

最新让快乐相随心理课教案(大全8篇)

教学过程是教师根据教学目标和教学内容组织和实施的一系列教育活动。下面是一些优秀的小学教案范文，希望能够给大家提供一些启示和思路。

让快乐相随心理课教案篇一

星期一的早晨，闹铃叫器个不停。我伸手拍掉闹钟，白花花的肉因松弛而颤动着，摊在床上，活像油腥的猪油。

上班的时刻总是分外繁忙，我的头颈竭力向前伸着，弯成一个僵直的弧度，却依旧沉迷在花花绿绿的网络世界中。同事递来要写的材料，我口中“嗯嗯啊啊”地答应着，回头点开网页，复制黏贴。哦，多么完美的大作。

坐在下班回家的车上，我打开手机，想查询一下资料，可不知不觉间又点开那些文章、段子。我的天哪，微信有这么多红点需要消灭，我的手指飞快触动屏幕，令人眼花缭乱。等到同事的催促电话声响起，我却已茫然于点开网页的本意。

回到家中，我走进厨房。地上散乱着外卖的包装壳，冰箱里塞满了网上抢购来的爆品巧克力，百无聊赖，我喃喃自语：“烧饭太麻烦了，让我看看有什么外卖可点。”

外卖下单后，女友又发来了消息。我将自己瘫回床上，一边唧唧我我地发着肉麻的长篇大论，一边却瞄着电脑上的情话大全。哦，一字不差。女友发来感动的表情，我却关闭了手机。

许久不用的座机响起，我费劲地扒起听筒，打开外放，却不得不一次又一次的让他说话大声些。因长期用网而鲜少交流的缘故，我的听力逐步退化着，好半天才听清是父母想念我了。

“真麻烦，芝麻大点的事不能上网说啊，非要打电话。”我烦郁地打开手机，信手买下大捆土特产往老家送去。这些东西会好吃吗？一个念头闪过。“管他呢，反正都是网上爆款，难道还有错？”

夜深了。我瞪着布满血丝的眼，肥肿的十指在键盘上跳跃，格外灵活：我跟你们讲，网络可真是个好东西……让人快活得不得了！我露出发黄的牙“呵呵”笑着，双颊的肉因此而剧烈颤动。可一转头，我却已因纷沓而至的“网络病”歪斜在了键盘上。

……我死了吗？

我死了。法医划开我的肠胃，嫌恶地望着我塞满外卖的肚皮。

可我又没死。还有千千万万个“我”，在沾沾自喜的纵情着，在网络编织的网格中快乐地欢歌。

一个小小的坟墓立起来了，我黑白的头像被永远凝固在上方，下面刻着的，是我的墓志铭：网络让我快乐。

让快乐相随心理课教案篇二

苍鹰只能飞翔，却能以翱翔长空为乐；青蛙只能吃蚊子，却能以保护庄稼为乐；啄木鸟虽要不停地啄树，却能以保护树木为乐……它们虽是被限制的，却又是自愿的，又是引以为乐的。

生活中的每一处都蕴含着无穷的快乐，但也要看你的心是怎样想的。有的人过着清茶淡饭的生活，却十分快乐、幸福；有的人过着挥金如土的生活，却郁郁寡欢。他们为什么会这样呢？这也是因为有的人不贪图荣华富贵，只是想过着清淡的日子，而有的人虽然是百万富翁，虽然得到丰富的物质但我敢肯定他们在达到这成就时失去了许多东西，导致自己心

灵空空如也，生活不快乐。

而我自己也是一个对生活比较满足的人。每当我仰头望着蓝蓝的天空时，就会快乐；每当我取得梦寐以求的物品时，就会快乐；每当我取得好成绩的时候，就会感到快乐……当然，有快乐也就忧愁。我记得在小学升初中前，我为了自己的奋斗目标而挑灯夜读、废寝忘食，然而结果出乎意料，我并没有达到自己的奋斗目标，我为此曾沮丧过。但后来，我想自己这一次失败了，但并不代表初中升高中的那一次再次失败，我要争取下次成功……自己如此地想着，渐渐就找回了自信。当再次仰头时，天更蓝，云更白，水更绿了，笑容不由自主地浮现在脸上了。

是的，我觉得想得到快乐是轻而易举的，只要你尝试笑着去面对生活、学习，你就会快乐，就会幸福。即使是巨大的困难、挫折，你也会感到快乐。就让快乐时刻陪伴在我们身边吧。

2下一页

@_@我是分割线@_@

让快乐相随心理课教案篇三

所以我拼命地追求快乐，我为父母的期盼而学习，当取得了可喜的成绩时，父母的夸奖，老师的赞扬，同学的惊叹怎么能不使我快乐呢？可是那只是短暂的1瞬间。当激情过后，还留下什么呢？1场梦吧。我努力学做1个乐观的人，所以我常常笑。可是有谁会想到在这张笑脸背后更多的是苦涩的泪水呢？可能是我太不知足了，有着1双明亮的眼睛却不懂得寻找快乐。学习中的快乐，别人的帮助，被关爱的幸福不都是快乐的吗？快乐的故事环绕在我身边。

可曾记得那1天，雷电交加，大雨倾盆。我没带雨具在回家的

路上倒霉的事也接连不断地在我身上上演，就像是老天故意在捉弄我一样，轮胎漏气，撞到大树上，连车轴都歪了，而我本身也成了1只落汤鸡，浑身都湿透了。当我绝望的时候，1个不知名的阿姨向我伸出援助之手，扶起我的车子，同我一起打着伞上路，到我家门口的时候，我向她道谢，询问她的姓名。可是她如飞一般消失在闪光的雨点中，正如1朵在雨中开放的海棠。是隐藏在我心灵深处的记忆海洋中的最美丽的海贝。

是她让我学会用爱去关心别人。我发现这是我已不再与孤独为伴，而更多的是快乐。笑着去面对生活，笑着去面对人生。有1天你会突然发现快乐是如此之多，无穷无尽。人生也并不会孤独，而是与快乐相伴，这样的人生才会有价值，为快乐而活着。

愿你与快乐永相随。

让快乐相随心理课教案篇四

走过熟悉的街，看到了熟悉的人，回到了熟悉的家，当我正要掏出钥匙把演练了上千遍的`动作再做一次示范时，母亲为我开了门。我很惊讶，因为回来时已经九点了，她应该睡了吧。但一脸的惊讶立即转化成淡然，我只对她说了句：“我去学习了，你睡吧。”躺在床上，我想为什么母亲能如此准确地知道我回家呢？这个问题在脑海里一闪而过就消失的无影无踪了。我想，这也许只是一个巧合吧，母亲做了这么多家务，一定很累，怎么可能回回等我呢，一定是个巧合。我心安理得地睡了。第二天闹钟把我叫醒，妈妈披着夹袄在厨房里做饭，和着呛声，我知道，她一定会叫我起床吃饭，并且正在焐牛奶，用她的话说是为了给我补营养。

今天的课我没有认真地去听，浑浑乱乱地挨到夜晚，回到那幢白色的屋外，并没有什么异常，但母亲却和昨天一样，在我掏钥匙时为我打开门。我一直好奇于母亲为何能准时地为

我开门，但每次我都天真地认为这只是巧合。

星期六晚上我随意地播动着电视频道，一向不喜欢看电视的母亲让我找电视节目给她看，我想都没想就把遥控器扔给她。我去玩电脑了。又过了一个星期，这一星期里几乎都是父亲为我开门，我认为母亲一定是生气了，但天生的倔强容不得我向她道歉。星期四晚上，父亲为我开门时对我说：“以后尽量早点回来，这样你妈就不用熬夜这么辛苦了。”我回答道：“可每晚都是你为我开门的啊。”父亲叹道：“你不懂，你知不知道你妈是怎样为你开门的？”“这只是巧合。”“但这么多天不可能都是巧合，她每天晚上强打着精神来聆听，分辨巷子里每一阵铃声，那台电视机是她在黑夜中唯一的光明啊。”

我默默地听父亲说完，进屋看了看母亲。几缕白发染白了她的两鬓，细细的皱纹爬上了她的眼角。

落叶依旧与风旋转，只是我已没有时间感受它的凄凉，来往的人群依旧那么匆忙，在十字路口，没有往日的慌张。我知道总有一盏灯为我而亮，总有一扇门为我而开，总有一种等待让我难以忘怀。

让快乐相随心理课教案篇五

所以我拼命地追求快乐。我为父母的期盼而学习，当取得了可喜的成绩时，父母的夸奖，老师的赞扬，同学的惊叹怎么能不使我快乐呢？可是那只是短暂的一瞬间。当激情过后，还留下什么呢？一场梦吧。我努力学做一个乐观的人，所以我常常笑。可是有谁会想到在这张笑脸背后更多的是苦涩的泪水呢？可能是我太不知足了，有着一双明亮的眼睛却不懂得寻找快乐。学习中的快乐，别人的帮助，被关爱的幸福不都是快乐的吗？快乐的故事环绕在我身边。

可曾记得那一天，雷电交加，大雨倾盆。我没带雨具在回家

的路上倒霉的事也接连不断地在我身上上演，就像是老天故意在捉弄我一样，轮胎漏气，撞到大树上，连车轴都歪了，而我本身也成了一只落汤鸡，浑身都湿透了。当我绝望的时候，一个不知名的阿姨向我伸出援助之手，扶起我的车子，同我一起打着伞上路，到我家门口的时候，我向她道谢，询问她的姓名。可是她如飞一般消失在闪光的雨点中，正如一朵在雨中开放的海棠。是隐藏在我心灵深处的记忆海洋中的最美丽的海贝。

是她让我学会用爱去关心别人。我发现这是我已不再与孤独为伴，而更多的是快乐。笑着去面对生活，笑着去面对人生。有一天你会突然发现快乐是如此之多，无穷无尽。人生也并不会孤独，而是与快乐相伴，这样的人生才会有价值，为快乐而活着。

愿你与快乐永相随。

让快乐相随心理课教案篇六

愉快的笑声源源不断的从星海学校飘出来。怎么回事呢？让我来告诉你吧！

原来，我们星海学校正在举行狂欢一天的“快乐日”。

吃过早饭，各年级老师带着同学们到指定位置进行活动。当我们到达地点，刘老师开始带着我们玩起“衔纸杯倒水”的游戏。

只见女生队小心翼翼的将水倒进下一个同学的杯子里，眼看就要成功了，谁知道最后一个同学一不小心那，纸杯掉在了地上，里面的水“哗啦啦”洒了一地，真可谓是“功亏一篑”。这时，男生队的观众们的加油呐喊声更加声势浩大，这边也到最后一个了，大家敛气屏息、目不转睛地盯着最后传递的两名同学，队长急忙对他说：“不要慌，对方已经没

有一滴水了，所以……你懂得！”最终，我们以半杯水的优势，取得了这次比赛的胜利。拿到刘老师发给我们的礼品时，大家开心得无法形容，在大家庆祝胜利的同时，也让我感受到了团队协作的重要性。

我顺着香气往前走，这时，听到了我们班同学大声的喊叫声：“烤肉来了啦！”。一个年轻的戴眼镜的女老师，帮我们把撒了孜然的、香气诱人的烤肉端了上来。我们边吃边向这位老师表达感谢：“谢谢老师，谢谢老师。”老师亲切的告诉我：“这些烤肉是你们刘老师为你们烤制的，可不要忘记感谢他哦！”

我感觉有点好奇，便向烤肉台过去——原来刘老师正在“仙气缭绕”的氛围中为我们烤肉呢。既然来了，我也做些什么吧！哇，这么多的烧烤食材真是应有尽有：骨肉相连、香肠、面筋、土豆、馍干、豆腐卷……我也学着老师的样子，把串好的食材放在烧烤炉上翻来覆去，直到发出“滋滋”的声响，散发出诱人的香气，我撒上孜然和调料，哇！味道真是棒极了！

校园快乐日，让我们学会了与伙伴们齐心协力，团结合作，我品尝到了自己劳动的成果，也让我更懂得老师的付出，他将成为我童年记忆里不可缺少的一部分，成为我最珍贵、最美好的回忆！

让快乐相随心理课教案篇七

苍鹰只能飞翔，却能以翱翔长空为乐；青蛙只能吃蚊子，却能以保护庄稼为乐；啄木鸟虽要不停地啄树，却能以保护树木为乐……它们虽是被限制的，却又是自愿的，又是引以为乐的。

生活中的每一处都蕴含着无穷的快乐，但也要看你的心是怎样想的。有的人过着清茶淡饭的生活，却十分快乐、幸福；

有的人过着挥金如土的生活，却郁郁寡欢。他们为什么会这样呢？这也是因为有的人不贪图荣华富贵，只是想过着清淡的日子，而有的人虽然是百万富翁，虽然得到丰富的物质但我敢肯定他们在达到这成就时失去了许多东西，导致自己心灵空空如也，生活不快乐。

而我自己也是一个对生活比较满足的人。每当我仰头望着蓝蓝的天空时，就会快乐；每当我取得梦寐以求的物品时，就会快乐；每当我取得好成绩的时候，就会感到快乐……当然，有快乐也就忧愁。我记得在小学升初中前，我为了自己的奋斗目标而挑灯夜读、废寝忘食，然而结果出乎意料，我并没有达到自己的奋斗目标，我为此曾沮丧过。但后来，我想自己这一次失败了，但并不代表初中升高中的那一次再次失败，我要争取下次成功……自己如此地想着，渐渐就找回了自信。当再次仰头时，天更蓝，云更白，水更绿了，笑容不由自主地浮现在脸上了。

是的，我觉得想得到快乐是轻而易举的，只要你尝试笑着去面对生活、学习，你就会快乐，就会幸福。即使是巨大的困难、挫折，你也会感到快乐。就让快乐时刻陪伴在我们身边吧。

让快乐相随心理课教案篇八

生活中，也许有许多的无奈、悲伤、迷惘、痛苦……但我相信，多次多彩的生命中，一定会有一个理由让我面带微笑！

那是我十岁时候的事了。一天，爸爸要带我去看望他的一位好朋友。几个月前，因为一场意外的交通事故，爸爸的这位好朋友失去了双腿，这位叔叔就要永远地坐在轮椅上度过他的下半生了。听说这事，我不禁伤感起来，直觉得世事无常。怪不得常听大人们说起一句话“人生不如意事常八九”。我想，遭此打击，这位叔叔的人生一定跌入了低谷。

到了那位叔叔的家门口，爸爸前去敲门。过了好久，门才被打开。出乎我们的意料，为我们开门的竟然是摇着轮椅的叔叔自己。他一脸微笑地看着我们，一点颓废的神情都没有。难道他家里竟连一个照顾他的人都没有吗？我们不免感到惊奇，问道：“只你一人在家？”叔叔仍然面带着微笑说：“噢，不，爱人上班去了，我妈则去了菜市场。”我则快言快语：“叔叔，你的腿没有了，难道你不伤心难过吗？”话音刚落，爸爸便狠狠地瞪了我一眼，我也立刻觉得失言，脸一红，低下了头。爸爸赶紧陪着笑脸对叔叔说：“呵呵对不起啊，小孩子不懂事，不会说话，你别放在心上啊！”“没事，这有什么啊？”叔叔一边笑着说，一边把轮椅转向了我。他微笑着摸着我的头，对我说：“缘缘，想知道叔叔为什么不再伤心难过吗？”我满脸狐疑地点点头，说“想！”“刚出事的时候，我也每天伤心欲绝，甚至都快失去生活的勇气了。”叔叔抬起头，缓缓地说。“直到有一天，我无意中看到一则故事，说是有人问一个双腿残废的人为何如此快乐，而他周围的瞎子、聋子、哑巴却满脸沮丧？腿残的人说，和瞎子比，我是幸运的，因为我能看见这美丽的大千世界；和聋子比，我也幸运，因为我能听到这世上悦耳的声音；和哑巴比起来，我就更幸运了，因为我随时可以用言语表达我的思想。上苍是如此厚待于我，我有什么理由不快乐呢？是啊，看到这番话，我顿有所悟，也仿佛明白了人生的真谛。我的身边还有这么多始终爱着我的亲人、朋友，我还有双手，还有大脑，我要坚定的活下去，为自己，为所有关心爱护我的亲人、朋友！生活的理由有很多，可是我快乐生活的理由就是这样简单……”

记住了叔叔的话，今后即使遇到再大的人生挫折，我都会乐观面对，因为我坚信，在多姿多彩的生命中，总会有一个理由让我微笑！