

大班心理健康活动教案(精选10篇)

作为一名教职工，总归要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。那么问题来了，教案应该怎么写？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

大班心理健康活动教案篇一

- 1、知道夏天到了，吃冷饮会能够降温，使身体凉快。
- 2、学会棒冰的简单搭建。

乐高积木、棒冰照片。

1、提出问题

师：孩子们，现在的天气啊越来越热了，那你们知道现在是什么季节吗？那春季之后是什么季节呢？你们知道的小常识可真多啊！

师：在夏天的时候你们最喜欢吃什么呢？那你们平时吃的棒冰都是哪里来的呢？

2、观看视频

师：看来你们家的棒冰都是买来的啊？那你们有没有看到过或者是自己动手做过呢？愿不愿意和大家一起分享一下呢？你们的课外生活可真丰富啊！

师：那你们想不想一起来动手做一下呢？那我们一起来看个视频学习一下怎样自己做棒冰吧！

3、幼儿描述

(1)师：我们不仅自己吃过棒冰，刚才还看了棒冰是怎样制作的。那你们能不能和大家一起来分享说一下你们吃过的棒冰都是什么样子的。(幼儿自由描述)p□你们吃过的棒冰可真是多啊，可是也不能多吃哦！

(2)出示图片，师：我也喜欢吃棒冰，我还把他们拍成了照片，看看你们有没有吃过这些。

4、幼儿自己搭建

(1)师：我们小朋友已经吃过或看到过这些棒冰了，现在老师想请我们小朋友动动你们的小手，来尝试搭建一下你们看到过的棒冰是什么样子的。比比哪个小朋友搭建得又快又好看。

(2)待幼儿搭建好之后，请幼儿为自己所搭建的棒冰取个好听的名字，并且让幼儿为自己的棒冰设计一段好听的广告词，介绍一下你的棒冰有什么特别之处□p□你们不仅小手能干而且还为自己的棒冰取了这么好听的名字和广告词，相信你们制造出来的棒冰一定能大卖。

5、拷贝不走样

师：刚才老师接到了一个来自乐高王国的电话，国王告诉我，他们的棒冰卖断货了，想请你们这群能干的小朋友来帮忙制造冰棍，你们愿意吗?(教师出示冰棍)我从王国那借来了一支棒冰，请小朋友一起来搭建，一定要搭建得一样才能帮助乐高王国解决困难。

6、作品对比

师：你们仔细观察一下有什么不一样的地方，应该怎样改造就能和乐高王国的棒冰一样了。

7、创意搭建

8、教师小结

p□能够帮助国王解决困难你们真的很厉害，而且还能发挥自己的创意。国王决定奖赏你们，选出了今天的创意王(设计师、智慧星、点子王、创意之星、小能手、建筑师)。

夏天再热我相信小朋友们都不会怕了吧，因为你们自己都会做棒冰啦，回去之后你们可以把这个好消息告诉爸爸妈妈哦，我们动手也给他们做一个吧！

1. 心理健康活动课教案
2. 幼儿心理健康活动教案
3. 中学心理健康教案
4. 心理健康教案及反思
5. 《做快乐的小学生》心理健康活动教案
6. 大班健康教育教案
7. 关于心理健康的教育教案
8. 初中心理健康教案内容
9. 中班心理健康教案：开心枕
10. 心理健康教案《我是谁》

大班心理健康活动教案篇二

活动目标：

- 1、理解故事内容，明白任何事物、人物都不是完美的，是有

缺点的。

2、喜欢自己的长处和别人的长处，承认自己的短处，懂得扬长补短。

活动过程：

看到了谁？

这个老鼠新娘叫美叮当。她到了嫁人的年龄，最后嫁给了谁呢？

1、看ppt听教师讲故事

2、提问：

1) 老村长找到了谁？他有什么本领？教师根据幼儿回答出示图片和文字。太阳（照）；云（遮）；风（吹）；墙（挡）；老鼠（钻）

2) 可到底谁最强呢？幼儿提出，检查否定

小结：其实大自然中没有最强的，他们都有自己的长处和短处，我们人也一样，你们也有长处和短处。

1、什么是长处？——最棒的`本领

2、你有长处吗？教师自身举例启发。

3、幼儿轮流说说自己的长处（教师情感，引导孩子自信讲述）

1、我们自己的长处，但也有短处。

2、幼儿说说自己的短处

3、“就拿陈老师来说，我的记性不好，讲故事总是记不住。”谁讲故事很棒？那请你来帮助我。帮助别人是很快乐的！互帮互助可以让自己变得更强大。

4、轮流互帮互助，取他人的长处补自己的短处，幼儿依次上台，拉成一个圆。

教师小结：用我们的长处来帮助别人，你的短处可以请别人帮忙，我们可以用一个成语“扬长补短”。

1、出示“扬长补短朋友表”。老师专门做了一个“大四班扬长补短朋友表”。在这里可以展示我们班小朋友的长处，有什么困难、不，可以在这里找到帮助你的人，扬长补短。

2、填写长处卡：这是一张长处卡，请你们将自己的长处记在上面。老师准备了几张图片，有跳舞、画画、讲故事等，有你的长处可以直接贴在长处卡上，若没有，可以用什么方法记录呢？（写字、画画）

3、幼儿操作

4、展示在朋友表上

水帮助了你，你就在她的卡后贴上笑脸，还要说一声谢谢。结束，谁的笑脸多，谁就是爱心大使。

大班心理健康活动教案篇三

一场突如其来的疫情，打乱了我们的生活。为做好新冠肺炎疫情期间全园教职员工的'心理咨询心理疏导工作，四川大学空港幼儿园的保健医生为教职员们提供最有效的，最有针对性的培训和心理疏导开启了心理培训讲座。

赵老师从“疫情带来的影响、疫情下我们应如何调整心理情

绪”等方面进行了讲座，并结合幼儿园的具体工作和疫情防控要求，以及大家在疫情发生以来遇见的一些具体问题，针对幼儿园新冠肺炎防控指南，带我们从认知方面、情绪方面、身体方面和行为方面四个维度了解了疫情对我们及家人带来的影响。教职员工们也表示通过讲座能更好的调节心理压力。

生活中不会永远都是阳光，有时也会有黑暗，。我们要学会，在光明中享受喜悦，在黑暗中满怀希望。让我们每个人都能以积极的心态去迎接崭新美好的明天！

大班心理健康活动教案篇四

活动目标：

- 1、引导幼儿逐渐养成进取乐观的生活态度。
- 2、懂得情绪愉快有利与身体健康。初步学习正确的方式排解不开心的情绪。
- 3、学习正确的方式排解不开心的情绪。
- 4、培养幼儿热爱生活，欢乐生活的良好情感。

重、难点分析：

学习正确的方式排解不开心的情绪。

活动准备：

4个木偶、一个开心枕

活动过程：

一：感受欢乐

拍手入场，进行开心碰碰碰的游戏。

二、开心与烦恼

- 1、刚才玩的真开心，你们想想平时你还遇到过什么开心的事？
- 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、你喜欢开心的自我还是不开心的自我？

小结：不开心就是生气，生气不仅仅不让人喜欢，还会对我们身体产生坏的影响。生气的时候，人吃不下饭，睡不好觉，身体越来越差，所以我们要尽量不让自我生气，把生气这个坏习惯消灭掉。

三、让自我开心

- 1、介绍开心枕。
- 2、传递开心，让每个幼儿和“开心枕”抱一抱，亲一亲。
- 3、说一说抱着“开心枕”有什么感觉？
- 4、把开心枕送给其他人来感受一下开心的滋味。

四、化解不开心

- 1、生气商店：谁明白什么是消气商店？
- 2、我们来看看谁来消气商店了？
- 3、依次出示小动物，请幼儿帮他们想办法！

4、你觉得消气商店好吗？为什么？

5、如果你生气了，你会想哪些办法让自我消气呢？

小结：每个人都有生气的时候，你生气的时候，能够唱唱歌，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，让自我欢乐起来。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

大班心理健康活动教案篇五

1. 通过绘本的学习，让幼儿知道什么是困难，在遇到困难时应该怎么办。

2. 教育幼儿在生活和学习中遇到困难时，不慌张、不急躁，寻找解决问题的办法。

3. 培养他们独立意识和应对困难的勇气，使孩子具有应付困难的心理承受能力。

培养他们独立意识和应对困难的勇气，使孩子具有应付困难

的心理承受能力。

难点：

教育幼儿在生活和学习中遇到困难时，不慌张、不急躁，寻找解决问题的办法。

绘本ppt□电网。

一、出示绘本封面，激发幼儿的学习兴趣。

二、欣赏绘本

1. 出示封面，问“书的名称叫什么？”看着画面猜一猜是讲的故事呢？我们一起来看看。

——小熊为什么会掉进洞里？

弗洛格挖的洞深深的，小熊听不到弗洛格的声音便把身子探到洞口，“扑通”一声掉到了深深的，黑暗的洞里。

——弗洛格和小熊被困在洞里时都做了什么？

小熊哭着喊道：“我饿了，我再也不能和老鼠钓鱼了，再也看不到野兔朋友了。”弗洛格没有哭。他非常平静的安慰小熊，还告诉小熊要勇敢些！弗洛格又和小熊一起喊：“救救我们吧！”和小熊一起唱歌鼓励自己。

——大家是怎么把他俩从洞里救出来的？

鸭子发现了，叫来老鼠，老鼠扛了一把长梯子到洞里，把他们救出来了。

小结：其实没有什么困难是我们解决不了的，遇到困难我们应该深呼吸、静下来思考，怎么样做才能解决困难。事情往

往没有我们想象的那么糟糕。我们要用积极的心态去面对困难，并且战胜困难。

三、挑战困难（过电网）

1. 介绍游戏内容

——弗洛格要去小兔家做客，可是它在路上遇到了一个困难，弗洛格试了好几次都没通过，请小朋友们来试试，看小朋友们能不能顺利通过。

2. 组织幼儿进行讨论，随后进行游戏。

——现在，老师请小朋友们一起讨论怎么样才能安全通过这条电网路，请认真思考后，就可以大胆试试了。

3. 稍加难度（间隔缩小），请幼儿进行挑战。

4. 请成功过关的幼儿分享成功的经验，帮助未通关的幼儿总结原因，请失败的幼儿再试一次。

——这次的“电网”，有些小朋友不小心就触碰了，但还是有小朋友通过了，我们来听一听，他有什么通关秘诀。

5. 在“电网”两边加上障碍物（钻圈），再次邀请幼儿尝试。

——还有最后一段路，通过这段路，我们就能安全了。

小结：你们都是热心肠的好孩子，帮助弗洛格成功的通过了这条障碍重重的小路。你们敢于挑战困难，遇到过不去的难关时，会静下来思考想办法。弗洛格有你们这些好朋友，它可真幸福。

通过本次活动让幼儿知道生活中会遇到一些想不到的困难，而困难是能克服的，教育孩子克服依赖思想，明白困难并不

可怕，重要的是鼓励孩子独立面对困难，正视困难，树立自信，不慌张、不急躁，心平气和的以良好的心态去寻找解决问题的办法。从而克服困难，战胜困难，“经历风雨才难见彩虹！”

大班心理健康活动教案篇六

1. 欣赏故事内容，知道每个人都有几种常见的情绪和表情，了解不同的情绪对身体影响不同。
2. 能正确地表达与控制自己的情绪，学着让自己拥有好心情。
3. 初步学习疏导不愉快的情绪。
4. 学会保持愉快的心情，培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。
5. 让幼儿知道愉快有益于身体健康。

1. 多媒体、音乐《笑一个吧》
2. 微笑卡（与幼儿人数相同）

一、（播放表情图）教幼儿在日常生活中，学会控制自己的情绪和不当行为。

1. 出示表情图，做“变变脸”的游戏，激发幼儿的学习兴趣

师：老师为小朋友们带来几种表情图，小朋友来看一看，上面是什么表情呀？（生气、微笑、伤心）下面我们一起来做一个很有意思的变脸小游戏，你们想玩吗？不过老师有个要求在游戏的过程中小朋友要瞪大眼睛，跟着表情图一起做动作，看哪个小朋友反应得又对又快好吗？师出示表情图幼儿一起做动作。

2. 欣赏故事（老师边讲边播放多媒体）

有一个叫悠悠的小朋友，总是爱发脾气，于是大家就叫他“发脾气大王”。

有一天，幼儿园举行画画比赛，悠悠画上了蓝天、白云、草地，还在草地上添了两只小鸡，心想：自己一定能拿第一名。

比赛结果出来了，悠悠没有得到第一名。他很生气，“哇哇”地哭了，擦干眼泪，两手拽紧，气鼓鼓的。放学后，悠悠谁也不理，背着书包回家了。

在路上，遇到小狗闹闹和几只小狗在玩耍，它们玩得可开心了。闹闹看见了悠悠，就去叼悠悠的裤子，想和悠悠玩。悠悠还在生气，“去去，谁和你玩”，抡起书包，就砸到了闹闹的鼻子，闹闹疼的“嗷嗷”大叫，其它小狗吓着了，到处乱跑，生怕悠悠也对它们发脾气。

有一只小花狗撞到了一个西瓜摊，西瓜都被摔碎了。黄狗踩上西瓜皮摔了个脸朝天，灰狗踩上，摔了个嘴啃泥。小象走过来，踩上西瓜皮，“咕咚”撞到了水库的大闸门。发大水了，许多小动物被水冲走了。水退后，大家伙湿得像落汤鸡，闹闹游过来朝着悠悠大声叫，意思是：“都怪你发脾气。悠悠低头红着脸：“我以后再也不乱发脾气了。”

3. 提问：

（1）故事中有谁？

（2）故事中的悠悠为什么发脾气？

（3）他发脾气，导致了一件什么事？知错吗？

二、在你们日常生活中，哪些是不高兴或生气的的事？可以

用什么更好的办法解决？

（引导幼儿观察图片后进行思考）

1. 幼儿自由讨论：（别人不和你玩；办法：可以商量一起玩，或轮着玩；发脾气摔玩具；把想法说出来；不会画，可以请会画的教着画。）

2. 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。

3. 说说有哪些高兴，快乐的事。（让幼儿畅所欲言）

（发奖状了；妈妈给我买了玩具车；和小朋友一起过生日；爸爸妈妈陪我玩；照相；六一节表演；）

4. 帮助了别人，别人开心，自己也开心！

三、结束（播放音乐：笑一个吧）

小朋友想出这么多办法老师真为你们高兴。老师送给每个小朋友一枚微笑卡，让我们大家一起随着音乐，一起舞动起来，分享快乐，在今后的生活中笑的更加的灿烂、阳光好吗？

（老师，小朋友们共舞）

大班心理健康活动教案篇七

学生认识嫉妒心理的表现以及产生的原因与危害，指导学生彩积极的态度和调节方式，克服嫉妒心，优质心理平衡。懂

得嫉妒心理对人对己的危害性，能区分识别嫉妒的行为表现，有意识地克服嫉妒心理。

(一) 导入

心理学中有一种不健康的心理现象，从古至今有这种心理现象的人，心理上都对自己产生不良的影响，请听下面的小故事。

(二) 讲授新课

1、从故事中我们看到，白泰宫哪些地方表现出了嫉妒的心理？

2、嫉妒心理怎么样害死了白泰宫的儿子？

(三) 活动区

2、嫉妒是不健康的心理状态，请你选一选，把不良的情绪放入回收箱中。（可在词语上画）。

3、实践园

a□怎么样做才是呢？

xx请你动笔写一写，遇到下列情况你会怎么样做？

xx请同学反馈，引导学生认识只有靠自身努力争取才能成功，嫉妒之心对我们的发展是不利的。

b□读一读下面两句话，谈谈你的体会。

c□遇到同学中有嫉妒行为的，你打算怎么样帮助他呢？（看小练习）

d□同桌讨论

e□反馈

(四) 总结全课

通过学习，我们认识了嫉妒这种不良心理现象的危害，希望同学们在日常生活中时刻提醒自己，保持乐观的情绪，通过自己的努力来争取成绩。

大班心理健康活动教案篇八

1. 初步了解人类生命诞生过程，进行性的启蒙教育
2. 激发对父母的敬爱，对生命的真爱之情。
3. 在游戏中体会妈妈怀胎十月的辛苦，从而激发幼儿爱妈妈的情感。
4. 初步了解健康的小常识。5. 帮助幼儿了解身体结构，对以后的成长会具有一定的帮助。

ppt特邀嘉宾：一名孕妇

一. 教师以亲切温和的语言创设一种氛围，吸引和感染幼儿，激发幼儿的认识兴趣。

三. 引导幼儿欣赏和理解幻灯片的画面内容(鼓励幼儿用语言大胆描述)图1. 爸爸妈妈很相爱，他们结婚了，这是他们的结婚照。

图2. 爸爸的精子王子和妈妈的卵(luan)子公主也相爱了，他们结合在一起，就变成以一个小天使住进了妈妈肚子里的皇宫中图3，妈妈怀孕了，她穿着孕妇装，脸上充满着幸福感。我

们在妈妈的子宫里一天天长大，所以妈妈的肚子也越来越大。

图4，小天使来到了人间！爸爸妈妈特别高兴小结：小朋友，你们都是这样来到这个世界上的，你们都是爸爸妈妈最疼爱的小天使。

四. 请特邀嘉宾出场，进一步激发幼儿兴趣一今天，老师特别邀请了一位怀孕的老师来我们班做客，我们一起来向老师问好(请特邀嘉宾用通俗易懂语言谈谈怀孕后的感受，让幼儿初步了解孕育一个生命的艰辛及父母对孩子的期待和热爱，激发幼儿对父母的敬爱，对生命的珍爱之情)可让幼儿轻轻抚摸孕妇的肚子或者听听胎心。

五. 游戏环节。

2. 谈谈做妈妈的感受一“小朋友做妈妈的感觉怎么样?”(幼儿讨论)“我们刚才仅仅做了5分钟妈妈，就有这么多的感受，想一想，妈妈在孕育我们的这十个月中，有多少个5分钟呢?在这十个月中，妈妈会呕吐、感到疲劳，负担会随着你的长大一天天加重。可妈妈再苦、再累，她也不怕，因为有了你，妈妈就是最幸福的人!”“妈妈从怀你们到生你们，一直到把你们养这么大，付出了很多心血，也很辛苦，你们应该如何关心妈妈呢?”(幼儿自由讨论并回答)“我们小朋友确实长大了，懂事了，真的很不错!今天回家就请你大声地把心里话对妈妈讲出来吧!

大班心理健康活动教案篇九

活动目标:

1. 初步了解人类生命诞生过程，进行性的启蒙教育
2. 激发对父母的敬爱，对生命的真爱之情。

3. 在游戏中体会妈妈怀胎十月的辛苦，从而激发幼儿爱妈妈的情感。

4. 初步了解健康的小常识。5. 帮助幼儿了解身体结构，对以后的成长会具有一定的帮助。

活动准备：

ppt特邀嘉宾：一名孕妇

活动过程：

一. 教师以亲切温和的语言创设一种氛围，吸引和感染幼儿，激发幼儿的兴趣。

三. 引导幼儿欣赏和理解幻灯片的画面内容(鼓励幼儿用语言大胆描述)图1. 爸爸妈妈很相爱，他们结婚了，这是他们的结婚照。

图2. 爸爸的精子王子和妈妈的卵(luan)子公主也相爱了，他们结合在一起，就变成以一个小天使住进了妈妈肚子里的皇宫中图3，妈妈怀孕了，她穿着孕妇装，脸上充满着幸福感。我们在妈妈的子宫里一天天长大的，所以妈妈的肚子也越来越大。

图4，小天使来到了人间!爸爸妈妈特别高兴小结：小朋友，你们都是这样来到这个世界上的，你们都是爸爸妈妈最疼爱的小天使。

四. 请特邀嘉宾出场，进一步激发幼儿兴趣--今天，老师特别邀请了一位怀孕的老师来我们班做客，我们一起来向老师问好(请特邀嘉宾用通俗易懂语言谈谈怀孕后的感受，让幼儿初步了解孕育一个生命的艰辛及父母对孩子的期待和热爱，激发幼儿对父母的敬爱，对生命的珍爱之情)可让幼儿轻轻抚摸孕妇的肚子或者听听胎心。

五. 游戏环节。

2. 谈谈做妈妈的感受——“小朋友做妈妈的感觉怎么样？”（幼儿讨论）“我们刚才仅仅做了5分钟妈妈，就有这么多的感受，想一想，妈妈在孕育我们的这十个月中，有多少个5分钟呢？在这十个月中，妈妈会呕吐、感到疲劳，负担会随着你的长大一天天加重。可妈妈再苦、再累，她也不怕，因为有了你，妈妈就是最幸福的人！”“妈妈从怀你们到生你们，一直到把你们养这么大，付出了很多心血，也很辛苦，你们应该如何关心妈妈呢？”（幼儿自由讨论并回答）“我们小朋友确实长大了，懂事了，真的很不错！今天回家就请你大声地把心里话对妈妈讲出来吧！”

大班心理健康活动教案篇十

- 1、让幼儿知道嫉妒是每个人都有的情绪，要正视这种感觉，鼓励他们勇敢地把自己的想法向信任的人说出来。
- 2、让幼儿知道每个人都有优点和缺点，嫉妒的时候不要去伤害别人，嫉妒的情绪会渐渐减弱直至消失的。
- 3、初步培养幼儿有礼貌的行为。
- 4、培养幼儿乐观开朗的性格。
- 5、探索、发现生活中的多样性及特征。

说说自己嫉妒的事情，知道用合理的方式来排解这种情绪。

1□ppt课件一个：熊宝宝、成人、教师嫉妒事件的图片五幅。
熊宝宝排解嫉妒的图片6幅。

2、《咖啡猫》电影剪辑三段

一、用故事引出谈话主题知道什么样的情感叫嫉妒。(出示图片三幅)

(1) 我们看今天熊宝宝怎么啦?为什么会这样难受、愤怒呢?在想什么?(根据画面请幼儿说说熊宝宝嫉妒的事情)

(2) 看看还有哪些事情也让熊宝宝嫉妒了。(幼儿简单说说)

总结: 让别人拥有了自己喜欢的东西, 但自己没有的时候妒忌了, 同样努力了但是别人总是比自己做得好时妒忌了。

通过画面内容的描述和猜想, 让孩子理解什么是嫉妒。知道嫉妒是时时刻刻都有可能会产生的。先从小熊入手借小熊的角色让孩子表达了自己的内心意愿, 再过渡到孩子的亲生经历这样不会让孩子觉得特别难为情, 给予了一个倾诉的台阶。

二、说说嫉妒的时候, 知道每个人都有过嫉妒的时候。

1、说说自己嫉妒的时候。

教师引导: 你有嫉妒别人的时候吗?说说你嫉妒过谁?因为什么事而嫉妒他?嫉妒时有什么感觉?心里是怎么想的?(鼓励孩子大胆地说出来, 说出来了心理就会舒服一些的。)

小结: 原来我们小朋友都有嫉妒的时候, 嫉妒别人的时候心里总是生气的、刺刺的、热热的、讨厌的, 虽然我们都不喜欢这种感觉, 但是却会经常出现。

2、了解大人也有嫉妒的时候。

教师引导: 嫉妒不是只有小朋友才会的, 告诉你们一个秘密大人也有嫉妒别人的时候。(出示图片1、2)

(1) 因为妈妈只给奶奶买了礼物所以爷爷看到很嫉妒, 一脸的不高兴。(出示图片1)

(2) 老师自己因为其他老师上课得奖而嫉妒。(出示图片2)

3、除了人类会嫉妒，动物也会嫉妒。(看电影片段1加菲猫与小狗争宠)

教师引导：说说是谁嫉妒了?(因为加菲猫觉得自己得到主人的爱比以前少了所以嫉妒了。)

总结：所以嫉妒是每个人都有过的感觉，我们不要因为嫉妒过别人而觉得难为情、不愿承认。

通过孩子的嫉妒——家庭中长辈的嫉妒——教师的嫉妒——动物的嫉妒地讲述、倾听、观看，让孩子充分感受到嫉妒是人人都有情绪。教师通过列举自己的事例让孩子感受到了平等与真心，更容易让孩子敞开心扉地倾诉。在倾诉中感受到吐之为快的情绪变化。在介绍的过程中结合了孩子的亲生经历、成人的图片资料、动物影像片段三种不同的方式，让孩子在新鲜感中步步入胜。让孩子愿意做一个情感的倾诉者和倾听者，从而达到在孩子愿意表达的基础上进行引导和排解的目的。

三、讨论用什么样的方式去对待使你嫉妒的人呢?(观看影片剪辑片段2、3)

1、讨论片段咖啡猫的行为是否可取。知道使坏会让自己更难受。

小结：因为想发泄自己的愤怒而毁坏了身边的东西，会给大家带来麻烦引起别人的愤怒，结果让别人更讨厌自己。

小结：原来在嫉妒的时候去伤害、报复、丢弃别人时，自己也会失去很多朋友，会更孤单的。

2、讨论怎样在自己嫉妒别人的时候获得快乐?

(1)怎样才能使自己在嫉妒的时候不去伤害别人，让自己也能开心起来呢?有哪些好方法?请你介绍一下。(结合孩子自己列举的事例进行疏导)

(2)看看小熊是怎样让自己在嫉妒的时候开心起来的。(出示图片)

(3)教师介绍自己在工作中排解嫉妒的方式。

总结：把自己的想法告诉别人、找朋友玩、不去想它找自己喜欢的事情做、想一些开心的事情、把别人的好当成自己学习的榜样等，都能让自己开心起来，也不会伤害别人。

通过孩子的讨论的已有办法——图片中的拓展办法——教师自我调节的办法，让孩子知道嫉妒是不可怕的，有很多办法可以来调节和忘却。在讨厌、憎恨别人的时候多想想别人曾经给自己带来的欢乐，帮助孩子回忆、感受自己拥有的幸福与骄傲。环节上起到前后呼应的作用，在教育意义上起到正面引导的作用。让孩子感受到一种豁达、开朗的生活态度是多么重要，要学会换个角度看待问题。

(4)你们现在还嫉妒以前发生过的事情吗?

总结：事情总是会随着时间慢慢被忘记的，嫉妒的情绪也会过去的。多想想自己已经拥有的幸福，把自己心里的想法勇敢的说出来告诉身边的人，得到别人的理解，就会越来越开心的。千万不能再嫉妒的时候去伤害别人。

通过自己的经历从正面验证来再次证明嫉妒的情绪一定会过去，总是计较、怨恨肯定不会幸福的道理。

本次活动从理解什么叫嫉妒——知道嫉妒是每个人都会有的一一如何排解嫉妒的情绪三方面进行。运用了故事、图片、电影片段等多种教学方法，让孩子由浅到深、由乐到思、由

思到做。选用的.教学元素贴近孩子的生活，是孩子的生活写照，所以每个环节都引发了孩子的共鸣。整个活动轻松而深刻，抓住和解决了嫉妒这个孩子容易产生、容易被大人忽视的情感矛盾，为孩子培养积极的生活态度起到了引导作用。