

一年级心理健康班会课 一年级班会教案(优质9篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

一年级心理健康班会课篇一

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。

3、学生通过活动，学会欣赏自己，欣赏他人.初步解决如何与人共处的问题。

1：同学们，看你们这一张张可爱的小脸，就像一朵朵盛开的童子面茶花，如果你肯笑一笑，相信这朵花会开得更灿烂，不信，你试试看！

哎？有几朵花没开起来，这是怎么回事呢？我得问问。

2、听了这几位同学的心里话，你觉得他们的想法对吗？为什么？请大家选择其中一位同学谈谈自己的看法。

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，不会欣赏自己。让我们——欣赏我自己吧。

1、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。

2、请各组优点最多的同学起立。汇报自己的优点。

3、你们真棒！能发现自己那么多优点！大家为他们鼓鼓掌吧！

1、可是，有的小朋友不太善于欣赏自己，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，大家一起给这位不太会欣赏自己的同学找优点，找出很多优点来赞美他。

3、同学们，现在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！

1、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。等会儿再全班交流。

2、愿意和成功和快乐的同学，不用举手，请自己上台吧！

亲爱的同学们，生活中，总会遇到许多的困难，也会有许多的烦恼，希望你们学会欣赏自己，学会自我调节，保持快乐的心情，用灿烂的笑容面对美好的人生。

一年级心理健康班会课篇二

森林燃烧也就是林火，是自然界中燃烧的一种现象。所以我们要从小学会消防安全知识，预防森林火灾，下面一起来看看最新的森林防火教案吧！

1、通过对火灾事件的了解，知道发生火灾的主要原因，提高学生的防火意识，明确防火自救的重要性。

2、认识各种灭火设备，掌握一些消防安全常识及灭火、防火自救的方法。学会本领，化险为夷。提高学生的自救意识，培养应变能力。

3、学习利用各种方法查阅、收集、处理信息资料，培养学生搜集和处理信息能力、获取新知识能力、交流与合作能力。培养学生积极主动的参与意识及认真负责的科学态度。

1、展示各种火灾现场图片，师：看了这些图片，你想说什么？你在哪里还看到过这样惨不人睹的场面？有什么感受？（指名后小组交流。）

(1) 为什么会发生森林火灾？

(2) 图片中有几种动物？他们有哪些不同的神情？

(3) 那个男孩是怎么样协助动物们逃生的？

3、小结：是呀！天有不测风云，人有旦夕祸福！生命如此美丽，但又是如此脆弱。我们要珍惜宝贵的生命，提高防火意识，象图片中的英勇男孩一样掌握一些自救逃生的方法。

1、教师引导学生利用各种途径收集有关“火”的书籍、期刊、报刊杂志等，并加以研读。

2、以小组为单位归纳整理出自己收集到的资料，并制作成防火手册或编一份防火宣传手抄报。如：“火”的可怕，“火”的预防，灭“火”的方法，逃生常识及发生火灾时如何拨打求助电话。

3、手册、手抄报完成后，请老师或家长予以签名、鼓励，并于适当的时间在校园内展示。

1、抢答题。（老师提供部分问题，学生可适当补充。）

(1) 生活中的哪些因素会引起火灾?

(2) 一旦发生火灾, 要迅速拨打什么电话号码?

(3) 扑救时是先救人还是救物?先断电还是先救火?

(4) 电话报警时要注意报清、报全哪些信息?

(5) 列举几种逃生方法。如: 关门求生、从窗户逃生、安全出口逃生等。

2、判断题。(学生也可补充题目。)

(1) 禁止学生携带烟花、爆竹、砸炮、火柴等易燃易爆物品。

(2) 有一天, 某小学四年级学生到某山林去野炊。

(3) 报警时报警人的姓名和电话号码可以不说明。

(4) 发生火灾时, 不要盲目开窗开门, 用湿毛巾、衣服等衣物包住头脑, 尤其是口鼻部。

(5) 家用电器起火, 应马上关掉电源开关, 千万不要往电器上泼水。

3、游戏: 编一编防火的拍手歌。

4、运用自己已经掌握的各种灭火设备知识及灭火方法, 组织学生表演模拟灭火(制作道具, 学生扮演火魔和灭火英雄。)

5、引领学生在校园内考察逃生路线, 并制作逃生路线图和逃生路标。评选出最佳路线图加以记分。

1、逃生演练。要求: 学生统一身着运动衣、运动鞋。

- 2、在体育委员带领下做好准备活动。
- 3、放置火灾道具。
- 4、查看逃生路线。
- 5、在老师带领下分组疏散逃生。
- 6、小结，评价。谈谈收获与体验。

一年级心理健康班会课篇三

以下是由本站pq小编为大家推荐的小学二年级心理健康主题班会教案，欢迎大家学习参考。

根据《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的定》和教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，以坚持科学发展观指导，坚持以育人为本，规范我校心理健康教育工作。根据我校不同地区、不同学段小学生生理、心理发展特点和规律，通过各种途径继续认真开展小型多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生获取心理健康的初步知识，培养小学生良好的心理素质，促进学生人格的健全和谐发展。

通过心理健康教育，不断转变教师的教学理念，改进教育、教学方法，改进班主任方法，提高德育工作的针对性，学科性和实效性，为学校实施素质教育营造良好的心理气氛。

总目标：培养和造就具有良好的文明习惯、学习习惯、生活习惯、劳动习惯和卫生习惯，具有坚忍不拔的意志品质，自立自强的生存、生活能力，有强烈的爱国意识和社会责任感，会做人，会求知，会创新，能从容迎接未来挑战的高素质的

人才。

具体目标：

心，能够正确对待自己的学习成绩，勤于思考，不甘落后，走上成功之路。

2、使学生明白什么是真正的友谊，男女同学间怎样进行交往好，如何同老师、同学保持密切的感情联系，有集体荣誉感，并掌握一定的社会行为规范，提高学生的社会适应能力。

3、使学生知道遇到困难和挫折应怎么办，自觉地控制和改变不良行为习惯，锻炼自己坚忍不拔的毅力，培养个人灵活应对的品格，初步学会休闲，提高自我保护意识。

4、通过心理健康教育，帮助学生学会调适。帮助学生学会正确对待自己、接纳自己，化解冲突情绪，保持个人心理的内部和谐。矫治学生的问题行为，养成正确的适应学校与社会的行为，消除人际交往障碍，提高人际交往的质量。

5、通过心理健康教育，引导学生认清自己的潜力与特长，确立有价值的生活目标，发挥主动性、创造性，追求高质量、高效率的生活。

1、立下坚强志———坚强意志与耐受挫折的教育。

(1)培养坚持不懈、坚忍不拔的意志品质。

(2)培养学生形成处事果断的良好习惯。

(3)培养学生良好的自我控制力。

(4)引导学生正确应对挫折与困难。

2、浇灌友谊花———自我意识、人际交往教育。

(1)学会正确认识自己，悦纳自己，尊重自己、相信自己。

(2)学会正常人际交往，与同学、老师、家长良好关系。

(3)正确认识性别差异，接受发育过程中的身体变化，正确认同性别角色，同异性同学保持正确的交往心态。

3、迎接新挑战——人格养成教育。

(1)引导学生树立发展健全人格的愿望与动机。

(2)注重学生的自我人格养成教育。

(3)对有人格障碍的学生进行重点辅导。

1. 坚持以人为本，根据学生心理、胜利的特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。

2. 立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，以学生为本，尊重学生、理解学生。

3. 提高全体学生的训练素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4. 对少数有心里困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

1. 每学期举行两次心理健康教育知识讲座。

2. 每个班间周一次学习小学生心理健康教育知识。

通过本次活动，来培养学生的爱心和孝心，学会感恩，增强

对社会的责任感。

1、搜集相关的文章，歌曲，经典词句

2、制作相关的课件

：二年一班教室

感恩是中华民族的传统美德，“恩”的形式丰富多彩，有父母养育之恩，有老师教导之恩，有朋友帮助之恩，有社会关怀之恩，那么就让我们一起学会感恩吧！学会感恩父母，感恩师长，感恩社会，感恩生活中的一切！

(一)感受父母之恩

主持人：有一种琐碎的爱，那是母爱；有一种伟大的爱，那是父爱。下面请看录像一诗朗诵《游子吟》。

学生讨论：你有何感受？举手发言

1、课件展示

展示相片，几个同学从小到大的照片，包括一家几口玩耍的照片。

2、展示问题

(1) 你们知道你们父母的生日吗？

(2) 你们知道他们的年龄吗？

(3) 你们知道他们喜欢吃的蔬菜吗？

(4) 你们知道他们的结婚纪念日吗？

(5) 说说你了解的父母养育你的辛苦过程。

3、讨论：我们该为父母做些什么呢？

4、展示学生搜集的感恩经典词句

“滴水之恩，涌泉相报”

“谁言寸草心，报得三春晖”

“恩欲报，怨欲忘”

“报怨短，报恩长”

“知恩不报非君子”

“吃水不忘挖井人”

这些词句诠释了中华民族的淳朴民风，体现着中华民族对感恩的认同。请同学们齐读。

5、张贴感恩卡

让学生在音乐声中将自己制作的感恩卡贴在黑板上。

(二) 感受教师教导之恩

1、倾听故事

主持人讲《程门立雪》和《居里夫人》的故事，让学生了解名人感谢老师的行为。

2、回忆师恩

学生发言。

3、欣赏诗歌朗诵

请班长朗诵诗歌《老师，您辛苦了》。

(三)感恩社会

展示录像，感恩社会

(播放2019四川汶川地震时社会各界捐助时的场面)

主持人：同学们此时此刻，你最想说的是什么？

学生发言

(四)感受同窗情

学生畅所欲言，互相交流。

(五)我们要学会感恩，那么怎样做才是对父母，教师，朋友，社会的感恩呢？请几个同学谈谈自己的做法。

结束语：在这次主题班会的过程中，同学们参与的积极性很高。一个和谐的家庭，一个和谐的集体，一个和谐的社会，既要多些感激之心，也要付出你的爱心。让我们用自己的行动，报答父母、老师、社会，报答所有关心和帮助过我们的人，让我们的明天更美好。

全班合唱《感恩的心》，结束主题班会。

一年级心理健康班会课篇四

(一) 导入主题班会。

1、老师：

没有阳光，就没有温暖；没有水源，就没有生命；没有父母，就没有我们；没有亲情、师情和友情，世界将会是一片孤独和黑暗。在我们的生活中，我们无时无刻不体验着家人的关爱、朋友的关心、老师的关注、社会的关怀。亲情、师情、友情，使我们能够在和谐、温馨的环境中健康地成长；能够更好地战胜困难、获得成功。每一个有爱心的人，都应该是个懂得感恩的人，人生也正因有了爱心、孝心和感恩而精彩起来，生动起来。

2、老师：一年级“学会感恩，与爱同行”主题班队会现在开始！

3、老师：

是啊，在人生旅途中，我们首先要感谢的是我们的父母，是他们给了我们生命。他们就把关注的目光集中在我们身上，把温情的心血扑在我们身上，把自己的希望寄托在我们身上，哺育我们成长，教育我们做人。

（二）诵古诗：

1、老师：从古到今，孝顺父母的人都是值得我们尊敬的。诗人孟郊曾经写过一首《游子吟》，让我们深深的感受到父母的慈爱就像春天的太阳一样明媚。让我们一起重温这首诗吧！

（一人深情吟诵）

游子吟

慈母手中线，游子身上衣。临行密密缝，意恐迟迟归。谁言寸草心，报得三春晖。

2、老师：这首诗以真挚的情感，表达了一位慈母对即将离开自己的儿子的深深的爱。读来令人感动。

（三）读古诗，体会亲情。

（四）讲故事《地震中的母亲》。

1、教师讲述：

20__年5月12日下午2时28分，我国四川省汶川发生了罕见的8.0级大地震。当时一位年轻的母亲正在哄着孩子睡觉。突然，地震发生了，楼房开始摇晃起来，母亲摔倒了，还没等她爬起来，房顶便朝孩子垮塌下来，母亲不假思索地扑过去，双膝跪地，身体向前匍匐着，双手支撑着地面，为孩子搭起一座人身帐篷。

倒下的瓦块重重的砸在母亲身上，母亲忍着疼痛一动不动，因为她知道，她要是移动，瓦块就会砸到孩子身上，望着熟睡的孩子母亲嘴角露出了微笑。就这样的姿势，就这样坚持着，一直坚持到生命的最后时刻。救援人员赶到时，她还是这样的姿势。当救援人员把她身边的废墟清理开时，发现孩子毫发未伤，还是安详地睡着。人们在孩子的被里发现了一部手机，手机上有一条未发出的短信，写道：亲爱的宝贝，如果你能活着，一定记住妈妈永远爱你！在场所有看到短信的人都哭了。

黄香小时候，家中生活很艰苦。在他9岁时，母亲就去世了。黄香非常悲伤。他本来就非常孝敬父母，在母亲生病期间，小黄香一直不离左右，守护在妈妈的病床前，母亲去世后，他对父亲更加关心、照顾，尽量让父亲少操心。冬夜里，天气特别寒冷。那时，农户家里又没有任何取暖的设备，确实很难入睡。他想，这么冷的天气，爸爸一定很冷，他老人家白天干了一天的活，晚上还不能好好地睡觉。

想到这里，小黄香心里很不安。于是他就脱了衣服，钻进父亲的被窝里，用自己的体温，温暖了冰冷的被窝之后，才招呼父亲睡下。黄香用自己的孝敬之心，暖了父亲的心。黄香

温席的故事，就这样传开了。街坊邻居人人夸奖黄香。

2、老师：同学们，养育之恩永不忘怀啊。在我们成长的岁月里，我们的爸爸妈妈为我们付出了多少心血多少爱啊！

（五）讨论，我们该怎样做？

1、我要知道爸爸妈妈爱吃什么，知道他们的兴趣爱好，知道他们的生日是哪一天。

2、生活节俭，无浪费现象，不乱花钱，不向父母提过高要求。

3、帮父母做力所能及的家务，减轻父母负担。

4、有心事主动和父母说，经常与父母聊天，多和父母沟通。

（六）为父母画一幅画、写一段话。

（七）全班齐唱世上《只有妈妈好》结束班会。

（八）班会总结。

一年级心理健康班会课篇五

一、活动目的：

通过庆祝第37个教师节系列活动，展示我校教育事业改革与发展所取得的成就；体现各级党委、政府对教育事业的重视和社会各界对教育事业的关心支持；展示全校教育工作者忠诚党和国家的教育事业，在本职岗位上无私奉献、奋发向上、勇于进取、不断创新的精神风貌。

二、组织领导：

__□__□__

三、活动内容设想

1、活动宗旨

今年教师节学校发出倡议：以不收学生、家长送的礼物为宗旨，在学生、家长、社会中树立实验小学一流学校的牌子，不辜负县、局领导对实验小学的厚望。

2、搞好校风、教风、学风的“三风”建设。

3、开展新“三进”活动：走进社区、走进家庭、走进学生的心灵。

4、学校将通过“教工大会”传达县委、县政府关于“庆祝20--年教师节暨表彰大会”的会议精神。

5、组织“我和我的学生”征文比赛。

6、各中队召开“老师，我想对您说”主题队会。

7、各年级办好教师节年级墙报专栏，标题自拟，各中队充分利用后墙报搞好宣传，主题为“园丁颂”学校大队部将组织评比。

8、学校通过校电视台、红领巾广播播放歌颂教师的专题片、诗歌、电影及优秀教师访谈录(教师风采展示)。播放实验小学专题片，在全体师生中营造尊师爱校的氛围。

9、举办庆祝教师节文艺联欢会。为增强节日气氛，展示我校艺术教育成果，9月10日下午将在学校操场举办一台大型庆祝

教师节文艺晚会，节目以师生自行编排为主。

10、组织演讲比赛。“师恩难忘”学生演讲赛；“闪光的青春、无悔的选择”青年教师演讲比赛。时间定位9月中旬。

11、表彰一批校级优秀班主任。

12、组织县教育局师德征文活动，主题为“为师光荣”。

一年级心理健康班会课篇六

金秋十月，本应充满勃勃生机、欢声笑语的校园，却被疫情按下了暂停键，垵城镇中心小学认真做好线上教学并积极做好师生心理疏导工作。

为进一步加强学生心理健康教育，做好学生居家学习期间心理疏导和家庭教育工作，形成家校共育合力，促进学生健康成长，垵城镇中心小学组织全体学生在线上观看了疫情期心理健康科普动画，并召开了心理健康教育主题班会，为学生开出“心理”处方，共同用“心”战“疫”。

为有效预防、及时控制疫情给我校广大师生带来心理上的恐慌，保障师生身心健康，我校积极落实、多措并举，有序开展广大师生和家长心理健康教育和心理干预、疏导工作。着力引导全校师生正确认识疫情、科学应对疫情，为学生身体、心理健康保驾护航。

同学们认真学习《防疫期间心理健康》相关知识，给学生进行适当的心理疏导！

每天都要保持良好的心态，相信不久我们就能打败病毒，重逢在美丽欢乐的学校。

在这样一个每天都做核酸的特殊时期，引导孩子们树立积极的信念，保持平和的心态，是非常必要和重要的。做好学生的心理防护，也是给学生一份特别的爱。

最后我们向在抗疫路上默默付出的医护人员和志愿者们致敬！你们辛苦了！

一年级心理健康班会课篇七

点亮心灵的灯光，才能褪去烦恼，拥抱成长的快乐。为全面加强学生心理健康教育工作，推动心理健康教育各项工作落地，促进学生身心健康和谐发展，固始信合外国语小学(十八小)于20xx年11月4日下午分班开展“关爱心灵 阳光成长”心理健康教育主题班会。

构建心理树

班主任们精心准备了心理健康教育材料，制作了精美的ppt□带领学生通过心灵之树认识了健康和不健康的心理状态，懂得了健康不仅是指身体没有疾病，还要具备良好的心理状态以及社会适应能力等。

观看视频

学会在困扰中成长

同学们观看心理健康教育视频，初步了解到成长中的种种“困扰”。

虽然我们会因此产生悲伤、抑郁等消极情绪，但我们依然可以通过学习知识、积极沟通、耐心、克制和幽默去拥抱和改变消极情绪。

诉说心语

书写自己的烦恼

孩子们的内心世界缤纷多彩，他们对付坏情绪也有很多自己的秘密武器。通过卡片将自己的烦恼书写下来，投入到烦恼盒子，帮助自己摆脱困扰。

班主任及时了解孩子们的心理情况，并及时和孩子们沟通交流心理调节方法，并掌握了“如何控制怒火”、“如何打败沮丧”、“如何保持快乐”等方式方法。

本次班会，让学生们掌握了一些自我心理调节的方式方法，感受到了快乐的力量，培养了团结协作精神，促进了他们心理的健康。今后，固始县信合外国语小学还将有计划地深入开展心理健康教育团辅活动，积极营造校园快乐和谐的氛围，让同学们更健康、快乐地成长！

一年级心理健康班会课篇八

1月19日

遵规范、守公德

对学生进行从小做守纪、守公德的小公民。弘扬中华民族的优良传统。

1、前言：

师：同学们，你们知道自己是一个社会小公民吗？做一个有公德的公民，是最基本的要求，大家都应该让我们的社会和谐发展，维护社会秩序，维护社会公德，是一个永恒的金科玉律！

2、学习《小学生日常行为规范》

师：同学们读一读，看看哪些是指要求我们要遵守公德？读一读你对规范的理解。

同学们活动交流讨论：

要想成为一个守规范、守公德的好孩子，你要怎样做呢？

3、小结：

请同学们牢牢记住：作为一个小学生，应该严格要求自己，不纵容自己的坏行为，时刻监督自己的表现，并且按照《小学生日常行为规范》上的准则去做，做一个遵守道德、遵守规范的好公民。也要监督其他人，做到维护社会和谐，人人有责！

一年级心理健康班会课篇九

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；学会控制自己的情绪，掌握调控情绪的方法，做一个快乐的小学生。

2、教育学生正确评价自己，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：我们每个人都有自己的情绪情感，遇到不同的事，

就会有不同的感受，但我们要学会控制自己的不良情绪，这样在与同学的交往中，才不会感情用事，今天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，应该如何对待？

b□小花是怎么对待跳绳失利的？

分组讨论，然后派代表在全班发言。

(2) 议一议

如何调控自己的不良情绪呢？

a□宣泄法□b□转移法□c将心比心□d□挫折不一定是坏事。

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：过低估计自己、自卑心理作祟、怕自己笨手笨脚，被人笑话……

师：后来，丁丁怎么做的？成功了没有？

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

师：你知道丁丁是个什么样的孩子？

生：有同情心，愿意帮助别人；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，就认为自己不行，是自卑的表现；后来他做了勇敢的尝试，获得了成功，是自信的表现。

指点迷津：我们应该克服自卑，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己，树立自信。