

# 关于小学生心理安康教育教案〔精选 9 篇〕

## 关于小学生心理安康教育教案〔精选 9 篇〕

小学生心理安康教育教案 1

主题：

我们班处处有关爱。

背景：

小学生缺少爱心，需要进展教育。

活动目的：

经过本次《小学生心理安康教育主题班会》，使学生懂得同学之间如何相处，班集体里处处有关心、有温暖，培养学生的爱心。

活动准备：

班班通电子白板展示心理安康教育。

活动过程：

一、班主任介绍班会资料。

同学们，让生活失去色彩的不是伤痛，而是内心的困惑，让脸上失去笑容的，不是磨练而是静闭的内心世界，没有人的心灵永远一尘不染，让我们每个人的爱心洒向班集体，拥抱安康对于我们每个人来说至关重要。今日，就让我们一齐走进心

理安康教育课，来讨论研究同学之间如何相处，同学之间应互相有关爱。

老师此刻给同学们介绍一个同学，她平时不爱完成作业，书写也不工整，上课、写作业还爱睡觉。你们猜她是谁同学们齐声说：“温宇馨”。

下头就拿我们班温宇馨同学为例，说说平时你是怎样与他相处的。

二、说说心里话。

生 1：她学习成绩不好，我不想与她玩。

生 2：她上课爱迷糊，我不想与她坐同桌。

生 3：她不爱完成作业，我不想与她做朋友。

生 4：她下课总吃小食品，不爱学习，我不喜欢她。

生 5：她做事总是慢腾腾，和她交流太让人着急，我不喜欢她。

师小结：刚刚，这几个同学说得都是事实。可是，同学之间不应当这样。温宇馨同学的家庭情景，大家还不明白。她父亲忙于打工顾不上管她，她母亲不识字又不能辅导她，她又不擅长和同学交流，每一天都靠她自我想、自我做，想一想，你们自我的家庭有人关爱，而她呢我们与她相比，必须不能再歧视她，应当互相关心，互相帮助，让她克制掉缺点，成为我们班团体里人人关爱的同学。

### 三、小组讨论：

1、今后同学之间应当怎样做

2、找代表发言。(归纳)

(1)、同学之间，要学会友好。

(2)、同学之间，要学会尊重。

(3)、同学之间，要学会宽容，不斤斤计较。

(4)、同学之间，要学会理解人，要学会换位考虑。

(5)、同学之间，要学会体贴。

### 四、播放小学生心理安康教育片。

让学生观看。

### 五、总结：

同学们，多一份宽容，就多一份理解；多一份理解，就多一份尊重；多一份尊重，就多一份自信；多一份自信，就多一份安康；让我们都拥有安康的心里，学会相处，学会交往，让每个同学都能感觉到班团体里处处有关爱。

### 小学生心理安康教育教案 2

#### 教学理念：

感恩是一种美德，是一种生活态度，也是做人的根本修养。而此刻的中学生就其心灵的“情”来看，普遍患有“感情冷漠症”。对父母的养育之恩、老师的教诲之恩，有时会熟视

无睹、置假设惘然。应对这种现状，有必要设计一节以《感恩》为主题的心理健康课，让感恩走进每一位同学的心灵。

教学设计说明：

教学过程分为五个环节，从感恩父母，到感恩老师，感恩帮助过你的人，感恩社会，最终感恩升华，感谢所有的人。

根据学生的认知特点，从谈父母、老师的付出，到分析我们为他们做的，体会他们的恩情，随之引出如何感恩，落到行动上。从感恩家人到感恩老师、帮助过自我的人，最终上升到感谢所有的人，包括伤害我们的人。

教学活动多样，有听歌曲、听故事、讲故事、大家说、做游戏、演小品、大家歌、读资料、天平称量等多种形式，学生从听、讲、说、做、演、称等多方面体会恩情，学会感恩。从意识到行动。到达教学的目的。

教学目的：

1、使学生懂得，对关心和帮助自我的人抱有感谢之情是一种美德，也是做人的道德准则那么。

2、使学生明白，此刻每个人享受的欢乐生活是透过别人的付出得到的，培养学生对父母、别人、社会的感恩意识。

3、教育学生在实际生活中，学会感恩，为关心过自我的人做一些力所能及的事情。

重点：培养学生对父母、对别人、对社会的感恩意识。

难点：教育学生在实际生活中学会感恩。

教学过程

〔一〕、感恩父母

1、听音乐《感恩的心》

2、亲情游戏

你们从一个咿呀学语的孩子成长到一名初中生，谁给你们的爱最多，帮助最大，请写出五个人的名字。

3、感受父母的爱

4、感悟：乌鸦有反哺之义，羊羔有跪乳之恩。父母为我们费尽心血，我们就应为他们做点什么，才能表达你的感谢之情？

使学生带着简单愉快的情绪进入活动主题请同学按照老师的指令进展。

说一说，父母给你那些爱。学生读材料，谈感受。学生针对此刻的我进展畅谈。

〔二〕、感恩老师

1、师恩回放

生活中除了父母无微不至的关心我们，再就是我们的恩师了。老师的爱如春风

小学生心理安康教育教案 3

教学目的：

- 1、让学生体会与别人分享喜忧的心情和感受。
- 2、学会欣赏称赞，为别人的进步和成功感到快乐。

教学重点：

学会欣赏称赞，为别人的进步和成功感到快乐。

教学难点：

让学生体会与别人分享喜忧的心情和感受。

教学准备：

剪一个红色的心型图片。

教学过程：

一、故事引入。

1、齐读书本 P30 《“西西”的故事》

2、蓝蓝苦恼什么？假设你是蓝蓝，你会怎样做？

二、活动坊：真心真意。

1、以同桌为单位，每个学生先细想一下自己的优点。

2、由一名学生讲述自己的优点，另一个学生用心去聆听。然后交换讲述与聆听。

3、把心留住：每位学生在心型图片上写上一位班内熟悉同学的姓名，在姓名下面写上这位同学的优点，把图片交给这位同学。

4、当你听到别人真诚的赞美时，你觉得怎样？

三、体验坊。



1、故事分享。

(1) 自由读书本 P32 的故事。

(2) 这个故事给你什么启示？

2、手指比拟。

伸出右手，看一看五个手指，特别比拟一下拇指与其他四指在形状和功能上的不同。

四、小结。

要多称赞别人，为别人的进步和成功感到快乐。

小学生心理安康教育教案 4

一、设计思路

新课改倡导学生的合作学习、自主探究，要求建立新型的师生关系，即民主、平等、和谐的师生关系。这对我们教育工作者提出了更高的要求，学生之间如何才能真正合作，形成互相启发、取长补短的合作精神和互相配合的良好品质，树立学生的自信心呢？这是摆在我们面前的一件大事。学生要学会与家长合作，与老师合作，与同学合作，合作是学生走向人生成功的必经之路，而其前提是必需要有自信心为根底，即相信我能行，我一定行的观念。有许多学生包括踏上工作岗位的人们，不可以正确认识自己与别人的优点，不能树立自信心，导致悲观、绝望、消极，结果处处碰壁，心理负担很重，在各个方面很难获得成功。心理安康教育活动课那么是施行这方面教

育的最有效的途径和载体。它是面向全体学生的一种活动形式，以解决学生成长中的问题为主线，以学生的心理需要和关注热点组织活动内容，以学生活动为主，以学生的心理感受和心理体验为核心，以学生的心理开展和成长为归宿，以学生自助和助人为目的。鉴于此，从小学生的年龄特点出发，我设计了该节活动课，运用各种方法与形式，如情景创设、游戏、角色扮演、集体讨论、记者采访等，正确引导学生，最终到达学生相信我能行，树立自信心的效果。

## 二、活动目的

1. 通过活动让学生正确认识自己，看到自己的优点，正确地对待自己、别人的优缺点，更可以发现别人的长处和闪光点，树立自信心。

2. 通过互相评价，引导学生正视个体的心理影响，树立勇于面对困难及解决困难的积极的人生态度。

3. 可以充满自信地面对人生，具备良好的心理素质，走向成功。

## 三、活动准备

每个学生一个气球、每个学生一张知心卡、录音机、磁带、多媒体课件、自制小记者证、照相机。

## 四、活动过程

1. 创设情景，激情导入



老师：同学们，你们好！今天很快乐能和你们一起交流，大家有信心把我们这一次活动搞好吗？有信心的请站起来！今天我们讨论的话题就是：相信我能行！请各组代表闪亮登场。（各组代表手擎上面贴着字的气球到前面展示：相信我能行！）

老师\_\_\_\_鼠标，屏幕显示：相信我能行！

我们先来做个游戏吧，每个小组的组长交换监视，每个同学都有一个漂亮的气球，我说开场，同学们就开场把你的气球吹气，比一比哪个小组先全部吹完，气太少也不算，各个小组有信心夺冠吗？

学生：有！

老师：那么就让我们吹出自己的勇气，吹出自己的信心，预备，开场！

老师小结：刚刚各个小组的同学都很积极参与，都充满了信心，获胜队是某组，让我们以热烈的掌声对他们表示鼓励！同学们喜欢你手中的气球吗？想不想要？那我就送给同学们作个纪念吧！

## 2. 播放录音故事，谈体会

我可以给大家提几个要求吗？一是大家发言的时候，不必举手，站起来说即可；二是争取每个小组的每一位同学都能有发言的时机。

我把一个同学的一段内心独白播放给大家听一听。(播放录音)请同学们竖起你的小耳朵听好了,听完后我们有问题要讨论。

录音内容:我是三年级的一名小学生,在最近学校组织的数学竞赛第一轮选拔中,我有幸被选上了,于是我更加努力学习。可是在第二轮选拔中,我却被淘汰了,我觉得自己真没用,特别是觉得对不起数学老师,觉得没有脸见人。本来想回家让妈妈抚慰我,可是她却对我讲,如今社会竞争越来越大,你要好好学习,不努力是不行的,看,这次数学竞赛不就是个例子吗?孩子,要努力呀,不要辜负我和你爸爸对你的期望呀!我觉得自己的心理压力越来越大,其实,我也是已经努力了,是不是我太笨?哎呀,我可真没用!

讨论:听了这个小同学的内心独白,你有什么感受?想不想帮帮她?请同学们谈一谈。

设计意图:通过一个小学生的内心独白,可以引起同学们情感的共鸣,因为她所谈的都是与同学们的日常生活严密相连的,也在引导学生要学会倾听,认真听别人的话也是一门学问。同时,让学生谈自己的感受以及想办法帮录音中的同学,实际上是在培养学生怎样来树立自信心的方法,也就是如何才能做到相信我能行,让学生在讨论中互相交流,互相学习。

### 3. 分组讨论, 勇于面对

老师：你在学习生活中，有没有对自己缺少自信心的事情，假如有的话，请你写一写，假如你有好的解决方法，也请在知心卡上写一写。（播放优美乐曲。）

孩子们写完后，有的会长舒一口气，有的会成心舒展身腰，向我露出会心的微笑。老师和同学互相帮助这一同学解决自己的困惑。

为让学生有心理上的共鸣，首先是老师提供解决问题的方法，然后是让学生学会释放心理郁闷，把自己缺少自信心的事情，在知心卡上畅所欲言，并且学着树立自信心，尝试着解决的方法。

#### 4. 生生互动，师生互动

老师：同学们，听说我们班的同学们虽然也曾有过对自己不自信的事，但不少同学都可以正确处理，或者是寻求帮助。今天，中央电视台少儿栏目组小记者们要把我们的本次活动搞一个现场采访，我们请两位同学上来充当小记者。两名学生随机采访。采访的主题是：你有没有缺少自信心的事，你是如何处理的？你有没有因树立自信心而成功的事例？都是什么原因让你树立起了自信心？

采访的对象可以是同学，也可以是老师、听课的老师等。

设计意图：让学生在生生互动、师生互动中去体验，去活动，既锻炼了学生的自信心，又学会了相信我能行的自信心培

养的方法，还创设了一种民主、和谐、热闹的课堂气氛，表达了学生的主体性，表达了活动的开放性，表达了面向全体学生的全体性。

在每个小组当中都有在各个方面比拟优秀的同学，小组长选一个同学，评一评他的优点(全班交流)。

分组说一说班级中还有哪些同学你们认为他行(交流后让该同学谈一谈自己对自己的评价及其结果)。

## 5. 小结

老师：同学们，(多媒体投影出示)一位拳手曾说过这样一段话：“在我遭到对手的猛烈打击感到快支持不住的时候，倒下是一种解脱或者说是一种诱惑，但每当这个时候，我便会在心里叫到：再坚持一会，相信我能行。因为我知道，我的对手也快坚持不住了，而只有我不倒下，才能赢得比赛，而最后成功往往就来自这再坚持一会，相信我能行的信念中。”

从古到今，有许多树立自信心而一鸣惊人的事迹：詹天佑是我国著名的爱国工程师，他不畏国内外反对权力的阻挠，坚信自我，相信自我，终于提早开工修成了我国第一条由中国人自己设计、修筑的京张铁路；张海迪下肢高位截瘫，却自强不息与命运\_\_\_\_，获得了卓越的成绩，成为了年轻一代学习的典范；前几天刚在电视上看到二胡演奏家王雪峰，他虽然是个残疾人，至今还没有二胡高，但却相信自己能行，创造了人生的



奇迹。这些名人的背后都有一个共同的特点，那就是：相信我能行！通过今天的活动，我发现我们班的同学们都很自信，都可以坚信我能行。最后，我赠送给大家一句名言吧（多媒体投影出示）：“只要相信我能行，每个人都有做太阳的时机。”

## 小学生心理安康教育教案 5

### 一、设计理念：

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。可以说，假如没有较高的心理素质，就很难适应 21 世纪的剧烈竞争。另外，现代社会的快速进步和开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。社会的开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才能，更要有安康的个性心理品质和良好的社会适应才能。

### 二、活动目的：

1、让学生知道在学习和生活中常常会遇到挫折，人人都不可防止。

2、初步掌握战胜挫折的方法，培养学生战胜挫折的才能。



3、每个人都应该以积极、安康的心态正确对待挫折，勇于挑战自我的勇气和毅力战胜挫折，获得成功。

### 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
- 5、小花50朵，大花1朵

### 四、活动过程：

#### 〔一〕快乐篇〔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，充满活力，充满活力，你的桌上也有一朵这样的花。

学生拿起老师为他们各自准备的一朵含苞欲放的花。〔老师拿起花〕

师：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。〔老师放下花〕人人都说生命如花，让我们来欣赏一下花开的情景。

2、〔\_\_\_\_课件，快乐篇〕：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己。

〔\_\_\_\_课件，返回到主界面〕

师：人就像花儿一样，并非一路全是阳光和雨露，难免要经历“虫害”“风雨”，那如何让我们这一朵朵小花在风雨后绽放得更美丽呢？

3、提醒主题：风雨后，花儿绽放得更美丽〔老师口述课题，贴大花〕

师：把我们的的心交给这句话，和老师一起大方激昂地说，……〔老师手指课题〕

## 小学生心理安康教育教案 6

### 一、教学目的：

帮助学生理解自我的注意特点、培养自我的注意本领。学会调节和控制自我的注意力、进步注意的稳定性。

### 二、教学过程

#### (一) 导入

师：同学们同学们坐在教室里听讲，老师讲一样的资料，为什么学习的效果不一样呢这除了与本人的努力程度有关，还与注意力集中不集中有关。下头我们学习一课与注意力有关的课文，题目是《学习要专注》。

#### (二) 学礼貌理

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/697164110112006031>