

# 小学心理健康教学计划表 小学五年级心理健康教学计划(实用5篇)

计划在我们的生活中扮演着重要的角色，无论是个人生活还是工作领域。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢！

## 小学心理健康教学计划表篇一

### 一、指导思想

《成长教育》就是为了使同学们都能健康地成长而精心编写的。通过《成长教育》，既关注了学生的心理需求，又激发了学生的学习兴趣 and 热情，在培养学生的实际能力和安全教育中，锻炼了学生的批判性思维和创新思维。

### 二、学生情况分析

五年级共有学生35人，由于他们是农村孩子，模仿力强，接受新事物快，而且他们的性格、世界观正处于可塑性阶段。因而这一时期对他们进行行为规范，心理健康，安全自救，生命历程的教育是至关重要。

### 三、教材分析

本册地方课程是宁夏回族自治区教育厅中小学教材审查委员会审定的书，内容分为五个单元。第一单元是面对灾难，帮助学生掌握应对灾难的自护、自救技能，了解防疫的知识，学会灾难带给我们的丧失；第二单元是行为规范，帮助学生养成良好的生活和行为习惯；第三单元是心理健康，帮助学生提高心理素质，拥有积极乐观的生活态度；第四单元是安全自救，帮助学生学会保护自己，应对各种突如其来的、不测

与灾害；第五单元是珍爱生命，帮助学生掌握保护自身健康的技能，了解生命的珍贵，从而珍爱生命。每课中又设计了四个基本栏目：七彩虹、辨辨说说、指南针和成长脚步。使学生在通过感受和体验，实现心理和行为的转变和改善。

#### 四、教学目标

- 1、帮助学生养成良好的生活和行为习惯；
- 2、帮助学生提高心理素质，拥有积极乐观的生活态度；
- 3、帮助学生学会保护自己。应对各种突如其来的不测与灾害；
- 4、帮助学生了解生命的珍贵，从而珍爱生命。

#### 五、教学措施

- 1、在教学中，应是根据三年级学生的特点，创设各种生动活泼的活动，强调从活动中学习。
- 2、重视学生的学习与生活和社会实践联系，在探索事物的发展、变化过程中感知周围是其特征，让探究成为地方课程学习的主要方式。
- 3、主要进行直观形象的教学，运用挂图、实物、多媒体等组织教学，运用观察、信息搜索、讨论、调查、社区活动等形式，充实教学过程。
- 4、让学生与社区、家庭建立联系，采用“问问别人”的方式，培养学生社会实践能力。

## 小学心理健康教学计划表篇二

### 一、指导思想：

在大力提倡素质教育、推动教育改革的今天，心理健康教育日益显示出其特殊的重要性。近年来随着社会经济迅猛发展，社会变化的日新月异，学生的心理也随社会环境变化产生了许多波澜。他们的心理问题已经成为社会所关注的重要问题。学校加强心理健康教育，帮助学生解决心理问题，培养学生健全的心理素质，既是学生健康成长的需要，也是我校推行素质教育的重要内容，是培养高素质人才的'重要保证。学校心理健康教育应该说是一项基础的教育工作。本学期，将继续对学生开展心理健康教育，及时做好学生的心理疏导工作，使全体学生保持心理卫生，健康成长。从小培养学生良好的心理素质，开发学生的潜能，塑造学生的健康人格，这对于提高中华民族的整体素质，提高未来人才的质量，有着极其深远的意义。

## 二、内容分析：

按“学会生活、学会学习、学会做人、学会发展”这个小学素质教育培养目标，从生活心理辅导、学习心理辅导和人格心理辅导三个方面安排内容。通过故事和事例让学生感受学习，为提高学生心理素质提供良好的教育。

## 三、教学目标：

1. 通过心理健康教育，引导学生认识自己，提高对学习环境和环境的适应能力。
2. 通过心理健康教育，培养学生乐观自信，友善合群，负责守信，开拓创新，追求卓越，不畏艰难的健全人格。
3. 通过心理健康教育，使学生善于控制调节自己，排除心理困扰和行为偏差，树立人生理想，并具备个人发展能力。

## 四、对本学期的期望：

希望通过本学期的教学，提高学生对校园生活的适应能力，培养他们开朗、合群、乐学、自助的独立人格。培养学生善于与老师，同学交往的能力，不断正确认识自我，增强自我调控、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。帮助学生克服孤独、依赖、由学习和环境的不适所带来的困惑和交往障碍。对这部分学生给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自我提高心理健康水平，增强发展自我的能力。

## 五、教学进度安排

### 小学心理健康教学计划表篇三

#### 一、指导思想：

《品德与生活》课程是以儿童的生活为基础，以培养品德良好、乐于探究、热爱生活的儿童为目标的活动型综合课程。本课程以儿童直接参与的丰富多彩的活动为主要教学形式，强调寓教育于活动之中。教学活动在内容上既依据教材又不拘泥于教材，提倡和鼓励教师从儿童的实际生活中捕捉有教育意义的内容，或于儿童合作选择内容，或利用儿童自己的选择来组织活动。

#### 二、教材分析：

全册教材共包括五个单元。分别是：1、开开心心每一天包括有勇气、我真棒和天天好心情。培养学生乐观向上的精神。2、让我的身体更棒包括坐立走、有精神；爱清洁、讲卫生；伸伸腿、弯弯腰。教育学生养成爱运动的好习惯。3、我会照顾自己包括出门看天气；红绿灯，在站岗，遇到危险怎么办？告诉学生一些生活常识。4、我生活的地方包括我的家，在这里；童年的乐园；请到我的家乡来；明天会更好。5、我爱绿树 我爱蓝天包括我身边的环境；爱惜资源；美，就这么简单。

### 三、教学目标：

- 1、体验自主策划、自主活动的愉快，能感受到自己的进步和变化，并初步开始计划自己的生活和行动。
- 2、在班集体中能表达自己的想法和意见，与同学合作，共同做大家商量好的事。
- 3、能注意到周围环境的变化，并能通过动手做而获得有关知识和经验。
- 4、学会与季节变化相适应的简单保健和安全常识，并在生活中运用。

### 四、教学重难点：

- 1、通过学习，养成一个好习惯。
- 2、体验自主策划、自主活动的愉快，能感受到自己的进步和变化，并初步开始计划自己的生活和行动。

### 五、教学中应注意的问题：

- 1、在教学活动的每一个环节注意把握儿童的实际情况，根据课程标准的各项规定制定教学计划和教案，帮助儿童展开活动。
- 2、儿童的品德和行为习惯的形成、知识和能力的发展、经验的积累是一个连续的过程。因此，教学活动中注意活动之间的连续性，帮助儿童获得彼此联系的、不断深化的经验和体验。
- 3、从儿童的生活中敏感地捕捉有教育价值的课题，开展儿童喜欢的活动，使他们在主动积极的参与中生活得到充实，情感得到熏陶，品德得到发展，价值判断得到初步的培养。

4、创造性地使用教材，联系当地和儿童的实际，及时的把社会中新的相信、科学技术新的成果、儿童生活中新的问题和现象等吸收到课程内容中去，不断提高品德教育的针对性、实效性和生动性，提高整个教育的质量。

六、全册课时安排：

具体安排如下：

第一单元“开开心心每一天” 6课时

第二单元“让我的身体更棒” 6课时

第三单元“我会照顾自己” 6课时

第四单元“我生活的地方” 8课时

第五单元“我爱绿树 我爱蓝天” 6课时

## 小学心理健康教学计划表篇四

小学阶段是孩子心理发展的重要阶段，帮助孩子提高心理素质，形成积极乐观、健康向上的心理品质，为未来的幸福生活奠定基础。

### 二、学情分析

从小学三年级开始，学生进入了小学中年级阶段的学习与生活，从心理发展过程来看，从三年级开始，学生从儿童期转入少年期。这一阶段的一个重要表现是学生的学习任务与活动范围无论是广度还是深度都比低年级有了显著的变化，学习活动的游戏性特征减少，学习过程的组织性、认知过程的规范性、严谨性更强，对学生进行的科学教育一般从三年级开始。

一方面身体的发育、学习与生活的变化使三年级学生的心理有了迅速的发展，他们有了一些合理性的独立思考了，有一些自己的主见了，能够参与大人的谈话，而不像以前那样随意插入大人的谈话。初生牛犊不怕虎，敢尝试去做一切事情，不像以前那么听从权威。这些现象表明了三年级学生知识经验的扩大和认知能力的发展，但另一方面，三年级学生又表现出行事理性不足的特点。在这一时期，学生的学习兴趣开始分化，学生对于不同学科的学习动机出现了差别，学科偏爱开始出现。学生控制自己情绪的能力得到发展，情绪表现的方式和强度与低年级学生相比，其适宜性更高，一般较少出现忽哭忽笑的现象。进入少年期后，随着交往能力的提高，学生之中开始出现关系较好的、比较稳定的好朋友。

### 三、教学目标

- 1、锻炼有意识记的能力，增进记忆品质；
- 2、能够正确对待自己的学习成绩，勤于思考，不甘落后；
- 3、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；
- 4、自觉地控制和改变不良行为习惯，初步学会休闲，提高自我保护意识；

### 四、教学重点

- 1、通过面向全体普及各种心理健康知识，引导学生自测、自控、自我调节、正确认识自己。
- 2、加强针对性训练，采取多种形式培养学生良好的心理品质。
- 3、在集体中体验人际交往的乐趣，在学习中品尝解决难题的快乐，在活动中学会调节情绪。

4、培养自主、自动参与活动及表现自我的欲望与能力。

## 五、教学措施

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，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，迈向全体学生，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、对少数有心理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。

## 六、教学进度

### 小学心理健康教学计划表篇五

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》，根据小学教育的特点和小学生心理发展的规律，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，促进学生人格的健全发展。

#### 二、教学目标

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：

1、能够经常对自己进行“警句长鸣”——一定要做到“守信”与“守时”，消除嫉妒心，言行一致，表里如一，充满信心，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。

三、教学内容：

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。

## 四、教学措施：

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。