情绪的管理教案教学反思 幼儿情绪管理教案(模板7篇)

作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？下面是小编为大家带来的优秀教案范文，希望大家可以喜欢。

情绪的管理教案教学反思篇一

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。

重点难点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。

策略：

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。关注点：

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策略：

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。

提问：

（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。关注点：

1.愿意分享自己解决害怕的方法。

2.幼儿的倾听习惯策略：

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。

情绪的管理教案教学反思篇二

1、了解自己现有的已掌握的方法。

2、进一步学会更多的寻找快乐地策略，学会更好调节自己。

3、能够在生活中寻找快乐锻炼自己拥有积极健康的心理状态。

让学生学会自我调节情绪。

掌握快乐情绪的方法。

一、导言

活动一播放倒霉熊爬山视频

分析：出发时及登山中，倒霉熊的情绪。

引出本课内容：情绪

二、授课

出示情绪卡片，积极情绪、消极情绪分类。

活动二

1、讲故事：大郎与二郎

从前，有一位老太太，她有两个儿子，大儿子在卖雨伞，小儿子开染坊。天晴时，老太太就发愁：“唉！看这个大晴天，哪还有人来买我大儿子的雨伞呀！”下雨时，老太太就发愁地说：“唉！我小儿子的衣服到哪里去晒呀。”就这样，老太太一天到晚，愁眉不展，吃不下饭，睡不好觉，日渐憔悴，病倒了。

2、请你说说老太太发愁的情绪产生的原因是什么？

3、怎样才能让老太太高兴起来？

4、这说明了一个什么样的道理？

（学生先自行思考，然后同桌交流，举手回答。）整理答案：

（1）因为老太太的需要和愿望没有得到满足。对于大儿子的生意，她希望每天都下雨；对于小儿子，她则希望每天都是晴天。所以无论雨天还是晴天，她都有另一半的愿望没有满足。

（2）可以让老太太反过来思考，一到下雨天，大儿子的雨伞就卖得特别好，天一晴，小儿子布鞋特别畅销，这样不管天晴还是下雨，两个儿子都有生意做，这样会让老太太开心了。

（3）这说明同一事物因我们思考的角度不同就会产生不同的情绪反应，当我们因为一件事而困惑时，不妨换一种角度去思考，也许问题就不是问题了。情绪是可以调节的。

活动三：遇到好事、坏事时的表现留住“好朋友”，转化“小坏蛋”

活动四：五指行动

小组合作，找到转化消极情绪的好办法，写在手掌图中。

方法之一：转移注意力

方法之二：合理发泄情绪

方法之三：理智控制法

三、 总结，教师寄语

你不能决定生命的长度，但你可以控制它的宽度你不能左右天气，但你可以改变心情你不能决定容颜，但你可以改变气质你不能控制他人，但你可以掌握自己你不能预知明天，但你可以利用今天你不能样样顺心，但你可以事事尽心。

情绪的管理教案教学反思篇三

1.知道紧张是一件很正常的事，学习用各种方式排泄紧张情绪。

2.大胆表述自己产生紧张情绪的事情或过程。

3.知道一些保持身体各部位整洁卫生的方法。

4.学习控制自己的情绪，难过或疼痛时不哭。

课件、画笔、纸、视频展示台

（一）观看课件，回答问题

播放课件。

师：你看到画面上有谁？它怎么了？这群受伤的小玩偶要去干嘛？

幼：有一些受伤的小玩偶，他们要去看病。

师：你去看病的时候，心情是怎样的？谁来说一说？玩偶们在等待看病的时候的心情又是怎样的呢？（幼儿讨论，并说一说）

（二）仔细观察，描述不同表情

师：请注意观察小玩偶们的表情变化。

操作课件，并用“门开了，进去一个，出来一个”的句式请幼儿观察、说说玩偶们表情的变化。

师幼共同总结玩偶们表情的变化。（课件中将几个场景结合起来，一起观看、比较。）

（三）操作、介绍

问：你有过这样的让你紧张、害怕的事情？你能用画的方式把这些事情画下来吗？

请幼儿介绍（利用展示台）介绍完后再请所有幼儿一起贴一贴。

幼：1.紧张了会让疼痛更加重。2.紧张了会心情糟糕。3.紧张了会抑郁。4.紧张了会越来越害怕。

（四）结束活动

问：有什么好方法，能让自己变得不紧张？

师幼共同大声说：我不怕，我一定会勇敢的

通过这次的心理健康活动，我也发现了自身很多的不足之处，如活动中对突发事件的处理，教师的引导用语，怎样有效开展活动等等，都有待自己在今后的教育教学工作中摸索和学习。

情绪的管理教案教学反思篇四

本课的内容是认识我们的情绪以及不同情绪对个人行为和生活有什么不同的作用。情绪指的是人对周围人、事、物的倾向性态度表现。可简单分为喜怒哀惧四种基本类型；不同的情绪对人会产生不同的作用。其核心是情绪对人的行为和生

活的神奇作用，理解它的关键是认识到情绪与情境的关系，正是由于有不同情境下不同的情绪才构成人们多姿多彩的生活。本框的重点是我们应辩证地看待情绪的积极作用和消极作用，解决重点的关键是通过对各种基本情绪的体验，认识情绪影响着人们的行为、影响着人们的生活，在此基础上提出“情绪犹如一把双刃剑”，我们应辩证看待情绪的作用。

（一）目标定位

1、知道情绪的含义

2、了解人类情绪的丰富多样性；

3、理解情绪对人的行为和生活的影响和作用。

（二）目标分析

1、知道情绪是人们对周围人、事、物的倾向性态度表现，具有短暂性、不稳定性、爆发性、情境性等特点。

2、了解人类情绪的丰富多样性就是要知道喜、怒、哀、惧是情绪的四种基本类型。

3、理解情绪对人的行为和生活的影响和作用，包括情绪的积极作用和消极作用。

虽然对于不同的情绪每个人都有过不同的感受和体验，学生已经积累了一些经验，但是要真正地理解情绪的含义，还需要教师的进一步点拨。

情绪会对人产生不同的作用。初中学生的心里发展还很不成熟，表现在情绪方面也是如此。他们的情绪容易冲动，易变、肤浅、强烈、不协调两极化明显等特点。引导学生发展良好的情绪品质，有助于学生健全人格的既培养，保持健康的心

态。

导入新课教学：

我们时时都在追寻快乐，却不一定能发现快乐的真谛，其实，只要我们用心地把握自己，学会调节自己的情绪，用积极的、乐观的态度对待生活，就会发现我们的生活真的充满阳光与欢乐。快乐其实就是情绪的一种，我们的生活中存在着多种多样的情绪。那么，什么是情绪呢？情绪有几种类型呢？情绪究竟有哪些作用呢？情绪对我们的生活会有哪些影响呢？我们人的情绪可以调节控制吗？如果可以的话，我们又该怎样调节，才能保持愉快的心情，而不至于成为情绪的"奴隶"，任由情绪摆布呢？这就是我们第六课“做情绪的主人”要学习和探讨的内容。

第一框题丰富多彩的情绪（板书）

导入新课：（教师设置情绪情境）

问题一：遇到下列情况，你会有怎样的感觉？

设计意图：通过身边的小活动，引导学生认识到，生活中会产生各种不同的情绪，不同的情绪表现了人们不同的心情。

师生活动：

1、如果你考试取得了不错的成绩。你会有怎样的感觉呢？（高兴、激动）

2、如果你的同学无缘无故地把你新买的钢笔弄坏了。你会有怎样的感觉呢？（遗憾、气愤，愤怒）

3、如果你的考试成绩不是很理想。你会有怎样的感觉呢？（忧虑或焦虑）

4、如果你的老师让你代表全校同学在大会上讲话。你会有怎样的感觉呢？（紧张、胆怯甚至害怕）

5、如果歹徒持刀抢劫了你的钱包。你会有怎样的感觉呢？（惊恐、愤怒）

6、如果你的亲人患了重病。（忧伤、难过）

（1）情绪的含义：（板书）

情绪通常是由一定的事物所引起的高兴、忧愁、惊恐、愤怒等我们人类的心理感受和体验，是人的心理活动的重要表现，它产生于人的内心需要是否得到满足。

情绪的产生和产生什么样的情绪既与一定的外界事物和情境有关，又与我们自身的心理需求息息相关。在生活中，我们每个人都可能遭遇不同的事情，处于不同的情境中，我们自身的心理需求也可能各不相同，我们自然也就会产生各种各样不同的情绪。

活动二：情绪词语接龙

设计意图：通过活动，引导学生了解情绪的不同分类方法，了解喜怒哀惧四类经典情绪的不同面部表情。

师生活动：

哀：失望哀痛难过遗憾悲伤忧郁凄凉悲哀伤感悲哀心痛悲痛欲绝泪流满面伤心不已

教师小结：

（2）情绪的类型：（板书）

由于我们人的情绪是复杂多样的，情绪的分类方法也很多很

多。其中最常见的是把情绪分为四种类型：喜、怒、哀、惧。虽然情绪是复杂多变、丰富多彩的，但是万变不离其中，我们日常所表现出来的情绪无非都与“喜、怒、哀、惧”有关，比如我们平常的笑、哭、吵架、害怕等都是“喜、怒、哀、惧”的表现。人的情绪在这四种基本情绪的基础上，可以组合成许多种复杂的情绪。如惊喜、悲愤、百感交集等等。丰富多彩的情绪构成了我们多姿多彩的生活。

问题三：不同的情绪对我们的行为和生活会产生哪些不同的影响和作用？（板书）

故事一：《他俩差在哪儿》

宁宁与明明是同班同学，他俩都很爱好乒乓球，同是校乒乓球队的成员，训练成绩也不相上下。在后来的一次全市青少年乒乓球比赛时，宁宁相信自己通过平日的刻苦训练，一定能取得好成绩。因此，在比赛时，他镇定自若，愈战愈勇，最终取得了冠军。而明明在比赛时，却非常紧张，患得患失，一旦失分时就更加控制不住自己的情绪，结果没能发挥出自己应有的水平。

例题一：说说他俩差在哪儿呢？

他俩人的差别在于：他们二人当时所处的情绪状态各不相同。宁宁比赛时处于积极的情绪，容易发挥出自己的正常水平；而明明比赛时始终处于消极情绪中，严重影响了正常水平的发挥。

故事二：英国科学家法拉第，年轻时体质较差，加上工作紧张，用脑过度，身体十分虚弱，多方求治也不见效。后来，一位名医给他进行了检查，没有给他开药方，只送他一句话：“一个小丑进城，胜过一打名医。”法拉第细细品味这句话，悟出了其中的奥妙。从此，他经常抽空去看马戏和喜剧。精彩的表演，总是令他开怀大笑。他还到野外和海边渡假，调

剂生活，经常保持愉快的情绪。久而久之，法拉第的身体逐渐地康复了。

变式练习：从这则材料中我们可得出什么结论？

教师小结：英国科学家法拉第，从开始的“工作紧张，用脑过度”，以致于“身体虚弱”，说明情绪可以对人的身体和生活产生消极影响；从后来的“经常保持愉快的情绪”，以致于“身体逐渐康复了”说明情绪也可以对人的身体和生活产生积极影响。即情绪对身体健康既会有积极影响又可能会有消极影响。

我国有句俗话：“笑一笑，十年少，愁一愁，白了头，”“人逢喜事精神爽”，我国古代医书上也有“喜极伤心”、“怒极伤肝”、“忧极伤肺”、“恐极伤肾”等说法，这些说法都包含着一个道理：人的身心健康与情绪因素有着密切的联系。积极情绪有利于我们的身心健康；而消极情绪则会严重影响我们人的身心健康。

活动三：猜一猜，“谁先死？”

设计意图：通过本活动，引导学生认识情绪的双刃作用：情绪对人的身体健康和正常水平发挥可能产生积极的影响，也可能产生消极的影响。

师生活动：材料：有个心理学家利用猴子做实验。两只猴子同时关在笼子里，一只被捆住，不能动；一只可以在笼子里活动。实验者每隔20秒对猴子进行一次电击，每次放电前5秒，笼里的红灯就会亮起。笼里有一个开关，每当红灯亮起，只要按动开关就可以逃出笼子。可活动的那只猴子发现了这个开关。实验在不间断的进行，结果有一只猴子死了。

请问：是哪一只猴子先死呢？为什么？

教师小结：答案应该是可活动的那只猴子先死。原因是它长时间地高度紧张，最后先于那只不能活动的猴子而死。

教师讲解分析：我们人的情绪就像“神奇果”。它可以使你精神焕发，干劲倍增，也可以使你无精打采，萎靡不振；它可以使你头脑清醒，冷静处理各种事务，也可以使你暴躁焦虑，在冲动中做出后悔莫及的蠢事；它可以使你安详从容，坦然自若，也可以使你紧张慌乱，惴惴不安……情绪严重的影响着人们的行为，影响着人们的生活；情绪又像一把双刃的剑。一方面，情绪可以充实人的体力和精力，提高个人的活动效率，促使我们健康的成长，这是情绪对人的积极影响。另一方面，情绪也会使人感到难受，抑制人的活动能力，降低人的自控能力和活动效率，做出一些让自己后悔甚至违法的事情，这是情绪对人的消极影响。

问题二：你在什么情绪状态下，记忆效率会有所提高，记东西又快又牢，思维也特别活跃？

设计意图：通过引导学生对案例进行分析、讨论，帮助学生认识到消极情绪对人民遵从道德和法律规范的影响，从而懂得青少年的情绪需要调适的道理。

师生活动：当我们处在高兴、满意的情绪状态之中时，我们就会感到精力充沛，工作、学习的效率特别高，会觉得信心十足，自己能够把这件事做好。另外，在这种情绪状态下，我们可能会变得宽容，你与他人的关系也会很融洽。我们感受到的将是生活的丰富多彩，感受到的将是社会的美好和他人的可爱。

教师小结：消极情绪会使人感到难受，会抑制人的活动能力，活动起来动作缓慢、反应迟纯、效率低下；消极的情绪会减弱人的体力与精力，活动中易感到劳累、精力不足、没兴趣；消极的情绪还会降低人的自控能力，遇事易冲动、不理智，常会做出一些事后令自己后悔的事。

我们人处在良好的情绪中，其分析、判断能力也处在正常水平状态，往往能保持理智；反之，当人被消极情绪所控制时、分析、判断能力下降，往往易失去理智。比如：一个人异常愤怒，即暴怒的情绪下，很有可能失去自制力而做出不明智的事。

课堂总结：我们今天学了……

情绪的管理教案教学反思篇五

《纲要》中指出：“引导幼儿参加各种集体活动，体验与教师、同伴等共同生活的乐趣，帮助他正确认识自己和他人，对他人、社会亲近、合作的态度，学习初步的人际交往技能”。大班幼儿在与同伴共处时，常常会因为一些小事而不开心，这样负面的情绪会造成小伙伴间关系紧张，影响幼儿的活动情绪。所以设计本次教育活动《我有开心法宝》，从两方面入手，既教育幼儿在与小伙伴交往的过程中发生争执或不开心时能通过多种方法排解气愤、难过等不良情绪，初步学习控制自己的情绪和行为，同时又引导幼儿学会运用这些开心法宝关爱同伴，帮助同伴保持积极愉快的情绪，使朋友间的友谊不断加深，培养初步的人际交往能力。

1、了解情绪的变化，知道生气对身体的危害。

2、能说出自己不开心时的心理感受，会用2~3种方法调节自己或同伴不高兴的情绪。

3、能保持欢乐情绪，体验帮助同伴的快乐。

重点：能说出自己不开心时的心理感受，知道生气对身体的危害。

难点：能运用小组合作绘画并讲述出2~3种开心法宝，调节自己或同伴不高兴的情绪。

1、经验准备：让幼儿提前回忆一些自己过去不开心的事情，并且寻找解决办法。

2、物质准备□ppt课件、视频、心情收集板、纸、笔、信封

一、导入：播报羊村电视台——心情播报

1、“小朋友都收看过天气预报，那你听说过心情播报吗？其实我们的心情就和天气一样也有晴天、阴天、雨天。心情和大风一样也可以用数来表示。很开心：心情指数就是10级；很生气就是1级；我们的羊村里住着一起可爱的小羊，他们那儿就有一个奇特的心情预报，让我们一起去听一听吧。”

2、播报心情

教师：“现在开始播报心情预报。喜羊羊今天战胜了灰太狼，心情好，心情指数十级；而我们的灰太狼，被打败了，生气，心情指数五级；我们的懒羊羊，上课又迟到了所以今天很生气，心情指数一级，心情播报完毕，谢谢收听。”

二、请幼儿播报心情，并了解生气对身体的危害

2、讨论交流：你为什么会有这样的表情？

总结：每个人都会有喜怒哀乐等不同的表情，高兴的时候就会有笑脸。不高兴时会有哭脸。

3、提问：你喜欢什么样的心情？生气对我们的身体有什么危害？（幼儿讨论后发言）

4、播放ppt□□生气对身体的危害》

5、教师：“请小朋友说一说慢羊羊村长都在视频中都告诉了我们，生气有哪些危害啊？”（幼儿总结）

三、寻找“开心法宝”

1、教师：“原来生气的危害这么大，（展示心情收集板）可是我们班今天还有许多小朋友不开心怎么办呢？让我们一起想个好办法让他开心起来，我们就叫它开心法宝吧。”

（1）请幼儿说一说自己不开心的原因。

（2）请其他幼儿想一个办法让不开心的幼儿开心起来。

2、幼儿分组合作绘画开心法宝。

教师：“原来小朋友有这么多好办法，下面让我们帮它都画下来。看哪组想的办法既多又好，画完后每组请一个小朋友当代表将你们组的开心法宝分享给所有小朋友。

3、每组请一位幼儿讲述自己组的开心法宝，其他幼儿补充。

提问：“刚才小朋友都说听音乐能让人开心起来，下面老师播放两首音乐请小朋友听一听，那首能真的让我们开心起来，为什么？”（一首欢快的，一首伤感的）

4、小结：快乐，舒缓的音乐可以使人感到开心愉快；而悲伤的音乐会让人感到难过。所以小朋友在不开心的时候，应该听一些快乐舒缓的音乐。

5、教师总结：老师这儿有一个大宝箱里面已经装满了小朋友刚才找到的“开心法宝”，比如遇到不开心的事情可以向小伙伴倾诉、听音乐，做运动等，可以做自己喜欢做的事情暂时忘掉它。

四、运用开心法宝，解决生活中不开心的事情

1、教师：“今天我们收集了这么多开心法宝，就让我们一起帮助我们班不开心的小朋友。（2）讨论：你准备用什么开心

法宝去帮助不开心的小朋友。

2、教师总结：我们今天找到了许多“开心法宝”，生活中我们要多运用自己的法宝让自己和他人都变得开心起来。

活动总结

本次《我有开心法宝》活动中，我采用情境教育法，设置“羊村”这一生动，形象的情景并贯穿整个活动，让孩子在游戏中了解生气的危害，帮助自己和羊村的小羊们运用“开心法宝”调节情绪。我还坚持孩子在前，教师在后的原则，积极鼓励幼儿交流，合作，发现属于自己的“开心法宝”，从而调动幼儿的积极性。活动中，孩子积极思考帮助他人的方法，达到目标“会用2~3种方法调节自己或同伴不高兴的情绪。

情绪的管理教案教学反思篇六

1、懂得情绪愉快有利于身体健康。

2、初步学习正确的方式排解不开心的情绪。

3、引导幼儿逐渐养成积极乐观的生活态度。

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。

一、情景感知，理解每个人都有情绪。

1、出示图片1（一个小朋友当时值日生之后露出甜甜地笑容。）

问：图上的小朋友怎么了？为什么？平时你们会这样吗？为

什么呢？

（和幼儿讨论之后得出情绪：开心。）

2、出示图片2（一个小朋友自己带到幼儿园的图书被撕破后很生气。）

问：图上的小朋友怎么了？为什么？你们有过这样的经历吗？

（和幼儿讨论之后得出情绪：生气。）

3、出示图片3（一个小朋友看见鱼缸里的小金鱼死了，表现得非常伤心。）

问：图上的小朋友怎么啦？为什么？你们也会这样吗？为什么？

（和幼儿讨论后得出情绪：伤心或不开心。）

4、出示图片4（一个小朋友因为不会系鞋带而发愁。）

（和幼儿讨论后得出表情词：发愁。）

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。

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（教师根据幼儿回答的情况填在书面表格中。）

2、你们平时心情好的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，请幼儿为不同心情配色。）

开心生气伤心发愁（注：每一个心情都有娃娃头表现，有助于幼儿理解这些心情。）

3、幼儿操作结束后，教师小结分析幼儿的配色情况。

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。引导幼儿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，我们去看看吧。（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？（让幼儿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

跳蹦蹦床而变开心了。）

（教师再幼儿的回答基础上再小结，让幼儿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？

（引导幼儿尽情的讨论回答，同时及时鼓励回答正确的幼儿，让幼儿感知可以有不同或很多的方法排解不开心的情绪。）

4、幼儿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、幼儿完成操作后，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！

情绪的管理教案教学反思篇七

训练学生认识基本的学习方法，懂得学习方法的意义和作用，养成良好的学习习惯。结合学习内容和要求，发现影响自己学习的主要问题，不断选择适合自己的学习方法。

(一)引入

同学们，你们的学习成绩如何，在学习上讲究方法吗?下面老师给你们讲个小故事。

(二)学文明理

1、听了这个故事，你有什么想法?戈强的学习成绩开始为什么总也上不去?后来为什么提高了?学生谈谈自己的看法，请几个人回答。

小结 ：看来只靠死记硬背是不行的，必须在理解的基础上记忆，掌握一定的方法才行。

2、什么是学习方法?怎么样才能掌握一定的学习方法呢?

a□学习分五个环节，它们是：预习、听课、作业、复习、考试。每个环节各有特点，各有不同的方法，只有掌握了各个环节的学习方法，灵活运用，才能提高学习成绩。

b□下面我们搞一个小测试，符合你的情况的画勾：谁来说说你画的情况?指名找几个人说。谁还知道一些没有正确学习方法的现象?计划性训练应加强监督和检查。

c□小组讨论：都可以用什么方法学习?如：计划性训练应加强监督和检查。预习：教给学生预习步骤：读、划、批、写、思、做。听课要专心。复习要系统。做作业要仔细审题、认真解题、耐心检查、及时改错、提高创新。

(三)活动明理

1、下面我们做一个小测试，请你根据自己的情况，实事求是做出选择。小组讨论并派代表发言。我们一起做个小游戏：小猫钓鱼。

2、下面几种情况，请你想一想议一议。请你读读下面几句话，并把它记下来。

(四)总结全课

今天我们了解了几种学习方法，希望大家能灵活运用，使自

己在学习上取得更大进步。