

# 2023年大班心理健康勇气教案设计意图(大全10篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

## 大班心理健康勇气教案设计意图篇一

《3—6岁儿童学习与发展指南》中指出：健康包括身体和心理两个方面，是一种在身体上和精神上的完满状态及良好的适应能力。保证良好的睡眠质量是幼儿健康成长的基础，有利于幼儿的生理、智力和体力的健康发展。大班下学期的幼儿即将步入小学，正是意识发展迅速的时期，在5—6岁这个关键的学前期，应该安排幼儿独立睡眠，对于孩子心理的发展及养成独立意识和能力培养很有好处。然而，如今的家庭教育和养育模式造成了很多幼儿到了5—6岁还不愿意独立睡眠，他们害怕、恐惧、依恋，对于这样的幼儿，独立睡眠无疑是进一步成长到儿童期的艰难一步。那么，如何来帮助这群可爱的幼儿跨出这关键的一步是家长和老师在生活和心理指导上的关键任务，于是，这节大班心理健康活动《黑夜，我不怕》应运而生了。

黑夜对幼儿来说充满神秘感，黑夜是什么样的？黑夜里会看到什么？黑夜会不会听到很多奇怪的声音？黑夜到底可怕吗？通过这个活动，利用“大头儿子”的卡通形象和故事情节，一步步引导幼儿理解“黑夜”，了解黑夜并不可怕，感受黑夜神秘的美，从心理健康的角度帮助幼儿尝试独立睡眠。

1、通过故事情境和亲身体会，认识并了解黑夜，知道黑夜并不可怕。

2、能在集体面前自豪地讲述自己一个人睡勇敢经历，或坦然讲出不敢一个人睡的原因。

3、愿意积极地用各种方法克服对黑夜的恐惧，激发尝试一个人独睡的勇敢心理。

1、物质准备□ppt课件、背景音乐、每人一个眼罩、每人印有姓名的一个笑脸、调查板红蓝爱心底板两块、“黑夜，我不怕”记录表4张和底板一个、自制“黑夜我不怕秘笈”若干本。

2、经验准备：部分幼儿已经有过独立入睡的经历，幼儿对黑夜的初步认识。

一、出示夜晚图片，谈话导入，引入主题，激发幼儿兴趣。

1、出示ppt□宁静的黑夜背景图。

师（小结）：经过一天的活动人们都累了，好好睡一觉既舒服，也使身体和大脑得到充分休息。

（评析：通过创设情景，调动幼儿参与活动的兴趣。以宁静的黑夜背景为引子，激发幼儿大胆地猜想，提出夜晚是睡觉的时间这个线索，简洁的小结同时也提出了睡眠的重要性。）

2、出示红、蓝两块调查板，完成调查“你敢一个人睡吗？”

师：小朋友们，晚上你们是一个人睡还是跟大人一起睡的呢？

（幼儿将笑脸贴在相应颜色的爱心板上。）

师（小结）：这些小朋友很勇敢，虽然因为怕黑、怕孤独、怕做噩梦不敢一个人睡，但能大胆说出原因，每个人都有害怕的事情，只要勇敢地把害怕的事情说出来，就能一起想办法解决。

（评析：通过分组，将幼儿分成“敢一个人独立睡眠”和“不敢一个人独立睡眠”两组，第一次初步了解幼儿的心理，并引导幼儿大胆表达不敢一个人睡的原因，小结部分总结了这些原因的同时，肯定幼儿愿意积极表达困难和烦恼，一起参与尝试解决的表现是非常值得肯定的。两组幼儿不同的心理特点，为突破活动难点做好准备。）

二、通过“大头儿子”的故事体验，了解黑夜不可怕，帮助大头儿子独立睡觉。

1、“大头来求助”□ppt引出“大头儿子尝试独立睡觉”的故事情境。

师：这是谁呀？大头儿子最近也有一个烦恼想请小朋友们一起帮忙。一起来听一听吧！

□ppt大头儿子图片录音)

2、“我来帮大头”。师幼分析释疑，解析令大头儿子害怕的事物，帮助大头儿子独立入睡。

师：大头儿子为什么睡不着？那些怪物和奇怪的声音是真的吗？

（结合ppt出示图片、音效）

□ppt音效)

（评析：通过大头儿子的录音，提出大头儿子不敢一个人睡的烦恼，以发散的问题，让幼儿结合已有经验说说自己的想法。而孩子们的回答也五花八门，有的说黑夜的大怪物可能是做梦；世界上没有魔鬼；可能有人打呼噜的声音；可能外面建筑工地在工作的声音……接着教师结合图片和音效与幼儿一起帮大头儿子解开困惑，通过这个环节让孩子们全身心

投入大头儿子的故事和问题，也结合对自身实际和图片音效的思考，为活动的顺利开展，以及活动重点做准备。）

3、“大头不怕了。”教师小结，原来黑夜一个人睡并不可怕。

师：大头儿子听了小朋友们的话，猜猜看现在的他还害怕吗？一起听听看！

（评析：通过最后听了大头儿子的话，幼儿感受到了大头儿子初步克服害怕一个人独立睡眠决心。大头儿子的心理变化，对幼儿正确认识黑夜也有很大的启发。这一环节也突出了活动的重点。）

三、鼓励幼儿不怕黑夜，一个人独立睡眠。第二次完成调查板“你敢一个人睡吗”？

1、请一开始选择一个人独睡的幼儿介绍自己的经历。

师：现在请刚刚选择一个人睡的小朋友说一说一个人独睡的经历是什么样的？

师（小结）：原来很多小朋友一开始都不敢一个人睡，后来都用了好办法克服了对黑夜的害怕和恐惧，慢慢的就习惯一个人睡了。一个人睡是很舒服的，也说明你们长大了！

2、再次调查“你敢一个人睡吗？”第二次操作调查板。

（第一次选择蓝色板面的幼儿贴笑脸）

师：我们再来调查一次，如果你不怕了，愿意一个人睡，请把你的笑脸贴到红色爱心板上。

师（小结）：有那么多小朋友愿意尝试一个人睡，你们已经愿意克服心中的害怕和紧张了，真勇敢！

（评析：在解决了大头儿子的问题后，这一环节的第一部分通过红色爱心板面的幼儿介绍分享自己尝试独立睡眠的经验，又进一步引导幼儿正确认识了黑夜，并想办法克服对黑夜的恐惧心理，突出了活动难点；第二部分教师用鼓励的方式引导蓝色爱心板面的幼儿重新做出选择。幼儿的选择会出现两种情况，可能又有部分小朋友选择了敢，也有可能所有的孩子都选择了敢。教师可根据情况来具体细化小结。肯定愿意独立睡眠的幼儿，继续鼓励还不敢尝试的幼儿。）

四、讨论害怕黑夜的几种情况，思考不怕黑夜的解决方法。

1、幼儿分组讨论害怕黑夜的几种情况，思考不怕黑夜的解决方法。

师：请小朋友们分组想一想，可能会因为哪些问题出现害怕黑夜的情况？怎么解决这些害怕的问题？请一位代表用简笔画的形式记录在“黑夜，我不怕”记录表上。

2、教师与幼儿一边讨论问题，一边分享“黑夜”我不怕记录表。

师：小朋友们的方法都不错，我们一起分享一下吧！

（评析：通过分组讨论，孩子们结合自身经验思考了“害怕黑夜的原因”以及“克服害怕黑夜的方法”，挖掘了活动难点，为幼儿更进一步理解黑夜，尝试并鼓励自己独立睡眠有很大帮助。

3、教师利用课件“大头儿子的“黑夜，我不怕”秘笈”进行小结□□ppt□

师：大头儿子也来和我们分享黑夜我不怕的秘笈啦，一起来听听看！（图片录音）

4、教师给还不敢尝试一个人睡的小朋友发放自制图书“黑夜我不怕秘笈”。

（根据之前情况发）

（评析：通过以大头儿子分享“黑夜，我不怕”的形式，让幼儿再次理解和感受黑夜，知道黑夜并不可怕，有很多方法可以克服心理的害怕和恐惧，勇敢尝试和体验独立睡眠的乐趣。以“秘笈”的形式小结，立足于让全体幼儿更进一步的突破活动重难点，发放自制图书的环节更是将活动推向了高潮。）

五、亲身体验黑暗，进一步感受黑夜并不可怕，乐意表达一个人独睡的愿望。

1、幼儿带眼罩感受黑暗，体验黑夜并不可怕。

□ppt播放大自然的声音，接着播放摇篮曲。）

师：你们愿意带上眼罩，闭上眼睛，想象一个人睡的情境吗？感受一下黑夜到底可怕吗？

2、幼儿表达感受，教师小结。

师（小结）：看来，黑暗并没有我们想象中的那么可怕，没有怪兽和魔鬼，没有让人害怕的声音，黑黑的夜晚充满了温暖和神秘！让我们一起对黑夜说：“黑夜，我不怕！”

3、幼儿再次带上眼罩，倾听摇篮曲，感受黑夜的神秘和美好，萌生一个人睡的美好愿望。

师：让我们再次带上眼罩，感受一下黑夜的神秘和美好吧！希望从今天开始，每位小朋友都能一个人勇敢的独睡，做个独立、勇敢的好孩子！

整个活动始终关注情境创设与教育的结合，以引导者的身份，跟随大班幼儿年龄和心理特点由浅入深地引导幼儿理解故事情节，结合自身实际，激发幼儿主动思考，鼓励他们大胆表达，并结合大班幼儿依恋、害怕等心理特点渗透情感教育。活动中，还灵活多样地运用了多种教学手法。

1、情景创设法。以“大头儿子来求助”、“大头儿子不怕了”、“大头儿子分享秘笈”的形式，将幼儿以旁观者的身份进入状态，这样有利于减少在独立睡眠上存在问题的幼儿更好地参与进来，调动幼儿的积极性和主动性，体验“黑夜”的神秘和美。

2、启发提问法。大班幼儿对事物的认识有了自己的很多生活经验，因此提问的过程中，大多是启发性的提问，答案有很多种，激发了幼儿理解活动内容，以及参与感。

## 大班心理健康勇气教案设计意图篇二

情绪安定愉快、能较合理表达情绪、适度调控情绪是幼儿心理健康的重要指标。活动设计遵循活动——体验与表达——操作与分享——感悟的基本理念，试图通过绘本故事中主人公小天竺鼠所经历的一系列难过和开心的事情为线索，帮助幼儿体验、表达难过的情绪，思考调节难过情绪的方法。并通过和同伴交流、照镜子微笑等，让幼儿初步懂得要保持愉快情绪。

### 活动目标

1. 了解难过的情绪感受，知道难过是一种正常的情绪。
2. 能大胆积极地表达与交流自己难过时的情感体验。
3. 学习用适当的方式调节难过的情绪。

## 重点难点

重点：了解和表达难过时的情绪感受和原因。

难点：学习用适当的方式调节难过的情绪。

## 活动准备

1. 经验准备：幼儿有过难过的情绪体验。

2. 物质准备□ppt□绘本《我好难过》），图片（玩具、乐器、图书、画笔）、筐子（4个），幼儿人手一面镜子。

## 活动过程

1. 封面导入，初识难过的情绪

提问：

（1）封面上有谁？（小天竺鼠和它的妈妈）

（2）它们在做什么？（抱着）

为什么妈妈抱着小天竺鼠？

（3）小天竺鼠的心情看起来怎么样？（很难过）

从哪里看出来他很难过？

猜一猜什么事情会让它感到难过呢？

2. 阅读绘本，体验与调节难过的情绪

（1）第一部分：识别与体验难过的情绪（绘本1-10页）



引导语：孩子们，仔细观察图片，说一说小天竺鼠为什么而难过呢？

提问：

画面上有谁？（小兔子爸爸妈妈）

他们在做什么？（说话找东西）

小天竺鼠的心情看起来怎样？（不开心难过）

从哪里看出来他很难过？（眼睛）

什么事情让它感到难过呢？（好朋友哭、脚受伤了）

引导语：孩子们，仔细观察图片，看一看小天竺鼠难过时的表情、动作是怎样的？和老师、同伴说一说让你感到难过的事情和感受。

提问：

小天竺鼠感觉到的难过，是一种什么样的感觉？（不开心、不舒服）

你觉得它喜欢这种感觉吗？（不喜欢）

你有感到难过的时候吗？（幼儿相互交流、讲述）

什么事情会让你感到难过？（弟弟抢我的玩具、老师不喊我回答问题）

难过时你的感觉是什么样的？（想哭、不想说话）

提问：

画面上有谁？（妈妈好朋友）

它们在做什么？（荡秋千、画图画、吹泡泡）

小天竺鼠的心情看起来怎样？（开心）

从哪里看出来它很开心？（笑）

什么事情让它开心起来了呢？（找朋友、玩）

你难过的时候会做什么让自己的心情变好呢？（幼儿相互交流讨论）

如果你的好朋友、爸爸妈妈难过的时候，你会做些什么让他们开心呢？

小结：人和小天竺鼠一样都会有难过的时候，难过的时候我们感觉不太舒服。难过时别人的陪伴、安慰、做一些自己喜欢的事情可以让我们重新开心起来。我们学会了让自己不难过，也可以帮助难过的小朋友和爸爸妈妈们开心起来。

### 3. 分享调节难过情绪的方法

出示玩具、乐器、图书、画笔等图片，幼儿自由选择，交流分享各自调节难过情绪的方法。

### 4. 幼儿对镜微笑，体验愉悦

幼儿照镜子，学习微笑，体验微笑带来的愉悦心情。

教师将幼儿的微笑拍下来，大屏幕播放，请幼儿分享微笑的感受。

小结：微笑让我们感觉很开心，原来一个简单的微笑就可以让我们缓解不开心的感受，我们要多多的对自己和他人微笑

哦。

活动延伸：

1. 家园共育：了解爸爸妈妈难过的事情，尝试帮助他人调节难过的情绪。

2. 区域：创设一个情绪角，布置温馨的环境供幼儿平复调节自己的情绪。

附故事：

有时候，我好难过。

我好难过，当有人不让我和他一起玩的时候。

当我真的有话要说，却没人愿意听的时候，我好难过。

别人难过的时候，我也会感到难过。

我好难过，当我想和某人在一起，而他却不在这儿时的时候。

当我不能拥有那些我很想、很想要的东西时，

或者丢了那些特别重要的东西时，我好难过。

当有人冲我发火时，我好难过。

受伤的时候，我也会难过。

难过是一种灰灰的，累累的感觉。

难过的时候，什么事情看上去都没意思。

我不喜欢难过的感觉，我希望这种感觉赶快消失。

但是，每个人都有难过的时候。

难过的时候，其实有法子可以让我好过一些。

比如，告诉别人我很难过。

他们会坐在我身边说：“没关系。”

在我伤心的时候，有人能在我身边，这种感觉很好。

过不了多久，我就不哭了。

但我还是想说说那些让我难过的事。

很快，我就感到好过些了。

我想去公园荡秋千。

我想做东西。

我还想和我的朋友在一起玩儿。

难过的感觉不见了，我又快乐起来了。

当我难过的时候，我知道我不会一直这样。

活动总结

借助绘本孩子们更加形象具体地了解 and 表达了难过时候的感受和原因，并初步学习调节难过情绪的方法。绘本内容贴近幼儿的生活实际，激发了他们的感受和表达。

## 大班心理健康勇气教案设计意图篇三

主持人：我国历史上有一些杰出的人物，他们把团结友爱视

为伦理道德的基础和为人处世的准则。在一些历史资料中，也记载了许许多多动人的故事。下面让我们一起来听听庞熙文同学给我们讲述《朱德与周恩来的一条毛毯》的故事。

庞熙文：《朱德与周恩来的一条毛毯》（略）

主持人：这些传统美德故事对我们的文明成长起到了积极的影响。记得著名的女作家冰心曾经说过：友情，是生命中的一盏明灯。友谊之光将照亮你我他共同创造美好的明天。

## 2、带着你的朋友来聊一聊

请两对朋友说说他们之间难忘的事情。

主持人：听了这几位同学的诉说，让我们更加懂得了友情的可贵。友谊是一缕花香，伴随你我成长的路，多少次，我都想对你说：“谢谢，谢谢你的友谊。”

## 3、短剧表演

### （1）将心比心，换位思考

两组学生上台表演（冲突）：

a□一学生不小心踩了另一个学生的脚，两人在争执；

b□一学生向另一个学生借笔，遭到拒绝，两人不快；

两个短剧中的演员换位，继续表演。

a□踩到人的同学连忙说对不起，另一同学也说：“没关系，路滑也难免会这样，我们大家都没事。”两人高兴地离开。

b□同桌想：我忘记带东西的时候，同学也经常帮助我，现在

别人有困难，我也应该帮助别人。于是同桌把笔借给了他，两人互相道谢，非常友好。

主持人：为什么换种想法，换个“位置”，结果竟会有如此大的变化呢？请同学们互相讨论，随意发表意见。

主持人：在交往中，只要我们能多为别人想一想，多站在别人的角度去看问题，其实很多问题都很容易解决的，并且还能增进双方的友谊呢？正所谓“以恕己之心恕人，则全交。”意思是：用宽恕自己的心来宽恕别人，就能保全友谊。

## (2) 小品——《“哥儿们义气”的友谊》

很快要测验了□a同学把他的朋友们叫在一起说：“你们帮一下我，到时给一份答案我，我请你们吃东西、上网。”朋友们听了，觉得帮一下忙，没什么大不了的，就一口答应了下來。

主挂人：请同学们以这件事讨论两分钟，并发表自己的意见。

讨论：（略）

主持人：友谊，像一朵鲜花，芬芳了你我的心灵；友谊，是一根纽带，拉紧了你我的双手；友谊，是一把钥匙，打开了你我的心扉；友谊，像一缕阳光，温暖了你我的心房。让我们团结友爱，携手奋进，共同走向人生的旅途。

## 4、活动“人在旅途”

抽签分成两人一组，先是一人用布带或毛巾把眼睛蒙上，由同伴挽扶着走过各种障碍物；然后，两人对调，再走一段；最后，两人都蒙上，互相挽扶着走过障碍物。在此过程中，将相互挽扶的一组同学强行分开，让他们独自摸索。

想一想：

- (1) 蒙住眼睛被人挽扶着走过障碍物时，心里有些什么感受？
- (2) 当自己处在孤立无助的境地时，心里有什么想法？
- (3) 想想在自己的人生道路上是否有过需要别人帮助的时候？

主持人：世界充满着无限的爱，只要你细心地体会，留心身边的人和事，从细节做起，给予他人更多的关注，那么他人也将受到您的感染，无论身在何处，都能够感受心与心的相通。

## 5、游戏《风中劲草》

活动目的：让学生感受到信赖的重要性。

游戏规则：一组学生约八人紧并围成一圈，并伸出双掌充当“风”的角色；一人站于圆圈中，充当“草”，双脚并拢像草根扎于地里不能动，双手绕在胸前，合上眼睛，作好倒下的准备。倒下前的有一段对话，其实就是个人与团体的沟通，通过对话使“风”把注意力集中在草身上，免得“草”倒下时发生意外。“草”喊：“我叫谁谁谁，我准备好了，团队准备好了没有？”圈上角色说：“准备好了”草角色说：“我要倒了。”“风”角色说：“倒吧！”“草”垂直往后倒下，整个身体完全倒在团队成员的手中，“风”用双手扶住，顺时针一个个轮流扶着推动一圈其余的成员轮流扮演“草”玩游戏。

## 大班心理健康勇气教案设计意图篇四

提问：

1. 你为什么会自己睡呢？（提问分房睡的幼儿）

幼：没人跟我抢被子，很舒服。

一个人睡，有没有害怕过呢？小结：一开始害怕，慢慢地适应了就好了。

2. 你为什么要跟爸妈分床睡呢？（提问分床睡的幼儿）

3. 你们想过要自己睡吗？（提问同床睡的幼儿）

请自己睡觉的孩子帮不敢自己睡觉的孩子想想办法。（幼儿讨论，说一说，教师随即点击相应图片。）

## 大班心理健康勇气教案设计意图篇五

一. 教师以亲切温和的语言创设一种氛围，吸引和感染幼儿，激发幼儿的认识兴趣。

三. 引导幼儿欣赏和理解幻灯片的画面内容(鼓励幼儿用语言大胆描述)图1. 爸爸妈妈很相爱，他们结婚了，这是他们的结婚照。

图2. 爸爸的精子王子和妈妈的卵(luan)子公主也相爱了，他们结合在一起，就变成以一个小天使住进了妈妈肚子上的皇宫中图3，妈妈怀孕了，她穿着孕妇装，脸上充满着幸福感。我们在妈妈的子宫里一天天长大的，所以妈妈的肚子也越来越大。

图4，小天使来到了人间!爸爸妈妈特别高兴小结：小朋友，你们都是这样来到这个世界上的，你们都是爸爸妈妈最疼爱的小天使。

四. 请特邀嘉宾出场，进一步激发幼儿兴趣——今天，老师特别邀请了一位怀孕的老师来我们班做客，我们一起来向老师问好(请特邀嘉宾用通俗易懂语言谈谈怀孕后的感受，让幼儿初步了解孕育一个生命的艰辛及父母对孩子的期待和热爱，



激发幼儿对父母的敬爱，对生命的珍爱之情)可让幼儿轻轻抚摸孕妇的肚子或者听听胎心。

## 五. 游戏环节。

2. 谈谈做妈妈的感受——“小朋友做妈妈的感觉怎么样?”(幼儿讨论)“我们刚才仅仅做了5分钟妈妈，就有这么多的感受，想一想，妈妈在孕育我们的这十个月中，有多少个5分钟呢?在这十个月中，妈妈会呕吐、感到疲劳，负担会随着你的长大一天天加重。可妈妈再苦、再累，她也不怕，因为有了你，妈妈就是最幸福的人!”“妈妈从怀你们到生你们，一直到把你们养这么大，付出了很多心血，也很辛苦，你们应该如何关心妈妈呢?”(幼儿自由讨论并回答)“我们小朋友确实长大了，懂事了，真的很不错!今天回家就请你大声地把心里话对妈妈讲出来吧!

## 大班心理健康勇气教案设计意图篇六

由于小班孩子对于爬比较感兴趣，我尝试让幼儿通过学乌龟爬爬而对游戏感兴趣，体验游戏快乐，增强不怕困难勇往直前的心理品质。通过屈膝爬行以及钻跳动作来提高幼儿的协调性和灵敏性。

### 活动目标

- 1: 练习手脚着地屈膝爬行以及钻、跳等动作。
- 2: 探索爬的不同方法，提高动作的协调性和灵敏性。
- 3: 体验游戏的快乐，增强不怕困难、勇往直前的心理品质。
- 4: 锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。
- 5: 培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

6: 了解多运动对身体有好处。

7: 培养幼儿养成良好生活习惯的意识。

教学重点、难点

重点: 练习手脚着地屈膝爬行以及钻、跳等动作。

难点: 探索爬的不同方法, 提高动作的协调性和灵敏性。

活动准备

体操用垫、轮胎、小门、“城堡”, 黄色与绿色小乌龟胸饰若干, 奖牌一个。

活动过程

一、热身运动

1、播放音乐, 教师带领幼儿做操。

2、教师扮乌龟妈妈, 幼儿扮小乌龟来到一大片“草地”前面。

师: 小乌龟们, 我们怎样过“草地”? (请个别幼儿试一3、小结: 小乌龟可以爬过草地。

二、探索爬行方法

1: 自由探索爬行方法

师: 请小乌龟们想出更多的`与别人不一样的爬行方法。

2: 请几个幼儿示范, 引导幼儿比一比哪种爬行方法既快速又舒服。

3: 请一个双手着地屈膝爬行的幼儿再次示范。教师小结: 这只小乌龟双手着地屈膝爬行, 这样既快速又舒服。

4: 播放音乐。乌龟妈妈领着小乌龟练习双手着地屈膝爬行。

### 三、游戏: 寻找城堡

1: 大家看, 前面有个城堡, 你们想不想去完? 小乌龟爬的本领最大了, 今天就来比一比哪一组小乌龟能最先到达城堡。

2: 大家要沿着路线进行比赛: “爬过草地——钻过山洞——跳过小河——爬过山坡——到达城堡”

3、幼儿比赛, 教师记录两队的成绩。

4、小结, 领奖。

### 四、放松、结束。

1: 刚才你们在爬行过程中遇到了什么困难? (请个别幼儿讲述自己是如何战胜困难继续前进的。)

2: 听音乐, 躺在垫子上放松身体, 结束活动。

### 教学反思

通过本活动让幼儿探索爬的不同方法, 提高动作的协调性和灵敏性体验游戏的快乐, 增强不怕困难、勇往直前的心里品质。体验游戏的快乐, 增强不怕困难、勇往直前的心里品质。教师知道3—4岁孩子的跑、跳动作不稳定身体协调性和灵活性、敏感性较弱, 在今后活动中有待提高。

## 大班心理健康勇气教案设计意图篇七

## 活动目标

1. 了解情绪和人面部表情的关系，理解微笑的魅力。
2. 学习控制自我的情绪，能够关注他人的情绪，用微笑感染他人。
3. 萌发幼儿关心他人，愿为好朋友带来欢乐的完美情感。

活动准备:多媒体课件一套，绘画材料若干。

教学重点:了解情绪和人面部表情的关系，理解微笑有让人美丽和被人喜欢的魅力，学会关注他人的情绪，萌发幼儿关心他人，愿为好朋友带来欢乐的完美情感。

教学难点:幼儿能真正理解微笑的实际好处，在不高兴、不开心的时候学会调节自我的情绪和情绪，学会用微笑感染别人。

教学流程:看“微笑”一听“微笑”一谈“微笑”——创“微笑”——表达“微笑”。

## 活动过程

### 一、看“微笑”

1. 师:小朋友们好!听到你们的回答，我的情绪已写在脸上，请小朋友看我的表情，能看出我此时的情绪吗对，我很欢乐，所以我把微笑送给你们。请收下吧。

教师先请小朋友欣赏一个幻灯片，(播放笑脸课件，由许多幼儿笑脸制作而成)

2. 组织幼儿讨论观看短片后的感受。

师:你们看见了什么

师:你们看了笑脸心里感觉怎样样(很舒服、欢乐)

师:微笑能告诉别人“我喜欢你,很高兴见到你,使我欢乐的是你…”,所以人们看到微笑的表情会很欢乐。

## 二、听“微笑”、谈微笑

1、师:微笑不仅仅使人欢乐,并且微笑的人也是很美的,请小朋友欣赏诗歌《微笑》

幼儿欣赏配乐诗朗诵《微笑》

微笑

微笑是开在脸上的花朵,

微笑是挂在嘴上的蜜糖。

微笑比糖更甜,

微笑比花更香。

当微笑写在脸上,

脸就显得个性漂亮,

当微笑藏在心底,

心里就充满了欢喜,

2、提问:a□诗歌里是怎样说微笑的

b□为什么说微笑是花园里的花朵微笑是挂在嘴上的蜜糖

引导幼儿讨论:因为微笑的脸让人看了感觉个性漂亮;并且心里感觉十分甜蜜,充满了欢喜。

3、你们喜欢这首诗歌吗请小朋友跟着录音朗诵一遍。(再次播放微笑课件)

4、讨论:生活中你在哪儿见到过这样美丽的微笑呢

引导幼儿联系生活实际体会微笑的作用。

小结:经常带着微笑的人,到处都会受到欢迎。因为看见你欢乐,大家也会跟着分享你的欢乐。

### 三、创造微笑

1、师:我们都明白了微笑的魅力,但我们在生活中有时也会遇到不开心的事情,那时你会怎样办呢(想办法解决问题、做些令自我开心的事、想些以前发生过的开心的事)

请小朋友看看发生在我们身边的小故事。(观看录像)

2、出示幼儿生活中的两个片段。

师:如果你在旁边会怎样做呢

幼儿讨论后之后放录像

旁边的优优看见了,拿起自我的油画棒递给文文,微笑着说:“别着急,用我的吧。”文文高兴地接过来:“多谢你优优,我喜欢你。”

师:优优是怎样做的(微笑着帮忙别人)文文怎样说的她情绪怎样样

幼儿讨论后放录像后半段:优优揉揉碰疼的腿,微笑着说:没

关系，我很勇敢的。彬彬感激地说：“优优，你真好！我喜欢你！”

师：优优怎样做的（微笑着原谅了别人）彬彬怎样说的

透过直观表演录像，让幼儿能简单地感受到微笑在人际交往中的魅力。

师：你喜欢优优吗为什么

4、引导幼儿讨论得出结论：优优是个心地善良、喜欢微笑的孩子，所以小朋友都喜欢她。因为微笑很神奇，它能让人美丽，让人们情绪舒畅，还能让一些不开心的事情悄悄地从我们身边走开。所以我们要像优优那样和小朋友友好相处，经常露出美丽的微笑，互相关心、互相帮忙，这样你欢乐，我欢乐，大家都欢乐)

## 四、表达微笑

### 1、游戏：传递微笑

a小朋友，此刻我要用照相机拍出你们最美丽的微笑，我看看谁笑的最漂亮（用相机给幼儿拍照）

b此刻我们做个游戏“传递微笑”。请你对旁边的伙伴露出可爱的微笑，并且能够说些问候或者祝福的话，（比如我喜欢你、见到你很欢乐等等）也能够用动作（拉拉手、抱一抱）来表示，这样一个一个传递下去幼儿传递微笑。教师巡视指导幼儿微笑。

c幼儿交流活动后的感受

### 2、画“微笑”

鼓励幼儿画出自我最喜欢的微笑的表情，布置在准备好的相框里，并简单向同伴介绍，让幼儿进一步感受微笑的美丽和魅力。

## 五、结束部分

师:小朋友，这天你欢乐吗

幼:欢乐!

师:那就让我们一齐随着音乐唱起来，跳起来吧!

师幼一齐演唱歌曲《歌声与微笑》，自然结束。

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](#)

[中班心理健康教案](#)

[心理健康教育教案](#)

[合作心理健康教案](#)



五年级心理健康教案

心理健康活动教案

大班教案

大班教案范文

教案大班

大班心理健康优质课教案及教学反思《一起玩真快乐》

小学心理健康公开课教案

## 大班心理健康勇气教案设计意图篇八

一、活动目标：

- 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的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。

活动准备□ppt音乐、调查表、黑屋、黑色隧道、怪物道具  
活动过程：

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，长得怎么样？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瞄了一眼，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”？

1、现在就来请一个人睡的孩子说一说自己独自睡觉的经历

2、启发：你刚开始的时候是怎么样的？现在呢？一个人睡觉舒服吗？

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？

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！

教师：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：你体验的是什么？黑屋，里面有让大家害怕的东西吗？什么感觉？

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！

## 大班心理健康勇气教案设计意图篇九

- 1、能动作灵敏、平衡地参与拉绳游戏。
- 2、在游戏中体验拉绳的快乐。
- 3、学会与同伴协商合作游戏。
- 4、锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。
- 5、培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。
- 6、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。
- 7、学会在日常生活中保持乐观的情绪，逐渐养成乐观开朗的性格。

### 活动准备

玩具、圈和短绳人手一根、长绳1根。

## 活动过程

### 一、游戏导入。

- 1、小朋友，你们都长高了、长大了，马上就要上小学了，那你们的力气有没有变大呢？
- 2、现在我们一起玩个游戏，看看谁的力气大。
- 3、幼儿两两结伴，绳子套在自己的腰上，两头留一样长的绳头，打好结站在圈里，自己拉对方小朋友的绳子，听到发令，拉动绳子，看谁先被拉出圈外，谁就输了，可以另找玩伴，重新游戏。

### 二、游戏：谁的力量大。

- 1、出示长绳：刚才我们用短绳比了一下自己的力气，现在我们要用长绳来比赛了，我请四个小朋友来做示范。（四个幼儿背对背站在长绳里，绳圈均套在腰间，绳圈外相反方向的一米左右处各放一个玩具，教师发令后，四人同时向外发力，伸手去拿自己前面的玩具，谁先拿到了，谁就胜利。）
- 2、知道怎么玩了吗？现在请你们分成四组来玩这个游戏吧！（根据幼儿的兴趣决定游戏的次数，引导幼儿注意安全。）

### 三、游戏：拔河比赛。

- 1、长绳除了可以这样玩，还可以怎么玩？（幼儿根据自己的生活经验说一说）对，我们还可以玩拔河比赛，请你们分成两组，每一组站在长绳的两端，中间正好对准地上的标记，如果哪一组小朋友被拉到标记的. 那边去，哪一组输了。
- 2、幼儿游戏，引导幼儿用脚支撑住地面使力。
- 3、分组比赛，拉一拉谁的力气大。

## 活动反思

今天我们上了一个健康活动，活动的名称叫“快乐拉一拉”，其中有两个关键的词语，一个是形容词“快乐”，一个是动词“拉”。如何的“快乐”如何的“拉”呢，听我慢慢道来。拉是一个简单的动作，也是一个很常见的动作，在这次的游戏中，主要有这样几次“拉”，并且拉的相当快乐。

首先是幼儿每人一根短绳套在腰上、双手各握短绳的一头、一前一后拉动绳子，这里考验幼儿的定力与平衡，并且有时候还要耍耍“小计谋”，才可以声东击西的赢得比赛呢，多乐呀，显示自己的聪明能干呢。

然后是幼儿两两结伴，将绳子套在对方的腰上，想办法将对方朝自己方向拉。这里更乐了，这是很简单的一个动作，就是朝自己拉，幼儿一会会被拉过去，一会又把别人拉过来，使劲拉，一边笑一边拉，够尽情的发挥了。

再者是幼儿排成两列，相对而站。两队中间已划好一条线。相对的两人互相握住对方的一只手，用力朝自己这边拉，拉过中间线即获胜，这里比前面多了一个要求，那就是过线就算输，增加了些挑战性，幼儿的积极性就更高了。

第四次是幼儿两人一组背对背站在绳圈里，绳圈均套在腰间。绳圈外相反方向的左右各放一个积木，教师发令后，两人同时向外发力，伸手去拿自己面前的玩具。哪位幼儿先拿到外侧的玩具，谁就算胜利。这边游戏内容更加的丰富，更具有挑战性，这里是幼儿玩“拉”游戏的高潮部分了，那一声声大笑，一声声“我赢了”，旁观者的我都忍不住笑了。

最后是拉小车的游戏：幼儿分成人数相等的四队，两两组合，其中一幼儿下蹲当“小车”，并伸出双手做小车的“车把”，另一组幼儿背对“车”站立，双手拉住“车把”，用力向前拉，使“车”朝终点移动。第一组到达终点后，第二组出发。

依次进行，哪一队最先全部完成就算胜利，游戏中两个人的手不能松开。在活动室里，地板与鞋子的摩擦正合适，小车们都飞起来了，那种滑翔的感觉真的很爽哦。

游戏结束了，玩了那么多种类的“拉一拉”游戏，孩子们却还是意犹未尽，还想继续享受这一番快乐。

## 大班心理健康勇气教案设计意图篇十

经过故事，幼儿初步理解什么是孤独。

活动主题：孤独的小兔

活动适合年龄班：幼儿园大班

活动目标：

- 1、经过故事，幼儿初步理解什么是孤独。
- 2、能够正确认识孤独，并学习如何远离孤独，走向合作。
- 3、经过连体人、背靠背、两人三足这三个相关合作的游戏，幼儿感受与人合作的欢乐。
- 4、经过此次课程学会分享与合作。

活动准备：一组讲述孤独兔子故事的幻灯片，几张挖了两个洞的报纸以及废旧的纸盒皮等等。

活动过程：

1、活动引入：

教师：小朋友们，今日教师给你们带来一个关于小兔子的故事，小朋友们以前必须是没有听过的，因为这个故事是最近



才刚刚发生的哦。所以接下来小朋友们就要认真听清楚啦，因为小兔子最终需要小朋友们的热心帮忙。

2、针对故事中的问题，让幼儿自由进行回答，然后教师再归纳出几个有意义的回答让幼儿参与讨论。并从讨论中得出幼儿的回答是否可行，以后如果自我遇到这样的事情的时候，会不会用同样的方法进行合作。

3、设计游戏让幼儿体会合作的欢乐。

游戏一：连体人。

游戏规则：幼儿自选同伴，两人一组。将挖好两个洞的报纸分别套在两个人的脖子上，将两人连在一齐。两人一组沿着教师指定的路线走、跑、过障碍物等。如果报纸中途破碎则停止游戏，以报纸不破碎者为优胜。

说明：障碍物能够是某个特定的纸盒铺成的小路，或者是教师自行画的圈圈之类的。

游戏二、背靠背。

游戏规则：幼儿自选同伴，两人一组。让幼儿两两背对背坐下，两腿伸直，双手臂向后互相钩住，然后试着站起来。

说明：这个游戏教师能够划定一些范围，首先把全班幼儿分成几个大组，然后每个大组派出两个小朋友进行游戏，剩下的小朋友为自我的组员加油。轮流着进行。

4、经过上头的游戏，小朋友们在玩完之后分小组分享感受。

教师叫几个小朋友代表进行讲述自我小组的体会。教师：小朋友们刚才玩游戏的时候都很开心，都明白怎样去跟自我的小伙伴好好合作与沟通，所以呢，能够看出我们班的所有的

小朋友都不是孤独一个人的。那么刚才故事中的小兔子呢，在你们玩游戏的时候悄悄的告诉教师它经过你们热心的帮忙已经找到自我的小伙伴啦，所以不再孤独一个人了，于是呢，最终就能够安全的和小伙伴互相合作逃离火灾现场了。它呢，要教师多谢小朋友的热心帮忙！

活动结束：

5、总结：

6、活动自然结束。

让小朋友们去喝水，去洗手间。

个人总结：此次活动设计的个人感想：鉴于在今日独生子女盛行的年代，越来越多的孩子在生活中都会不知不觉的习惯孤独。并不是说孤独是一件坏事，只是在这孤独包装下大多数人都有着一颗敏感容易受伤的心，于是，以往让我们熟悉的合作精神渐渐风吹云散。纵然是在这样一个分工精细的年代，我们更加是需要远离孤独，走向合作，这是一个需要从小就应当培养的心理素质，要明白，通常一个人的狂欢无力挽救一切狂澜。