

小学心理健康班会教案反思(实用5篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？以下是小编收集整理的教案范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

小学心理健康班会教案反思篇一

培养学生正确的态度，帮忙学生掌握人际交往的基本技能，提高学生与人交往的实际潜力，培养学生做一个欢乐的'健康的人。

1、课件设计

2、小品编排

你有朋友吗?你喜欢交朋友吗?在生活中，有的人拥有很多朋友，与朋友一齐学习，一齐生活，遇到问题一齐商量，一齐解决，说说笑笑，真开心呀!这节课将伴随你一齐探索怎样才能交上更多的朋友!

1、找朋友游戏

要求：以组为单位，每组出一名学生，数到“一”。

第一次：3个同学一组迅速抱成团。

第二次：4个同学一组迅速抱成团。

第三次：5个同学一组迅速抱成团

(学生分组做“找朋友游戏”。游戏之后数一数：我赢了次，我输了次。)

2、谈一谈

(1) 我找到朋友时心里感到。

(2) 我没找到朋友时心里感到。

(学生谈心里感受)

3、交朋友的秘诀

(1) 仔细观察你身边的好伙伴是怎样交上好朋友的？

(学生归纳交朋友的秘诀)

看课件：

课件1：萍萍热情、开朗、乐于助人，同学们都愿意和她交朋友。（性格好）

课件2：周梦和胡云都是航模小组成员，他俩合作一艘小帆船，你锯我粘，很快就做成了，共同享受着成功的喜悦。（合群）

课件3：遇到开心的事，受了委屈、遇到困难等愿意把心里话告诉朋友，增进沟通和理解。（善于开放、表露自我。）

(2) 你的交友秘诀呢？

快记下大家的绝招，让大家一齐交流分享吧！

(学生归纳：交朋友的秘诀。)

(3) 请看小品：

问题1：请你帮帮小陈，让他也能交到朋友。

问题2：不知你在交朋友中有没有遇到什么困难呢？

问题3：请大家帮他出出主意，让他交到更多的朋友。

(学生进行小品表演：

小磊和小涛是好朋友，他们互相关心、互相帮忙，说说笑笑玩得多开心啊！可是，小陈不敢和同学接近，他没有朋友，一个人十分孤独。)

有朋友真好！高兴时，有朋友来分享；悲哀时，有朋友来分忧；困难时，有朋友来帮忙。朋友能给人带来欢乐、带来勇气、带来信心。教师相信，在你的努力下，一定会交到更多的好朋友！

小学心理健康班会教案反思篇二

表演法、讨论法

小学六年级学生

40分钟

- 1、每人一棵心愿树剪纸。
- 2、准备小品表演《真正的原谅》。
- 3、学生座位按马蹄形小组排列，马蹄形开口朝黑板。
- 4、学生自备彩色笔。

1、导入：同学们，你们明白吗？宽容是一个神圣的字眼，宽容是一个神圣的概念，宽容是一种人类精神。宽容是一种善，宽容是一种美，宽容是一种人性，宽容是一种胸怀和气度，

更是一种境界。仅有善良的心胸中才有宽容，仅有慈悲的心灵才能放下宽容。这天这节课，就让我们来研究宽容，学会宽容。

2、活动：“真正的原谅”

请学生进行小品表演《真正的原谅》（表演前，讲述发生背景、简介人物）。

然后分小组讨论：“之后，这个学徒为什么能安安稳稳地把灯泡拿到了楼上？”学生自由讨论，发言交流面要广。之后请个小组代表发言，对于学生创造性的分析、评论，教师要尽量加以引导、予以肯定。

教师小结：宽容作为一种境界，是一种水平的体现，是一种对于被宽容者的理解和体谅，是一种深度与才能，是一种睿智和明达。

“自我反思”

请大家再想一想，自我以前碰到过不善待别人（同学、父母、长辈.....）的事吗？你当时是怎样想的？发生了怎样的后果？此刻你对这件事又是怎样想的？如果当时你原谅了别人，设想一下结果又会是怎样？这一活动先在小组内交流，然后再进行全班交流。

透过反思，我们更加懂得了宽容、善待别人的重要性，那么究竟如何做到原谅别人呢？首先要做到——将心比心。

“画心愿”

“心愿树”上有许多心愿卡，“将心比心”就是其中最大的一颗。此刻，让我们拿起彩色的画笔，去描绘那些宽容他人的心愿。请同学们把贴合描绘条件的果子涂上美丽的颜

色。(多媒体出示心愿树)心愿树上的心愿有:

豁达大度斤斤计较克制忍让

正直诚实与别人交谈心平气和抱怨奶奶走路太慢

拿别人的短处开玩笑与别人争吵

多听少说,自我想说时,应等别人说完了再说

故意说别人的坏话

学生各自涂色,群众讨论、交流。

“主角扮演”

同学们,刚才我们已经了解到如何原谅别人。此刻,有一位叫小雨的同学期望得到大家的帮忙。大家一齐来帮忙,好吗?朗读“小雨的来信”(多媒体出示):

陈教师:您好!我以前拥有一个很好的朋友。可是,之后我慢慢地发现我与这所谓的朋友之间,也没有真正的友谊。

以前,在我的眼里,她是一个很不错的孩子,学习好,人漂亮,开朗活泼,跟她在一齐,我很开心。可是,自从这学期她当上了班长之后,我就觉得她变了。我发现她只是向我借东西的时候对我热情,在的活动中比如讨论学习问题、去上早操的时候,她总是和别人在一齐。我觉得她根本没把我当真正的朋友。我发现自我受骗了,心里痛苦极了。最终有一次,我们吵架了。

好几次,我想和她说话;可是这有不是我的错,我为什么要主动道歉呢.....我好苦恼。

一个求助的孩子:小雨

此刻，我们想象一下小雨会怎样解决难题？并且表演给大家看，比一比哪组表演得最好？

主角扮演，学生按a□b□c□d四组分别上场表演各自理解的主角。

反馈讨论：哪组表演得最好？为什么？

请参加表演的同学说说有什么体会，再看表演的同学说说有什么不一样的感受。

3、总结和推荐：

理解别人，设身处地为别人着想。宽容待人，勇敢、坦然地承认自我的错误，即时修正自我的言行，改正错误。

见人长处我则暗记于心从而仿效之，见人短处狭隘处我亦暗记于心并从而以之为鉴改过之，久而久之你自会对人宽之容之涵之纳之。

课外作业：为了交到更多的好朋友，你将怎样做呢？

附资料：

真正的原谅

有一次，发明大王爱迪生和他的助手们制作了一个电灯泡。那是他们辛苦工作了一天一夜的劳动成果。

随后，爱迪生让一名年轻学徒将这个灯泡拿到楼上另一个实验室。这名学徒从爱迪生手里接过灯泡，留意翼翼地一步一步地走上楼梯，生怕手里的这个新玩意儿滑落。但他越是这样想，心里就越紧张，手也禁不住哆嗦起来，当走到楼梯顶端时，灯泡最终还是掉在了地上。

爱迪生没有责备这名学徒。过了几天，爱迪生和助手们又用了一天一夜的时间制作出了一个电灯泡。做完后，还得有人把灯泡送到楼上去。爱迪生连思考都没思考，就将它交给了那名先前将灯泡掉在地上的学徒。这一次，这个学徒安安稳稳地把灯泡拿到了楼上。

事后，有人问爱迪生：“原谅他就够了，何必再把灯泡交给他拿呢？万一又摔在地上怎样办？”爱迪生回答：“原谅不是光嘴巴说说的，而是要靠做的。”

小学心理健康班会教案反思篇三

同学们，生命是宝贵的，每个人都只有一次，她不象财富能失而复得，也不象离离原上草周而复始。谁失去了生命，不仅仅是自己失去了一切，还要给活着的亲人留下心灵的创伤。六（7）班“珍爱生命、健康成长”主题队会现在开始。

主持人甲：每个人都有资格享受愉快的生命，但生命的遭遇往往是意想不到的。

主持人乙：然而，总会在那不经意的一瞬间，生命的泉水便会永远枯竭。

主持人甲：衡阳的大火是那样无情，吞噬了多少个年轻的生命！

主持人乙：汶川的地震又是那样残忍，拆散了多少个幸福的家庭！

主持人甲：灾难的发生对于每个人来说，不分性别年龄，不分贫富贵贱。

主持人乙：无论咿呀学语还是学富五车，如果缺少应有的警惕，危险可能就在那一瞬间。

主持人甲：人的生命只有一次，生命是多么珍贵！

甲：有一根弦它常响在我们身边，

乙：有一根弦它连着我们的生命线，

合：它的名字就叫安全！

甲：安全维系着我们每个人的生命与健康，安全维系着每个家庭的幸福与美满。

乙：可是，我们却经常听到这根弦绷断的声音，看到一些触目惊心，惨不忍睹的场面。

甲：这一幕幕惨不忍睹的画面，让我们看到了那些向花季飞来的横祸，听到亲人们撕心裂肺的呼喊，我们也在经受着血的教训。下面我宣布六年四班《安全伴我行》为主题班会现在开始。

乙：城市交通实行了现代化，即使城市道路较窄，车流繁杂，交通也要井然有序。同时我们的交通安全意识也要不断加强。下面请大家说一说你所知道的交通规则。

甲：人的生命只有一次，生命是多么珍贵！

乙：是的，没有比生命更宝贵的东西了。

小学心理健康班会教案反思篇四

以下是由本站pq小编为大家推荐的小学生心理健康主题班会教案，欢迎大家学习参考。

1、情绪对人的学习和生活影响很大，教育学生要做情绪的主人，才能适应社会生活；学会控制自己的情绪，掌握调控情绪

的方法，做一个快乐的小学生。

2、教育学生正确评价自己，树立自信心，克服学习上的困难。克服自卑心理，学会欣赏自我和悦纳自我，树立“别人行，我也能行”的思想。

准备活动中所要用的各种情景问题。

(一) 导入

1、引言：我们每个人都有自己的情绪情感，遇到不同的事，就会有不同的感受，但我们要学会控制自己的不良情绪，这样在与同学的交往中，才不会感情用事，今天我们学习树立自信心，做情绪的主人。

(二) 学习如何控制倾情绪

a□关成的学习成绩退步了，应该如何对待？

b□小花是怎么对待跳绳失利的？

分组讨论，然后派代表在全班发言。

(2) 议一议

如何调控自己的不良情绪呢？

a□宣泄法□ b□转移法□ c将心比心□ d□挫折不一定是坏事。

3、活动明理

师：王小燕爱生气好不好？为什么？

生：不好，生气影响身体健康。

生：生气容易使人得病。

生：生气容易影响同学关系。……

议论时，如果时间允许，可多请几位同学谈谈看法。

(三) 学会树立自信心

1、 教师以讲故事的方式，张海迪是怎样克服困难，成为著名作家的故事，明确告诉学生是“自信心的力量”！

2、 议一议

师：小龟丁丁为什么开始不敢爬坡？

生：过低估计自己、自卑心理作祟、怕自己笨手笨脚，被人笑话……

师：后来，丁丁怎么做的？成功了没有？

生：在龟爷爷的帮助下，获得了成功；在龟爷爷的帮助下，大胆地尝试；他不怕困难，大胆去做。

师：你知道丁丁是个什么样的孩子？

生：有同情心，愿意帮助别人；勇敢的孩子；知错就改的孩子。

师：这个故事说明了什么道理？

生：在做事之前，就认为自己不行，是自卑的表现；后来他做了勇敢的尝试，获得了成功，是自信的表现。

指点迷津：我们应该克服自卑，树立自信，才能获得成功。

(四) 总结全课：可请同学归纳总结，使同学们看到树立自信

心的重要性，引导学生正确地评价自己，树立自信。

小学生心理健康教育主题班会

沉淀一杯水 清澈一颗心

：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。如果没有较高的心理素质，就很难适应21世纪的激烈竞争。现代社会的快速进步和发展、现代社会的各种非正常的现象，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，让同学们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能力，更要有健康的个性心理品质和良好的社会适应能力。

1、让同学们知道在我们的成长过程中常常会遇到一些自身无法解决的事物、现象，而这些事物与现象(比如影视作品中的接吻镜头)的存在是否正常合理，这需要我们学会自我调节，初步掌握自我调节的方法，用正常的眼光去看待一些自身无法解决的事物、现象。

2、每个人都应该以积极、健康的心态正确对待各种各样的事物和现象(比如当下流行于小学生中的“老公”“老婆”的称呼)，用勇于挑战自我的勇气和毅力来自我调节,从而健康快乐成长。

小学中高年级

活动一：我们是快乐的花儿

主持一： 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，多么动听，充满生机，充满活力。

主持二： 这些美丽的小花就代表我们自己，花是美丽的，我

们同样是美丽的。人人都说生命如花，让我们来观赏一下花开的情景。

老师(手指画面):花儿在阳光、雨露的滋养下开得是如此美丽。

主持一: 我们就像花儿一样,并非一路全是阳光和雨露,难免要经历“虫害”和“风雨”,经历“虫害”和“风雨”的花儿有的能茁壮成长,有的则凋零枯败。

主持二: 我们在成长的路上也会遇到“虫害”与“风雨”,比如我们思想中一些不正确的看法和想法,这些不正确的看法与想法就像害虫一样侵蚀我们的身体与心理,让我们的成长过程不那么顺利和快乐。

主持合: 今天就让我们和老师一起当一个辛勤的园丁,来捉除我们思想中——大害虫,那些不正确的看法和想法。

活动二: 我们是辛勤的园丁

1、情景表演: “老公” “老婆” 风波

(1)、情境表演: 在主持人的安排下,请一组学生进行情境表演。

(2)、老师帮忙: 老师帮助“小老师”解决问题。

(3)、案例讨论: 课件播放网络案例,小组内进行讨论,全班交流。

网络案例: 荆楚网消息(楚天金报)近日,记者在洪山区某小学采访时,一名五年级班主任桂老师告诉记者,五六年级男生和女生之间喜欢“乱说无聊话”,如“谁喜欢谁”、“谁有几个老婆、谁有几个老公”等,以此为乐的多为男生。被“乱点鸳鸯谱”的女生不仅不反感,反而觉到很好玩。

五年级(2)班女生小倩(化名)成绩好,长得漂亮,性格也乖巧。她常常成为男生说无聊话时“喜欢”的对象,还被班上同学推选为“班花”,和选出来的“班草”并称为“金童玉女”。有一次,一个男生在黑板上公开写“小倩,我喜欢你!”其他同学便起哄:“他俩结婚生了十男十女!”

讨论:对于这些现象,你们以前怎么看?对于这些现象,你们现在又是怎么看的?

(4)、专家观点:课件出示专家观点,学生借鉴思考。

专家观点:武汉市教科院德育教研室主任王一凡认为,小学生互称“老婆”、“老公”只是对成人世界的简单模仿,并不了解“老婆”、“老公”、“结婚”的真正含义。家长和老师不必惊慌,只需适当引导,让孩子们认识“老婆”“老公”这些家庭角色背后的伦理关系和责任。“爸爸是老公,妈妈是老婆,他们结婚才有了你。如果爸爸随便喊别的阿姨‘老婆’,妈妈和你一定会不高兴的,对吗?”类似这样的引导,让学生认识到随便喊“老公”“老婆”是不文明的,教育学生形成良好的伦理道德观念。

(5)、心理小贴士:别急着喊“老公”“老婆”,因为我们还没有长大!

别模仿大人,我们的童心童趣是我们最珍贵的宝贝!

2、观看图片:影视“接吻”镜头

(1)、课件播放:影视作品中成人接吻镜头

(2)、引导认识:这只是大人的事,与我们无关。

(4)、心理小贴士:我们只关注我们这个年龄所关注的事,

大人的事等我们长大了才去做!

活动三：我们是勤劳的小蜜蜂

1、文字游戏：“爱”字扩词。

交流：以前敢不敢说“爱情”“爱人”“我爱你”之类的词？现在敢不敢，为什么？

欣赏：课件出示人生格言

2、礼物游戏：主持人请各小组摸取礼物，并打开放在桌上。

3、老师感言：所以说，我们的成长就像我们手里的礼物一样，如果我们在成长的过程中，学会正确的认知判断，那我们就会健康快乐的成长，就会长成一棵健康的果子，甚至会成为一粒珍珠，一粒宝石。相反，如果我们从小没有学会判断，拒绝不了了一些诱惑，一些不该我们这个年龄段所关注的东西和想法，那我们就会凋零，变成泥土、沙石，甚至一片空白。所以请记住：多大年龄干多大年龄该干的事，学生就是学习，学知识，学道理，学技能；爸爸妈妈就得工作，挣钱养家，哺育儿女，赡养老人；爷爷奶奶就是安享晚年。这样家庭才会和谐，社会才会和谐。

4、课件出示心理小贴士：学生就是学习，学知识，学道理，学技能；爸爸妈妈就得工作，挣钱养家，哺育儿女，赡养老人；爷爷奶奶就是安享晚年。

5、回归主题：沉淀一杯水 清澈一颗心

6、欣赏格言。

7、自我测试。

小学心理健康班会教案反思篇五

应对复杂的生活，我们应当用进取的办法去调整好自我的情绪，使自我永远欢乐的同时，也把欢乐带给身边每一个人。烦恼是个纸老虎，乐观应对欢乐多。一齐读《欢乐拍手歌》。

情绪就像气象台，喜怒哀乐变得快。

生气时，笑一笑，烦恼事，讲出来。

紧张时，静一静，悲痛事，想得开。

乐观向上有自信，学习生活添光彩。