

小学心理健康教育教案范文

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/fanwen/jiaoan/95267.html>

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

小学心理健康教育教案范文

作为一名优秀的教育工作者，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。那么优秀的教案是什么样的呢？下面是小编收集整理的小学心理健康教育教案范文，希望对大家有所帮助。

小学心理健康教育教案1

一、活动目的：

- 1、组织学生观看法制教育专题片、法制教育影视片。了解一些有关《未成年人保护法》、《预防未成年人犯罪法》方面的知识，以及了解身边的不良因素对人的危害，从而使学生做一个遵纪守法的好学生。
- 2、让学生懂得促进心理素质提高才是心理健康教育的主要目标。
- 3、让学生明白心理健康教育是心理素质的教育和培养，是促进学生全面发展的重要方面，是素质教育的具体体现。

二、活动准备：

- 1、《心理健康教育手册》
- 2、心理健康咨询台、利用黑板报的形式，宣传心理健康教育的重要性。
- 3、大屏幕展示心理健康教育。

三、活动过程：

- 1、队会开始仪式。
- 2、中队长讲话。
- 3、主持人主持队活动。

(1) 主任介绍班会内容。并宣布大会开始。

(2) 中队长讲这次队会的主要目的和意义。心理健康教育可以帮助教师以一种更宽松、更接纳和理解的态度来认识和看待学生和学生的行为，不仅注意到行为本身，更注重去发现并合理满足这些行为背后的那些基本的心理需要

；不简单地进行是非判断，而是从一种人性化的角度去理解和教育学生。因此，心理健康教育真正体现出了对学生的尊重、一种对“人”的尊重，这是建立相互支持、理解和信任的良好师生关系的前提，也是我们每一位教师在教育实践中面临的重要课题。所以说，心理健康教育是师生的共同责任。

(4) 健康教育的重要性近年来，由于社会发展带来的种种变化，我国学校教育和儿童发展事业受到了冲击和挑战。调查表明，在我国中小学生中间，约1/5左右的儿童青少年都存在着不同程度的心理行为问题，如厌学、逃学、偷窃、说谎、作弊、自私、任性、耐挫力差、攻击、退缩、焦虑、抑郁等等种种外显的和内隐的心理行为问题。这些心理行为问题不但严重地影响着儿童青少年自身的健康发展，而且也给正常的教育教学工作带来巨大的困扰，直接影响学校教育任务的完成与教育目标的实现。因此，开展心理健康教育是十分迫切的和具有重要意义的举措。

(5) 小组讨论：如何才能做好心理健康教育，我们应该怎样做？

(6) 让学生从心理健康教育网站获取信息，增长知识。

四、中队辅导员讲话、呼号、退旗，中队和宣布活动结束。

小学心理健康教育教案2

一、设计背景：

本学期开学不久，我发现学生学习动力不足，自卑情况较为严重。作为六年级的小学生，能正确地了解、对待自己是很重要的，它能直接影响小学生的心理健康水平。因此，帮助学生肯定自身积极的方面，并且学会发现别人的长处，逐步提高自身理解、自我评价的水平，使学生更好地悦纳自己，增强学生继续前进的信心，更有效地提高学习动力。

二、活动目标：

- 1、帮助学生了解自己的长处和优势，引导他们充分发挥自身的长处
- 2、引导学生学会发现他人的长处，肯定他人的优点。

三、活动准备：

学生准备节目。

四、活动内容与方式：

1、引入课题：这几天，我发现有二位同学不太高兴。这是怎么回事呢？我们让他们自己来说说吧。

(学生角色扮演) 一个个子矮、一个成绩不佳

2、听了这二位同学的心里话，你觉得他们的想法对不对？为什么？请大家先在小组内选择其中一位同学谈谈自己的看法。

(学生小组内交流，教师参与讨论。)

3、同学们说得真好！是呀，这些同学身上不是没有优点，而是缺乏发现，缺乏欣赏自己。让我们——欣赏我自己吧。

4、那么，你能找找自己身上的优点吗？请说给组内的小伙伴听，自己发现多少就说多少，让大家一起来分享你的快乐。小组内的同学要数一数他到底说了几条，等会儿评评小组内谁找到的优点最多。

(学生小组内交流。教师到组内了解情况，并表扬或摸摸在说自己优点的学生的头)

5、评一评，小组内谁找到的优点最多？请各组找到优点的同学站起来。

(各组找到优点最多的起立，教师询问优点有几条)

6、你们真棒！能发现自己那么多优点！大家为他们鼓鼓掌吧！

7、可是，有的同学不太善于欣赏自己，你们组内不太欣赏自己的同学有没有？没关系，让我们大家一起来帮帮他们，愿意吗？好，我们一起来做个游戏——“优点大轰炸”！优点怎么能“轰炸”呢？“优点轰炸”其实就是大家一起给这位不太能欣赏自己的同学找优点，找出很多优点来赞美他。

8、教师介绍游戏规则。

9、同学们进行游戏。

10、同学们，你们玩了这个游戏，是不是对自己有了新的认识，看到了自己更多的优点了呢？把自己又发现的优点在小组内分享一下吧！

(小组再次交流，气氛热烈，教师参与其中。)

11、我们拥有那么多优点，有那么多长处，愿意在大家面前露一手吗？

先在小组内交流一下吧。等会儿在全班面前交流。

(学生在小组内热烈交流)

12、愿意和大家分享成功和快乐的同学，不用举手，请自己上台吧！

(学生展示自己，有唱歌跳舞的、朗诵诗歌的，有展示书法作品、绘画作品的，有翻跟斗、跳绳的……学生饶有兴趣地看表演。教师适时称赞，鼓励学生继续努力。)

13、同学们真有信心，真能干！今天，我特意写了一首小诗，送给大家，希望大家喜欢。

师(朗诵)：

欣赏自己

也许你想成为太阳，也许你想成为一棵大树。

如果做不了太阳，就做星星吧，

在天空的一角发光；

如果做不了大树，就做小草吧，

以自己的绿色装点希望；

亲爱的朋友，欣赏自己吧！

因为你有比别人更美好的地方。

14、教师小结。

五、课外延伸：

今天收到的优点贴在自己床头，每天起床后大声地读三遍。

六、活动效果

学生通过这节课，认识到自己的优点，对学习有了信心，更爱学习了。

小学心理健康教育教案3

教育目标：

教师：通过讲解和组织活动，引导学生正确、全面、客观地评价自己，找准自己的优缺点，鼓励学生改正缺点，弥补个人的不足。

学生：认识能否正确评价自己，关系到自己健康成长。因此，要学会评价自己，找准自己的优点和缺点，努力改正缺点，使自己不断进步。

一、导入

教师：同学们，你们想知道自己的优点和缺点吗？今天我们学习新课——《我的优点和缺点》。在这节课上不是老师给你们找出优缺点，而是你们找出自己的优缺点，通过老师讲课文和组织一些活动，你要找准自己的优点和缺点，学会自己评价自己。

二、讲授新课

教师念一遍课文，然后让学生默读一遍。

教师：同学们，我们要想找准自己的优点和缺点，就必须全面地、客观地评价自己。要像明明那样，在与别人的比较中，从老师的评价中，从自己行为的反思中，正确地评价自己，对自己的优点要发扬，对缺点要克服和改正。

三、课堂活动

1、议一议

教师在黑板上写出三个问题：

- (1) 你能说说课文中的明明是怎样的一位学生吗？
- (2) 以前你是怎样评价自己的？
- (3) 你能愉快地接受自己的缺点吗？

教师：请同学们分组讨论以上三个问题，然后各组选派一位同学发言。

目的是从明明对自己的评价中，让学生运动学会自我评价。

2、说一说

教师在黑板上写出三个问题：

- (1) 你是怎样一个人？
- (2) 说说你的优点和长处？
- (3) 说说你的缺点和不足？

教师：请一位同学念一遍题目，然后思考一分钟，最后自由发言。

目的是让学生试着自我评价，并找出自己的优点和缺点、长处和不足。

3、写一写

教师：（让学生将书翻到指定页）我先说说题目要求，然后大家默读一遍，最后请同学们认真填写，填写后，同桌交换意见。

目的是训练学生的自我评价能力，让他们找准自己的优缺点。

4、画一画

教师：请同学们将自带的照片或小镜子拿出来，请你们给自己画个像。

目的是整课堂气氛，激发学生的学习兴趣，并对自己的长相作出实事求是的评价。

5、谈一谈

教师将谈一谈的三项内容出示在屏幕上，然后请一位同学念一遍。

教师：我现在请三位同学按着刚才念过的内容回答问题。

教师：美美为什么不敢在同学面前大声说话，上课为什么不敢大胆发言？

学生：

教师：你曾产生过焦虑、自卑、郁闷及厌烦情绪吗？你如何对待这些问题的？

学生：

教师：以上三位同学中，能正确评价自己的是谁？过低评价自己的是谁？过高评价自己的是谁？

学生：

目的是了解学生对本课知识的理解、掌握运用情况。

四、实践指导

教师请七位学生到讲台来，分别让他们扮演盈盈、壮壮、燕燕、强强、南南、英子及组长，然后请学生将书翻到指定页。

教师：我请七位同学拿着书到讲台来，你们看着书，听七位同学按着角色读。

目的是让学生会自我评价的方法。

五、教师总结

教师：同学们，通过本节课的学习，你们懂得了评价自己是为了认识自我的道理，学会了自我评价的方法，并找准了自己的优点和缺点。现在大家要以实际行动，改正自己的缺点，弥补自己的不足。我要看谁的行动快，谁的进步最大啊！

六、课外活动

请你给自己一个全面地、客观地评价，然后给爸爸妈妈看看，并征求他们的意见。

小学心理健康教育教案4

教学目的：

帮助学生发现和认识自己生活中存在的'不良习惯，培养学生健康、科学的行为习惯和生活作风。

教学重点：

使学生发现和认识自己生活中存在的不良习惯，培养和养成健康、科学的行为习惯和生活作风。

教学过程：

一、交待任务

我们每个人都有一些自己的生活习惯，有的是好习惯，有的是坏习惯。好的习惯应发扬，坏习惯就要改正。如果你有某些坏习惯，这节课我们就要帮助你改改你的坏习惯。

板书：改改你的坏习惯

二、新授部分

1、看课堂剧《小红的三餐》：故事大意：小红早晨起床，洗漱完毕，妈妈把饭菜在餐厅摆好，叫小红吃早饭，小红说：“妈妈，我不饿，我不吃。”说完就上学去了。中午放学小红一进家门就看见桌上放着她平时最爱吃的红烧排骨，小红拿起筷子大口大口地吃了起来，一直吃到不能再吃为止，下午上学的路上开始胃疼，晚上回家发现只有一个她最不爱吃的酱茄子，小红只吃了两口就不吃了。

师问：课堂剧中小红有哪些坏习惯生答：板书：不吃早饭，暴饮暴食，挑食师问：这都是哪方面的坏习惯生答：师板书：不卫生

师问：谁能说说不卫生的习惯还有哪些生答：师板书：

师问：你有这方面的坏习惯吗你准备怎样改正

小结学法：（略）

2、观看课堂剧《小明的100分》。

（大意：）老师说今天的数学卷子，我已初步看了一遍，现在发还给你们，我公布正确答案，要求同学们对照标准答案自行打分。小明左右一看没有注意，忙把填空中的错误答案改正过来，打上100分。这节课结束时老师说：“同学们，老师是在做一个诚实测验，如果你有不诚实的表现要改正。

看幻灯出示的问题，同桌讨论后回答：

- （1）小明这是一种什么坏习惯
- （2）不诚实、欺骗老师这属于哪种坏习惯
- （3）还有哪些习惯是人际交往中的坏习惯
- （4）如果你有这其中的坏习惯，你打算怎么办

3、观看课堂剧：《客人来了》故事大意：张叔拿来一盒礼品到小立家做客，爸爸接过礼品盒放在桌子上后跟张叔叔谈话。小立打开礼品盒，发现里面有她爱吃的蛋糕，就吃了起来，一边吃一边嚷着叫爸爸陪她到公园玩儿。

看幻灯：出示题：

- （1）故事中小立有哪些坏习惯
- （2）这是哪方面的坏习惯

(3) 还有哪些是家庭生活中的坏习惯

(4) 如果你有打算怎么办

用刚才学习前两个内容的方法自学，小组讨论，派一人回答

4、说说你或你发现别的同学有哪些日常生活中的其它不良生活习惯，你的改正措施。

三、总结

1、问：通过这节的学习，你懂得了什么

2、师总结：

每个人都会不同程度地存在某种或某些不良习惯。只要大家从小勇于认识和承认自己的不良习惯，并下决心纠正，就能不断进步，健康成长。

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。

四、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。

板书设计：不要明日复明日

明日复明日，明日何其多。

我生待明日，万事成蹉跎。

更多教案请访问 <https://xiaorob.com/fanwen/jiaoan/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发