

# 心理健康教案设计反思 设计一个心理健康教育活动的教案(精选8篇)

一年级教案的编写要有清晰的教学目标，并通过布置合适的任务来帮助学生达成这些目标。以下是小编为大家收集的高一教案范文，仅供参考，希望对大家的教学工作有所帮助。

## 心理健康教案设计反思篇一

- 1、了解心理健康的标准；
- 2、掌握达到心理健康的方法；

### 1、什么是心理健康：

这只是众多关于心理健康的概念之一，虽然各种概念在细节的表述上有所差异，但它们都突出了“适应”和“潜能”这两个重要的地方：人是社会的动物，心理是否健康往往是通过社会性行为表现出来的，“适应”这个社会与否就成为心理机制是否正常运行的标准。其次是“潜能”，之所以强调“潜能”是将人看成一个发展的个体，像同学们现在正接受教育，正不断的成长就是一种发展的体现。

有位同学对我说：“没有人是心理健康的，有的也只是把自己的脆弱掩盖起来而已！”其实，所谓的良好心理状态，并不是绝对的，而是相对的。只要人能在自身和环境许可的条件下发挥最佳心理功能状态，就能称之为心理健康。

那天，我在教室外碰到几位男生在打打闹闹，其中一个开玩笑地指着另外一位同学对我说：“老师，他的心理不正常！”有时候，我们也会听到“神经病”这样的口头禅，那我们现在来思考一个问题：到底心理健康与否的标准在哪里？  
(学生讨论)

## 2、心理健康的标准：

智力正常：正常人的智商在90—110之间，同学们有测过自己的智商吗？（学生回答）

估计同学们的智力都很正常，有可能还高于一般人呢。智力正常是心理健康的最基本条件，只有智力正常的人才能进行正常的生活、工作、学习。

有明确的自我意识，接受自我：在座的同学，谁能跟大家说说自己的优点和缺点呢？

（学生回答）说的不错，看来大家都能正确剖析自己，看到自己的优点和缺点，这就代表你们有明确的自我意识能接受自己。那么，你们对他人的优缺点又是怎么看的呢？根据可靠的消息，我们班的班长是个大好人，你们说呢？（学生笑）但是我还不是很了解他，能不能请哪位同学来拍拍班长的马屁说说他的优点？（学生回答）恩，大家都说的很好，看来我们班还是很有前途的嘛，有这样的一位好班长。从上述大家的发言，看的出你们都能公正的评价他人和接受他人，这正是心理健康的另一个标准。

（学生：不可能……）是啊，这时候他的心情一定是觉得非常的委屈，这就是情绪反应的适当与正确。

人际关系和谐：请同学来谈谈自己与他人的关系如何？（学生回答）心理健康的人往往有良好的人际关系，通过与他人的互动反过来促进心理健康。关于这个问题我们后面会有专题来介绍。

符合年龄特征：你们小时候都玩些什么游戏啊？（学生讨论）那你们现在还会玩这些游戏吗？（学生：不会~~）如果有同学还在玩幼儿园时的游戏的话，请我单独面谈。（学生笑~）心理健康的最后一条标准就是人的行为要符合自身所处的年

龄发展阶段。

以上这些是心理健康的具体标准，同学们看看板书对照自己的情况是不是够健康。我看，大多数同学的心理还是很健康的，偶尔有一些情绪低落，或者是自己认为很荒唐的想法，只要能自我调节过来就可以了。如果还是无法排解，可以找朋友倾诉，宣泄一下，或者来学校咨询室，让老师用专业的心理学知识帮助大家。

### 3、心理健康的意义和作用：

为什么我们要强调心理健康的重要性，要开设心理健康课程，要有学校心理咨询室呢？

下面，我们来说说心理健康的意义和作用，先给大家介绍一个心理学实验：美国心理学家布雷迪做了这样一个实验：他把两只猴子绑在并排的椅子上，其中一只猴子称为“执行猴”，心理学家训练它每过20分钟按动杠杆一次，否则，它和另外一只猴子都会遭到电击。在这种情况下，那只可怜的“执行猴”得了胃溃疡，而那只无所事事的猴子却什么事情也没有。从这个实验，我们可以看出，因为那只“执行猴”长期处于紧张和焦虑之中，心理上的不健康最终导致了生理问题的出现。所以，心理健康的最基本作用在于，有利于生理的健康。

促进智力的发展，发挥潜能：同学们，试想一下，假设你们在考试之前已经做了完全的准备，可是一上考场你就两腿发软，头晕眼花，双手冒汗，脑袋一片空白，请问你又如何能取得好成绩呢？只有在良好心理状态下你才能最好地发挥自己的能力。

健全人格的保证：同学们，你们希望和心理健康的人交往吗？（学生：是的。）那你们为什么不太愿意和心理不健康的人交往呢？是的，因为心理不健康的人往往不好相处，为什么

呢？因为，心理健康的人格健全的保证，如果心理不健康，会影响到一个人的人格发展。

#### 4、维护心理健康的途径与方法：

既然心理健康那么重要，那我们应该采取那些办法来解决心理的

## 心理健康教案设计反思篇二

### 1、知识与技能：

让学生了解适应环境对学习和生活的重要性，掌握适应环境的技巧。

### 2、过程与方法：

通过心理专业测试让学生了解自己的适应能力，通过主题活动帮助学生尽快适应新环境。

### 3、情感、态度与价值观：

使学生充分体会在新环境中自我的力量，对自己产生信心，对未来更有期待。

教师启发引导、主题活动、师生讨论

专业测试、活动、讨论

第一课时：心理课简介和适应性能力测试

一、引入：心理学名词解释

1、问：何为心理学？

心理学的英语名称为psychology，是由希腊文中的psyche和logos演变而来，psyche指soul，即灵魂，logos指discourse，即讲述。

因此心理学是指：阐述心灵的学问。

## 2、为何在高中阶段开设心理课程？

心理课可以使我们增加与人沟通的技巧，增强自信，健全人格。

## 二、介绍心理咨询室

问：你们认为什么样的人 would 去做心理咨询？

心理咨询室针对所有健康人群的，每个人在其成长过程中都会有成长的烦恼和困扰，我们把这称为心理成长问题，这个不是疾病，而是所有正常人都会出现的一种状况，就像每个人都患过感冒一样。心灵也会感冒的。做心理咨询就是一种自助的行为，为自我成长扫除障碍。他与精神病的差别在于：精神病是不自知的。我们的心理咨询室在二楼，每周一到五的中午12：00——13：00开放，欢迎大家前来咨询。

## 三、新高一新要求

心理课是一门不同于其他学科的课程，因此有与众不同的要求。

1、希望大家能在活动中体会自己的心理状态，能与他人分享自己的心理感受。

2、心理课要求大家动时动，静时静。

3、准备一本本子，他的名字是“回音壁”，我们在课堂上做

活动时需要用到。你可以看到自己的心理轨迹，也可记录自己的心理体会和感悟。

#### 四、让我们成为朋友

请同学们做一下自我介绍，彼此了解。

#### 五、心理测试：环境适应能力测试

《心理健康测评》p1319

50分以上：非常好

30—50：较好

20—30：一般

20分以下：较差

#### 六、建议

1、环境适应能力对于每个人来说都是非常重要的，如果环境适应能力强，则能更快更好的融入新的集体，对自己的学习有莫大的帮助。

2、对于希望提高自己适应能力的同学来说，可以做到以下2点。一是多与新同学交流，不要因为陌生感而拒绝和人交往，积极主动的态度会让你更快适应。二是多与老师交流，尤其是在学习上初高中转换的学习问题，这样可以帮助你在在学习上有所进步。

3、对于20分以下的同学可以到心理咨询室来和我聊聊，看看有哪些方法可以帮助你尽快适应环境。

第二课时：我的名片

## 一、引入：

高中生活是人生的又一个起点，这是一个向童年挥手告别的日子，也是一个迈向成人的驿站。我们应该重建一个新的形象，让自己在积极进取的环境中更好的发展自己。

## 二、主题活动：我的名片

### 1、要求：

设计一张个性化的名片（可自画像）

1）、不写名字

2）、写出自己的个性特征

3）、最喜欢和最不喜欢的事物

4）、希望给他人留下的印象

5）、最欣赏的一句格言

2、将全班同学的名片集中打乱，请同学们随机抽取，猜猜名片上的人是谁。

### 3、分享活动体会：

你认出了哪些同学？

又被哪些同学认出？

你开心吗？为什么？

## 三、总结：

有些同学的名片被其他同学认出，说明你在短短的2周时间里已经能和同学们打成一片了，而没有被同学认出的同学也不必沮丧，相信今天的活动能使周围的同学更加了解你，没准已经有人打算和你做好朋友了呢。

### 第三课时：理想班级

一、引入：小故事“钻石就在你身上”

二、主题活动：“金点子”

要求：

- 1、分组：每组4—6人，推选组长
- 2、请你为你的班级出出新点子，组长记录
- 3、组长交流并板书

提示：可以从以下几个角度进行讨论：

- 1、学习氛围
- 2、环境卫生
- 3、班级活动

三、分享各小组的金点子

看看哪个小组的金点子多，选出一个最佳小组。

标准：可实行；新颖

四、总结



我们自己的环境要靠自己去创建，大家是一个集体，班荣我荣，良好的环境能给你创造良好的学习环境，因此，我们每个人都有职责来创造它。

适应新环境模块对于消除学生的陌生感、增强学生在新环境中的信心是有莫大帮助的。一个集体从无到有，是一个渐进的过程，在这个集体中，有的学生步子快些，有些慢些，但是快的同学会在学习上占有更多的优势。因此先让学生了解自己的适应能力，再让学生通过“我的名片”来了解他人，最后让学生为集体群策群力都能使他们尽快的适应。

## 心理健康教案设计反思篇三

### 一、教学目的：

- 1、情绪对人的学习和生活影响很大，教育学生要做情绪的主人，才能适应社会生活；学会控制自我的情绪，掌握调控情绪的方法，做一个欢乐的小学生。
- 2、教育学生正确评价自我，树立自信心，克服学习上的困难。克服自卑心理，学会欣赏自我和悦纳自我，树立“别人行，我也能行”的思想。

### 二、教学准备

准备活动中所要用的各种情景问题。

### 三、教学过程

#### (一) 导入

- 1、引言：我们每个人都有自我的情绪情感，遇到不一样的事，就会有不一样的感受，但我们要学会控制自我的不良情绪，这样在与同学的交往中，才不会感情用事，今日我们学习树

立自信心，做情绪的主人。

## (二) 学习如何控制倾情绪

a□关成的学习成绩退步了，应当如何对待

b□小花是怎样对待跳绳失利的

分组讨论，然后派代表在全班发言。

### (2) 议一议

如何调控自我的不良情绪呢

a□宣泄法□b□转移法□c将心比心□d□挫折不必须都是坏事。

## 3、活动明理

师：王小燕爱生气好不好为什么

生：不好，生气影响身体健康。

生：生气容易使人得病。

生：生气容易影响同学关系。……

议论时，如果时间允许，可多请几位同学谈谈看法。

## (三) 学会树立自信心

1、教师以讲故事的方式，张海迪是怎样克服困难，成为著名作家的故事，明确告诉学生是“自信心的力量”！

### 2、议一议

师：小龟丁丁为什么开始不敢爬坡

生：过低估计自我、自卑心理作祟、怕自我笨手笨脚，被人笑话……

师：之后，丁丁怎样做的成功了没有

生：在龟爷爷的帮忙下，获得了成功；在龟爷爷的帮忙下，大胆地尝试；他不怕困难，大胆去做。

师：你明白丁丁是个什么样的孩子

生：有同情心，愿意帮忙别人；勇敢的孩子；知错就改的孩子。

师：这个故事说明了什么道理

生：在做事之前，就认为自我不行，是自卑的表现；之后他做了勇敢的尝试，获得了成功，是自信的表现。

指点迷津：我们应当克服自卑，树立自信，才能获得成功。

(四)总结全课：可请同学归纳总结，使同学们看到树立自信心的重要性，引导学生正确地评价自我，树立自信。

## 心理健康教案设计反思篇四

- 1、学会关心他人、设身处地地为他人着想、与朋友相互理解；
- 2、当同学之间发生矛盾冲突时，能多反思自己的言行，尽量对他人宽容；
- 3、学会珍惜友情，与朋友平等对待。

学会关心他人、设身处地地为他人着想、与朋友相互理解；  
学会珍惜友情，与朋友平等对待。

1

别难过，有我呢

一、引入

1、看41页一组图，

2、妈妈为啥陷入深深的沉思？

3、交流一下在你心情不好或遇到困难的时候，得到朋友的安慰和帮助是什么心情？

小结：有了幸福就共享，有了痛苦，要一起分担，这就是朋友。

想想友情体现在哪里？说说自己的实际体会。

我在你身边作为朋友，你应该在什么时候在他的身边？

二、引导学生注意别人什么时候需要自己的关心和帮助，从而引导他们从生活细微处学会关怀，学会付出。结合实际事例说一说。

说说：当朋友（）的时候，我会（）。

活动：你有什么烦恼的事吗？试着把它说出来，让大家和你一起分担。

说说自己的烦恼事，说说什么是移情？

三、心灵体操。

活动一、照镜子

活动二、心心相印。

活动三、如果我是你。

四、心海拾贝，课后关注周围的同学，传递友好。

## 心理健康教案设计反思篇五

诚信，是中华民族的传统美德。千百年来，它伴随着一代一代的中国人走过沧海桑田，经历雪霜磨砺，最终沉淀为民族的精髓。“人若无信，不知其可也。”诚信是做人的基本准则和起码的道德修养。为人以诚，待人以信，不可是人的内在品质和精神要求，也就应是社会的规范。诚信就像一个路标，它将一个人的人品、修养引入了纯洁的圣地。诚信体现在点点滴滴的小事上，一份承诺，一份职责都是一种诚信。而作为我们小学生，我们讲诚信就是要说真话，求真知，做真人。如何做一个有诚信的人，这就要求我们在追寻人生梦想的道路上踏踏实实、一步一个脚印，在日常为人处世之中，真待人、严格自律。

2. 引导学生以别人为镜子进行自我鞭策、自我鼓励，到达完善自我、超越自我的目的。

3. 除了国家政治生活，诚信在人们的生活中有着更重要的作用。

4. 在法制社会里更讲究道德，没有诚信寸步难行。

5. 任何本领都不比良好的品格与态度更受人欢迎：生活是欺骗不了的，一个人要生活的光明磊落：天下没有一种广告，比诚实更能取的他人的相信。

1. 引导学生以别人为镜子进行自我鞭策、自我鼓励，到达完善自我、超越自我的目的。

2. 任何本领都不比良好的品格与态度更受人欢迎:生活是期骗不了的,一个人要生活的光明磊落:天下没有一种广告,比诚实更能取的他人的相信。

一. 故事导入, 揭开课题。

师: 这天, 教师先给你们看一个小故事。

(课件演示) 在古时候的一天, 曾子的妻子要上街去, 她的孩子哭着叫着, 也要跟着妈妈上街。妈妈骗孩子说: “你先回去, 我上街回来杀猪给你吃吧。” 妻子从街上回来, 看见曾子正准备杀猪给孩子吃, 妻子急忙阻止他: “怎样? 你真的要杀猪给孩子吃吗? 我原是说着哄哄孩子的。” 曾子说: “我们怎样能够说谎话呢?” 于是, 他们就杀了那头猪。

小组讨论:

生: 做人要有诚信。

师: 那你们明白做人为什么必须要讲诚信呢? 怎样样才能做一个诚信的人? 那么, 这天就让我们一起来学习《做一个有诚信的人》。

(板书课题) 《做一个有诚信的人》

评析: 以生动的动画故事引入新课, 激发了学生的学习兴趣 and 求知欲, 调动了学生的学习主动性。学生通过观察生动搞笑的情境, 并结合平时的认知, 初步悟出做人要诚信的道理。

1. 联系实际, 指导行动。

(1). 议一议: 实际生活中你遇到此类事情怎样办? (出示课件)

事例1: 周兵和宋杰是好朋友, 他们以前许诺, 不管谁遇到困

难，必须要互相帮忙。这天周兵想抄宋杰的作业，宋杰没同意，他生气的说：“这点忙都不帮，真不讲信用。”

讨论：你对这件事怎样看？

事例2：李三看见同学花钱大方，他很羡慕。有一天，他趁他的同桌不注意，便拿了同学的`10元钱。张教师调查时，他怎样也不承认。之后，张教师说：“如果你信任我，就把真相告诉我，我保证不对任何人说。”听了张教师的话，他很快就把事情告诉了张教师。

讨论：你明白为什么吗？

学生交流并汇报：

给好朋友抄作业是一种不负职责的行为，是害了自我的好朋友，也是不诚信的一种表现；虽然李三拿其他同学钱是不对的，但他能够勇于承担自我的错误，其实是一种诚信的表现。

（学生们都互相讨论着自我的观点。）

师：大家都说得很好。那么怎样才能做到诚实守信呢？以上的事例要求我们，要养成诚信的优良品质，我们就应从小就开始培养诚实守信的好品质，平时就要严格要求自我，做到表里如一，言而有信。

（2）．说一说：你愿意和谁交朋友？（课件出示）

a□当面说好话，背后说坏话。

b□直言不讳，大胆说自我的看法。

c□没有把握不轻易答应，一旦答应就要尽力而为。

d□对别人的要求满口答应，但过后就忘，不能兑现。

生讨论地很激烈。

(3) . 师：夸一夸：我们周围哪些事例是属于诚实守信的？

(生讨论，并举例说明。)

## 二. 培养诚信观念，制作“诚信卡”

1. 教师引导：

2. 每个人分发一张白纸，要求学生在上头写上自我在生活中有关诚信的事例。

3. 写完后，要求学生叠好后交给教师。

评析：通过诚信卡，让学生明白自我就应做诚实守信的人，应鄙视虚假和不守信用的行为，对自我不诚实和不守信用的行为应感到不安和歉疚。

## 三. 挖掘诚信好处，激发学生做一个诚信的人

(教师小结)

师：当代少年身系国家未来，肩负历史的使命。我们的国家能否发达，能否自立于世界民族之林，关键在于我们这一代有没有崇高的梦想，有没有有诚信。当我们扬起知识的风帆，荡起勤奋的双桨，就要启航向人生之海时，经验丰富的老船长告诉我们：“必须要用诚信去导航！”期望通过这节课，我们班的同学都能做到：守信如节，言而有信。同学们不仅仅对同学守信，对家长守信，对教师守信，也对自我守信！最终期望通过这次班会，同学们能自觉持续诚信的品质。



#### 四．提出倡议，让世界充满诚信与爱

##### 1．朗诵诚信诗歌：（生齐读）

##### 人生贵诚信

人生贵诚信，何必名与钱。

无视轻抛弃，何颜见苍天。

诚以信为本，信为诚之源。

投李报桃事，礼尚往来篇。

天下何其大，前路何其远。

无诚无信义，步履更维艰。

宁可为玉碎，不怜薄瓦全。

事落关键处，方才露真颜。

诚来春水近，信去秋叶残。

一夜好风入，无须带笑看。

不怕路凄遥，燕至三月三。

咆哮有大海，潮起潮落间。

辗转几多日，月明十五圆。

别物犹如此，世人何以堪。

丈夫生天地，乘风破浪险。

一言既出口，驷马难追还。

苦痛不丧志，酒醉无失言。

生死千钧重，诚信永作先。

放眼苍茫路，身正气傲然。

纵观天下记，诚地信为天。

## 2. 播放歌曲：《爱的奉献》

师：（号召大家）让我们人人都来讲诚信，“以诚实守信为荣，以见利忘义为耻”。相信只要人人都做到诚实守信，世界将变得更加完美！社会将变得更加和谐！

评析：诗歌和歌曲能让学生牢牢记住诚实守信是中华民族的传统美德，任何时候都应做到说话做事实实在在、表里如一。

## 心理健康教案设计反思篇六

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。

1、让同学们知道在学习和生活中常常会遇到挫折，人人都不可能避免。

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。

1、心理小测试题（抽奖纸条8张）

2、小花 5 4朵（明天我提供）

### （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。

### （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）

## 心理健康教案设计反思篇七

班会背景：常有家长感叹，现在的孩子大多是独生子女，他们在家庭、学校都表现

出以自我为中心的许多行为，不能主动承担责任，在学习上，很多同学表现出来的被动性，很大部分也是因为缺乏责任感造成的。

班会目的：

- 1、让学生懂得一个人做事要有责任心，要有负责到底的精神，学会自己做的事自己负责；
- 2、教育学生做事要认真，勇于承担责任，不推委；
- 3、让学生了解学习与责任感的关系；
- 4、通过活动让学生懂得做事不负责任会对他人、集体、社会造成不好的影响。班会准备：

- 1、将班级同学分组，并收集生活中“缺乏责任感”的事件；

2、选取代表分组以“学习与责任是否有关系”为题进行辩论。

班会过程：

1、主持人首先介绍了参会的老师代表与同学代表，介绍了班会召开的背景；

3、就“学习与责任是否有关系”进行分组辩论，可设置同学提问环节；

4、可邀请参会的老师发言；

5、主持人对大会内容进行总结，并发出倡议：

(1)对父母怀有感恩的心，培养责任感从孝敬父母做起；

(2)培养责任感，从认真学习做起，从关心班级做起。

班会教学设想：

安排这节《责任》主题班会的目的就是让学生懂得什么叫做“责任”，学会感恩，学会孝敬父母，学会做人，学会学习。

## 心理健康教案设计反思篇八

1. 通过学生讨论、交流，让学生懂得学校与幼儿园的不同之处，逐渐爱上学校生活。

2. 通过同幼儿园小朋友比一比、同爸爸妈妈比一比、同其他成年人比一比，让学生从情感上认识到自己长大了。

3. 在游戏的过程中，让学生体验与同伴相处的快乐。

“背起书包上学去”对每一名小学生来说都是人生中的重大

事件。新的生活开始了，新的任务也到来了。作为一名小学，他要慢慢学会料理自己的学习生活、养成良好的行为习惯，发挥更大的自主性，通过活动，帮助一年级小学生更了解、更喜欢自己现在的角色和生活。

## 一、热身运动：欢乐蹦蹦跳

1、师：（伴随着舒缓的音乐）——小鸟啾啾叫，夸我起得早，背上我的小书包，来到新学校。校园里，五彩缤纷的花儿向我们招手，好象在说：“早上好！”教室里，老师亲切的目光把我们带入知识的海洋，尽情地遨游，多快乐呀！就让我们先来做个游戏“欢乐蹦蹦跳”。

（游戏规则：老师先说“欢乐蹦蹦跳”，学生齐说“谁来跳”，老师根据学生的性别、衣服等特征，邀请符合条件的学生起身跳一跳，可循环进行多次）

师：欢乐蹦蹦跳

生：谁来跳？

师：女生跳

师：欢乐蹦蹦跳

生：谁来跳？

师：男生跳

师：欢乐蹦蹦跳

生：谁来跳？

师：穿红衣服的跳

师：欢乐蹦蹦跳

生：谁来跳？

师：扎辫子的跳

## 二、讨论学校与幼儿园的不同

1、师：学校的生活让我们这么快乐，不过第一天来上学，有些小朋友却还不怎么习惯，就让我们来看看大家的开学镜头。

（播放一年级新生的录象）

2、师：录象中，有的小朋友笑声不断，而有的小朋友却嘟囔着小嘴，拉着爸爸妈妈的手，不愿离开，王老师想问问你们，开学第一天，你有什么样的感受呢。

（生交流）

3、师：小朋友都很踊跃，与其他人分享了自己的开学感受，现在开学已经快一个月了，你们觉得学校和幼儿园有什么不同的地方呢？先小组讨论，我们再交流（小组讨论，然后交流）

4、大家观察得很仔细，小学与幼儿园有许多的不同的地方，从陌生到熟悉，慢慢适应小学

的生活，也开始喜欢这里的生活了，一定有开心的事情。

5、师：你觉得在小学里最开心的是什么事情呢？

（最后点到交到了许多的朋友）

6、师：能不能向大家介绍自己的好朋友呢？

（请学生上台发言，讲讲朋友的特点）

### 三、交朋友

1、师：原来我们大家有了这么多的朋友，能说一说你们是怎样交到朋友的呢？（生交流）

2、师：小朋友说得真好，我们可以用各种各样的方法交到朋友，只要你真心地对待别人，我们每个人都会成为好朋友。

### 四、鸡蛋pk赛

1、师：有朋友的感觉真好，你帮助我，我帮助你，我们在一起真快乐。就让我们一起来做个游戏——鸡蛋pk赛。

（游戏规则：全体小朋友蹲下，是一个小鸡蛋，石头剪刀布，胜利的人半蹲，变小鸡——一直立，变母鸡——飞到台上来，变凤凰。）

### 四、小结

师：刚才同伴之间的游戏开心吗？鸡蛋孵化最后长大的过程就像我们每个小朋友的成长过程，在老师和爸爸妈妈的悉心呵护下，在同伴的互帮互助下，我们一定会茁壮成长。相信以后的校园生活，一定会让我们更快乐！