

最新小学生培养心理健康班会教案 小学生心理健康班会教案(优秀5篇)

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？下面是小编为大家带来的优秀教案范文，希望大家可以喜欢。

小学生培养心理健康班会教案篇一

以下是由本站pq小编为大家推荐的小学生心理健康主题班会教案，欢迎大家学习参考。

- 1、情绪对人的学习和生活影响很大，教育学生要做情绪的主人，才能适应社会生活；学会控制自己的情绪，掌握调控情绪的方法，做一个快乐的小学生。
- 2、教育学生正确评价自己，树立自信心，克服学习上的困难。克服自卑心理，学会欣赏自我和悦纳自我，树立“别人行，我也能行”的思想。

准备活动中所要用的各种情景问题。

(一)导入

- 1、引言：我们每个人都有自己的情绪情感，遇到不同的事，就会有不同的感受，但我们要学会控制自己的不良情绪，这样在与同学的交往中，才不会感情用事，今天我们学习树立自信心，做情绪的主人。

(二)学习如何控制倾情绪

a□关成的学习成绩退步了，应该如何对待？

b□小花是怎么对待跳绳失利的？

分组讨论，然后派代表在全班发言。

(2) 议一议

如何调控自己的不良情绪呢？

a□宣泄法□ b□转移法□ c将心比心□ d□挫折不一定是坏事。

3、活动明理

师：王小燕爱生气好不好？为什么？

生：不好，生气影响身体健康。

生：生气容易使人得病。

生：生气容易影响同学关系。……

议论时，如果时间允许，可多请几位同学谈谈看法。

(三) 学会树立自信心

1、 教师以讲故事的方式，张海迪是怎样克服困难，成为著名作家的故事，明确告诉学生是“自信心的力量”！

2、 议一议

师：小龟丁丁为什么开始不敢爬坡？

生：过低估计自己、自卑心理作祟、怕自己笨手笨脚，被人笑话……

师：后来，丁丁怎么做的？成功了没有？

生：在龟爷爷的帮助下，获得了成功；在龟爷爷的帮助下，大胆地尝试；他不怕困难，大胆去做。

师：你知道丁丁是个什么样的孩子？

生：有同情心，愿意帮助别人；勇敢的孩子；知错就改的孩子。

师：这个故事说明了什么道理？

生：在做事之前，就认为自己不行，是自卑的表现；后来他做了勇敢的尝试，获得了成功，是自信的表现。

指点迷津：我们应该克服自卑，树立自信，才能获得成功。

(四) 总结全课：可请同学归纳总结，使同学们看到树立自信心的重要性，引导学生正确地评价自己，树立自信。

：现实和未来都要求人们从小学会认知，学会做事，学会共同生活，学会生存。这些都与人的心理品质有关。如果没有较高的心理素质，就很难适应21世纪的激烈竞争。现代社会的快速进步和发展、现代社会的各种非正常的现象，也使得小学生的心理健康面临着更多更大的压力和挑战。社会的发展变化对学校培养的人才提出了更高的要求，让同学们懂得不但要有强健的体魄，有获取信息、加工信息和应用信息的能力，更要有健康的个性心理品质和良好的社会适应能力。

1、让同学们知道在我们的成长过程中常常会遇到一些自身无法解决的事物、现象，而这些事物与现象(比如影视作品中的接吻镜头)的存在是否正常合理，这需要我们学会自我调节，初步掌握自我调节的方法，用正常的眼光去看待一些自身无法解决的事物、现象。

2、每个人都应该以积极、健康的心态正确对待各种各样的事物和现象(比如当下流行于小学生中的“老公”“老婆”的称呼),用勇于挑战自我的勇气和毅力来自我调节,从而健康快乐成长。

小学中高年级

活动一：我们是快乐的花儿

主持一： 同学们，万物滋润，百花盛开，听，大自然中花开的声音，多么美妙，多么动听，充满生机，充满活力。

主持二： 这些美丽的小花就代表我们自己，花是美丽的，我们同样是美丽的。人人都说生命如花，让我们来观赏一下花开的情景。

老师(手指画面):花儿在阳光、雨露的滋养下开得是如此美丽。

主持一： 我们就像花儿一样，并非一路全是阳光和雨露，难免要经历“虫害”和“风雨”，经历“虫害”和“风雨”的花儿有的能茁壮成长，有的则凋零枯败。

主持二： 我们在成长的路上也会遇到“虫害”与“风雨”，比如我们思想中一些不正确的看法和想法，这些不正确的看法与想法就像害虫一样侵蚀我们的身体与心理，让我们的成长过程不那么顺利和快乐。

主持合： 今天就让我们和老师一起当一个辛勤的园丁，来捉除我们思想中——大害虫，那些不正确的看法和想法。

活动二：我们是辛勤的园丁

1、情景表演：“老公”“老婆”风波

(1)、情境表演：在主持人的安排下，请一组学生进行情境表

演。

(2)、老师帮忙：老师帮助“小老师”解决问题。

(3)、案例讨论：课件播放网络案例，小组内进行讨论，全班交流。

网络案例：荆楚网消息(楚天金报)近日，记者在洪山区某小学采访时，一名五年级班主任桂老师告诉记者，五六年级男生和女生之间喜欢“乱说无聊话”，如“谁喜欢谁”、“谁有几个老婆、谁有几个老公”等，以此为乐的多为男生。被“乱点鸳鸯谱”的女生不仅不反感，反而觉到很好玩。

(4)、专家观点：课件出示专家观点，学生借鉴思考。

专家观点：武汉市教科院德育教研室主任王一凡认为，小学生互称“老婆”、“老公”只是对成人世界的简单模仿，并不了解“老婆”、“老公”、“结婚”的真正含义。家长和老师不必惊慌，只需适当引导，让孩子们认识“老婆”“老公”这些家庭角色背后的伦理关系和责任。“爸爸是老公，妈妈是老婆，他们结婚才有了你。如果爸爸随便喊别的阿姨‘老婆’，妈妈和你一定会不高兴的，对吗？”类似这样的引导，让学生认识到随便喊“老公”“老婆”是不文明的，教育学生形成良好的伦理道德观念。

(5)、心理小贴士：别急着喊“老公”“老婆”，因为我们还没有长大！

别模仿大人，我们的童心童趣是我们最珍贵的宝贝！

2、观看图片：影视“接吻”镜头

(1)、课件播放：影视作品中成人接吻镜头

(2)、引导认识：这只是大人的事，与我们无关。

(4)、心理小贴士：我们只关注我们这个年龄所关注的事，大人的事等我们长大了才去做！

活动三：我们是勤劳的小蜜蜂

1、文字游戏：“爱”字扩词。

欣赏：课件出示人生格言

2、礼物游戏：主持人请各小组摸取礼物，并打开放在桌上。

3、老师感言：所以说，我们的成长就像我们手里的礼物一样，如果我们在成长的过程中，学会正确的认知判断，那我们就会健康快乐的成长，就会长成一棵健康的果子，甚至会成为一粒珍珠，一粒宝石。相反，如果我们从小没有学会判断，拒绝不了一些诱惑，一些不该我们这个年龄段所关注的东西和想法，那我们就会凋零，变成泥土、沙石，甚至一片空白。所以请记住：多大年龄干多大年龄该干的事，学生就是学习，学知识，学道理，学技能；爸爸妈妈就得工作，挣钱养家，哺育儿女，赡养老人；爷爷奶奶就是安享晚年。这样家庭才会和谐，社会才会和谐。

4、课件出示心理小贴士：学生就是学习，学知识，学道理，学技能；爸爸妈妈就得工作，挣钱养家，哺育儿女，赡养老人；爷爷奶奶就是安享晚年。

5、回归主题：沉淀一杯水 清澈一颗心

6、欣赏格言。

7、自我测试。

小学生培养心理健康班会教案篇二

本学期我校继续开展了《心理辅导在和谐家校教育中的应用》的课题研究，并利用主题班会时间组织学生进行心理辅导课，针对现在小学生的学习表现和心理现象，如低年级的学生表现得粗心大意，爱发脾气，依赖性强，中年级表现得自信心不足，不敢举手发言，不喜欢和别人说话，就不愿意和别人交往等，高年级表现得没有责任心，遇事就逃避，做事虎头蛇尾，没有责任感的现象，我校教师一个月上一次以心理辅导为主题的班会，让学生重新认识自己的心理弱点，自觉纠正自己在心理健康方面的不良表现。

二月份以《控制情绪》为主题，开展了一系列丰富多彩的活动，如小品表演、讨论等，让学生在日常的工作、学习和生活中时时刻刻都体验到它的存在和给他们的心理和生理上带来的变化。学生从自己的经验出发，每个人对情绪谈了一些自己的看法，学生用很多具体的词语来描绘，例如将情绪描绘成愉快的或不愉快的，高兴的和不高兴的，满意的和不满意的，温和的和强烈的，短暂的和持久的等等。学生在某种程度上能够了解情绪对人产生的影响，并对情绪产生和发展的基本规律有一定的认识，这有利于学生的身心健康，所以我们在这次主题班会中引导学生认识人的情绪并学会如何控制情绪。

三月份以《诚信与我同行》为主题，开展了一系列丰富多彩的活动，如诚信小测验、收集诚信名言警句、讲诚信故事等，同学们都能积极参加。通过活动，让学生明白诚信，是做人的根本，让诚信扎根在他们的心灵，让他们心中时刻装着它。在今后的学习生活中能够真正做到诚信待人。

四月份以《我自信我能行》为主题，开展了一系列丰富多彩的活动，培养学生的自信心是班主任工作中的一个重要的任务，在这节班会课中，教师运用了多媒体教学手段，采用多种形式，如讲故事、讨论、为同学找自信、激励小语赠同学、

歌曲欣赏等等，让学生在活动中知道自信的重要性，培养自信的方法，从“激励小语赠同学”这个活动中得到激励，增强了让学生学会克服自卑心理与自傲心理，引导学生正确认识自我，指导学生学习方法培养自信的方法。

五月份以《沟通，让心靠得更近》为主题，小学生由于特殊的生理、心理因素的影响，与同学、家长之间的冲突增多，同学间矛盾不断，家长怪学生不听话，此次班会旨在促进学生之间的心灵沟通，让学生都在这一特殊的氛围下，敞开心扉，达成共识，以便更好地教育学生，使学生顺利成长。通过这节班会课，同学们认识到了心灵之桥的重要性，人与人、国与国都离不开它，有了这座桥，整个班级、学校就会更加和谐，我们的生活就会更加幸福、美好。

六月份以《珍爱生命，关注心灵》为主题，通过一个个生动的例子，用朗诵、知识竞答、情景剧、三句半等形式让学生加深对生命的认识，并拓展学生对“安全”知识的理解和运用，培养学生团结友爱、互助合作、关心他人的良好品德，让学生认识到什么是真正的珍爱生命，对生命的价值有一个更清楚的认识，同时培养学生自我保护的意识和能力，为他们的健康成长打好基础。

小学生培养心理健康班会教案篇三

现实和未来都要求人们从小学会认知，学会做事，学会共同生活，学会生存。这些都与人的心理品质有关。能够说，如果没有较高的心理素质，就很难适应21世纪的激烈竞争。另外，现代社会的快速提高和发展也使得小学生的心理健康面临着更多更大的压力和挑战。社会的发展变化对学校培养的人才提出了更高的要求。

设计此次活动，旨在让学生懂得不但要有强健的体魄，有获取信息、加工信息和应用信息的潜力，更要有健康的个性心

理品质和良好的社会适应潜力。

二、活动目标：

- 1、让学生明白在学习和生活中常常会遇到挫折，人人都不可避免。
- 2、初步掌握战胜挫折的方法，培养学生战胜挫折的潜力。
- 3、每个人都应以用心、健康的心态正确对待挫折，用勇于挑战自我的勇气和毅力战胜挫折取得成功。

三、活动准备：

- 1、课件(名言、图片、音乐等)。
- 3、学生带好笔。学生奖品
- 4、相应材料(4_55)
- 5、小花50朵，大花1朵

四、活动过程：

(一)欢乐篇(学生绘画，背景音乐一)

导入，揭题。

1、师：同学们，万物滋润，百花盛开，听，大自然中花开的声音，多么美妙，充满生机，充满活力，你的桌上也有一朵这样的花。

学生拿起教师为他们各自准备的一朵含苞欲放的花。(教师拿起花)

师:这朵美丽的小花就代表你自我花是美丽的你同样是美丽的。
(教师放下花)人人都说生命如花让我们来观赏一下花开的情景。

2、(点击课件,欢乐篇):大屏幕上出现一朵、多朵开得绚烂无比的花(要有花开过程的动感美)

师(手指画面):花儿在阳光、雨露的滋养下开得是如此美丽。生命如花,你手中那朵美丽的小花仿佛就是你自我。(点击课件,回到主界面)

3、揭示主题:风雨后,花儿绽放得更美丽(教师口述课题,贴大花)

师:把我们的心的交给这句话,和教师一齐慷慨激昂地说,……(教师手指课题)

小学生培养心理健康班会教案篇四

1. 知道打架、骂人是一种不好的行为。
2. 能对自己进行评价,以此养成良好的行为习惯。

事先排练好表演情境、卡片

(一) 导入活动

1. 出示画有幼儿打架、骂人的卡片,请幼儿对照自己实际,对你曾经做过的事在卡片的方格中做上记号。
2. 请幼儿讲讲那是怎么回事,并评价自己做得对不对

(二) 情境表演

1. 引出故事情境表演《玩玩具的时候》，幼儿观看表演。

2. 提问：

(1) 故事情景里的鹏鹏做得对吗？为什么？

(2) 哭了的圆圆做得对吗？为什么？

(3) 鹏鹏说因为圆圆先骂人，他才动手的，他这样做合适吗？

(4) 鹏鹏说他只是轻轻地推了圆圆一下，不是打人，你认为
是这样吗？

(三) 讨论

教师根据实际生活中的情境提问，并让幼儿展开讨论。

小学生培养心理健康班会教案篇五

通过这次主题班会，使学生能够体谅父母，能缩短与父母的心理距离，学会如何与父母沟通，真正走近父母。

调查问卷、课件制作、开展方法：讨论法，说说、议议。

1、课前填写调查问卷

调查学生与自己父母的关系，不需写名字，真实填写。

a亲密b比较紧张c疏远和一般。

2、根据课前统计情况，

师：是谁，把我们带到这美丽的世界？是谁，呵护我们、保护我们、照顾我们？是我们的父母！可是，现在你是否觉得父母和你们的距离已经慢慢地拉大。你和父母是否已经没有

了亲密感？今天，就让我们来学习如何走近父母。

- 1、不顾父母劝阻，长时间上网，荒废功课；
- 2、放学迟迟不愿回家，贪玩。

师：如果你有以上情况，父母会如何惩罚自己？请同学们讲讲并说说被惩罚后的感受。（学生发言）

投影事例的“孩子，我为什么打你”。

师：是的，打与不打都是爱，那被打事件中，你又有没有做错？请曾经被父母惩罚过的同学，说说自己做错了什么？
（学生发言）

写一写，算一算父母每一天要为家庭做多少事，付出多少时间？

想一想，父母容不容易？你有没有分担父母的艰辛？

议一议，对自己父母不满意的同学，说一说你认为谁的父母最理想？

说一说，拥有“最理想父母”的同学说说自己父母。

师：我们要应和父母多一点交流。我们该怎么和父母交流呢？
（学生发言）

- 1、老师说说自己与父母孩子交流的情况？
- 2、学生说说自己与父母交流的情况。
- 3、选出一些写得比较好的“给父母的一封信”，请同学读出来，并把父母的回信也读出。

小结：由此可见，我们与父母的关系并非不能改变，父母也不是不近人情的，他们也在关心我们，也在想办法走近我们。那我们就该主动走近父母。

1、多向父母表达你爱他们。

主动承担家务；纪念日、节日送点小礼物；遇特殊情况写一封信表达感激；

适时为父母倒杯茶、削个水果。

2、和父母有分歧时学会换位思考，站在父母的角度上去想一想。

3、应让父母感觉你相信他们，多交流并经常给予赞美。

多向父母说说自己的情况，自己的愿望；多倾听父母的话；遇上烦恼，告诉父母，寻求父母的帮助。

4、回家和外出主动给父母打招呼。

5、时时紧记，父母只会爱孩子，决不会害孩子。

八、布置作业

1、做一个表格，列举父母工作之余为家庭做了什么事，花多少时间？

2、给父母送一张卡片，表达你对他们的爱：

3、平常多为父母倒杯水或分担一些家务。