

七年级心理健康教育活动课教案

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://www.xiaorob.com/fanwen/jiaoan/17477.html>

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

七年级心理健康教育活动课教案

一、活动主题：适应新环境

二、活动目的：

- 1、让学生能较好地适应中学生活，尽快完成从小学到中学的过渡期。
- 2、引导学生正确地与同学友好交往，开始快乐的中学生活。

三、活动准备：多媒体设备、心型卡片等

四、理论分析：

分析初中生入学心理适应问题；

- 1、生活环境的不适应；小学生一般都是就近入学，在家吃住，生活上许多事情由父母照顾；有些小学生甚至由家人接送上下学，由家人整理书包；进入初中后，学生一般要到离家较远的学校上学，而父母也不再接送他们上下学，生活中的事情需要自理；学校及家庭都对中学生提出独立的要求，而刚刚进入初中的学生，面临依赖性与独立性的心理冲突；
- 2、人际环境的不适应；在中学这个新的环境中，同学关系更加复杂；多样；面对新的陌生的同学，如何与他们相处，如何融入新的班集体，如何克服自己的孤独感，是刚刚进入初中的学生很棘手的问题；与小学生不同，他们不再依赖老师与父母，交友心理特别强烈，他们害怕被孤立；不合群，害怕被集体或同学的排斥；一些学生在小学是班上的佼佼者，心理上有优越感，而在初中这个新的团体中，个人的优势降低，这种落差使他们产生失落感；自卑感；
- 3、学习方式的不适应；初中的课程门类多，内容有深度，作业量大，老师对学生自学能力的要求加强，一些学生出现学习方法与学习习惯的不适应，学习成绩开始下降，出现学习焦虑；；

五、教学活动过程：

活动一：找小组成员

活动目的：为学生提供交往的机会，促使全班学生在入学后尽快互相认识与了解，增加学生对班级同学的情感，促进学生对班级的归属感；

活动步骤：

1、教师将全班同学随机分成几个小组，每组8人；按小组数剪几个“心”型纸片，再把每个“心”型纸片按小组人数随意剪成几块，在每一块上写上一位学生的姓名；

2、教师把活动前准备的纸片发给大家，要求学生按照纸片的形状寻找自己所在的小组，直到小组的成员聚齐为止；比一比哪个小组找得最快？

3、小组成员互相介绍自己的姓名；家庭住址；原来所在的小学；自己的兴趣爱好等；

4、教师收回“心”型纸片，将其多次打乱顺序让学生抽取，寻找他们的小组，以增加学生认识新同学的机会；

活动结束后让学生讨论、自由发言：怎样才能用最快的速度找齐小组成员？根据学生的讨论结果，教师归纳、概括，得出结论。

活动二：制定班级目标与规范

活动目的：建立班级目标与规范，增加班级凝聚力，树立良好的班风；

活动步骤：

1、小组讨论分析本班发展状况，找出满意与不满意的地方；

2、各小组订立班级发展目标与规范；

3、小组合作进行美术设计，将小组订立的班规制作成墙报；

4、小组代表发言，介绍自己小组的合作情况及解释小组订立的班规；

5、评出最佳班规；最佳美术设计；最佳解说；

6、教师与学生一起整合出本班本学期的发展目标与规范；

六、活动总结：

1、请每小组的代表谈谈本节课的体会和收获。

2、老师致结束语：

同学们，我们的中学生活是多姿多彩的，我们要共同创造融洽的班级气氛，使同学们在班级团体中感到温暖；理解，班级成员之间相互尊重；相互关心；希望你们能大胆地用你们青春的画笔，把真诚、纯洁、美丽、幸福、幻想都画进你们绚丽多彩的人生画卷中。结束时播放歌曲《同桌的你》。

更多 教案 请访问 <https://www.xiaorob.com/fanwen/jiaoan/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发