

最新中班心理健康教案(优质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。写教案的时候需要注意什么呢?有哪些格式需要注意呢? 以下我给大家整理了一些优质的教案范文,希望对大家能够有所帮助。

中班心理健康教案篇一

1. 理解他人生气的原因, 尝试用各种正确的方式排解不开心的情绪。
2. 感受豁达开朗的快乐, 逐渐养成积极乐观的生活态度。

1. 制作电脑多媒体课件ppt

2. 相关前期活动“说说你的烦心事”, 幼儿通过绘画、简单文字等形式记录自己的烦恼事, 教师将幼儿的这些烦心事做成一个记录本。

3. 改编故事《消气商店》(附后)。

一、激发兴趣

1. (播放鞭炮声)师: 这是什么声音?人们遇到什么事情会放鞭炮?(告诉幼儿一家新商店开张了, 正在放鞭炮。)

2. 猜猜“开心商店”会经营什么。

二、设问想象

a/

1. 师: 熊哥哥怎么了?(ppt播放熊不开心的图片)

2. 播放录音。(以熊哥哥的口吻说：我拳击比赛输了，觉得非常失望。)

3. 教师解释什么是拳击比赛。

4. 师：熊哥哥该怎么办？如果你是狐狸，会想什么办法帮熊哥哥消气？

5. 师：看看小狐狸用的是什么办法？(ppt出现熊哥哥打沙包的图片)

6. 师：狐狸想的这个办法好吗？为什么？(启发幼儿了解打沙包不仅能让熊哥哥的心情得到释放，而且还能锻炼他拳击的本领。遇到困难，应该想办法解决，而不是退缩。)

b□

1. 师：鹅小姐有什么烦恼？(ppt出示鹅小姐不开心的图片，请幼儿猜测设想。)

2. 师：如果你是狐狸，会想什么办法帮鹅小姐减肥呢？

3. 师：看看小狐狸用的什么办法，这个办法好吗？为什么？(ppt演示小鹅跳绳的图片)

4. 师：听听鹅小姐是怎么说的。(播放录音，以鹅小姐口吻说：每天跳绳100下，相信我一定能减肥成功，穿上漂亮的花裙子哦。)

c□

1. 师：两只小老鼠怎么了？(ppt出示小老鼠吵架的图片，请幼儿猜测。)

2. 播放录音。(以小老鼠口吻告诉幼儿他们吵架了。)

3. 师：请你来想个办法让他们快乐起来。

4. 师：你们都讲得不错，我们看看小狐狸用的什么方法。(播放ppt图片，狐狸请他们听音乐，舒缓心情。)

d□完整讲述改编的故事《开心商店》。

三、提升经验

1. 师：小动物的麻烦事都解决了，那如果你今后碰到这样的情况，你会解决吗？

2. 师：我们小朋友也有一些烦心事，让我们也为他们出出点子，让他们开心。(出示记录本，请幼儿述说自己记录的烦恼事。)

3. 幼儿自由讨论。为同伴解决烦恼。

4. 小结：人人都会有不开心的时候，如果你碰到不高兴的事了，可以把不开心的事情告诉老师、爸爸、妈妈或小朋友。他们会劝你、安慰你，你的心里就会好受些。你也可以看会儿电视，听会儿音乐，玩玩玩具，看看书等。如果别人惹你生气了，你就要想想别人对你好的时候，原谅别人。如果我们保持开心的心情，就会变得快活，身体也就更健康。

科学探索区：选择不同样子的五官粘贴各种表情。

语言区：(1)故事《开心商店》图片，动物头饰，服装等。(2)连线：幼儿观察上一排的图，说说小朋友遇到了什么难题，怎样帮助他们，用线连起来。

美工区：(1)涂色：黑白图片，蜡笔。(2)用冷暖两种颜色表

示不同情绪。(3)表情娃娃：白塑料瓶，记号笔，毛线绳，制作各种瓶娃娃。

小狐狸新开了一家独特的商店——开心商店。门口的招牌上写着“让你开心，给你快乐”。

熊哥哥是一位拳击运动员，这回因为拳击赛输了而生气。他走过开心商店看见门口的牌子，就一步跨了进去。小狐狸说：“请问熊哥哥，你为什么生气？”熊哥哥说：“我参加拳击赛输了！没得到冠军。我不开心。”小狐狸让熊哥哥对准沙包使劲地打，打得好痛快。小狐狸说：“你好好练本领，以后一定会得冠军。”熊哥哥打了沙包出了气，又听了小狐狸的鼓励。快活地走了。

肥胖的鹅小姐气呼呼地走来：“我穿什么衣服都不好看。真让人不开心！小狐狸，你有什么方法让我开心？”小狐狸说：“请你每天练习跳绳100下。就一定能变苗条，穿什么衣服都好看呢。”鹅小姐每天坚持跳绳，跳得满头大汗，气喘吁吁，她说：“每天跳跳，不但快活，还能减肥，真不错。谢谢你，小狐狸。”

大家都喜欢到小狐狸的商店来，打一打，跳一跳，开心极了！

一天，两只小老鼠气喘吁吁地走进商店。原来他们俩为了一件小事争吵而生气。小狐狸搬来两把椅子，请他们坐下，然后打开收音机，店里响起了轻轻的音乐声，小老鼠觉得舒服极了。原来音乐也能让人变得开心。

小狐狸有一个新打算，修座大花园，美丽的风景，安静的环境，同样会让大家忘记烦恼，变得快乐！

中班心理健康教案篇二

这学期我们班的幼儿升了中一班，根据园内的园本教研课题

和我班幼儿依赖思想很重的特点，我们选定了本班的教研主题——培养幼儿的独立性，激发幼儿的自信心。

兴趣从哪来？——兴趣能诱发幼儿学习的动机，调动幼儿学习的积极性、主动性、创造性。从幼儿的身边来。要培养幼儿的环保生活态度，应从他身边的事物开始。“报纸”对幼儿并不陌生，为何不进行二次利用可以动手操作来玩一玩，发挥幼儿的自主性，发展发散性思维。增强幼儿活动的兴趣及动手能力，体现物有所值，寓教于乐。

本次活动是主题活动——故事《报纸先生》的延续，主要探索用报纸来撕、折、铺、跳、投等不同玩法的趣味综合活动，间接指导使幼儿在探索的过程中得到满足，来激发幼儿内在的学习动机及解决问题的能力，最终培养幼儿的自信心。

- 1、懂得珍惜纸张，废物利用，萌发幼儿初步的环保意识。
- 2、愿意用报纸探索不同玩法，发展幼儿动手操作能力。
- 3、增强幼儿解决问题的能力。

1、布置场景(5张“报纸先生”挂图)、废旧报纸人手一份、行路标记。

2、材料纸、彩笔、桌子。

3、即时贴(做河流)、报子若干、数字卡。

4、大星星卡片5张、报纸服装一套、报纸玩具幼儿人手一个。

5、口号：“智多星”超级变变变。

(一) 准备活动

1、游戏《手指操》导入，引入课题。

2、情景创设讲解游戏要点，“报子先生遇到困难，请大家要想办法、动手动脑，团结合作，解决问题、完成任务。”

（二）探索发展活动

1、认识“报纸先生”（出示照片）引出问题（寻找神秘的礼物），激发幼儿兴趣。

2、寻找问题，解决问题。

幼儿和老师一起，到户外进行活动。

问题一：“看新闻，请把丢失的小动物找回来。”

幼儿人手一张“报纸”，找动物（连线），完成问题。

x小结：让幼儿了解报纸的用途——看新闻。

x完成任务奖励“智多星”一个。继续前进。

问题二：“请搭一个长楼梯，跳过去。”

老师激发幼儿想办法，用报纸完成“搭楼梯”的问题，学会合作，一起进行。（提醒幼儿跳的方法可以不同，如：小兔、青蛙）

x小结：报纸可以做游戏，进行再次利用。

x完成任务奖励“智多星”一个。继续前进。

问题三：“前面有一条河，请过河。”

老师激发幼儿想办法，用报纸完成“过小河”的问题。

活动中，鼓励幼儿想出不同的办法，学会合作，一起进行。

如：可以作小船、搭桥、做游泳衣、游艇等。

x小结：报纸的用处真不少。

x完成任务奖励“智多星”一个。继续前进。

问题四：“请用报纸玩游戏，迷迷转、揪尾巴、炸弹。”

老师与幼儿一起玩游戏，体会游戏的乐趣。游戏用报纸进行，幼儿用手撕、折、卷、投等技巧，锻炼幼儿的手指机能。

x小结：报纸的游戏真有趣。

x完成任务奖励“智多星”一个。继续前进。

问题四：“报纸要休息了，请把它收起来。”

老师与幼儿一起收报纸(放进垃圾箱)，提醒幼儿，户外还有废旧纸张吗？

x小结：爱护环境，美化家园，不乱丢纸张。

3、完成任务，发礼物。对个别幼儿鼓励并提出要求(积极参加集体游戏，同小朋友团结合作，解决问题)。4、赏用报纸制作的礼物，激发幼儿创作的欲望。

(三) 结束活动：音乐游戏——歌表演“泰迪熊”。

(四) 活动延伸：

请幼儿用报纸制作喜欢的玩具。

激发幼儿用不同的. 废旧物品来制作玩具(如：易拉罐、纸筒、牙膏盒、快餐碗、塑料瓶)，锻炼能干的小手。

这次综合活动关于“报纸”一件幼儿身边的物品，教师运用了情景性的环境及语言较好地激发了幼儿参与活动的兴趣。灵活性强，参与性大。幼儿积极性很高，大大发展了幼儿的动手能力，体现幼儿在环境中解决问题的意识，在创设环境中“玩中学，学中玩”，“以人为本”的园本教育理念。

附：废报纸的游戏

每天，家里堆的报纸都在一点一点增高，别急着卖掉、扔掉，动动脑筋和双手，你会和孩子玩得兴高采烈，并且乐此不疲。

1、搓成团(炸弹)

(1)看水扔得准、远、高，训练幼儿的手臂力量，

(2)教师向幼儿扔，幼儿在规定范围内逃，训练幼儿的躲闪能力，进行安全教育。

2、搓成棍(金箍棒)

(1)按一定距离排成队，训练幼儿双脚跳或单脚跳。

(2)排成小路，走过去，训练幼儿平衡。

(3)放在两个小凳上，训练幼儿跳高。

3、一张张摊开放在地上(荷叶)

(1)从一张跳到另一张，训练幼儿跨跳或双脚跳。

4、一张张连在一起放在地上(长龙)

(1) 从一头爬到另一头，训练幼儿爬。

中班心理健康教案篇三

- 1、知道日常生活中会遇到许多的困难，能充满信心动脑筋想出各种方法克服困难、解决困难。
- 2、能体验自己解决困难的喜悦。
- 3、学会保持愉快的心情，培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。
- 4、让幼儿知道愉快有益于身体健康。
- 5、培养幼儿健康活泼的性格。

知道日常生活中会遇到许多的困难，能充满信心动脑筋想出各种方法克服困难、解决困难。

童话故事《树林里的动物》，头饰：小熊、小猴、小鹿、小羊、啄木鸟。

（一）、借助童话故事，把幼儿引入一个充满问题的世界。

师：在茂密的树林里，生活着许多的动物。你猜，都有些什么动物呢？（激发幼儿的兴趣）

师：有一天，小动物在树林里玩，你看他们发生了什么事情？

师：树林里有什么动物？它们遇到了什么困难？

（二）、鼓励幼儿通过实践活动动脑筋想办法解决困难。

- 1、激发幼儿解决困难的信心。

2、幼儿分组讨论解决困难的方法。

师：假如羽毛球被挂在了树上，小羊能用什么方法把它取下来呢？

师：假如小球滚进了树洞，小猴能用什么方法把它取出来呢？

师：哎呀！小熊的裤子给刮破了，如果你是小熊，你有什么方法呢？

师：啄木鸟喝不了水，只有半杆水。小啄木鸟们，你们有什么方法喝到水呢？鼓励幼儿讲出自己解决问题的方法，初步体验成功乐趣。

（三）、引导幼儿感知生活中有许多困难问题，鼓励幼儿大胆想出解决方法。

师：你在家里、幼儿园、路上或其他地方遇到过什么困难？

师：你是怎样解决的？你试过妈妈病了，家里只剩下你一个人吗？如果发生了，你怎么办？

（四）、游戏（过河）。

用蓝色的布或纸设置一条宽大的河流，在河的对面设置一座大山，山里藏着各种各样的宝物—玩具。

引导幼儿通过各种不同的方法过河，获取自己喜爱的宝物。

在这一节课上，学生始终在一种轻松和谐的气氛中接受心理健康的教育。我相信，学生会在这节课上找到了自信，学会以良好的心态克服生活中将要出现的困难，为学生今后的学习、生活加上新的动力源。

中班心理健康教案篇四

在课前的了解中，我发现有好多孩子都骄傲地捋开袖子向我展示他漂亮的手表，有的.是有分针和时针的，也有的是电子表。但是大多数孩子不能迅速准确地看时间，不了解钟面内容，不认识整时。因此，本节课主要学习任务定位在：

- 1、贴近生活，感受数学与生活的“鱼水之亲”。
- 2、重视动手操作，在主动探究中获取新知识。
 - 1、能辨认出钟表上的整点、半点。
 - 2、知道时针、分针及其表示时间的关系。
 - 3、帮助幼儿理解钟表的功能，培养幼儿从小养成珍惜时间的好习惯。
 - 4、引导幼儿积极与材料互动，体验数学活动的乐趣。
 - 5、发展幼儿逻辑思维能力。

活动重点：认识整点钟

活动难点：整点钟的两种表示方法

活动准备：多媒体课件、钟表模型、幼儿自制小钟表等

（一）谈话，导入

小朋友们快看，谁来我们班做客了？哦，是小天使。（幼儿扮小天使与小朋友对话）小天使要带我们去一个神奇的地方，大家准备好了吗？现在正是秋季，我们沿途可以欣赏秋天的美景。我们可以开汽车，可以开宇宙飞船，开火车，也可以和小动

物搭伴去□ok,let'sgo!

播放课件音乐《秋天多麽美》，师幼开始热身运动。

大家快看，我们的目的地到了——钟表王国。（师扮国王）欢迎小朋友们来做客！

（二）了解钟表的种类及用途

1、了解钟表的种类

请大家参观我们的王国，我们王国的人口可是相当多的，平时你们都在哪里见到过他们？（播放课件）

2、了解钟表的用途

小朋友们可聪明了，谁知道我们的成员有什么作用吗？（幼儿思考并回答）

（三）认识钟表

1、介绍钟表：钟面、分针、时针、数字

2、通过讲故事、直观教具演示的形式向幼儿再次介绍分针和时针，以及分针走一圈，时针才走一格。

3、认识整点：分针指向12，时针指向几就是几时。（播放课件）

4、介绍整点钟的另一种表示方法：电子表示法。如8：00

（四）巩固、练习

1、游戏——“连线比赛”。（播放课件）

2、幼儿动手操作“拨时间”。

(五) 讨论时间的重要性，提出如何珍惜时间？

(六) 师幼随音乐共舞。

欢迎小朋友下次再来做客□bye-bye!

运用多媒体演示，借助孩子的想象，符合幼儿的心理特点，有利于激发幼儿的学习兴趣，使幼儿体会到生活中处处有数学，感受到数学与现实生活的密切联系。活动中安排了观察、操作、议论、交流、归纳和整理等教学活动，让孩子自己发现钟面上有些什么，在交流中，孩子们把自己在平时积累的经验表述出来，大家互相借鉴、互相补充，这样不仅调动和激发了学习主动性，而且提高了独立获取知识的能力。在交流中，较优秀的孩子充当小教师的角色，一部分小朋友在小组学习中得到了帮助，轻松愉快地获得知识。这充分发挥了学生的主体意识、合作意识，让他们在自主探究、合作交流中构建自己的认知体系，同时获得了积极的情感体验。在整个教学过程中，教师凡是孩子能独立思考、合作探究发现的老师决不包办代替。做到让孩子多思考、多动手、多实践，自主探索、合作学习、师生共同活动相结合，教学形式有分有合，方法多样，孩子们参与程度高，最大限度地拓宽了幼儿的思维，使课堂充满生机与活力。

中班心理健康教案篇五

1、在看看讲讲找找中积累生活中各种勇敢的经验，能够围绕话题大胆表达自己的意愿和想法。

2、鼓励幼儿在学习中遇到困难时，勇敢应对并解决它，对自己要有信心。

前期经验：幼儿有独处的经历、日常活动中感受过自己勇敢。

物质准备：录音磁带(广告录音、家长的话)、字卡、抗震小英雄图片等。

一、认读字卡，说一说勇敢。

要求：大胆说说自己在生活的勇敢表现，了解克服恐惧心理很勇敢。

1、提问：什么是勇敢你是勇敢的孩子吗表此刻哪里

你有一个人在家的经历吗当时情绪怎样有什么办法让自己不害怕。

2、情景——独处时有人敲门，怎样办

3、小结：除了不怕疼，不哭很勇敢，独处时克服恐惧，遇到突发事件能想出办法也是勇敢的表现。听了你们的介绍，的确比以前勇敢了。

二、看看说说，找一找勇敢。

要求：进一步认识勇敢的行为，明白学习时应对困难有信心也是勇敢的表现。

1、听广告——夸夸爸爸的勇敢。

提问：谁的.爸爸很勇敢什么行为并不是勇敢的表现

2、出示图片，找一找勇敢的人。

提问：为什么说他们是勇敢的人

理解词语：见义勇为，舍己救人

3、爸爸妈妈们有些什么话要对我们说，我们一起来听听。

提问□xx妈妈说了什么为什么学本领时不抱怨，不放弃也很勇敢