

幼儿心理健康教育教案范文(通用 12 篇)

一、设计意图

嫉妒心理是在自己不如别人优越，有了失落感时才会产生的。嫉妒心是对一些方面超越自己的人的一种嫉恨，是对无意或有意竞争的一种仇恨心。

在幼儿中，嫉妒心理的突出表现为失落感。引起幼儿嫉妒的内容是多种多样的，如别的小朋友被教师表扬了，而他没有得到表扬；别人的好朋友多，而他没有好朋友；别人有很多好玩的玩具，而他没有；谁穿了漂亮的衣服，而他没有穿等等，这些都可以引起幼儿的轻微嫉妒心。

嫉妒心看上去似乎是对自尊心的一种满足与安慰，但实际上，他满足的只是并不真确的欲望。如果一个人不能从与他人的相互比较中努力进取，合理竞争，仅以嫉妒别人的进步与优势来安慰，满足自己的自尊心，那么，这种不正确的心理防卫优势比成为自己成长路上的重大障碍。

特别是 5-6 岁（大班）的孩子，他们的心理较 4 岁左右的孩子有显著的发展变化，原来不太注重的一些东西也开始注意起来，嫉妒心理有了一些变化。在这个阶段，要特别注意对孩子进行正确引导，应及时调整和纠正幼儿嫉妒的心态，让幼儿学会欣赏别人，懂得欣赏别人，才会得到别人的欣赏。让幼儿能正确对待比自己优秀的人，正确看待别人的成绩与成功。让嫉妒心变成进步的动力。同时，让幼儿养成正确的竞争意识，知道只有经过自己的努力来超越别人的行为，才是最好的、最正确的，这样有利于促进幼儿的心理健康和完善人格的形成，并使他们终身受益。

正是基于以上考虑，特设计本次活动。

二、活动目标

1、通过对故事的理解，教育幼儿要多看别人的长处和优点，克服因嫉妒而产生的不满情绪，教育幼儿要虚心向他人学习。

2、教育幼儿要想取得好成绩，必须靠自己的努力，互相不服气，甚至互相瞧不起是不会进步的。

3、培养幼儿积极向上的进取心。

三、重难点分析

重点：通过理解故事和练习绕口令，让幼儿懂得每个人都有自己的长处，也有自己的短处。大家互相学习，取长补短，才能一起进步。

难点：如何引导幼儿学会克服因嫉妒而产生的不满情绪，虚心向他人学习。

四、活动准备

故事挂图及图片、录音机及音乐磁带。

五、活动过程

（一）导入

教师：“小朋友如果你看到别人有的地方比你强，你会怎样做呢？老师这里有一个故事，名字叫《数星星》，小朋友你们想不想知道小鱼和小青蛙是怎样做的？”

（二）展开

1、出示挂图并为幼儿讲述故事《数星星》，引导幼儿懂得经常生气是一种不好的行为，而且不利于身体健康。

教师讲完故事后提问：

(1) 鱼妈妈为什么说小鱼很聪明？

(2) 开始时小鱼数的泡泡多还是和小青蛙数的星星多？小青蛙看到小鱼比它强，是怎样做的？

(3) 过了一段时间小鱼又和小青蛙比赛，结果如何？小鱼看到小青蛙比它强，又是怎样做的？

(4) 小朋友，如果你看到别人有的地方比你强，你会怎么做呢？

(5) 小青蛙和小鱼为什么能在数数竞赛中得到金牌？你该怎样向它们学习？

2、出示两副结果不同的图片（明明和亮亮进行比赛，明明冠军，亮亮第二），向幼儿讲解其中内容后教师提问问题，并让幼儿分组讨论，通过对问题的理解让孩子知道要想取得好成绩，必须靠自己的努力，互相不服气，甚至互相瞧不起是不会进步的。

1) 教师提问：

(1) 小朋友认为哪个结果好？为什么？

(2) 如果你的小伙伴取得了好成绩，或者受到了老师的表扬，你会怎样想？

2) 幼儿分组讨论，互相向自己的小伙伴讲述自己的看法，并分析自己遇到后会怎样做。通过幼儿间的讲述及讨论，让幼儿知道要用正确的心态对待输赢，要靠自己的努力去取得好成绩。

4、学习绕口令《毛毛和涛涛》，让幼儿懂得，每个人都有自己的长处，也有自己的短处，不要嫉妒别人的长处，更不能瞧不起别人的短处。大家互相学习，取长补短，才能一起进步。

（三）结束

教师小结：“毛毛和涛涛各有自己的本领，他们都互相学习，取长补短，小朋友你们都有什么本领呀？把你的本领教给你的小伙伴好吗？”

指导思想

健康作为一个全球性的课题，广受社会各界的广泛关注。随着人们生活水平的提高，对生活环境已越来越被人们所重视，提高环保意识和普及健康环境知识已成为当前教育的重点。

幼儿是祖国的未来和希望，他们的环境意识和行为将影响他们的健康成长。幼儿园开展健康教育，旨在让幼儿及家长了解空气质量对身体的重要性，从而养成注意室内卫生的好习惯。

由于人类生命的绝大部分时间(部分报道为 90%以上，至少在 80%以上)在室内度过，地球上不同尺度的环境最终主要通过室内环境影响人类，因此，室内空气质量问题已不容忽视！

活动目标

- 1、宣传空气质量影响身体健康的知识；
- 2、通过这次活动，让小朋友家长了解空气污染物对人的健康威胁；
- 3、促进幼儿健康水平以及情感、态度、认知能力等各方面的发展；
- 4、消除或减轻影响健康的危险因素，预防疾病，促进健康和提高生活质量。

活动准备

- 1、选定好活动开展的时间、提前邀请好要来参加活动的家长及孩子。

2、场地的安排(选定幼儿园内一块空平地或草地，保障孩子安全)

3、道具(音响 2 个、插线板、数码相机)，宣传条幅(挂在幼儿园大门和围墙上做宣传，如“constant 小医生新年空气考察活动”)，小礼品、奖品(玩具、文具)

4、宣传画册(可爱图片，吸引幼儿索要，这时家长出于安全防卫和好奇的心理会看看)

内容及过程

1、在幼儿园空地上举办活动。

2、活动开场，点出宣传目的，让小朋友了解什么是空气污染，以及空气质量的相关问题。让小朋友整齐的坐在一起，我们的主持人开始像他们生动的描述空气污染物的危害，让他们了解这方面的知识。然后再教他们如何去赶走空气污染物，保护身体不受侵害，健康成长。

3、然后我们可与小朋友玩游戏：

(1)吹气球

气球要喷图文(如：Logo、让空气看得见)。一个家长代表和自己的一个孩子建成一组，比赛吹气球，每吹好一个 constant 气球就会得到孩子的一个吻，100 秒内得到孩子吻最多的一组为获胜方，奖励小玩具一个。通过我们的小活动来增加孩子和父母之间的感情，让他们留下美好的回忆。

(2)水果蹲(把小朋友分为 4 组，各自扮演几款产品喊到谁蹲时谁就蹲，蹲错者将受惩罚(表演)。把以前游戏中的苹果、香蕉、桔子改为指示灯、显示器、检测仪、甲醛仪。教师扮演空气中“有害气体”，当“有害气体”

喊到哪个亮，扮演我们产品的小朋友就蹲下来做向他鬼脸。违规者可以唱歌、跳舞、读英文字母。让产品和游戏相结合，效果较好。

(3) 传花鼓

让小朋友在一起站成一个圈，一个人敲鼓，鼓响开始传红花，鼓停时花落谁手，就得表演，唱歌、跳舞都行。表演较好的有奖品。放松放松，不要所有活动都和产品靠边，这样不好。

(4) 种花草(红豆杉)，锻炼他们的动手能力，告诉小朋友和家长红豆杉的作用。选十个家庭，每个家庭一颗植物、一个花盆、工具若干、土为公用。学习种花流程，懂得爱护植物，保持空气清新。种好后的花草可以自己抱回家，留作纪念。本活动是为了让小朋友和家长对空气质量重要性的意识增强。

(5) 创意绘画

选择任意自己喜欢的物体，画一幅画，可自由发挥，家长可口头指导，但不可以动手去画。画完后交予老师评委打分，作品将在幼儿园内展出，每个参与者都有精美小礼品一份。

注意事项

- 1、监护员若干，监护幼儿安全。
- 2、随时监控，要时刻小心意外的发生。
- 3、记得用相机拍些活动时的照片，可放入网站内，作公司动态。
- 4、禁止闲杂人进入场地，减少事故的发生。
- 5、保持场地清洁，及时清扫。

6、保证进出秩序，不要凌乱，要大家开心且轻松。

活动设计意图：

小班孩子动手能力比较弱，在幼儿园经常发现有的小朋友在洗手时往往会出现洗手马虎、玩水等现象。在通过与家长的沟通之后，知道许多孩子在家很少自己独自洗手，都是长辈们帮着洗或是用毛巾擦干净。在了解孩子的这一情况后，为帮助他们学会自己洗手，我根据小班孩子好模仿的特点，在组织孩子洗手前和宝宝们玩起了“学做洗手大王”的游戏，并将洗手的过程编成了朗朗上口的儿歌，试图通过儿歌的方式让幼儿学会正确洗手的方法，从而养成讲卫生的好习惯。

活动目标：

1. 知道洗手的重要性。
2. 通过学念儿歌，掌握洗手的正确方法。
3. 养成讲卫生的好习惯。

活动准备：

1. 好吃的食物若干；
2. 手偶玩具豆豆熊和嘟嘟医生；
3. 洗手儿歌动画及有关正确的洗手的课件；

活动过程：

一、创设情景，激发幼儿兴趣

1. 出示点心：你们看这是什么？今天是老师的生日，我请小朋友们吃点心。你们应该对我说什么呀？

2. 请幼儿闻一闻点心的味道，激发幼儿想吃点心的欲望。

3. 谁想吃呀？这么多小朋友都着急想吃，在吃之前我们先要做一件事？

4. 如果我们吃东西前不去洗手会怎么样呢？

二、观看手偶表演，帮助幼儿了解洗手的重要性

1. 引导幼儿观看手偶表演

教师边做手偶表演边讲述故事，让幼儿了解洗手的重要性。

2. 豆豆熊为什么会肚子疼啊？它应该怎样做呀？

通过故事让幼儿了解手上有许多的细菌，要养成勤洗手的好习惯。

启发幼儿运用已有的知识经验，说说自己平时是怎么洗手的，进一步体验洗手的重要性。

4. 你们的肚子疼过吗？为什么？我们应该怎么做？

结合幼儿在实际生活中出现的饭前便后不洗手及吃手现象，鼓励幼儿说一说洗手的重要性。

过渡语：嘟嘟医生会对豆豆熊说什么呢？

三、学习儿歌，《洗手歌》

1. 引导幼儿观看洗手课件。

2. 你们听到嘟嘟医生对豆豆熊说什么了吗？

3. 老师边示范边念儿歌。

4. 幼儿学儿歌。

四、学习洗手的正确方法：

1. 调动幼儿已有的知识经验进行讲述“我是怎样洗手的？”
2. 引导幼儿了解正确的洗手顺序及方法：卷袖子，冲手，搓肥皂，搓手心手背，冲肥皂，擦手。
3. 引导幼儿边说儿歌做洗手模仿动作，学习洗手的正确方法：
4. 谈话：我们什么时候该洗手？
(如：饭前、便后、玩完玩具、手脏时等)

五、幼儿实际练习：洗洗小手讲卫生，进一步掌握洗手的方法

1. 教师：“现在我要分点心给小朋友吃了，大家先一起去洗洗小手吧，看看谁的小手洗的最干净。”
2. 在实际练习中，教师引导幼儿边说儿歌边洗手，指导幼儿正确的洗手。
3. 小朋友洗手，品尝食物。

六、活动延伸：

幼儿生活习惯的养成不是一朝一夕的，要在一日生活各个环节中，用语言或儿歌对幼儿进行提示或指导，使幼儿在实践体验中不断巩固和提高幼儿的健康认知水平，逐步培养幼儿养成良好的卫生习惯。

一、指导目标：

- 1、本学期继续对全园幼儿开展心理健康教育及心理辅导活动，使幼儿不断正确认识自我，增强自我控制、承受挫折、适应环境的能力；学会

相互关怀、团结合作;能够勇往直前、分享快乐;培养幼儿健全的人格和良好的个性心理品质。

2、针对个别留守儿童，给予科学有效的心理辅导，通过沙盘游戏等心理辅导活动，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。

3、要以面向全园幼儿为主，个别辅导为辅，让心理健康教育及心理辅导真正进入课堂，在课堂教学中要有别于其他学科的教学方式，主要是通过活动让幼儿获得心理体验来改变自己。

4、对全园教师进行团体心理辅导活动，减轻教师来自各方面的压力，关爱自我，分享快乐!

二、具体工作:

1、加强高素质教师群体的培养;

2、为了更好的上好心理健康教育课，多与各班老师交流，分享;

3、实施心理健康教育课，以面向全体幼儿为主，个别辅导为辅。

4、做好心联小屋的工作、幼儿园博客的更新、家长培训工作，为孩子的身心健康做出努力。

三、具体实施:

1、教师方面:

(1)、对教师进行一次团体心理辅导的培训。

(2)、为每个班的幼儿上好心理健康教育课。备好心理健康教育课教案，并请各班的老师随堂听课。

2、幼儿方面：

(1)、教会幼儿掌握几种让心情变好的方法。

(2)、让幼儿随时有表达和宣泄自己情感的地方。

(3)、让幼儿通过心理活动的开展，能够认识自我，改变错误行为，不断成长、快乐分享。

3、家长方面：

与家长多沟通；为全园家长组织一次培训。（听专家讲座的形式）

一、活动目标

1、通过谈话、游戏让幼儿巩固方案的内容。知道绿色食品、朋友、好习惯、运动组成了健康的身体。

2、通过游戏让幼儿体验成功感。

二、活动准备

套套娃一个，纸条（上面分别写有习惯、朋友、绿色食品、运动、健康身体）

三、活动过程

1、出示套套娃，请幼儿寻宝，引起幼儿闯关兴趣。

师：在套套娃的身体里藏有一个宝藏，你们想拥有吗？

2、通过闯关，让幼儿巩固方案健康身体的组成

(1) 第一关：习惯

师：你们有习惯吗？习惯有两种你们知道是那两种？哪些是坏习惯？好习惯有哪些？

你们喜欢好习惯还是坏习惯？

（大家一起用坐得好的习惯打开套套娃）

（2）第二关：朋友？

师：你们有朋友吗？跟朋友见面你们会怎么样做？你是怎么样交到朋友的？如果和朋友吵架你会怎么做？

（和朋友互相拥抱，用朋友的力量打开套套娃）

（3）第三关：绿色食品

师：什么样的食品称为绿色食品？绿色食品有哪些？你们喜欢绿色食品吗？为什么？

（请幼儿用身体摆出一种喜欢吃的水果来，用绿色食品的力量打开套套娃）

（4）第四关：运动

师：你们喜欢运动吗？平时都有运动吗？都在哪里做些什么运动？做运动对身体有哪些好处？

（请小朋友做一种运动的动作，用运动的力量打开套套娃）

3、找出宝藏，知道宝藏的秘密就是让我们拥有健康的身体

师：原来宝藏的秘密就是健康的身体，我们怎么样才能拥有健康的身体呢？

4、结束

我们得到了宝藏，要懂得与别人分享，现在我们就出去跟你们的好朋友说说。

活动目的：

通过比较小学与幼儿园生活的不同之处，让学生从情感上认识到自己长大了已经成为一年级小学生。

活动准备：

录制一段家长对孩子提出期望的录音，印制寄语卡活动过程：

一、谈话导入：

小朋友们，你每天背上书包，蹦蹦跳跳地来上学，你知道自己已经是什么身份了吗？对！你已经告别那无忧无虑的幼儿园生活，进入另一个崭新的天地，小学，真正成为了一名小学生了，我们该怎样适应新的环境呢？

二、回忆比较

1、现在让我们一起来回忆自己的幼儿园生活，想想现在的小学生活和以前的幼儿园生活有什么不同的地方？

2、对呀，学校中的时间安排和幼儿园完全不一样，还有许多和幼儿园不同的新鲜事。请你说说你在学校中感到新鲜、新奇的事吧。

3、和幼儿园生活相比，小学生的主要活动已不是游戏，而是学习，我们再也不能光凭兴趣做事，而要学习更多的知识和本领。

三、跟学生一起做游戏“击鼓传球”，增进师生间的感情。

1、刚刚成为了一名小学生，你的心里一定有着许多的感想和打算，现在让我们一起来做个“击鼓传球”的游戏，来说说你的心里话。这个游戏的规则是：请出一名同学负责击鼓，其他同学听到鼓声后开始传球，当鼓声停止时，球在谁的手里，就请捧球的那位同学按照黑板上的句式向大家说说自己的心里话。

2、通过刚才“击鼓传球”的游戏，老师听到了你们作为小学生的心声。

四、聆听寄语

1、在你们成为小学生的那一刻，你们的爸爸、妈妈对你们寄予了许多的期望。下面让我们一起来听一位爸爸(妈妈)对他(她)提出的期望，其实，我们每个人的爸爸妈妈都对我们抱有很多的期望。

为了让孩子们尽快适应学校的环境，建议家长从以下三个方面帮助孩子：

一、提升孩子自信心。孩子刚从幼儿园转到小学，人生地不熟，容易产生自卑感。如，害怕自己的言语被别人取笑，害怕自己的成绩跟不上等，所以不敢与别人交往。另外，由于学生的性格有所差异，有的性格内向，有的外向，所以在人际交往过程中出现问题。但是，只要老师、家长及时地多鼓励孩子，适度提升孩子的自信心，让其充分认识到自己的优势，就能克服其盲目自卑的心理。

三、在家里，家长应多与孩子交谈，通过交谈，传授给孩子更多的社会信息及正确的指导思想，帮助其更快的适应新环境。节假日，也可多带孩子出去游玩，使其更深入地了解周边的环境。

课后作业：

请你回家问一问你的爸爸妈妈，他们对你有着怎样的期望？并请他们把对你的期望写在这张“寄语卡”上。

活动目标：

1. 喜爱参加体育锻炼，养成爱运动的好习惯。
2. 能为自己做简单的周运动计划，了解多运动对身体有好处。

活动准备：

1. 户外活动器械(塑料杠铃、呼啦圈、平衡木、小推车、篮球等)。
2. 幼儿用计划表格每人一张，教师用计划表一张。

活动过程：

一、谈话引出主题，激发幼儿的活动兴趣春天是个春暖花开的季节，也是容易生病的季节，请幼儿说一说怎样避免生病

预防疾病的方法，多喝水能够及时补充水分，使身体中的病菌随小便排出，多吃水果，补充维生素，多运动，能够提高身体抵抗疾病的潜力，能使小朋友身体长高长结实，还能锻炼小朋友的反应潜力，变得很聪明。

二、鼓励幼儿交流明白的运动方式及运动器械的玩法。

1. 请幼儿说说你都做过哪些运动。
2. 鼓励幼儿说出塑料杠铃、呼啦圈、平衡木等器械都能够怎样玩，还有哪些不同的玩法。

三、教师介绍自己的运动计划，引导幼儿制定自己的运动计划。

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/208136120142007004>