从小学相对宽松的学习生活中转换出来，压力不断的开始增多，来到新学校遇到新同学新老师，一切都是相对陌生的环境，适应成了最大的挑战。

怎么才能迅速的适应到初中的学习生活，课程增多，作业量增大；陌生的环境中认识结交新朋友，让自己可以和同学们共同前行，不在孤独；还未能摆脱小学的宽松的学习习惯，现在如何养成，学习的重担时时在他们心头；课业压力增大的同时，如何兼顾他们的娱乐休闲等等共同形成了适应问题。适应问题表现在学生身上的特点大致可以分为障碍性问题和发展性而难题。前者在学校中一般较少见，后者的主要表现为适应不良或者不适应。七年级学生的心理问题主要表现为：

1. 七年级入学适应不良

刚进入初中，学习生活和小学时相比较有很大的不同，新环境新同学老师，一切都是很陌生的，在承受着课业压力增大的同时，人际相处从零开始，容易出现厌学情绪，不与人相处，或者孤傲的情绪。长期这样的话对他们的成长是非常不利的。

2. 朦胧的自我认识萌芽

七年级阶段，有部分学生发展的较早些已经进入青春期了，青春期的特征开始明显起来，幼稚的成人感突出，对于我的思考开始出现，“我是谁”、“我是怎么了”开始在他们内心掀起波澜，困惑不已。

3. 学习适应不良产生苦恼

学习课业好多，怎么学，方法好像总是不对路；别人怎么就成绩那么好，我这么差，有压力，出现自卑了；我为什么要学习，这么多，这么烦，没有目标和动力了；怎么天天都有考试啊，这无穷无尽的考试什么时候是个头，讨厌考试……这些都是学习适应不良的表现，学生为此苦恼不已。

4. 和家长或老师间的沟通不良而苦恼

5. 不能恰当的控制休闲时间，自制力较弱，过分沉溺于网络、游戏。

文档为doc格式

一年级心理健康教学反思篇四

根据《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的定》和教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，根据小学教育的特点和小学生心理发展的规律，通过各种途径继续认真开展小型多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生获取心理健康的初步知识，促进学生人格的健全发展。

二、教学目标

总目标：培养和造就具有良好的文明习惯、学习习惯、生活

习惯、劳动习惯和卫生习惯，具有坚忍不拔的意志品质，自立自强的生存、生活能力，有强烈的爱国意识和社会责任感，会做人，会求知，会创新，能从容迎接未来挑战的高素质的人才。

具体目标：

1、能够经常对自己进行“警句长鸣”——一定要做到“守信”与“守时”，消除嫉妒心，言行一致，表里如一，充满信心，能够正确对待自己的学习成绩，勤于思考，不甘落后，走上成功之路。

2、使学生明白什么是真正的友谊，男女同学间怎样进行交往好，如何同老师、同学保持密切的感情联系，有集体荣誉感，并掌握一定的社会行为规范，提高学生的社会适应能力。

3、使学生知道遇到困难和挫折应怎么办，自觉地控制和改变不良行为习惯，锻炼自己坚忍不拔的毅力，培养个人灵活应对的品格，初步学会休闲，提高自我保护意识。

4、通过心理健康教育，帮助学生学会调适。帮助学生学会正确对待自己、接纳自己，化解冲突情绪，保持个人心理的内部和谐。矫治学生的问题行为，养成正确的适应学校与社会的行为，消除人际交往障碍，提高人际交往的质量。

5、通过心理健康教育，引导学生认清自己的潜力与特长，确立有价值的生活目标，发挥主动性、创造性，追求高质量、高效率的生活。

三、教学内容：

1、立下坚强志——坚强意志与耐受挫折的教育。

(1) 培养坚持不懈、坚忍不拔的意志品质。

(2)培养学生形成处事果断的良好习惯。

下一页更多精彩内容“心理健康教学工作计划”

一年级心理健康教学反思篇五

本学期教授七年级4个班级的心理健康课。新的学期将根据教学计划和课程特点进行教学活动，使学生培养科学的心理健康观念，学会调整自己的心理状态。本课程以学生生活为基础，让学生在生活中学会与家人、老师、朋友进行沟通交流；学会如何理智的面对诱惑，学会拒绝；让学生意识到生命的珍贵和美好；使他们学会独立，学会承担责任，学会如何确立自己的理想与目标。本学期的教学计划工作如下：

一、班级情况分析

初一(1)班，学生整体比较活跃，思维灵活，反应灵敏，课堂气氛不错。但部分学生基础薄弱，太过活泼好动，注意力不够集中，课堂纪律不太好。在教学中可以多提问注意力不集中的同学，变换多种生动的教学方式，来吸引学生的注意力。

初一(2)班，班级学生水平有较大差异，大部分学生基础较好，能认真听讲。部分学生基础也较为薄弱，上课容易开小差。教学时可以采取多种生动的教学方式，调动学生积极性，集中学生注意力。初一(3)班，学生学习态度都很认真，对于课堂上提出的问题能踊跃回答，反应快。存在的问题是有个别学生课堂纪律观念不强，课堂上未经老师允许，学生插话或者窃窃私语。在教学中需要加强课堂纪律管理。

及时反馈的学生较少。教学时可以多设计一些轻松的、学生有话可说的问题让学生讨论，调动学生们的积极性。

总之，一年级的学生有以下特征：

1、学生个性方面：初一年级学生经过小学六年的学习，已经初步掌握学习能力，具备独立思考的能力，通过教师引导，学生能对一个问题进行分析，讨论，最后得出结论。学生具有一定的逻辑思维能力，可以很流畅的发表自己对某一个问题的见解。大多数学生学习态度认真，尊敬师长，热爱关心班集体。但学生的自我约束能力还有些欠缺，还需要教师的督促和监督。学生能够独立的分析问题，但是分析问题有时不够全面，具体，还需要教师的进一步引导，教会他们如何全面的分析问题。这个年龄段的学生开始具有辩证思维，对同一问题能够提出不同见解，开始具有怀疑态度。在教学中，可以多向学生提一些问题，引导学生去思考。课堂上多给学生讨论的机会，在相互讨论中，不断完善对一个问题的看法，也可以使学生互相学习对方思考问题的方式。

2、个别差异：整体学生都认真听讲，积极回答问题，积极主动去思考。但有部分学生课堂注意力不够集中，比较懒惰，不愿意去进行思考，课堂纪律观念不强。

3、疑难困惑：教师的困难在于如何通过一些事例、故事、视频资料来启发学生主动思考、探讨一些有关心理、生活、学习的问题，并得出正确结论。学生的困难在于积极配合教师，主动参与到课堂的思考中来，并积极和同学交流自己思考问题的结果。

二、课程要求

1、知识层面：通过本课程的学习，使学生了解心理健康的重要性，明确心理健康的标准及意义。

2、技能层面：通过本课程的学习，使学生能掌握自我探索技能，心理调适技能及心理发展技能。如学习发展技能、环境适应技能、压力管理技能、沟通技能、人际交往技能和生涯规划技能等。

3、自我认知层面：通过本课程的学习，使学生能正确认识自我，认识世界，能对自己进行客观评价。

三、全册教材分析

1、教材特点：本学期初一年级心理健康课选用的是华东师范大学出版社出版的教材，本教材内容新颖，图文并茂，许多故事、寓言和小品生动有趣，文字活泼，富有魅力，值得细读。本教材将心理学和教育学、人文性与科学性熔于一炉，具有以下三个特色：

(1)科学性、理论性强。教材使学生发现心理学和学习生活息息相关，学习心理学是件很有趣的事。本教材所讲述的人生道理可以启迪学生的思想火花，使学生有新的领悟。

(2)可读性、哲理性强。教材中的故事、寓言、小品生动且贴近生活，讲述了生活的经验、生命的真谛、学习的哲理，让学生在成长的道路上能够自助助人。

(3)示范性、实用性强。教材中有许多心理游戏及互动辅导事例，每篇课文都是一个创新，有深刻的思想立意，并配之以行动计划和操作指导。

2、知识结构：本学期的品德与生活课程共分为四个单元：学会沟通、抗拒诱惑、生命之花、我的成长。共十八节课，每课教学初步定为1课时。第一单元是学会沟通，通过本单元的学习，学生在学习生活中懂得如何与父母、家人、老师和同学进行沟通，发生问题时，主动去进行沟通。第二单元是抗拒诱惑，学生在学习本单元后能够学会理智的对一些诱惑说“不”。第三单元是生命之花，在学习后，学生能够热爱生命，珍爱生命，明白生命的可贵。最后一单元是我的成长，通过本单元的学习，学生能够学会独立，客观地认识自我，能够清晰的确定自己的理想。

四、全册教学目标

- 1、引导学生当自己与父母、老师、同学之间产生分歧、误会的时候要主动去进行沟通，了解彼此的想法，化解误会。在平常的学习生活中要懂得及时沟通的重要性，并学会去进行交流沟通。
- 2、使学生在面对外界形形色色的诱惑时能够理智的拒绝诱惑，学会如何通过网络获取对自己有用的信息，过滤掉无用的信息，将网络变成一个对我们有利的工具。在平常的学习生活中学会保护自己，不让自己受伤害，同时要保持健康的心理状态。
- 3、引导学生认识生命的珍贵，学会珍爱生命，懂得接受生老病死的自然状态，在平常的生活中要保护好自己，保证自己的安全。
- 4、通过学习，使学生学会独立，学会承担责任，学会客观的评价自我，能够明确的确立自己的理想。

五、全册教学重难点

- 1、重点：通过本学期的学习，学生应学会调整自己的心理状态，保持良好的心理。学会与家人、老师、朋友沟通，面对诱惑学会说不，学会珍爱生命，客观认识自己。
- 2、难点：通过事例，游戏，视频等方式，让学习自己思考并得出结论。通过自己独立的思考，认识到沟通的重要性，生命的珍贵，如何认识自我。

六、教学中的主要措施

- 1、认真备课，注意教学方法，加强课堂教学，切实上好每一节课。

2、按照激情---明理---导行---反馈的思路教学。

3、适当补充教材，丰富教学内容，强化观点形成。

七、教学时间安排

共十九周，第十一周期中考试，第十九周期末考试。第十八周进行期末复习。

第一周：讲第一课：温馨的亲子沟通

第二周：讲第二课：亦师亦友的老师

第三周：讲第三、四课：我想和你做朋友、异性交往之道

第六周：讲第八课：学会保护自己

第七周：讲第九课：养护心灵

第八周：讲第十课：认识生命

第九周：讲第十一课：珍爱生命

第十周：讲第十二课：春去春又来

第十二周：讲第十三课：安全你我他

第十三周：讲第十四课：我的人生我做主

第十四周：讲第十五课：我的独立宣言

第十五周：讲第十六课：学会承担责任

第十六周：讲第十七课：“心理的我”在成长

第十七周：讲第十八课：我的理想

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

一年级心理健康教学反思篇六

感恩是一种美德，是一种生活态度，也是做人的基本修养。而此刻的中学生就其心灵的“情”来看，普遍患有“感情冷漠症”。对父母的养育之恩、教师的教导之恩，有时会熟视无睹、置若惘然。应对这种现状，有必要设计一节以《感恩》为主题的心理健康课，让感恩走进每一位同学的心灵。

教学过程分为五个环节，从感恩父母，到感恩教师，感恩帮忙过你的人，感恩社会，最终感恩升华，感激所有的人。

根据学生的认知特点，从谈父母、教师的付出，到分析我们为他们做的，体会他们的恩情，随之引出如何感恩，落到行动上。从感恩家人到感恩教师、帮忙过自我的人，最终上升到感激所有的人，包括伤害我们的人。

教学活动多样，有听歌曲、听故事、讲故事、大家说、做游戏、演小品、大家歌、读资料、天平称量等多种形式，学生

从听、讲、说、做、演、称等多方面体会恩情，学会感恩。
从意识到行动。到达教学的目的。

1、使学生懂得，对关怀和帮忙自我的人抱有感激之情是一种美德，也是做人的道德准则。

2、使学生明白，此刻每个人享受的欢乐生活是透过别人的付出得到的，培养学生对父母、他人、社会的感恩意识。

3、教育学生在实际生活中，学会感恩，为关心过自我的人做一些力所能及的事情。

培养学生对父母、对他人、对社会的感恩意识。

教育学生在实际生活中学会感恩。

1、听音乐《感恩的心》

2、亲情游戏

你们从一个咿呀学语的孩子成长到一名初中生，谁给你们的爱最多，帮忙最大，请写出五个人的名字。

3、感受父母的爱

使学生带着简单愉快的情绪进入活动主题请同学按照教师的指令进行。

说一说，父母给你那些爱。学生读材料，谈感受。学生针对此刻的我进行畅谈。

师恩回放

生活中除了父母无微不至的关心我们，再就是我们的恩师了。
教师的爱如春风

一年级心理健康教学反思篇七

帮助学生以积极的态度面对挫折，学会正确面对人生中的艰难困苦。正确认识挫折，勇于挑战困难，从而形成能够经受考验的健康心理。

(1) 学会战胜困难和挫折的方法，迈向成功。

(2) 通过活动，了解挫折对个人成长的重要性，体会感受挫折，掌握承受挫折、战胜困难的一些方法。

让学生对挫折有一个正确的认识，并学会怎样面对挫折。

运用情景教学法、活动体验法、表演法、做游戏、交流感受等，再加上音乐的配合与图片的展示，使学生能够在具体情境中体验、感悟，表达自己的真情实感，从而把教学与学生的生活实际联系起来，真正实现心理健康教育的目的。

课件、果实形纸片、花、话筒、学生道具等。

一、谈话导入

师：同学们，我们的小学生活就要结束了，你们对小学生的生活有什么感受？

生1：小学生活给我带来了快乐，我喜欢小学生活。

生2：小学生活丰富多彩

生：（兴奋地）拔河比赛！

师：老师用相机拍下了当时的热闹场面，我们一起来看看好不好？

生：（激动地）好！

1、课件展示：拔河比赛的图片1、2、3

师：（指着前面的几个同学问）这是谁？

生（不约而同）：宫政！林大伟！

师：大家还记得当时的情景吗？

现在，我们请大原小学校园风的特约记者张鲁燕为我们作现场采访，大家欢迎。

2、记者采访比赛时和比赛后的情况。

记：大家好，我叫张鲁燕，今天由我来采访。谁能描述一下当时的比赛情景？

生1：我为大家读一下当时我写的日记吧！

生2：比赛时，我使出了全身的力气，连手上都起了泡。

记：看来比赛非常激烈，大家也都尽了自己最大的努力，那比赛一定胜利了。

生：输了！

记：输了，太让人意外了，那比赛后你们的心情怎么样？

生1：当时很多同学都气得哭了，大家坐在班里一句话也不说。

生2：我又气又难过，回家后连饭都吃不进去。

记：看来这次比赛的失利，给我们的打击实在太大了，其实生活中我们会遇到许多这样的打击，面对这些打击，我们该

怎样做？学了今天这节课，你们就会明白。今天的采访到此结束，谢谢大家。

二、认识挫折

1、结合比赛，认识什么是挫折。

师：同学们，这次比赛的失败，让我们感到了失望、伤心和难过，这种情绪体验在心理学上叫挫折（板书）

2、举例说明在学习和生活中遭遇的挫折。

师：在生活和学习中，我们会遇到很多不顺心的事，看一看下面这两位同学遇到了什么烦心事。

课件展示1：我叫小明，今天早上因为肚子疼上学迟到了，老师批评了我一顿，我生气极了，连课都没上好。

课件展示2：我叫小红，昨天我要帮妈妈包饺子，可妈妈却嫌我年纪小，不让我干，其实我已经长大了，应该帮妈妈做一些力所能及的事情。所以我气得好几天不理妈妈。

3、活动：收集挫折，贴到阳光树上。

师：听了他们的话，你们想起了自己遇到过挫折吗？就让我们拿起笔，把心中的烦恼写到果形纸片上，然后贴到黑板上的果树上。

（放音乐“阳光总在风雨后”，师在黑板上画树，学生完成后纷纷把画有毛毛虫的一面向外贴到树上）

师：同学们，果树上结满了又大又红的苹果，可是每个苹果都被这些虫子咬了个大洞，而我们所遇到的挫折就像这些毛毛虫，如果不及时根治，就会影响我们的身心健康，甚至造成严重的后果。

生：老师，那么该怎样对待挫折呢？

三、怎样对待挫折

师：好，我们还是先看一看下面的表演“一个离家出走的孩子”，从中受到启发吧！

1、学生表演：一个离家出走的孩子。

师：看了这个悲惨的结局，你们有什么想法？

生1：面对这点小事，他就离家出走，太经不起打击了。

生2：他这么做，给他父母造成多大的伤害呀！

师：你们遇到过这样的事吗，有什么好办法？

生1：可以找找自己每次失败的原因，总结经验。

生2：让老师和同学帮助自己。

生3：把自己的想法告诉父母。

师：对，面对挫折，我们不能冲动，更不能走极端，否则后悔也来不及了。大家认识20xx年度“感动中国十大人物”中的洪战辉吗？我们一起来观看他的故事，总结出面对挫折的方法。

2、观看课件：洪战辉的故事。

组织学生谈感受。

生1：洪战辉太棒了，他的毅力太坚强了。

生3：他在面对困难时，不放弃，想方设法解决。

生2：洪战辉之所以能取得重大的成绩，跟他所遇到的人生磨难是分不开的。

师：对，用洪战辉的一句话说：没有挫折，就没有成功。你们收集到了关于挫折的名言吗？

生1：苦难是人生的老师，通过苦难，走向欢乐。——贝多芬

生3：即使跌倒一百次，也要一百零一次地站起来。——张海迪

3、师小结。

四、战胜挫折

1、现场展示：在生活中自己是如何战胜挫折的。

在生活中，如果你遇到了不愉快的事，怎么办呢？课前老师已经作了布置，请你带好东西，作现场展示。

（学生有的两个人聚在一起聊天，有的听音乐，有的下棋，还有的在玩游戏，其中有一个女同学把她的挫折写到纸上，找我帮忙。）

师：刚才大家都有做了展示，那么你有什么收获？

2、游戏：击鼓传花。到阳光树上摘果子。

接下来，我们玩一个游戏，“击鼓传花”：在音乐声中，我们按一排一排的顺序传花，音乐停止后，花在谁手里，谁就到阳光树上摘一个果子，把上面的问题读出来，再想出解决的办法，如果能解决果子中的问题，就把果子翻过来，再贴上。

（在音乐“凤阳花鼓”声中玩游戏。）

师：经过一番激烈又紧张的游戏，害虫被我们一一消灭了，苹果树又恢复了往日的风采，茁壮的成长，希望同学们能运用所学的方法，消除自己人生道路上的障碍。现在我们齐读挫折歌。

3、挫折歌

面对挫折不气馁，

提高勇气有信心。

历尽磨难方成功，

挫折歌谣记心中。

五、课堂小结

师：学了本节课，你们有什么收获？

1、生谈收获。

生1：我知道了面对挫折的方法

生2：只有增强信心，不怕困难，才会成功。

生3：我会以洪战辉为榜样，处处鼓励自己，不气馁。

2、总结发言。

同学们，人的一生会遇到许多磨难，只有勇敢地面对，才能攀上顶峰，我们相信，风雨过后是彩虹。让我们一起演唱歌曲《真心英雄》。最后祝大家今后永远幸福、健康。

3、师生齐唱《真心英雄》。

一年级心理健康教学反思篇八

1、培养学生乐观的人生态度

2、让学生树立正确的人生观

专题教育

培养学生积极乐观的人生态度和如何保持好的心态

课件、图片、游戏道具等

一、谈话导入

二、图片展示，体会心情

出示小动物图片

提问：老师这里有一张图片，大家看一看，想一想，途中的小动物的心情是怎样的？

学生看图讨论回答

三、活动体验：活动营

同学们，接下来我们要来玩两个好玩的游戏。

1、微笑对对碰：全班同学面对面站成两排，两排之间相隔一定距离。每排各派出一位同学，先站在原地，微笑着高喊对面同学的名字，远距离鞠躬问好。然后相对前行，近距离鞠躬问好后归队。活动中笑出声的同学将被对方俘虏，并排至对方的队尾。俘虏多的一对获胜。

2、分享快乐密码：音乐响起时开始传递“快乐球”，音乐停止时，手上拿球的同学给大家说说自己觉得快乐的事。

一轮结束后，同样在音乐声中传球，音乐停止，手上拿球的同学给大家说说自己消除不快乐的方法。

思考：在活动的过程中，你有什么感受？

四、课后拓展

你有哪些好的方法可以用来调整情绪、保持快乐呐？快把你的快乐密码写出来吧！

一年级心理健康教学反思篇九

- 1、让学生知道在学习和生活中常常会遇到挫折，人人都不可避免。
- 2、初步掌握战胜挫折的方法，培养学生战胜挫折的能力。
- 3、每个人都应该以积极、健康的心态正确对待挫折，用勇于挑战自我的勇气和毅力战胜挫折，取得成功。

培养学生的心理承受能力

一、用实例引导思考

1、老师带着同情、惋惜的感情讲述两个小故事。

a.本市某小学的一位高年级学生，头天下午放学时，告诉老师有人欺负他。老师说“知道了”，没当场解决。第二天该生便在自家跳楼身亡。事后，家长、老师在日记中了解到他是因常受别人欺负想不开而寻短见。

b.一所农村小学的低年级学生，因长期完不成作业，受到老师批评，放学回家用红领巾把自己系在门柄上勒死。

2、引导学生围绕下列问题思考：

(1) 两名学生的死给家庭、社会带来了什么？

(2) 他们的死都和哪些因素有关？

(3) 如果你是老师，在对待学生时会不会有稍微的疏忽和冷漠？

(4) 两名自杀的学生都有一种怎样的心理？这种心理状态健康吗？

3、全班交流。

4、教师小结

二、拿子照自己

1、教师引导学生用下列情形对照自己

(1) 当家长批评或者责骂自己时自己有怎样的表现？

(2) 当老师对你的态度稍微有一点冷漠自己有怎样的表现？

(3) 当你遇到其他方面的压力或困难时，你有怎样的表现？

2、学生交流

3、点拨

三、看录象激起兴趣

1、播放录象

2、学生阅读材料

3、学生讨论

四、揭短会经受磨难学生自愿上台接受揭短，其他学生从长相、穿衣、习惯、为人处事、学习、纪律等方面揭他们的短。

五、写感受

小结：现实和未来都要求人们从小学会认知，学会做事，学会共同生活，学会生存。这些都与人的心理品质有关。可以说，如果没有较高的心理素质，就很难适应21世纪的激烈竞争。另外，现代社会的快速进步和发展也使得小学生的心理健康面临着更多更大的压力和挑战。社会的发展变化对学校培养的人才提出了更高的要求。