

小学五年级心理健康教育课本教案范文

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/fanwen/jiaoan/95598.html>

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

小学五年级心理健康教育课本教案范文

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要准备好一份教案，教案有利于教学水平的提高，有助于教研活动的开展。那么优秀的教案是什么样的呢？下面是小编精心整理的小学五年级心理健康教育课本教案范文，欢迎阅读与收藏。

小学五年级心理健康教育课本教案1

一、目的：

现实和未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。如果没有较高的心理素质，就很难适应21世纪的激烈竞争。现代社会的快速进步和发展也使得小学生的心理健康面临着更多更大的压力和挑战。社会的发展变化对学校培养的人才提出了更高的要求。让同学们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能力，更要有健康的个性心理品质和良好的社会适应能力。

二、活动目标：

- 1、让同学们知道在学习和生活中常常会遇到挫折，人人都不可避免。
- 2、初步掌握战胜挫折的方法，培养学生战胜挫折的能力。
- 3、每个人都应该以积极、健康的心态正确对待挫折，用勇于挑战自我的勇气和毅力战胜挫折，取得成功。

三、活动准备：

- 1、心理小测试题（抽奖纸条8张）
- 2、小花54朵（明天我提供）

四、活动过程：

（一）快乐的花儿

A、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，充满生机，充满活力，你的桌上也有一朵这样的花。

B、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。人人都说生命如花，让我们来观赏一下花开的情景。（放影像大屏幕上出现一朵、多朵开得绚烂无比的花）

老师（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。

A、我们人就像花儿一样，并非一路全是阳光和雨露，难免要经历“虫害”“风雨”，我们就是那在老师和家长的呵护下长大的花儿，又如何让我们这一朵朵小花在风雨后绽放得更美丽呢？

（二）心情变化

B、今天带来了个盒子。有几件礼物送给大家，要你自己用手伸进盒子里去取。（一个盒子有8张纸团，分别请每组选一位同学上去摸，只能摸出一个，多则取消）大家看他们的表情。也让他们说说心理变化。）

（体验情绪：你想知道里面有什么礼物吗？“好奇”的情绪，着急的情绪

手伸进盒子之前“紧张”的情绪，期待的情绪

手触摸到礼物时“疑惑、紧张或害怕”的情绪，兴奋的情绪

拿出礼物时“高兴或害怕”的情绪，他们在取礼物的过程中，体验到了各种情绪，失落与喜悦，羡慕与沮丧，成功与机遇）

（三）战胜挫折与困难

A、刚才大家也知道得到礼品而高兴，没有得到而沮丧，同样我们遇到困难时也难免会泄气，这时我们要学会坚持不懈的精神。

B、格言“我觉得坦途在前，人又何必因为一点小障碍而不走路呢？鲁迅”故事1放影像（海伦姐姐）

五、总结《阳光总在风雨后》放歌曲大家一起）

老师讲：成长的路上有阳光，有风雨，就看我们如何面对，要学会与命运抗争，笑着完成每一次作业，笑着面对每一次考试，笑着度过每一天，让挫折成为你成长的阶梯，挫折就会为你更为精彩的人生喝彩！勇敢面对生活，有我、有他、有我们，让我们共同面对。不经历风雨哪里才能见到彩虹呢

小学五年级心理健康教育课本教案2

教学内容：我行我秀

教学目标：

- 1、培养学生积极健康的心理。
- 2、引导学生展示自己的个性和特长，让他人看到自己优秀的一面。
- 3、引导学生明确每个人都拥有独特的才华，才华可以使我们变得更出众，让我们活得更精彩。

教学重点：

引导学生展示自己的个性和特长，让他人看到自己优秀的一面。

教学难点：

引导学生把隐藏的个性和特长展示出来。

教学过程：

一、导入新课

你有过“追星”的经历吗？你崇拜演艺圈的哪位明星？让我们走进第二课“我行我秀”，试着演一演，过一把明星瘾吧！

二、学习新课

（一）心理剧场

- 1、简单介绍一下你喜欢的明星，可以用有代表性的语言、动作表现明星的特点。
- 2、文学作品中的哪个人物或哪个情节给你留下了深刻的印象？学生自由组合，试着演一演。
- 3、谈一谈表演之后的感受。

（二）活动体验

- 1、演完文学作品里的人物，再来演一演学校生活里的情景剧吧！

(1)学生自选学校生活中的一个场景，试着演一演。

(2)小演员自动结组练习表演。

2、小结:

在表演中,很好地展示了每一个人的个性和特长，希望你们在以后的活动中展示更精彩的一面。

（三）案例分析

每个人都有自己的个性和特长，而有的同学却把它们隐藏起来了。

- 1、出示课本中的两个案例进行分析、讨论：你喜欢谁的做法？说明理由。
- 2、集体交流看法。

（四）心动行动

1、活动一：个性校服设计大赛

活动提示：我们现在的校服样式是统一的，如果要设计本校的校服请你来当设计师你会有哪些大胆、新颖的创意呢？快来画一画。

学生设计后进行交流。

2、活动二：才艺大赛

活动提示：可以以个人或小组为单位，将你的才艺展现给大家。

参赛方案

参赛人员：

表现形式：

具体方案：

自己当评委，选出心目中的才艺之星。

最具个性奖：

最具人气奖：

最具突破奖：

最具潜力奖：

最佳表演奖：

（五）指点迷津

世界上没有完美的人，但是每个人都拥有独特的才华。才华可以使我们变得更出众，让我们活得更精彩。让我们勇敢地展示自己的才华，向成功人生迈进！

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