

最新幼儿园大班心理健康计划第一学期

幼儿园大班心理健康教育教案(实用5篇)

时间过得真快，总在不经意间流逝，我们又将续写新的诗篇，展开新的旅程，该为自己下阶段的学习制定一个计划了。那关于计划格式是怎样的呢？而个人计划又该怎么写呢？那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

幼儿园大班心理健康计划第一学期篇一

活动目标：

- 1、在轻松的环境中敞开心灵，快乐地交朋友，表达自己真实的心理想法。
- 2、在优美、浅显的语言中调整自己的心理行为。
- 3、引导幼儿初步养成早睡早起的生活习惯。
- 4、学会在日常生活中保持乐观的情绪，逐渐养成乐观开朗的性格。

活动准备：

轻音乐、小椅子（或其它活动室方便可取的东西）布置的小树林。区别不同班级幼儿的标志从不同的班级选取若干名幼儿，他们相互间不是很熟悉。

活动过程：

- 一、轻松活动——营造轻松的心理氛围（播放轻缓的音乐）

伴着轻缓的音乐，请小朋友随意找个位置，摆个舒适的姿势坐下来，闭上眼睛。

老师配乐解说：

——主动与别人交流小朋友面对面围成两个圆圈。不停地交换位置，用语言和动作认识新朋友。

1、师幼认识

2、幼儿游戏，相互认识“想不想认识一下新朋友？”

(1) 讨论：

怎么认识新朋友呢？

(2) 游戏找朋友“那我们来玩个找朋友的游戏，认识一下新朋友，好吗？”一半小朋友围成圆圈站好，另一半小朋友去找朋友，老师用语言的动作提醒小朋友问候、相互介绍。

(3) 找个新朋友聊聊天。

3、表达：

“当你和新朋友说“你好”、拥抱朋友的时候，你有什么感觉？”

——关爱朋友、信任朋友闭上眼睛，让朋友牵着小手在“小树林”散步。

1、请一对小朋友先走走，随机问一下他们的感觉。（相信、放心）“小朋友，想到树林去散步吗？”

2、说一说感受你闭上眼睛走，朋友牵着你的手，在“树林”散步，有什么感觉呢？”

3、全体幼儿伴着音乐在“树林”里散步。

老师随机表扬大胆不睁眼看的小朋友以及细心照顾朋友的小朋友。

4、小结：

相信你的朋友、帮助你的朋友，是一件非常快乐的事情。

四、游戏《跟我不一样》

——勇敢地承认错误老师说相反的话，跟老师说做相反的动作，如果错了，就举起小手，大声说：“对不起，我错了。”1、跟老师说的相反。

2、跟老师做相反的动作。

随机表扬主动认错的孩子。

3、小结：勇敢地承认错误，做个诚实的好孩子，你会变得更快乐五、游戏《马兰花》

——尝试合作、体验合作的快乐。

1、游戏规则：

老师：三瓣花（幼儿三人一起抱做一团）。

没有找到朋友的幼儿继续举起小手，大声说“对不起，我错了。”2、幼儿游戏。

老师注意忽易忽难，最后让每个幼儿都成享受功的喜悦。

六、小结：

老师希望小朋友天天快乐，做个人人喜欢的快乐宝贝。

活动反思：

良好的情绪促进了幼儿身心和谐发展。活动中，教师处处以游戏的口吻引导幼儿，幼儿兴趣盎然，达到了身心愉悦的目的。活动中，教师赞许的目光、恰到好处的引导，使他们获得了心理上的极大满足。在活动中，教师鼓励幼儿大胆表达自己的情绪情感，并用多种方法创造性地进行表现和体验，激发了幼儿参加活动的兴趣，积极、主动地完成了活动的要求，整个活动是在愉快、宽松、自由的氛围中进行的。

幼儿园大班心理健康计划第一学期篇二

活动目标：

- 1、引导幼儿逐渐养成进取乐观的生活态度。
- 2、懂得情绪愉快有利与身体健康。初步学习正确的方式排解不开心的情绪。
- 3、学习正确的方式排解不开心的情绪。
- 4、培养幼儿热爱生活，欢乐生活的良好情感。

重、难点分析：

学习正确的方式排解不开心的情绪。

活动准备：

4个木偶、一个开心枕

活动过程：

一：感受欢乐

拍手入场，进行开心碰碰碰的游戏。

二、开心与烦恼

- 1、刚才玩的真开心，你们想想平时你还遇到过什么开心的事？
- 2、开心的时候你会怎样？（用动作表现）
- 4、不开心的时候你会怎样？（用动作表现）
- 5、你喜欢开心的自我还是不开心的自我？

小结：不开心就是生气，生气不仅仅不让人喜欢，还会对我们身体产生坏的影响。生气的时候，人吃不下饭，睡不好觉，身体越来越差，所以我们要尽量不让自我生气，把生气这个坏习惯消灭掉。

三、让自我开心

- 1、介绍开心枕。
- 2、传递开心，让每个幼儿和“开心枕”抱一抱，亲一亲。
- 3、说一说抱着“开心枕”有什么感觉？
- 4、把开心枕送给其他人来感受一下开心的滋味。

四、化解不开心

- 1、生气商店：谁明白什么是消气商店？
- 2、我们来看看谁来消气商店了？

- 3、依次出示小动物，请幼儿帮他们想办法！
- 4、你觉得消气商店好吗？为什么？
- 5、如果你生气了，你会想哪些办法让自我消气呢？

小结：每个人都有生气的时候，你生气的时候，能够唱唱歌，跳跳舞，玩玩玩具，看看电视或者大声的哭一哭，这样你就能消气，让自我欢乐起来。

文档为doc格式

幼儿园大班心理健康计划第一学期篇三

作为一位杰出的教职工，时常需要编写教案，教案是教材及大纲与课堂教学的纽带和桥梁。我们该怎么去写教案呢？以下是小编精心整理的幼儿园公开课教案《看得见的情绪》大班心理健康，希望对大家有所帮助。

现在的家长和老师都很重视孩子的智力培养，对孩子在情绪情感方面关注得不够。在日常生活中我常常发现孩子在活动中有时候出现情绪不稳定，不能够作及时的自我调节。幼儿园的生活相对于幼儿来说，还是很轻松和愉快的，压力不是很大，而小学的生活和幼儿园的生活存在着很大的区别，从作息时间和作业量上幼儿可能不能一时适应。因此，我设计了情感教育活动“看得见的情绪”，让幼儿学会控制自己的情绪，学会初步的调节情绪的方法。

- 1、知道每个人都有情绪，并能辨认几种基本情绪。
- 2、能对自己的情绪作出确切的表达。
- 3、了解不同情绪对人身体健康的影响，初步知道调节自己的

情绪。

1、六个情绪脸谱（兴奋、高兴、悲伤、愤怒、害怕、烦恼）。

2、做有六个情绪脸谱的大色子。

3、每个幼儿一个情绪温度计。

一、幼儿听两段音乐（高兴和悲伤的.）。

听曲子“赶花会”。

提问：听后你的感觉怎样？（高兴、快乐）

再请小朋友听一首曲子，告诉老师听的感觉怎样？

听曲子“北风吹，扎红头绳”。

提问：听后你的感觉怎样？（伤心、难过）。

教师小结：“伤心、高兴都是人的情绪，今天教师给小朋友带来了几张表情脸谱。小朋友看一看，说一说你看到的是什么情绪，并学一学。”

幼儿学完后，个别提问：说出你什么时候兴奋？什么时候高兴？……

二、游戏：玩色子。

1、请小朋友上来扔色子，色子扔到一处情绪时，这位小朋友要试着做也这种表情，并说说在怎样的情况下会有这种情绪。

2、玩色子的小朋友根据指到的情绪，做相应的表情，让其他小朋友猜猜，他扔到的是什么表情。

三、讨论如何调节不良情绪。

1、你喜欢哪一种情绪，哪些情绪你不喜欢？

2、如果你生气、害怕、难过的时候，你会怎么做呢？怎样才能让自己有个好心情？

3、教师小结。

每个人遇事都会产生不同的情绪，那是很自然的现象。但是愤怒、悲伤、痛苦等不良情绪对人的身体健康是不好的，而愉快、平静等良好的情绪是有利人的身体健康的。当我们生气难过的时候，要想想快乐的事情，或找别人谈谈自己的心情、感受，让自己保持一个好心情。我们小朋友快要离开幼儿园变成一个小学生了，在以后的学习和生活中还会遇到许多的困难，发生许多不开心的事，小朋友要想办法让自己保持一个好心情。老师希望我们大（2）班的小朋友能够天天高高兴兴、快快乐乐。

四、游戏：玩情绪温度计。

师：小朋友发热的时候你怎样才能知道你发烧多少度？（体温计）

我们又怎样知道今天天气多少度呢，用什么来测量？

今天老师也给小朋友带来了情绪温度计，请小朋友自己玩一玩。在10度以下是悲伤的情绪，在10-30度之间是高兴的情绪，在30-50度之间是兴奋的情绪。你玩到什么情绪，你就说一说你在什么时候是这种情绪。

小朋友自己玩，教师个别询问。

玩后提问：你最喜欢什么情绪？

五、舞蹈：娃哈哈。

绘画活动《有趣的表情》。

启发幼儿画出自己常有的几种表情，或者画自己喜欢的表情，鼓励幼儿边画边与同伴交流自己当时的心情。

幼儿园大班心理健康计划第一学期篇四

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，有必要进行细致的教案准备工作，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。怎样写教案才更能起到其作用呢？以下是小编整理的幼儿园心理健康活动《丰富的表情》大班社会教案，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

1. 认识几种常见的面部表情，知道人是有喜怒哀乐的，表情是多种多样的，能较连贯完整地讲述高兴、伤心、生气等不同情绪体验。

2、能从他人的表情中了解别人的心情，体谅、理解他人的心情。

1、活动准备：喜怒哀乐表情图、天气变化图（太阳、天晴、下雨、打雷）

1. 活动导入

（1）教师出示各种表情图和天气变化图，让幼儿将任务表情和天气变化图配对。

（2）幼儿观察，讨论。

（3）请个别幼儿回答，其他幼儿评价

小结：人的喜、怒、哀、乐就如天气一样的变化，反映了一个人的心情。高兴的时候我们的心情像晴天；愤怒的时候我们的心情像打雷，伤心的时候我们的心情就像下雨；快乐的时候我们的心情像太阳。

1. 体验高兴、伤心、生气等不同情绪

(1) 师：请你们互相说说当你高兴、伤心、生气的时候会有什么感受？

(2) 幼儿互相交流。

(3) 请个别幼儿说说自己的情绪体验。

(4) 师：当你不开心的时候，或者看到你家人、朋友不开心的时候你会怎么做？

(5) 什么事情会让你开心？

(6) 什么事情会让伤心？

小结：每个人都会有情绪变化，当我们出现不好的情绪的时候，自己要及时调整好心态，向现实和自我挑战。发现身边的亲人、朋友出现不好的情绪的时候，我们应该及时伸出温暖的手，安慰、鼓励和帮助他们。

3. 游戏

(1) 教师不断变化各种表情图，请幼儿做出相应的表情；

(2) 教师不断变化天气变化图（太阳、打雷、下雨、阴天），请幼儿做出相应表情。

幼儿根据自己心情绘画一张自画像。

幼儿园大班心理健康计划第一学期篇五

心理健康是儿童期人的生理、心理发展的关键期，积极健康的人际关系是幼儿心理健康发展的基础。幼儿早期的人际关系不仅影响儿时的心理健康，也会影响一生的幸福和成就。社会领域的教育具有潜移默化的特点。幼儿社会态度和社会情感的培养尤应渗透在多种活动和一日生活的各个环节之中，要创设一个能使幼儿感受到接纳、关爱和支持的良好环境，避免单一呆板的言语说教。社会学习是一个漫长的积累过程，需要幼儿园、家庭和社会密切合作，协调一致，共同促进幼儿良好社会品质的形成。因此，本学期我们在加强幼儿身体锻炼的同时，注重幼儿心理健康的教育。

心理健康是适应社会环境的要求，心理健康的孩子应该不怕困难，不怕挫折，勇敢坚强，敢于维护自己的正当利益。

我们将从以下方面来培养：

二、三月：培养幼儿的愉快的情绪和自我控制能力。

四月：培养幼儿抗挫折能力。

五月：培养幼儿自信心。

六月：培养幼儿的独立性。