

小学心理健康教案(模板8篇)

安全教案需要定期进行评估和更新，以适应社会安全形势的变化和学生的需求变化。接下来，将为您展示一些经典的大班教案案例，希望对您有所帮助。

小学心理健康教案篇一

- 1、过学习，使学生懂得什么是创新，怎样创新。
 - 2、通过实践活动，培养学生的想象力和勇于创新的精神。
- 培养学生创新思维。

多媒体课件七巧板录音带等

一、导入

曾经有位哲人说过：“想象力比知识更重要。”丰富的想象力使我们的生活日新月异，飞速发展的社会更需要我们的创新精神。今天这节课，请小朋友和老师一起，分享创新的快乐！

二、听故事，谈启发

听听阿基米德的故事，你一定会有所启发。有请我们的小小故事家。

（一生讲故事，并放动画）故事内容简介：同学们，你们知道阿基米德吗？他呀，是古希腊伟大的科学家。他从小就喜欢听故事，这些故事也极大的激发了他的想象力。他喜欢听别人对某个问题的争论，并且敢大胆说出自己的想法。每天，都有许多疑问在脑子里转悠：“为什么大海总是咆哮不停？为什么大船会浮在海面行走？……”有时他的小脑袋瓜里还

会迸发一些奇妙的新想法。有一天，他看见农民们正在把尼罗河里的水运到高处灌溉农田。他想：如果有一种东西，使水能够自动从低处向高处流，那该多好啊！于是，回到家里，他冥思苦想，反复测算，终于发明了螺旋抽水机。使水能从低处往高处流，这在当时，真是一个了不起的奇迹！后来，阿基米德还创立了关于浮力的学说“阿基米德定律”。他也被后人誉为“力学之父”。

听了故事，你有什么启发，和同组的小朋友说一说。

请各组派一名代表汇报一下你们组的观点。

师小结：同学们刚才各抒己见，老师这里总结一下大家的观点：我们在日常生活中也要像阿基米德那样，勤观察，多思考，还要有渊博的知识，丰富的想象力，做生活的有心人，学会学习，学会创新，这样我们也会象阿基米德那样，成为有成就的人，成为伟大的人。

三、那么，究竟什么是丰富的想象力，我们该怎样创新呢？看了以上的小品表演，也许你会更加明了。（几生表演《如此创新》）

时间：一个早上

地点：校园

人物：学生和老师

情景：……

你们看了表演，明白了什么叫创新，该怎样创新了吧！

四、测一测

好！让我们休息一下，一起到“智慧之窗”的百宝镜照一照，

看看自己的思维有什么特点吧！请看课件。

得了4分以上的同学请举手，恭喜你，你是个具有创新思维的孩子。

五、想一想

得分高的同学不要骄傲，得分低的同学也不要气馁，因为分数并不重要，下面的智力体操，不仅可以使你大开眼界，还可以培养你的创新思维。让我们插上想象的翅膀，随老师一起去创新的天空中翱翔。

1、看下面的一组图形，你能想到一些什么事物，什么场景，想的越多越好。

2、听音乐想象。

老师这里有一首曲子特别好听，想不想听一下。音乐好听吗？老师看你们专注的样子，很好奇，想问问你们，听音乐时，想到了什么？（音乐，鸭子拌嘴）

3、下面，我们来开展一次智力拼图比赛，看哪一组同学拼的图最有创意，最与众不同。生拼图，并说说自己的创意。
（学生拿出七巧板按小组拼）

看图编故事，看谁想的，最有想象力。

4、异想天开：

结合生活实际，你能谈谈你有那些创新的想法和设计

展示一些科技节小发明小制作。

5、全课总结：

同学们，这节课你们表现很出色，老师欣喜的看到你们具备了创新人才的素质，你们不仅懂得了什么是创新，还学会了创新，不仅有丰富的想象力，还有创新意识。老师为你们骄傲。神奇的大自然正等待你们去探索，宇宙的奥秘等待你们去揭开，老师坚信，通过努力，你们中间也许会出现第二个爱迪生，第二个阿基米德，你们相信吗？让我们在美妙的歌声中结束这节课吧！（师放歌曲《天地之间》，生边唱边跳。）

小学心理健康教案篇二

出示图片，生动讲述牛顿小时候的故事。

伟大的科学家牛顿从小就对周围的事物充满了好奇。夜晚，看着天空，他会想到：月亮、星星为什么能持在天上呢？它们是运动着的，可为什么不要撞呢？看到苹果熟了，掉到地上，他又会思考：为什么苹果一定会掉向地面呢？就是这样一个爱问为什么的牛顿，经过不断的研究探索，最后成为了一名伟大的科学家，为人类发展作出了巨大的贡献。

1、“为什么牛顿会成为一位伟大的科学家呢？”学生自由发言。-----他从小善于观察，喜欢提问，而且勤于思考，不断探索。

2、“你想学习得更好，变得更聪明吗？那么就要学会观察，学会提问。”

2、要想进步就要先了解自己。

4、做一做“心理小测试”然后告诉学生：如果你选择的是“会”，那么你是一个好学善问的孩子，希望你能继续这样坚持下去，在活动和实践中争取做得更好。如果你选择的是“不会”，也没关系，跟着老师和同学在活动和实践中即去学会思考、学会提问、学会自己寻找答案，你一定会发现自

已进步不小哦！

- 1、用气球现场做一次这个小实验（可教师做，也可点名让同学来做），要求学生仔细观察每一个环节，然后让学生自由提问，并将问题写下来。——对能提出明确问题的同学进行鼓励。
- 2、分小组说一说，自己是否知道一些关于这方面的知识。
- 3、通过教师和学生共同的讨论。

小结：当气球在毛衣上磨擦后，就会获得静电。而两只气球都经过了磨擦，所以带有同一性质的电荷，此时互相之间就会产生排斥力，因此两只气球分开。过一会儿，静电就会消失，两只气球就又会恢复原状了。

小学心理健康教案篇三

亥末，庚子春，新冠肺炎疫情突然而至，牵动着无数人的心。这场战“疫”，每个人都在战场。为了防止疫情蔓延，湖北武汉团结一心，以巨大的勇气，作出“封城”之举，全国人民减少出行，居家“报国”。经历一个漫长的假期，有必要通过一定的引导，让学生掌握更权威，更系统的安全防护知识，提高安全防护意识与能力，减轻和舒缓心理压力，以积极的心态面对疫情带给我们的挑战。促进学生健康成长和全面发展。

- 1、了解新冠肺炎知识，正确认识新冠肺炎。
- 2、认真对待新冠肺炎疫情相关信息，提升科学素养及社会责任感。
- 3、掌握新冠肺炎疫情下的心理健康知识，学会自我调适心理，确保复学后身心健康。

1、教案、课件、图片、视频等素材，制作教学ppt□

2、针对学生进行心理调研和在线访谈，找出共性问题。

重视学生个体的情感需求，引导学生围绕科学防疫、承担责任的主体，树立正确的认知，面向丰富多彩的社会生活，用积极的情感、健康的心态探索人生的价值，做一个勇于承担责任的公民。

庚子年春，新型冠状病毒在武汉爆发，而后席卷了全国。这段时间，大家似乎都感受到了由严峻疫情所带来的心理压力。老师和大家一样也曾惶恐不安、无所适从，没有一个春天不会到来，在这个春暖花开的时刻，让我们一起走出冬天，以积极的心态面对疫情带给我们的挑战。

1、学生分享假期期间自己和家人做了什么？怎样防控疫情的？导入情景，让学生知道每个人都在为防疫做贡献，引入怎样学习新冠知识，如何做的更好？（引导学生积极主动的思考预防方法，肯定大家的做法。）

2、新型冠状病毒是什么？新型冠状病毒是自然界广泛存在的一类病毒，因形态在电镜下观察类似王冠而得名。目前为止发现，冠状病毒仅感染脊柱动物，可引起人和动物呼吸道、消化道和神经系统疾病。

3、如何防范新型冠状病毒？（学生谈经验，教师总结）

学会保护自己，有战胜疾病的信心，勤洗手、多洗澡；正常、规律、健康的生活作息。不提倡长时间躺在床上睡懒觉，尽量保持生活的规律性。合理安排饮食，多喝水、保证新鲜水果蔬菜摄入、将肉、蛋、鱼、奶等动物性食物加热煮熟后再食用。

合理安排生活，在这个假期里可以听音乐、画画、阅读、养

盆小植物等等，充实自己，让积极情绪和好心态陪伴每一天。给自己列一个“快乐”清单，并执行它。比如：做做七彩阳光广播体操、绳操，玩一些简单的小游戏，读一本能让你心情愉悦的书，听一段相声等等。避免过多关注疫情新闻造成心理负担，同时要注意只关注权威信息，不道听途说。

1、换个方式与同学交往，在抵抗病毒期间可以通过微信□qq等网络方式和伙伴联系，在交往中互相支持、鼓励，享受互联网带来的美好生活、体验伙伴网络交往的乐趣。

2、列出平时一直来不及做的所有爱好，排个队，优先勾出在家里就可以实现的活动，逐项实现，如果你的项目少，还可以发展一些新项目。也可以发布在朋友圈里，邀请更多同学一起参与，相互激励。

大家除了学习和娱乐外，如果能够帮助爸爸、妈妈做些力所能及的事是最好不过的了。例如，帮助爸爸妈妈打扫房间、洗刷碗筷、整理衣物等等。如果你对烹饪感兴趣，跟爸爸妈妈学做美食也是不错的选择。尽量放下手机，和家人一起看看喜欢的节目，做做喜欢的事情，懂得关心家人、尊敬老人、懂得感恩。

教师小结：同学们，这是一个特殊的春节，这也终将是我们记忆中最难忘的一段时光。愿春暖花开之时，病毒退却，我们欢笑着迎接成长。

疫情之下，有针对性地指导学生自我心理治疗、重建安全感和合理调节心理，掌握简单的心理调节和减压调节的方法十分必要。本次活动通过疫情心理健康知识的教育和宣传，加强了学生对疫情危机的了解与认知，提高学生承受挫折的能力和情绪调节能力，引导学生积极主动面对疫情。

小学心理健康教案篇四

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：

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！

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。）

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！

小学心理健康教案篇五

身心健康筑梦校园

在校长室、德育处的直接领导下，由学校心理健康教研组成员及全体班主任共同组织参加。

1、活动时间□20xx年11月25日~11月29日

2、活动内容

活动一：周一国旗下讲话。

时间□20xx年11月25日

地点：学校操场主讲人：顾丽华宣传发动

活动二：开设一节心理辅导公开课。

时间□xx年11月27日下午第一节课

开课老师：束会琴

开课地点：七言楼三楼开课教室注：请全体班主任前往观摩。

活动三：各班班主任上一节心理班会课，时间定在各班的班会课上。

活动四：团体辅导

周一至周五大课间活动时间由班主任带领本班学生开展团体辅导。

可选择：钻呼啦圈、小推车、两人三足等游戏，在此顾老师携她们班级的同学队各项游戏进行了展示。

小学心理健康教案篇六

1、心情对人的学习和生活影响很大，教育学生要做心情的仆人，才能适应社会生活；学会掌握自己的心情，把握调控心情的方法，做一个欢乐的小学生。

2、教育学生正确评价自己，树立自信念，克制学习上的困难。克制自卑心理，学会观赏自我和悦纳自我，树立“别人行，我也能行”的思想。

预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心情情感，遇到不同的事，就会有不同的感受，但我们要学会掌握自己的不良心情，这样在与同学的交往中，才不会感情用事，今日我们学习树立自信念，做心情的仆人。

（二）学习如何掌握倾心情

a□关成的学习成绩退步了，应当如何对待？

b□小花是怎么对待跳绳失利的？

分组争论，然后派代表在全班发言。

（2）议一议

如何调控自己的不良心情呢？

a□宣泄法。

b□转移法。

c□将心比心。

d□挫折不肯定都是坏事。

3、活动明理

师：王小燕爱生气好不好？为什么？

生：不好，生气影响身体安康。

生：生气简单使人得病。

生：生气简单影响同学关系。

谈论时，假如时间允许，可多请几位同学谈谈看法。

（三）学会树立自信念

1、教师以讲故事的方式，张海迪是怎样克制困难，成为闻名作家的故事，明确告知学生是“自信念的力气”！

2、议一议

师：小龟丁丁为什么开头不敢爬坡？

生：过低估量自己、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？胜利了没有？

生：在龟爷爷的帮忙下，获得了胜利；在龟爷爷的帮忙下，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：有怜悯心，情愿帮忙别人；英勇的孩子；知错就改的孩子。

师：这个故事说明白什么道理？

生：在做事之前，就认为自己不行，是自卑的表现；后来他

做了英勇的尝试，获得了胜利，是自信的表现。

教导迷津：我们应当克制自卑，树立自信，才能获得胜利。

（四）总结全课：可请同学归纳总结，使同学们看到树立自信念的重要性，引导学生正确地评价自己，树立自信。

小学心理健康教案篇七

使学生懂得做一些力所能及的家务劳动是一种美德；从小培养爱劳动的好习惯；减轻父母的负担，增强劳动观念。

养成爱劳动的习惯；掌握劳动的技巧。

经常做家务

一、导言

同学们这节课心理健康教育课，我们共同探讨如何当爸爸妈妈的小帮手。

二、质疑

1. 你们在家里做家务吗经常做吗
2. 能够做哪些力所能及的家务劳动

举例说明

三、表演

具体容：星期天，小华在家里帮助妈妈擦玻璃，费了很大的劲，才把整个房间的玻璃都擦完了，心里特别高兴，可是妈妈看见了，却责怪她说：“玻璃擦得不干净，不让你做的事，就别做，只要把学习搞好就行了”。

讨论：（1）小华和妈妈的做法对吗

（2）不对的地方应怎么做

四、小品

具体容：奶奶正在打扫卫生，小刚放学回来了，就喊：“奶奶我渴了，快给我拿饮料。”奶奶赶紧说：“好好好，我马上给你拿去”。

讨论：小刚的做法对吗他错在哪里，他该怎么做

五、幻灯出示判断

1. 小明帮助爸爸抱柴。（）
2. 五芳和小朋友玩，奶奶让她去打酱油，她不去。（）
3. 妈妈不在家，小红自己做饭。（）
4. 丽高兴时，就帮妈妈做家务，不高兴时，就不做。（）
5. 宋佳在班级爱劳动，在家就不干了。（）

六、通过刚才的学习，同学们有什么感受？

七、竞赛

1. 整理书包比赛；
2. 以小组为单位，选学生参加做菜比赛；

一组：做糖拌柿子；

二组：黄瓜凉菜；

文档

三组：炒鸡蛋。

八、总结

这节课的'学习，同学们都懂得在家里应该帮助爸爸妈妈做一些力所能及的家务劳动，从小养成爱劳动的好习惯。

九、教学后记

全班同学都能够帮助父母做家务，而且决心经常去做，并且做好。

板书设计：做家务的能手

主动、经常做家务

文档

2. 课题：不要明日复明日

教学目的：通过本节教学，使学生认识拖拉作风的危害，教育学生养成良好的学习习惯和生活作风。

教学重点：教育学生养成良好的学习和生活作风

教学过程：

一、导言

同学们，你们喜欢故事吗好，下面教师给大学讲一个有趣的故事，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，寒号鸟最后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，今天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，今天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。

古人早就知道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，通过今天的学习，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。

小学心理健康教案篇八

学习和休息

- 1、学生了解学习和休息之间的关系。
- 2、学生明确应当怎样合理安排学习和休息的时间。
- 3、养成一个好的生活学习作息制度。

一、导入新课

二、学习新课

2、读课文3-5小节，思考讨论。

3、让我们来想象一下，如果我们总在进行紧张的学习，是不是会有好的学习效果呢

4、谁来说一说你在生活中了解的有关同学的学习时间安排。

5、为了合理地安排学习和休息，我们应当注意哪些方面

7、补充知识：小学生一日学习时间的标准。

三、小结

在今后的日子里，让我们来比一比，看谁在这方面做得最好。