# 心理教育教案通用8篇

更新时间：2024-02-15

*教案是需要教师进行反思和评估，以不断改进教学方法和策略，教案是能够体现教师的教学能力的，一定要认真对待，下面是职场范文网小编为您分享的心理教育教案通用8篇，感谢您的参阅。心理教育教案篇1活动目标：1、*

教案是需要教师进行反思和评估，以不断改进教学方法和策略，教案是能够体现教师的教学能力的，一定要认真对待，下面是职场范文网小编为您分享的心理教育教案通用8篇，感谢您的参阅。

心理教育教案篇1

活动目标：

1、知道每个人都有情绪，并能了解几种基本的情绪。

2、了解不同情绪对人身体健康的影像，初步知道要调节自己的情绪。

3、能大胆的表达自己的情绪。

活动准备：

\"教师心情播报\"录像，\"小熊生病\"故事录音，自制麦克风、电视台。

活动过程：

一、引导幼儿了解几种基本的情绪。

1、小朋友，我们幼儿园的小小电视台就要开播了，这次播报的节目叫作\"心情播报\"，我们一起来看看老师们是怎样播报心情的。

2、播放\"教师心情播报\"录像。

二、幼儿开展\"心情播报\"节目。

1、（出示自制麦克风）今天我们也要办一个\"心晴播报\"节目，小朋友可以坐在电视台上把自己今天的或是这几天的心情告诉大家，还要说出为什么会有这种心情，这样有不开心的事小朋友才可以帮助你。

2、幼儿分四组自由进行心晴播报的活动。

3、每组幼儿推荐一名代表出来在全班小朋友面前进行心情播报。

三、听故事，了解情绪对人身心健康的影响。

刚才我听到有的小朋友说自己今天很伤心，有的小朋友说自己今天很生气，那这些心情对我的身体有没有什么影响呢？下面请小朋友来听一个《小熊快乐生病》的故事。

1、播放故事录音。

2、讨论：

（1）小熊快乐怎么会躺在床上起不来的？它真的得了很重的病吗？

（2）后来它的病是怎样变好的？

（3）教师小结：悲伤、害怕、生气的情绪对身体都不好，有时候会使自己生病，起不了床，而快乐能使我们的身体变的很健康。

3、刚才我们听了故事都知道，伤心、生气都会影响自己的身体健康，那么，当我们有这些坏心情的时候，我们用什么方法可以让自己的心情变得快乐起来？

4、幼儿自由讨论。

5、请个别幼儿说说使自己变得快乐的方法。

四、我的\"开心法宝\"。

小小电视台又要开播了，这次播报的节目叫作\"我的开心法宝\"，小朋友们可以把让自己高兴起来的方法播报给大家一起分享。

心理教育教案篇2

【教材分析】

大班幼儿随着生活经验的丰富，内心世界也逐步丰富起来，不同的情绪情感直接影响着她们的生活和学习。情感教育无论在幼儿的日常生活教育中还是主题活动教育中，都是一个不能被忽视的问题。故事《心情预报》题材新颖，构思巧妙，情节生动感人。运用天气预报的形式来引出“心情预报”揭示了森林中各种小动物和平相处，互相关爱的一种温馨的场面。本活动通过创设情景学做心情预报员、交流讨论等形式，让幼儿了解心情预报的方法，引导他们通过听音乐、做运动、深呼吸等方法调节自身情绪。并引导幼儿尝试关注周围人的情绪、情感变化，想办法帮助别人获得健康的好心情，体验帮助他人的快乐。

【活动目标】

1、了解心情预报的内容、方法，愿意关注同伴的情绪和需求。

2、能完整连贯的播报心情预报，掌握2—3种调节消极情绪的方法。

3、感受关心、帮助他人的快乐。

【活动准备】

1、物质准备：天气预报视频及各种天气标志、小松鼠头饰、金话筒、课件。

2、经验准备：幼儿观看天气预报，了解表示天气情况的各种符号。

【活动建议】

1、师幼谈论天气，引发兴趣、导入主题。

（1）引导幼儿说出观看天气预报能知道未来几天的天气。提问：“孩子们，你们看今天的天气怎样？那明天呢？我们怎样才能知道明天的天气情况呢？”

（2）鼓励幼儿大胆模仿主持人播报天气，教师给予积极肯定

提问：“电视台里的天气预报是怎样播报的，谁能来模仿一下？”

（3）引导幼儿听听电视台的叔叔是怎样播报天气预报的。

提问：刚才的天气预报播报了哪几种天气情况？你还知道哪些天气情况。小结：天气情况真是千奇百怪，通过天气预报我们就能预知明天的天气情况，给我们的生活带来了很大方便。

2、结合课件分段讲述故事，了解心情预报的内容和方法。

（1）结合课件讲述故事前半部分，播报森林心情预报，了解心情预报的内容。提问：主持人的第一句话是怎么说的？（提醒幼儿礼貌播报）他都播报了那些动物的心情？

（2）分析大象的心情，尝试心情预报的方法。

提问：

①为什么大狮子的心情是大雨天？生病了，会是怎样的感觉啊？帮助、引导幼儿体验他人情感，可以说出自己生病时的感受

②你觉得还可以用哪些天气表示不开心、不舒服的心情？引导幼儿利用天气预报的不同符号来表示不同的心情。

小结：心情和天气一样，都是可以预报的。我们可以用不同的天气标志来预报不同的心情。

（3）结合课件讲述故事后半部分，讨论尝试如何帮助大狮子获得好心情，初步感受关心、帮助他人的快乐。

提问：如果你是森林里的小动物，你打算如何帮助大狮子，让他的心情好起来？引导幼儿自由讨论，充分发挥想象力和创造力，激发幼儿的互爱互助情感，尝试帮助大狮子获得好心情。

（4）结合课件，继续提问：

①森林里的小动物是怎么做的？

②有了小伙伴的帮助，这时大狮子的心情会不会发生变化？”小动物们的心情又会怎样？

小结：狮子看到有这么多朋友来看望它、关心它，很高兴，心情就慢慢变成晴天了。原来，心情和天气一样，还是可以变化的，我们可以想办法帮助自己或者别人把坏心情变成好心情。

3、结合课件尝试做心情预报员，体验播报的快乐，并能帮助他人获得好心情，进一步感受关心、帮助他人的快乐。

（1）结合前三副人物表情（哭泣、生气、发怒），尝试心情播报。

提问：生活中，小朋友也会经常有各种不同的心情？你能做一个心情预报员吗？当我们身边的人出现了不开心，我们应该怎样让他们变得快乐起来呢？

小结：让自己和朋友开心的方法有很多，如深呼吸、暂时离开生气的地方、大哭一会儿、想一下开心的事、跟好朋友倾诉、听好听的音乐等，这样心里就不会那么难受了。

（2）结合第四副图片“笑脸墙”，尝试心情预报。

提问：谁能来播报一下她们的心情？你感觉人在什么心情的时候最漂亮？小结：任何人都是开心的时候最漂亮，保持高兴的心情经常笑，我们的生活就会更加开心、幸福。别人不高兴的时候，我们也要帮助他让他有个好心情。活动延伸：利用离入园时间开展“心情播报时间”。

心理教育教案篇3

教学目标

1、学生认识到在有充分思想准备的情况下进入中学，会比较容易进入状态。

2、学生了解进入中学前应做好哪些思想准备工作。

3、养成良好的心理素质和积极的心态。

教学过程

一、导入新课

我们小学阶段的学习生活就要划上句号了。接下来迎接你的是一个新的阶段---中学阶段。虽然从形式上看只是从一个校门走进另一个校门，但这却是一个重要的转折点，摆在你面前的要求将越来越多，越来越高，你，做好准备了吗？

二、学习新课。

１、明确做好充分的思想准备进入中学，会比较容易进入状态，否则的话，既浪费时间，又会对学生的心理产生不良的影响。

２、那么，进入中学前就做好哪些思想准备呢？

３、你们知道中学和小学的区别吗？你最关心哪一个方面？

４、从优秀学生身上汲取经验。

（1）要真正把学习当作是自己的事，从学习中锻炼意志。

（2）在学习方法上要做到课前预习、课后复习，遇到不明白的问题及时弄懂，不能积累下来。

（3）为了使自己的身心得到全面发展，进入中这后还要多参加各项活动，在活动中锻炼自己的能力。

（4）正确面对生理和心理上的变化。

你即将成为一名中学生了，做好足够的心理准备了邑？有些什么具体的打算？请写下来

心理教育教案篇4

一、活动目的：

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。

二、活动目标：

1、让同学们知道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能力。

3、每个人都应该以积极、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、心理小测试题。（抽奖纸条8张）

2、小花54朵

四、活动过程：

（一）快乐的花儿

a：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。

b：这朵美丽的小花就代表你自己，花是美丽的，你同样是美丽的。人人都说生命如花，让我们来观赏一下花开的情景。（放影像大屏幕上出现一朵、多朵开得绚烂无比的花）

老师（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己。

a：我们人就像花儿一样，并非一路全是阳光和雨露，难免要经历“虫害”“风雨”，我们就是那在老师和家长的呵护下长大的花儿，又如何让我们这一朵朵小花在风雨后绽放得更美丽呢？

（二）心情变化

b：今天带来了个盒子。有几件礼物送给大家，要你自己用手伸进盒子里去取。（一个盒子有8张纸团，分别请每组选一位同学上去模，只能摸出一个，多则取消）大家看他们的表情。也让他们说说心理变化。）

（体验情绪：你想知道里面有什么礼物吗？——“好奇”的情绪，着急的情绪；手伸进盒子之前——“紧张”的情绪，期待的情绪；手触摸到礼物时——“疑惑、紧张或害怕”的情绪，兴奋的情绪；拿出礼物时——“高兴或害怕”的情绪，他们在取礼物的过程中，体验到了各种情绪，失落与喜悦，羡慕与沮丧，成功与机遇）

（三）战胜挫折与困难

a：刚才大家也知道得到礼品而高兴，没有得到而沮丧，同样我们遇到困难时也难免会泄气，这时我们要学会坚持不懈的精神。

b：格言“我觉得坦途在前，人又何必因为一点小障碍而不走路呢？”—鲁迅

同学们你们遇到挫折和困难时是怎样做的呢？请同学举手回答。

（a、发泄法：打枕头，写日记……b转移法：到外面玩，做别的自己喜爱的事……c、换位法：别人遇到此事，会怎样做………d、求助法：找人倾诉，寻找办法……）

名言是我们的指路明灯，激励自己勇敢地与挫折作斗争，可以多学点格言，名言。

a：故事2，前几天电视焦点节目中有个故事有个同学他很胖成绩也不好，特别羡慕和嫉妒他们班上的另一个成绩好的同学，有天他在想什么办法让别人的成绩下降呢？（结果他想了一个办法，就叫人把好同学打了一顿进了医院，而耽误了学习，最后他家赔了许多医药费，也被学校开除了）这种心理存在这严重的不健康，是嫉妒的扭曲表现。

b：故事3，挫折中成才的故事，张海迪，脚残而自强不息成为了作家等名人在学习上我们应该正确认识自己，事在人为，勇往直前，尽自己的努力，老师和家长知道孩子已经努力，也就问心无愧了。

五、总结：

?阳光总在风雨后》

成长的路上有阳光，有风雨，就看我们如何面对，要学会与命运抗争，笑着完成每一次作业，笑着面对每一次考试，笑着度过每一天，让挫折成为你成长的阶梯，挫折就会为你更为精彩的人生喝彩！勇敢面对生活，有你、有我、有他，让我们共同面对。不经历风雨哪里才能见到彩虹呢。

心理教育教案篇5

活动目标：

1、知道小动物和小朋友们一样都有自己的妈妈，增进幼儿与妈妈的情感。

2、勇敢的用简单的语言表达自己对妈妈的爱。

3、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

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、培养幼儿健康活泼的性格。

活动准备：

1、各种动物玩具大小各一个到两个。(如没有可用塑封过的动物图片代替)

2、每个小朋友妈妈的单人照片一张;“开火车”、“摇篮曲”音乐磁带，小孩哭声的录音带。

活动过程：

一、轻松活动(营造轻松的心理氛围)

1、游戏“开火车”进活动室。

2、让幼儿自由选择一个喜欢的动物玩具玩。

3、播放摇篮曲，让幼儿抱着玩具休息一会儿。

二、认识妈妈和宝宝。

(音乐中断，传出一阵哭声)

师、咦?谁在哭啊?(找一找)哦，是猴宝宝在哭(老师从录音机后面拿出猴宝宝)。猴宝宝你为什么哭呀?哦!你找不到妈妈了，你的妈妈是谁呀?哦，是大猴，猴妈妈在哪里呢?小朋友帮找一找好吗?(大家一起找)找到了，猴宝宝的妈妈是大猴，猴宝宝是小猴，小朋友，你看看你抱的是什么动物?是妈妈还是宝宝呢?你怎么知道的?(幼儿自己观察、比较)

小结：妈妈大，宝宝小。

三、游戏“找妈妈”。

1、引导幼儿帮动物宝宝找到自己的妈妈。

2、展示幼儿妈妈的相片，让幼儿去找自己的妈妈。

3、共同欢呼“找到妈妈了”。

小结：每个宝宝都有妈妈。(妈妈用鼓励的语言表扬幼儿)

4、让幼儿对着相片跟妈妈说一句话，如“妈妈，我爱你”、“妈妈，我想你”等。

四、延伸活动。

让幼儿拿妈妈的相片向在座老师介绍妈妈。

活动反思：

整个活动以情境化的游戏来串联，给幼儿营造了一个宽松和谐的学习氛围，给幼儿创设了一个在集体面前大胆表述的机会，激发了幼儿关心和尊敬妈妈的情感。

心理教育教案篇6

一．教育目标：

1、 充分认识安全工作的重要意义。

2、 在学习和生活中注意人身安全，饮食安全，交通安全等。

3、进行预防灾害，防“h1n1”流感的教育。

教育内容：家庭、学校、社会安全

教学过程：一、导入：新的学期又开始了，我们将一起开始快乐而有紧张的学习生活，在开学之初，我们首先要提的就是安全，因为不论是国家还是家庭，都希望你们安全的生活和学习。

二、学生应注意安全的地方：

1、学生讨论。作为学生，我们应从哪些方面注意安全？

2、集体归纳。

（1）人身安全，在校园内或公路上不追逐打闹；不在楼道内做游戏；上下楼梯靠右行；劳动时，不挥舞劳动工具，以免误伤他人；不与社会上不三不四的人交往，特别是吸毒者；课外不玩火，不玩火……

（2）交通安全，在公路上不追逐打闹，自觉遵守交通规则，交叉路口要注意行人车辆，骑自行车宁慢勿快，上、下坡要下车，通过公路要做到一停二看三通过。

（3） 饮食安全，不饮生水，不吃不卫生的食品，不吃有病的鸡肉、猪肉等，饭前便后要洗手，不吃霉变或过期食品。

三、交流对“h1n1”的了解。

导语：最近有一种病毒在全世界肆虐，你知道这是什么病毒吗？

（1）交流对“h1n1”的了解。

（2）说说如何预防这种病。

四、学生自查哪些方面未做好，今后要加强注意。

心理教育教案篇7

一、活动背景

在大学里，我们的生活要度过三年，在不断学习生活中，大学生经常会出现一些问题，虽然不是很突出，比例也不高，可是也足以引起我们的重视了。为响应院团委心理健康教育中心组织开展心理健康教育的主题班会活动的通知，营造良好的学校心理健康氛围，进一步普及心理健康知识，发挥班级在心理健康教育活动中的主体作用，增强班级凝聚力。

二、活动目的

1、增强同学的团体荣誉感，曾强班级凝聚力，构建和谐班级；

2、感受人生的欢乐和幸福，从而以一颗进取乐观的心来看待人生，善待生命的每一天。

三、活动宗旨

“加强心理健康教育，珍爱生命；增强班级凝聚力，构建和谐班级。”

四、活动主题

“团结友爱、珍爱生命”

五、活动形式

召开大学生心理健康教育主题班会

六、活动时间与活动地点

20xx年5月25号、经贸c304教室

七、活动过程

1、播放心理健康班会主题曲、发放心理健康测试题，主持人向同学们介绍一下5·25大学生心理健康日的由来。

2、请班主任讲话并经过ppt向同学们介绍大学生常见的心理问题及调适方式。

3、同学们分组（8人组）讨论以下与主题相关的话题

话题一：什么是班级凝聚力？如何加强班级凝聚力？班级凝聚力的重要性话题二：友情是什么？怎样坚持友谊的长久？同学、朋友之间的关系应当和谐，但产生了冲突该怎样办？

4、小游戏：

口传悄悄话(我早上已经走到寝室楼下了，发现天有点阴，可是不下雨。我不放心，怕下雨，就回去拿了把伞，没想到之后又是个大晴天)。从第一个人开始以耳语方式传到小组中最终一个人，再请同学们谈感受。

此练习目的是了解真相是如何变成假象的；了解传播的途径越长，失真就越大。所以与人交往是，如果想明白真情．必须不要道听途说；传播和接收信息的人都有职责保证准确。

5、组织每位同学都讲讲班上其他同学的优点

6、观看大学生自杀典型视频案例，并谈谈自我的看法。

7、《如何坚持心理健康》、《心理健康与成功人生》讲座视频

8、请班主任总结发??

八、活动意义：

经过本次班会，提高我班学生的心理健康知识水平，增强心理保健意识。使同学们懂得团结友爱、珍爱生命，增强班级凝聚力，构建和谐班级。让更多的学生关注自身的心理健康问题，及时调整好自我的心理，使自我以后能够生活得更好！

心理教育教案篇8

为深入贯彻落实《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》、教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》和《中小学心理健康教育指导纲要》以及xx教体局教基〔20xx〕90号文件精神，普及心理健康知识，全面提高中小学生心理素质，促进其身心和谐发展，我校决定开展心理健康教育月活动。

一、成立活动领导小组

组 长：

副组长：

组 员：各班主任

二、活动主题

快乐学习，幸福生活

三、主要目标及任务

1、充分发挥心理健康教育的育人功能，培养学生良好的心理品质，引导学生主动快乐地学习。

2、积极推进心理咨询室建设，开展“快乐学习，幸福生活”主题系列活动。

3、以“提升师生幸福感”为核心，加强心育文化建设，为学生的未来发展和终生幸福奠基。

四、活动时间

20xx年10月8日—11月8日。

五、活动内容及形式

1、举行一次国旗下讲话

各中小学在周一升旗仪式上，安排一名校领导发表以“快乐学习，幸福生活”为主题的国旗下讲话，推进“快乐学习，幸福生活”主题系列活动深入开展。责任主体：校长室（郑敏志）

2、召开一次“快乐学习，幸福生活”主题班会

以班级为单位，围绕“快乐学习，幸福生活”这一主题，召开一次主题班会。精心设计活动内容，创新活动形式，力求取得实效。主题班会要有教案。责任主体：德育处（昝洪赋）

3、出一期“快乐学习，幸福生活”主题黑板报

各班利用黑板报，以“快乐学习，幸福生活”为主题，出一期专刊。学生动手搜集资料，设计版面，校内组织检查评比。

责任主体：团委（宋伟华）

4、举办一次心理健康知识专题讲座

由学校心理健康教育兼职教师面向学生举行一次普及心理健康知识专题讲座。责任主体：心理健康兼职教师，负责人（李锐）

5、开展一次心理健康教育知识竞赛

以市教体局编印的中小学生心理健康教育知识问答为基础，组织开展一次心理健康教育知识竞赛。责任主体：心理健康兼职教师，负责人（李锐）

6、举办中学生征文评选活动

组织中学生以“快乐学习，幸福生活”为主题，撰写一篇征文，要求紧扣主题，观点正确，体裁和字数不限。在学校评选的基础上，推荐若干篇优秀征文参加区级评选。责任主体：语文教研组（查红武）

六、强化宣传，及时总结

活动月结束之后，德育处对活动成果进行总结、上报。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com