

# 小学心理健康教育活动中班(优秀8篇)

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

## 小学心理健康教育活动中班篇一

1. 知道每个人都会有害怕的感觉，愿意表达自己内心的恐惧。
2. 能够想办法消除害怕的心理，知道害怕时可以通过各种方法解决。

1. 幼儿前期调查（调查表）：知道自己和家人害怕的事或物；
2. 绘本《我好害怕》、成长树ppt

一、绘本植入，了解小熊的害怕。

1. 你们看，谁来了？小熊的心情怎么样？你从哪里发现的？
2. 小熊遇到了哪些害怕的事情？它害怕的时候会想什么？

小结：小熊害怕的时候想哭、想找妈妈。

关注点：

幼儿对绘本内容是否感兴趣，关注幼儿表达猜测和想法的积极性。

1. 课件辅助：让幼儿直观感受画面内容。

2. 问题引导：通过提问，引导幼儿关注画面信息并结合自身经验进行表达。

本环节是让幼儿通过观察猜测小熊的情绪状态，知道小熊害怕的事情。

二、生活回顾，说说我们的害怕。

1. 结合前期调查大胆说说自己或爸爸妈妈害怕的事情。

2. 关注幼儿间的个体差异。

1. 榜样示范：鼓励幼儿根据自己的调查信息较完整的表达。

2. 质疑推进：将质疑的权利交还给幼儿，通过孩子的交流知道原来大家都会有害怕的时候。

3. 相互交流：引导幼儿相互讲述，给每位幼儿提供讲述的机会。

本环节是让幼儿通过调查展示、交流讨论等形式，鼓励幼儿结合实际大胆讲述自己或爸爸妈妈害怕的事和物。通过相互间的交流讨论知道原来每个人都会有害怕、担心。

1. 小熊害怕汽车、巨大的声响声……那你害怕什么？

2. 出示调查表：请幼儿说说自己或家人害怕的事情。

(1) 你害怕的是什么？为什么会害怕？

(2) 害怕的时候你心里有什么感觉？

(3) 爸爸妈妈有害怕的时候吗？他们害怕的是什么？

小结：小熊有害怕的时候，小朋友有害怕的时候，大人也会有害

怕的时候,我们都会害怕,所以害怕没有什么丢人的。

### 三、互动交流，形成新经验。

1. 愿意分享自己解决害怕的方法。

2. 幼儿的倾听习惯

1. 自主交流：创设机会引导幼儿能积极分享自己解决害怕的方法，积累不同的经验。

2. 个别鼓励：对幼儿的回答进行肯定与鼓励。

3. 课件辅助：设置成长树，鼓励幼儿结合经验说说用什么办法可以克服害怕的心理。

本环节是让幼儿参与交流讨论，根据生活中不同的害怕说说解决的办法，从文学作品到自身实际相连接，进行经验的迁移。

1. 当你害怕的时候，有没有好办法让害怕的感觉好一些呢？

2. 幼儿自由交流后，说一说用什么办法可以把害怕赶走。

3. 经验梳理，我们的成长树。

（1）出示成长树：这颗树上藏着很多小朋友害怕的事情，现在我们要一起把这些害怕消灭掉。相处一个解决的方法，这颗树上就会长出一个爱心。

（2）有小朋友害怕黑夜，谁能帮忙解决这个问题？

（3）害怕蛇怎么办？

小结：原来，解决害怕的方法有这么多。害怕的时候可以向别

人说出来,可以让妈妈抱一抱,可以找好朋友玩,可以做自己喜欢的事情。

#### 四、延伸活动——漂流瓶的秘密

1. 还有很多小朋友正在面对害怕的事情,我们一起把这些解决害怕的秘密分享给他们吧。

2. 幼儿表征,放入漂流瓶送给朋友。秘密的分享能增加幼儿本身的信心。也能使更多的孩子获得缓解害怕的经验。

活动中让孩子说害怕的事情,交流对害怕的感受,让孩子的情绪一下子得到释放。绘本中小熊对害怕的感受也是孩子们曾经有过的,熟悉的生活经历很快引起孩子的情感共鸣和迁移。调查表的运用更是能让孩子了解,原来爸爸和妈妈也有害怕的时候,害怕可以通过很多办法解决。孩子获得的体验是多元的,经验也在与教师、同伴的互动交流中得以提升、内化。成长树环节的设置,克服一个害怕就有一个爱心,让幼儿有正确的自我认知,了解每个人都有害怕。但是,只要战胜害怕的心理,可以可到更多的开心、快乐,效果较好。延伸环节漂流瓶的设置,能让幼儿在自己获得解决害怕的方法时还能给同伴带去经验分享。

## 小学心理健康教育教案中班篇二

真诚、慷慨地赞美他人

1、帮助学生熟悉到赞美在人际交往中的重要作用,并消除对赞美的错误熟悉。

2、通过活动使学生初步把握赞美技巧和方法。

3、增进班内良好人际关系的形成和发展。

在日常生活中，人们经常忽略、羞于甚至不屑于赞美别人。事实上每个人都有肯定和维持自己现有的思想和行为的倾向，而来自别人的赞美强化了我们对自己的思想和行为的信念，使人感到愉快和自我价值的实现，对赞美者亦会报以感激或友善的回应，因而赞美往往有助于良好人际关系的建立。但是赞美的有效性是有条件的，是需要技巧和策略的，因而需要练习。

一、教师讲授故事《改变人生的批注》，引进课题

二、活动体验

1、评选“班级之星” “班级之星”是指在某方面表现突出的同学。评选时先由班上的同学自由提名候选人并阐述理由，然后全班进行表决，假如有半数以上同意，则当选为“xx”（如：体育之星、助人为乐之星、劳动之星、手工制作之星等）。教师在此项活动开始之前应夸大每个同学即使是成绩差和平时表现不太好的同学都有自己的特长和优点，都可以成为“班级之星”的候选人，鼓励其他同学多为差生和中等生树立自信。活动之后，将评选结果记录下来、课后张榜公布，而且可以建议班主任每月进行重新评选，以增强学生的自信心和进取心，形成良好的班风。

2、教师请3—5位当选为“班级之星”的同学谈谈自己得到别人的肯定和赞美后的感受。

三、分析讨论

1、教师：在这个世界上我们每个人都需要得到别人的肯定和赞美，赞美不用花费太多的气力，却给别人带来欢快和自信，与此同时别人也给予我们善意的回报，从而有利于我们建立良好的人际关系。但事实上我们对赞美他人是非常吝啬的。

3、就常见的阻碍人们使用赞美的观点，让学生进行分组讨论，

教案《心理健康活动课教案》。如：“赞美别人就是拍别人的马屁，就是恭维”；“赞美只会给别人带来欢快，而对自己没有好处”；“赞美他人（尤其是自己的对手）即是贬低自己”等等。

4、每个小组派一位代表上台阐述自己的观点，教师应尽量营造自由□xx的气氛，让学生充分发表自己的意见，并答应持不同观点的学生进行辩论。

5、教师针对讨论的各个观点发表自己的见解。以“赞美就是恭维吗？为例：恭维和赞美是完全不同的，前者出于功利目的，很虚伪，嘴里说别人好话，心里却在暗骂或暗地里嘲笑对方。而赞美别人则是心口如一的，你赞美他的地方正是你欣赏他的所在。

#### 四、灵活运用

2、分组讨论：应该怎样赞美别人？

3、每组派代表就赞美的技巧和方法发表自己的观点。

4、教师总结：学习赞美实际上就是学习鉴赏术。懂得对方的美才可以赞美。由于懂得鉴赏你才能正确地说出对方美之所在；赞美要尽可能具体；要赞美他人身上并不是显而易见的优点和优点；赞美必须真诚，必须发自肺腑，否则就成了恭维。而发自肺腑的赞美需要一颗布满自信的爱心，需要一种不断学习他人、完善自我的胸怀；赞美要及时。在发现可赞美之处时就马上赞美，这时你的语气会是最真诚的，因而效果也是最好的。

5、教师选择班上的一位学生（尤其是平时在班上沉默寡言，自卑，很少被人重视和表扬的学生）进行赞美的示范。

6、学生试着运用刚刚习得的技巧和方法来赞美自己的同桌。

## 五、教师总结

赞美的语言胜似美妙的音乐，永远在他人的记忆深处歌唱。所以在你天天的生活之旅中，别忘了为别人留下一点赞美的温馨，这一点火花会燃起友谊的火把。当然，我们在学习赞美的'时候不要忘记赞美一个你最好的朋友——你自己，由于它能使你变得更悦纳自己，更自信。

## 小学心理健康教育活动中班篇三

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。能够说，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，现代社会的快速提高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。

设计此次活动，旨在让学生懂得不但要有强健的体魄，有获取信息、加工信息和应用信息的潜力，更要有健康的个性心理品质和良好的社会适应潜力。

- 1、让学生明白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潜力。
- 3、每个人都应以用心、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。

- 1、课件(名言、图片、音乐等)。
- 2、心理小测试题。心理专家的牌子夹
- 3、学生带好笔。学生奖品

4、相应材料□□x□□□

5、小花50朵，大花1朵

(一) 欢乐篇 (学生绘画, 背景音乐一)

导入, 揭题。

1、师: 同学们, 万物滋润, 百花盛开, 听, 大自然中花开的声音, 多么美妙, 充满生机, 充满活力, 你的桌上也有一朵这样的花。

学生拿起教师为他们各自准备的一朵含苞欲放的花。(教师拿起花)

师: 这朵美丽的小花就代表你自我花是美丽的你同样是美丽的。  
(教师放下花) 人人都说生命如花让我们来观赏一下花开的情景。

2、(点击课件, 欢乐篇): 大屏幕上出现一朵、多朵开得绚烂无比的花(要有花开过程的动感美)

师(手指画面): 花儿在阳光、雨露的滋养下开得是如此美丽。生命如花, 你手中那朵美丽的小花仿佛就是你自我。(点击课件, 回到到主界面)

3、揭示主题: 风雨后, 花儿绽放得更美丽(教师口述课题, 贴大花)

师: 把我们的心的交给这句话, 和教师一齐慷慨激昂地说,  
(教师手指课题)

故事: 如何战胜挫折(从海伦·凯勒身上得到启发) 课件: 图片话语话



请学生回答。

那海伦看到了什么？（点击课件）教师请班里朗读最好的同学来读海伦·凯勒的内心独白。

师：你读到了海伦的内心世界里了，这就是海伦心中看到的世界。一个盲人眼中的世界。让人心动，让人感动。

名人的故事激励我们积极向上让我们再次认识了海伦姐姐，你必须感受很深，讲出来与大家共享。

师引导：海伦应对人生挫折，没有自暴自弃，选取了与命运抗争，取得了成功。正因为如此（点击课件出示话）

6、教师小结：海伦姐姐你不屈不挠的奋斗精神永远留在我们的心中。海伦的书

师：接下来这个故事是教师听来的，听后，深深地打动了我的心。这是个关于帽子的故事。（点击课件）

7、听教师讲故事：苏珊的帽子

学生交流教师引导。

苏珊在担心什么呢？

苏珊为何简单自如了呢？

你想对苏珊或他的教师或他的同学说些什么吗？

师：当别人遇到挫折时，就应伸出援助之手，帮忙别人战胜挫折。

8、师：小组讨论，假如你的同学遇到挫折，你会教他一招战胜挫折的方法吗？

（点击课件）

战胜挫折解决的办法有:a□发泄法：打枕头，写日记

b□转移法：到外面玩，做别的事

c□换位法：别人遇到此事会怎样做

d□安慰法：塞翁失马，焉知非福

e□求助法：找人倾诉寻找办法

教师根据学生的回答点击相应点，并引申拓展。

师：战胜挫折有那么多方法，如果你遇到了挫折，就能够用上这一招半势。

#### （四）彩虹篇

1、师：如果每次你都能战胜挫折，那挫折将成为你成长的宝贵财富，我们相信，风雨后，花儿绽放得更美丽！看！

2、（点击课件）女排姑娘的故事（三个阶段）音乐：《阳光总在风雨后》

师：中国女排重新登上世界最高领奖台，靠的是女排姑娘们顽强的毅力、奋力拼搏的精神和一次次不怕输的良好心理素质。听说陈忠和教练和女排姑娘们最喜欢唱一首歌！

师：对！《阳光总在风雨后》

#### （五）升华篇

师：教师课前收集了一些关于挫折的名人名言。

## 1、点击课件：

千磨万击还坚韧，任尔东南西北风。郑板桥

我觉得坦途在前，人又何必因为一点小障碍而不走路呢？鲁迅

卓越的人一大优点是：在不利与艰难的遭遇里百折不挠。贝多芬

学生朗读。读给自我，从你们的读中教师感到了你们战胜挫折的勇气和信心，为自我鼓掌！

## 2、名言是我们的指路明灯激励自我勇敢地与挫折作斗争

你能创作一句吗送与好朋友共勉。拿出你的小花，请写上一句，并在末尾署上你的姓名，使此句成为你的名言。举一例后，互赠名言！

## 3、总结（背景音乐《阳光总在风雨后》）

师：成长的路上有阳光，有风雨，就看我们如何应对要学会与命运抗争笑着完成每一次作业笑着应对每一次考试，笑着度过每一天，让挫折成为你成长的阶梯挫折就会为你更为精彩的人生喝彩！

勇敢应对生活有你、有我、有他让我们共同应对。

（点击课件）听，熟悉的旋律又充盈我们的课堂，让我们在歌声中结束这节课吧！

5、师：同学们、亲爱的少先队员们，张开双臂挥动手中的小花，一齐哼唱这首歌吧！笑着拥抱挫折吧！（点击课件）

# 小学心理健康教育活动中班篇四

- 1、通过故事和各种体验，了解黑夜并不可怕，并能用各种方法克服对黑夜的恐惧心理。
- 2、能在集体面前讲述自己一个人睡勇敢经历或者坦然讲出不敢一个人睡的原因。
- 3、通过创设情景，了解夜晚，激励幼儿乐意尝试一个人自己睡。

## 一、经验导入

1□ppt1这是什么时候的情景？——这是一个宁静的夜黑。

2、你发现了什么？——关灯、睡觉了小结：睡觉是件舒服的事，可以让我们的的大脑、身体得到休息。

3、那你们是一个人睡的还是跟大人一起睡的？（出示调查表，幼儿将笑脸贴在相应的地方）

4、为什么不敢？到底怕什么呢？

回应：有一只怪兽，长得什么样？他觉得很可怕！

黑漆漆的，走路看不见，所以你！

黑黑的夜让人心里有些害怕，你们是不是也有这样的感觉。

做恶梦，会梦到危险、害怕的事，所以你怕！

小结：看来你们真的有点害怕，怕黑，怕做梦，怕怪兽伤害……你的心情我们能理解，害怕是很正常、自然的事，不要感到难为情，就连你的爸爸妈妈、老师也都有害怕的事，

只要把害怕的事说出来，就能想办法解决。

## 二、故事体验。

1、出示小老鼠图片，有一只小老鼠也和你们一样。这是他第一次一个人睡，躺在床上怎么也睡不着，他害怕，害怕黑漆漆的夜，总觉得那边的墙角有一个黑黑的大怪物，一想到这儿，他就吓得浑身哆嗦。

突然，（风声+啪啪声）这是什么声音啊？是人、是怪物、是……小老鼠马上蒙住眼睛紧张极了，他一动也不敢动。过了一会，他战战兢兢的朝窗外瞟了一眼，什么也没有，只得回到床上□□ppt□~~□水声）这样的声音一直从那个房间传来，到底是什么啊？小老鼠捂着被子害怕的哭了起来□□ppt□2□理解、释疑师：（1）刚开始，小老鼠为什么睡不着？——有怪物。墙上那个黑黑的东西真的是怪物吗□□ppt□小结：原来只是一件大衣的影子，其实在我们身边根本就没有怪物，看到的都是一些黑黑的影子，一点都不可怕！

（2）后来呢？小老鼠害怕什么？——声音怎样的声音？可能是什么？——风声、玻璃窗敲击的声音还听到什么声音？——下雨声、水龙头的水漏了是不是这样？我们来听一听□□ppt声音）小结：这些声音都来自大自然，没有什么可怕的！

现在的小老鼠还害怕吗？原来啊！这都是他的心里在作祟，自己胡思乱想，才会让自己越来越害怕。睡觉时只要管好门窗，我们的屋子还是很安全的。

## 三、再次调查“你敢一个人睡吗”？

小结：原来刚才介绍的孩子一开始也是不敢一个人睡的，后来他们用了一些好办法克服了对黑夜的害怕，慢慢地就敢一个人睡了！他们觉得一个人睡觉好舒服，说明你们真的长大

了！

3、现在，我们想再来调查一下，你们这些孩子现在愿意尝试一个人睡了吗？（贴在第2次调查表中）（贴笑脸）

4、小结：这一次又有xx个孩子愿意尝试，我们为这些孩子拍拍手，你们已经愿意克服心中的害怕了，真勇敢！当然，怕一个人睡并不是一件丢脸的事，几乎所有的人都经历过，现在把它说出来或者承认它说明你已经不害怕了！老师相信你们再过一段时间，你们也会愿意尝试的！

策略二（如若所有的孩子都选择了敢）教师回应：看来，我们班的孩子都很勇敢，都认为黑夜不可怕，真为你们骄傲！但是周围像你们一样大的孩子中还有很多不敢一个人睡的，你们能不能鼓励他，并告诉他“害怕一个人睡并不是一件丢脸的事，只要你愿意承认、愿意尝试，是可以克服的）四、不怕黑夜的方法接下来，我们就利用大家的智慧来一个个的解决哪些你们害怕的问题。

1、怕从床上滚下来（1）有什么好办法（2）教师根据幼儿交流的内容播放ppt□3□小结：方法真不错，床边放几把椅子或枕头、被子这样人就不会滚下来了。

3、怕做恶梦（1）为什么会做噩梦，或是由什么引起的？

（2）你们有好办法吗？

娃娃——抱个娃娃多么温馨，有了它就像有了个伴！

4、怕黑（1）有什么办法可以让我们不那么怕黑？

小夜灯——远远地点上一盏小灯，这样房间里有了一丝光线就不会害怕了手电筒——方便黑夜上厕所等紧急事件蜡烛爸妈陪伴一会——会让你安心故事书。

教师和幼儿一起数到十，孩子出来。

采访：教师拥抱孩子，下面的孩子有什么问题问他们！

小结：看来，黑暗并没有我们想象中的那么可怕，没有怪兽，没有伤害，黑黑的充满了温暖、宁静，还有些神秘！

除了黑屋，这里还有一条长长的、漆黑的隧道，谁愿意尝试。现在有两种选择，你可以尝试黑屋，也可以挑战隧道！但只有一个要求：保持安静，静静的去体验，把你的感受记在心里。

教师采访幼儿：你体验的是什麼？黑屋，里面有让大家害怕的东西吗？什麼感觉？

开始的时候你害怕吗？怎麼克服害怕的？后来呢？如果再有一次机会，你还乐意去吗？

小结：隧道里面虽然黑，但没有什么可怕的东西，只有慢慢的前进，让眼睛适应黑暗，就不会有危险，你们也就不会害怕。

看来，黑夜并不那么可怕嘛！黑黑的夜充满了神秘、有趣，还能带给我们快乐！黑夜就像我们的眼睛被蒙上了一层黑纱，当我们揭开面纱，发现所有的一切还是和白天一样！（开灯，全亮）五、喊走害怕现在，你们还害怕黑夜，不敢一个人睡吗？这样，我们最后大声的害怕的事讲出来，并且告诉它“我不怕你”。最后一起喊“黑夜我不怕你！”最后老师预祝我们的孩子都拥有一个美好的夜晚，祝在座的每一位老师也都拥有美好的夜！

## 小学心理健康教育教案中班篇五

1、对学生年龄特征的阐述：

一个人在一生中会遇到各种困难和挫折，如果能够从小就锻炼较强的自信心，对其一生都会产生重大影响。这个时期的学生经历几次失败后，很容易会失去信心，非常需要予以关注和指导。如果学生能够不断获得自信，他们做事就会有把握，就能很好地独立处理问题，就容易获得成功。因此，教会学生建立与巩固自信的方法，并鼓励他们在生活中不断应用，有助于学生健康成长。

## 2、对本课活动意义的阐述：

自信是成功者必备的心理素质。自信不但能带来快乐，愉悦的内心体验，更能激发人的各种潜在能力。要建立和巩固自信，关键是不断地自我激励与自我训练。而科学、实用、有效的方法是自助训练获得成功的基础。本课通过对“不倒翁”的观察获得启示，教会学生建立和巩固自信的方法，并鼓励他们在生活中不断应用。

### 辅导目标

- 1、认知辅导目标：通过活动使学生了解自信的重要性。
- 2、情感教育目标：通过游戏活动，帮助学生了解自己的长处，消除胆怯，自卑，树立学生的自信心。
- 3、能力训练目标：感受自信，学会建立与巩固自信的具体方法。

### 辅导重点

建立和巩固自信的方法。

### 辅导难点

持之以恒，激励自己，形成自信心。



## 辅导策略

1、情境教学法：利用多媒体辅助创设情境，激发学生学习兴趣，增强学生的心理体验，让学生通过进行自我欣赏的活动，发现自身的优点，增强自信心。

2、自主合作探究法：对于如何树立自信心这个问题，学生不容易概括，采取小组成员合作探究的方式。

## 辅导过程

针对小学生年龄及心理特点，结合新课程的理念及本节课内容，我设计以下五个教学环节：

### （一）、玩玩想想，激趣导入

兴趣是孩子最好的老师，低年级孩子们的学习兴趣，往往停留在节奏明快的音乐上，色彩鲜艳的图画上，活泼可爱的小动物上，生动有趣的动画片上，为了让学生能以最佳状态进入到这节课，我在开始安排了让学生动手玩“不倒翁”的游戏，活跃气氛，放松学生的心情，消除紧张感，使学生从形象的“不倒翁”身上受到启示：只有自信才会不倒的道理。然后导入到本节课主题————“自信不倒翁”。

### （二）、自我认识，测定指数

小学生所经历的事情不多，感知和认知能力均比较弱，在学习和其他活动中，很容易遇到困难和挫折。每当学生遇到困难和挫折的时候，老师就应当耐心给他们讲清楚做任何事情都要有接受成功和失败的两种结果心理准备，不要因成功而忘乎所以，因失败而丧失自信。成功了，要善于总结经验，为下一次的奋斗而努力；失败了，更要认真吸取教训，引导学生分析失败的原因，寻找成功的窍门。

然后通过出示测试题，测定学生信心指数，让每个同学了解自己，认识自己，为学生营造一种轻松愉悦的'心理氛围。

### （三）、学习方法，快乐实践

1、出示图片——两种相反的仪表：一种是整洁、得体、大方的，一种是邋遢的。学生小组讨论，说说哪些仪表特征能增加自信？通过辨别、对照，学生对整洁、得体、大方的仪表会增加自信心，而邋遢的仪表会削弱自信心。与生活实际紧密相连，使学生懂得重视仪表能为自己带来自信。

2、出示场景图，启发学生从以下几个方面来欣赏自己：如外貌，性格、能力、特长、人际关系，在学校和家里的表现等方面。通过自我欣赏，学生会惊喜地发现自己身上有很多优点，使他们获得成就感，愉悦感，树立自信，扬起生活的风帆。

3、教师演示，如：我演讲比赛得了二等奖，大家都表扬我。我是一名教师，有好多可爱的学生。我有一个好朋友，遇到困难找他帮忙。通过练习，学生明白自我鼓励也是增强自信的有效途径。

4、学生分组进行欣赏自己的活动。请每位学生在纸上写下欣赏自己的方面，对自己进行积极肯定的评价，使学生们都能清醒地认识到自己身上的闪光点，增强自信心。

5、如果把自己作为朋友，进行自我谈话，自我鼓励也是增加自信的好方法。遇到下面的问题你会怎样做？这个环节我预设了三道练习：

学生完成练习后，以开火车的形式回答，力求人人作答并一一给予鼓励。让学生明白生活中、学习上，有不少事是好是坏，很大程度取决于自己的想法。只要相信自己，快乐、成功就会伴随在自己的身边。

#### （四）巩固方法，模拟训练

通过学习，学生已经学会了建立自信的方法，要巩固自信，就需要每天鼓励和训练自己。对学生进行“自信每一天”的模拟训练：如起床后：对着镜子微笑说：“今天我能行！”上学路上：给所有的人以微笑，昂首挺胸大步向前。课堂上：积极举手，大胆发言。下课后：主动找平时不太熟悉的同学做玩伴。睡觉前：对自己说“干得不错，明天会更好。”让学生在模拟训练中巩固自信，认准目标，树立信心，朝着这个目标努力，一定会实现自己的理想。

#### （五）总结延伸，情感升华

此环节，我运用多媒体播放歌曲《相信自己》，让学生从歌声中体会自信带来的快乐，让学生从歌声中充分的感悟自信的魅力，从而激发他们成为一个自信的人。歌声结束后问：同学们，你们相信自己吗？你们这自信的回答真让老师兴奋，自信是人生旅途中美丽花草的种子，播下自信的种子，就能绽放出美丽的花朵。拥有自信，你的世界会无限大，生活会无限好；拥有自信，你就会美丽到永远。同学们祝愿你们在自信和快乐中成长！

### 小学心理健康教育教案中班篇六

儿童画具有多种教育功能，自主性绘画把这种种教育功能与儿童的心理发展特点紧密结合在一起，通过启迪儿童的心智，激发儿童的情感，促进儿童的心理发展，来提升儿童绘画的教育功能。

儿童绘画的教育功能具有丰富的心理内涵。儿童画是艺术，但孩子从来不会为艺术而艺术，他们在绘画中总是全身心地抒发自己的审美情感，从而获得美的情操；儿童画是形象语言，但他们不会单纯为美而画，图画是他们与人沟通的符号；儿童画是孩子的自己表现，表达了他们的思想、经验、情感

和愿望。

自主性绘画从主题的确立、内容的界定、画面的组织、形式的选择等构思和构图以及表现过程，都融合着儿童的人格发展特征、智慧发展水平、社会认知特点、审美水准以及表现能力。所以，儿童在完成一幅自主性绘画的过程中，浓缩了自身的智、德、美多元素质。本着“画内功夫画外学”的道理。围绕自主性绘画对儿童进行多维度知识教育他们在丰富知识的过程中发展了感知觉能力、观察能力、想像能力和解决问题能力。自主性是创新之魂，创新是已有知识的重新组合，需要思维模式的转换自主性绘画正是着眼于这几个方面启迪儿童的心灵，帮助儿童一步一步地提升绘画水平，使绘画达到具有新颖性和独创性的自主创新水平。

多数学者把儿童画的发展过程分为涂鸦期、象征期、图式期和写实期。分析其划分的标准，似乎是以绘画方式为依据，而实际上这种划分标准的背后隐含的恰是儿童心理发展的阶段性特点。涂鸦期是感知动作思维的绘画表现，以满足儿童的主动动作乐趣和感知兴趣并体验感知和动作的协调；象征期是具体形象思维初期的绘画表现，它反映了外在图像对内在经验的激活，或反之，内在经验对外在图像的界定，是图像与表象的结合；图式期是儿童对客观世界认知的符号化特点的图画表现。比如把人画成正面直立人，动物是侧面形象，花是顶面观察的形态等，并且在一段时间内将这些形象模式化，这是认知发展过程的一个必经阶段的表现式：关于写实期，我们认为这个分期并无普遍意义，经过自主性绘画指导的儿童不是进入写实期，而是发展为图画创新期，这个时期的儿童画充满了想像和独创，是创造性思维的绘画表现。

本着教育与心理发展相结合我们指导儿童画遵循以下基本原则。

第一，激发能动性。对儿童而言，自主创新活动必须源于兴趣和热情，所以，需采取多种激励方式使儿童既能表现即时

的绘画热情，也能保持持续的绘画兴趣。

第二，注重转化。通过所教的知识 and 绘画基础技能激活已有经验，使新旧知识结合，从而将新经验内化，绘画需要时，再引导幼儿重新组合、转化为新颖的绘画内容。

第三，促进和助长。儿童绘画本来就具有自组织发展规律，具有自生成、自发展的特性，教师的指导实际上是协助儿童的主体行为，使儿童的绘画能够适时地超越自己。

第四，优化教师的指导作用。自主性绘画更需要教师的教育选择和适时指导，教师的选择、策划、组织、必要的适度干预以及与答案保持一定距离的引导策略都是不可或缺的。

## 小学心理健康教育活动中班篇七

- 1、帮助幼儿初步认识新冠肺炎。
- 2、提高幼儿对新疫情防范意识。
- 3、加强幼儿对疫情防范方法的了解和使用。
- 4、提高幼儿对医务人员的敬畏。

- 1、如何控制课程力度，避免造成幼儿恐慌。
- 2、如何制造轻松课堂氛围。

香皂，洗手液，水龙头，消毒水，75%酒精，抹布，盆，拖把，手套。口罩(学生自带)，冠状病毒图样头饰，护士帽，医生胸贴。贴有 120 标签的游戏车。

- 1、引入

师：小朋友们春节过的怎么样？去亲戚家还是在家？

师：有些小朋友在家，有些小朋友出门了，出门的小朋友有没有戴口罩啊？

师：戴口罩的小朋友棒棒的，懂得保护自己。这个春节我们迎来了一个不一样的怪兽，他的名字叫冠太郎，是和灰太狼一样“我可能还会回来”的冠太郎，你们想不想看一下这个怪兽。

幼：不想。（这时候就要激发孩子的英雄主义了，小朋友都有保护父母或者同伴的英雄主义）；2、故事讲述：

师：好的，那我们一起来看这个怪兽长什么样（放病毒图片）。

（故事按照“中国疾控中心防护宣传儿童版”讲述）

幼：小猫，小狗，人。师：我们一起看怪兽冠太郎会怎么办，（放病毒接近人图片），冠太郎召集他的子民一起出发，他们来到一座大山前，山上有几个洞口，这座山是谁？是正在杀小动物的人，还有吃动物的人，山的入口原来是人的嘴巴和鼻子。于是啊，冠太郎派出了他的先锋部队从鼻子和嘴巴进入人的体内，先锋部队在人的口水和肺部安家了。

“报告国王，我们已经做好新家园的一切准备，可以让我们的子民进来了。”“好的”这时候冠太郎带着他的子民住进了人的身体里。于是冠太郎的’子民在人的身体里生了很多的小宝宝，人的肺部被攻占了。

“阿嚏”有人感冒了。

“哎呀，你怎么这么烫，你发烧了”有人发烧了。

“快去医院看看”有人赶紧去找医生帮忙。

这边，人的身体粮草很多，冠太郎子民吃饱了后，宝宝越来越多，住不下了怎么办？怪兽冠太郎再一次召集他的子民，“这个人已经发烧了，我们需要找新的家园，国王我们进攻别的人吧”子民提议。

“好的” “冠太郎国王，我们进攻谁会成功呢？”（放不锻炼挑食的人图片）“当然是不锻炼抵抗力不强的人了” “还有不爱洗手的，脏脏的” “还有” “我最爱扎堆在一起玩的，我可以带我的家人从一个人身上跳到另一个身上” “我喜欢门窗关的紧紧的，我最怕通风了” 子民们提议。

## 小学心理健康教育活动中班篇八

设计意图：

随着社会的进步，科技的发展，在现今生活的各个领域中越来越需要人们具备与人合作、与人分享品质。为适应当今飞速发展的社会需要，从小培养孩子的合作意识，团队精神是非常重要的。在《幼儿园教育指导纲要》社会目标中也指出“乐意与人交往，学习互助、合作与分享。”由此可见，培养幼儿建立“与人合作与人分享”的品质已经成为当前幼儿教育的重要目标之一。中班幼儿在生活中萌发了初步的合作意识，但我们在实际生活中仍可以经常听到幼儿在互相的争抢玩具，互相地取笑对方。要让他们真正了解合作在人生中的重要性，还需要教师的引导和幼儿的进一步体验和感受，基于此，我设计了“团结合作真快乐”的教学活动。让孩子们在活动中，亲身体验团结的重要性和合作成功的愉悦。

- 1、使幼儿初步认识到学会合作的重要性和必要性，培养幼儿乐于与人合作的意识以及团结一致的精神。
- 2、初步掌握如何进行团结合作，培养合作能力。
- 3、体验合作过程，让幼儿享受合作成功的喜悦之情。

帮助幼儿树立团结合作的思想。

使幼儿亲身体会到团结合作的重要性。

1、有音乐背景的ppt10张。

2、四个身大口小的瓶子，16个系上绳子纸球。

3、泡沫垫子10块，海龟、鲨鱼头饰各一个。

（一）导入课题，激发兴趣。

1、谈话

师：我是谁？（相互问好）

我是海龟妈妈，今天带你们去沙滩上去玩玩□ppt1□跟着妈妈在音乐中进入场地）

2、练习动作

师：跟着妈妈练习本领。（听着音乐做动作）

（二）体验游戏，学习合作。

1、谈话

2、游戏《快乐岛□ppt2—8

游戏若干次结束。

（三）实践活动，总结提高。

鲨鱼爸爸：海龟宝宝你们好！我是海龟爸爸，你们真是一群团结友爱、相互合作的好孩子。我遇到麻烦了，想请你们帮



忙。我的海龟蛋宝宝被大鲨鱼拿走了，被放在瓶子里，请你们快想想办法救救它们。

设问：发生什么事了？那怎么办？

师：大鲨鱼在那儿呢，现在大鲨鱼不在我们赶紧去救它们吧。

## 2、游戏《纸球出瓶》ppt8

游戏第一次。

设问：你们是怎么救出蛋宝宝的？

你们为什么没有救出蛋宝宝？

（总结、分享成功和失败的原因）

游戏第二、三次。

小结：我们相互团结，共同合作救出了蛋宝宝，真开心！

（四）结束活动。

师：海龟爸爸一定等着急了，我们赶快送蛋宝宝回家吧。