

# 有关于心理健康教育的教案

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://www.xiaorob.com/fanwen/jiaoan/95770.html>

[ECMS帝国之家，为帝国cms加油！](#)

## 有关于心理健康教育的教案

作为一名老师，常常需要准备教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。快来参考教案是怎么写的吧！以下是小编帮大家整理的有关于心理健康教育的教案，欢迎阅读，希望大家能够喜欢。

### 心理健康教育的教案1

教学目的：

帮助学生发现和认识自己生活中存在的不良习惯，培养学生健康、科学的行为习惯和生活作风。

教学重点：

使学生发现和认识自己生活中存在的不良习惯，培养和养成健康、科学的行为习惯和生活作风。

教学过程：

#### 一、交待任务

我们每个人都有一些自己的生活习惯，有的是好习惯，有的是坏习惯。好的习惯应发扬，坏习惯就要改正。如果你有某些坏习惯，这节课我们就要帮助你改改你的坏习惯。

板书：改改你的坏习惯

#### 二、新授部分

1、看课堂剧《小红的三餐》：故事大意：小红早晨起床，洗漱完毕，妈妈把饭菜在餐厅摆好，叫小红吃早饭，小红说：“妈妈，我不饿，我不吃。”说完就上学去了。中午放学小红一进家门就看见桌上放着她平时最爱吃的红烧排骨，小红拿起筷子大口大口地吃了起来，一直吃到不能再吃为止，下午上学的路上开始胃疼，晚上回家发现只有一个她最不爱吃的酱茄子，小红只吃了两口就不吃了。

师问：课堂剧中小红有哪些坏习惯生答：板书：不吃早饭，暴饮暴食，挑食师问：这都是哪方面的坏习惯生答：师板书：不卫生

师问：谁能说说不卫生的习惯还有哪些生答：师板书：

师问：你有这方面的坏习惯吗你准备怎样改正

小结学法：（略）

2、观看课堂剧《小明的100分》。

（大意：）老师说今天的数学卷子，我已初步看了一遍，现在发还给你们，我公布正确答案，要求同学们对照标准答案自行打分。小明左右一看没有注意，忙把填空中的错误答案改正过来，打上100分。这节课结束时老师说：“同学们，老师是在做一个诚实测验，如果你有不诚实的表现要改正。”

看幻灯出示的问题，同桌讨论后回答：

- （1）小明这是一种什么坏习惯
- （2）不诚实、欺骗老师这属于哪种坏习惯
- （3）还有哪些习惯是人际交往中的坏习惯
- （4）如果你有这其中的坏习惯，你打算怎么办

3、观看课堂剧：《客人来了》故事大意：张叔拿来一盒礼品到小立家做客，爸爸接过礼品盒放在桌子上后跟张叔叔谈话。小立打开礼品盒，发现里面有她爱吃的蛋糕，就吃了起来，一边吃一边嚷着叫爸爸陪她到公园玩儿。

看幻灯：出示题：

- （1）故事中小立有哪些坏习惯
- （2）这是哪方面的坏习惯
- （3）还有哪些是家庭生活中的坏习惯
- （4）如果你有打算怎么办

用刚才学习前两个内容的方法自学，小组讨论，派一人回答

4、说说你或你发现别的同学有哪些日常生活中的其它不良生活习惯，你的改正措施。

### 三、总结

1、问：通过这节的学习，你懂得了什么

2、师总结：

每个人都会不同程度地存在某种或某些不良习惯。只要大家从小勇于认识和承认自己的不良习惯，并下决心纠正，就能不断进步，健康成长。

明日复明日，明日何其多。我生待明日，万事成蹉跎。

师讲解，大家齐读。

### 四、总结

同学们，通过今天的学习，认识到拖拉作风的危害，养成良好的学习习惯，不要明日复明日。

板书设计：不要明日复明日

明日复明日，明日何其多。

我生待明日，万事成蹉跎。

## 心理健康教育的教案2

教学目标：

- 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。

教学设计：

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？

三、拓展活动：

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。

四、结束语：

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。

## 心理健康教育的教案3

教学目的：

使学生知道意志是什么，初步体验到意志对获取成功的意义和作用。能够向榜样学习，做好一定的心理准备，迎接困难，在战胜困难的过程中锻炼意志。

教学过程

### （一）导入

同学们，我们每一个人都期待成功，但不是所有的人都能成功。成功的保证是什么呢？请听配乐故事，“加林查终于成功了”。

### （二）学文明理

1、分析加林查成功的原因

A、想一想：加林查为什么能成功？亿成功靠的是什么？请你再读一读故事，从选择题中能不能找到笑容。

B、议一议，分小组议论，看看你们的想法是不是一致，为什么会这么认为，要说出理由，每组派代表发言。（引导学生认识加林查的成功，是意志努力的结果。）小结：通过我们的共同分析，我们不能看出加林查之所以成为一名超级球星，是因为他从小就想当一名足球运动员，有了明确的目标，在实现目标的过程中，他努力克服自身的各种困难，每天坚持练习，最后终于成功了，成为一名超级球星。从这个故事中，同学知道了意志是成功的保证。（

边分析边板书，最后板书课题)。

## 2、体验意志是成功的保证

A、示范体验：请6名学生分别示范各种动作，闭幕式提示安全要求。

B、学生自选体验：分组进行，单行组做动作时，双行组保护并计时；双行组做动作时，单行组保护并计时。

### (三) 活动明理

1、极限挑战竞赛。选一二种动作进行比赛，比赛优胜者教师给予鼓励，并请优胜者谈谈成功的体会和感受。小结：通过游戏活动，同学们体验到了要成功就要克服困难，克服了各种困难，才能磨炼我们的意志，使我们越来越坚强，意志是成功的保证。

2、生活中的你是怎么样克服困难走向成功的？

A、说廉洁自己在学习方面克服困难取得进步的事例；（提示：做难题、提高成绩、练字、读书）。

B、说说自己在生活方面克服困难取得成功的事例：（提示：学骑车、学做饭、学做家务、做小制作）。有几个事例，就涂几颗五角星，鼓励自己继续努力。

3、评评、议议：

A、分小组讨论几个事例，想想如果是你该怎么办？

B、小组代表汇报，教师适时引导，提高学生解决具体问题的能力。小结：意志力要自觉培养，从生活、学习中的小事磨炼，天长日久，意志更坚强，成功也越多。

4、找找学学，从榜样身上你能学到更多的东西，可课后做。

### (四) 教师总结

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