

2023年少先队活动课活动方案(实用10篇)

“方”即方子、方法。“方案”，即在案前得出的方法，将方法呈于案前，即为“方案”。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？以下就是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。

少先队活动课活动方案篇一

体育课堂常规

启发式教学

1. 通过讲授，使学生了解初中体育课课堂常规；
2. 了解初中体育课上课的基本要求；
3. 了解七年级第一学期学习内容；
4. 了解七年级第一学期考试内容及标准

体育课堂常规，是为了保证体育教学工作的正常进行，对学生提出一系列的基本要求，是学校体育教学管理的一项重要工作。实施课堂常规，不仅有助于建立正常的教学秩序，严密课的组织，而且对加强学生的思想品德教育，培养学生良好的行为习惯，培养学生良好的组织纪律性，建设精神文明都有十分重要的作用。在实施新的《体育与健康》课程标准时更应该加强体育课堂常规的要求。为了上好每一节体育课，增强学生体质，达到上好课的目的(俗话说“没有规矩，不成方圆”)，特制定本常规：

一。“二个制度”：

1. “值日生制度”：上体育课，每六人一组，轮流值日一周，值周时，组长带领下按体育教师的要求，在上课前布置好场地器材，课后整理好好和收回器材。

2. “请假制度”：如有事有病必须请假，并填好请假单。

二. “十个不准”：

1. 不准旷课，迟到，早退；

2. 不准穿大衣、裙子、皮鞋、高跟鞋、凉鞋，不准戴帽子、头巾和手套、

3. 不准佩戴徽章和携带小刀

4. 不准擅自离开课堂

5. 不准横穿跑道，投掷区

6. 不准擅自动用体育器材

7. 不准做危险动作

8. 不准做与练习无关的事

三. 课前常规

1、体育委员上课前应主动与任课教师联系，明确课的内容与要求，教师要了解有无见习生。

2、体育教师应组织指导学生或亲自动手，及时布置和检查场地，准备教具，一切准备工作应在课前准备就绪。

3、学生因病(包括女生例假)、伤，不能上课时，课前应主动向体育教师说明情况。教师应根据学生不同情况，布置他们

随堂见习或参加适当的活动。见习生在见习时不得聊天，复习功课或离开现场。

4、教师检查和整理好自己的服装仪表后，应提前到达规定的集合地点等候

四。课堂常规

1、准时集合上课：上课铃响后，由体育委员及时在指定地点集合整队，检查上课人数。

2、上课礼节：体育委员整好队伍，下达“立正”口令，然后向教师报告上课人数，随后师生相互问好。教师即向学生宣布本课任务与要求，迟到学生向教师报告，说明原因，经教师允许后方可入列。

3、上课服装：学生上体育课时应穿运动服和球鞋，不准穿大衣、裙子、皮鞋、高跟鞋、凉鞋，不准戴帽子、头巾和手套、不准佩戴徽章和携带小刀等。

4、每次上课教师必须严格点名制度。学生不得迟到早退和旷课，全学期中，缺课1/3以上时间者不予评定成绩。迟到、早退超过15分钟，作旷课论处。

5、上课时，学生必须自觉遵守课堂纪律，注意安全，爱护器材，服从教师及小组长的指挥，努力完成各项练习任务，学生在课堂中不得嬉笑打闹。不经教师允许不得擅自离开课堂。否则作旷课论处。

6、课结束前，教师要集合全班学生，对本次课进行小结评比，指出优缺点，提出课后练习要求，宣布下次课内容，布置学生课后整理场地和归还器材。

7、下课时教师离队前向学生告别“同学们再见”，学生立正

齐声回答“老师再见”！

五。课后常规

- 1、下课后教师应检查学生整理场地和归还或移交器材的情况，以保证下节课教学的正常进行。
- 2、课后教师应主动征求学生对本课意见，写好课后小结，认真总结经验，不断改进教学。
- 3、教师对缺课的学生做进一步了解，必要时给予补课或辅导。

第一学期考试内容及标准

一。考试内容：

测试项目为六项

1. 其中身高、体重、肺活量为必测项目。
3. 国家体育锻炼标准五项：50米跑；男生1000米跑，女生800米跑；立定跳远；实心球；仰卧起座。

二。考试标准：见标准。

三。考试要求：

1. 端正考试态度，认真对待每一项考试
2. 作好考前考后的准备；
3. 不能擅自缺考；
4. 考试点名不到者作缺考处理

5. 不得代人考

6. 因某原因缺考者，每学期组织一次补考

少先队活动课活动方案篇二

教案中对每个课题或每个课时的教学内容，教学步骤的安排，教学方法的选择，板书设计，教具或现代化教学手段的应用，各个教学步骤教学环节的时间分配等等，都要经过周密考虑，精心设计而确定下来，体现着很强的计划性。幼儿园语言活动课教案设计方案怎么写?小编在这里给大家分享一些关于幼儿园语言活动课教案设计方案，希望能帮到各位。

【活动目标】

- 1、喜欢听故事，感受故事中“半个蛋壳”的不同用途
- 2、能联系生活经验，根据蛋壳的外形进行想象，学习句子“蛋壳可以当成__”。
- 3、乐意在集体面前表达自己的想法。

【活动过程】

一、引导幼儿观察半个蛋壳，并运用生活经验大胆想象。

师：小朋友，你们看，这是什么?(蛋壳)对，是半个蛋壳。这半个蛋壳象什么呀?(勺子，帽子等等)。

二、幼儿通过大胆猜测，感受故事。

师：看看，谁来了?呀，原来是小老鼠皮皮，小老鼠皮皮要一个人去旅行了，看看小老鼠皮皮遇到了什么?(出示小老鼠卡片)

1、出示图一提问：

(1)小老鼠皮皮它要去旅行，它来到了什么地方?看到了什么?(幼儿回答)

(2)小老鼠皮皮把蛋壳顶在头上当成什么?(皮皮把蛋壳顶在头上，哈哈，可以拿来当蛋壳帽子。)

3、出示图二提问

(1)走着走着，前面一条小河挡住了去路，没有桥没有船，皮皮会想什么办法呢?皮皮会把蛋壳当成什么呢?(小老鼠聪明，它一下子就想到头上的蛋壳，拿下来放到河里，蛋壳轻飘飘，一艘小船开动了!小船划呀划，一会划到河对岸。)

4、出示图三提问

前面有座小山坡，小老鼠皮皮爬呀，爬呀，上山好累啊?下山怎么办?它会把蛋壳当成什么呢?(提示：要是有一辆小车多好呀?)

5、出示图四提问

皮皮坐上蛋壳车，划下高山坡，皮皮心里真快活。皮皮回到家，走了这么远的路，皮皮的脚都酸了，它会把蛋壳当成什么?(椅子)你们看蛋壳怎么了?为什么会碎的?(皮皮摔了一跤，蛋壳碎了)

三、完整欣赏故事。

1、师：哇，皮皮的旅行可真有趣呢，陈老师把它编成了一个好听的故事叫《半个蛋壳》，现在，陈老师再把这个《半个蛋壳》的故事讲一遍，小朋友可要认真听了。

四、师同幼儿共同讨论，学习小老鼠皮皮的良好情绪体验

1、师：故事讲完了，你喜欢小老鼠皮皮吗？为什么喜欢？

(小老鼠皮皮很聪明，喜欢动脑筋，遇到困难不退缩)

2、师：如果你是小老鼠皮皮，你还会把半个蛋壳当作是什么？(可以请幼儿回家同爸爸妈妈说一说)

活动目标：

1. 初步了解故事的三要素：时间、地点、人物。
2. 能根据图片有关三要素的提示创编故事。
3. 能大胆、自信地在集体前讲述故事。

活动准备：

葫芦一个，纸葫芦图片若干，葫芦藤若干。

活动过程：

一、出示葫芦，引起幼儿兴趣。

1. 师：看，这是什么？(葫芦)这可不是一个普通的葫芦，它的肚子里藏了一个好听的故事呢。葫芦，葫芦，变变变！(出示图片)故事在哪儿呢？噢！故事就在葫芦宝宝的肚子上呢！

2. 教师有感情地讲解故事。(手指图片)

二、帮助幼儿理解故事内容，引出故事的三要素。

1. 师：小朋友，这个故事发生在什么时候呢？你是从哪个葫芦宝宝身上看出来的？(指葫芦上的图片)噢，黄色的葫芦宝宝身上有个时间地标记，表示故事发生的时间。

2. 师：这个故事发生在什么地方呢？你是从哪个葫芦宝宝上看出来的？

红葫芦上有故事发生的地点，看，（指葫芦上的图片）这个故事就发生在……

3. 师：哦，黄葫芦和红葫芦告诉了我们故事发生的时间和地点，那蓝葫芦又告诉我们什么？对，蓝葫芦告诉我们故事里有哪些人物。

4. 小结：原来，有了时间、地点和人物，我们就可以编出好听的故事了。

三、看图片，引导幼儿尝试创编故事。

1. 师：现在，这只宝葫芦有要变了，小朋友先把眼睛闭起来。葫芦、葫芦，变变变！

2. (将三个葫芦翻转过来)这次的葫芦宝宝有什么不同?(引导幼儿观察图片的变化，幼儿回答时，注意总结)

3. 引导幼儿尝试创编故事。

4. 总结评价。

师：“__小朋友的故事怎么样呀？刚才__小朋友看着葫芦上的时间、地点和人物编出一个这么好听的故事，你们会不会呀？”

三、幼儿自由选择纸葫芦，创编故事。

1. 提出要求。

师：“看，葫芦藤上结出了许许多多的葫芦，等会儿阿，小朋友去摘一个黄葫芦，一个红葫芦，一个蓝葫芦，一共

是……!想一想,你能编出什么好听的故事来!”

2. 幼儿自由创编。

3. 幼儿讲故事。

师:请把你的葫芦宝宝带上来,先给大家看看你的葫芦宝宝,再把故事讲给大家听。准备好了吗?开始吧。

师:还有谁愿意来讲的?这么多呀!这样吧,等会小朋友把故事讲给客人老师听,如果你讲完后还想编故事,就和别的小朋友交换一下葫芦。

四、结束活动。

师:小朋友,今天,我们学会了一个本领,根据时间、地点、人物编故事。今后,小朋友在编故事的时候,也要先想好故事发生在什么时间、什么地点和故事里有哪些人物,然后就能编出好听的故事来了!

活动目的

1, 了解种子传播的方法。

2, 学习诗歌, 尝试仿照诗歌的句式续编诗歌, 体验创作的乐趣。

活动过程

1, 出示挂图《植物妈妈有办法》, 提问: 植物妈妈是怎么传播种子的?

2, 请幼儿听诗歌《植物妈妈有办法》。提问:

(1) 诗歌里讲了哪几种植物?它们各有什么样的特点?

(2)妈妈是用什么办法传播种子的??

3, 引导幼儿按诗歌的结构续编是诗歌,

提问: 椰子(莲子, 石榴, 葡萄)妈妈有什么办法传播种子?能模仿着把它们编成诗歌吗?

诗歌: 植物妈妈有办法

蒲公英妈妈有办法, 孩子个个像伞兵。

微风带它去旅行, 落地发芽又生根。

苍耳妈妈有办法, 宝宝身上长满刺。

动物带它到处走, 掉到土里把根生。

豆荚妈妈有办法, 太阳一晒咧嘴笑。

“啪”, 孩子离开妈, 落土长大又开花。

植物妈妈有办法, 种籽成熟遍地撒。

方法巧妙多变化, 它们的孩子遍天下。

续编参考

椰树妈妈有办法, 叶子落水会游泳。

大海里面四处漂, 来到岸边把户落。

石榴妈妈有办法, 宝宝长得美又甜。

小鸟肚里睡一觉, 田野庭院来安家。

幼儿在小班做活动，老师要注意，多方面进行协调和配合，才能让孩子的各种才能得到发展。今天就和大家分享关于讲故事的活动设计。

活动目的：

提升小朋友配合能力，提高小朋友语言能力。

活动过程：

事先，老师问小朋友们，你们最喜欢哪个童话故事，你们会讲这个童话故事吗？

然后如果有非常熟知这个童话故事的小朋友，则老师请小朋友给其他的小朋友讲一下这个故事。老师要不断地给讲故事的小朋友鼓励和赞扬。并且在故事中，尽量让其他小朋友保持安静。

等小朋友讲完故事，老师就开始问其他的小朋友，是不是已经记住这个故事了。小朋友们如果说记住了，就可以开始下面的环节了。

然后老师就让小朋友们一人一句开始讲这个童话故事。如果有小朋友讲错了，老师可以给予纠正。

活动奖励：

老师要结合小朋友在讲故事中语言的表达能力，纪律的维持能力，以及与其他小朋友的配合等多方面综合考虑后，给表现好的孩子们奖励小红花等等。

活动总结：

孩子语言能力发展还不够，通过这种方式不仅能刺激孩子有更充分的表达能力和表达欲望，更多的是让孩子们理解，讲

故事是一件非常有意义和开心的事情。

设计思路

《梨子小提琴》这个故事温馨优美，蕴含的教育意义也很深刻，如诗入画的音乐定能走进人的心灵。所以，在大班小朋友中开展这个活动，符合他们的年龄特点。首先，教师帮助幼儿理解故事内容，其次，教师帮助幼儿分析这个童话故事，感受作品的情感色彩。然后，教师鼓励幼儿积极地参与到表演活动中，体验到表演的快乐，最后，教师帮助幼儿迁移经验，拓展幼儿的想象创造力。

活动目标：

- 1、使幼儿初步能够看图讲成简单的小故事。
- 2、探索并尝试用与作品相匹配的语言和动作表演故事。
- 3、培养幼儿的语言表达能力。

一、激趣导入(出示梨子)

师：小朋友，这是什么？他会是谁的呢？你们想知道它是谁的吗？让（我们一起倒数五个数，欢迎它的到来好吗？（师幼一起倒数迎接小松鼠的出现）

师：有一天，小松鼠捡到了一个梨子，它把梨子切开，变出了一样东西，这样东西还能发出音乐呢，你们听。

师：小松鼠把梨子做成了什么？咱们一起来听一听小松鼠用梨子小提琴演奏的音乐好吗？

二、教师结合课件，完整地讲述故事。

师：小松鼠拉起了梨子小提琴，动听的音乐响了起来，小动

物们听了，会怎样呢？让我们一起到森林里去看一看。

提问：你觉得这个故事好听吗？好听在什么地方？请小朋友说说自己的想法。

三、结合课件，帮助幼儿理解故事内容。

(1)小松鼠是怎样拉小提琴的？请幼儿模仿。

(2)狐狸听到了琴声，它是怎么说的？说话是声音是怎样的？为什么它会这样说？

(3)狮子听到了琴声，它是怎么说的？说话是声音是怎样的？为什么它会这样说？

(4)小提琴上掉下的是什么？真的是音符吗？

(6)给故事起名字

四、组织幼儿表演故事。

师：我们也来做森林里的动物，一起来表演这个故事，好吗？

请幼儿自己选择角色，教师提出表演注意事项。

小动物会说些什么话？说话时声音是怎样的？它们会做些什么动作？什么时候你会出来听音乐。请小朋友大胆地表演出来。

(评析：让小朋友体验当小动物，体验拉小提琴，听音乐的快乐，不但使活动达到了高潮，同时，也加深了小朋友对故事的印象。)

五、提问：假如你有一把小提琴，你想做什么？

请小朋友将自己的想法告诉老师，或者用画画的方法将自己

的想法记录下来。

少先队活动课活动方案篇三

小学生三年级心理健康教育

当我们踏进校园，成为学生的那一刻起，我们不仅要学会照顾自己，更应该学会照顾室友、朋友、同学等等。然而向来在避风港中长大的我们，很不适应这种急剧的变化，有的人只会生活在自己狭窄的空间里，很少与别人交流；有的人适应不了新的学习模式，变得焦虑、迷茫、消沉，生活失去了目标；有的人向往恋爱，盲目的追随，失去了自我造成以上这些现象的原因是因为同学们不能清楚的认识自我，在新的环境中不能够营造熟悉的氛围，从而觉得自己孤独、彷徨。针对这种现象，同学们应该尽快认识身边的人，扩大人际交往圈。

在全校范围内普及心理健康知识，号召更多同学关注心理健康问题，让同学们有更多机会了解自己，认识自己，正视自己的问题，帮助同学们排除心理困扰，减轻心理压力，增强学生的心理素质，积极营造有利于学生身心健康和谐发展的校园氛围。

5月25日

班主任

这次活动主要分为两部分，第一部分是前期的活动宣传，第二部分则是班会具体内容活动。

9#508教室

辅导员、三年级学生

1、活动宣传：把全班同学分成四组，每个小组各组织出一期以

“学生心理健康”为题的手抄报，介绍心理健康知识，进行学生心理问题的探讨。

2、班会活动：

(1)主持人做开场白，介绍本次活动的背景、目的

(2)把前期各小组的“大学生心理健康”手抄报拿出给全班同学欣赏，由同学们来共同讨论学习，并评价出的作品，给予该小组成员奖励。

(3)请同学(3—5人即可)发言，谈谈对于大学、班级的想法和认识。并谈谈自己在平时生活中的遇到的问题，自己是怎么解决的，同时有哪些是自己解决不好的，说出来大家一起讨论。

少先队活动课活动方案篇四

活动目标：

- 1、知道中秋节是中国传统的节日，月饼是该节日的特色食品。
- 2、感受与同伴共同品尝月饼的快乐。活动准备：一些关于中秋节的图片、各种形状月饼的包装盒、月饼、幼儿用书。

活动过程：

一、导入

出示月饼，吸引幼儿，然后谈谈我们什么时候吃月饼?引入中秋节的课题。

出示图片，让幼儿观察图片，让幼儿说说你会想到什么?中秋节有什么习俗呢?(让幼儿知道中秋节是中国人自己的节日，

过节时全家要团圆一起吃团圆饭、一起赏月、吃月饼等。)

二、让幼儿了解中秋节的传说。

教师：你们都吃过哪些味道的月饼？月饼又有哪些形状的？

介绍自己带来的月饼盒的形状、颜色及画面的内容。你们知道这些月饼盒上画的是什么意思吗？(让幼儿了解月饼盒上的中秋情节。)

三、根据幼儿所知道的关于中秋节的知识，让幼儿观看幼儿用书。

四、教师提问幼儿、说说看完之后的感受。

少先队活动课活动方案篇五

改改你的坏习惯

帮忙学生发现和认识自己的生活中存在的不良习惯，培养学生健康、科学的行为习惯和生活作风。

使学生发现和认识自己的生活中存在的不良习惯，培养和养成健康、科学的行为习惯和生活作风。

一、交待任务

二、新授部分

1、看课堂剧《小红的三餐》：故事大意：小红早晨起床，洗漱完毕，妈妈把饭菜在餐厅摆好，叫小红吃早饭，小红说：“妈妈，我不饿，我不吃。”说完就上学去了。中午放学小红一进家门就看见桌上放着她平时最爱吃的红烧排骨，小红拿起筷子大口大口地吃了起来，一向吃到不能再吃为止，

午时上学的路上开始胃疼，晚上回家发现仅有一个她最不爱吃的酱茄子，小红只吃了两口就不吃了。

师问：课堂剧中小红有哪些坏习惯？

生答：板书：不吃早饭，暴饮暴食，挑食

师问：这都是哪方面的坏习惯

生答：师板书：不卫生

师问：谁能说说不卫生的习惯还有哪些

生答：师板书：

师问：你有这方面的坏习惯吗你准备怎样改正

小结学法：（略）

2、观看课堂剧《小明的100分》。

（大意：）教师说今日的数学卷子，我已初步看了一遍，此刻发还给你们，我公布正确答案，要求同学们对照标准答案自行打分。小明左右一看没有注意，忙把填空中的错误答案改正过来，打上100分。这节课结束时教师说：“同学们，教师是在做一个诚实测验，如果你有不诚实的表现要改正。看幻灯出示的问题，同桌讨论后回答：

(1) 小明这是一种什么坏习惯

(2) 不诚实、欺骗教师这属于哪种坏习惯

(3) 还有哪些习惯是人际交往中的坏习惯

(4) 如果你有这其中的坏习惯，你打算怎样办

3、观看课堂剧：《客人来了》故事大意：张叔拿来一盒礼品到小立家做客，爸爸接过礼品盒放在桌子上后跟张叔叔谈话。小立打开礼品盒，发现里面有她爱吃的蛋糕，就吃了起来，一边吃一边嚷着叫爸爸陪她到公园玩儿。

看幻灯：出示题：

- (1) 故事中小立有哪些坏习惯
- (2) 这是哪方面的坏习惯
- (3) 还有哪些是家庭生活中的坏习惯
- (4) 如果你有打算怎样办

用刚才学习前两个资料的方法自学，小组讨论，派一人回答

4、说说你或你发现别的同学有哪些日常生活中的其它不良生活习惯，你的改正措施。

三、总结

1、问：经过这节的学习，你懂得了什么

2、师总结：

每个人都会不一样程度地存在某种或某些不良习惯。只要大家从小勇于认识和承认自己的不良习惯，并下决心纠正，就能不断提高，健康成长。

板书设计：

改改你的坏习惯

少先队活动课活动方案篇六

教学目标：

1. 让幼儿初步学会撕纸块、用胶棒粘贴的技能。
2. 知道小鸟是人类的好朋友，萌发关爱环境的情感。

教学准备：

1. 红、黄、绿等颜色的彩纸若干，胶棒，小垫子，抹布等。
2. 小鸟图片若干，大树背景图两幅，活动前在教室里四处贴上小鸟的图片。

教学过程：

一、创设环境，谈话引导，激发幼儿的兴趣。

1. 出示小鸟的图片：“宝宝，今天老师请来了几个好朋友跟你们一起做游戏，看谁来了？(小鸟)跟小鸟打招呼，并学学小鸟飞的样子，飞呀飞呀！· · · · · 哎呀！小鸟飞累了要回家了，谁告诉老师，小鸟的家在哪里？(引导幼儿说出小鸟的家在大树上)。”

2. 出示大树背景图1：“宝宝，开来看看小鸟的家，多漂亮啊！(教师把小鸟的图片贴在大树上)，树上落满了小鸟，大树妈妈可高兴了。”(引导幼儿观察长满树叶，落满小鸟的图画)

3. 出示大树背景图2：“冬天来了，大树妈妈的树叶都被风婆婆带走了，大树妈妈变得光秃秃的，小鸟们也都飞走了，不愿意回来了，你们看大树妈妈怎么了？(伤心地哭了)”(引导幼儿观察光秃秃的大树，并且与大树背景图1相比较)

4. 请小朋友快想想办法怎样让大树妈妈不哭了，也让小鸟们快点飞回来?(教案出自：屈老师.教案网)引导幼儿说出让大树妈妈长满树叶，穿上漂亮的衣服，打扮的漂漂亮亮的小鸟就回来了。

5. 激发幼儿撕树叶、粘贴树叶的兴趣：“老师知道宝宝们有一双能干的小手，我们一起用小手撕树叶、粘贴树叶的方法来帮助大树妈妈吧?”

二、教师示范，指导幼儿操作

1. 教师出示绿色的彩纸，教师示范撕纸，“宝宝，伸出你的大拇哥和二拇弟变成小镊子，捏住彩纸轻轻地、弯弯的撕成块状做树叶。然后用胶棒涂在树叶的一面，轻轻地粘贴在大树上。”

2. 教师再次做示范，请幼儿撕各种各样的树叶。

3. 教师提醒幼儿撕完树叶以后不用的废纸和胶棒都要放到小店子里，不能乱扔垃圾，还有在涂抹胶水的时候要少一点，不要涂在桌子和身上，如果涂多了可以用抹布擦一擦手。

4. 出示各种彩纸、胶棒等材料，先引导幼儿认识材料和材料的用途，然后引导幼儿自由选择材料进行撕树叶、粘贴树叶的活动。

三、活动前事先准备好小鸟图片，请幼儿送小鸟回家

小朋友把大树妈妈打扮的这么漂亮，小鸟们也听说大树妈妈变漂亮了，也都飞回来了，请小朋友在教室里寻找小鸟并一起送小鸟回家(教师和幼儿一起将小鸟图片粘贴到大树上)，你们看大树妈妈又高兴的笑了(把大树背景图2上哭泣的表情变成高兴地表情，以便幼儿作比较)。

少先队活动课活动方案篇七

- 1、让学生们对心理健康有初步了解和认识；
- 2、掌握一些培养心理健康的手段和方法；
- 3、提高主动注重心理健康的积极性；
- 4、确立自己心理保健的意识，到达一种健康的心理状态

(一)健康两个字很简单，我们都会写也都认识，但你们明白“什么是健康吗标志是什么呢”如果你明白请举手。学生回答——大家说得很好。我那里有一个参考答案，请大家看一下。

下面我们来讨论几个问题：

- 1、什么样的心理状态是不健康的
- 2、那么不健康的心理状态又是怎样的呢说说你的看法，也能够举例子。

(二)试举例说说我们身边的成功者的心理状况又是怎样的呢

大家回答的很好。下面我们一起来看看

总结心理健康的几个标准：

- 1、智力正常。
- 2、情绪稳定，心境愉快。
- 3、反应适度，行动有序。
- 4、乐于交往，人际关系和谐。

5、自己意识良好，个性品质健康。

6、良好的社会适应本事。

总之：心理健康的人能充分发挥自己的最大潜能，能妥善地处理和适应人与人之间、人与社会环境之间的相互关系。即包含两层意思：

1、无心理疾病

2、具有积极发展的心理状态

(三)下面是我们中小學生常见的几种心理疾病

中小學生常见的几种心理疾病——任性、以自己为中心、注意力不集中、侵犯行为、说脏话、逃学、偷窃、说谎、厌学、敏感多疑、依靠、报复、享受、性心理异常、自卑、自杀、强迫神经症、精神分裂。

(四)我们应当如何远离这些心理疾病呢

最健康心里状态：积极乐观的心理状态。所以我们要坚持一颗积极向上的心

请同学们看下面一个小故事

案例1：据说在推销员中流传着这样一个小故事，两个欧洲人到非洲去推销皮鞋，第一个推销员看到非洲人都打赤脚，立刻失望地说：“这些人都习惯打赤脚，怎样能买我们皮鞋呢！于是沮丧而回。另一个推销员看到非洲人打赤脚、惊喜万分：“这些人没有鞋穿，看来皮鞋市场大的很呀”。于是想方设法，向非洲人推销自己的皮鞋，最终发了大财，这就是心态导致的天壤之别。

请问同学们你怎样看待这个问题(思考片刻)。

“两个人，从牢中的铁窗望去，一个看到泥土，一个却看到了星星。”

从此，赛尔玛决定在沙漠中找到自己的星星，她观看沙漠的日落，寻找到几万年前留下的海螺壳，她和当地人交朋友，互送礼物，她研究沙漠中的植物、动物，又学习有关土拨鼠的知识，她把原先认为最恶劣的环境，变成了一生中最有意义的冒险，并出版了一本书《欢乐的城堡》，她从自己的牢房中望去，最终望到了自己的星星。

是什么让她发生了如此大的转变呢

案例3：龙哈迪是美国历史上最伟大教练之一，在皮尔博士所写的一本小说《热忱——它能为你做什么》一文中这样叙述：

龙哈迪在达绿湾的时候，他应对着一支屡遭败绩而失去战斗力的球队，他站在他们面前，静静地看着他们，过了一段很长的时间，他以沉默但很有力量的声音说：各位，我就要有一支伟大的球队了，我们要战无不胜，听到了没有！你们要学习防守，你们要学习奔跑，你们要学习拦截，你们要进攻，你们要胜过同你们对抗的球队，听到了没有。

如何做到呢他继续说：你们要相信我，你们要热衷我的方法，一切的秘诀都在那里（他敲着自己的印堂），从此以后，我要你们只想这件事，你们的家庭，你们的宗教和达绿湾包装者队，要按这个次序让热忱充满你人全身。

队员们全都从椅子上站立了起来，并记下了自己的感觉，觉得自己热血沸腾，雄心万丈，那一年他们打贏了七十场球，成为区冠军、全国冠军、世界冠军。

一个球队的根本转变，不只是球员的辛苦学习、技巧和对运动的喜爱，更重要的是有了热忱才造成了这种不一样的结果，我想对同学们讲，每一个伟大的人都产生于平凡，我也想让

你们记住三件事：你的职责、你的使命、你的追求，同学们，你们听到了没有！

(五)结束语(评述)

鲜花曾告诉我你怎样走过，大地明白你心中地每一个角落。甜蜜的梦啊，谁都不会错过。最终迎来今日这欢聚时刻。水千条山万座我们曾走过。每一次相逢的笑脸都彼此铭刻。在阳光灿烂欢乐的日子里。我们手拉手啊想说的太多。星光撒满了所有的童年。风雨走遍了每一个角落，同样的感受给了我们同样的渴望，同样的欢乐给了我们同一首歌。——阳光像渗透所有的语言。春天把友好的故事传送。同样的感受给了我们同样的渴望，同样的欢乐给了我们同一首歌。同一首歌。

少先队活动课活动方案篇八

二、民主导学

(一)、观察感受探究方法

同学们，纸杯不光可以变成小企鹅，还可以变成小老虎，小狮子，梅花鹿等各种小动物。(课件出示)下面请同学们认真欣赏这些作品，然后说一说，你最喜欢哪一个，并说一说为什么喜欢。

学生回答

教师提问：为什么可以用纸杯变出这么多的小动物呢？

学生小组讨论一下

教师总结：

因为纸杯本身的形状可以看成一个梯形，和生活中的好多小动物的形象有比较相近的地方。另外，这些纸杯又特别容易剪裁，本身上面又有很多漂亮的花纹和图案。所以我们就是利用它本身的形状和它身上的色彩、花纹来变出小动物来的。

1、教师提问：你们想知道它们是怎么做的吗？

出示任务：自学探究，了解制作方法

教师总结：同学们通过看书自学，了解到了制作方法有几种，(课件出示三种制作方法)概括一下，一种在利用纸杯本身的造型，在上面进行添加装饰的方法，如小兔子、小老虎、等，还有一种是改造、剪切纸杯的方法，如小乌龟、梅花鹿等。

2、解决难点

示范剪切杯身和头尾相对问题。

3、制作步骤

1、构思2、画、3、剪贴4、装饰

如果我们能够很巧妙的利用他们身上的花纹和图案做出来的作品会更吸引人。

4、教师简单示范几种制作难点

(1)剪切杯身

(2)解决小动物头尾相对的问题

三、检测导结

(一)操作实践制作表现

出示任务二：小组讨论，准备做什么，怎么分工，怎么合作。

1、教师：同学们，刚才我们了解了利用纸杯制作小动物的三种不同的方法，你想不想利用这三种方法再变出其他不同的小动物来呢？其实，只要我们掌握了方法，就可以变出好多种不同的小动物。请每个同学拿起自己的纸杯，认真观察，认真思考，可以横的看、竖的看、正的看、反得看，在看的过程中，与我们平时记忆中的小动物形象相结合，就可以想象出它适合制作的小动物形象。好好想一想，并试着和小组成员说说自己的想法。

2、提出作业要求：运用粘贴、裁剪等方法，把纸杯变成神态各异的小动物，并装饰漂亮。

2、提出作业要求

(1) 要求每个组内共同定好计划，准备完成什么作品，组内成员要有分工。

(2) 可以单独完成作业，也可以两人合作，小组内至少完成两件作品。

(3) 小组长组织组内成员活动，快速完成作品，并做好上台展示的准备。（最后要评选出速度奖，创意奖，合作奖，作品奖，表现奖等）

3、学生作业，教师巡视指导，帮助学生解决制作中碰到的困难。

(二) 作品展示欣赏评价

1、选出优秀作业上台展示，依次介绍自己的作品名称、构思、制作方法，怎么分工合作的，请同学们提出一些评价和好的建议。

(三) 欣赏拓展

同学们，这节课我们学会了用纸杯制作小动物，其实纸杯不光可以做小动物，还可以做出其他好多有意思的造型呢(教师课件出示一些用纸杯做成的人物、小花、椅子等各种作品供学生欣赏)，大家看，这些造型是不是非常的有创意呢。希望我们同学们也能善于动脑，动手，也能创造出各种有创意的作品来。

板书设计：

20. 纸杯变变变

制作方法：

- 1、剪切杯身
- 2、添加、装饰杯身
- 3、根据动物的特征剪切、改造纸杯

少先队活动课活动方案篇九

活动时间：45分钟 活动场地：室内

1. 引起动机

1. 播放《中国达人秀》视频：6岁女孩演唱《忐忑》。
2. 分享感受(1) 自由发言：看完之后，你有何感受？

2. 角色扮演(考后你我他)

1. 教师给学生派发校园短剧《考后百态》的资料卡，请学生分角色扮演(附件1)。

2. 教师讲评：看完三个短剧，同学们有什么感想？每次考试后，有的同学像刺猬，有的同学无所谓，有的同学不知累。不管哪种心态，适度的放松、恰当的宣泄都是非常有必要的，比如运动、哭泣、听歌等，但注意宣泄情绪要选择合适的场所及合适的对象。考后总是几家欢喜几家愁，同学们的心情如何呢？一起来晒晒。

分小组画一画自己模考后的心情，分别用你想到的表情脸谱来表达。

3. 团体分享(走过忐忑)

1. 巧解奇梦——换个角度看考试

(1) 续编故事。先请同学们听故事的前半部分：

(1) 在小组内发挥想象力，续编故事，然后在全班分享。

(2) 投影呈现故事后半部分：

一位大臣要参见国王，国王在病榻上说出他的心事，哪知大臣一听，大笑说：“太好了，山倒了指从此天下太平；水枯指真龙现身，国王，您是真龙天子；花谢了，花谢见果子呀！”

(3) 教师点评：看来想法在很大程度上决定一个人的心态，换个角度有时会让我们心情豁然开朗。

2. 句式练习

(1) 出示训练题目：“虽然……但是……”（例：虽然这次考分也很低，但是我还有很大的提升空间）

(2) 小组内交流。

(3) 教师点评：做这个句式练习的目的，是让我们能够辩证客

观地看待成绩。考试的作用主要是帮助大家发现问题，解决问题。定期的考试有利于大家对知识的掌握情况进行查缺补漏、合理定位。

3. 心痛不如心动

(1) 观看电影《三傻大闹宝莱坞》视频剪辑。

兰乔质疑学校的教育方式，校长一怒之下把他揪到教室让他上课，兰乔无奈之下端起书本，在黑板上写下两个词，让大家在30秒内定义这两个术语，看看谁最快，谁最慢。只见所有同学包括校长都手忙脚乱，急于从书本上找到这两个词。30秒过去了，没有人找到答案。兰乔提出发人深省的问题：“请大家将生活倒退一分钟，当问题提出来的时候，你们有对问题本身产生兴趣吗？没有，你们都陷入比赛中，就算是拿了第一，这种方式又有什么用？你的知识会增长吗？不会，增长的只有压力！”然后，兰乔尖锐地指出：“学校不是高压锅。”

(2) 全班分享：看完这段视频，你有何感受？

(3) 教师点评：每次考试，大家关注最多的是分数与名次，而不关注考察的知识点、题目设置、答题方法等。实际上，考试之后如果只重成绩高低、排名先后，那同学增加的只有压力，模考更重要的是反思与总结。下面请同学们先听一听上届师姐的一次模考总结(ppt展示附件2)。

(5) 全班分享，教师随机点评。

4. 有效的考后分析

(1) 教师展示考后分析内容。

答题方法(规范性、答题技巧、时间把握)；

应试状态(考前准备、身心状态);

成绩分析(强弱势学科的变化、综合成绩变化情况);

行动计划(针对现状,调整目标,制订具体可行的学习方案)。

(2)我也动动笔。请学生选择某一学科进行考后分析,并用书面文字呈现。(其中的第五点可在课后进行)。十分钟后,请学生分享。

教师点评:大家分析时要注重正向分析,比如,积极的考试归因、对题思路分析、总结优势学科的学习方法等,通过强化正向思维,大家才能提高自信心。

4. 教师讲评

教师小结:欣赏了《忐忑》,演出了你我,描绘了脸谱,转换了心情,反思了考试,现在,你是否可以平心静气地对待考试?胜败乃兵家常事,重要的是如何积累经验,成为自省的人。这样,我们才可以像视频中那位唱《忐忑》的小姑娘一样,即使输了,擦干眼泪还要笑迎未来!

5. 自我反思

1. 教师在课程结束前派发“成长拼图”,让学生静默片刻,反思后填写。

最后,教师应对学生的合作表现加以鼓励和赞赏。

少先队活动课活动方案篇十

一、主题开展背景:

进入秋天以来,小朋友发现自己家里的橘子都成熟了。在幼

儿园里，好几个小朋友在说家里树上接了橘子，而且很好吃。我听到了，赶紧参加了他们的谈话，我问：“你们家的橘子是什么样子的？”有的小朋友说：“是圆形的”，有的说：“是绿色的。”有的又说不是这样的……看着孩子们很喜欢研究水果，一直在争论，我就让他们回家去看了，第二天再来说一说到底是什么样子的。第二天，许多小朋友都带来了自家的橘子等水果。于是，我们的“苹果和橘子”这个主题就产生了。

二、活动实录。

实录一：品尝橘子。吃是小朋友最感兴趣的事情，在进入这个主题的一开始，我预设了这个活动。我将小朋友带来的橘子分成六份，分别放在桌子上面。让小朋友坐成四排，先交流橘子的特点。有的小朋友发现这里的橘子是不一样的。我就问他们：“你发现了地方哪些不一样？”有的小朋友说：“我看见了绿颜色的橘子。”有的说：“有的橘子是黄颜色的。”我顺势引导幼儿认识“橘红色”——就是橘子熟透了的时候的颜色叫“橘红色”。有的小朋友观察能力很强，就说“我看见了有点黄有点绿的橘子。”因此，这次活动有生成了一个探索内容：“为什么橘子有点黄又有点绿？”后来，我和孩子们一起交流橘子的吃法，在刨橘子和吃橘子中激发了幼儿对橘子的兴趣和探索愿望。后来，孩子们一有时间就走到放橘子的篮子那里，一起看看和摸摸，有的还特别想尝一尝呢！看上去对橘子特别喜爱。

实录二：音乐欣赏——“橘子船”。在吃了橘子后，我发现孩子们吃橘子要花很长的时间，他们几乎把吃橘子也当成是一种游戏一样，希望一直吃着好吃的橘子，不情愿一下子吃完橘子。而且他们喜欢一边吃，一边交流，抒发自己开心的心情。我结合教材内容，又安排了音乐欣赏这个活动，意图就在于让幼儿将橘子美化，让吃橘子变得更有意思。孩子们的想象力真是五彩缤纷，在讨论一瓣橘子象什么的时候，孩子表现特别活跃。有的说：“一瓣橘子象弯弯的月牙”；有的

说：“一瓣橘子象树叶”；有的说：“一瓣橘子象切开的西瓜”；还有的说：“一瓣橘子象纽扣”……然后我们一边听歌，一边象开船一样，把橘子给听的认真的宝宝吃。果然，正如我所预料的，幼儿觉得很有趣，有的都发出了很惊喜的声音。就连平时多动的孩子，这个时候也变得特别安静，特别喜欢老师能把橘子船开到自己的嘴巴里。平时不喜欢吃橘子的卫小源宝宝也争大眼睛看船到底开到谁的嘴巴里，从他的表情可以看出他也很希望船能开到他嘴巴里。小朋友听完歌曲后，都说再听一次，再听一次。活动后，我在美工区投放了给水果宝宝穿衣服的材料，有的小朋友就画出了黄和绿色都有的橘子，而有的小朋友则是按自己的意愿将水果涂成了五颜六色。

实录三：开水果船。进行一系列关于橘子的

活动后，本来应该用橘子皮做粘贴画，但橘子皮不小心弄脏了，非常可惜。但很多小朋友热情很高，他们经常叫我给他们开橘子船，甚至在吃苹果的时候，我把苹果切成船的形状，他们一下子就说：“老师要开苹果船了！”他们个个都坐得笔直，等着我把船开到自己的嘴巴里，那样的情景让我感觉特别好。在开展英语活动时，我又用开水果船来激励幼儿的积极性，这样他们学习英语的确认认真了很多。但有一次吃完点心后，我发现自然角的一个苹果缺了，仔细看，是被谁啃了几口。我很纳闷，他们这么小怎么就敢偷吃呢！也许太想开苹果船，而没有得到，就自己吃了起来吧！疑惑归疑惑，我还是集体活动时批评了这种现象。

这个主题中强调发挥孩子的想象力，我觉得应该重点结合幼儿动手操作的能力。由于材料和时间的限制，我还没有来得及组织用橘子皮做粘贴画的时候，一股强冷空气的到来让我们进入了“寒冷的冬天”这个主题，由此我觉得有些遗憾。

三、反思：

在开展主题活动中，我常常不知所措，因为缺乏经验，我总觉得自己不能很好地利用现有的教材。有时候觉得某些内容不太有趣，有时候收集材料又有难度，有的时候又有解不开的疑惑。正如案例中我的疑惑一样，我到底应该怎么办才好？是不是该找出肯苹果的人到底是谁，然后在集体前交流这个问题；还是应该单独教育。单独教育的后果肯定是其他小朋友不知道这样是不可以的；而集体教育会伤害当事人的自尊心。类似这样的困惑很多很多。又如：大主题下的很多小主题到底该怎么样有序的开展？哪些子主题可以结合起来开展？大主题之间又可以怎么样更好的结合起来？因为有许多主题之间有交差或重复的部分，存在同时开展的条件。

此外，我觉得二期课改整合开展主题活动的理念，非常有利于幼儿多方面认知和能力的发展，让幼儿多视角地探索一系列相关联的事物。但我觉得我们现在所使用的教材没有很好地体现出这一思想。比如在“苹果和橘子”这个主题里面，教材上就安排了一些不怎么有趣的儿歌和故事，来提升幼儿的认知经验；并预设了用橘子粘贴菊花或螃蟹的活动内容，没有将主题内容和幼儿美工技能有机地结合。幼儿美工能力的发展是循序渐进的过程，这样跟随主题活动很突然地安排这样的内容，没有任何技能铺垫性活动，开展下来的活动效果不太好。我感觉这样开展活动下来，幼儿技能发展没有经历一个积累的过程，反而会扼杀幼儿动手操作的兴趣。我平时没有深刻钻研教材，以至于不能灵活有机地运用教材，以后我应该加强这方面的工作。