

2023年心理健康教育教案初中 小学心理健康教育教案(模板9篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？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。

心理健康教育教案初中篇一

教师：请同学们分组讨论以下三个问题，然后各组选派一名代表发言。讨论题为：

a□ 路娜怎样把快乐带给别人？

b□ 你向李素丽阿姨学习什么？

c□ 你想做一个把快乐带给大家的人吗？

目的是让同学们知道向李素丽阿姨和路娜同学学习什么，鼓励学生做一个把快乐带给别人的人。

2、想想说说

目的是让学生以实际行动，把快乐带给自己周围的人。

3、观察论谈

教师将一件事的两种做法编为“情景一”和“情景二”，并写在纸板上挂到黑板上。

教师：我现在请一位同学扮演红红，请一位同学扮演妈妈，

我旁白，我们三上人把纸板上的故事念一遍。

目的是让学生用学过的知识来判断红红的做法对与不对。

4、想想谈谈

教师在黑板上写出三个问题：

a□ 你知道爸爸妈妈最喜欢什么？他们什么时候最高兴？

b□ 你何时帮助同学解决了困难，当时你的心情如何？

c□ 被你帮助的同学为取得成功而快乐时，你有什么感受？

教师：请大家想一分钟后，再谈谈上面三个问题。

目的是让同学谈谈自己帮助别人后的情感体验。

5、想想填填

教师：（让学生把书翻到指定页）先默读一遍，然后在空白横线上填上适当的字。

通过填字游戏，了解学生对所学知识的理解程度。

四、实践指导

心理健康教育教案初中篇二

教师在黑板上挂出三幅画：

第一幅画：小丽手里拿来起50分的成绩单哭了。

第二幅画：一位老奶奶摔倒了。

第三幅画：壮壮生病躺在床上。

教师：现在请一位同学念一遍课文，然后请同学们自己默读一遍。

教师讲李素丽阿姨“助人”的故事。

教师：同学们，我们从路娜同学和李素丽阿姨且人的故事中，已经看到并认识到，只要你把快乐带给了人家，我们在日常生活中要学会观察，发现老人、残疾人行走时有困难，就立刻去帮且；发现同学学习有困难，主动去帮助；发现爸爸妈妈身体不舒服，要关心、疼爱 and 照顾他们。

三、课堂活动

心理健康教育教案初中篇三

教师：现在我们请五位同学到讲台来，每人在讲台上抽一张卡片，然后的卡片上a□b□c□d□e的顺序站好，用两分钟时间将卡片上的一段话记熟。最后五个人衔接着讲完一段完整的故事。

目的是让学生知道怎样做，才能把快乐带给别人。同时也培养学生的团结、互助精神。

2、演讲

教师把演讲的题目和内容要求写在黑板上。

演讲的题目：《如何把快乐带给大家》。

演讲的内容：

a□ 关心他人，使人感到快乐。

b□ 帮助别人成功，使人快乐。

c□ 同情、宽容他人，使人快乐。

d□ 有且人为乐的情感。

e□ 有强烈的社会责任感。

目的是了解学生能否将所学知识运用于实际。

五、教师总结

心理健康教育教案初中篇四

教师：今天我们先来听一段录音故事。（播放麦克斯韦小时候的故事配乐录音）

2. 学文明理

提问：谁来说说小小的麦克斯韦为什么喜欢提出许多问题？/

（学回答后教师小结）

教师：同学们说得很好，麦克斯韦对什么事情都好奇，都想知道究竟，这是一种学习的兴趣。正是因为有了这种学习的兴趣，麦克斯韦最后成了英国著名的科学家。

许多有成就的人，他们从小对自己身边的事物有极大的兴趣。

衣同学们看看书上还为我们介绍了其他的人。

(学生自己阅读课文中有关达尔文及严文井的故事)

教师：听了刚才的故事，看了书中的课文，请同学们说说看书的想法。(学生自由发言)

3. 活动明理

(1) 请同学们分组说说自己的兴趣是什么?说完后再选一名代表给全班同学说说你们组的发言情况。

(2) 做个放松小游戏

出示课前准备好的字谜条幅粘贴在黑板上，请学生猜。将学生猜中的答案随时粘贴在字谜的旁边，并为猜中答案的学生发一颗智慧星。

(3) 谁来帮助苹果娃娃

分别将扇形的填字游戏及写有“青、晴”等文字的苹果贴在黑板上，谁给苹果娃娃找到座位，就请谁把苹果娃娃带到他的座位上。

(4) 开个小擂台赛

分别出示口算比赛题，每次两名同学比赛，看谁能当擂主，教师为擂主颁发证书。

(5) 想想自己最感兴趣的课有哪些?把它填在书中的表格中，填写完后再想一想自己为什么会喜欢这些课?对自己不喜欢的课，想个办法使自己对这样的课有兴趣。最好能将这个办法写在表格后面。

4. 总结全课

同学们喜欢今天的学习吗?大家的回答和笑脸告诉了老师。你们很喜欢这样的学习。其实我们的学习都能像今天的学习这样使你有兴趣。请同学们回家后问问自己的家长,他们的学习兴趣,并请你的家长和你一起动脑筋,找一找培养学习兴趣的好方法。

小学心理健康教育教案(三)

心理健康教育教案初中篇五

认知与技能: 理解主动对建立同伴关系的重要性,学会向同伴积极主动热情地打招呼;理解主动打招呼时可能会遇到的消极回应,学会正确归因、积极面对;尝试更主动地互相打招呼,为良好的同伴交往建立基础。

过程与方法: 在活动、情境训练中经历打招呼的过程,采用情景剧、小组讨论、合作交流、情景训练,游戏体验等方法。

情感、态度与价值观: 体验主动打招呼带来的积极的人际感受,培养学生积极主动的人际交往态度,以及面对人际挫折后积极的态度和正确归因。

【热身操】儿歌串烧

1. 播放儿歌串烧音频,师生同唱、随音乐律动或表演。
2. 儿歌《找朋友》。
3. 这些歌曲带着我们仿佛回到了小时候的那个美好时光,这些美好的时光中不仅有熟悉歌声,更有和我们一起歌唱和玩耍的朋友们,我们的生活中离不开亲爱的朋友,今天就让我们一起“伸出你的手,主动交朋友”,来结交更多的好朋友。

【游戏坊】找朋友

1. 游戏规则：教师随机抽取6-8名学生，这些学生可以在教室里任意走动，与座位上的同学握手，尽量多地与人握手，看看谁握手的人最多，座位上的同学也要积极主动地回应。活动过程中，师生同唱《找朋友》，6-8名学生在第二遍歌声中开始找人握手。

2. 活动进行，教师观察活动中的现象，为下面的分享环节做准备。

3. 采访与分享：

对任意走动学生：

(1) 你刚才和几个人握了手？有没有达到你的预期目标，觉得满意吗？

(2) 刚才的活动中发生了什么事情让你印象深刻的？

(3) 当你主动伸出手，别人的反应是什么？那一刻你的感受是什么？

(4) 你看到座位上的同学主动伸出手与你握手吗？

(5) 主动伸出你的手的感受是什么样的？

(6) 在平常生活中，你会经常主动和同学交往吗？

对座位上学生：

(1) 刚才有几个人过来和你握手？你觉得满意吗？

(2) 刚才的活动中发生了什么事情让你印象深刻的？

(3) 当别人主动与你握手时，你的感受是什么？

(4) 你有试着主动伸出手吗？

(5) 在平常生活中，你会经常主动和同学们交往吗？

.....

4. 教师根据活动和分享情况进行小结，引导学生认识到人际交往中要积极主动热情。

【心灵剧场】

1. “主动伸出你的手”给我们带来了快乐，但是生活中有的人不懂得这个道理，发生了一些事情，下面，让我们走进“心灵剧场”去瞧一瞧。

2. “心灵剧场”一

(1) 根据课本上提供的几种情景，课前排练简短的情景剧：一是小明主动热情地向小丽打招呼；二是小伟在小红后面不好意思打招呼；三是蓉蓉和倩倩迎面走来彼此都不搭理。

(2) 课堂上请学生表演，其他学生观看。

(3) 生活中还有哪些打招呼的情况呢？小组说一说，演一演。

(4) 你觉得应该怎样和同学打招呼呢？请小组讨论，再分组报告。（积极主动、有度）

3. “心灵剧场”二

(1) 积极主动打招呼，但是有时候也会遇到这种情况，请大家看下一幕情景剧：丁丁主动跟当当打招呼，当当却没理丁丁。

(2)改编情景剧：遇到这种情况，同学们，我们该怎么办呢？请以小组为单位，讨论并改编演出。

(3)教师小结：主动打招呼时可能会遇到消极回应，学会正确归因、积极面对。

【丰收园】我们交朋友！

1. 我的收获

我学到了……

2. 我们交朋友：运用你的收获，以你喜爱的方式，主动在班级里交几个新朋友。（播放背景歌曲《永远是朋友》）

心理健康教育(初中)试题示例

一、回答规定问题(5分钟)

考官从试题库中随机抽取2道规定问题，要求考生回答。时间5分钟左右。

二、试讲环节(10分钟)

1. 题目：调心态，从容考

授课对象：9年级学生

2. 内容：

学生一：“每次考试我都发挥得不好，平时会做的题总会做错！”

学生二：“越是紧张，越是不能发挥正常水平！”

3. 基本要求：

(1) 联系学生实际，针对学生考试焦虑问题展开。

(2) 体现心理健康教育课的特点。

(3) 配合教学内容适当板书。

(4) 试讲时间共10分钟。

试题示例

(考官用卷)

科目代码：359

科目名称：心理健康教育(初级中学)

一、回答规定问题(5分钟)

考官从试题库中随机抽取2道规定问题，要求考生回答。时间5分钟左右。

二、试讲环节(10分钟)

1. 题目：调心态，从容考

授课对象：9年级学生

2. 内容：

学生一：“每次考试我都发挥得不好，平时会做的题总会做错！”

学生二：“越是紧张，越是不能发挥正常水平！”

.....

3. 基本要求:

- (1) 联系学生实际，针对学生考试焦虑问题展开。
- (2) 体现心理健康教育课的特点。
- (3) 配合教学内容适当板书。
- (4) 试讲时间共10分钟。

三、答辩环节(5分钟)

1. 简述班杜拉的自我效能感理论。
2. 考官根据考生试讲情况自行提问。

心理健康教育教案初中篇六

- 1、听懂小猪脏脏故事。
- 2、学会做一个爱干净的小朋友。
- 3、体会勤洗脸洗头，爱干净的好处。

脏兮兮的小猪图片，小鸟图片，小猫图片。干净的小猪图片。

自觉爱干净。

一、故事导入。

《小猪脏脏》故事大概：小猪脏兮兮的去找小鸟和小猫玩，小鸟小猫拒绝了他，并说“小猪脏脏快走开。”小猪伤心的走了，回去把自己从头到脚洗得白白的，再来找小鸟和小猫，

他们高兴的一起玩。

三、引人爱干净。老师检查小朋友们的干净程度。

四、教导小朋友如何把自己洗的白白的。从头到脚，要洗哪些地方。

洗头，洗脸，刷牙，洗手，洗澡，洗脚。

现在我们带它们出去晒晒太阳，然后把它们送回家吧！

听很多家长说孩子在家不注意卫生，让他们刷牙、洗澡很难，针对家长的反馈我设计了这节健康活动，首先我通过故事引出这节课，因为孩子们喜欢听故事，往往通过故事学到的东西比我们空洞的说教更有用，同时我又根据孩子们好玩水的天性，加入了给小动物洗澡环节，让这节课变得更完整、丰富。通过这节课孩子们知道了要讲卫生、爱干净，懂得了好的卫生习惯能让自己不生病。又通过设计为小动物洗澡这一环节，让孩子体验到帮助别人的快乐，目标完成不错，整节课孩子们也很感兴趣，美中不足的就是在让孩子说自己是怎样讲卫生之后，应该进行小结。因为孩子们七嘴八舌的说的比较零散，这时我做个小结，就会让孩子了解到更多的讲卫生的好方法。

心理健康教育教案初中篇七

心理健康——让自己高兴

喜、怒、哀、乐之情人皆有之，但快乐作为一种积极情绪却是心理健康的重要标志之一。对于幼儿的成长尤为重要。愉快的情绪既来自于成人的关怀呵护，更取决于幼儿自身的主观体验。在教育中，我们要让幼儿学会如何保持愉快的心情，并采取多种方排解已经出现的消极情绪，为快乐的人生奠定基础。

1、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。

2、引导幼儿逐渐养成积极乐观的生活态度。

4个木偶、一个开心枕

学习正确的方式排解不开心的情绪。

一、感受快乐

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、你喜欢开心的自己还是不开心的自己？

小结：不开心就是生气，生气不仅不让人喜欢，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己生气，把生气这个坏习惯消灭掉。

三、化解不开心

1、生气商店：谁知道什么是消气商店？

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己消气呢？

小结：每个人都有生气的时候，你生气的时候，可以唱唱歌，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，让自己快乐起来。

四、让自己开心

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。

心理健康教育教案初中篇八

心理学认为，合作是两个以上的个体或群体为了实现共同的目标而共同完成某项任务。“学会学习，学会创造，学会合作，学会生存”已成为二十一世纪教育的主题，合作是未来工作、社会适应乃至国力竞争的基础。在小学阶段，合作和协调精神是学生进行良好的人际交往所必须的心理品质，也是教师塑造良好的学生班集体所必须加以培养和训练的；是小学生团体发展性心理教育的重要内容。而目前城市小学生多为独生子女，在家庭、学校生活等多层面中表现出不合群，不善于与人合作的弱点。因此，培养小学生的合作意识，合作精神和合作能力非常必要。在本节课的教学中，本着充分发挥教师主动作用，引导学生主动探究，针对学生的实际情况，进行教学环节的设计，使学生在活动中体验团结合作带来的愉悦情感，形成良好健康的心理素质。

1、了解团结合作的重要性和必要性，体验团结合作带来的快乐情感，增强合作意识。

2、在活动中培养学生健康的心理素质。

3、增强学生的交往能力和实践能力。

了解友好合作的重要性和必要性，体验团结合作带来的快乐情感，增强合作意识。

在活动中培养学生健康的心理素质。

小学生人际交往心理辅导

操作法（游戏、绘画）、角色扮演法

情景体验

40分钟。

小学六年级学生

一、游戏热身——盲人取物

盲人取物：要求戴上眼罩在规定的时间内穿越障碍取到物体

师：好，老师为你找个合作伙伴，可以用语言进行提示。谁愿意成为他的合作伙伴？很好，你们都是很乐于与他人合作的孩子。

师：能说说你现在的感受吗？你觉得自己能顺利完成任务的原因是什么？

师：有时一个人的力量是有限的，这位同学刚才有了与别人的合作，任务就容易完成了。生活中有很多事情，要靠大家

团结合作，才能把事情办好，团结合作很重要。那么怎样团结合作呢？你们想不想知道？这节课我们就来议一议团结合作这个话题。

二、活动——逃离险境

师：同学们，生活并不是风平浪静的，有时也会遇到各种各样意想不到的危险。这里有老人，小孩，病人、青壮年。出现险情，大家要迅速逃离，紧急疏散到安全场所。

（第二次逃离险境）

三、活动分享——诗配画

诗配画全组同学根据一首诗共同完成一幅画。

四、总结

同学们有什么悄悄话要对老师说的，可以给老师写信塞进我们学校的心语小屋的心语信箱，也可以当面找老师交谈，老师们会很乐意和你们交流的。

心理健康教育教案初中篇九

1、体会眼睛在自己和他人生活中的重要作用，对盲人以及其他患有眼疾的人表现出初步的同情心。

2、学习正确的用眼常识，了解不良的用眼习惯对眼睛可能造成的损坏，养成爱护眼睛的良好习惯。

教学重点和难点：

1、体会眼睛在自己和他人生活中的重要作用，学习正确的用眼常识。

2、了解不良的用眼习惯对眼睛的损坏，养成爱护眼睛的良好习惯。

德育目标:教育学生爱护眼睛，同情、帮助盲人及其他患有眼疾的人。

课前预备:请同学们课前向四周的人了解眼睛在他们生活中的重要作用。若家中有近视的人，观察近视给他们的生活带来的不便。教师课前预备社会为盲人提供的有关设施，如盲道、残疾人专用厕所等图片资料。

一、引入:

1、屏幕出示谜语:上边毛，下边毛，中间有颗小黑豆?有它可以看书报，有它可以看世界。师念生猜。谜底(眼睛)

2、教师提问:眼睛在人们的生活中有什么作用?请同学们结合自己的体会以及在家中的小调查在班内分组交流。各组选出代表汇报本组意见。

3、体验活动:每个学生用事先预备好的围巾蒙住眼睛。在老师发的脸形图片上画上眼睛、鼻子、嘴。然后打开围巾看看画的结果如何?找10位同学，两两一组，蒙上眼睛由不蒙眼睛的拉着他在教室里走一走，看看有何感受?其他同学蒙上眼睛在书包里找出一张纸写上自己的名字，看看结果如何?体验一下没有眼睛有什么不方便。全班举手交流一下自己的感受。

4、教师小结:眼睛在我们每个人生活中都非常重要。眼睛近视、受伤、或失明都会给我们的生活带来极大的不便。

二、新授:

1、师:同学们刚才已经体验到没有眼睛的不方便了。不过你们才体会了几分钟，却有一种人要一辈子体验眼睛看不见东

西的痛苦。你们能猜出来他们是谁吗?(猜:盲人)

2、师:猜猜盲人没有眼睛是什么心情?你们能帮助他们吗?出示盲道,残疾人专用厕所、人民币上的图案等图片资料。(让学生同情盲人及眼部有疾病的人,并愿意帮助他们。)

3、出示课件动画:“眼睛的哭诉”学生观看动画后谈谈我们该怎样保护眼睛?

4、出示课件:“这样做对吗?”以小组为单位,边看课件,边试着研讨,什么光线、什么距离下看书,眼睛最舒适。(教师可作一些错误的看书举动,请学生判定)

5、教师在学生充分研讨的基础上进行归纳,说明看书的正确方法。教儿歌:一尺一寸一拳远,不得驼背近视眼。

6、出示课件:“眼睛对我说”请学生根据课件所出图片,联系个人实际,以眼睛为主人公,对眼睛的主人说几句话,并演示如何改正坏毛病。

7、教师示范:(播放眼保健操音乐)全体学生做眼保健操。谈感受。

8、请学生看图片,讨论这样做,对眼睛会造成那些伤害?应该怎样做?

1、出示课件:“漂亮的风景”意在让学生感受眼睛可以看到如此漂亮的风景,也可以看到危险而躲开,从而保护自己。

2、屏幕出示护眼歌:

人体眼睛是件宝,

生活学习离不了,

保护视力我牢记，
眼镜不会把我找，
手不揉眼讲卫生，
红眼沙眼得不了。

3、宣传爱护眼睛及用眼卫生。

:眼睛是心灵的窗户，让我们从现在起养成爱护眼睛的好习惯，让每一个人都有一双明亮的眼睛。