

2023年心理健康教育小班教案(大全8篇)

四年级教案应包括教学目标、教学重点、教学过程以及教学评价等内容，以确保教学工作的顺利进行。接下来，我们来看看一些备受好评的高一教案范文，相信会对大家的教学工作有所帮助。

心理健康教育小班教案篇一

- 1、知道生病了就要去就医。
- 2、了解就医的心理准备和安全注意事项。
- 3、培养良好的卫生习惯。
- 4、初步了解健康的小常识。
- 5、初步了解预防疾病的方法。

1、动画视频《不怕看医生》

2□ ppt课件（关于小朋友看病的图片）

一、教师请幼儿观看动画视频《不怕看医生》，引出活动主题。

1、教师：小朋友们好，我是刘老师，今天老师带来了一个很好看的动画片，小朋友们想不想来看一下呀？那是什么动画片呢，我们赶紧来看看吧！

2、教师播放动画视频《不怕看医生》，看完后请幼儿来说一说视频中发生了什么事情，他们又是怎么做的。

3、幼儿简单描述视频中的内容，教师继而引导幼儿知道生病

了就要去就医，医院和医生并不可怕，我们要做个勇敢的孩子，不怕打针。

二、观察图片，了解就医的心理准备和安全注意事项。

2、教师请幼儿说说自己的看病经历，并依次播放小朋友们看病的图片，让幼儿看看这些小朋友在医院的表现，并引导幼儿知道就医的安全事项。

3、克服惧怕医务人员的心理。

4、做个勇敢的孩子，配合医生做检查。

5、不乱动诊疗室的物品。

6、注意清洁卫生，不到处乱摸。

7、耐心等待就医。

这次心理健康活动——《不怕看医生》，是想让幼儿通过活动了解一些就医的心理准备和安全注意事项，春季是传染病多发季节，幼儿由于年龄小，抵抗力差很容易感染，而他们又非常怕打针，只要家长说带他们去医院看病他们就很反抗，因而这次活动对幼儿有很好的教育意义。

活动中幼儿观看了动画故事《不怕看医生》，并观看了很多小朋友们看病的图片，知道生病了就要去就医，也了解了一些关于就医的安全事项，从图片和动画故事中幼儿体会到医院和医生并不可怕，我们要克服惧怕医务人员的心理，做个勇敢的孩子，配合医生做检查，活动中孩子们都很积极地发表自己的看法，也都说要做个勇敢的孩子，不怕看医生。

但活动中不足的是没有准备看病的用具，若能给幼儿看一些医用材料，如，棉签，纱布，口罩，听诊器等，幼儿会更感

兴趣，我想在以后的活动中尽量提供一些实物给幼儿，让幼儿能更清楚直接地接触到，幼儿掌握起来也会更快更好。

心理健康教育小班教案篇二

- 1、知道生病了就要去就医。
- 2、了解就医的心理准备和安全注意事项。
- 3、培养良好的卫生习惯。

1、动画视频《不怕看医生》

2□ppt课件(关于小朋友看病的图片)

一、教师请幼儿观看动画视频《不怕看医生》，引出活动主题。

1、教师:小朋友们好，我是刘老师，今天老师带来了一个很好看的动画片，小朋友们想不想来看一下呀?那是什么动画片呢，我们赶紧来看看吧!

2、教师播放动画视频《不怕看医生》，看完后请幼儿来说一说视频中发生了什么事情，他们又是怎么做的。

3、幼儿简单描述视频中的内容，教师继而引导幼儿知道生病了就要去就医，医院和医生并不可怕，我们要做个勇敢的孩子，不怕打针。

二、观察图片，了解就医的心理准备和安全注意事项。

2、教师请幼儿说说自己的看病经历，并依次播放小朋友们看病的图片，让幼儿看看这些小朋友在医院的表现，并引导幼儿知道就医的安全事项。

- 1、克服惧怕医务人员的心理。
- 2、做个勇敢的孩子，配合医生做检查。
- 3、不乱动诊疗室的物品。
- 4、注意清洁卫生，不到处乱摸。
- 5、耐心等待就医。

这次心理健康活动——《不怕看医生》，是想让幼儿通过活动了解一些就医的心理准备和安全注意事项，春季是传染病多发季节，幼儿由于年龄小，抵抗力差很容易感染，而他们又非常怕打针，只要家长说带他们去医院看病他们就很反抗，因而这次活动对幼儿有很好的教育意义。

活动中幼儿观看了动画故事《不怕看医生》，并观看了很多小朋友们看病的图片，知道生病了就要去就医，也了解了一些关于就医的安全事项，从图片和动画故事中幼儿体会到医院和医生并不可怕，我们要克服惧怕医务人员的心理，做个勇敢的孩子，配合医生做检查，活动中孩子们都很积极地发表自己的看法，也都说要做个勇敢的孩子，不怕看医生。

但活动中不足的是没有准备看病的用具，若能给幼儿看一些医用材料，如，棉签，纱布，口罩，听诊器等，幼儿会更感兴趣，我想在以后的活动中尽量提供一些实物给幼儿，让幼儿能更清楚直接地接触到，幼儿掌握起来也会更快更好。

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

心理健康教育小班教案篇三

一、活动目标：

- 1、知道人每天都需要喝水，想喝水时会主动去喝。
- 2、懂得白开水是最好的饮品，在日常活动中能主动喝白开水。

二、活动准备：

- 1、图片(锻炼后、外出游玩时、洗澡后、起床时等图片，池塘里的水、自来水、井水等不能饮用的水的图片)。

三、活动过程：

- 1、感知讨论，了解水对身体生长的重要作用。

(1)通过回忆激活已有体验，感受口渴后喝水带来的舒适。

师：玩过游戏之后，你们感觉嘴巴有点怎么样？

师：喝了水之后有什么感觉？

师：喝了水之后我们就不渴了，身体舒服多了。

- 2、了解什么时候应喝水、哪些水不能喝。

(1)观察图片，了解锻炼后、外出游玩时、洗澡后等情况下人会想喝水，睡觉起床时也会想喝水。口渴了不喝水会很难受，

小朋友想喝水的时候可以自己去喝水。

(2) 了解有些水不能喝。

师(出示图片)：这些地方的水我们能喝吗?为什么?

师：池塘里的水、自来水、井水这些水看上去清清的，但是都不能直接喝，因为水里有细菌，只有烧开了才可以喝。我们保温桶里的水是烧开过的，所以可以喝。

3、通过教师的讲解，了解白开水是最好的饮品。

师：口渴的时候你最想喝什么?为什么?

师：到底喝什么对小朋友的. 身体最好呢?我们来听听保健医生怎么说。师：小朋友喜欢喝的可乐、雪碧等饮料里面加了很多东西。喝起来甜甜的，是因为里面放了很多糖，这对我们的牙齿不好，容易让我们产生蛀牙。闻起来香香的，是因为里面加了很多香精;看上去红红的、绿绿的很漂亮，是因为里面加了很多色素。这些香精、色素其实都对我们的身体有害。只有白开水才是对身体最好的，最有利于健康的。

4、评选“喝水小宝贝”。

师：知道口渴了要喝白开水。想喝水的时候会自己去喝，就能被评为“喝水小宝贝”了。

师：你们想不想当“喝水小宝贝”?那你要记得口渴了、想喝水的时候就要去喝。

师：现在嘴巴有点渴了，我想喝水了。你们也喝点好吗?

5、延伸活动：

制作“今天你喝了没有”的记录表贴在保温桶旁，请幼儿每

次喝水后用印章记录在自己的标记后，周五评选“喝水小宝贝”。

家园配合，提醒幼儿口渴时喝白开水，少喝饮料，养成健康饮水习惯。

幼儿园小班, 心理健康, 喝白开水, 小朋友, 自来水

心理健康教育小班教案篇四

- 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。
- 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、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。

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？
- 2、开心的时候你会怎样?(用动作表现)

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。

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文明人的一个重要标志。《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。

心理健康教育小班教案篇五

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。
- 4、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。
- 5、让幼儿知道愉快有益于身体健康。

活动准备：

红星娃娃、笑娃娃和哭娃娃、情景卡片、水彩笔、记号笔、制作表情娃娃的纸

活动重点：

正确认知自己的情绪，学习控制自己的情绪。

活动过程：

一、出示红星娃娃

教师：“今天红星娃娃邀请我们去它家做客，我们开不开心呀！”幼儿手拉手一边唱歌一边去作客。幼儿和老师去笑娃娃和哭娃娃的家。

二、认识高兴和生气的表情

- 1、说说笑娃娃和哭娃娃的表情。（脸上、眼睛、嘴巴）

2、做做笑和哭的样子。

三、说说高兴与不高兴的事

1、“平时有什么高兴的事?高兴的时候你会怎么样?”

2、“不开心时可以做些什么?”介绍几种表达自己情绪的方式:(1)可以独自呆一会儿消消气(2)可以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。

3、问幼儿“你们喜欢笑娃娃还是哭娃娃?为什么呢?你们想和谁做好朋友?”

四、做做高兴的游戏小兔跳跳,给皮球打气,老狼老狼几点等了等。

五、我们都做笑娃娃幼儿按意愿选择材料制作笑娃娃,我们都当笑娃娃。

心理健康教育小班教案篇六

进入小班后孩子们变得勇敢了,从谈话中我常常知道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,不仅体现在身体素质上,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,帮助孩子们树立自信,形成遇事不慌张、不放弃,勇敢地面对困难、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，勇敢面对并解决它，对自己要有信心。

3、幼儿能积极的回答问题，增强幼儿的口头表达能力。

4、教幼儿养成细心、认真的学习态度。

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？表现在哪里？

你有一个人在家的经历吗？当时心情怎样？有什么办法让自己不害怕。

2、情景——独处时有人敲门，怎么办？

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，知道学习时面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？

一、培养“四会”，形成良好的听课习惯。

1、会听。听讲时要边听边想边记忆，抓住要点。不仅要认真听老师的讲解，还要认真听同学们的发言，并能听出别人发言中的问题。

2、会看。培养学生的观察能力和观察习惯。首先要给学生观察权，不要以教师好心的“讲”取代学生的“看”。凡学生通过自己看、想，就能掌握的东西，教师一定不讲或少讲。在课堂练习中要多设计一些能引起观察兴趣旨在训练观察能力的题目。使学生学会运用已掌握的概念进行观察比较，作出判断，在观察中发展智力，逐步养成细心观察的习惯。

3、会想。首先要肯想，课堂上要学生肯动脑子想问题，除了靠教师教学的启发性外，还要靠“促”，促使他动脑子。

4、会说。语言是思维的结果，要说就得去想。课堂上抓住要学生尽量多说这一环，就能促进学生多想；要会想，想得出，想得好，就得认真听，细心看。抓了会说，就能促进其它三会，因此要十分重视学生口答能力的培养和训练。

二、学会思考，养成独立思考的习惯。

学会思考，首先要让学生“生活在思考的世界里”。这就要求我们的教学能创造条件并能激发学生思考。要让学生在对数学材料进行观察比较、分析综合、抽象概括、推理判断的过程中，掌握思考方法。思考的方法，单凭认真听“讲”是听不来的。思考的方法是要靠学生自己的独立思考来领悟。只有学生不断地体尝到思考的乐趣，才能逐渐养成独立思考的习惯。

1、激发思考的欲望，明确思考的目标。

2、提供适量的思考依据。

3、要留有充裕的思考时间。如果思考时间太短，多数学生还没有“想出来”甚至后进生还没有“想进去”，就让思维敏捷的同学发表意见，势必会挫伤多数学生独立思考的积极性。

4、及时组织多项交流。在讨论中，同学们会进一步明确目标，互补互助，有交流就可激起新的思考，在交流中思维的灵活性、深刻性得到训练，思考能力随之提高。

心理健康教育小班教案篇七

活动目标：

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。

活动过程：

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？

2、开心的时候你会怎样？(用动作表现)

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。

幼儿园大班, 心理健康, 身体健康, 动物, 影响

心理健康教育小班教案篇八

- 1、让幼儿进一步认识各种蔬菜，初步了解蔬菜对人体的作用，并明白爱吃各种蔬菜，有益于身体健康。
- 2、培养幼儿每一天吃蔬菜、吃各种蔬菜的好习惯。

初步了解各种蔬菜吃的部位，以及各种蔬菜的不同营养。

- 1、芹菜、萝卜、胡萝卜、黄瓜、青菜、葱、花菜、西红柿等蔬菜，篮子。
- 2、丰富词汇：维生素。

开始部分：

1、谈话

教师引导幼儿观察蔬菜，提问：“你们都认识它们吗，吃过它吗”

2、请几名幼儿上来各拿一样蔬菜，并说出他们的名称、颜色、形状。

基本部分：

1、找一找

分别找一找蔬菜的哪个部位能够吃，如萝卜吃根，卷心菜吃叶，西红柿吃果实，花菜吃花，芹菜吃茎（叶），请幼儿将蔬菜放在相应的篮子里。

2、与幼儿共同探讨蔬菜的各种吃法：明白蔬菜能够炒、凉拌、做汤，包饺子、有的还能够像水果一样生吃，但务必洗净。

3、认识各种蔬菜，启发幼儿讨论蔬菜对人体的作用：

“人为什么要吃蔬菜不吃蔬菜会出现哪些不好的现象”（鼻出血、口角干裂、大便干结、皮肤干燥等。

“蔬菜有哪些营养””引导幼儿自由讨论。

分别出示各种蔬菜，初步了解其丰富营养

师：这是菠菜，长得什么样貌呀（有绿色的叶子，红色的根），谁喜欢吃菠菜，你为什么喜欢吃菠菜有什么营养菠菜里内含维生素，它能使我们的皮肤变光滑，小朋友经常口腔溃疡，那是因为身体里缺少了维生素，所以请小朋友喜欢菠菜、多吃菠菜。你们明白还有哪些蔬菜里内含维生素吗青椒、南瓜、油菜里也内含维生素，还有一种蔬菜里面内含维生素，你明白是什么菜吗请你们猜一猜它是桔红色的，动物中兔子和马十分愿吃。对！是胡萝卜。

师：你们看，这是什么菜西红柿，你们吃过西红柿做的什么菜西红柿里也有许多的营养，象VC它使我们的牙齿骨骼变的

坚固，还能防止牙龈出血。蔬菜里面还内含超多的纤维素，能够帮忙我们消化，防止大便干硬。

4、蔬菜与卫生：

“怎样吃蔬菜才健康”引导幼儿交流。

教师小结：因为蔬菜生长在农田里，需要农药和肥料，所以做菜之前要把蔬菜洗干净，在水里多泡泡。个性是生吃西红柿和黄瓜等，必须要洗干净并且去皮。但也有一些蔬菜是农民们用了先进的方法种植的蔬菜，不用对人体有害的农药，也不让蔬菜环境受到污染，这种蔬菜叫做“无公害蔬菜”。

让幼儿给各种蔬菜涂色。

1、在活动设计前我想：在活动过程中让幼儿讨论得多，回答得多会不会影响活动的正常进行在整个活动中各种各样的蔬菜吸引了幼儿，使孩子们愿意说、大胆说、能连贯说，活动较活跃，能紧凑连贯的进行下去。本次活动整合了健康领域、科学领域、语言领域，幼儿得到综合性的学习。但是在活动过程中发现有个别幼儿语言的连贯性不够，还需进一步加强。

2、活动中引导启发孩子对问题的理解，注意到让孩子进行体验，感受、交流。

3、对幼儿发展的反思：孩子在活动中能感受到这次活动讲的是蔬菜对人体的好处，但仅靠这此活动是不够的，还需要平时的努力和家长的配合。

4、幼儿透过参与活动，明白了蔬菜的种类很多，还明白不同的蔬菜有不同的颜色和味道，从小要养成多吃蔬菜的习惯，但是在活动中还有很多不足之处，比如有的孩子明白自己喜欢吃蔬菜，但是还说上好原因，可能因为孩子还小，但多数幼儿能大胆地说、想和做，这就需要我们做教师的在今后的

教学活动中多让这些胆小的幼儿锻炼，培养他们的口语表达潜力，透过这次活动培养了幼儿参与活动的兴趣和认真的做事态度。孩子们也都很喜欢吃蔬菜了。

5、如果有不吃蔬菜引起许多不良后果的课件让幼儿看到，会起到更好的效果。