

# 2023年小学心理健康教育工作计划和安排 (优质15篇)

农村农业工作计划还要关注农民的培训和技术支持，提高他们的农业生产和经营能力。下面是一系列学生会工作计划的案例，可以帮助大家更好地了解和运用工作计划的方法和技巧。

## 小学心理健康教育工作计划和安排篇一

教师在黑板上挂出三幅画：

第一幅画：小丽手里拿来起50分的成绩单哭了。

第二幅画：一位老奶奶摔倒了。

第三幅画：壮壮生病躺在床上。

教师：现在请一位同学念一遍课文，然后请同学们自己默读一遍。

教师讲李素丽阿姨“助人”的故事。

教师：同学们，我们从路娜同学和李素丽阿姨且人的故事中，已经看到并认识到，只要你把快乐带给了人家，我们在日常生活中要学会观察，发现老人、残疾人行走时有困难，就立刻去帮且；发现同学学习有困难，主动去帮助；发现爸爸妈妈身体不舒服，要关心、疼爱 and 照顾他们。

### 三、课堂活动

# 小学心理健康教育工作计划和安排篇二

本校贯彻教育部下发的《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》及《中小学心理健康教育指导纲要》和成都市创建全国文明城市通知精神，促进学生身心健康成长，提高学生心理素质。下面就是小编为大家带来的小学心理健康教育工作计划，希望能帮助到大家！

## 一、指导思想

坚持以马列主义思想、邓小平理论“三个代表”重要思想为指导。以《中小学心理健康教育指导纲要》为指导。坚持育人为本，牢固树立“健康第一”的指导思想，根据中小学心理发展特点和规律。结合我校总的教育教学工作目标任务。努力以高尚的师德风范，责任心、爱心为学生心理健康做好服务工作。

## 二、工作原则

立足教育，重在辅导，遵循学生身心发展的规律，保证心理健康教育的实践性与实效性，必须坚持以下基本原则：

1. 根据学生心理发展特点和身心发展规律，有针对性地实施教育；
3. 关注个别差异，根据不同学生的不同需要开展多种形式的教育和辅导；
4. 以学生为主体，充分启发和调动学生的积极性；
5. 尊重、理解与真诚、同感相结合；
6. 预防、矫治和发展相结合。

### 三、主要工作

- 1、以心理健康课为主阵地，结合学生实际和学生年龄特点，挖掘校园一切可教育资源，引导帮助学生树立“健康第一”的指导思想，促进学生日常文明良好行为、健康习惯的养成。
- 2、通过有主题的心理健康知识教学活动，谈话法、书信法、角色扮演法、游戏法、问卷调查法、问题辨析活动等教育教学形式途径研究搜集学生不同年龄心理特征。整理撰写专题总结“小学心理健康教育的途径与方法研究”。
- 3、开展教师心理健康案例、理论的培训学习工作，做好教师对个性差异学生的调查辅导帮教工作。
- 4、建立各年级心理健康卡，通过学生填卡、添画、涂色、实话实说的个人艺术展示空间形式。来了解分析学生的个性特征。进行有效的心理障碍矫治、调整、帮助、自救活动。
- 5、结合学生实际需要，在各学科有机渗透开展“心理健康咨询活动”并针对低年级研究主题“怎样和同学友好相处”（心中有他人）中年级“怎样处理个人与集体的关系”（心中有集体）。高年级“如何培养良好的意志品质”（信念教育、心中有祖国）和“青春健康教育”进行有针对性活动。
- 6、依托少先队组织，成立“儿童心理咨询室”通过主题谈话、游戏活动、跟踪服务等（本文转自实用工作文档频道）教育活动途径帮助缓解儿童心理障碍。
- 7、开展教师深入走入学生之中的心理咨询活动，切实在教育教学中了解学生在心理健康方面存在的问题。不断交流积累总结工作的经验方法及途径。
- 8、继续搞好“心理健康问卷调查”“案例收集”“心理健康测试”等常规工作。归整学生健康教育心理档案。

心理健康教育是学校素质教育的重要内容，是学校德育工作的重要方面。对全体学生开展心理健康教育，使学生不断正确认识自我，悦纳自我，增强调控自我，承受挫折，适应环境的能力；培养学生健全的人格和良好的个性心理品质。对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自我提高心理健康水平，增强发展自我的能力。因此心理健康教育要贯彻在教育教学的全过程，贯彻在学校工作的方方面面。

## 一、指导思想

进一步贯彻落实教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，充分认识心理健康教育对未成年人成长的重要作用，加强对本校心理健康教育工作的组织和管理，面向全体学生，培养其健全的人格和良好的个性心理品质，并助其充分认识和发展心理潜能，促进他们心理素质和其它各方面素质得到发展。

## 二、具体目标：

面向全体学生，开展预防性与发展性的心理健康教育，帮助学生在自我认识、承受挫折、适应新环境，以及学习方法、学习兴趣、交友方式方法等方面获得充分发展；对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自我，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

## 三、主要内容：

小学低年级主要包括：帮助学生适应新的环境、新的集体、新的学习生活和感受学习知识的乐趣；乐与老师、同学交往，在谦让、友善的交往中体验友情。小学中、高年级主要包括：帮助学生在生活中品尝解决困难的快乐，调整学习心态，提高学习兴趣与自信心，正确对待自己的学习成绩，克服厌

学心理，体验学习成功的乐趣，培养面临毕业升学的进取态度；培养集体意识，在班级活动中，善于与更多的同学交往，养成开朗、合群、乐学、自立的健康人格，培养自主、自动参与活动的能力。

#### 四、工作措施

##### 1、全员参与，提高师资心理素质。

心理健康教育的主要途径，应是渗透在学校教育的全过程中，在学科教学、各项教育活动、班主任工作中，都应注重对学生心理健康的教育。为此，我们首先要抓好心理健康教育的两支队伍：一是教师群体，二是班主任队伍。通过学习心理健康教育的有关文件和理论知识，组织外出学习、参观等途径，帮助老师树立新观念，重视心理辅导教育。

##### 2、面向全体，开展心理健康教育。

根据心理健康教育的“主体性、发展性、活动性、协同性”等实施原则，我们的心理健康教育要着力于面向全体学生，着眼于学生的未来发展，通过班级各科教学、班集体建设、班级活动、班级文化建设、班级管理以及整合班级内外、学校内外各种教育，实施心理健康教育。班主任要在本学期内组织二次心理健康团体辅导活动。

##### 3、关注个别，重视心理咨询辅导。

对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予有关的心理咨询和辅导。班主任和课任教师要关注班内心理上比较特殊的学生，及时进行认真、耐心、科学的心理辅导。辅导者要本着理解、尊重、真诚、同感等原则，协助学生提高其正确认识自我、自我调控、承受挫折、适应环境的能力。

##### 4、结合德育，提高心理健康教育的质量。

心理健康教育与德育工作相结合是学校教育的最佳互补模式。心理健康教育要与思想品德课、健康教育等相关内容有机结合，同时，利用活动课、班队活动等，帮助学生掌握一般的心理知识和方法，培养良好的心理素质。充分利用社区教育资源，建立好学校和家庭、社会心理健康教育的沟通渠道。

## 一、指导思想

以教育部的《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》、《中小学心理健康教育指导纲要》的重要文件为指导，认真贯彻《z市中小学心理咨询室建设与管理暂行办法》《z市中小学心理健康教师培训与上岗资格认证方案》《z市推进中小学心理健康教育实施意见》等文件精神，结合我校学生实际开展学校的心理健康教育工作，力求把我校的心理健康教育推上新台阶。

## 二、主要工作目标

- 1、坚持以人为本，根据学生心理特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。
- 2、立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，尊重学生、理解学生。
- 3、提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。
- 4、对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

## 三、工作要点

## (一)、加强学校心理健康教育队伍建设

学校心理健康教育不是心理健康教师一个人的事，是所有学校教育工作者的事，所以学校应成立以心理健康教师为主，班主任教师为辅，其他教师为基础的学生心理健康教育战线。

## (二)、探索多渠道的学校心理健康教育的模式

### 1、团体辅导。

利用每班的健康课，为学生提供全面的帮助，主要为塑造班级集体良好的氛围和集体的良好行为，激发群体向上的精神。

### 2、设立心语信箱。

开设心理咨询室，接受以学生个体或小组为对象的咨询。心理咨询室有专任教师负责和专门的工作计划，固定的开放时间，固定的场所。根据心理咨询室建设要求，布置合理的环境，除了符合心理辅导的要求，还要考虑儿童的审美特点，让学生一进门便喜欢它。

### 3、个案教育。

以智优学生、智力临界学生、模范学生、问题较多的学生作为个案对象，以本人知道或不知道两种方式研究。采用跟踪研究，合作的方式进行。

### 4、指导家庭进行心理健康教育

小学生的心理健康教育仅仅由学校实施是不够的，在更重要的意义上讲，小学生心理健康教育主要依靠家庭教育，因为家庭才是学生的来源与归属，小学生心理健康最后要归结于此。因此，学校、家长应该合力重视小学生心理健康教育，我们利用家长学校、家长开放日、等多种途径，坚持不懈向

家长提出各种建议，指导家长开展小学生家庭心理健康教育。

## 5、指导小学生进行自我心理健康教育

提高心理健康课实效，心理健康老师应重视指导小学生学习简单有效的自我心理健康教育的方法：

(1)学会放松。要使小学生知道紧张是正常的心理反应，是可以通过想象、转移注意力、调整呼吸、体育活动、听音乐、唱歌、阅读、睡觉等方法调节放松。

(2)与人谈心。要使小学生知道有问题要学会求助，在学校可以找老师、心理辅导老师谈心；在家里可以找长辈、亲友谈心；在社会上也可以有谈心的对象，如心理咨询电话等等。无论何事何时都可以与人谈话，学会与人谈心一辈子受益。

(3)学习写日记或周记。小学生要学习用笔与自己谈心，把心灵的轨迹用文字描绘下来，对心理健康成长有很大的帮助。教师和家长要尊重孩子的隐私，公开日记要得到本人的允许。小学生也不用过分担心自己的内心秘密被他人知道，要学会坦然地对人与对己。

总之，我校将进一步加强小学生自我心理健康教育，利用一切资源开展小学生心理健康教育，促进全体学生的健康发展。

### 一、基本情况分析

现代社会对教育提出了学生创新精神和实践能力培养的高标准要求。审视我校当前学校的心理健康教育工作现状，通过调查发现，当今独生子女个性较强，学习压力带来厌学心理，人际交往出现障碍，以自我为中心等许多亟待研究和解决的问题。要想及早预防、减少和解决小学生的这些心理健康问题，提高学生的心理素质，全面提升素质教育品质，就离不开心理健康教育。因此，在小学开展心理健康教育，不仅是



社会和时代发展的需要，也是实施素质教育，促进小学生全面发展的需要。

## 二、指导思想

为全面贯彻市区素质教育工作会议精神，立足《学校心理健康教育研究模式的构建》课题，通过心理健康教育，转变教师的教學理念，改进教育教学和班主任工作方法，提高德育工作的针对性、学科性和实效性，为学校实施素质教育营造良好的心理气氛。通过各种途径认真开展形式多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生获取心理健康的初步知识，培养小学生良好的心理素质，促进学生人格的健全和谐发展。

## 三、研究目标

学校心理健康教育面向全体学生，通过心理辅导促进学生心理健康并不断发展完善。对个别存在障碍的学生给予适当帮助达到心理健康，促使学生个性全面发展。加强对学生创新人格的研究，注重培养学生的创新意识，发展学生的创新能力，以适应社会发展的需要。

## 四、实施措施

### (一) 设施环境建设

1. 加大经费投入，建设高标准的学生“心理咨询室”和“心理辅导活动室”，并不断进行完善和创新。
2. 积极装备心理健康教育“爱心书屋”，创设良好的读书学习环境。
3. 建设心理健康教育“心灵交融”的主题文化，努力营造人与自然、师生和谐、舒适、温馨的育人氛围。

## (二) 六条途径入手

### 1. 心理辅导活动课的研究。

(1) 通过每周一节心理辅导活动课，及时解决学生在日常生活、学习、交往中发生的问题。

(2) 举行“心理辅导活动研讨课”、“心理辅导活动观摩课”，探讨心理辅导活动课实施模式。

(3) 构建特色鲜明的《心理辅导活动课》校本课程体系。

(4) 不断积累研究案例，编制适合不同年龄段的心理辅导活动课教材。

### 2. 学科教学中的心理辅导研究。

(1) 依托“构建自主有效课堂”加强对教材教法的研究，培养学生浓厚的学习兴趣和自主学习的能力。引领学生自主学习和小组合作学习，培养学生良好的创新思维能力。

(2) 开展丰富多彩的学科展示活动，为学生搭建个性展示的平台，创造成功体验的机会。

(3) 提倡学生课堂大胆的质疑、批判，鼓励学生求异、求新。

### 3. 小学生心理咨询研究。

(1) 做好个案研究工作，每学期确定个别辅导目标后，分别对需要帮助的问题学生校内外进行跟踪研究，写出辅导记录与个案分析。

(2) 发挥每周一句的“心理辅导老师的话”和每月一版的“心灵交融”功能作用。

(3) 建立学生“知心姐姐”工作机制，建立学校、班级“二级”知心姐姐活动小组，实施“知心姐姐行动”，定期召开“知心姐姐”座谈会及时帮助学生度过心理危机。

#### 4. 家庭教育中的心理辅导研究。

(1) 创新家长学校工作，建立学校、班级“二级”家长委员会。

(2) 对一年级新生发放家庭情况调查表，了解家庭教育状况。每学期对全校学生发放“学生心理成长评价表”，实施学生自评和家长评价。

(3) 聘请专家来校进行家长学校“心理健康教育专题培训”，组织家长会，与家长及时沟通交流，组织评选学习型家庭教育活动。

(4) 举行一次大型的“课堂教学开放日”活动，让家长了解孩子的学习生活。

(5) 聘请“中队家长辅导员”到校参与队主题活动，在家校之间建立起立体式的教育网络。

(6) 家长学校开展“个性化辅导”家长咨询，实施以级部、班级为单位的“成功父母成长讲堂”。

#### 5. 教育活动中的心理辅导研究。

(1) 利用每班的班队课，为学生提供全面的帮助，主要为塑造班级集体良好的氛围和集体的良好行为，激发群体向上的精神。

(2) 深化学习力行教育，践行养成教育成果展示。

(3) 开辟校报“心理导航”专版，设“特色教育”、“青苹

果”、“点金术”栏目。

(4)开展丰富多彩的主题队活动，指导学生如何与人交往、怎样与人合作的技巧和方法，提高生活能力，积累生存智慧，促进心理健康。

(5)创编“校园心理情景剧”，让学生在情境中体验感知，认识自我，发展自我。

## 6. 教师健康素质的培养。

(1)成立学校教研团队，举行专题教研活动。

(2)依托“教师负性情绪的产生原因与自我调节”课题研究，集中心团队力量，聘请专家对班主任及辅导员进行针对性问题培训和互动培训，为教师具体传授排解负性情绪、体验执教幸福感的方法与技巧帮助，教师与专家面对面亲身感受心理成长。

(3)发挥优秀教师的示范带动作用、骨干力量优势。

### 一、指导思想：

随着素质教育的进一步深入实施，小学生心理健康教育问题也显得更加突出，本学年，我们要以全面贯彻党的教育方针，全面提高学生的素质为根本目的，在全校学生中开展好心理健康教育。逐步通过多种方式，对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，帮助学生提高心理素质，健全人格，增强承受挫折、适应环境的能力。

### 二、教育目标：

帮助学生认识自己，悦纳自己；学会调控自我，能够克服心理困扰，提高承受挫折、知应环境的能力；对少数有心理困扰或

心理障碍的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导，使用权他们尽快摆脱障碍，增强自我教育能力。

### 三、开展健康教育的原则：

1、根据学生心理发展特点和身心发展的规律，有针对性地实施教育。

2、面向全体学生，通过开展教育活动，使用权学生对心理健康教育有积极的认识，使用权心理素质逐步得到提高。

3、关注个别差异，根据不同学生的不同需要开展多种形式的教育和辅导，提高他的心理健康水平。

4、以学生为主体，充分启发和调动学生的积极性，要把教师在心理健康教育中的科学辅导与学生对心理健康教育的主动参与有机的结合起来。

### 四、实施途径和方法：

1、加强对心理健康教育工作的领导。

学校成立心理健康工作领导小组，负责规划、组织学校心理健康教育工作的开展，定期研究并解决心理健康教育工作中遇到的问题，定期开展检查和督促，从人员、资金及时间上保证学校心理健康教育活动的积极、有效地进行。

2、加强师资队伍建设

加强师资队伍建设，提高广大教师的心理健康教育水平，是保障心理健康教育正常、有效开展的重要条件。学校将有计划地逐步建立一支以班主任为骨干的全体教师共同参与的心理健康教育的师资队伍，学校将为教师学习、培训有关心理健康教育知识提供必要的条件，定期开展知识讲座、案例分

析等，把对心理健康教育教师的培训列入学校师资培训计划。

### 3、优化环境

学校要在开展心理辅导活动的同时，要充分地利用心理信箱、心理小报、网络、小广播等形式对学生进行相关教育，向师生宣传心理健康知识，针对出现的热点问题及时地疏导。

### 4、学校教育过程中全面渗透心理健康教育

(1) 心理健康教育要与学校德育工作和学生管理紧密结合，学校的德育队伍要明确心理健康教育的要求，掌握心理健康教育的内容、理论和方法，提高自身心理素质，在提高德育工作实施的同时，扎实有效地渗透心理健康教育。

(2) 各科教学要善于从教材中挖掘心理健康教育的内容，进行有机渗透，从知识、意识上循序渐进地教育，帮助学生不断提高心理素质。

(3) 学校要为心理健康教育提供舞台，创设文明健康的校园氛围，为学生心理健康教育创设良好的环境。

### 5、开设心理健康教育课

积极开设心理健康教育课，普及心理科学常识，帮助学生掌握一般的心理知识，培养良好的心理素质，提高学生的人格水平。

### 6、开展心理咨询与辅导

学校建立了“心语室”，属学校德育领导小组管理，成立了一支热爱心理辅导的师咨队伍。通过不断完善，使学校心理咨询室能承担以下职责：

(1) 为有需要的学生做团体或个体的心理咨询与辅导，帮助学

生解决心理困扰。

(2)通过心理咨询与辅导，访谈调查与心理测量，建立学生心理档案，及时发现需要给予特别帮助的学生，并且掌握一般学生的心理状况。

(3)承担及指导其他教师开设心理健康教育课程，帮助教师在教学过程中提高学生心理健康水平的有关知识和技能。

(4)开展心理健康知识有宣传及普及工作。

(5)开展升学指导。

## 7、开展个案研究

逐步建立心理疏导的个人档案，对有心理困惑的学生进行跟踪性的，研究性的个案辅导，并进行具体分析，从而能够确实的解决学生所遇到的问题，帮助他们更加顺利地完成学业。

## 8、积极开通学校和家庭实施心理健康教育的渠道

通过家长学校、家长会、家校路路通等方式，向家长普及心理卫生知识，引导和帮助家长树立正确的教育观念，营造良好的家庭教育氛围，调动家庭和社会的各种力量，共同创建起符合学成长的环境。

## 9、加强学校心理健康教育的科研活动

为了加强学校心理健康教育的科学性、针对性，学校将要求教师从我校学生的实际出发，以我校学生在成长过程中遇到的各种问题和需要为主题，撰写有关的心得体会与论文，并进行交流，以提高学生心理健康教育工作的实效。

## 小学心理健康教育工作计划和安排篇三

教师：请同学们分组讨论以下三个问题，然后各组选派一名代表发言。讨论题为：

a□ 路娜怎样把快乐带给别人？

b□ 你向李素丽阿姨学习什么？

c□ 你想做一个把快乐带给大家的人吗？

目的是让同学们知道向李素丽阿姨和路娜同学学习什么，鼓励学生做一个把快乐带给别人的人。

### 2、想想说说

目的是让学生以实际行动，把快乐带给自己周围的人。

### 3、观察论谈

教师将一件事的两种做法编为“情景一”和“情景二”，并写在纸板上挂到黑板上。

教师：我现在请一位同学扮演红红，请一位同学扮演妈妈，我旁白，我们三上人把纸板上的故事念一遍。

目的是让学生用学过的知识来判断红红的做法对与不对。

### 4、想想谈谈

教师在黑板上写出三个问题：

a□ 你知道爸爸妈妈最喜欢什么？他们什么时候最高兴？



b□ 你何时帮助同学解决了困难，当时你的心情如何？

c□ 被你帮助的同学为取得成功而快乐时，你有什么感受？

教师：请大家想一分钟后，再谈谈上面三个问题。

目的是让同学谈谈自己帮助别人后的情感体验。

## 5、想想填填

教师：（让学生把书翻到指定页）先默读一遍，然后在空白横线上填上适当的字。

通过填字游戏，了解学生对所学知识的理解程度。

## 四、实践指导

### 小学心理健康教育工作计划和安排篇四

教师：今天我们先来听一段录音故事。（播放麦克斯韦小时候的故事配乐录音）

#### 2. 学文明理

提问：谁来说说小小的麦克斯韦为什么喜欢提出许多问题？/

（学回答后教师小结）

教师：同学们说得很好，麦克斯韦对什么事情都好奇，都想知道究竟，这是一种学习的兴趣。正是因为有了这种学习的兴趣，麦克斯韦最后成了英国著名的科学家。

许多有成就的人，他们从小对自己身边的事物有极大的兴趣。

衣同学们看看书上还为我们介绍了其他的人。

(学生自己阅读课文中有关达尔文及严文井的故事)

教师：听了刚才的故事，看了书中的课文，请同学们说说看书的想法。(学生自由发言)

### 3. 活动明理

(1) 请同学们分组说说自己的兴趣是什么?说完后再选一名代表给全班同学说说你们组的发言情况。

(2) 做个放松小游戏

出示课前准备好的字谜条幅粘贴在黑板上，请学生猜。将学生猜中的答案随时粘贴在字谜的旁边，并为猜中答案的学生发一颗智慧星。

(3) 谁来帮助苹果娃娃

分别将扇形的填字游戏及写有“青、晴”等文字的苹果贴在黑板上，谁给苹果娃娃找到座位，就请谁把苹果娃娃带到他的座位上。

(4) 开个小擂台赛

分别出示口算比赛题，每次两名同学比赛，看谁能当擂主，教师为擂主颁发证书。

(5) 想想自己最感兴趣的课有哪些?把它填在书中的表格中，填写完后再想一想自己为什么会喜欢这些课?对自己不喜欢的课，想个办法使自己对这样的课有兴趣。最好能将这个办法写在表格后面。

### 4. 总结全课

同学们喜欢今天的学习吗?大家的回答和笑脸告诉了老师。你们很喜欢这样的学习。其实我们的学习都能像今天的学习这样使你有兴趣。请同学们回家后问问自己的家长，他们的学习兴趣，并请你的家长和你一起动脑筋，找一找培养学习兴趣的好方法。

## 小学心理健康教育教案(三)

### 小学心理健康教育工作计划和安排篇五

教师：现在我们请五位同学到讲台来，每人在讲台上抽一张卡片，然后的卡片上a□b□c□d□e的顺序站好，用两分钟时间将卡片上的一段话记熟。最后五个人衔接着讲完一段完整的故事。

目的是让学生知道怎样做，才能把快乐带给别人。同时也培养学生的团结、互助精神。

#### 2、演讲

教师把演讲的题目和内容要求写在黑板上。

演讲的题目：《如何把快乐带给大家》。

演讲的内容：

a□ 关心他人，使人感到快乐。

b□ 帮助别人成功，使人快乐。

c□ 同情、宽容他人，使人快乐。

d□ 有且人为乐的情感。

e□ 有强烈的社会责任感。

目的是了解学生能否将所学知识运用于实际。

## 五、教师总结

# 小学心理健康教育工作计划和安排篇六

不要明日复明日

## 一、导言

同学们，你们喜欢故事吗好，下头教师给大学讲一个趣味的故事，故事的名字叫《寒号鸟》。

## 二、教师讲故事(音乐配音)

师：听完故事，大家想一想，寒号鸟最终的结果怎样为什么会有这样的结果

生：略

师：这个故事听了之后，你懂得了什么道理

生：略

## 三、情境表演

1. 舞台一分为二，一半是教室，一半是学生冬冬的家。冬冬坐在中间，左边可够到教室里的课桌，右边可够到家里的书桌。

2. 一学生用手举一日历，分别用大挂历形式展示，星期一、；一学生扮演冬冬的同学，轮流找冬冬去玩，日历从星期一开始展示。

教师(在教室里)：同学们，今日的课外作业是第一课的练习题。

(冬冬从教室的书桌里取出一本练习册，放在家里的书桌上。)

同学甲：冬冬咱们出去打球吧！

冬冬：我的作业还没做呢！(想了一会儿，好吧，放在家里的书桌上)跟同学甲下场，然后回到舞台中间。

日历翻到星期二

教师：同学们，今日的作业是第二课的练习题(冬冬把作业拿出来放在桌子上)

同学乙：冬冬咱们去公园玩吧！

冬冬：我的作业还没做完呢！(想了一会儿，)好吧，明天再说，走，咱们玩去！

日历翻到三、四、五，教师不断布置作业，冬冬不断地从课桌里取出练习册，家里的书桌上叠放的练习册，越来越高。

3. 表演后：组织学生讨论小品的意义，使学生认识办什么事都要只争朝夕，不要养成拖拉作业，当天应做完的事决不要放到明天去做。

古人早就明白了这种明日复明日的危害，编一首明日歌(幻灯出示)

明日复明日，明日何其多。我生待明日，万事成蹉跎。

师讲解，大家齐读。

## 五、总结

同学们，经过今日的学习，认识到拖拉作风的危害，养成良好的学习习惯，不要明日复明日。板书设计：

不要明日复明日

明日复明日，

明日何其多。

我生待明日，

万事成蹉跎。

## 小学心理健康教育工作计划和安排篇七

培育学生正确的人际交往态度，帮忙学生把握人际交往的根本技能，提高学生与人交往的实际力量，培育学生做一个欢乐的安康的人。

### 1、课件设计

### 2、小品编排教学过程：

一、导入：你有朋友吗？你喜爱交朋友吗？在生活中，有的人拥有许多朋友，与朋友一起学习，一起生活，遇到问题一起商议，一起解决，说说笑笑，真快乐呀！这节课将伴随你一起探究怎样才能交上更多的朋友！

### 二、活动：

1、找朋友嬉戏要求：以组为单位，每组出一名学生，数到“一”。第一次：3个同学一组快速抱成团。其次：4个同学一组快速抱成团。第三次：5个同学一组快速抱成团（学生分组做“找朋友嬉戏”。嬉戏之后数一数：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) 认真观看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：萍萍热忱、开朗、乐于助人，同学们都情愿和她交朋友。（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，共同享受着胜利的喜悦。（合群）

课件3：遇到快乐的事，受了委屈、遇到困难等情愿把心里话告知朋友，增进沟通和理解。（擅长开放、表露自己。）

(2) 你的交友秘诀呢？快登记大家的绝技，让大家一起沟通共享吧！（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：请大家帮他出出办法，让他交到更多的朋友。（学生进展小品表演：小磊和小涛是好朋友，他们相互关怀、相互帮忙，说说笑笑玩得多快乐啊！可是，小陈不敢和同学接近，他没有朋友，一个人特别孤独。）

三、总结：有朋友真好！快乐时，有朋友来共享；难过时，有朋友来分忧；困难时，有朋友来帮忙。朋友能给人带来欢快、带来士气、带来信念。教师信任，在你的努力下，肯定会交到更多的好朋友！

## 小学心理健康教育工作计划和安排篇八

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、让同学们知道在学习和生活中常常会遇到挫折，人人都不可能避免。
- 2、初步掌握战胜挫折的方法，培养学生战胜挫折的能力。
- 3、每个人都应该以积极、健康的心态正确对待挫折，用勇于挑战自我的勇气和毅力战胜挫折，取得成功。

1、心理小测试题(抽奖纸条8张)

2、小花54朵



(明天我提供)

## (一)快乐的花儿

a

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，充满生机，充满活力，你的桌上也有一朵这样的花。

b

这朵美丽的小花就代表你自己，花是美丽的，你同样是美丽的。人人都说生命如花，让我们来观赏一下花开的情景。(放影像大屏幕上出现一朵、多朵开得绚烂无比的花)

老师(手指画面)：花儿在阳光、雨露的滋养下开得是如此美丽。生命如花，你手中那朵美丽的小花仿佛就是你自己。

a

## (二)心情变化

今天带来了个盒子。有几件礼物送给大家，要你自己用手伸进盒子里去取。(一个盒子有8张纸团，分别请每组选一位同学上去摸，只能摸出一个，多则取消)大家看他们的表情。也让他们说说心理变化。)

(体验情绪：你想知道里面有什么礼物吗?——“好奇”的情绪，着急的情绪)

手伸进盒子之前——“紧张”的情绪，期待的情绪

手触摸到礼物时——“疑惑、紧张或害怕”的情绪，兴奋的

## 情绪

拿出礼物时——“高兴或害怕”的情绪，他们在取礼物的过程中，体验到了各种情绪，失落与喜悦，羡慕与沮丧，成功与机遇)

### (三) 战胜挫折与困难

a□刚才大家也知道得到礼品而高兴，没有得到而沮丧，同样我们遇到困难时也难免会泄气，这时我们要学会坚持不懈的精神。

b□格言“

我觉得坦途在前，人又何必因为一点小障碍而不走路呢?——鲁迅”

故事1

放影像 (海伦姐姐)

同学们你们遇到挫折和困难时是怎样做的呢?请同学举手回答。

(a□发泄法：打枕头，写日记.....b转移法：到外面玩，做别的自己喜爱的事.....c□换位法：别人遇到此事，会怎样做.....d□求助法：找人倾诉，寻找办法.....)

名言是我们的指路明灯，激励自己勇敢地与挫折作斗争，可以多学点格言，名言。

a

故事2

前几天电视焦点节目中有个故事

有个同学他很胖成绩也不好，特别羡慕和嫉妒他们班上的另一个成绩好的同学，有天他在想什么办法让别人的成绩下降呢？(结果他想了一个办法，就叫人把好学生打了一顿进了医院，而耽误了学习，最后他家赔了许多医药费，也被学校开除了)这种心理存在这严重的不健康，是嫉妒的扭曲表现。

b

故事3

挫折中成才的故事张海迪脚残而自强不息成为了作家等名人

在学习上我们应该正确认识自己，事在人为，勇往直前，尽自己的努力，老师和家长知道孩子已经努力，也就问心无愧了。

五、总结《阳光总在风雨后》放歌曲

## 小学心理健康教育工作计划和安排篇九

教学目的：认识心理承受能力差给家庭和社会带来的不幸，了解当代独生子女的心理疾患及其形成的原因，并认识培养心理承受能力的重要性，激发学生对培养自身心理承受能力的兴趣与自觉性，培养学生的心理承受能力。

教学重。难点：培养学生的心理承受能力。

教学具：准备小学生跳楼事件的报道材料。

教学过程

1、老师带着同情、惋惜的感情讲述两个小故事。

a本市某小学的一位高年级学生，头天下午放学时，告诉老师有人欺负他。老师说“知道了”，没当场解决。第二天该生便在自家跳楼身亡。事后，家长、老师在日记中了解到他是因常受别人欺负想不开而寻短见。

b一所农村小学的低年级学生，因长期完不成作业，受到老师批评，放学回家用红领巾把自己系在门柄上勒死。

2、引导学生围绕下列问题思考：

(1) 两名学生的死给家庭、社会带来了什么？

(2) 他们的死都和哪些因素有关？

(3) 如果你是老师，在对待学生时会不会有稍微的疏忽和冷漠？

(4) 两名自杀的学生都有一种怎样的心理？这种心理状态健康吗？

3、全班交流。

4、教师小结

1、教师引导学生用下列情形对照自己

(1) 当家长批评或者责骂自己时自己有怎样的表现？

(2) 当老师对你的态度稍微有一点冷漠自己有怎样的表现？

(3) 当你遇到其他方面的压力或困难时，你有怎样的表现？

2、学生交流

3、点拨

1、播放录象

2、学生阅读材料

3、学生讨论

学生自愿上台接受揭短，其他学生从长相、穿衣、习惯、为人处事、学习、纪律等方面揭他们的短。

老师指导

## 小学心理健康教育工作计划和安排篇十

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。能够说，如果没有较高的心理素质，就很难适应21世纪的激烈竞争。另外，现代社会的快速提高和发展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。

设计此次活动，旨在让学生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潜力，更要有健康的个性心理品质和良好的社会适应潜力。

1、让学生明白在学习和生活中常常会遇到挫折，人人都不可避免。

2、初步掌握战胜挫折的方法，培养学生战胜挫折的潜力。

3、每个人都应以用心、健康的心态正确对待挫折，用勇于挑战自我的勇气和毅力战胜挫折取得成功。

三、活动准备：

- 1、课件(名言、图片、音乐等)。
- 2、心理小测试题。心理专家的牌子夹
- 3、学生带好笔。学生奖品
- 4、相应材料（4 \* 5 5）
- 5、小花5 0朵，大花1朵

（一）欢乐篇（学生绘画，背景音乐一）

导入，揭题。

1、师：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，充满生机，充满活力，你的桌上也有一朵这样的花。

学生拿起教师为他们各自准备的一朵含苞欲放的花。（教师拿起花）

师：这朵美丽的小花就代表你自我花是美丽的你同样是美丽的。（教师放下花）人人都说生命如花让我们来观赏一下花开的情景。

2、（点击课件，欢乐篇）：大屏幕上出现一朵、多朵开得绚烂无比的花(要有花开过程的动感美)

师（手指画面）：花儿在阳光、雨露的滋养下开得是如此美丽。生命如花，你手中那朵美丽的小花仿佛就是你自我。（点击课件，回到到主界面）

3、揭示主题：风雨后，花儿绽放得更美丽（教师口述课题，贴大花）

师：把我们的心的交给这句话，和教师一齐慷慨激昂地说，……（教师手指课题）

故事：如何战胜挫折（从海伦·凯勒身上得到启发） 课件：图片话语话

请学生回答。

那海伦看到了什么？（点击课件）教师请班里朗读最好的同学来读海伦r26;凯勒的内心独白。

师：你读到了海伦的内心世界了，这就是海伦心中看到的世界。一个盲人眼中的世界。让人心动，让人感动。

名人的故事激励我们用心向上让我们再次认识了海伦姐姐，你必须感受很深，讲出来与大家共享。

师引导：海伦应对人生挫折，没有自暴自弃，选取了与命运抗争，取得了成功。正因为如此（点击课件出示话）

6、教师小结：海伦姐姐你不屈不挠的奋斗精神永远留在我们的心中。海伦的书

师：接下来这个故事是教师听来的，听后，深深地打动了我的心。这是个关于帽子的故事。（点击课件）

7、听教师讲故事：苏珊的帽子

学生交流教师引导。

苏珊在担心什么呢？

苏珊为何简单自如了呢？

你想对苏珊或他的教师或他的同学说些什么吗？

师：当别人遇到挫折时，就应伸出援助之手，帮忙别人战胜挫折。

8、师：小组讨论，假如你的同学遇到挫折，你会教他一招战胜挫折的方法吗？

（点击课件）

战胜挫折解决的办法有：a□发泄法：打枕头，写日记……

b转移法：到外面玩，做别的事……

c□换位法：别人遇到此事会怎样做……

d□安慰法：塞翁失马，焉知非福……

e□求助法：找人倾诉寻找办法……

……

教师根据学生的回答点击相应点，并引申拓展。

师：战胜挫折有那么多方法，如果你遇到了挫折，就能够用上这一招半势。

#### （四）彩虹篇

1、师：如果每次你都能战胜挫折，那挫折将成为你成长的宝贵财富，我们相信，风雨后，花儿绽放得更美丽！看！

2、（点击课件）女排姑娘的故事（三个阶段）音乐：《阳光总在风雨后》

师：中国女排重新登上世界最高领奖台，靠的是女排姑娘们



顽强的毅力、奋力拼搏的精神和一次次不怕输的良好心理素质。听说陈忠和教练和女排姑娘们最喜欢唱一首歌！

师：对！《阳光总在风雨后》

### (五) 升华篇

师：教师课前收集了一些关于挫折的名人名言。

#### 1、点击课件：

千磨万击还坚韧，任尔东南西北风。郑板桥

我觉得坦途在前，人又何必因为一点小障碍而不走路呢？鲁迅

卓越的人一大优点是：在不利与艰难的遭遇里百折不挠。贝多芬

学生朗读。读给自我，从你们的读中教师感到了你们战胜挫折的勇气和信心，为自我鼓掌！

#### 2、名言是我们的指路明灯激励自我勇敢地与挫折作斗争

你能创作一句吗送与好朋友共勉。拿出你的小花，请写上一句，并在末尾署上你的姓名，使此句成为你的名言。举一例后，互赠名言！

#### 3、总结（背景音乐《阳光总在风雨后》）

师：成长的路上有阳光，有风雨，就看我们如何应对要学会与命运抗争笑着完成每一次作业笑着应对每一次考试，笑着度过每一天，让挫折成为你成长的阶梯挫折就会为你更为精彩的人生喝彩！

勇敢应对生活有你、有我、有他让我们共同应对。

（点击课件）听，熟悉的旋律又充盈我们的课堂，让我们在歌声中结束这节课吧！

5、师：同学们、亲爱的少先队员们，张开双臂挥动手中的小花，一齐哼唱这首歌吧！笑着拥抱挫折吧！（点击课件）

（有兴趣的同学参与做动作，屏幕上出现朵朵开得绚烂无比的花。）

【设计意图：情感共鸣树立战胜挫折信心和群众互助意识。】

## 小学心理健康教育工作计划和安排篇十一

帮忙学生了解兴趣是学习的动力，引导学生在学习、生活中培养广泛的兴趣。

### 二、教学准备

字谜答案扇形的小苹果找座位图四组数学口算机录音机配乐录音带

### 三、教学过程

#### 1. 导入

教师：今日我们先来听一段录音故事。（播放麦克斯韦小时候的故事配乐录音）

#### 2. 学礼貌理

提问：谁来说说小小的麦克斯韦为什么喜欢提出许多问题

（学回答后教师小结）

教师：同学们说得很好，麦克斯韦对什么事情都好奇，都想明白究竟，这是一种学习的兴趣。正是因为有了这种学习的兴趣，麦克斯韦最终成为了英国著名的科学家。

许多有成就的人，他们从小对自我身边的事物有极大的兴趣。请同学们看看书上还为我们介绍了其他的人。

(学生自我阅读课文中有关达尔文及严文井的故事)

教师：听了刚才的故事，看了书中的课文，请同学们说说看书的想法。(学生自由发言)

### 3. 活动明理

(1) 请同学们分组说说自我的兴趣是什么说完后再选一名代表给全班同学说说你们组的发言情景。

(2) 做个放松小游戏

出示课前准备好的字谜条幅粘贴在黑板上，请学生猜。将学生猜中的答案随时粘贴在字谜的旁边，并为猜中答案的学生发一颗智慧星。

(3) 谁来帮忙苹果娃娃

分别将扇形的填字游戏及写有“青、晴”等文字的苹果贴在黑板上，谁给苹果娃娃找到座位，就请谁把苹果娃娃带到他的座位上。

(4) 开个小擂台赛

分别出示口算比赛题，每次两名同学比赛，看谁能当擂主，教师为擂主颁发证书。

(5) 想想自我最感兴趣的课有哪些把它填在书中的表格中，填

写完后再想一想自我为什么会喜欢这些课对自我不喜欢的课，想个办法使自我对这样的课有兴趣。最好能将这个办法写在表格后面。

#### 4. 总结全课

同学们喜欢今日的学习吗大家的回答和笑脸告诉了教师。你们很喜欢这样的学习。其实我们的学习都能像今日的学习这样使你有兴趣。请同学们回家后问问自我的家长，他们的学习兴趣，并请你的家长和你一齐动脑筋，找一找培养学习兴趣的好方法。

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](#)

## 小学心理健康教育工作计划和安排篇十二

现实和将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。假如没有较高的心理素养，就很难适应21世纪的剧烈竞争。现代社会的快速进步和进展也使得小学生的心理安康面临着更多更大的压力和挑战。社会的进展变化对学校培育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，有猎取信息、

加工信息和应用信息的力量，更要有安康的共性心理品质和良好的社会适应力量。

1、让同学们知道在学习和生活中经常会遇到挫折，人人都不行避开。

2、初步把握战胜挫折的方法，培育学生战胜挫折的力量。

3、每个人都应当以乐观、安康的心态正确对待挫折，用勇于挑战自我的士气和毅力战胜挫折，取得胜利。

1、心理小测试题(抽奖纸条8张)

2、小花54朵

(明天我供应)

(一)欢乐的花儿a

同学们，万物滋润，百花盛开，听，大自然中花开的声音，多么奇妙，布满生气，布满活力，你的桌上也有一朵这样的花。

b

这朵漂亮的小花就代表你自己，花是漂亮的，你同样是漂亮的。人人都说生命如花，让我们来欣赏一下花开的情景。(放影像大屏幕上消失一朵、多朵开得绚烂无比的花)

教师(手指画面)：花儿在阳光、雨露的滋养下开得是如此漂亮。生命如花，你手中那朵漂亮的小花仿佛就是你自己。

a

## (二) 心情变化

今日带来了个盒子。有几件礼物送给大家，要你自己用手伸进盒子里去取。(一个盒子有8张纸团，分别请每组选一位同学上去摸，只能摸出一个，多则取消)大家看他们的表情。也让他们说说心理变化。)

(体验心情：你想知道里面有什么礼物吗?——“奇怪”的心情，焦急的心情)

手伸进盒子之前——“紧急”的心情，期盼的心情

手触摸到礼物时——“怀疑、紧急或可怕”的心情，兴奋的心情

拿出礼物时——“快乐或可怕”的心情，他们在取礼物的过程中，体验到了各种心情，失落与喜悦，艳羡与懊丧，胜利与机遇)

## (三) 战胜挫折与困难

a□刚刚大家也知道得到礼品而快乐，没有得到而懊丧，同样我们遇到困难时也难免会泄气，这时我们要学会坚持不懈的精神。

b□格言“

我觉得坦途在前，人又何必由于一点小障碍而不走路呢?——鲁迅”

故事1

放影像(海伦姐姐)

同学们你们遇到挫折和困难时是怎样做的呢?请同学举手答复。

(a□发泄法：打枕头，写日记.....b转移法：到外面玩，做别的自己宠爱的事.....c□换位法：别人遇到此事，会怎样做.....d□求助法：找人倾诉，查找方法.....)

名言是我们的指路明灯，鼓励自己英勇地与挫折作斗争，可以多学点格言，名言。

a

故事2

前几天电视焦点节目中有个故事

有个同学他很胖成绩也不好，特殊艳羨和妒忌他们班上的另一个成绩好的同学，有天他在想什么方法让别人的成绩下降呢?(结果他想了一个方法，就叫人把好同学打了一顿进了医院，而耽搁了学习，最终他家赔了很多医药费，也被学校开除了)这种心理存在这严峻的不安康，是妒忌的扭曲表现。

b

故事3

挫折中成才的故事张海迪脚残而自强不息成为了作家等名人

在学习上我们应当正确熟悉自己，事在人为，勇往直前，尽自己的努力，教师和家长知道孩子已经努力，也就问心无愧了。

## 小学心理健康教育工作计划和安排篇十三

勇敢

现在我们面对的多是独生子女，在独生子女成长过程中，由于家长过度的呵护等因素，使孩子失去了很多应有的能力，胆小、无毅力是他们当中许多人的通病，培养勇敢精神已经被很多家长老师引起重视。在与家长的沟通及家访过程中我发现，每个孩子都有自己单独的房间，可真正能做到单独睡觉的孩子却很少，多半原因是孩子不敢睡，有的孩子睡到半夜后，迷迷糊糊又钻进了父母的房间。有的孩子犯错误后，不敢向家长承认错误，为了隐瞒一个错误会接着犯下一个错误。还有的孩子认为勇敢就是胆大，无论多高都敢往下跳，活动时兜里时常揣着铅笔、小刀等坚硬的物品。低年级同学在勇敢方面主要存在着认识上的偏差及实践上的不足，作为老师和家长应及时指导并多加鼓励，帮助学生锻炼胆量，为今后的生活积累经验。

培养学生的勇敢精神、坚强的意志。

用辩证法的观点理解“勇敢”，从而树立正确的人生观。

通过学习和讨论加深对“勇敢”的认识。

培养学生由浅认识的勇敢上升到在学习上，在困难面前，在紧急关头坚强、勇往直前的品质，从而树立正确的人生观。

本节课我设计了三个活动：

进述和讨论——认识勇敢理解勇敢

情境小品——判断哪种行为是勇敢的

自我测试——如何克服怯弱，使自己变得勇敢

这一环节从认知方面帮助学生形成概念，否定了那种别人不敢做我敢做就是勇敢的观点，有利于学生价值观世界观的形成。



## 情境小品

在上一个环节中学生对勇敢的'涵义有了初步的认识，仅仅是在认知层面上，接下来通过小品的形式，让学生判断哪种行为是勇敢的表现。

第一个小品：一个孩子和家长在商场里走散了，他就在原地等家长，有人要领他找家长，他也不跟那人走，请售货员阿姨帮忙，用广播找到了家长。

第二个小品：一个男孩和同学打架，脑袋上出了血，他不喊疼，别人夸他真勇敢。

第三个小品：小丽在写作业，小刚叫她去玩。小丽有一道题算不出来，她不去，小刚同意让她抄自己的作业，小红拒绝。小红经过自己的努力，终于做出来啦！

第四个小品：小明看到一所房子着火，他想和消防员叔叔一起救火，于是就冲进了火场。

小品表演后，让同学讨论：哪种行为是勇敢的？为什么？

通过讨论，让学生更加清楚勇敢的真正意义，对今后生活有定的指导作用。特别是第四个小品，作为小学生来说，是未成年人，是受保护的對象，救火是有危险的，这种行为太鲁莽，不能称为勇敢。

这四个小品展现的是孩子们平时生活中的事情，虽然事儿小，但从中反映出的却是他们对勇敢的理解，以小品的形式呈现出来，一方面孩子很喜欢，调动了他们的积极性，另一方面，由学生亲自表演的也是一种教育的过程，使学生对勇敢有了更深刻的认识。

## 自我测试

当学生对勇敢的含义有了更加清楚的认识后，通过问卷的形式进行自我测试，使学生对自己的勇敢程度有一个认识。

- (1) 你是自己一个人睡觉吗？
- (2) 晚上爸爸、妈妈外出办事，你一个人敢在家吗？
- (3) 做不出题目，你想哭吗？会发脾气吗？
- (4) 遇到危险或困难时，你是否会发抖或出汗？

能做到一至二件的同学，你比较勇敢；做到三件的同学，你挺勇敢。之后的“小勇士解难”给那些胆小的孩子出主意想办法，帮助他们克服害怕的心理，同时也是让他们自豪地展现了自己的勇敢。

本节课我想力图体现的几点

对小学生的心理教育要以小学生的认知发展水平和特点为基础。勇敢属于意志品质范畴，意志是指在认识和变革现实的过程中，人自觉地确定目的，有意识地根据目的动机调节支配行动，努力克服困难，实现目标的心理过程。心理学家通过实验表明：优良的意志品质并不是生来就有的，而是在儿童的实践活动中，在克服困难的过程中逐渐形成起来的。小学时期是意志品质形成和发展的重要时期，重视对小学生良好意志品质的培养将对其一生的发展产生重大影响。

从心理学的角度来讲，意志品质影响学生认识活动的方向性、积极性与持久性。从小培养学生的勇敢精神，对学生意志锻炼具有重要意义。苏霍姆林斯基认为：“在困难面前表现大胆、无畏、果断、坚强——这是一种无可比拟的精神状态。在人的不幸中，最大的不幸是失去勇气，变成一个渺小的、胆怯的可怜虫。假如我的学生在童年时代不敢爬上树顶，不敢游过河流，不敢在夜晚走进森林，不敢在暴风雪中护送无

能为力的小孩回家，这种教育只能是温室里的教育。”

帮助学生重新认识勇敢。

1、很多学生都认为勇敢就是胆大，比如说上课大声地发言，不害怕雷电，不害怕昆虫等，在这种片面的认识下，会发生很多危险的事，像爬到窗户外够口袋、拿着铅笔对着同学乱画，在操场上扔石头等。这些行为都源于学生对勇敢没有一个清楚的认识，因此在这节课上，通过自己讲述、小品表演、讨论等形式，告诉学生什么才是真正的勇敢。“小勇士解难”则帮助学生在实际生活中如何提高自己的胆量。

2、意志必须通过克服困难来实现现实生活中，不是所有有目的的行为都需要努力。只有克服困难的行动才是意志行动。困难有外部困难和内部困难两种，外部困难是指客观条件的障碍。内部困难是指人在行动时，受相反的要求和愿望的干扰。外部困难必须通过内部困难而起作用。意志主要表现为克服内部障碍上，因为对有能力的人来说，克服外部障碍是能力大小的问题，谈不上意志。外部障碍只有变成内部障碍，才能引起意志努力。如，第三个小品，在没有完成作业时，小伙伴来找她玩，这时就需要用意志来战胜自己想玩的欲望，在战胜的过程中自己的意志品质得到了提高。要想真的使自己变得勇敢还需要克服胆怯的心理，在实际生活中去锻炼。

3、同学参与表演。以往的课堂，常常是老师讲，学生听，这节课我把学生也当作一种课堂资源充分利用起来，让他们来亲自表演小品，方式有变化，孩子们的积极性很高，特别是参加表演的同学，在排练的过程中受到的教育是最深刻的。

## 小学心理健康教育工作计划和安排篇十四

培养学生正确的人际交往态度，帮助学生掌握人际交往的基本技能，提高学生与人交往的实际能力，培养学生做一个快乐的、健康的人。

## 1、课件设计

## 2、小品编排教学过程：

一、导入：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，与朋友一起学习，一起生活，遇到问题一起商量，一起解决，说说笑笑，真开心呀！这节课将伴随你一起探索怎样才能交上更多的朋友！

## 二、活动：

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、表露自己。）

（2）你的交友秘诀呢？快记下大家的绝招，让大家一起交流分享吧！（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、互相帮助，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，一个人非常孤独。）

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

## 小学心理健康教育工作计划和安排篇十五

两千多年前，中国古代圣人孔子就提出“知之者不如好之者，好知者不如乐知者”。十九世纪中叶，英国伟大的教育家赫伯特斯宾塞提出“快乐教育”，很快风靡欧美，在美国引发了教育革命。在国内，随着素质教育的深入开展和新课改的推进，一大批的教育学者也提出了“快乐教育”，主张“让孩子快乐起来”。何为“快乐”，“快乐”的最高内涵应该是身心的快乐。再看一下中国小学生的现状，传统的教育模式束缚了孩子身心的发展，主观能动性受到遏制，让他们产生了厌学的心理，苦于无人理解，烦恼重重，甚至心理过于压抑而产生了轻生的念头。

本节课的主要目的就是引导学生用积极的心态去面对学习和生活，微笑着面对学习中的困难和生活中的不如意，做一个快乐的人。此外，要学会更好地调节自己，使自己拥有积极健康的心理状态和情绪。

本节课的重点是引导学生通过观察体验别人的快乐与烦恼，找到快乐的真谛，释放所有的烦恼。

难点是引导学生用自己所掌握的寻找快乐的策略来更好地调整自己，面对今后的学习生活。

为了有效地开展活动，我在教学中采取了多种活动形式：情境游戏、心理短剧、角色扮演、情境模拟、讨论沟通、行为训练等。本课的设计旨在以“活动”、“体验”为主要教学因素，指导学生如何面对烦恼，找到调整情绪的妙方，学会笑对人生。整个过程让学生多想、多动、多参与、多感悟，力求学生自悟自得，体现心理教育以学生为主体的原则。让学生学会在生活、学习中遇到烦恼时能够自我调节、自我疏导，甚至自我渲泄，以达到提高心理素质的目的。

我把整个教学过程分为四个板块：

创设情景，体验烦恼；学生互动，倾诉烦恼；交流方法，心理疏导；分享经验，体验快乐。

一、创设情景，体验烦恼：

首先播放音乐，教师激情导入：人人都想和快乐在一起，天天快乐，时时快乐。但是，在我们的生活、学习中，总会遇上这样那样不顺心的事。同学们，在你的生活中，遇到过令你不开心的事情吗？我趁机引导，让学生回忆烦恼：谁都难免会遇到不开心的事，请大家拿出小纸片，写出最近遇到的令你烦恼的事。

（一开始就创设切合活动目的的情境，有益于增进师生之间、生生之间的相互沟通，形成一种相互关心、相互尊重的平等关系。）

## 二、学生互动，倾诉烦恼：

我安排一个录音故事，让学生思考有了烦恼该怎么办？听完之后我打开话题：有了烦恼，我们应该像故事中的人物那样大声地说出自己的烦恼！接着引导学生诉说感到不愉快的事。

（故事的安排，目的在于让学生敢说，甚至连深藏在内心深处的秘密也敢于透露。这一环节中，学生的互动面比较广，而教师始终做到引而不发，接纳学生任何的观点与述说，鼓励学生说真话，诉真情。）

## 三、交流方法，心理疏导：

这也是本节课最主要的一个环节，我安排了两个小品，说的是同学间发生的一点小摩擦、不愉快的事情。

在学生看完后引导他们讨论：他们这样做对吗？为什么？我作一下小结：大家遇到的问题中，有许多烦恼其实是可以排解的，可以感受快乐的。

我在下面精心安排一个情境游戏：《猜一猜》。情节是这样的：

3、丁丁跳着，笑着回到了座位上。我又引导提问：请同学们猜一猜，丁丁为什么这么高兴？他是怎么想的？通过这三个情境，老师的三个提问，学生获得了丰富的心理体验。

（这一环节中，教师以游戏、情景创设、角色扮演、讨论沟通等活动为主要形式，开展各种活动。既不是单纯的心理学知识的传授，也不是单项心理品质的训练，而是以学生个人

的直接经验为中心，以感悟体验为主要形式，让学生认识到生活中难免会遇到不顺心的事，关键在于你如何去面对。师生关系像大朋友和小朋友、向导与游客似的，平等、真诚、亲密。）

#### 四、分享经验，体验快乐：

（这一环节，教师充分重视学生的个体经验和学生之间的经验分享，学生通过这一系列的体验活动，情绪得到了很好的渲泄，烦恼得到尽情的释放，寻找到了最适合自己的快乐方式。）

我在课堂的最后做下全课的总结：今天的活动很有意思，非常成功，大家都找到了快乐的小窍门，学会了自己安慰自己。我真心希望看到我们的集体中，人人都是“快乐天使”，同时还要学做一个为别人排解烦恼的“快乐天使”。要在平时留心身边的小伙伴和家人，发现谁有不快乐情绪的时候，设法找到原因，试着为他送去快乐。让我们一起敞开心扉，让快乐起飞扬！（全课结束）