

最新幼儿园心理健康教育教案中班我不害怕(优质9篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？以下是小编为大家收集的教案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

幼儿园心理健康教育教案中班我不害怕篇一

- 1、愿意跟小朋友们分享自己快乐和不快乐的事，大胆表达自己的情绪。
- 2、理解故事中阿力想长高的`心情，了解每个人都有自己的长处与短处。
- 3、能够在生活中寻找到快乐，拥有积极健康的心理状态和愉快的情绪。

音乐若干□ppt□

一、营造轻松的氛围（播放轻缓的音乐），想想自己喜欢的事情（快乐和不快乐）。

- 1、伴随音乐，请小朋友随意找个位置摆个舒适的姿势坐下来。
- 2、教师配乐解说：“让我们听着音乐闭上眼睛，放松身体，来一次”静心之旅“在旅途中，想想自己在家里的、在幼儿园的、在上课时候的、在玩游戏的时候等等快乐的事、不快乐的事……（嘟嘟……）列车到站了，我们的旅途结束了。
- 3、分享愉快的事情。

“谁愿意第一个和大家分享一下你快乐的事呢？”（个别幼儿）

“每个人都会犯错误，程老师也和你们一起分享一个我犯过的错误吧！还记不记得那天我早饭没有吃，于是我就随便咬了几口苹果，后来就放在桌上，结果第二天走进教室一看，发现桌上有好多蚂蚁。看来这件事老师真的做错了，所以我不快乐。我以后一定不把吃的东西带到教室……哇，今天把这个不快乐的事情说出来，我的心里舒服多了。现在谁愿意象我一样把不快乐的事情讲出来和我们一起分享一下呢？”

“刚才上来的小朋友都很棒，我们给他们拍拍手！”

二、故事小屋：你很快就会长高

师：今天呀！还来了一位新朋友，他的名字叫阿力！（出示男孩阿力），有一件烦心事让他很不快乐，他一点都不喜欢自己的小个子，他最大的心愿就是希望长高，最好长得像大树一样高，像长颈鹿一样高，或者像巨人一样高，总之越高越好。爸爸、妈妈、姐姐，还有老师提供了不同的方法，可是都没有用，阿力一点儿也没长高。后来听取了叔叔的建议，变成了最快乐的男孩……（出示ppt讲述故事）

2、我们刚才都了解了阿力的不快乐，那你觉得他为了让自己快乐起来会做些什么改变呢？

6、当你们遇到不快乐的时候，你有什么好方法让自己快乐起来呢？（请孩子们说）

7、有只小兔子它也有很多方法，想跟我们分享，我们一起来看看（边看图片边说）

8、师：老师也想和你们分享一个我的方法，当我遇到不快乐的事情的时候，我就做几次深呼吸，这样我的心情会变得轻

松很多。（和老师一起试一试）

三、传递快乐

那么从今天开始，希望我们小朋友都做一个快乐的孩子，每天都过得开心。最后，让我们和自己的朋友一起来唱首快乐的歌曲吧。你也可以邀请后面的客人老师一起。（音乐：如果感到幸福你就拍拍手）

幼儿园心理健康教育教案中班我不害怕篇二

- 1、了解身体的一些洞洞（器官）名称和功能，知道它们需要保护。
- 2、大胆尝试用身体创造洞洞，体验洞洞的有趣。
- 3、培养良好的卫生习惯。
- 4、了解生病给身体带来的不适，学会预防生病的方法。

图片、课件。

一、联系经验看图讲述

- 2、牙齿很坚固，怎么会有洞洞？这个洞洞会给我们带来什么麻烦？
 - 3、心上有洞洞，会有什么感觉？什么事会让你感到心痛、难过？
- 小结：这些洞洞给我们带来了麻烦、疼痛、难过，我们都不喜欢它们。

二、关注自我观察寻找

- 1、我们身体上还长着许多有用的洞洞，它们在哪里呢？我们

互相找一找。

2、这些洞洞都有什么用？（关注鼻孔、耳洞、嘴巴、肚脐眼）
小结：这些洞洞都有自己的本领，给我们带来了健康，我们要好好爱护它们。

三、游戏体验拓展经验

1、我们的身体还能变出各种洞洞，谁来试一试。

2、有什么好办法能变出更大的洞洞吗？（观看视频）3、原来我们合在一起就会把洞洞变得更有趣、更好玩，找好朋友一起玩一玩。（幼儿自由游戏）小结：身体的本领真大，能变出这么多有趣的洞洞，给我们带来了快乐。

通过游戏的形式让幼儿亲身体会了解眼睛的作用，感受到保护眼睛的重要意义，并初步掌握了解简单的自我保护眼睛的方法。

幼儿园心理健康教育教案中班我不害怕篇三

【设计意图】

孩子从小到大，有过各种情感体验，也就有过多种多样的表情，有时，他们会饶有兴趣地模仿同伴的某一表情，有时会对镜子做出各种滑稽的表情。本次活动，我安排了多种活动形式，满足幼儿好模仿的心理，让幼儿经过说说来了解表情的多样性，经过做、画来表现不一样的表情，经过听不一样旋律的音乐来感受不一样的情感，并让他们根据不一样的情感体验做出不一样的表情，从中感受到高兴的表情让人看了最舒服，从而学会调节自我和他人的情绪，坚持愉快的心理。

【活动目标】

1、在说说、画画、做做中明白人的表情是多种多样的，并尝试用各种形式去表现。

2、回忆各种情感体验，学习调节自我及别人的情绪。

【活动准备】

1、油画笔、水粉颜料。

2、电脑、两段不一样的音乐(喜洋洋、二泉印月)。

3、歌曲：笑比哭好。

【活动过程】

1、谈话，导入活动。

今日这么多的客人教师来看我们了，你们心里感到怎样样？

刘教师也十分高兴。高兴的时候脸上的表情是怎样的？

哦，嘴角翘翘的，眼睛眯眯的，脸上笑嘻嘻的。这就是高兴、欢乐的表情。

那我们除了高兴、欢乐的表情，还会有什么表情呢(幼儿讲述)。

2、对着镜子画表情。

表情的种类十分丰富，有欢乐的、难过的、害怕的，我们能够对着镜子做一做不一样的表情，瞧，(教师示范)我高兴的时候镜子里也有一个高兴的我，我能够用笔对着把它画下来。

你们想不想试一试啊那我们就过来找个适宜的位置做一做，并把它画下来。

3、看着图画讲表情。

我们坐下来说一说吧！你画的是什么表情还有谁画的也是这种表情？

4、你说我讲谈表情。

在这么多的表情中，你认为什么表情让人看了最舒服呢。

那如果你不开心的时候或别人不高兴的时候，会想什么办法开心起来呢。

5、听着音乐做表情。

刚才我们画了、讲了各种各样的表情，教师这儿还有二段好听的音乐呢，里面也藏着不一样的表情呢，你们听！

你们听到这二段音乐里藏着什么表情边听能够边做不一样的表情。

让我们听着这首歌，和好朋友一齐做一做各种表情吧！

【活动延伸】

你们听了二段音乐，做了不一样的表情，觉得哪种表情让人感到很开心，叔叔阿姨也觉得是笑的表情好，所以他们还编了一首歌，叫《笑比哭好》，让我们一齐听一听。（放音乐）我们回家后告诉爸爸妈妈，让他们也明白笑比哭好。

活动目标：

- 1、让幼儿知道在戏剧院里看演出时的礼仪要求。
- 2、培养幼儿良好的公共场所礼仪。

核心要素：看话剧提前到开演前要坐好。

结束时应鼓掌有秩序离剧场。

活动准备：

木偶剧视频

活动过程：

(一) 导入活动。

老师：“你们以前看过木偶剧吗？小朋友，你们知道话剧、木偶剧和电影有什么不一样吗？”（电影是先拍好，木偶剧和话剧是有演员现场表演的。）

(二) 关键步骤

1、讲故事《美美去看木偶剧》。

2、故事讲完后提问：幼儿团讨：

(1) 妹妹去看木偶剧都做了什么？

(3) 老师引导：一切公共场所都要有相应的礼仪要求，我们都要按照这些要求去做，这叫做“讲公德”。

3、看礼仪教学带，一起朗诵三字经，完成书上的作业。

活动名称：欣赏(在图书馆)

活动目标：

1、知道在图书馆看书的礼仪要求。

2、培养幼儿良好的公共场所礼仪。

核心要素：阅览室应安静看书时动作轻书小弟要爱护看完后送原处

活动准备：

教师熟悉故事《依依在阅览室》

基本过程：

(一) 导入活动

1、提问：“小朋友有谁去图书馆看过书”？

2、在图书馆看书的时候，大家都是怎么做的？你是怎么做的？

(二) 关键步骤

1、请幼儿听故事《依依在阅览室》。

2、提问：故事主要讲了什么事情？依依在阅览室是怎样做的？你觉得她这样做对吗？

3、请幼儿复述故事。

(三) 与幼儿讨论

1、我们应该学习依依的哪些做法？

2、教师总结：在图书馆或者阅览室应该遵守哪些规则？

3、如果你跟随爸爸、妈妈到图书馆，你会怎样做？

活动延伸：

复述故事《依依在阅览室》。

活动目标：

- 1、明白白开水是儿童最佳的饮品
- 2、鼓励幼儿多喝白开水，促进身体健康
- 3、初步学习设计和制作表格的方法

活动资料：常识活动

活动准备：

电脑、搜集短片(世界各地、生命之源—水)图片、粘贴版、纸、笔。

活动过程：

(一)欣赏短片世界各地

师：你们看到短片中各地区和各民族的人们都喜欢喝什么饮品

幼：蒙古人—奶茶，藏族—青稞酒、酥油茶，西方人—咖啡、可乐、啤酒，东方人—茶

师：你们最喜欢喝什么

幼：果汁、可乐、雪碧、杏仁露、椰汁、茶、牛奶、豆浆、酸奶.....

游戏：阳光饮料站“幼儿自取图片进行分类摆放，师生共同统计出饮品人数，贴在粘贴板上”

(二) 白开水，益处大

师：户外活动和剧烈活动后会出很多汗，应当喝什么

幼：喝白开水

师：让幼儿了解为什么喝白开水请幼儿再次欣赏短片：“生命之源—水”

教师小结

a□白开水含有丰富的矿物质

b□能帮忙人身体进行代谢

c□白开水也是一种营养素

儿歌“多喝水好处多”

(三) 引导幼儿制作饮水表格

1、游戏“阳光饮料站”第一次游戏统计人数与第二次游戏统计人数进行比较

2、比较人数表贴在粘贴板上(喝白开水人数居多)

3、幼儿设计并制作饮水记录表格

4、鼓励幼儿日常多喝白开水促进身体健康

活动结束：

利用幼儿自制饮水记录表，每周五评比喝水标兵

幼儿园心理健康教育教案中班我不害怕篇四

- 1、了解一个人在家时的一些安全常识，如：陌生人敲门时不开门，不开煤气，不碰电器等，不做危险的事情。
- 2、建立初步的自我防范和自我保护的意识。
- 3、锻炼幼儿的反应能力，提高他们动作的协调性。
- 4、体验游戏的快乐。

歌曲《小兔子乖乖》ppt

一、演唱歌曲《小兔子乖乖》，导入活动。

1、教师与幼儿边唱歌边表演童话故事《小兔子乖乖》。

2、提问：

（1）小兔子一个人在家的时候发生了什么事情？

（2）大灰狼敲门的时候，小兔子是怎么做的呢？

3、引导幼儿根据歌曲表演内容回答。

4、师：小兔子真聪明，一个人在家的时候没有给大灰狼开门，保护了自己。

二、情景表演，引导幼儿知道一个人在家不给陌生人开门。

2、小结：小朋友们做的真棒，都没有给陌生人开门，保护了自己，真了不起。

三、播放课件，能够分辨一个人在家哪些事情是应该做的，哪些事不应该做的。

1、播放课件。

3、小结：在我们的生活中，我们会遇到一个人在家的时候，一个人在家的时候我们不能独自走在阳台上，不能将手放进插座中，不能一个人走出家门，我们可以在家，看看书，睡午觉，玩玩具。要注意安全。

四、学教授儿歌《一个人要安全》，巩固幼儿一个人在家的安全知识。

小朋友，要记牢。一个人，呆在家，危险动作不去做，插座开关不乱动，小刀碗筷不乱碰，陌生人来敲门，千万别把门打开，做个安全好宝宝。

五、在音乐歌声中结束。

教师和全班幼儿一起边唱边跳《小兔子乖乖》

1、通过游戏的方式让幼儿在快乐中收获了知识。

2、在教学过程中应注意个体差异，让每个幼儿积极参与到游戏中来，鼓励胆小的孩子。

3、给幼儿足够的空间，让幼儿充分发挥自己的想象力、。

幼儿园心理健康教育教案中班我不害怕篇五

1. 了解一个人在家时的一些安全常识，如：陌生人敲门时不开门，不开煤气，不碰电器等，不做危险的事情。

2. 建立初步的自我防范和自我保护的意识。

3. 锻炼幼儿的反应能力，提高他们动作的协调性。

4. 体验游戏的快乐。

歌曲《小兔子乖乖》ppt

1. 教师与幼儿边唱歌边表演童话故事《小兔子乖乖》。

2. 提问：

(1) 小兔子一个人在家的时候发生了什么事情？

(2) 大灰狼敲门的时候，小兔子是怎么做的呢？

3. 引导幼儿根据歌曲表演内容回答。

4. 师：小兔子真聪明，一个人在家的时候没有给大灰狼开门，保护了自己。

2. 小结：小朋友们做的真棒，都没有给陌生人开门，保护了自己，真了不起。

1. 播放课件。

3. 小结：在我们的生活中，我们会遇到一个人在家的时候，一个人在家的时候我们不能独自走在阳台上，不能将手放进插座中，不能一个人走出家门，我们可以在家，看看书，睡午觉，玩玩具。要注意安全。

小朋友，要记牢。一个人，呆在家，危险动作不去做，插座开关不乱动，小刀碗筷不乱碰，陌生人来敲门，千万别把门打开，做个安全好宝宝。

教师和全班幼儿一起边唱边跳《小兔子乖乖》

1、通过游戏的方式让幼儿在快乐中收获了知识。

2、在教学过程中应注意个体差异，让每个幼儿积极参与到游戏中来，鼓励胆小的孩子。

3、给幼儿足够的空间，让幼儿充分发挥自己的.想象力.。

幼儿园心理健康教育教案中班我不害怕篇六

活动目标：

1、欣赏故事，感受故事中所表达的爱并尝试用语言、行为等方法大胆表现。

2、体验爱和被爱的`快乐情感。

3、懂得怎样用实际行动来关心父母、尊敬长辈。

活动准备：

1、故事《快乐地家》，爸爸妈妈写给孩子的信，制作的相册，说给孩子们的话（录音），感恩的心（歌曲）课件。

2、爱心卡。

活动过程：

一、出示课件，导入活动。

（一）欣赏故事《快乐的家》。

提问：

1、小兔乐乐有一个快乐而温馨的家，听乐乐在说什么？怎么说的？他们的心情会怎样？

2、乐乐说出了自己对爸爸妈妈的爱，那你们爱爸爸、妈妈吗？

(二) 小结:

爱一个人的时候，一定要大声说出来，是怎样爱的？

二、倾听书信，爸爸妈妈对小孩子的爱。

(一) 读爸爸妈妈的来信《宝贝，你长大了》

1、你们听后有什么感受？

2、用信可以传递我们的爱。

(二) 欣赏“爱的相册”

1、请每位幼儿说一句最想向爸爸、妈妈说的话。

2、相册可以留下我们的爱。

(三) 听录音《亲爱的孩子，我爱你》

总结：每个人都有爸爸妈妈，他们天天为我们忙碌着，的确很辛苦，我们也要好好的回报父母。

三、你对爸爸妈妈的爱 (一) 欣赏课件并提问：

1、你看到的小朋友是怎样爱爸爸妈妈的？

2、在日常生活中，你是怎样爱爸爸妈妈的？

(二) “悄悄话”爱心卡。

我们爱爸爸妈妈的方式很多很多，为了表达对他们的爱，把我们的心愿说在爱心卡上，送给爸爸妈妈。

(三) 表演歌曲《感恩的心》，活动结束。

活动延伸：

- 1、把自己的爱心卡献给爸爸妈妈。
- 2、在日常生活中，用各种方式表达对家人的爱。

孝敬父母，尊敬长辈是中华民族的传统美德，如今的孩子，大多数都是独生子女，都是在父母亲百般呵护，悉心照料下，无忧无虑的成长。今天的父母已经倾尽所有来爱孩子、照顾孩子。但孩子们由于接受了太多的爱，渐渐的，连他们自己也把这一切视为理所当然，养成了对父母只知索取，不懂感恩的不健康心理。为了培养幼儿从小感恩父母的情感，我设计了本活动《爸爸妈妈，我爱你》。

幼儿园心理健康教育教案中班我不害怕篇七

- 1、欣赏故事，感受故事中所表达的爱并尝试用语言、行为等方法大胆表现。
- 2、体验爱和被爱的快乐情感。
- 3、懂得怎样用实际行动来关心父母、尊敬长辈。

1、故事《快乐地家》，爸爸妈妈写给孩子的信，制作的相册，说给孩子们的话（录音），感恩的心（歌曲）课件。

2、爱心卡。

一、出示课件，导入活动。

（一）欣赏故事《快乐的家》。

提问：

2、乐乐说出了自己对爸爸妈妈的爱，那你们爱爸爸、妈妈吗？

（二）小结：

爱一个人的时候，一定要大声说出来，是怎样爱的？

二、倾听书信，爸爸妈妈对小朋友的爱。

（一）读爸爸妈妈的来信《宝贝，你长大了》

1、你们听后有什么感受？

2、用信可以传递我们的'爱。

（二）欣赏“爱的相册”1、请每位幼儿说一句最想向爸爸、妈妈说的话。

2、相册可以留下我们的爱。

（三）听录音《亲爱的孩子，我爱你》

总结：每个人都有爸爸妈妈，他们天天为我们忙碌着，的确很辛苦，我们也要好好的回报父母。

三、你对爸爸妈妈的爱（一）欣赏课件并提问：

1、你看到的小朋友是怎样爱爸爸妈妈的？

2、在日常生活中，你是怎样爱爸爸妈妈的？

（二）“悄悄话”爱心卡。

我们爱爸爸妈妈的方式很多很多，为了表达对他们的爱，把我们的心愿说在爱心卡上，送给爸爸妈妈。

(三) 表演歌曲《感恩的心》，活动结束。

- 1、把自己的爱心卡献给爸爸妈妈。
- 2、在日常生活中，用各种方式表达对家人的爱。

孝敬父母，尊敬长辈是中华民族的传统美德，如今的孩子，大多数都是独生子女，都是在父母亲百般呵护，悉心照料下，无忧无虑的成长。今天的父母已经倾尽所有来爱孩子、照顾孩子。但孩子们由于接受了太多的爱，渐渐的，连他们自己也把这一切视为理所当然，养成了对父母只知索取，不懂感恩的不健康心理。为了培养幼儿从小感恩父母的情感，我设计了本活动《爸爸妈妈，我爱你》。

幼儿园心理健康教育教案中班我不害怕篇八

教学目标：

1. 通过辨别几种常见的面部表情去感知、判断人的良好与不好情绪。
2. 知道良好的情绪使人健康、初步学会去调整自己的不良情绪。
3. 在观察、感知、辨认、判断活动中提高幼儿的观察力、情绪识别力。

教学重点：

通过辨别面部表情来判断良好的与不好情绪。教学难点：

如何引导幼儿积极想办法，来初步调整自己的不良情绪。教学准备：

1. 六个表情面具(大笑、微笑、生气、哭泣、愤怒、害怕)
2. 准备《健康歌》、《假如幸福你就拍拍手》的歌曲磁带及录音机;
3. 课前排练好《他落入了情绪的深渊》的小品。教学过程:
谜语趣导。

现在老师给你们猜一个谜语：“人人身上一大宝，既会哭来又会笑。生起气来眉上翘，高兴起来哈哈笑。”你们知道是什么吗?(脸)

(一) 情绪大变脸

1. 辨别面部表情。

(1) 你们见过哪些表情的脸?(启发幼儿联系自己的生活经验，并根据幼儿的回答出示相应的表情面具)

(2) 为什么会出现这些不同表情的脸?

(3) 教师小结：“脸”真是一位大魔术师，时时刻刻都能发生很大的变化：一会儿笑，一会儿哭，一会儿又生气，一会儿又愤怒真的变化无穷，我们可以通过脸上的表情他人的情绪。

2. “变脸”游戏。

现在我们来玩玩变脸游戏好吗?

(1) 集体游戏。教师出示表情面具，幼儿做相应的表情。

(2) 同伴之间互相游戏：你说我来做。

3. 引导幼儿将表情面具按情绪进行分类。

(1)刚才我们在玩变脸的游戏，你觉得哪些脸让你心情高兴？哪些脸让你心情不好呢？

(2)引导幼儿将几个表情面具从良好情绪和不良情绪进行归类。

(3)教师小结：当我们微笑、大笑时我们的心情好，高兴、快乐属于良好的情绪；而当我们生气、哭泣、愤怒、害怕时，我们的心情不好，属于不好的情绪。情绪有“喜”、“怒”、“哀”、“乐”四种类型，原来，我们可以从我们脸上的表情知道他的情绪怎样。

4.玩“脸谱转盘”，巩固对情绪的理解。

(1)规则：每次请1位小朋友来玩转盘，转动指针，指针指到哪一处脸谱，这位幼儿就试着做出这种脸谱的表情，判断出情绪大类(好的还是不好的情绪)，并说说自己对这种情绪的感受。

(2)讨论：你喜欢哪种情绪？不喜欢哪种情绪？为什么？(知道不良的情绪不利于自己的身体健康，愉快的情绪有利于自己的身体健康)

(二)联系生活实际

1.请幼儿观看教师事先录制好的幼儿园的生活片断。问：录像中哪些小朋友表现出好的情绪？哪些小朋友的情绪是不好的？你是从哪里看出来的？(引导幼儿从面部表情进行判断)

2.这些小朋友为什么会有不好的情绪？你能想什么方法帮助他们有良好的情绪？(引导幼儿说说调节情绪的方法)

3.教师归纳小结：是呀，我们长大了，当我们不开心或害怕、想哭的时候，我们可以想很多办法，如把不高兴的原因讲给别人听，或做一些自己喜欢的事，比如去跑步、做游戏等，

慢慢就会把不开心的事给忘了，同时当我们遇到困难时也要变得坚强、勇敢，不要随便掉眼泪。如果我们经常保持快乐的情绪，我们的身体才会更加健康。

一起来跳舞。

最后，让我们随着《假如幸福的话拍拍手吧》欢快的旋律唱起来、跳起来。让我们时刻能像现在一样高兴、快乐，保持一份好心情。

1. 布置“心情墙”，引导幼儿学习用脸谱娃娃的表情进行自己心情的记录。

2. 开展“小小心理咨询师”的活动

幼儿园心理健康教育教案中班我不害怕篇九

1、能够大胆地根据声音、表情图表达自己的情绪体验。

2、明白笑和哭是表达情感的一种方式。

录音机，笑声、哭声磁带；表情图1幅。

1、请幼儿听录音，进行联想。

(1) 这是什么声音？（笑声）

(2) 猜猜看，他为什么会笑？

2、观察笑的表情，引导幼儿表述自己笑的情绪体验。

(1) 人笑的时候，眼睛和嘴巴是什么样貌的？

(2) 你什么时候会高兴地笑？

3、听录音机播放哭发声音，观察哭的表情，体验自己哭的情绪体验。（形式同前）

4、出示表情图，请幼儿对照一下不同情绪时脸部的表情。