

幼儿心理健康活动教案 幼儿心理健康教育活动教案(模板5篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。那么教案应该怎么制定才合适呢？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。

幼儿心理健康活动教案篇一

- 1、在游戏中认识日常生活中笑、生气、哭的情绪变化，并产生相应的体验。
- 2、学习用语言表达感受，用适当的方式表达、调节自己的情绪。
- 3、体验关爱、分享的快乐。

正确认知自己的情绪，学习控制自己的情绪。

- 1、材料准备：音乐，相关材料，三个大班幼儿。
- 2、心理准备：幼儿坐成半圆形。

游戏《找朋友》导入，引起幼儿兴趣。

（通过游戏帮助幼儿熟悉同伴，拉近与教师、同伴的心理距离。）

创设情境，引导幼儿体验感受情绪的变化。

- （1）介绍三个大班幼儿，吸引幼儿的注意力。）

（通过创设情境让幼儿更直观的对这三种情绪变化的过程产生共鸣，帮助幼儿理解。）

3、幼儿体验。

（1）尝试用语言去讲述自己的感受及情绪经验，并学学笑、生气、哭时的表情。

（2）引导幼儿讲述“生气、难过哭时可以做些什么？”

（3）师幼共同小结几种表达自己情绪的方式：

可以独自呆一会儿消消气；可以对别人说出生气的原因；为别人想一想；或者轻轻的哭一哭、睡一觉、看看书、听听音乐、做做游戏等等，这样很快就会好了。

游戏《情绪变变变》，让幼儿明白生活中要做个笑宝宝。

带领幼儿玩一些简单的游戏，如：吹气球、熊和木头人、拔萝卜等。

幼儿心理健康活动教案篇二

活动目标：

1．知道小动物和小朋友们一样都有自己的妈妈，增进幼儿与妈妈的情感。

2．勇敢的用简单的语言表达自己对妈妈的爱。

活动准备、

1．各种动物玩具大小各一个到两个。（如没有可用塑封过的动物图片代替）

2. 每个小朋友妈妈的单人照片一张；“开火车”、“摇篮曲”音乐磁带，小孩哭声的录音带。

活动过程、

一、轻松活动（营造轻松的心理氛围）

1. 游戏“开火车”进活动室。
2. 让幼儿自由选择一个喜欢的动物玩具玩。
3. 播放摇篮曲，让幼儿抱着玩具休息一会儿。

二、认识妈妈和宝宝。

（音乐中断，传出一阵哭声）

为什么哭呀？哦！你找不到妈妈了，你的妈妈是谁呀？哦，是大猴，猴妈妈在哪里呢？小朋友帮找一找好吗？（大家一起找）找到了，猴宝宝的妈妈是大猴，猴宝宝是小猴，小朋友，你看看你抱的是什么动物？是妈妈还是宝宝呢？你怎么知道的？（幼儿自己观察、比较）

小结、妈妈大，宝宝小。

三、游戏“找妈妈”。

1. 引导幼儿帮动物宝宝找到自己的妈妈。
2. 展示幼儿妈妈的相片，让幼儿去找自己的妈妈。
3. 共同欢呼“找到妈妈了”。

小结、每个宝宝都有妈妈。（妈妈用鼓励的语言表扬幼儿）

4. 让幼儿对着相片跟妈妈说一句话，如“妈妈，我爱你”、“妈妈，我想你”等。

四、延伸活动、让幼儿拿妈妈的相片向在座老师介绍妈妈。

小小班庆“三八”家园同乐活动

活动时间□20xx年3月8日

活动地点：本班教室

活动对象：妈妈或奶奶、外婆、幼儿、教师

活动目标：1、知道三月八日是妇女节，是妈妈、奶奶等妇女的节日。

活动过程：

一. 游戏：宝宝找妈妈——妈妈们戴上面具，孩子们分别去找自己的妈妈。

师：宝宝们，妈妈都戴上面具了，我们一起去找找自己的好妈妈，

找到了就请妈妈坐上你的小椅子。

二. 谈话：“妈妈（奶奶）真辛苦”

——请幼儿妈妈向幼儿介绍自己从早上起床到晚上睡觉这一天中自己所做的事情。重点说说在家忙许多家务，关心宝宝；在单位还有繁重的工作。

——幼儿互相说说自己妈妈或奶奶、外婆在家怎么关心自己的。

三. 幼儿表演环节

师：妈妈每天都这么辛苦，我们爱不爱妈妈？妈妈好不好？那现在我们

就一起唱首《世上只有妈妈好》的歌送给妈妈，祝妈妈节日快乐！好不好？

四. 互动环节

（1）击鼓传花

游戏规则：老师背对击鼓，当鼓声停止时，花球落在哪个小朋友手里，哪个小朋友就和妈妈表演一个节目。游戏反复进行。

（2）小脚踩大脚

游戏规则：小朋友的脚穿上鞋套踩在妈妈的脚上，一步一步往前走，看哪一队先走到终点，先到终点的那一队为胜。游戏可反复进行。

（3）踩气球

游戏规则：幼儿在脚上系两个气球，妈妈去踩其他幼儿的气球（一分钟），最后看谁剩下的气球多为胜利。

（4）“揪尾巴”

游戏规则：妈妈游戏规则游戏将自己的孩子背起来在保证自己孩子不从自己的背上掉下来的同时去揪别的家长的尾巴，揪掉尾巴的家长取消游戏资格。一次8组家庭参加逐渐淘汰。

（5）妈妈找宝宝

师：一开始我们宝宝玩了找妈妈的游戏，宝宝们都很帮，一下子就找到了妈妈，那我们现在也考考妈妈，好不好？蒙住妈妈的眼睛，让妈妈来找我们好不好？但你们一定不可以有声音哦。

（6）剥橘子、桂圆，用勺喂妈妈吃旺仔馒头

师：妈妈平时很辛苦，以前在家里，都是妈妈剥橘子给我们吃，现在我们长大了，会做很多事情了，今天让妈妈好好儿休息一下，我们自己来剥橘子给妈妈吃，好吗？看一看，哪个宝宝最会剥橘子，剥的最快。

（7）赠送礼物妈妈

将自己画的，粘贴的，剪的等作品送给自己的妈妈，让她们看到自己的本领，认识到我们在长大。

五. 活动结束

师：今天我们宝宝和妈妈欢聚一堂共度妈妈的节日，开心吗？我们宝宝以后要做让妈妈天天开心的宝宝，最后我们在一起送妈妈一首《妈妈节》的儿歌，祝所有妈妈们青春永驻、幸福永存！

幼儿心理健康活动教案篇三

每个人都生活在一个家庭里、生活在社会上或者一个群体当中，难免会遇到一些不顺心或不开心的事情，这是非常正常的，然而问题是当自己或身边的人心情不畅时，我们如何用正确的方法来调节自己，用比较有效的方法让身边的人很快地高兴起来，这才是非常重要的。

我发现，我们班的孩子，他们的情感体现非常地丰富，经常会看到有的孩子在家里碰到不高兴的事后，到幼儿园里还是

撅着嘴，坐着不想玩，一副气呼呼的样子。今天的活动，正好是我们在开展《我的心情》主题中的一次活动，我们将通过活动，让我们的孩子初步懂得“生气”不利于健康，并且让孩子们初步学会一些调节自己心情和让周围的人快乐力所能及的方法，从而体验别人快乐自己也快乐的情感。

另外，我班的孩子合作意识比较差，但部分幼儿好表现。因此，在今天活动的最后我专门设计了一个环节，让幼儿自己去找伙伴，自己协商分配角色，进行情景表演，来培养他们的合作精神和表演能力。

1、让幼儿懂得“生气”不利健康，要努力做到让自己和身边的人天天快乐。

2、体会父子之间的爱和故事中的幽默。

□

故事书展示台

一、听老师讲故事第一遍

1、幼儿边看电视，边听老师讲故事《爸爸生气了》

2、故事后提问：

1川川看到爸爸生气了，不理他，他怎么想的？

2他想到了不让爸爸生气的什么办法？他怎么做的？结果怎样？

4最后，爸爸和川川的心情怎样？

二、听第二遍故事

幼儿边看电视，边轻轻地跟着讲故事。

三、情景表演：爸爸生气了

老师扮爸爸，请一幼儿扮川川，进行表演。

四、结合生活说一说自己的爸爸

1、你见过你爸爸生气吗？你爸爸生气的时候是什么样子的？

让幼儿从表情、声音、动作方面来描述

2、爸爸生气的时候，你会怎么做？

五、幼儿合作进行情景表演

幼儿自由组合，自己分配角色，进行情景表演。

请两组上来进行表演。

幼儿心理健康活动教案篇四

喜、怒、哀、乐之情人皆有之，但快乐作为一种积极情绪却是心理健康的重要标志之一。新《纲要》指出“要高度重视幼儿的心理健康，一个心理健康的孩子，首先应该能逐渐学会调控自己的情绪，保持乐观向上的心境。开心和难过是人的两种情绪，开心是一种积极的情绪，难过是一种消极的情绪。这种消极情绪体验如果长期得不到控制、调节，会引起幼儿生理上、心理上的各种问题和疾病，老师应该注意帮助幼儿学会如何保持愉快的心情，并采取多种方排解已经出现的消极情绪，为快乐的人生奠定基础。因此，我根据幼儿园中班健康教材设计了“难过的时候”这一活动，通过谈话、多媒体、动手操作、互动游戏等活动，教幼儿学会用微笑去面对生活，培养幼儿的自我控制能力。

1、教幼儿在日常生活中学会思考解决问题的方法，知道开心

快乐有利于身体健康。

2、并学会用各种方法让他人和自己高兴。

3、发展幼儿的想象力及大胆表述的能力。

培养幼儿的自我控制能力，为养成活泼开朗的性格奠定基础。

经验准备：幼儿有过难过的经验。

正确认知自己的情绪，知道开心和难过是正常的情绪反应，了解经常难过会影响人的健康。

能够通过音乐的变化感知情绪的变化。

一、引入部分

1、师：小朋友们，大家好！我是你们的好朋友——开心姐姐。今天除了我还有很多的老师来跟小朋友们一起做游戏，你们高兴吗？来表示一下吧！（鼓掌欢迎）。今天开心姐姐给每位小朋友都带来了一份礼物（笑脸、哭脸卡片）。小朋友来看一看，上面是什么表情呀？（难过、开心）小朋友做一做这些表情。

现在小朋友自己选择你喜欢的表情，然后把它戴在脖子上。

2、教师观察幼儿戴的是什麼表情。

二、基本部分

1、分别请幼儿说说自己为什么选择这张卡片。

2、开心的时候你会怎样？（用动作表现）

4、不开心的时候你会怎样？（用动作表现）

5、你喜欢开心的自己还是不开心的自己？

小结：每个人都有难过的时候，你难过的时候，可以唱唱歌，跳跳舞，玩玩玩具，看看电视或者大声的哭一哭，这样你就能消气，让自己快乐起来。

6、看看说说，体验开心与难过。

师：小朋友，看谁来了？

分别播放喜洋洋和美羊羊的ppt□请幼儿观察。

分别播放《洋娃娃和小熊跳舞》与《忧伤小夜曲》，体验音乐带来的情绪情感。

师：你觉得喜洋洋、美羊羊他们现在的心情怎么样了？

幼：高兴、伤心。

师：你们是怎么感觉出来的？（音乐的作用）

师：那我们一起来看看喜洋洋现在的心情到底是怎么样呢？（看课件，先看开心的，再看难过的）

幼：美羊羊很伤心。

幼：在流眼泪。

幼：美羊羊心里很难过。

师：那怎样才能让美羊羊开心起来呢？你有什么好办法？（幼儿讨论）

幼：和它一起跳个舞。

幼：唱歌给它听。

幼：给它买很多好吃的东西。

师：美羊羊得到了你们的帮助，心里真开心啊，你们开心吗？

幼齐：开心。

师：帮助别人是件开心的事。平时，你遇到不开心的事情，你是怎样让自己开心起来的？

7、翻阅幼儿用书

请幼儿翻阅幼儿用书，说说书上的小姐姐是怎样让自己高兴起来的。老师希望你们每天都开开心心，因为开心有利于身体健康，我们都要做一个开心快乐的好孩子。

8、制作开心笑脸

教师讲解制作材料后，请幼儿自己动手制作开心笑脸。

三、结束部分

我看到小朋友们今天玩得都很高兴，你们看下面老师的脸上也洋溢着笑容。那么我们把自己制作的笑脸卡片送给你觉得笑的最开心的老师们请他们上来和我们一起跳个圆圈舞，分享快乐，好吗？（播放快乐音乐《歌声与微笑》。老师，小朋友们共舞）

师：今天我们玩的都特别的高兴，那么现在我们用最快乐的声音跟我们的好朋友说谢谢，跟我们的老师说谢谢。走！跟开心姐姐一起把开心和快乐带给外面的其他小朋友吧。

四、延伸活动《亲子活动——互帮互助》

游戏玩法：父母和孩子共同玩智力游戏，当父母或孩子在游戏过程中遇到了困难，彼此互相帮助，体验为人做事，帮助了别人是愉快的，也可以和孩子商量做哪些高兴的事情，进一步培养孩子的自我控制能力，为养成活泼开朗的性格奠定基础。

幼儿心理健康活动教案篇五

- 1、能够通过绘本故事感受妈妈的爱并且表达出来。
- 2、了解妈妈的辛苦，能够用力所能及的事情来帮助妈妈。
- 3、愿意与同伴分享自己对妈妈的爱，喜欢参与集体活动。

1□ppt绘本故事《我妈妈》

2、视频

3、音乐《世上只有妈妈好》、《我的好妈妈》

一、导入

放《世上只有妈妈好》的歌曲，声音由弱到强，教师轻轻哼唱进入课堂。

- 1、小朋友们，你们知道这首歌的名字吗？
- 2、听到这首歌词时，你的脑海中出现了哪些情景？你的心里有什么感受？
- 3、谁能说一说这首歌表达了怎样的情感？（母爱的伟大、我们对妈妈的爱）

二、听绘本故事，说说我们的妈妈

教师：“今天，老师给小朋友带来了一个绘本故事，我们一起来听一听，好不好？”

（小朋友们要竖起耳朵来听，等故事听完了老师会有问题问你们）

听完故事后，教师提问：

1、故事里的小朋友说他的妈妈是什么呢？老师先来说，故事里面说他的妈妈是个大厨师……是个神奇的画家……是个大力士……还有什么呢，请小朋友们举手回答。

2、现在让我们再回顾一遍故事，看看小朋友们说的对不对……（真棒，小朋友们给自己鼓鼓掌）

3、听完了故事，请小朋友说一说自己的妈妈。

4、最后我们要跟我们的妈妈说一句什么话呢？（我爱她，永远爱她）

三、看视频，用自己的行动表现对妈妈的爱

1、小朋友们说一说两个视频分别讲的什么内容。

视频一：小朋友的妈妈给他送牛奶

视频二：妈妈给奶奶洗脚，小朋友给妈妈洗脚，还给她讲小鸭子的故事

比如妈妈下班回家，我们可以做些什么呢？……

3、听歌做动作

今天我们从绘本故事还有视频里都知道了妈妈对我们的爱，那我们小朋友是不是也很爱自己的妈妈呀？可是我们有些小

朋友的妈妈都不知道呢，所以我们也要大声说出我们对她们的爱。今天回到家看到妈妈，我们要对妈妈说什么呢？让我们大声说出来。