

2023年小学五年级心理健康教育教案(通用7篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？以下是小编收集整理教案范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

小学五年级心理健康教育教案篇一

- 1、让学生了解自己的观察能力。
- 2、通过观察训练，提高学生的观察能力。

[活动准备]

- 1、准备若干盒印泥
- 2、准备活动用图片。
- 3、准备一首小诗歌。

活动过程

一、引题

《西游记》里的美猴王孙悟空有一双火眼金睛，什么都瞒不过它的双眼。当然，那是神话。但是一个人的眼力却是可以锻炼出来的，眼力好，就是我们平常说的观察能力强，也就是看得清晰，看得准确，看得细致，看得完整。今天，我们就通过游戏来练练自己的观察力。

以孩子喜欢的人物——孙悟空，谈话引入，能激发学生学习

的兴趣

二、活动（一）游戏

游戏方式：

准备一只印泥盒，学生每组也准备一只印泥盒，然后要求同学们注意观察教师的一举一动并尽量进行模仿，看谁模仿得最正确。

教师用食指蘸上印泥给学生看一下，然后快速把中指按在脸上，要求学生也照着教师的样子去做。当学生们把手指按在脸上后，教师又低下头快速重复了三次上述的动作。学生模仿。（这时很多学生的脸上出现了红印泥）

小结：

老师在按脸的时候，以将有印泥的食指换成了干净的中指。脸上按上红印的同学正是由于观察不细致，只注意到老师按脸的大动作，而没有看到换指的小动作。有些同学途中发现，为时以晚，脸上已经按上红印了，而脸上没有按红印的同学观察就比较细致。他们不仅认真看，而且注意到了老师的每一个细小动作。这才是正确的观察方法。

此活动的目的是测测学生的观察能力

通过游戏，

脸上一点印泥也没有的学生说明观察最细致，脸上按了红指印的学生说明观察就不够细致了。

三、活动（二）看图，出示奇怪的公鸡图

1、先不同别人商量，想想图上画的是什么？把答案写在括号里

2、再仔细看看，这幅图有那几种动物组成。答案（）

3、跟同伴交流，你的答案对不对，对了几个？

4、与同伴交流得高分的原因：

a□因为看的时候能按一定的顺序。

b□因为看的时候能集中注意力。

c□因为看的时候比较仔细。

d□因为看的时候能展开合理的想象。

通过看图，再测学生的观察力。同时让学生明白：提高观察能力，观察时要集中注意力，并能按一定的顺序进行认真仔细的观察。

四、活动（三）观察力训练

1、观察细致性训练

（1）说出下面图画画的是什么？各处于什么状态？

指名说

（2）说出下面各图中少了什么东西，并把缺少的部分画出来。

填表：在两分钟内，我画出了幅图中缺少的部分。

其中画对了幅，画错了幅。

奖励：教师给全对的同学戴上“红”帽子，称他们为“火眼金睛”。

小结：戴上小“红”帽的同学观察最细致。

2、观察概括性训练

(1)把下面两幅画的内容用一个成语写下来。

你写对了吗?(学生把写好的成语举起，让教师检查)。

奖励：教师给写对的学生戴上“小奖牌”。

(2)把下面三幅画的内容用一个成语说出来。

你说对了吗?说对了请你也戴上“小奖牌”。

小结：戴上“小奖牌”的同学能把观察到的东西概括出来，真能干!

3、顺序性观察训练

(1)今天是安安的生日。她请了英英、美丽、小凤和贝贝来她家吃蛋糕。她们都来了，4个人的脚印清清楚楚的印在地上。请您当一回侦探，通过观察地上的脚印，弄清4个人到达安安家先后顺序。

填表：先来到安安家的是、接着、然后是、最后是。

你填对了吗?

奖励：教师给填对的同学奖励一面“小红旗”。

(2)下面四幅画的顺序标号不对，请你仔细观察一下，重新排列它们的顺序。

正确的排序是：

你排对了吗?排对了请你也拿出一面“小红旗”。

提高要求:

重排后,根据图中内容说一个小故事。

小结:拿到小红旗的同学,你们观察时都能按一定

5、情绪卡片

一、教学目的: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。

二、教学准备准备活动中所要用的各种情景问题。

三、教学过程

1. 导入

五年级小学生还不能控制自己的情绪,而对交往过程中的纠纷、误会不善于处理,表现为遇事容易冲动,感情用事,从而影响同学关系,自己也很苦恼。教师应引导学生认识控制情绪的重要性,这样才能做一个令人喜欢的人。

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,在学习和生活中,保持乐观的情绪,今天我们学习《做情绪的主人》这一课。

2. 学文明理

(1) 读遍课文,让学生思考。

a关成的学习成绩为什么退步了?

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

(1) 演一演

建议6位小品扮演者提前进行排练，尤其要挑选好女主角王小燕，以确保表演成功。议论时，如果时间允许，可多请几位同学谈谈看法。

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。……

6、自主学习巧安排

活动目标：

1、知道要合理安排时间，培养时效观念。

2、学会在生活中合理安排时间，提高学习和工作效率。

活动过程：

一、谈话导入，揭示课题

1、上课前老师先请大家算一道数学题：一年有365天，那么有几天？1有几天？

总结：：时间对每个人都是公平的，如果一个人活一百岁，也不过活了36500天，时间是多么宝贵。

2、现在老师想了解一下，昨天晚上5：30~8：30这段时间里，你做了那些事情？今天早上7：30~8：00这段时间里，你做了哪些事情？（交流）

在同样的时间里，有的同学收获多，有的同学收获少，所以，时间是公平的，又是不公平的，为什么在同样的时间里，有人收获多，有人收获少？所以我们从小要学会合理安排时间，做时间的主人。

二、学习名人，明白道理

1、你知道哪些关于名人珍惜时间的故事？

2、这些名人是怎样巧用时间的？

总结：这些人珍惜时间，善于利用时间，取得了很大的成就，而且，许多人给后人留下了珍惜时间的格言。

3、全班交流惜时格言。

三、联系实际，指导行为

2、总结方法。

（1）、完成家庭作业要专时专用，不能在写作业时干别的事情，不然，玩得不痛快，学得也不扎实。

(2)、打扫卫生时，可以一边劳动，一边背课文，做到劳动、学习两不误。

(3)、课间活动一定要积极参加，这样才能在下节课中有充足的精力，这也是提高学习效率的一种方法。当堂任务及时完成了，就能有更多的精力干别的事情。

(4)、中午吃完饭可以休息一下，然后再利用课前时间看一些课外书。

3、亲身体验

给大家五分钟自习时间，自己安排学习内容，然后汇报在五分钟内时间里都干了些什么。

4、同学们总结出了很多巧用时间的方法，但我发现，有的同学放学后几个小时的时间都不能完成家庭作业，有的同学早晨到校后，把半小时的课前时间白白浪费了。现在我们都来动手，根据自己的实际情况把放学后到睡觉前这一段时间、到校后和上课前这一段时间安排一下，定一个时间安排表。

5、挑选同学展示自己的时间安排表，其他同学提出修改意见。

四、教师小结，提升认识

时间是由一分一秒组成的。打字员一分钟可打150个字，纺织工人一分钟可打120个结，话务员一分钟可以接25个电话，护士一分钟可以给三个病人打针，教师一分钟可以改5本作业，装订员一分钟能订书20本。正是这一分一秒的时间组成了人的一生，节约了时间就等于延长了生命。希望同学们在今后的学习、生活中合理安排时间，巧妙驾驭时间，学习更多的知识和本领。

小学五年级心理健康教育教案篇二

帮助学生了解兴趣是学习的动力，引导学生在学习、生活中培养广泛的兴趣。

字谜答案扇形的小苹果找座位图四组数学口算机录音机配乐录音带

1. 导入

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。请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。

小学五年级心理健康教育教案篇三

心理健康教案范文

教学目的：

通过本节教学，使学生懂得同学之间如何相处，培养学生人际交往的能力。

教学重难点：

使学生懂得同学之间如何相处，怎样处理矛盾，如何提升学生的交往能力。

教学过程：

一、谈话导入：

孩子们，让生活失去色彩的不是伤痛，而是内心的困惑，让脸上失去笑容的，不是磨难而是静闭的内心世界，没有人的心灵永远一尘不染，让我们的心灵洒满阳光，拥抱健康对于我们每个人来说至关重要。今天，就让我们一起走进心理健康教育课，来探讨研究同学之间如何相处，同学之间如何交往先来看情境表演：

二、通过故事讲道理

1、小故事《跳皮筋》（不嘲笑同学）

小欣、小芳、小英和小红跳皮筋，怎么玩呢？小芳说：我不和小英一组，她那么胖，笨死了！“听到小芳说自己笨，小英顿时火了，他指着小芳的鼻子：”你才笨呢！你又胖又蠢，活像一个小母猪！”小英听到小芳骂她，伤心地跑到一边，哭了起来。

师：小芳她们为什么玩不到一块？小英又为什么会哭呢？谁来
说说？（生充分说）

生：小芳不合群，因为小芳嘲笑小英，她受不了

师：面对这种情形，应该怎样解决呢？

生：小芳不应该说别人的缺点，同学之间应该和和气气（生充
分说）

师小结：这几个同学说得很对，同学之间就应该友好相处，
不要嘲笑同学的缺点，要学会尊重别人，不侮辱他人，这是
我们每个人做人的原则。

2、小故事《上课铃响了》（对待同学要宽容，犯错后要及时
道歉）

上课铃响了，同学们快进教室！王小燕和同学们从外面拥挤着
走进教室，这时一位同学不小踩到她的脚后跟，王小燕大叫
一声：“哎呀！踩我的脚干什么，你的眼睛长哪去了？”同时
跺着双脚，大发脾气，用双手捂住眼睛哭泣，那个同学再三
向她说对不起，其他同学都劝王小燕别哭了，王小燕不予理
睬，继续发脾气，直到教师从外面走进来，王小燕才停止哭
泣，回到座位上，还在生气。

师：孩子们看完了表演，大家来说说，王小燕做得对不对？为
什么？（生充分说）

生：她爱生气不好，对身体有害

生：那个男同学已经说对不起了，她还生气，谁愿意和这样
的同学玩呢！

师小结：是，我们应该有宽容之心同学之间遇到了矛盾，不

要斤斤计较，要有宽容之心原谅他人，即使别人有做得不当的地方，在他意识到了自己的错误，并向你到了歉，我们就应该原谅他，更何况，常生气对身心健康没有好处，只有与同学和谐相处，你才能拥有更多的快乐。下面(出示)我们一起来看以下同学之间友好相处的.正确做法，老师给大家的建议是：(1、师读、2、生齐读、3、男女生读)

同学之间

学会友好，不嘲笑缺点

学会尊重，不欺小凌弱

学会宽容，不斤斤计较

学会理解，不撒娇任性

师：同学们每天生活在一起，难免磕磕碰碰，有了上面的原则，遇到下列情况，你又该怎样做?相信你会正确处理(出示)

三、联系自身，谈想法

(1)你的同桌要在桌子中间画一条”三八线“。

(2)考试时，你的同桌没带橡皮，可是昨天你跟他借笔，他没有借给你。

(3)夸夸你的同桌。

(4)选班长时，你的好朋友当选，你却落选了。

生：遇到这种情况我会这样做：

生：遇到这种情况我会这样做：

师小结：是呀！同学之间就应该友好相处，你对别人友好关爱，别人也会还你一份友好关爱，奉献一份，收获十份，付出本身就是一种快乐！奉献着，相信你也会快乐着！下面，请看（师读）相信你们一定能做到来，一起读：

同学之间：

学会关爱热情大方

学会体贴细致入微

学会调节消除嫉妒

学会激励互相进步

过渡：接下来，老师还给大家带来了故事，边看边想，你有什么感触？

四、反省自身行为，找到改正方向。

请你仔细阅读下面的问题，选择答案

(1)、当你与同学在班级发生矛盾时，你采取的解决办法是：

a谈话解决 b找老师解决 c用武力解决

(2)、每天出入教学楼，能谦让小同学，给他们提供方便吗

a能谦让 b有时能做到 c不能谦让

(3)、当看到同学有困难能主动帮助吗？

a能 b有时能 c不能

(4)、你愿意参加集体活动吗，并在活动中力争为集体争光？

a□愿意参加，并能为集体争光b□有时愿意参加c□不愿意参加

a□参加”学雷锋”活动b□和家人一起去亚武山

(6)、你经常为学校或班级做好事吗？

a□经常做b□有时做c□没做过

(7)、课间上下楼你是否能自觉靠右行，为其他同学提供方便？

a□能做到b□有时能做到c□做不到

(8)、你能主动捡拾学校或公共场所的垃圾吗？

a□一定能b□有时能c□不能

五、出示《小学生的心理健康标准》

最后，我们共同来了解一下《小学生的心理健康标准》，

(1)具有良好的认识自己，接纳自己的心态意识；

(2)能调节、控制自己的情绪、使之保持愉悦、平静；

(3)能承受挫折；

(4)能较正确地认识周围的环境，适应环境和改造环境；

(5)人际关系协调，具有合群、同情、爱心、助人的精神；

(6)具有健康的生活方式与生活习惯；

(7)思维发展正常，并能激发创造力；

(8)有积极的人生态度道德观、价值和良好的行为规范

六、总结

教学反思

对社会有用的人。因此，我们要利用好一切机会对孩子进行心理健康教育，让他们能健康成长。

小学五年级心理健康教育教案篇四

教育目标：

教师：引导学生初步认识学习目标的意义和作用；指导学生学会合理的制订个人的学习目标，使它成为学生学习的动力。

学生：了解制订目标的意义和作用，学会设计适合于自己的学习目标，自觉地为实现目标而努力。

教师：同学们，在新的学期，你们都有什么新的打算，在学习上有新的计划和目标吗？今天我们讲为什么要制订学习目标以及如何制订学习目标。

教师以讲故事的形式讲解我国著名乒乓球运动员王涛和体操运动员桑兰的故事，最后作小结。

教师：同学们，王涛和桑兰的故事中，我们看到了目标在人的心中是多么重要，它能给人以动力，唤起人们的极大热情，从而坚定不移地去获取成功。我们在学习上也要给自己订出恰当的目标，使自己的学习行动更加自觉、刻苦，顺利地顺利完成四年级的学习任务。

1、议一议

教师在黑板上写出两个问题：

(1) 王涛和桑兰的目标是什么？

(2) 你给自己制订新学期的学习目标了吗？

教师：请同学们分组讨论以上两个问题，然后各组选派代表在全班发言。

目的是让学生认识学习目标对促进自己学习的重要意义和作用。

2、画一画

教师给每个学生发三张白纸。请学生给白纸编号，即白纸1号、白纸2号及白纸3号。

教师：请同学们在白纸1号上随便画什么都行。（一分钟后）请在白纸2号上画一只小企鹅。（一分钟后）请在白纸3号上画一只黄嘴巴、黑身子、白肚皮的小企鹅。

目的是让学生懂得无目标、有目标及有明确目标进行学习，其学习结果大不一样。

3、写一写

教师：（让学生把书翻到指定页）请你将自己制订的学习总目标及阶段目标写出来。

目的是让学生懂得，总目标是在小目标的实现活动中得以实现的道理。

教师：为了实现自己的学习目标，请写出你的具体做法。

教师：通过本课学习，同学们认识到学习目标对自己学习进

步的重要作用，并学会了制订学习目标的操作方法。希望同学们在新学期一开始，就为自己订出一份学习目标，并征求老师和家长的意见，以便得到他们的帮助和监督，使自己顺利完成四年级的学习任务。

把自己制订的学习目标拿给爸爸妈妈看，并征求他们的意见。

小学五年级心理健康教育教案篇五

课题：

学习和休息

教学目标

- 1、学生了解学习和休息之间的关系。
- 2、学生明确应当怎样合理安排学习和休息的时间。
- 3、养成一个好的生活学习作息制度。

教学过程

一、导入新课

二、学习新课

2、读课文3-5小节，思考讨论。

3、让我们来想象一下，如果我们总在进行紧张的学习，是不是会有好的学习效果呢

4、谁来说一说你在生活中了解的有关同学的学习时间安排。

5、为了合理地安排学习和休息，我们应当注意哪些方面

7、补充知识：小学生一日学习时间的标准。

三、小结

在今后的日子里，让我们来比一比，看谁在这方面做得最好。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

小学五年级心理健康教育教案篇六

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。

教学过程：

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

1. 看课堂剧《小红的三餐》：故事大意：小红早晨起床，洗

懒完毕，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。

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。

板书设计：

改改你的坏习惯

不卫生：不吃早饭、暴饮暴食、挑食……

人际交往：欺骗老师、同学

家庭生活：没有礼貌

(纠正、改正)

小学五年级心理健康教育教案篇七

- (一) 了解什么是新型冠状病毒及其危害和传播途径。
- (二) 能说出、做好预防冠状病毒及保护自己的方法。
- (三) 激发强烈的自我保护意识。

结合本班实际情况修改建议

(一) 经验准备：幼儿有一定防病毒的方法及自我保护意识、掌握儿歌《赶走病毒春满地》

(二) 物质准备□ppt□墨水、手套、平盘器皿、口罩

(一) 引导幼儿回忆、交流假期变化，引出冠状病毒。

小结：大部分小朋友假期都是待在家里度过的，不能出去玩。偶尔出去的时候发现所有人都带上了口罩；进入小区、超市的时候需要测量体温；路上车很少、人也很少；很多医生都去了武汉……这些不同于往年的变化都是因为一种病毒——新型冠状病毒。

(二) 出示ppt□了解什么是新型冠状病毒及其危害和传播途径。

1. 出示新型冠状病毒的图片，直观的告诉幼儿什么是新型冠状病毒。

提问：他有几只手？像什么？

小结：因为它的样子，就像一朵长满花瓣的花一样。人们把这花瓣叫“花冠”，所以就叫“长得像花冠的病毒——冠状病毒”。

2. 出示得病后的图片，了解冠状病毒对人类的危害。

小结：人的身体难以抵抗这种病毒的感染，因而就会生病，会发烧、咳嗽、呼吸困难，有的人会病得很重，甚至危及生命。

3. 讨论交流，明确冠状病毒的几种主要传播途径。

提问：你知道冠状病毒通过什么传播吗？

小结：主要通过飞沫和接触两种方式进行传播。

（三）讨论模拟，掌握预防冠状病毒及保护自己方法。

1. 回忆已有经验，交流讨论预防冠状病毒及保护自己的方法。

提问：你知道哪些或是你见过爸爸妈妈做过哪些预防冠状病毒及保护自己的方法呢？

2. 模拟洗手和戴口罩情景，观察应如何洗手和佩戴口罩能够有效预防病毒。

（1）戴手套、挤墨汁模拟按七步洗手法与随意洗手的两种情况洗手，观察、对比两种方法的区别。

提问：两种洗手方式有什么区别？哪一种洗的干净？为什么？

小结：要更好的预防冠状病毒保护自己，一定要用七步洗手法来进行手部的清洁才能有效预防病毒，要记好我们洗手时的小口诀：内外夹弓大立腕。

（2）交流讨论正确佩戴口罩的方法。

提问：在戴口罩时有哪些注意事项呢？口罩有正反吗？有上下吗？

小结：首先要注意在戴口罩时应将双手清洗干净，在戴口罩过程中避免手接触到口罩内侧面，减少口罩被污染的可能；佩戴时，分清楚口罩的内外、上下，浅色面为内，深色面朝外，金属条（鼻夹）一端是口罩的上方，将折面完全展开；将有鼻夹的一边向上，将嘴、鼻、下颌全包住，将口罩下端调节至下颌适当位置，两边的橡筋带挂于双耳或将两端的绑带系结于脑后，然后压紧鼻夹，使口罩与面部完全贴合，尽量减少面部与口罩之间的空隙。

另外，要注意医用口罩多为一次性口罩，不可重复使用，在每次使用后应丢弃或销毁；在口罩受潮或沾染湿气后，应换上新的清洁和干燥的口罩。

（四）朗诵儿歌，激发幼儿面对病毒时强烈的自我保护意识。

小结：刚刚我们学会了很多在面对病毒时自我保护的好方法，现在让我们用小战士的语气把儿歌《赶走病毒春满地》朗诵一遍！自己想一想这首儿歌中有多少种预防病毒的好方法，并把这些好方法告诉自己身边的人，让所有人都能更好的保护自己。