

# 2023年一年级心理健康教育心得(大全20篇)

写实习心得是对实习经历进行深入思考和分析的过程，可以提高自己的思考能力和问题解决能力。接下来将为大家提供一些实习心得的范文，供大家参考和学习。

## 一年级心理健康教育心得篇一

帮忙学生明确学习的目的，培养对学习的兴趣，变“要我学”为“我要学”。克服学习上的困难，掌握正确的学习方法，获得成功的学习体验，增强对学习的自信心。

古往今来，凡有成就者无不对自己所从事的事业有强烈、浓厚的兴趣。这天我们就来学习兴趣在学习中的作用。

1、边读课文，边思考：“小雨原先对学习不感兴趣，之后对学习又产生了兴趣？”

提示：原先他不喜欢数学，是因为基础差，家庭环境不好，影响了他对数学的兴趣。之后在老师的帮忙下，他有了成功的学习体验，才由厌学变成了乐学。

2、要想做学习的主人，就要培养对学习的兴趣，怎样培养学习的'兴趣呢？

a□用目标去引导兴趣□b□用成功去激励兴趣□c□用特长去确定兴趣。

1、对话资料第一次能够按照书上带给的例子进行示范。

2、重新编组后的对话资料，就不要重复书上的资料，学生可根据自己的学习兴趣，答出自己喜欢的学科。互相交流，增

加学习兴趣的广度，以便学好各门功课。

3、教师小结：教师小结重点突出兴趣的特征——一个它是它的稳定性，我们每个人就应有自己的学习兴趣，学习兴趣确定后，就要持续相对稳定，持之以恒，将来才能有所作为；另一个是兴趣的转移性，小学学习是打基础的学习，就应学好各门功课。兴趣是能够培养的，透过兴趣的转移，学好自己原先不喜欢的学科。

## 一年级心理健康教育心得篇二

作为一名小学一年级的学生，我曾经对排球这项运动一无所知。直到有一天，我在学校的体育课上第一次接触到排球，才真正了解到这个运动的魅力。当时，我被操场上运动员们紧凑有序的配合和球的悦动姿态所吸引。好奇心驱使着我主动请教我身边的同学，试图掌握这项运动的规则和技巧。在试着接触几次后，我逐渐喜欢上了排球，并决定全身心地投入这个运动。

### 第二段：不断学习排球技巧的过程

投身于排球运动并非易事，尤其是对于一个小小年纪的孩子来说更不容易。然而，从一年级开始，我意识到要想在排球场上出类拔萃，必须从技术基本功开始练习。于是，我带着一颗求知欲的心扎实地学习和提升排球的各个技巧。我向老师请教，向队友倾听，通过与他们不断的交流和练习，我逐渐掌握了传接球、发球、扣球等基本技术，并在实践中不断完善自己。

### 第三段：与队友的默契配合

排球是一项合作性极强的运动，一个良好的团队配合是必不可少的。我深刻体会到了与队友的精诚合作是如何促进球队实力的提升的。在球场上，我们经常进行默契配合的训练，

比如密切关注对方的动作、利用眼神和手势进行沟通、合理的分工等。在这个过程中，我学会了如何主动站位，如何协调队友的动作，如何以正常的心态接受和改善自己的不足。只有通过不断的默契练习和相互信任，我们才能在比赛中取得好成绩。

#### 第四段：挫折与坚持的较量

在学习排球的过程中，我也曾经历过不少的挫折和失败。比如在接球时没有准确地控制好力度，球很容易飞出界外。每当遇到这些困难时，我被打击得丧失了信心。但是我明白，成功几乎总是在坚持和努力后才会到来。于是，我鼓起勇气重新面对挑战，不断调整自己的姿势和动作，寻找到解决问题的方法。慢慢地，我的接球技术也有了明显的提高，挫折和坚持的较量使我更加坚韧，更加勇敢地面对未来的困难和挑战。

#### 第五段：排球带给我的收获

通过一年级时的学习和训练，我逐渐为排球这项运动所深深吸引。它不仅培养了我坚毅、勇敢、团队合作的精神，还提升了我的反应速度和专注力。与队友们一起征战球场，我感受到了团队的力量和集体的荣誉，增强了对集体的责任感和集体荣誉感。我还结识了很多在排球中志同道合的朋友，我们互相鼓励、帮助，一同进步，一同成长。这个过程不仅让我更加热爱排球，也让我学到了很多关于努力和坚持的宝贵经验。

总结：通过一年级的学习和实践，我对排球这项运动有了更深入的了解。排球不仅是一项身体的锻炼，更是锻炼团队合作能力和培养个人品质的重要途径。通过坚持学习和练习排球，我深刻体会到只有舍弃畏难情绪、毫不气馁，才能不断提高自我并最终取得胜利。我相信，在未来的日子里，排球将继续陪伴着我，带给我更多的快乐和成长。

## 一年级心理健康教育心得篇三

作为小学一年级学生，写作是我们必须掌握的能力之一。在这学期中，我们也学习了不少的作文技巧。写作已成为我生活中不可或缺的一部分，它不仅帮助我表达自己，也让我更加深入理解所学知识，使我变得更加自信独立。

### 第一段：了解写作的基础知识

在初学写作时，我首先需要了解作文的基本要素。如题目、题意、主题、目的等。通过初步了解后，我们还要根据不同的作文类型，恰当地运用语言，合理分段，使文章表达更为流畅。例如，记叙文会根据情节发展进行时空交错等描写，而议论文则要以清晰明了的方式阐述观点。

### 第二段：勤于阅读、词汇积累

对于小学生来说，将大量时间放在阅读上十分必要。通过阅读不同类型的书籍，可以让我们更好的理解语言、领略情感、丰富词汇。例如，童话故事可以提高阅读理解和写作思维能力，科普读物则可以扩大常识面，这些都能让我们在作文的时候更加得心应手。

### 第三段：多思考，多积累

写作是一个思维活动，也需要消耗大量的知识和想象力。每当我遇到写作题目，我总是先耐心琢磨，思考写什么、怎么写，有什么体现文采的技巧。而后，我会用笔标注出主要思想并加以条理化，整理出各开头、中间、结尾的表达内容。每当我遇到好的句子，词语，我也会做好笔记，让这些优秀的语言奠定了自己的语言基础，为自己以后的写作铺平道路。

### 第四段：温故知新，反复操练

在写作的时候，不能只知道基础知识和技巧，还要进行反复的操练和练习。这既可以是写作练习，也可以是口头表达练习。练习的过程可以逐渐提高我们的写作水平和讲述能力，在平时的课堂练习，美文展现等多媒体领域中，也要多加利用，除了积累阅读体验，潜移默化形成过硬的语言耳朵，也能让我养成写作的好习惯。

#### 第五段：自信，勇敢表达

写作的目的是为了更好地表达自己的想法和感受，同时也能够反映我们所学知识和思考问题的能力。在写作中，我首先要有自己的思想，意见和态度，只有这样，才能写出富含信息、个性突出的文章，逐渐提高自己的语言表达能力。总之，写作能力的强大是需要平时的积累基础上形成的，不是一朝一夕就能够完成，必须长期坚持。希望在今后的学习道路上，我能更加努力，持之以恒，慢慢提高自己的写作能力。

### 一年级心理健康教育心得篇四

通过学习《中学生心理健康教育》，使我觉得当今社会竞争激烈，小考、大考、升学率、家长抓、学校老师抓，造成孩子幼小的心灵里承受重大压力，心理压抑得不到一定的宣泄。然而现在的独生子女都以自我为中心的问题也显得越来越严重；再如，由于家庭的残缺，父母离异、丧父或丧母的单亲家庭，外出打工的子女隔代抚养孩子等现象，都使孩子缺乏良好的生活和教育环境。面对这些问题，作为一名教师，感到责任和压力都挺大的。

通过这次的学习培训，使我重新认识中学生心理健康教育的重要性，心理问题已成为现在学校教育最棘手的问题，不良心理会对现代教学带来极大的危害。通过学生心理问题的分析来解决或消除一些学生比较常见的心理问题，促进教学工作的正常开展，让教学始终运行在良性轨道上。

通过这次培训了解到当前学生心理问题的主要表现。学生心理问题的现状是从事研究的中学生心理健康前提。本人通过自身多年的从教发现不少学生存在的心理问题，加以分析和整理，主要有厌学、执拗、自我为中心、孤寂等几种。

学生心理问题的分析是解决学生心理问题必须首先剖析的。中学生心理问题的形成主要有内部自身的因素和外部客观世界的影响两个方面。内部主要是由学生年龄的增长而随之出现的心理和生理的成熟造成的。外部主要是学校，家庭和社会，其中家庭是学生心理问题产生的温床，学生的主要心理问题都来自家庭，家庭的氛围和家庭经济以及家庭成员的素质、态度是其产生的直接原因，学校对学生心理问题的形成主要来自于学习的压力。此外社会的冷漠和残酷促成了学生心理问题的产生。

学生心理问题的对策是我们学习的目的和意义所在。针对学生存在的心理问题，要根据实际，采取相应的措施。主要从两方面着手，一方面，学校教学，这是解决学生的心理问题的主渠道。以班主任为核心，多角度进行辅助教育和熏陶；另一方面，利用其他可以利用的资源进行教学。

通过这次的培训丰富了我的专业知识，并接触了最新的心理研究成果和发展动向，使自己的教学工作能够置身于一种新的高度，受益匪浅。无论怎样，中学生心理健康教育是管理和教育好学生的基础，是需要不断的去努力学习和寻找方法来针对问题进行教育。

小学6年级心理健康教育心得体会5

## 一年级心理健康教育心得篇五

4月23日我参加了中学生心理健康培训，通过培训了解了新时

期对健康理念的重视使我们不容忽视。现将本次学习的感悟总结如下：

本次学习让我更深刻的意识到教师心理健康学习刻不容缓。无论是从教师自身，还是从学生的角度去考虑，我们教师都有必要去学习这方面的知识。其实每个人都存在不同程度的心理问题，只是有些时候大家忽视了它的存在，或者有意识的否认它的存在。所以我们每一个一个正常的人都需要学习一些心理学方面的知识，更何况我们这些被称为灵魂的工程师的教师呢？教育是心与心的沟通，我们面对的不是一成不变的事物，而是有血有肉，有思想，有着复杂情感的人。

有句话说得很好，只有心理健康的教师才能培养出心理健康的学生。从某种意义上来说，心理不健康的教师对学生身心造成的危害，远远超过其教学能力低下对学生学业所产生的影响。教师的心理健康更是直接关系到学生的心理健康、学业成就和人格发展。因此，教师心理健康是培养儿童心理健康的必要前提，维护教师心理健康对于培养合格人才促进教育和谐发展具有十分重要的意义。

一个优秀的教师应该能够处理好两个方面的关系——既关注学生的心理健康，同时也重视自己的心理健康。优秀的教师在需要的时候能承受巨大的压力，但他绝不应让自己一直处于压力之中以至于身心俱损，影响工作和生活的正常进行。身为教师，只有不断提高自身的综合素质，不断学习和掌握新的知识，尽快适应新的教学观念，掌握新的教学方法，达到新的教学要求，才能寻求新的发展，也才能真正拥有心理上的安全感。教师不断地接受新知识，开拓自己的视野，也能使自己站在更高的角度看问题，以更平和的心态对待生活和工作中不尽人意之处，更少地体验到焦虑和挫折，对维护心理健康有重要意义。此外，教学的目的就是教书育人。

为了让学生形成健康的心理，教师就要不断完善自己的人格，不断提升自己的人格魅力。良好的性格、高雅的气质、卓越

的才能以及高尚的道德品质将对学生产生潜移默化的熏陶与教化作用，真正作到为人师表。只有形成学校、家庭、社会的心理健康教育网络，齐抓共管，学生的心理素质和心理水平一定能朝着健康的方向发展。

心理健康教学体会

## 一年级心理健康教育心得篇六

### 第一段：对排球的初次接触与感受

作为一名一年级的的小学生，当我第一次接触到排球运动时，我感到非常新奇和兴奋。排球是一项团队合作的运动，要求队员们相互配合，互相传球、接球，并且最终把球放到对方的场地上，不免让人们对于这项运动充满了期待。所以，在我第一次踏入排球场时，我感到非常激动，也开始了我对排球的探索之旅。

### 第二段：团队合作与身体素质的提升

参与排球活动之后，我逐渐明白了团队合作的重要性。在排球比赛中，队员们要相互协作，密切配合，才能完成一次顺利的进攻，争取得分。正因为如此，我们在队内的联系越来越紧密，我们也变得更加团结，互帮互助。在这个过程中，我的身体素质也得到了明显的提升。通过频繁的搏杀，我学会了跳跃接球、发球、扣球等基本动作，并且通过练习，我的身体灵活性和协调性也有了明显的提高。

### 第三段：培养耐心和坚持的品质

我发现在排球比赛中，最重要的是耐心和坚持。有时候，我们会出现失误和失败，但这并不意味着我们放弃的理由，反

而应该倍加努力，不断提高自己的技术水平。在比赛中，我们经常会遇到强队，输得很惨，但是我们不会气馁，而是耐心学习对方的技术，找出我们的不足，努力改正。正是通过这样的坚持努力和耐心的付出，我们才能够在比赛中不断进步。

#### 第四段：培养团队精神和友谊

参与排球活动让我明白了团队精神和友谊的可贵。在一个完整的排球队伍中，每个队员都扮演着不可或缺的角色。每个人都有自己独特的技术和特点，没有谁能单凭一个人的力量完成比赛。因此，我们要相互信任，团结合作，克服困难，共同实现一个共同的目标。在这个过程中，我们建立了深厚的友谊，一起经历了成功和失败的喜怒哀乐，也一起成长。

#### 第五段：体验成功的喜悦和自信的提升

参与排球活动给我带来了成功的喜悦和自信的提升。在排球比赛中，当我们成功完成一次精彩的配合和得分时，那种喜悦和骄傲的感觉真的无法言喻。这种成功的喜悦不仅给我们自信，也让我们更加有动力去克服困难，不断进步。通过排球活动，我逐渐意识到自己的潜力和能力，也对自己有了更多的信心。

总结：通过一年级的排球训练，我深刻体会到了团队合作、身体素质、耐心和坚持、团队精神和友谊以及成功喜悦和自信的重要性。这些都是我在排球活动中得到的宝贵经验和体验。我相信这些经验将会对我未来的学习和生活有着深远的影响。无论是在哪个领域，只要我们拥有团队合作精神和自信，就能够发挥出最好的自己。希望我能够一直保持初心，坚持锻炼，不断提高自己的排球技术和综合素质。

## 一年级心理健康教育心得篇七

在复杂多变的社会环境中保持良好的心理适应，是抗拒诱惑、承受挫折、自我调节的关键。因此，学校教育不仅要培养学生的智力，而且要进行专门的心理素质、心理健康教育。要提高全体学生的心理素质，充分开发其潜能，培养学生乐观向上的心理品质，促进学生人格的健全发展；使学生在生活中不断正确地认识自我，增强调控自我、承受挫折、适应环境的能力；培养学生健全的人格和良好的个性心理品质；对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导。为了更好地了解学生的心理状况，特总结中学生心理特点如下：

### 1. 情绪。

包括焦虑、强迫、抑郁、烦躁。具体表现为：厌恶学习，上课注意力不集中，思考乏力，听课不认真，不认真做作业，但又想把学习成绩提上去，产生了焦虑；有些同学害怕或回避上学，或有恐惧反应；有些同学有矛盾观念和愤怒反应，易激怒，依赖性增强。

### 2. 行为。

学习不太好的学生大多都有行为问题，主要表现为：

第一，自控能力差。以前学习良好，成绩不错，后来受心理成长因素的影响，学习中表现为学习困难，上课无法集中精力，记忆力下降，复杂的题目无法集中精神解决等；因注意力不集中、常常不能持续做一件事，莫名其妙地终止作业或看书，上课摆弄物品或发呆、思想不集中等。

第二，不能很好地适应社会。性格变得孤僻，不愿与同学交往，学习、生活缺乏积极性，上课不愿回答问题，身体困乏，不能积极参与集体活动。

第三，品德标准不明。现今社会中青少年犯罪率不断升高，与品行标准不明有很大的关系。行为违反无法控制，思虑不周，如说脏话、打架、说谎、偷东西、抽烟、喝酒、离家出走等现象均有可能出现。

### 3. 生理。

中学生正处在青春发育期，也是人生身体发育的第二个高峰期。在这一时期，学生无论在身体的形态上、机能上，在脑和中枢神经系统的发展上，还是在肌肉力量上和运动能力上，都发生着急剧的变化，生理上的这些发展又为他们的心理发展提供了基础。

中学时代是人由儿童走向成熟的过渡阶段。此时的人既有别于成人，又非昔日幼稚的顽童，其最大特点就是身体、心理的迅速成长和发展。中学生的生长发展是一个不断变化的过程，其中既有积极、进步的变化又有消极的变化。处于青春期的中学生，在身体形态和技能上，在急速的发展中往往会产生不平衡，引发各种矛盾和问题，如果处理不当便会产生不良后果。这一时期被德国心理学家称为“暴风雨时期”，美日心理学家称之为“危险期”。

### 1. 行为。

中学生行为观察的目的性、自觉性提高了，思维已由形象思维发展到逻辑思维为主，并由经验转向理论，表现在逻辑思维的的组织性、敏捷性、灵活性、深刻性、批判性的发展上；在面临问题时能够较快地从根本上抓住矛盾焦点，能够独立、批判地思考，对同学、老师、家长、书本有自己的认识和看法，喜欢争论和怀疑，敢于发表自己的观点，不迷信权威。

### 2. 情感。

中学生的情感丰富，高亢而热烈，富有朝气，容易动感情，

也容易激怒，情感体验比小学生深刻；对未来充满了憧憬和幻想，具有活泼愉快的心境；自我调节和控制能力提高了，情感有时带有矛盾性和两极性；由于性发育和对未来的向往，在异性交往中有时会遇到困惑。

### 3. 意志。

中学生意志的特点主要表现在目的性、果断性、自制力几个心理品质上，能够有目的、自觉地做出意志决定和努力；在果断性上有了显著发展，自控能力不断增强。

### 4. 人生观、价值观。

年龄的增长、视野的开阔及受教育年限的延长，使中学生开始对人生及世界进行思考和探索。

### 5. 道德品质。

学生的品德有一个完整的结构，即道德认知、道德情感、道德意志、道德行为，它们相对独立又彼此联系，密不可分。道德认知表现在道德思维的发展和道德观念的建立上；道德情感是人的道德需要是否得到实现而引起的主观的内心体验，它伴随着道德认知的发展而加深；道德意志表现为战胜非道德的动机、排除困难的决心。

依据我国教育指导思想和方针，坚持育人为本，根据中学生生理、心理发展特点和规律，运用心理健康教育的理论和方法，培养中学生良好的心理素质，促进其身心全面健康和谐发展，是我们义不容辞的责任。

## 一年级心理健康教育心得篇八

小学一年级作文是小学阶段的第一个重要任务，作文不仅考验着孩子的书写和表达能力，还是一个培养孩子语言表达和思维能力的过程。在小学阶段，孩子必须学会如何写好作文，为以后的学习和生活打下坚实的基础。本文结合自身经历，总结出写心得体会的小学一年级作文的五个方面。

首先，需要培养神清气爽的写作状态。小学一年级学生需要有良好的写作状态来更好地完成作文。我们可以让孩子坐得舒服，保持加湿，减少噪音，让孩子有一个安静、整洁、温馨的写作环境。并且，孩子的精神状态也需要考虑。如果孩子疲劳或困倦，那么写作会变得力不从心。因此，在让孩子写作之前，我们需要给予孩子适当的休息时间，让其精神状态恢复。

其次，需要切实提高表达能力。表达能力是写作的核心所在。要提高表达能力，我们需要给小孩提供更丰富的写作技巧，并加以指导和实践。在写作技巧方面，我们可以引导孩子进行大量的阅读，并让孩子练习各种类型的作文，如记叙、说明、议论等等。此外，在指导方面，我们需要耐心倾听孩子的意见，认真阅读孩子的作品，了解孩子的表达风格，并逐步引导孩子进行改进。

第三，需要加强思维能力。写作不仅是表达能力，也是思维能力的展示。在小学一年级，培养孩子的思维能力是很重要的。我们需要孩子学会观察，思考问题，积累素材，并将其转化为自己的作品。同时，我们需要教孩子如何在写作中进行分析，归纳和总结。通过培养孩子的思维能力，可以使其自信地进行表达。

第四，需要注意语言的正确性。语言的表达能力，不仅指孩子的写作素质，还包括语言的正确性。语法、单词拼写、句式和用词都是小学一年级写作需要考虑的方面。我们必须帮

助孩子学习并强化这些基础知识，并在写作中不断修订和改进。

最后，需要给予小孩夸奖和鼓励。在完成作文后，我们需要及时给孩子夸奖和鼓励。这是让孩子从心理上得到满足的重要途径，并且激励孩子进行更加努力和创造性的写作。同时，也能让孩子对自己产生一种积极的自我评价，并形成自信和自尊的心态。

总之，写作从某种意义上来说是一个技能，但更重要的是心理素质和态度。我们需要培养孩子独立思考、创造性思维、自信自尊等象征人格强大并能够修饰灰色生活的高情感素养，这是很重要的。希望各位家长和老师能够共同努力，培养更多具有高情感素养和优秀写作技巧的孩子。

## 一年级心理健康教育心得篇九

通过几次家长学校的学习，收获很多。虽然我自己也是一名教师，但我从家长学校中也学习了很多东西，受益非浅。主要有这样几方面体会：

### 一、要注重对孩子进行情感、态度、价值观的教育

第一期家长学校聘请的特级教师钱金铎老师所做的如何对孩子进行数学辅导的讲座，对如何辅导孩子做数学作业大有裨益。尤其是在辅导中要重视对孩子进行情感、态度、价值观的教育，对孩子数学的学习可起到事半功倍的作用。听了之后，让人感觉受益非浅。

### 二、要学会培养孩子良好的阅读习惯

听了张和珠老师的讲座，对培养孩子阅读能力的重要性有了充分认识。以及如何培养孩子良好的阅读习惯，应从何入手，有好多收获。

比如要引导孩子多观察自然、观察社会，从而发现问题，产生疑惑，萌发求知欲望。要适当满足孩子对读物的兴趣取向。为孩子订购图书、报刊时，要尽量采取指导、建议与商量结合的态度。要多鼓励孩子读书，给孩子一定的自主权，让孩子自己选择一些感兴趣的图书，从而逐步提高阅读的能力。

培养孩子良好的阅读习惯，还可带孩子去书店，让他自己挑选自己喜爱的书。对孩子养成良好的读书习惯也是大有裨益。

其次，培养孩子良好的阅读习惯，要激发孩子阅读的兴趣，提高和保持孩子读书的热情。

心理学分析，只有不断地利用外界刺激加以强化，兴趣才能保持持久和稳定。当孩子对某种读物产生兴趣时，要采取主动参与的态度，对孩子的读书活动给予关注。找机会让孩子讲书中精彩的内容，讲他的感想，参与孩子讨论读后感。结合孩子在语文课学过的有关内容“借题发挥”。这样强化孩子的读书兴趣，使之坚持读书热情。

当孩子读了书、增长了知识，产生了感想，提高了能力，获得了进步，要及时给予肯定。在阅读过程中好可以帮助孩子掌握一些简单的常用字，而不是孤立的去识字。正确的引导，孩子从中体验到阅读的愉快从而产生再阅读的愿望，抓住时机，对良好阅读行为进行强化。

最后，为孩子读书创造条件，优化环境。

张和珠老师强调外界环境条件是孩子读书的外因，父母的素质、住房的条件、家庭生活习惯、住地环境的氛围等诸多方面均是影响孩子读书的因素。父母应起表率作用，多读书多看报，不断更新和增长知识，对孩子起到潜移默化的作用。家庭生活习惯要注意，如果孩子看书，家长应对孩子读书的干扰；要给孩子创造一个小天地，有明亮而柔和的光线，舒适的桌椅，实用的书柜，有这样一个适宜放松的环境，使孩子

感受到读书是一种享受。

### 三、要重视孩子的心理健康

孩子的心理健康关系一个民族的未来。如果自私、冷漠、孤僻、只讲索取不愿奉献占了上风，真让我们为未来捏一把汗。知心姐姐告戒我们家长不要片面看待孩子的分数，只抓分数而忽视了非智力因素，这样会给孩子带来许多心理问题：敌对情绪、心理负担重、脾气古怪、不关心他人、自私自利等。因此，家长必须转变观念、实事求是根据孩子的实际情况设置目标，重视孩子的全面发展。培养一个真正完整的人。

## 小学6年级心理健康教育心得体会2

### 一年级心理健康教育心得篇十

小学一年级作文的写作是小学阶段学习的基础，是培养学生语言表达能力的重要途径。如何写出一篇通顺、有意思的小学一年级作文？在学习的过程中，我逐渐明白了写作要点和技巧，积累了一些写作的心得和体会。

#### 第二段：认真观察和思考

写作的第一步是观察和思考。我们应该积极观察周围的事物，学会把日常生活中的点滴转化为文字，写出生动的作文，这需要我们有充分的想象力，在文字中表现出观察、感受和思考。写作的过程中，我们应该多思考，多动脑筋，注重遣词造句和语言表达的准确性，让文字表达更清晰，更有感染力。

#### 第三段：勇于表达和尝试

千里之堤毁于蚁穴，素材的积攒需要勇于表达和尝试。我们

要勇敢地表达自己的见解和思想，不畏惧错误和失败，多进行语言试探，探索新的表达形式和语言技巧，不断提高自己的语言水平和写作能力。在这个过程中，我们也要学会批判性地思考，认真梳理文章的逻辑性和连贯性，让作品更加有说服力。

#### 第四段：文笔的提升和积累

要想写出好的作文，文笔的提升和积累是必要的。积极借鉴前人的经验和方法，学习修辞、设想和概括等有关文章写作的技巧，找出自己的写作方式和特点，培养自己的写作风格。在平时的读书和阅读中，还要注重参考好的文学作品和优秀文章，积累好的语言素材和文化背景知识，写作也要用到自身的经验和知识储备。

#### 第五段：总结和体会

在小学一年级的写作学习过程中，我逐渐收获了很多，不仅提高了语言水平和表达能力，还锻炼了观察、思考和动手能力。写作虽然是一个个体的行为，但是一个好的课题、一个好的想法或一个好的文章，都不是一个个体能够达成的。我们需要借鉴别人的经验和方法，学会思考，不断尝试和进步。我相信，只要稍加努力和持之以恒，我们一定能够写出更好的作文！

### 一年级心理健康教育心得篇十一

使学生了解洗手的好处多。为了就自己的身体健康，从小养成勤洗手，正确洗手的良好习惯。

从小养成勤洗手的良好习惯。

自己正确洗手。

媒体、黑板

## 一、介绍手的作用

### 1、介绍手的作用。

可由学生来说，总结到手对人是很重要的，我们要保护好手。

### 2、说一说手易感染细菌

让学生说，在哪些地方手容易感染细菌，所以要勤洗手。

### 3、正确的洗手方法，分三步，并示范给学生看。

### 4、勤洗手

饭前便后要洗手，手脏了就洗手，养成勤洗手的习惯。

## 二、做一做

请同学们在前面做一做，看谁最正确，由老师和同学们来评说一下做得较好和做的不够的地方。

## 一年级心理健康教育心得篇十二

小学一年级是我们孩子的第一年高强度学习，也是他们开始独立生活的一年。通过这一年的学习和生活，我深深感受到了孩子成长的点滴变化和成就。在这个阶段，孩子们逐渐形成了一种积极向上的学习态度，培养了良好的学习习惯，并开始逐渐理解和践行课堂中老师的要求。在这篇文章中，我将以五段的结构为线索，分享小学一年级孩子的成长心得体会。

### 第一段：适应新环境

刚上小学一年级，孩子们首先要适应的是新的学习环境和学习氛围。对于许多孩子来说，这是他们离开家庭的第一次，需要与陌生人相处。起初，我曾担心孩子能否适应新环境。然而，在老师的关怀和同学们的热情帮助下，孩子们很快就适应了新的环境。他们在课堂上积极主动地参与讨论，展示自己的才华，逐渐成为了团队中的重要成员。

## 第二段：培养良好的学习习惯

在小学一年级，学习习惯的培养显得尤为重要。通过每天做作业、整理书包、按时完成任务等活动，孩子们逐渐养成了良好的学习习惯。我发现他们喜欢有序、干净的学习环境，喜欢按时完成作业并认真复习课堂知识。这些习惯使得他们能够更好地理解和消化所学知识，并为进一步学习打下了良好的基础。

## 第三段：形成积极向上的学习态度

小学一年级是孩子们开始认真对待学习的阶段。经过一年的学习，我看到了孩子们对学习的积极态度。看到他们追求知识、追求进步的动力，看到他们乐于助人、乐于接受挑战的精神，我为他们的成长感到由衷的高兴。我们家的孩子在数学、语文等学科方面都有了长足的进步，并且在班级比赛中多次获得荣誉，让我真切地感受到了他们的成长和进步。

## 第四段：理解和践行课堂要求

小学一年级的孩子刚开始接触正式的学习，对课堂教学的理解和践行是他们成长过程中的重要一环。在这一年中，孩子们意识到老师在课堂上的要求是为了培养他们的学习兴趣和能力。他们学会了认真听课、积极思考问题，也学会了课后复习和预习。通过这样的努力，孩子们的学习成绩得到了显著提升，并且在课堂上也能够主动与老师和同学们交流和互动。

## 第五段：把握成长的机会

通过小学一年级的学习和生活，孩子们逐渐明白了成长的机会是有限的，他们要把握好每一次机会去学习和进步。正是因为这样的认识，他们在学习中更加努力，更加积极向上。在课堂上，他们勇于提问和表达自己的观点，在班级活动中，他们积极参与并发表自己的见解。这些都是他们成长过程中的宝贵经验，也是他们未来更好发展的基础。

在小学一年级的成长中，孩子们通过适应环境、养成良好习惯、培养积极向上的学习态度、理解和践行课堂要求以及把握成长的机会，逐渐成长为独立、自信、有思想的小学生。通过一年的努力，他们取得了很大的进步，并为以后更高阶段的学习打下了坚实的基础。同时，我们作为家长也要时刻关注孩子的成长，给予他们充分的鼓励和支持，让他们在未来的学习中展现出更大的成就。

## 一年级心理健康教育心得篇十三

### 1、一般心理特点

1、独自进入新环境：孩子进入小学后就开始独立处理周围环境的事情，摆脱对大人的依赖了。由依恋不舍到轻松愉快，这是一年级学生的共同特征。过去听父母讲的一些事，现在可以独自去看，去听，无拘无束地去干自己想干的事，这种新鲜感充满了孩子的头脑。

2、娇宠儿在增加：上学以后少数孩子还离不开妈妈，这是心理没有断乳的表现。这种孩子看不见母亲会感到不安，在众人面前不敢说话，回到家以后马上换了模样，大喊大叫，恢复本来面目。孩子的心理离乳是普通家长感觉不到的问题。发现了也不知怎么处理，只是强迫孩子按大人的意志上学，回家也不准大喊大叫。这种反意志行为恰好给孩子增加了不安的心理成分。

现实中这种问题是两种因素造成的，不能简单归结为父母溺爱孩子，还应看到社会因素。由于社会安定性较差，孩子的人身安全缺乏保障，家长不得不随时保护孩子。另外，居住环境封闭，活动空间减少，独生子女只能伴随在父母左右，客观上使孩子得到了过多的照顾，造成娇宠儿增多。

3、注意多变的事物：一年级学生很敏感，容易学会过去自己不懂的东西，所以提出的问题特别多。有人认为孩子爱提问是善于思考的表现，其实这个阶段的孩子都有这个特点，只不过有的孩子爱说，有的孩子把疑问藏在心里，不表达而已。

当孩子意识到“我已经是一名小学生了”的时候，行为也会发生一些自觉变化。让他帮忙做一些事会很积极地响应，表明孩子开始明白一些社会责任了。

## 2、入学后的适应期

1、以什么心态对待入学：孩子到了新环境中会拘谨或害怕。对待孩子的情绪变化，只给予适当的引导就可以了。除了学习用具和礼仪方面的准备，还有孩子自我清洁、自我保护等自理能力的锻炼。如果这方面不过关，也会影响孩子的自信心。

2、认识老师：“老师可怕吗？”许多孩子都关心这个问题。

3、熟悉学校环境。

## 3、学习

对于一年级的孩子，从生活中玩耍中学到的知识，要比书本上学到的知识更重要。这在发达国家已是共识。通过自身体验获得知识能使头脑更加活跃。

保持愉悦的学习情趣。不论成绩如何，孩子首先要保持愉快乐观的学习情趣。不要把学习知识当作负担。

#### 4、不愿意上学的孩子。

开学以后两三个月左右，大部分孩子都习惯了学校生活，但有少数孩子不愿意上学。原因可能有：

其一，被小朋友欺负。由于家长的粗心，或经济拮据，在衣服文具饰物等方面比同学们差，被人瞧不起，自己想得到可家长又不允许，这种情况下很容易造成被欺负或自卑感。

其二：不能完全理解老师的讲课内容，自己又不敢发问，呆在那里，慢慢造成恐惧心理。

其三：活动缓慢而落后于人。这一般是家庭溺爱造成的。由于家长总是帮助孩子做事，使孩子的手脚和感官接受锻炼的机会很少，等到和其他动作准确快捷的小朋友一起做某件事时，就显出活动不协调，速度缓慢。

其四：为上厕所而为难。

小学一年级学生刚告别幼儿园，踏入小学的门槛，一切都是新的，感觉非常不适应。他们天真烂漫，有强烈的求知欲和上进心。但是由于年龄小，正在成长时期，各方面都不成熟，幼小的心灵易受影响。有的因某些原因，导致孩子对学习失去信心，甚至出现厌学等心理问题。

心理健康教育是提高中小学心理素质的教育，是实施素质教育的重要内容。“以人为本”的素质教育，就要提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜能，培养学生乐观、向上的心理素质，促进学生人格的健全发展。如何培养学生良好心理素质，促进学生形成健康和完善的人格呢？可以主要从以下几方面入手：

## 1、 正常的生活是学生心理健康的保证

学习生活要有节奏，要养成良好的学习生活习惯。如按时上学上课，按时就餐，按时参加学校、班级各项活动、按时放学及时回家。小学生要从小养成良好的习惯，在校尊敬老师，友爱同学，助人为乐，热爱学习和劳动，遵守校纪校规，合理安排好学习和休息时间，做到劳逸结合。学习一旦形成了良好的生活方式和习惯，就会有良好的心理状态，就会对其所进行的学习产生兴趣，形成一种自觉性，并把学习看作是一种享受，从而形成良好的学习心态。

## 2、 健全的人格是学生心理健康的根本

培养小学生健全的人格很重要。学生在校学习生活不可能一帆风顺，在学习中会遇到许多意想不到的困难，会有竞争，也会有压力，更会有失败。要教育学生增强学习的自信心，培养自制能力，树立起与困难作斗争的勇气，要具有坚忍不拔的毅力，具备承受困难和挫折的能力；这就是我们小学生应有的健全的人格。

## 3、 积极营造健康和谐的学习环境

学校要为学生营造一个和谐的学习生活环境。一个好的学习生活环境，是培养学生心理健康的关键。学校和班级的环境对小学生心理健康有一种潜移默化的，渗透感染的力量，最容易为小学生所感知、仿效和接受，成为小学生行为的指南和方向。因此，作为班主任，我们要十分重视班风建设，经常举行班会活动，把班级建设成一个团结、向上、友爱、创新的班集体，让全班学生人人心理健康。

## 4、 教师首先要加强心理保健，提高心理素质

教师的作用是巨大的，教师的一言一行影响着学生。良好的精神环境依赖于教师完美的形象、高尚的品德和对教育事业

执着的追求。教师要不断地加强心理保健，提高心理素质，以自己的言行、健康的人格给小学生以积极的感染。在小学生提供精神环境的过程中，教师的作用在于引导小学生的心理活动和身心发展。教师不仅是环境的创设者，还要做小学生的观察者和引路人，小学生在和谐的氛围中形成良好的师生关系、同伴关系，引导小学生形成奋力向上、积极进取的个性品质，促进小学生心理健康成长。

## 5、 开展个别心理辅导

## 6、 家校配合

家长是儿童教育中不容忽视的重要因素，家校达成共识，协调教育方法，统一教育要求是促进小学生心理发展的重要保证。

我们要向家长宣传小学生心理健康教育的重要性，让家长对小学生心理健康教育有一个初步的认识。通过开家长会，邀请专家做有关小学生心理健康教育的专题，使家长对其有更深的认识。专家向家长介绍心理健康教育目标、内容与操作方法，使他们主动地配合学校的教育。通过家访，了解小学生在家的真实表现，对具体情况进行分析和总结，指导家长掌握教育小学生的科学方法。教师与家长通过面对面的有针对性的探讨，解决了许多实际问题，巩固和促进了小学生健康心理的发展。

总之，心理健康教育必须从小抓起。要以高尚的师爱之心去抚育幼小而纯洁的心灵，使孩子具有良好的心理素质，有了健康的心理，他们才能在各方面得到充分的发展。

## 一年级心理健康教育心得篇十四

小学一年级是每个小学生人生中的一个重要阶段，是他们开始正式接受学习的挑战的时候。回顾过去一年的学习和成长，

我深深地体会到了自己的长进和改变。下面，我将分享一下在小学一年级成长过程中的心得体会。

首先，我意识到了学习的重要性。在小学一年级，老师会专门辅导我们学习汉字和算术，每天都有大量的功课要完成。刚开始，我觉得任务很重，有些吃力。但是，随着时间的推移，我的学习能力逐渐增强，任务也变得轻松起来。我发现只要坚持学习，不断努力，就能够取得好成绩。我还学会了良好的学习习惯，每天都会按时完成作业，这让我在学习上更加有条不紊，也提升了我的学习效率。

其次，我成长了解决问题的能力。在小学一年级，我们会遇到各种各样的问题，有些问题可能很简单，而有些问题可能需要我们思考和努力解决。起初，当我遇到困难时，我总是张口向老师请教。但是，老师会告诉我：“要培养自己解决问题的能力，思考一下，你就会找到答案。”渐渐地，我开始学会独立思考问题，并尝试不同的方法寻找答案。有时候，我会通过和同学们一起讨论来找到解决问题的途径。通过这个过程，我的解决问题的能力不断提高，让我感到很自豪。

第三，我锻炼了自己的人际交往能力。在小学一年级，我们每天都要和同学们一起学习和玩耍。一开始，我有些害羞，不敢和陌生同学交流。但是，老师鼓励我们要互相帮助，团结合作。渐渐地，我主动和同学们打招呼并交流。我发现和大家相处融洽，与他们一起学习、一起玩耍，可以让我学到更多的东西，也让我感到快乐。现在，我与同学们的关系更加密切，他们成为了我生活中重要的朋友。通过与他们的交流，我学会了倾听别人的观点，学会了为集体利益着想。

第四，我提高了自己的注意力和集中力。在小学一年级，老师要求我们要认真听讲，专心学习。因为学习内容相对较多，如果我不专心听讲，就会错过老师的教导。一开始，我很难集中注意力，经常分心。但是，随着时间的推移，我发现当我集中注意力时，学习效果确实更好。所以，我决定努力让

自己能够更加专注。我学会了避免干扰，尽量不让自己分心。现在，我能够更好地控制自己的情绪和注意力，提高了学习的效果。

最后，我逐渐形成了正确的价值观。在小学一年级，我们学习了许多启蒙教育，了解了什么是好人、什么是正确的行为。老师告诉我们要诚实守信，要友善待人。这些教育深深地影响了我。我明白了做人的道理，学会了尊重师长和守规矩。我懂得了分享和关心他人的重要性，因此经常主动帮助其他同学。通过这些实践，我逐渐养成了正确的价值观，并认识到自己的责任和角色。

回顾小学一年级的成长，我感到很欣慰。在这一年里，我不仅学到了很多知识，还掌握了许多重要的能力和价值观。我相信这些收获会对我的未来产生积极的影响。我会继续努力，进一步发展自己的各方面能力，在成长的道路上不断追求进步。

## 一年级心理健康教育心得篇十五

小学一年级是孩子们迈入学校大门的重要时刻。我在小学一年级度过的每一天，都让我收获颇丰，体会颇深。我学会了很多知识，也锻炼了自己的能力，更重要的是，我在这一年里培养了良好的学习习惯和积极的心态。

### 二、学习知识的乐趣

在小学一年级，我经历了对汉字的初步认识和学习，学会了简单的加减法，了解了地球的形状和四季的变化等等。每个知识点都像一扇窗户，打开了我看到新世界的可能。我对学习充满了好奇心，每天都渴望去学习更多的东西。老师们用游戏的方式帮助我们记忆汉字，用实物让我们感受数学的乐趣，让我们对知识产生了浓厚的兴趣。

### 三、学习能力的提高

小学一年级是培养学习能力的关键时期。在这一年里，我逐渐养成了注意力集中的好习惯，能够专注于老师的讲解和课堂练习。我也学会了自主学习，老师只是起到引导作用，我们要主动去探索和解决问题。例如，老师给我们布置了一个绘制重力实验的任务，我们通过尝试、失败和改进，最终成功地完成了实验，并且从中学到了很多知识。

### 四、学习习惯的养成

小学一年级对培养学习习惯非常重要。我学会了按时完成作业，按时上交作业，并且养成了查漏补缺的好习惯。每天回家后，我会主动复习当天的内容，查找自己不懂的地方，并尽力去理解和记忆。对于想要给我打下手的同学，我会尽力帮助他们，帮助他们理解问题，并寻找解决方法。通过这样的做法，我不仅巩固了自己的知识，还加深了对知识的理解和记忆。

### 五、培养积极的心态

在小学一年级的学习生活中，我也面临过很多困难和挫折。有时候我会遇到难以理解的知识点，也会遇到自己做错题的情况。但是我学会了从失败中寻找经验和教训，不断调整和改进自己的方法，提高自己的能力。我明白了失败并不可怕，只要心态积极，愿意学习和成长，就能够战胜困难。在这一年里，我学会了坚持不懈地努力，追求自己的梦想。

### 结语

小学一年级是我成长的关键之年。通过一年的努力学习，我学到了很多知识，也锻炼了自己的能力，培养了良好的学习习惯和积极的心态。我相信，只要我保持这样的学习态度和努力，未来的日子将会更加充实和精彩。我期待着小学二年

级的到来，我将以更高的标准要求自已，迎接更大的挑战。

## 一年级心理健康教育心得篇十六

我们充分认识到心理健康教育应以了解学生为基础，以创设和谐气氛与良好关系为前提，以自身健康的心理去影响学生，本身就是一种最有说服力的心理健康教育。营造一种民主的、平等的、和谐的、安全的、充满人文关怀的、具有浓郁人情味的氛围和心理环境，真正减轻学生的心理压力和精神负担。

学校心理健康教育是全程的、全方位的心理健康教育，因此，日常教育中，注重整合各种资源，来发挥心理健康教育的合力。

### 1、充分利用课堂教学，扎扎实实推进心理健康教育。

课堂，是师生沟通的一个重要场所。在学科教学中渗透心理健康教育，是实现心理健康教育目标的主渠道。在课堂上，师生之间无时不在进行情感的交流和心灵的沟通，我注重挖掘教材中有利于培养学生良好心理素质的因素，通过巧妙的设计，通过组织各种活动，使师生之间达到共鸣和合声，实实在在推进心理健康教育。在课堂中巧妙地渗透德育思想、心理教育，努力培养学生正确的人生观和积极进取的人生目标。

### 2、通过学校开展的各种喜闻乐见的活动为契机来推进心理健康教育。

今年，我校开展丰富多彩的校园文化活动，为学生搭建表现才华的舞台，调节学生的身心，释放学生的潜能，并通过各种竞赛，来培养学生的合作精神、奋勇拼搏的精神等，这些，都在潜移默化中培养了学生良好的心理素质。本学期开展的活动把不怕困难，顽强拼搏，不怕失败，积极进取等良好的心理因素种植在学生心中。每次活动之后，作为心理老师，

在课堂上我都会进行适时教育，让学生将这种种良好品质的种子深深植于心中，这对学生今后的发展是有益的。

### 3、利用学校各种设施，推进心理健康教育。

开展心理健康教育，注重利用好学校的各种现代化设施，通过宣传橱窗、校园网、心理咨询室、热线电话等来开展形式多样，丰富多彩的各种心理健康教育活动。使学生在参与活动中，感受伙伴之间的团结协作的亲密友谊。

成长和发展从根本上来说是一种自觉和主动的过程，如果学生没有主动意识和精神，处于被动的地位，那么心理健康教育就会成为强制行为，变得毫无意义。为了引导学生主动参与，切实提高心育实效，在实践中尝试了以下的做法：

第一是利用学校各项宣传，使学生科学认识心理健康教育。许多学生缺乏对心理健康教育的科学认识。比如，有些学生认为心理健康教育的对象是心理有问题甚至是心理变态的人，所以难免对心理健康教育有抵触情绪。我们利用心理橱窗、心理小报等途径来宣传心理健康教育，在心理课堂上加大力度来宣传心理健康教育。通过这些途径宣传心理健康教育，提高学生的认知水平，加深他们对心理健康教育的科学认识。通过加大宣传力度，让学生科学了解发展性心理健康教育，来强化其参与心理健康教育来优化自身心理素质，提高自身心理健康水平。

第二是针对学生需要，开展各项心理健康教育活动。兴趣是学生最好的老师，在学科教学中是如此，同样，在心理健康教育中也一样。我始终本着“心理健康教育要蹲下来看孩子的需要”为原则对学生时时进行心理谈话。在课堂上，教学内容力求联系学生的实际，每课教学只要能有利于学生的心理健康，有利于学生的潜能开发，有利于学生的全面发展，都大胆进行尝试。

在学校生活中，有一些特殊群体的利益更容易遭到侵害，包括学习成绩落后的学生，比较调皮、淘气的男生，家庭条件差、父母下岗或离异的学生，有亲属患有精神病或正在服刑的学生，以及那些性格内向、怯懦、寡言少语的学生等等。这些少年儿童因生活中一些不尽如人意的事件而容易遭到学生的歧视，受到心理伤害的可能性也要比一般学生大得多。女生虽受到各种惩罚的经历比男生少一些，但却对惩罚怀有更多的恐惧，在心理上受到的伤害更大。对这类学生群体，做为心理老师，我努力从生活上、心理上、学习上关心、帮助他们，使他们找到自己的自信，防止他们在隐性伤害中过早对社会和自己丧失希望，走上自暴自弃的道路。具体做法是：

1、开展心理咨询，建立健全心理档案。学期初，都从学生自卑、自悲、自私、自负、学习焦虑、消极、厌学等方面对学生进行调查，在普查基础上根据其结果设立特殊学生心理档案。并在各个班级设立“知心姐姐”信箱以利于教师及时了解学生的思想动态，这样学校心理辅导老师及有关班级任课教师就能够依据不同情况，协同进行引导、教育。力争将心理安全隐患消灭在萌芽状态。

2、理解信任学生，消除对立情绪。对立情绪是学生受挫后的逆反心理反映。通过正面的、积极的教育，经过促膝谈心，提高他们的思想认识，增强理智。由于每个青少年都有较强的自尊心和上进心，都渴望得到别人的尊重、信任和鼓励，因此，遇事要征求他们的意见，维护其自尊心；同时，相信学生会有进步，要创设宽松、和谐的环境，消除对立情绪。

3、表扬鼓励学生，消除自卑。在教育中本着这样的原则：对学生的教育不要太急，更不能在公开场合大肆批评，而要根据因材施教的原则，依据循序渐进的要求提出目标和任务。善于发现学生的闪光点，及时肯定学生的优点，提高学生积极进取的自信心，获得了比较好的教育效果。

心理健康教育在我国发展的历史并不长，而且各地情况都不一样，开展心理健康教育并没有固定的模式可以借鉴，心理健康教育工作如何起到更好的作用，可以说是摸着石头过河。心理健康教育是全新的事业，这样，就更加需要有科研意识，在摸索中探索成功之路。在当前情况下，在我校开展行动研究是一线教师参加教育科研的主要方式，对学生喜欢的心理健康教育方式的调查等等，无不渗透着行动研究的理念。我觉得，为了使心理健康教育更好发挥其作用，在行动研究中积极探索心育之路也是一条可行的方式。本学期，我还和各位班主任老师交谈，针对自己在教学中碰到的特殊学生以及棘手事件，进行了交流和沟通，大家群策群力，获得了一定的启示。

实践证明，要使学生的心理得以健康发展，教育工作者必须掌握好心理知识，遵循学生心理发展的规律，在实践中灵活运用心理教育规律，探索学生的心理发展，总结心理教育的经验，与家庭、社会紧密联系，才能取得良好的成效。下学期，我将进一步挖掘、优化自身的教育资源，不断探索，开拓创新，深入做好小学心理健康教育这一工作。

## 一年级心理健康教育心得篇十七

新闻是我们获取信息、增长见识、了解社会的重要途径。在小学一年级，学生初步接触新闻，了解新闻的特点和作用，有助于培养他们的阅读兴趣、扩大知识面，同时也能提升他们的思维能力和判断力。下面将从“了解新闻的途径”、“新闻的特点”、“新闻的作用”、“对新闻的态度”和“培养阅读新闻的习惯”这五个方面来论述小学一年级新闻心得体会。

### 二、了解新闻的途径：多样的信息来源

了解新闻的途径有很多种，我们可以通过报纸、电视、网络等各种媒体来获取新闻信息。在课堂上老师还会给我们播放

新闻，让我们在愉快学习的同时了解社会的动态。此外，我们还可以通过参观实践、与家人和朋友的交流来获取新闻。

### 三、新闻的特点：真实、及时、客观

新闻的特点有三个方面，首先是真实性，新闻是根据事实报道的，很多时候是发生在我们身边的事情，所以我们要相信新闻的真实性。其次是及时性，新闻报道的发生时间比较近，可以让我们了解最新的信息。最后是客观性，新闻通常是从多个角度来报道的，我们应该从中获取各种不同的观点和意见，并学会理性思考。

### 四、新闻的作用：开阔视野、增长知识

新闻是我们了解社会的窗口，通过了解新闻，我们可以了解到各种各样的事物和现象，开阔我们的视野。同时，新闻报道的广泛内容也能使我们的知识面更加丰富，从而增长我们的知识。

### 五、对新闻的态度：关注、理性、判断

面对新闻，我们应该保持关注和理性的态度。首先，我们要关注我们周围和社会上发生的事情，关注新闻背后的人物、事件和动态。其次，我们要以理性的态度来对待新闻，不盲目追随热点，要学会理性思考。最后，我们要有自己的判断力，不盲目相信新闻，要学会分辨和辨别新闻的真伪。

### 六、培养阅读新闻的习惯：用心体会、积极参与

为了培养阅读新闻的习惯，我们需要付诸行动。首先，我们要用心体会新闻，不仅要了解新闻的内容，还要理解新闻背后的意义和价值。其次，我们要积极参与到新闻中去，例如可以和家人、朋友一起讨论新闻，与他人交流不同的观点，增加对新闻的理解和思考。

## 七、结语：新闻心得体会对小学一年级学生的重要性

通过对新闻的学习和体会，小学一年级的学生能够提升自己的阅读能力和综合素质。通过了解新闻的途径、特点，以及新闻的作用和态度，他们可以开阔自己的视野，了解社会的发展动态，培养自己良好的价值观和判断力。同时，通过培养阅读新闻的习惯，他们可以提高自己的信息获取能力和思维能力，为未来的学习和生活打下坚实的基础。因此，我们要重视小学一年级新闻心得体会的重要性，为学生提供更多的机会和平台来了解、学习新闻。

## 一年级心理健康教育心得篇十八

教学目的：

- 1（）、明确定期体检的必要性。
- 2、知道体检哪些项目。
- 3、了解定期体检前后应注意什么。

教学重点难点：定期体检的重要性

教学时间：一课时

教学过程：

一、导入：

- 1、我们为什么要体检呢？
- 2、体检可以使我们了解自己的身体是否健康

二、我们体检检查哪些项目

身高

体重

胸围

肺活量

血压

脉搏

查视力

查沙眼

听力

查口腔

听心肺摸肝脾

三、体检前、时、后应注意什么

四、如果体检时发现自己身体不够健康就应到医院做进一步检查或治疗

## 一年级心理健康教育心得篇十九

新闻是人们获取信息的重要途径，对于小学一年级的孩子们来说，新闻能够让他们了解社会动态、拓宽视野，对他们的成长起到积极的促进作用。近日，我有机会参与小学一年级新闻课程的学习，从中感受到新闻的魅力和重要性，让我有了许多体会和收获。

首先，新闻可以让孩子拓宽视野。通过观看新闻，我了解到了不同国家、不同地区的风土人情，认识到世界上的变化和发展。我记得有一天，我们的新闻教师带我们一起观看了一则关于动物保护的新闻报道。我们看到了动物们生活的环境被破坏，许多珍稀动物面临灭绝的危险。这让我深刻认识到我们应该保护好我们的地球，共同努力呵护所有生命。

其次，新闻可以培养孩子的观察力和思考能力。我们学习了新闻报道中的关键词汇、事件描述和事实陈述，还学习了如何提出问题、分析问题以及寻找解决问题的方法。在一次模拟实验中，我们被告知发生了一起食品安全事故，我们需要以记者的身份去调查采访。通过亲身经历，我深刻体会到了新闻工作的难度和复杂性，也更加明白了新闻的真实性和公正性的重要性。

此外，新闻还能培养孩子的阅读和写作能力。在每一堂新闻课上，我们都要听取和朗读新闻报道，通过这样的活动，我不仅能够提高自己的阅读理解能力，还能够学会如何正确地表达和分享自己的观点。有一次，我们进行的是关于环保的主题讨论，我积极参与其中，发表了自己的看法和建议。我发现通过新闻的学习，我逐渐能够将自己的思考和观点清晰地表达出来，这对我语言表达的提升起到了很大的帮助。

最后，新闻还能够提高孩子们对社会发展的认识和理解。我们在新闻课上不仅学习了国际新闻，也学习了一些国内的重大事件。通过观看新闻报道，我们了解到了社会上的各种问题和挑战，也了解到了那些为国家和社会作出重要贡献的人们。这些新闻故事激发了我们的好奇心，让我们对社会变化充满了探索的欲望。

通过参与小学一年级新闻课程的学习，我深刻认识到了新闻的重要性和魅力。它不仅能拓宽我们的视野，提高我们的观察力和思考能力，还能够培养我们的阅读和写作能力，并使我们更加了解社会的发展。因此，在以后的生活中，我将继

续关注新闻，学习新闻，从中不断汲取知识，提升自己。我相信，在新闻的指引下，我们这些小小学生也能够为社会的发展做出自己的贡献，成为更加优秀的人。

## 一年级心理健康教育心得篇二十

- 1、学会与同伴友好相处，知道高兴快乐有利于身体健康。
- 2、教学生学会用积极的态度去面对生活，培养活泼开朗的性格。

1、趣味练习-各种表情

2、区域活动准备

一、教学生在日常生活中，学会控制自己的情绪和不当行为。

1、教师：今天小木偶来看小朋友做游戏，你们高兴吗？

来表示一下吧！（鼓掌欢迎）

2、小木偶带来了许多精美的表情卡，小朋友看一看，上面是什么表情呀？（生气、微笑、伤心）小朋友做一做这些表情。

3、现在小朋友自己选择你喜欢的表情，然后把它戴在脖子上。

5、学生看多媒体

6、提问：

（1）小朋友喜欢青青吗？为什么？

（2）她总是为一些什么事发脾气，生气呢？

（3）如果是你，你会怎样做呢？（从早晨起床开始说起，对

照例子，学生说自己。)

## 7. 教师小结：

小朋友都知道随便发脾气，生气是不好的行为习惯，会失去很多小朋友，经常发脾气，生气，时间长了会不爱吃饭，不爱运动，不爱和小朋友交往，会影响身体健康，会得病的，生活中有很多事情是可以通过其他方法来解决的。那么保持什么样的心情才有利于身体健康呢？（高兴，快乐的心情。）

二、小朋友互相讨论一下，在你们日常生活中，哪些是让你们高兴开心的事情呢？（学生热烈讨论）

1. 教师：你会为爸爸妈妈小朋友们做哪些事情，让她们高兴呢？

你为爸爸妈妈做事，爸爸妈妈说什么？

2. 教师：小朋友们不但要自己保持高兴，愉快的心情，还要想办法让别人感到快乐，开心。

当你帮助了别人，别人的心情怎么样，别人会怎么说？那你的心情呢？

3. 小朋友如果遇到困难或问题怎么办？

（比如：学习、游戏等）发脾气，生气能解决吗？那怎么办呢？

## 三、区域活动

1. 教师：我看小朋友们讨论的又热烈，又高兴，今天老师又为小朋友们准备了你们平时最喜欢的活动材料。

有绘画用品，大型积木，娃娃家等玩具，小朋友可以自己选

择你最高兴做的事，

在游戏中与你的好伙伴分享快乐。好，现在自己选择吧！

2. 小朋友们在玩的时候心情怎么样？有没有遇到困难或问题，你们是怎样解决的？

教师：你们真棒，遇到困难或问题，能想办法解决。

3. 教师：当你们非常高兴的时候，你们最想干什么？

（唱歌，跳舞，大声笑……）

小朋友把你们的快乐在微笑卡上记录下来，也就是在上面画一个小笑脸，我们看看谁的微笑卡笑脸多。

老师就奖励他这个大的微笑卡好吗？

四、结束

教师、小朋友共舞，结束。