

小学三年级心理健康教学计划(优秀5篇)

在现代社会中，人们面临着各种各样的任务和目标，如学习、工作、生活等。为了更好地实现这些目标，我们需要制定计划。我们该怎么拟定计划呢？下面是我给大家整理的计划范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

小学三年级心理健康教学计划篇一

一、教学目标

培养和造就具有良好的文明习惯、学习习惯、生活习惯、劳动习惯和卫生习惯，具有坚忍不拔的意志品质，自立自强的生存、生活能力，有强烈的爱国意识和社会责任感，会做人，会求知，会创新，能从容迎接未来挑战的高素质的人才。

- 1、能够经常对自己进行“警句长鸣”——一定要做到“守信”与“守时”，消除嫉妒心，言行一致，表里如一，充满信心，能够正确对待自己的学习成绩，勤于思考，不甘落后，走上成功之路。
- 2、使学生明白什么是真正的友谊，男女同学间怎样进行交往好，如何同老师、同学保持密切的感情联系，有集体荣誉感，并掌握一定的社会行为规范，提高学生的社会适应能力。
- 3、使学生知道遇到困难和挫折应怎么办，自觉地控制和改变不良行为习惯，锻炼自己坚忍不拔的毅力，培养个人灵活应对的品格，初步学会休闲，提高自我保护意识。
- 4、通过心理健康教育，帮助学生学会调适。帮助学生学会正确对待自己、接纳自己，化解冲突情绪，保持个人心理的内部和谐。矫治学生的问题行为，养成正确的适应学校与社会的行为，消除人际交往障碍，提高人际交往的质量。

5、通过心理健康教育，引导学生认清自己的潜力与特长，确立有价值的生活目标，发挥主动性、创造性，追求高质量、高效率的生活。

二、教学措施：

1、坚持以人为本，根据学生心理、胜利的特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。

2、立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，以学生为本，尊重学生、理解学生。

3、提高全体学生的训练素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4、对少数有心里困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

共2页，当前第2页12

小学三年级心理健康教学计划篇二

小学阶段是孩子心理发展的重要阶段，帮助孩子提高心理素质，形成积极乐观、健康向上的心理品质，为未来的幸福生活奠定基础。作为一名三年级心理健康教师，应该怎么制定教学计划呢？下面是本站小编带来关于20xx-20xx学年小学三年级上册心理健康教学计划的内容，希望能让大家有所收获！

一、学情分析

从小学三年级开始，学生进入了小学中年级阶段的学习与生活，从心理发展过程来看，三年级学生在思维能力，语言表达能力，社会交往能力等方面有了很大的提高，集体主义感情在一、二年级教育、引导的基础上又了一定的加强，良好的道德品质正在形成，但极不稳固。总体来说，这个时候的孩子，意志还很薄弱，自觉性、主动性、持久性都较差，遇到困难和挫折，往往产生动摇。尤其加上现在的物质条件比较丰裕，孩子的吃苦精神也相对较为薄弱了。

三年级学生自我意识逐渐发展，逐渐学会道德原则的评价标准，评价能力开始发展起来，往往是提出自己的见解，但不善于全面地评价一个人的行为表现，很容易受到外界的影响。

二、教材分析

对于小学生来说，心理健康问题主要集中在对于学校生活的适应能力上。能否逐渐地适应学校生活并且进一步养成良好的行为习惯、良好的学习方法和学习态度、坚强的意志品质、良好的社会关系的适应能力等等，对于小学生在整个小学阶段的心理健康具有决定性的作用。

而三年级是小学儿童发展的关键期，在认识和情感方面是一个飞跃转型的发展期，主要体现在：思维方式多样化，有一定的创造性思维，情绪趋于稳定，情感有一定的选择性，道德感、理智感、美感等高级情感也有了进一步的发展。所以他们更需要在教师的组织引导和启发下，使其更好地认识自我，适应学习和生活环境，提高学习能力，发展人际关系，树立正确的道德价值观。针对小学生三年级学生的心理特点，心理辅导活动课可从自我认识、学习、人际交往、思维训练等方面进行有计划有目的的心理辅导。

三、教学目标

- 1、锻炼有意识记的能力，增进记忆品质；

- 2、能够正确对待自己的学习成绩，勤于思考，不甘落后；
- 3、有集体荣誉感，并掌握一定的社会行为规范，提高学生的社会适应能力；
- 4、自觉地控制和改变不良行为习惯，初步学会休闲，提高自我保护意识；
- 5、能正确的认识自我，愉快的接纳自己。
- 6、学会尊重、赞美、初步掌握人际交往的技巧，在谦让、友善的交往中体验友情，学会与同学交往的方法和技巧。

四、教学重点

重点在于培养学生的学习习惯和技巧、人际交往能力。

五、教学措施

根据三年级学生心理发展特点，课程以学生的活动体验为主，老师作为启发者，营造宽松、真诚、民主的课堂气氛，让学生有话想说，想说就说，敢于真实地表达自己心中所想。师生之间诚恳平等的交流是直接影响教学效果的重要条件。

从每周一次的心理健康活动课入手，具体来说，在课堂教学中，以活动课为主题化理论，通过多种途径，多种手段，有目的、有计划地对学生的心理发展施加影响。小品表演法、设境讲解法、故事启迪法、团体游戏法、动画演示法等，同时注意结合运用现代的教学手段辅助教学，使之更加生动形象直观。

对少数有心理困惑或者障碍的学生，进行有效的个别咨询或团体辅导，让他们能尽快摆脱困惑，健康快乐成才。

一、情况分析

三年级学生经过了两年的学习生活，已经适应了新的环境，在思维能力，语言表达能力，社会交往能力等有了很大的提高，有以下特点：

1、思维特点：学生正对生活的世界形成一个初步的看法，他们擅长于识别物体的特点、判断物体之间的相同和不同点，能很快并很容易地掌握任何一个物体所固有的特征。思维正处于由形象思维过渡的时期，能进行一定的抽象思维，但仍以形象思维为主，模仿性强，已经具备了一定的的是非观念；想象能力也由模仿性和再现性向创造性的想象过渡；集体主义感情在教育、引导的基础上有了一定的加强，良好的道德品质正在形成，但极不稳固。总体来说，这个时候的孩子，意志还很薄弱，自觉性、主动性、持久性都较差，遇到困难和挫折，往往产生动摇。尤其加上现在的物质条件比较丰裕，孩子的吃苦精神也相对较为薄弱了。

2、语言表达特点：学生乐于向其他人交流自己已经做过的事情，这是在探究课上鼓励学生有条理地表达和培养科学、文明的用语习惯的积极因素。

3、社会交往和与人合作特点：学生一是易受同伴的影响，一是以个人为中心。

4、自我意识特点：学生自我意识逐渐发展，逐渐学会道德原则的评价标准，评价能力开始发展起来，往往是提出自己的见解，但不善于全面地评价一个人的行为表现，很容易受到外界的影响。

二、总的教学要求：

1、能正确的认识自我，愉快的接纳自己。

2、感受学习知识的乐趣，培养一些学习的策略。

同学交往的方法和技巧。

4、通过激发学生广泛的情趣和引导学生自觉锻炼健康的体魄，让学生与家人能够高质量地生活，享受生活带来的无限乐趣。

三、具体措施：

根据学生心理发展特点，课程以学生的活动体验为主，老师作为启发者，营造宽松、真诚、民主的课堂气氛，让学生有话想说，想说就说，敢于真实地表达自己心中所想。师生之间诚恳平等的交流是直接影响教学效果的重要条件。从每双周一次的心理健康活动课入手，具体来说：

1、在课堂教学中，以活动课为主题化理论，通过多种途径，多种手段，有目的、有计划地对学生的心理发展施加影响。

2、小品表演法、设境讲解法、故事启迪法、团体游戏法、动画演示法等，同时注意结合运用现代的教学手段辅助教学，使之更加生动形象直观。

3、对少数有心理困惑或者障碍的学生，进行有效的个别咨询或团体辅导，让他们能尽快摆脱困惑，健康快乐成才。

3、发挥全体教师在教育教学活动中人格魅力和为人师表的作用，建立起民主平等相互尊重的新型师生关系，在班级、团队、班主任工作中渗透心理健康教育。

4、加强与家长的沟通与交流，指导家长改变教子观念、了解和掌握心理健康教育的方法；注重自身良好心理素质的养成，营造家庭心理健康教育的环境，以家长的理想、追求、品格和行为影响孩子。

小学三年级心理健康教学计划篇三

小学阶段是孩子心理发展的重要阶段，帮助孩子提高心理素质，形成积极乐观的心理品质，为未来的幸福生活奠定基础。作为一名三年级心理健康教师，应该怎么制定教学计划呢?下面是本站小编带来关于20xx人教版小学心理健康三年级上册教学计划 的内容，希望能让大家有所收获!

一、指导思想

小学阶段是孩子心理发展的重要阶段，帮助孩子提高心理素质，形成积极乐观、健康向上的心理品质，为未来的幸福生活奠定基础。

二、学情分析

从小学三年级开始，学生进入了小学中年级阶段的学习与生活，从心理发展过程来看，从三年级开始，学生从儿童期转入少年期。这一阶段的一个重要表现是学生的学习任务与活动范围无论是广度还是深度都比低年级有了显著的变化，学习活动的游戏性特征减少，学习过程的组织性、认知过程的规范性、严谨性更强，对学生进行的科学教育一般从三年级开始。

一方面身体的发育、学习与生活的变化使三年级学生的心理有了迅速的发展，他们有了一些合理性的独立思考了，有一些自己的主见了，能够参与大人的谈话，而不像以前那样随意插入大人的谈话。初生牛犊不怕虎，敢尝试去做一切事情，不像以前那么听从权威。这些现象表明了三年级学生知识经验的扩大和认知能力的发展，但另一方面，三年级学生又表现出行事理性不足的特点。在这一时期，学生的学习兴趣开始分化，学生对于不同学科的学习动机出现了差别，学科偏爱开始出现。学生控制自己情绪的能力得到发展，情绪表现

的方式和强度与低年级学生相比，其适宜性更高，一般较少出现忽哭忽笑的现象。进入少年期后，随着交往能力的提高，学生之中开始出现关系较好的、比较稳定的好朋友。

三、教学目标

- 1、锻炼有意识记的能力，增进记忆品质；
- 2、能够正确对待自己的学习成绩，勤于思考，不甘落后；
- 3、有集体荣誉感，并掌握一定的社会行为规范，提高学生的社会适应能力；
- 4、自觉地控制和改变不良行为习惯，初步学会休闲，提高自我保护意识；

四、教学重点

- 1、通过面向全体普及各种心理健康知识，引导学生自测、自控、自我调节、正确认识自己。
- 2、加强针对性训练，采取多种形式培养学生良好的心理品质。
- 3、在集体中体验人际交往的乐趣，在学习中品尝解决难题的快乐，在活动中学会调节情绪。
- 4、培养自主、自动参与活动及表现自我的欲望与能力。

五、教学措施

- 1、坚持以人为本，根据学生心理、胜利的特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。
- 2、立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理

健康的实践性和实效性，迈向全体学生，关注个别差异，以学生为本，尊重学生、理解学生。

3、提高全体学生的训练素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4、对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

一、指导思想：

为进一步加强全校小学生心理健康教育工作，促进学生健康发展，维护校园安全稳定，以学校的工作计划、德育计划为指导，通过多种形式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，努力创造条件辅助和激励学生向更高的心理健康境界发展，达到“助人自助”的教育效果。

二、教学宗旨：

敞开心扉，快乐分享

三、教学目标：

1、通过心理健康教育，帮助学生学会调适。帮助学生学会正确对待自己、接纳自己，化解冲突情绪，保持个人心理的内部和谐。矫治学生的问题行为，养成正确的适应学校与社会的行为，消除人际交往障碍，提高人际交往的质量。

2、通过多种形式的宣传心理健康教育，让学生正确认识和对待心理辅导，引导学生认清自己的潜力与特长，确立有价值的生活目标，发挥主动性、创造性，追求高质量、高效率的生活。

3、普及心理辅导。工作密切与班主任的联系，更好地与德育工作相辅相成。

4、认真细致地做好疏导和跟踪辅导工作，力求在个案上有所突破。

5、采用科学的管理手段，使辅导工作更加规范。 具体目标：

三年级：帮助学生适应新的环境、新的集体、新的学习生活与感受学习知识的乐趣；与老师、同学交往，在谦让、友善的交往中体验友情。

四、主要辅导工作计划：

(一)加强队伍建设，提高自身素质

学策略，提高教育教学此文转自斐斐课件园水平。

2、积极组织宣传，充分发挥各年级心理咨询联络员(各班班主任)的作用，积极利用健康教育课和班队课主渠道作用，对学生进行心理健康教育。

3、建立网络咨询平台(qq咨询)，心理健康教师做到每条信息必回。

(二)常规工作：

1、综合运用多种辅导形式，以个别辅导和团体辅导为主，以点带面。还可以通过家委会、家长会等活动组织专题讲座，学习学校心理健康教育的有关内容，让心理健康教育走进千家万户，使家长逐步认识到对学生开展心理健康教育的重要性，使家校教育形成合力，促进亲子沟通，进一步提高学生的心理素质。

2、值班与预约相结合。每日上午及下午放学时间为辅导教师固定值班，主要安排与个别学生见面辅导活动，其他时间的辅导，主要通过提前预约。

3、利用各种宣传手段，普及心理保健常识。可通过板报、讲座等，让广大学生懂得日常心理自我保健，并增强心理健康意识。

4、接待登记制度。值班教师做好值班接待记录，便于总结工作和定期检查。

5、建立学生心理档案，更好地、更全面地做好心理咨询记录，对学生心理咨询记录的情况，并做好保密与保管工作。

6、对典型案例，实行跟踪管理，详细记录，保持联系，全程服务。结合学生特殊情况反馈制度，建立与班主任的双向反馈，必要时还与学生家长、任课教师取得联系，以保证辅导的综合成效。

7、建立网络咨询平台(qq咨询)，心理健康教师做到每条信息必回。

(三)开放时间：

辅导应在原有工作的基础上，真诚面对学生，扎实开展工作，争取在辅导面上略有扩大，在辅导成效上有所突破。每天上午开放。学生可以通过预约、上门或来信等方式与心理健康教师联系。良好的心理素质是人的全面素质中的重要组成部分，中小学生在身心发展的重要时期，随着生理和心理的发展，社会阅历扩展及思维方式的变化，特别是面对新时期学习及社会竞争等各方面的压力，他们在学习、生活、人际交往、升学就业和自我意识等方面，会遇到各种各样的心理困惑和问题。所以，对中小学生在进行及时有效的心理健康教育是现代教育的必然要求，更是当前教育的重点所在。

小学三年级心理健康教学计划篇四

一、指导思想：

写字的过程就是培养学生一丝不苟，持之以恒的良好习惯的过程。要练好字，过程是检验毅力的手段，是磨练意志的途径，字的好坏或多东少的反映了一个人是否具有敢于战胜困难、百折不挠、力争上游的精神。

二、工作分析：

在写字中发展学生的主体性。保护和培养学生在写字过程中的创造性，保证学习在写字过程中的主体地位。从而提高学生在学习中的主体意识，使学生乐学求美。

班级基本情况分析：本班共有学生8，其中女生1人，男生7人，在这8人当中大部分同学作业书写工整，但有少部分同学比较懒惰，作业书写马虎。 本学期教学目标：

一、初步养成正确的写字姿势和良好的写字习惯。

(1)首先，要想写好字就一定要养成正确的写字姿势。

当你坐着写字的时候，身子要正而直，两肩齐平，胸部挺起，头部要端正，稍微向前，不要歪斜；两臂要自然撑开，右手执笔，左手按纸，双脚要自然放平，踏稳，不要交叉或踮脚尖。

(2)正确的写字姿势，不但跟写好字有密切关系，而且对身体健康也很有好处，所以一定要格外重视，并注意养成良好的习惯。

二、掌握汉字的间架结构和一些常见的偏旁部首。

(1)汉字的基本笔画，主要有如下一些：点、弯钩、横钩、横折弯、横、斜钩、横折、横折弯钩、竖、横折提、横撇弯钩、撇、竖提、横折钩、横折折撇、捺、竖折、横折折折钩、提、竖弯、撇折、竖折撇、竖钩等。

(2)汉字的笔顺规则，可分为基本规则和补充规则两种：基本规则有从左到右、从上到下、先横后竖、先撇后捺、先外后里、先外后里再封口。

(3)汉字的间架结构，有如下六种：独体字、左右结构、上下结构、半包围结构、全包围结构、品字形结构。

(4)汉字的偏旁部首。

三、采取的措施

1、整体优化。

(1)认真制订实施写字教学计划。

(2)遵循直观性原则，采用多媒体等现代化教学设施，推出样板课，组织听课，研讨摸索写字教育的基本模式，确保写字的质量。

(3)认真做好每天10分钟的写字、。上好每周一节的写字课。

(4)抓好表率。树立写字标兵，表彰写字能手，定期举行作业展览，请“能手”介绍经验，给予重奖，形成你追我赶，后浪推前浪的局势。把写字抓好。

小学三年级心理健康教学计划篇五

根据《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的定》和教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意

见》，根据小学教育的特点和小学生心理发展的规律，通过各种途径继续认真开展小型多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生获取心理健康的初步知识，促进学生人格的健全发展。

二、教学目标

总目标：培养与造就具有良好的文明习惯、学习习惯、生活习惯、劳动习惯与卫生习惯，具有坚忍不拔的意志品质，自立自强的生存、生活能力，有强烈的爱国意识与社会责任感，会做人，会求知，会创新，能从容迎接未来挑战的高素质的人才。

具体目标：

- 1、能够经常对自己进行“警句长鸣”一定要做到“守信”与“守时”，消除嫉妒心，言行一致，表里如一，充满信心，能够正确对待自己的学习成绩，勤于思考，不甘落后，走上成功之路。
- 2、能够让学生明白什么是真正的友谊，男女同学间怎样进行交往好，如何同老师、同学保持密切的感情联系，有集体荣誉感，并掌握一定的社会行为规范，提高学生的社会适应能力。
- 3、能够让学生知道遇到困难与挫折应怎么办，自觉地控制与改变不良行为习惯，锻炼自己坚忍不拔的毅力，培养个人灵活应对的品格，初步学会休闲，提高自我保护意识。
- 4、通过心理健康教育，帮助学生学会调适。帮助学生学会正确对待自己、接纳自己，化解冲突情绪，保持个人心理的内部和谐。矫治学生的问题行为，养成正确的适应学校与社会的行为，消除人际交往障碍，提高人际交往的质量。

5、通过心理健康教育，引导学生认清自己的潜力与特长，确立有价值的生活目标，发挥主动性、创造性，追求高质量、高效率的生活。

三、教学内容：

1、立下坚强志ddd坚强意志与耐受挫折的教育。

(1) 培养坚持不懈、坚忍不拔的意志品质。

(2) 培养学生形成处事果断的良好习惯。

(3) 培养学生良好的自我控制力。

(4) 引导学生正确应对挫折与困难。

2、浇灌友谊花ddd自我意识、人际交往教育。

(1) 学会正确认识自己，悦纳自己，尊重自己、相信自己。

(2) 学会正常人际交往，与同学、老师、家长良好关系。

(3) 正确认识性别差异，接受发育过程中的身体变化，正确认同性别角色，同异性同学保持正确的交往心态。

3、迎接新挑战ddd人格养成教育。

(1) 引导学生树立发展健全人格的愿望与动机。

(2) 注重学生的自我人格养成教育。

(3) 对有人格障碍的学生进行重点辅导。

四、教学措施：

1. 坚持以人为本，根据学生心理、胜利的特点及发展规律，运用心理健康的理论与方法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。
2. 立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性与实效性，面向全体学生，关注个别差异，以学生为本，尊重学生、理解学生。
3. 提高全体学生的训练素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。
4. 对少数有心里困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询与辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。