

# 幼儿园大班心理健康教育教案

## 幼儿园大班心理健康教育教案（精选 16 篇）

作为一名辛苦耕耘的教育工作者，可能需要进行教案编写工作，教案有利于教学水平的提高，有助于教研活动的开展。我们该怎么去写教案呢？以下是小编精心整理的幼儿园大班心理健康教育教案，欢迎大家分享。

### 幼儿园大班心理健康教育教案 篇 1

活动目标：

- 1、帮助幼儿了解自己害怕的事物，认识到勇敢的重要性。
- 2、通过各种脱敏训练使幼儿认识到变勇敢的方法。

活动准备：

绘画纸；蜡笔；垃圾筒或纸箱。

活动过程：

一、教师给幼儿讲述一件自己害怕的事情

“昨天晚上，我在厨房里发现了一只老鼠。觉得好害怕呀！老师最害怕老鼠了，害得我一晚上都没有睡好觉。”

二、教师提问

“小朋友们，你们有没有害怕的事情或东西？”鼓励幼儿大胆发言。幼儿轮流发言，互相讲解过去的经历，教师注意倾听。

三、教师提问

“害怕好不好？这些东西真的很可怕吗？“你们想不想变得勇敢？”

四、师幼讨论

“怎样才能变得勇敢？”幼儿自由发言。教师总结：

1、多学习知识，了解事物的本来面貌，了解某些小动物和我们人类的关系。

2、每天对着镜子说“我最勇敢！”

3、害怕时，自己对自己说：“我不怕、我不怕！”

4、勇敢地把自己害怕的事情告诉爸爸、妈妈或老师。

## 五、绘画活动

1、利用绘画纸和蜡笔画出自己害怕的东西或事情。

2、画好后，老师请幼儿拿着自己的作品，老师问：“咱不怕？”，幼儿要大声回答：“心得体会我不怕！”。反复数次。

3、幼儿拿着自己的画排好队，前方放置一个垃圾筒或大纸箱。

4、幼儿将手上的作品揉一揉，把害怕的东西或事物包在纸里头。然后大家一起喊“一、二、三”，该幼儿将自己手中的纸团丢进垃圾筒或大纸箱，让幼儿大喊：“我不怕啦！”直至每个幼儿都投完为止。

六、老师组织幼儿说一说：“现在自己还害不害怕？”分享活动前后的心情改变。

活动延伸：

大家一起收拾整理掉在地上的纸团及垃圾筒或大纸箱。

## 幼儿园大班心理健康教育教案 篇 2

### 【活动设计】

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。

### 【活动目标】

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。

### 【活动准备】

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。

## 【活动过程】

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

4、小结：此刻我们是大班的孩子了，要学习新的本领，将来上小学学习更多更高的本领，遇到困难时有信心也是一种勇敢的表现。让我们一齐努力，勇敢地应对学习时遇到的困难，克服它，做个勇敢的孩子，你们有信心吗

幼儿园大班心理健康教育教案 篇 3

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。

## 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：

### （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（幼儿找好朋友一起说）。

(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起唱表情歌。

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？

幼儿园大班心理健康教育教案 篇 4

### 【活动目标】

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。

### 【活动准备】

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。

### 【活动过程】

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?

4、小结：现在我们是大班的孩子了，要学习新的本领，将来上小学学习更多更高的本领，遇到困难时有信心也是一种勇敢的表现。让

我们一起努力，勇敢地面对学习时遇到的困难，克服它，做个勇敢的孩子，你们有信心吗？

幼儿园大班心理健康教育教案 篇 5

### 【活动目标】

- 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己的想法。
- 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

师：班级里有这些小朋友选择了哭脸，说明今日他们的心境很不好，我们来听一听是什么原因导致他们心境不好，好吗？

(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己开心起来的办法吧？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己的情绪。

我能够吃上一颗糖果，让自己的心境变得甜甜的

我能够穿上漂亮的衣服，让自己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。

幼儿园大班心理健康教育教案 篇 6

一、活动目标：

1、巩固从高处向下跳，学习从高处向侧方下跳。

2、培养幼儿良好的体育活动常规，激发幼儿大胆勇敢的精神，提高自己保护本事。

二、活动准备：

木椅子、鞋架台阶、电脑、沙包(35)、小旗(4)、红领巾(4)、场地  
摆放木椅子(16)

三、活动过程：

(一)、开始部分：

1、以《向前冲》的音乐入场：小朋友，今日我们要学小小兵(小海军)去完成一个任务，来，我们出发吧!一路纵队跑步入场，再变成四路纵队。

2、基本动作：小小兵(小海军)们立正、向前看齐、向左转、向右转、原地踏步走、立正、稍息。

3、热身音乐《小海军》：我们小小兵的本领可多了，会……我们一起跟音乐，学学小小兵。

(二)、基本部分：

1、幼儿脱下外套，放入相应筐。

2、学习向侧面跳下的动作



xx“小朋友们到教师身边，看，教师带来了什么？”——出示椅子。“小小兵要用椅子来干什么？”

xx“小小兵告诉教师，我们从椅子上能够向下跳（教师从椅子上向前下方跳下），还能够从椅子上向边上跳，你们谁会？”——请个别幼儿试一试，教师以小小兵的语气强调，脚掌要轻轻落地，教师示范 1~2 次，再请个别幼儿试试。

xx 幼儿自由选择一样用具，如台阶、椅子、鞋架，练习往侧下方跳，强调脚掌要轻轻落地，教师巡回指导，及时表扬。

### 3、游戏《小小兵》：

xx 以接到任务的语气集中幼儿，告诉幼儿小小兵发现敌人，我们要去消灭敌人。

xx 教师用 4 把椅子，讲解示范游戏方法。

xx 排队，到游戏场地进行游戏。游戏 1 次后，教师及时评价，游戏第二次。

### (三)、结束部分：

评价幼儿表现，以《洗澡歌》做放松动作。整理游戏用具。

## 幼儿园大班心理健康教育教案 篇 7

### 活动目标：

在说说、玩玩的游戏活动中，继续体验开心、生气和悲痛的心境。

### 活动准备：

小朋友表情照片若干小火车

### 活动过程

#### 第一环节：

情景导入，激发幼儿兴趣。以边念儿歌边开火车的形式，激发幼儿活动的兴趣。

1、边念儿歌边开火车入场，引发幼儿的兴趣。

2、认识心境火车。

3、让幼儿数数有几节车厢。

#### 第二环节：

师生互动说说表情。感知开心、生气、悲痛的心境。第一次让幼

儿找自己的照片。第二次找好朋友的照片。体现了层次的递进性。

1、坐上心境火车，请幼儿找自己的照片，说说自己的照片。

2、第一次交流，说说自己的表情，并说出原因。

3、试着找到好朋友的'照片，猜猜好朋友的心境

4、第二次分享交流：

(1)你找到了谁的照片

(2)他(她)的表情怎样

(3)猜猜为什么会这样

5、让幼儿按哭、笑、生气给车厢起名字。

第三环节：选择表情，鼓励开心。以开火车的游戏离开活动室，鼓励孩子做一个开心宝宝，起到了升华的作用。

请你选择最喜欢的车厢，欢乐的开火车退场。

幼儿园大班心理健康教育教案 篇 8

一、活动目标：

1、在游戏中认识日常生活中笑、生气、哭的情绪变化，并产生相应的体验。

2、学习用语言表达感受，用适当的方式表达、调节自己的情绪。

3、体验关爱、分享的快乐。

二、活动重难点：

正确认知自己的情绪，学习控制自己的情绪。

三、活动准备：

1、材料准备：音乐，相关材料，三个大班幼儿。

2、心理准备：幼儿坐成半圆形。

四、活动过程：

1、游戏《找朋友》导入，引起幼儿兴趣。

(通过游戏帮助幼儿熟悉同伴，拉近与教师、同伴的'心理距离。)

2、创设情境，引导幼儿体验感受情绪的变化。

(1)介绍三个大班幼儿，吸引幼儿的注意力。)

(2)情境：三名幼儿在一起玩耍，很开心，结果开始争抢玩具，相互开始生气，最后一名幼儿没有抢到玩具，开始哭……

(通过创设情境让幼儿更直观的对这三种情绪变化的过程产生共鸣,帮助幼儿理解。)

### 3、幼儿体验。

(1)尝试用语言去讲述自己的感受及情绪经验,并学学笑、生气、哭时的表情。

(2)引导幼儿讲述“生气、难过哭时可以做些什么?”

(3)师幼共同小结几种表达自己情绪的方式:

## 幼儿园大班心理健康教育教案 篇 9

### 设计意图:

喜、怒、哀、乐之情人皆有之,但欢乐作为一种进取情绪却是心理健康的重要标志之一。对于幼儿的成长尤为重要。愉快的情绪既来自于成人的关怀呵护,更取决于幼儿自身的主观体验。在教育中,我们要让幼儿学会如何坚持愉快的心境,并采取多种方排解已经出现的消极情绪,为欢乐的人生奠定基础。

### 活动目标:

- 1、懂得情绪愉快有利与身体健康。
- 2、初步学习正确的方式排解不开心的情绪。
- 2、引导幼儿逐渐养成进取乐观的'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、感受欢乐

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)

3、除了开心的事,我们还会遇到一些不开心的事,谁来说一说你都遇到一些什么不开心的事?

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、消气商店：谁明白什么是消气商店?

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，能够唱唱歌，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，让自己欢乐起来。

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。

五、歌唱《表情歌》，小结，结束。

幼儿园大班心理健康教育教案 篇 10

活动目标：

1、通过活动使幼儿体验，大家一起玩的快乐。

2、引导幼儿与同伴友好相处，培养幼儿合群、乐群的性格。

活动准备：课件、磁带、录音机。大型积木、各种玩具若干。

活动过程：

(一) 开始部分导入：小朋友你们喜欢小动物吗？喜欢哪些小动物？今天，我们一起来学小动物走路好吗？（小兔、小鸭、乌龟、小猫）我们刚才学了那么多小动物走路，你们高兴吗？小朋友你们喜欢来学校吗？你们每天在园里玩的高兴吗？小朋友，有个叫妞妞的小朋

友她也上了，我们一起看姐姐在园玩的快乐吗？

## （二）基本部分

### 1、出示课件，幼儿观看。

图一、姐姐独自一个人在玩，你们看她在干什么？她和谁在玩？你觉得姐姐一个人玩快乐吗？你喜欢怎样玩？

图二、我们看又发生了什么事情，姐姐怎么了？她为什么生气了？鼓励幼儿想办法：你可以和你的小伙伴商量一下，怎么做才能让姐姐不生气，快乐起来呢？小朋友想的办法真不错，我们看姐姐的`小伙伴是怎样做的。

图三、来许多小朋友哄她（对不起，我们不是故意的，你别生气了）姐姐看到小朋友态度那么友好，就原谅了他们，也不生气了。

图四、小朋友们拉起姐姐的手说：“姐姐，和我们一起玩去吧”图五、姐姐和大家一起玩，真快乐呀！

### 2、提问：

（1）小朋友你们觉得姐姐一个人玩快乐，还是和小朋友一起玩快乐？

（2）你喜欢一个人玩还是和大家一起玩，当你和小朋友玩玩具或做游戏时，不小心碰到了别人或者碰坏了别人刚搭好积木时，怎么办呢？要向别人说：对不起，这样别人才原谅你，喜欢你，才能成为好朋友。

3、教师小结：刚才看了姐姐一个人玩不快乐，也没意思和大家一起才是最快乐的，老师给小朋友准备了许多玩具，小朋友要和大家一起玩看看是不是很快快乐。

4、教师对游戏进行总结，大家一起玩玩具很高兴，大家都成了好朋友，我们做个《找朋友》的游戏吧！

（三）结束部分：孩子们，刚才玩的都很开心，现在我们听音乐一起做《找朋友》游戏，结束。

幼儿园大班心理健康教育教案 篇 11

### 一、设计思路

现在的孩子都是独生子女，离开了熟悉的家庭环境对幼儿园的一

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/197145144201010004>