

2023年幼儿的心理健康教案 幼儿心理健康教案(精选14篇)

高二教案可以提供教学的指导框架，但教师应根据学生的实际情况进行灵活调整和个性化设计。想要写一份出色的初三教案吗？不要错过下面的范文，或许其中有你需要的答案。

幼儿的心理健康教案篇一

- 1、在说说、画画中明白如何让不愉快的心境变好。
- 2、能用连贯的语言表达自我的想法。
- 3、经过活动学会关心他人，萌发互相关爱的情感。

【活动准备】

小兔布偶一个、一棵大树、各种树叶状的彩纸、记号笔□ppt□
人手一份笑脸和哭脸。

【活动过程】

一、出示小兔子的心境图片，谈话引入。

师：昨日小兔子去公园玩了，它好开心啊，它的心境是愉快的(笑脸)

可是今日小兔子生病了，它好难受啊，它的心境就是难过的(哭脸)

小结：每个人都会有这两种情绪，这些都是很正常的。

二、出示两种心境图片，幼儿自由选择。

师：每个人的书袋里面都有两个心境图片，请你选择一种心境卡片来代表你今日的心境。

三、分析并找寻办法。

(一)分析原因

(二)找寻高兴起来的方法

1、师：如果心境不好，不开心，就会给我们带来很多的问题(出示图片)。那我们赶快来找个让自我开心起来的办法吧？如果你心境不好了，你会用什么办法呢？(请几个幼儿回答，为了下一环节做铺垫)

四、关心小朋友。

(一)听听小朋友心境不好的原因

(二)帮忙小朋友找到欢乐起来的办法

师：把你找到让她欢乐起来的办法画下来。

(三)把这些办法编成一首诗。

师：每个人总会碰到心境不好的时候，这时候我们要学会调节自我的情绪。

我能够吃上一颗糖果，让自我的心境变得甜甜的

我能够穿上漂亮的衣服，让自我的心境也变得美美的

我还能够……

五、延伸环节：

把心境树放到班级的心育墙上，当小朋友不高兴时，能够过去看一看，这样心境就会变得好起来。

幼儿的心理健康教案篇二

开展本次活动，萌发幼儿关心他人，愿为朋友带来快乐的情感，增强与人友好交往的意识。

活动重难点：

让小朋友们体会高兴与伤心的不同心情，懂得要关心他人，与朋友一起分享美好的事物。让孩子通过表现不同表情娃娃所带来的不同感受，解决实际生活中遇到的小朋友之间发生的不友好现象来进行突破。

活动目标：

- 1、通过说说、演演、画画等形式表达自己的情绪。
- 2、尝试想办法保持好心情，做一个高兴的娃娃。
- 3、萌发幼儿关心他人，愿为好朋友带来快乐的情感。

前期准备：

- 1、心情火车六列，
- 2、画有圆脸的彩色纸若干，勾线笔人手一份，
- 3、哭和笑娃娃各一个，投影仪一台。
- 4、幼儿对各种各样的表情产生了兴趣，并能分辨一些简单的表情。

预设内容：

一、说说演演

导入：“老师要带小朋友到两个小娃娃家去做客，现在我们一起出发吧！请小朋友观察哭笑图片，说说哭笑脸有什么不同。引出幼儿高兴与伤心的事件。

出示笑娃，引导幼儿观察娃娃的表情，如嘴巴往上翘、眉毛和眼睛弯弯的，眼睛眯成一条线等。

1、你们什么时候也会笑？

2、你们会学一学她笑的样子吗？还可以用什么来表示高兴？

出示哭娃，引导幼儿观察娃娃的表情，如嘴巴往下、眉毛和眼睛也往下，有眼泪等。

3、猜猜她为什么哭？怎样让她自己变的开心了呢？

4、你们什么时候也会哭？（重点启发、鼓励幼儿帮助同伴或娃娃想办法解决她遇到的伤心事，使她高兴起来，让幼儿懂得关心他人。）

二、画画讲讲

1、 根据自己意愿画表情卡，画完后把它插入与自己相应号数的心情火车。

2、 和朋友一起说说自己的表情卡，师观察、倾听、随机引导。

三、延伸活动

把心情火车处作为一个“心情小站”，鼓励幼儿在那里讲讲

悄悄话，说说演演自己的表情、心情等。

[自评]

本次活动的形式多样，充分调动了孩子的积极性和主动性。孩子们的表演虽然稚嫩，但是却是他们真实情感的表露。由帮助娃娃想办法高兴起来过渡到自己 and 同伴，孩子们很自然地想出了谦让、共享、轮流等办法，而在画画讲讲中，孩子记录下了自己最真实的情感、表情，又在互相交流中进一步萌发了要让好朋友快乐的情感，较好地完成了活动目标及重难点。然而中班孩子对保持好心情的经验还是比较少的，这需要我们在今后的活动和日常生活中不断积累的，所以最后的延伸活动是比较有意义的。

幼儿的心理健康教案篇三

幼儿的年纪太小，还不懂什么是心理健康，但是并不代表他们不会遇到心理健康的问题，所以，老师要为幼儿打好基础，让他们明白心理健康的重要性。

- 1、愿意跟小朋友们分享自己快乐和不快乐的事，大胆表达自己的情绪。
- 2、理解故事中阿力想长高的心情，了解每个人都有自己的长处与短处。
- 3、能够在生活中寻找到快乐，拥有积极健康的心理状态和愉快的情绪。

音乐若干□ppt□

一、营造轻松的氛围（播放轻缓的音乐），想想自己喜欢的事情（快乐和不快乐）。

- 1、伴随音乐，请小朋友随意找个位置摆个舒适的姿势坐下来。
- 2、教师配乐解说：“让我们听着音乐闭上眼睛，放松身体，来一次”静心之旅“在旅途中，想想自己在家里的’、在幼儿园的、在上课时候的、在玩游戏的时候等等快乐的事、不快乐的事……（嘟嘟……）列车到站了，我们的旅途结束了。
- 3、分享愉快的事情。

“谁愿意第一个和大家分享一下你快乐的事呢？”（个别幼儿）

“每个人都会犯错误，程老师也和你们一起分享一个我犯过的错误吧！还记不记得那天我早饭没有吃，于是我就随便咬了几口苹果，后来就放在桌上，结果第二天走进教室一看，发现桌上有好多蚂蚁。看来这件事老师真的做错了，所以我不快乐。我以后一定不把吃的东西带到教室……哇，今天把这个不快乐的事情说出来，我的心里舒服多了。现在谁愿意象我一样把不快乐的事情讲出来和我们一起分享一下呢？”

“刚才上来的小朋友都很棒，我们给他们拍拍手！”

二、故事小屋：你很快就会长高

师：今天呀！还来了一位新朋友，他的名字叫阿力！（出示男孩阿力），有一件烦心事让他很不快乐，他一点都不喜欢自己的小个子，他最大的心愿就是希望长高，最好长得像大树一样高，像长颈鹿一样高，或者像巨人一样高，总之越高越好。爸爸、妈妈、姐姐，还有老师提供了不同的方法，可是都没有用，阿力一点儿也没长高。后来听取了叔叔的建议，变成了最快乐的男孩……（出示ppt讲述故事）

- 2、我们刚才都了解了阿力的不快乐，那你觉得他为了让自己快乐起来会做些什么改变呢？

6、当你们遇到不快乐的时候，你有什么好方法让自己快乐起来呢？（请孩子们说）

7、有只小兔子它也有很多方法，想跟我们分享，我们一起来看看（边看图片边说）

8、师：老师也想和你们分享一个我的方法，当我遇到不快乐的事情的时候，我就做几次深呼吸，这样我的心情会变得轻松很多。（和老师一起试一试）

三、传递快乐

那么从今天开始，希望我们小朋友都做一个快乐的孩子，每天都过得开心。最后，让我们和自己的朋友一起来唱首快乐的歌曲吧。你也可以邀请后面的客人老师一起。（音乐：如果感到幸福你就拍拍手）

幼儿园心理健康教案。幼儿的年纪太小，还不懂什么是心理健康，但是并不代表他们不会遇到心理健康的问题，所以，老师要为幼儿打好基础，让他们明白心理健康的重要性。

幼儿的心理健康教案篇四

让困难成为成长的动力。

对他们进行承受磨难与挫折的教育，让他们树立生活的信心，让他们自立、自强是非常有必要的。

- 1、搜集影视资料片段。
- 2、学生搜集有关磨难的名人名言。
- 3、学生搜集有关名人的故事。

4、制作班会课件。

老师：同学们都是来自一个特殊的群体，在你们的人生旅途中会遇到更多的磨难，面对工作、生活中的无奈与不公，你是回避？是直面？是轻生？还是重生？相信今天的主题班会“吟咏磨难阳光生命”会带给你启示。

（情景再现）播放短片生命脆弱可贵（3分钟）

老师：刚才我们看的就是我们每个生命诞生时的情景，同学们看了有什么感受呢？下面请一个同学起来谈谈。

同学：我们的生命来之不易，我们的生命是宝贵的，我们的母亲太伟大，我们要尊敬父母，爱惜自己的生命。

同学：我们在欢庆自己生命诞生的时日，不要忘记那是母亲的黑色时刻，母子共同为生命抗争。

老师：是的，我们的生命孕育诞生，凝结了父母多少心血。但是，呵护我们的生命的岂止是我们的父母，。你还记得小学时学校门口的交警叔叔吗？你还记得送你过马路的老师吗？你还记得蹒跚接送你上学的白发外婆吗？你还记得那些可怕又可亲的护士、医生吗？你可知道有多少人的保驾护航才使得我们的生命之花开得如此之绚烂。

（情景再现）学生讲自己的小故事：老师或者亲人对自己的关爱的最深刻的事情。（4分钟）

老师：刚才同学们听了这个小故事肯定有许多想法，下面请同学来说一下。

同学甲：为了一个生命，有许多人来相助，更说明我们的生命存在不容易。

同学乙：如果我们伤害自己的生命，不仅会伤害我们的家人，更会伤害我们的社会。

老师：是啊！一个生命的存在，他牵连着许多的生命，这更体现了生命的宝贵，生命的无价。

下面请同学们来说一些自己所收集的有关生命的名言，看我们伟大的先人们是怎样认识生命的：

（学生展示个人收集的名言，加适当的个人才艺展，5分钟）：

时间在痛苦的期待中变慢，在纵情的欢娱中变快。——何怀宏

生命在闪耀中现出绚烂，在平凡中现出真实。——伯克

珍惜生命就要珍惜今天。——谚语

我们的生命只有一次，但我们如能正确地运用它，一次足矣。——英国谚语

盛年不重来，一日难再晨。——陶潜

人生不售来回票，一旦动身，绝不能复返。——罗曼罗兰

永远对生活充满最美好的期许！——约翰·库缇斯

（大屏展示：想想风烛残年的双亲，

想想所有的灿烂笑容，

想想期待我们的爱人，

想想生我养我的热土，

生命是宝贵的)。

老师：是的，“我们的生命只有一次”，“盛年不重来，一日再难晨”。我们的生命却又在不经意间，悄然流逝，我们不仅感伤，更要警惕，因为生命是脆弱的，不可抗拒的灾难、不可医愈的病魔、不可预料的伤害、同类相残的战争，无时无刻不张着巨嘴吞噬着我们。

(播放死亡场景：地震、逃生、临近死亡的恐惧，5分钟)

(大屏展示：生命是脆弱的)

老师：

人们都希望自己宝贵的生命中能够多一些快乐，少一些痛苦，多些顺利，少些磨难。可是命运却似乎总爱捉弄人、折磨人，总是给人以更多的失落、痛苦和挫折。

(展示：吟咏磨难)

下面是我们生活中常常遇到的痛苦与挫折，面对这些困难你如何解决。

(大屏幕显示问题，学生讨论回答，12分钟)

老师：刚才同学们提出了一些解决办法。今天我们请到了学校的心理辅导老师，请听他给我们指点的迷津：(心理辅导老师发言给学生问题回答作点评，2分钟)。

老师：

同学们，在这个世界上，有阳光，就必定有乌云；有晴天，就必定有风雨。从乌云中解脱出来的阳光比从前更加灿烂，经历过风雨的天空才能绽放出美丽的彩虹。我们成长的过程曲折坎坷，总是伴随着痛苦与磨难，好比在沙滩上行走，一

排排歪歪曲曲的脚印，记录着我们成长的足迹，在成长的道路上，可能是阳光洒满心田，一路顺风，也可能是风雨不期而至，充满坎坷。但只要生命存在，就有希望相随。

让我们在歌声中结束我们的主题班会，手语舞《希望》（3分钟）。

幼儿的心理健康教案篇五

课前提示：

小班的幼儿常常以自我为中心，但也存在幼儿与同伴之间的关注。在成长过程中，幼儿逐步体验到了自己与同伴之间的关系，渐渐学会彼此关心和帮助。本活动通过故事《我们来帮你》让幼儿学会关心、帮助别人，体验帮助别人得到的快乐。

活动目标：

- 1、幼儿能够理解故事内容。
- 2、幼儿知道要关心帮助别人。

活动准备：

教学挂图、小动物头饰。

活动过程：

1、导入活动：教师戴鸡妈妈的头饰，讲述：咯咯咯，今天我鸡妈妈可高兴了，因为我要带着我的鸡宝宝回新家去。教师可以做一些鸡的动作，用夸张的语调，吸引幼儿的注意。

2、看图片听故事

(1) 教师出示图片，有表情地讲故事。

(2) 教师以提问的方式，帮助幼儿理解故事内容。

鸡妈妈带着小鸡去哪里？（去他们的新家）

可是在回家的路上发生了一件什么事情？（桥被水冲断了）

鸡妈妈和鸡宝宝又不会游泳，想想他们心里着不着急呢？
（非常着急）这时小鸭子说了什么呢？（我背你们过河）

小乌龟说了什么呢？（我们来帮你）

大象又说了什么呢？（我来帮你）

小朋友们想一想，鸡妈妈和鸡宝宝过河了呢？（过了）

教师总结：我们要像小动物一样要互相关心，互相帮助，团结友爱。

3、情景表演

(1) 教师请幼儿戴上小动物头饰分别扮演鸡妈妈、鸡宝宝、小鸭子、小乌龟、大象。

(2) 教师讲故事，幼儿根据故事内容表演故事。

(3) 教师评价幼儿的表演。

建议：在教学活动中，教师可以让幼儿说说自己可以怎样帮助别人。

幼儿的心理健康教案篇六

新《纲要》指出“要高度重视幼儿的心理健康，一个心理健康的孩子，首先应该能逐渐学会调控自己的情绪，保持乐观向上的心境。”高兴、郁闷、伤心、快乐都是人的正常情绪，高兴、快乐是积极的情绪，过度的生气和伤心是消极的情绪。消极情绪体验如果长期得不到控制、调节，会引起幼儿生理上、心理上的各种问题和疾病，老师应该注意帮助幼儿逐渐了解并学习调节自己的情绪。本活动依据中班幼儿年龄特征：行为明显受情绪支配，情绪仍然不稳当，容易冲动。依据幼儿的成长特点和本班幼儿的已有经验来设计此活动，活动中还有机整合了各领域的教育内容来促进幼儿全面的发展，并采用图片联想、结合生活经验来激发幼儿学习的主动性和积极性。

1. 理解他人生气、伤心的原因，了解帮助和安慰别人的方式、方法，表达自己的爱心。
2. 知道能用多种方法让自己不再生气，不再难过，变得快乐。

ppt(课件)、垫子、沙袋、软性无伤害投掷物、一段欢快的音乐等。

(一) 小动物出行

师：喵喵喵，喵喵喵，小猫要出行，今天什么天？

幼：今天是天。

师：汪汪汪，汪汪汪，小狗要出行，今天什么天？

幼：今天是天？

.....

(二)晴天、阴天和雨天

使用课件

1. 出示阴天、雨天(雷阵雨)图片

讨论：看到阴天、雨天你有怎样的感觉？它们分别代表怎样的心情？为什么？(伤心、难过、生气)

2. 出示晴天图片

讨论：看到晴天你的感觉是怎样的？它可以代表怎样的心情？为什么？(开心、快乐)

小结：阴天、雨天可代表心情不好的时候，比如生气、郁闷；晴天可代表开心快乐的时候。

(三)播放课件

1. 出示小猴(贴上相应的天气标志，代表心情)

2. 播放场景：小刺猬吵架(贴天气标志代表心情)

(四)让我安慰你

1. 展示教师收集的孩子们的表情照片。(课件)

讨论：她的心情是晴天还是阴雨天？你是怎么知道的？我们如何让她开心？

2. 组织幼儿相互交流今天的心情情况，鼓励幼儿尝试安慰别人。

3. 讨论哪些方式可以让人变开心？

大家一起跟着欢快的音乐，利用垫子、沙袋等发泄不好的情绪。（随机的提问、了解幼儿现在感觉怎么样？）

（五）延伸活动：

幼儿制作心情天气牌，每天插在心情播报窗里，以便教师及时了解幼儿的心情，进行帮助和疏导。

幼儿的心理健康教案篇七

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、勇往直前的心里品质。
- 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。

幼儿的心理健康教案篇八

一、设计思路:

随着经济发展, 人民生活水平的提高, 心理健康问题已日益引起全社会的重视。关注个人的心理健康已成为现代礼貌人的一个重要标志。新《纲要》指出“要高度重视幼儿的心理健康, 一个心理健康的孩子, 首先就应能逐渐学会调控自己的情绪, 持续乐观向上的心境。高兴和生气是人的两种情绪,

高兴是一种用心的情绪，过度的生气是一种消极的情绪。这种消极情绪体验如果长期得不到控制、调节，会引起幼儿生理上、心理上的各种问题和疾病，老师就应注意帮忙幼儿逐渐学会驾驭自己的情绪，应付那些与自己的需要和愿望有冲突的情景和场面。使自己生活得像其他小朋友一样开心、快乐。

本活动依据小班幼儿年龄特征：行为明显受情绪支配，情绪仍然很不稳当，容易冲动，常会为一些小事大哭大闹。依据幼儿的成长特点和本班幼儿的已有经验来设计活动的，将心育目标与语言目标有机融合。游戏是幼儿的生命，活动始终以游戏贯穿始终。将心理健康教育融合于游戏中，发挥增效作用。活动还有机整合了各领域的教育资料来促进幼儿全面的发展，并采用卡片联想、生活经验联想来激发幼儿学习的主动性和用心性。

二、活动目标：

- 1、在游戏中认识日常生活中高兴和生气的表情。
- 2、学习用语言表达感受，用适当的方式表达自己的情绪。
- 3、体验关爱、亲情、共享的快乐。

三、重点与难点：

正确认知自己的情绪，学习合理疏泄、控制自己的情绪。

四、活动准备：

红星娃娃、高兴和生气的表情娃娃、高兴娃娃和生气娃娃的家、情景卡片、水彩笔、记号笔、制作表情娃娃的纸。

五、活动流程：

语言导入—》认识高兴和生气的表情—》说说高兴与生气的事—》做做高兴与生气的脸谱—》做做高兴的游戏。

（一）语言导入

- 1、以红星娃娃发出作客的邀请导入。
- 2、幼儿手拉手一边唱歌一边去作客。
- 3、幼儿按老师说的门牌号找高兴娃娃(123)和生气娃娃(456)的家。

（二）认识高兴和生气的表情

- 1、说说高兴娃娃和生气娃娃的表情。（脸上、眼睛、嘴巴）
- 2、做做高兴和生气的样貌，在高兴娃娃和生气娃娃的家留个影。

（三）说说高兴与生气的事

1、卡片联想。

（1）说说高兴和生气的事（幼儿找好朋友一齐说）。

（2）游戏：“点芝麻”教师或幼儿点，被点到的幼儿说说卡片上的高兴和生气的事（如果是你会怎样样？）。

（3）把卡片送回家

（4）验证卡片

2、生活经验联想，引导幼儿说说高兴与生气的事及做法。

（1）你平时有什么高兴的事？高兴的时候你会怎样样？

(2) 生气时能够做些什么？

(介绍几种表达自己情绪的方式：

(1) 能够独自呆一会儿消消气

(2) 能够对别人说出生气的原因

(3) 为别人想一想

(4) 或者轻轻的哭一哭、睡一觉、看看书、

听听音乐、做做游戏等等，这样很快就没事了。

教师小结：原先每个人都会有高兴的时候、生气的时候，当你高兴的时候，就应让大家分享。当你生气的时候也不要发脾气，大家都会来帮忙你解决困难的。生气并不是一件坏事情，如果生气时伤害了自己，防碍了别人，就是件坏事情，如果经常生气是一种不好的行为。

(四) 做做高兴生气的脸谱

幼儿按意愿选取材料制作脸谱。

(五) 做做高兴的游戏

1、幼儿在手上套上自己做的脸谱找朋友一齐唱表情歌。

2、教师带幼儿到操场上做高兴的游戏。(老鹰抓小鸡的游戏)

提问：如果你是小鸡，你被老鹰抓到了你会不会生气？

如果小朋友不留意撞到了你，你会怎样做？

活动反思：

本活动是在创园区特色“幼儿心理健康特色园”的一次尝试活动。活动是追随幼儿的经验和生活，解决孩子的实际问题而设计的。想通过有目的的活动来进一步的了解幼儿，发现幼儿的差异和面临的问题；想通过有目的的活动来寻找幼儿良好心理的培养和各领域目标的结合点。从而发挥幼儿良好心理培养的增效作用。通过活动发现了幼儿行为所反映的新线索与新资料，由此生成新的教学目标和资料，构成一系列的主题网络。例活动后，幼儿了解了人的两种情绪，认识了高兴和生气的表情，也能根据生活经验来感受体验高兴和生气的东西，但幼儿情绪、情感的培养不是一次活动都能解决的，幼儿还有着以自我为中心，容易生气的倾向，调控自己情绪的潜力很差，于是就生成了“做个快乐宝宝的主题活动”，这样，便使心理健康教育与其它领域的整合式教育走向生成式的、持续发展的、整体性的教育。

活动以游戏贯穿始终，充分调动了幼儿学习的用心性和主动性，幼儿在每一个环节中都有用心的体验和主动的学习。例如：手拉手唱着歌去春游，幼儿情绪愉悦，体验群众生活的乐趣，同伴友爱的快乐。

幼儿能根据以有的经验用心主动的来寻找“高兴娃娃”和“生气娃娃”，通过找同伴讲述和游戏“点芝麻”使活动面向全体，人人有说的权利，“点芝麻”的游戏深深的——吸引了幼儿，被点到的幼儿在大家叫出名字后有一种自豪感，几个平时不爱说话的幼儿也用心的参与了讲述活动。“送卡片”活动，巩固了幼儿一一的经验，幼儿树立了自信心。整个活动为幼儿创设了良好的心理氛围，教师的一个微笑、拥抱，一句夸奖的话时时激励着幼儿，教师和幼儿的平视交流、和幼儿一齐表演唱拉近了老师和幼儿的距离。幼儿制作表情娃娃材料的层次性，调动了每一个幼儿的主观能动性，使每一个幼儿体验成功。

这次活动是成功的，孩子不仅仅到达了心育目标的要求，活动还促进了幼儿各种潜力的提高。不足之除是在教具“卡

片”的制作上还需改善，能够有几张便于群众观看的便于引导的重点大卡片，这样更贴合小班幼儿的一一年龄特点，更能突出重点，解决难点。

幼儿的心理健康教案篇九

1、能够大胆地根据声音、表情图表达自己的情绪体验。

2、明白笑和哭是表达情感的一种方式。

录音机，笑声、哭声磁带；表情图1幅。

1、请幼儿听录音，进行联想。

(1) 这是什么声音？（笑声）（2）猜猜看，他为什么会笑？

2、观察笑的表情，引导幼儿表述自己笑的情绪体验。

(1) 人笑的时候，眼睛和嘴巴是什么样貌的？

(2) 你什么时候会高兴地笑？

3、听录音机播放哭发声音，观察哭的表情，体验自己哭的情绪体验。（形式同前）4。出示表情图，请幼儿对照一下不同情绪时脸部的表情。

我们每个人都会笑和哭，高兴、快乐的事会让我们笑，难过、害怕的事会让我们哭，个性想哭的时候是能够哭一会儿的，但是如果遇到了很麻烦、很难过的事，就应请爸爸妈妈和教师帮忙你。笑有利于身体健康。

幼儿的心理健康教案篇十

- 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。

幼儿的心理健康教案篇十一

进入大班后孩子们变得勇敢了，从谈话中我常常明白他们有的能够独自在房间里睡觉了，有的敢下水游泳了……但是我也发现随着学习负担的加重，有部分孩子产生了退怯、自怨的消极心态，甚至有的产生了极不健康的心理，《纲要》中

提出要注重孩子健康发展，不仅仅体现在此刻身体素质上，更要从心理上去呵护他们，所以产生了本次活动。由说勇敢找勇敢到听听大人們的寄予，帮忙孩子们树立自信，构成遇事不慌张、不放弃，勇敢地应对困难、解决困难的良好心理品质。

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，我们一齐来听听。

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

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](#)

幼儿的心理健康教案篇十二

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。

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，可以得到更多的开心、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。

幼儿的心理健康教案篇十三

活动目标：

- 1、学习听信号，一个跟着一个学习听信号，一个跟着一个走。
- 2、能找到自己所在“火车”中的位置。
- 3、体验参加体育活动的乐趣。
- 4、锻炼幼儿的反应能力，提高他们动作的协调性。
- 5、体验游戏的快乐。

活动准备：

- 1、常绳两根、铃鼓一个、火车头饰一个。

2、有一定节奏感的音乐磁带。

活动过程：

1、模仿成人打扫火车车厢，随着音乐。进行准备活动。

(1) 教师：小朋友，今天我们要开着火车到各处游玩。我是列车长，你们要听清楚我的要求。

(2) 教师：你们跟我一起学习将火车车厢打扫一遍。

a□教师：上肢运动，我们首先将车窗的玻璃擦干净了。幼儿先将一只手上举过头学擦玻璃动作，然后换一只手同样进行，也可两只手同时进行。

b□教师：腹背运动，我们来一起将车厢的'地面打扫干净。幼儿两只手作拿扫帚状，弯腰扫地。

c□教师：下肢运动，我们今天乘坐的是双层列车，一起到楼上打扫去。教师带领幼儿模仿上楼梯的动作。

d□教师：下蹲运动，楼上打扫好了吗？我们蹲下看看椅子下面还有没有东西了。教师带领幼儿蹲下看看不同的椅子底下，让幼儿蹲一蹲，站一站。

e□教师：跳跃运动，今天小朋友真能干，将火车车厢打扫的好干净啊！我们跳一跳表扬一下自己吧。教师带领幼儿一边说“耶”一边跳起来单手出示大拇指向上翘。

2、学习听信号，一个跟着一个走。

(1) 交代游戏中长绳的使用和幼儿站队事项。

教师：我们打扫完车厢，马上准备出发。这里是车厢，我是

火车头，大家都站在车厢里，手抓两边的安全带，准备出发。

(2) 教幼儿学习听信号节奏开火车。幼儿在教师的帮助下站到两根绳子的中间，排成一队。教师戴上火车头饰站在队伍最前方说：火车开动后，听着铃鼓的节奏一步一步往前开。

(3) 幼儿学习分散走后能找到自己原来的位置。教师说火车到**地方了。带领幼儿发出：哧……排气声，引导幼儿下次休息。

(4) 请几名幼儿听信号走的较好的幼儿，示范如何听信号走。

(5) 教师可反复进行4—5次。每次开火车是，教师根据上一次幼儿出现的问题提出要求，然后再出发。

3、放松活动。

教师：今天我们到了好多地方游玩，大家累了吧，我们用毛巾擦擦吧，休息一下。

幼儿的心理健康教案篇十四

1、懂得情绪愉快有利与身体健康。初步学习正确的方式排解不开心的情绪。

2、引导幼儿逐渐养成积极乐观的生活态度。

活动准备：

4个木偶、一个开心枕重、难点分析：

学习正确的方式排解不开心的.情绪。

(一)、感受快乐拍手入场，进行开心碰碰碰的游戏。

（二）、开心与烦恼1、刚才玩的真开心，你们想想平时你还遇到过什么开心的事？

4、不开心的时候你会怎样？（用动作表现）5、你喜欢开心的自己还是不开心的自己？

小结：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。

（三）、化解不开心1、生气商店：谁知道什么是消气商店？

2、我们来看看谁来消气商店了？

3、依次出示小动物，请幼儿帮他们想办法！

4、你觉得消气商店好吗？为什么？

5、如果你生气了，你会想哪些办法让自己消气呢？

小结：每个人都有生气的时候，你生气的时候，可以唱唱歌，跳跳舞，玩玩玩具，看看电视或者大声的哭一哭，这样你就能消气，让自己快乐起来。

（四）、让自己开心1、介绍开心枕。

2、传递开心，让每个幼儿和“开心枕”抱一抱，亲一亲。

3、说一说抱着“开心枕”有什么感觉？

4、把开心枕送给其他人来感受一下开心的滋味。