

2023年幼儿心理健康活动方案 幼儿园小班心理健康活动总结(实用5篇)

当面临一个复杂的问题时，我们需要制定一个详细的方案来分析问题的根源，并提出解决方案。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、时间的安排以及风险的评估等，以确保问题能够得到有效解决。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。

幼儿心理健康活动方案篇一

随时代的发展，人们对“健康”这一概念的认识发生了根本的变化，正如世界卫生组织提出的：“健康是指身体、心理和社会适应的健全状态”而不是没有病症或虚弱的现象。对于正在生长发育的儿童来说，身体发育与心理发展是生长发育的二个生要方面，然而在现实生活中，家长对孩子的心理健康关注远不及对孩子的高矮、胖瘦、吃的好坏、生活环境那么上心，生活在家庭的保护伞下，孩子的社会适应能力得不到应有的锻炼，有些儿童养成了一些不良的行为。像我们班的王旭辉，刚来幼儿园时，就不喜欢与小朋友、老师交流，学习知识不随老师读，课后自己找一个角落玩，经过我的观察，发现了他在自己玩的时候，说些奇奇怪怪的话：“你是吹牛大王、你是大胖鸟、不会飞等。继续听下去，发现他说的都是动画片中的对话，当你再向他问起故事的情节时，他就不愿意交流，还有当小朋友与他挣抢玩具时，他会发出刺耳的尖叫声，就像动画片中的怪兽一样。

由于上面种种现像，我找到家长进行询问，原因得知，他爸在厂里上班□xxx自己种大棚，忙不过来，从小只有奶奶照顾他，孩子又喜欢看动画片，只有看动画就不吵不闹，只要遇上赶集就买动画片，这样奶奶就好忙其他之类的家务，坐下来与孩子交流的时间很少，这就到了幼儿园里，我针对幼儿的情况向xxx说了，希望你要多抽出时间来陪孩子，每天晚上

睡前给孩子讲一个关于良好习惯的故事，减少孩子的看电视时间，购买一些关于美术的书籍，多到外面与孩子交往，不要把孩子整天关在家中，这样经过不长时间的训练，相信他会喜欢与朋友交往的。

幼儿心理健康活动方案篇二

1、让幼儿进一步认识各种蔬菜，初步了解蔬菜对人体的作用，并明白爱吃各种蔬菜，有益于身体健康。

2、培养幼儿每一天吃蔬菜、吃各种蔬菜的好习惯。

初步了解各种蔬菜吃的部位，以及各种蔬菜的不同营养。

1、芹菜、萝卜、胡萝卜、黄瓜、青菜、葱、花菜、西红柿等蔬菜，篮子。

2、丰富词汇：维生素。

开始部分：

1、谈话

教师引导幼儿观察蔬菜，提问：“你们都认识它们吗，吃过它吗”

2、请几名幼儿上来各拿一样蔬菜，并说出他们的名称、颜色、形状。

基本部分：

1、找一找

分别找一找蔬菜的哪个部位能够吃，如萝卜吃根，卷心菜吃叶，西红柿吃果实，花菜吃花，芹菜吃茎（叶），请幼儿将

蔬菜放在相应的篮子里。

2、与幼儿共同探讨蔬菜的各种吃法：明白蔬菜能够炒、凉拌、做汤，包饺子、有的还能够像水果一样生吃，但务必洗净。

3、认识各种蔬菜，启发幼儿讨论蔬菜对人体的作用：

“人为什么要吃蔬菜不吃蔬菜会出现哪些不好的现象”（鼻出血、口角干裂、大便干结、皮肤干燥等。

“蔬菜有哪些营养””引导幼儿自由讨论。

分别出示各种蔬菜，初步了解其丰富营养

师：这是菠菜，长得什么样貌呀（有绿色的叶子，红色的根），谁喜欢吃菠菜，你为什么喜欢吃菠菜有什么营养菠菜里内含维生素，它能使我们的皮肤变光滑，小朋友经常口腔溃疡，那是因为身体里缺少了维生素，所以请小朋友喜欢菠菜、多吃菠菜。你们明白还有哪些蔬菜里内含维生素吗青椒、南瓜、油菜里也内含维生素，还有一种蔬菜里面内含维生素，你明白是什么菜吗请你们猜一猜它是桔红色的，动物中兔子和马十分愿吃。对！是胡萝卜。

师：你们看，这是什么菜西红柿，你们吃过西红柿做的什么菜西红柿里也有许多的营养，象VC它使我们的牙齿骨骼变的坚固，还能防止牙龈出血。蔬菜里面还内含超多的纤维素，能够帮忙我们消化，防止大便干硬。

4、蔬菜与卫生：

“怎样吃蔬菜才健康”引导幼儿交流。

教师小结：因为蔬菜生长在农田里，需要农药和肥料，所以做菜之前要把蔬菜洗干净，在水里多泡泡。个性是生吃西红

柿和黄瓜等，必须要洗干净并且去皮。但也有一些蔬菜是农民们用了先进的方法种植的蔬菜，不用对人体有害的农药，也不让蔬菜环境受到污染，这种蔬菜叫做“无公害蔬菜”。

让幼儿给各种蔬菜涂色。

1、在活动设计前我想：在活动过程中让幼儿讨论得多，回答得多会不会影响活动的正常进行在整个活动中各种各样的蔬菜吸引了幼儿，使孩子们愿意说、大胆说、能连贯说，活动较活跃，能紧凑连贯的进行下去。本次活动整合了健康领域、科学领域、语言领域，幼儿得到综合性的学习。但是在活动过程中发现有个别幼儿语言的连贯性不够，还需进一步加强。

2、活动中引导启发孩子对问题的理解，注意到让孩子进行体验，感受、交流。

3、对幼儿发展的反思：孩子在活动中能感受到这次活动讲的是蔬菜对人体的好处，但仅靠这此活动是不够的，还需要平时的努力和家长的配合。

4、幼儿透过参与活动，明白了蔬菜的种类很多，还明白不同的蔬菜有不同的颜色和味道，从小要养成多吃蔬菜的习惯，但是在活动中还有很多不足之处，比如有的孩子明白自己喜欢吃蔬菜，但是还说上好原因，可能因为孩子还小，但多数幼儿能大胆地说、想和做，这就需要我们做教师的在今后的教学活动中多让这些胆小的幼儿锻炼，培养他们的口语表达潜力，透过这次活动培养了幼儿参与活动的兴趣和认真的做事态度。孩子们也都很喜欢吃蔬菜了。

5、如果有不吃蔬菜引起许多不良后果的课件让幼儿看到，会起到更好的效果。

幼儿心理健康活动方案篇三

5月18日下午，我校邀请省教科所教育专家和兰州电视台少儿频道《天天教育》栏目组专家，在学校会议室给全体班主任和部分做了《教育艺术的心理原理》的讲座。

下午2时30分，30多位班主任和几十位非班主任老师仔细聆听了省教科所何宝平主任的报告。何主任从“心情感觉类”、“个人行为类”、“应用方法类”三个方面给大家分享了37个著名的心理学效应。何主任每讲到一个效应，都能拿鲜活的实例来帮助各位老师从理性到感性，再从感性到理性有深入的理解和体验。

主题分享结束后，老师们从工作实际出发提了好多问题，诸如有学生经常睡觉不听课还顶撞老师、不服从管理的学生如何处理的问题、学生反复撒谎的问题、手机依赖、上课回答声音很小的问题等等。

就这些问题，何主任一一做了耐心细致的解答。其间何主任特别强调发展学生社团的重要性。

这些讨论引起了很多老师更加深入的思考，大家讨论的热情很高，不知不觉两个多小时过去了。

通过这次培训，大家不仅思考了很多理论问题，还掌握了很多实用的方法，更重要的是对心理健康教育的重视程度提高了。

幼儿心理健康活动方案篇四

一、导言

同学们，你们喜欢故事吗好，下头教师给大学讲一个趣味的故事，故事的名字叫《寒号鸟》。

二、教师讲故事(音乐配音)

师：听完故事，大家想一想，寒号鸟最终的结果怎样为什么会有这样的结果

生：略

师：这个故事听了之后，你懂得了什么道理

生：略

三、情境表演

1. 舞台一分为二，一半是教室，一半是学生冬冬的家。冬冬坐在中间，左边可够到教室里的课桌，右边可够到家里的书桌。

2. 一学生用手举一日历，分别用大挂历形式展示，星期一、；一学生扮演冬冬的同学，轮流找冬冬去玩，日历从星期一开始展示。

教师(在教室里)：同学们，今日的课外作业是第一课的练习题。

(冬冬从教室的书桌里取出一本练习册，放在家里的书桌上。)

同学甲：冬冬咱们出去打球吧!

冬冬：我的作业还没做呢!(想了一会儿，好吧，放在家里的书桌上)跟同学甲下场，然后回到舞台中间。

日历翻到星期二

教师：同学们，今日的作业是第二课的练习题(冬冬把作业拿

出来放在桌子上)

同学乙：冬冬咱们去公园玩吧！

冬冬：我的作业还没做完呢！（想了一会儿，）好吧，明天再说，走，咱们玩去！

日历翻到三、四、五，教师不断布置作业，冬冬不断地从课桌里取出练习册，家里的书桌上叠放的练习册，越来越高。

3. 表演后：组织学生讨论小品的意义，使学生认识办什么事都要只争朝夕，不要养成拖拉作业，当天应做完的事决不要放到明天去做。

古人早就明白了这种明日复明日的危害，编一首明日歌（幻灯出示）

明日复明日，明日何其多。我生待明日，万事成蹉跎。

师讲解，大家齐读。

五、总结

同学们，经过今日的学习，认识到拖拉作风的危害，养成良好的学习习惯，不要明日复明日。板书设计：

不要明日复明日

明日复明日，

明日何其多。

我生待明日，

万事成蹉跎。

幼儿心理健康活动方案篇五

幼儿期是生长发育十分迅速、新陈代谢极为旺盛的时期，这时期有利于发展幼儿良好的身体素质，也是培养人的全面发展的身体素质和健康行为方式的关键期。促进幼儿身心健康发展既是幼儿教育的根本目标，也是幼儿健康教育的终极目标。通过体育活动提高身体素质，培养幼儿对体育活动的兴趣，增强动作的协调性和灵活性，是体育锻炼的主要目标。

《纲要》再三强调要让幼儿主动活动，发挥幼儿自身的主动性和积极性，努力将幼儿的兴趣与必要的规则相结合，使幼儿尽早建立起各种健康行为。《纲要》指出：“教育活动的组织形式应根据需要合理安排，因时、因地、因内容、因材料灵活地应用。”因此，我们的健康教学活动与日常生活中的健康教育相结合；集体教育、小组活动与个别交谈相结合，在丰富幼儿健康知识，改善幼儿对增进健康的态度，教给幼儿促进健康的方法，训练幼儿保持健康的行为，从而使幼儿养成良好的生活习惯、卫生习惯和体育锻炼习惯。根据小班幼儿的年龄特点，我们以多种形式：体育游戏，户外活动，散步，户外小型器械练习等，坚持每天有1—2个小时的锻炼时间，让幼儿进行多方位的锻炼，促进幼儿各方面能力的发展与提高。

本学期我们的健康锻炼内容比较丰富，每天都安排户外健康锻炼时间，每个晴朗的日子都会利用午餐后的一段时间，带孩子们在幼儿园内散步，以此唤起幼儿对大自然的热爱并激发幼儿对户外锻炼的兴趣。同时，我们更注重在一系列的健康锻炼活动中，促进小班幼儿运动能力的发展与提高，相继开展了一系列健康活动。在这些活动中较好的锻炼了小班幼儿的滚球、平衡走、拖物走、两膝两手着地爬、走和跑交替、钻过障碍物及弹跳的基本技能。

当然，由于幼儿之间存在着一些个体差异，孩子们在锻炼中完成的程度自然也是各不相同：大部分孩子动作比较协调，

攀、爬、跳、抛接、钻、扔的技能掌握得较好，也很喜爱体育游戏及锻炼。但个别幼儿，由于自身身体素质的原因（肥胖、年龄偏小、体质等）在运动能力方面有所欠缺，动作还不够协调，运动能力比较差。对于这样的幼儿，我们将以鼓励为主，尽可能让他们去尝试各种体育运动，引导他们去体验运动中的乐趣，使之能对体格锻炼产生兴趣。在下一学期中我们将加强个别引导，力争使每个幼儿都在原有基础上得到提高。

体育锻炼是幼儿全面发展的重要领域之一，值得每个教师付出更多的关注，健康活动不但能使幼儿从体验到成功的快乐，而且能让幼儿在感受快乐的。同时发展幼儿的身体机能。让我们在热爱幼儿生命的同时，更多地关注起幼儿的健康吧！