

2023年幼儿园心理健康教案(实用11篇)

教案应该具有明确的教学目标，并能够帮助学生达到这些目标。以下是小编为大家收集的大班教案范文，供教师参考和借鉴，希望能够对教学工作有所帮助。

幼儿园心理健康教案篇一

幼儿进餐是幼儿园最重要的生活环节，老师期望孩子们不挑食、吃得好、吃得快，但是幼儿却很难到达老师的期望，比如：有的孩子在喝汤时，不吃里面的菜，象冬瓜、紫菜、蘑菇等，在吃饭时把饭里的菜挑出来不吃，或者乘别的小朋友不注意，赶快把自己不喜欢吃的东西放在别的小朋友的碗里。针对中班幼儿出现的这种状况，有必要对幼儿进行健康教育，对他们纠正挑食、偏食的心理与行为，进而爱吃各种食物，有着重要的影响。

活动目标

- 1、让幼儿进一步认识各种蔬菜，初步了解蔬菜对人体的作用，并明白爱吃各种蔬菜，有益于身体健康。
- 2、培养幼儿每一天吃蔬菜、吃各种蔬菜的好习惯。

教学重点、难点

初步了解各种蔬菜吃的部位，以及各种蔬菜的不同营养。

活动准备

- 1、芹菜、萝卜、胡萝卜、黄瓜、青菜、葱、花菜、西红柿等蔬菜，篮子。
- 2、丰富词汇：维生素。

活动过程

开始部分：

1、谈话

教师引导幼儿观察蔬菜，提问：你们都认识它们吗，吃过它吗

2、请几名幼儿上来各拿一样蔬菜，并说出他们的名称、颜色、形状。

基本部分：

1、找一找

分别找一找蔬菜的哪个部位能够吃，如萝卜吃根，卷心菜吃叶，西红柿吃果实，花菜吃花，芹菜吃茎(叶)，请幼儿将蔬菜放在相应的篮子里。

2、与幼儿共同探讨蔬菜的各种吃法：明白蔬菜能够炒、凉拌、做汤，包饺子、有的'还能够像水果一样生吃，但务必洗净。

3、认识各种蔬菜，启发幼儿讨论蔬菜对人体的作用：人为什么要吃蔬菜不吃蔬菜会出现哪些不好的现象(鼻出血、口角干裂、大便干结、皮肤干燥等。)

蔬菜有哪些营养引导幼儿自由讨论。

分别出示各种蔬菜，初步了解其丰富营养

中兔子和马十分愿吃。对!是胡萝卜。

师：你们看，这是什么菜西红柿，你们吃过西红柿做的什么菜西红柿里也有许多的营养，象VC它使我们的牙齿骨骼变的坚固，还能防止牙龈出血。蔬菜里面还内含超多的纤维素，能

够帮忙我们消化，防止大便干硬。

4、蔬菜与卫生：

怎样吃蔬菜才健康引导幼儿交流。

教师小结：因为蔬菜生长在农田里，需要农药和肥料，所以做菜之前要把蔬菜洗干净，在水里多泡泡。个性是生吃西红柿和黄瓜等，必须要洗干净并且去皮。但也有一些蔬菜是农民们用了先进的方法种植的蔬菜，不用对人体有害的农药，也不让蔬菜环境受到污染，这种蔬菜叫做无公害蔬菜。

延伸活动：

让幼儿给各种蔬菜涂色。

教学反思

1、在活动设计前我想：在活动过程中让幼儿讨论得多，回答得多会不会影响活动的正常进行在整个活动中各种各样的蔬菜吸引了幼儿，使孩子们愿意说、大胆说、能连贯说，活动较活跃，能紧凑连贯的进行下去。本次活动整合了健康领域、科学领域、语言领域，幼儿得到综合性的学习。但是在活动过程中发现有个别幼儿语言的连贯性不够，还需进一步加强。

2、活动中引导启发孩子对问题的理解，注意到让孩子进行体验，感受、交流。

3、对幼儿发展的反思：孩子在活动中能感受到这次活动讲的是蔬菜对人体的好处，但仅靠这此活动是不够的，还需要平时的努力和家长的配合。

中还有很多不足之处，比如有的孩子明白自己喜欢吃蔬菜，但是还说上好原因，可能因为孩子还小，但多数幼儿能大胆

地说、想和做，这就需要我们做教师的在今后的教学活动中多让这些胆小的幼儿锻炼，培养他们的口语表达潜力，透过这次活动培养了幼儿参与活动的兴趣和认真的做事态度。孩子们也都很喜欢吃蔬菜了。

5、如果有不吃蔬菜引起许多不良后果的课件让幼儿看到，会起到更好的效果。

幼儿园心理健康教案篇二

- 1、愿意跟小朋友们分享自己快乐和不快乐的事，大胆表达自己的情绪。
- 2、理解故事中阿力想长高的心情，了解每个人都有自己的长处与短处。
- 3、能够在生活中寻找到快乐，拥有积极健康的心理状态和愉快的情绪。

【活动准备】

音乐若干□ppt□

【活动过程】

一、营造轻松的氛围

- 1、伴随音乐，请小朋友随意找个位置摆个舒适的姿势坐下来。
- 2、教师配乐解说：“让我们听着音乐闭上眼睛，放松身体，来一次”静心之旅“在旅途中，想想自己在家里的、在幼儿园的、在上课时候的、在玩游戏的时候等等快乐的事、不快乐的事……（嘟嘟……）列车到站了，我们的旅途结束了。

3、分享愉快的事情。

“谁愿意第一个和大家分享一下你快乐的事呢？”（个别幼儿）

“每个人都会犯错误，程老师也和你们一起分享一个我犯过的错误吧！还记不记得那天我早饭没有吃，于是我就随便咬了几口苹果，后来就放在桌上，结果第二天走进教室一看，发现桌上有好多蚂蚁。看来这件事老师真的做错了，所以我不快乐。我以后一定不把吃的东西带到教室……哇，今天把这个不快乐的事情说出来，我的心里舒服多了。现在谁愿意象我一样把不快乐的事情讲出来和我们一起分享一下呢？”

“刚才上来的小朋友都很棒，我们给他们拍拍手！”

二、故事小屋：你很快就会长高

师：今天呀！还来了一位新朋友，他的名字叫阿力！（出示男孩阿力），有一件烦心事让他很不快乐，他一点都不喜欢自己的小个子，他最大的心愿就是希望长高，最好长得像大树一样高，像长颈鹿一样高，或者像巨人一样高，总之越高越好。爸爸、妈妈、姐姐，还有老师提供了不同的方法，可是都没有用，阿力一点儿也没长高。后来听取了叔叔的建议，变成了最快乐的男孩……（出示ppt讲述故事）

2、我们刚才都了解了阿力的不快乐，那你觉得他为了让自己快乐起来会做些什么改变呢？

6、当你们遇到不快乐的时候，你有什么好方法让自己快乐起来呢？（请孩子们说）

7、有只小兔子它也有很多方法，想跟我们分享，我们一起来看看（边看图片边说）

三、传递快乐

那么从今天开始，希望我们小朋友都做一个快乐的孩子，每天都过得开心。最后，让我们和自己的朋友一起来唱首快乐的歌曲吧。你也可以邀请后面的客人老师一起。

幼儿园心理健康教案篇三

- 1、明确绘画疫情防护的主题。
- 2、能够把疫情防护的方法绘画出来。
- 3、增强的宣传意识。

1、信封、信

2、纸、彩笔

1、导入环节

幼儿：我们画画。

教师：好，我们就来画宣传画，让小人国的国民一看到画就明白该怎么做。我们来分享一下，你想出的方法，并且统计一下一共有多少个方法。

教师：我们怎样记录呢？

幼儿：标志教师：谁想出的方法，我们觉得正确，就让他画一个小标志，贴到黑板上。

2、怎样画好宣传画。

教师：我们一共讨论出这些办法，现在小朋友自由结组，拿走宣传小标志。

教师：小组首先讨论：

（1）根据小标志绘画主题内容，我们画什么让人一看就明白怎样做。

（2）你画的画，怎样让别人看一下就记住？

幼儿分组绘画

3、宣传画的展示及介绍

请你说一说，你想向大家宣传什么？要把你画的画的意思告诉大家。

幼儿相互之间进行宣传，你有什么好的建议告诉画的`主人。

为自己的家画一幅预防传染病的宣传画，贴在相应的位置，给家长讲一讲你的画的画的意义。

幼儿园心理健康教案篇四

1、尝试按相应的规律进行排序。

2、对兵器排列有兴趣。

1、各种兵器图片若干。

2、兵器排序卡若干。

3、五角星贴纸若干。

1、欣赏各种兵器的图片，说说各种兵器的名称。

2、出示范例，观察兵器的排列规律。

教师：战争结束了，木兰和伙伴们要把他们的兵器放到兵器库里。我们看看兵器库里的兵器是怎么排列的。

3、幼儿观察兵器的几种排列方式。

4、请幼儿说说兵器是按什么规律排列的，并将剩下的兵器进行排列。

尝试运用“间隔模式□aabb□”进行描述。如：一枪一箭、一枪一箭、两枪一箭、两枪一箭等。

5、请幼儿说说第二种排列方式是按什么规律排列的，并将剩下的兵器进行排列。

尝试用“abaaba”模式进行描述，如：两枪一箭两枪，两枪一箭两枪等。

6、幼儿讨论其他的排列规律，并进行排列。

教师：请你想一想还有哪些排列方法，请你试着排一排。
(可以按照使用方法，使用对象的不同进行排列。)

1、幼儿分组操作，按规律排列图片和接龙。

第一组：兵器排列，用教师提供的兵器图自创规律排序。

第二组：兵器接龙，根据前面两组的排序卡接着排。

2、教师巡回教导，及时纠正幼儿的排列错误，引导幼儿寻找排列的规律，进行正确的排列。

3、说说自己的排列规律和接龙方法。

1、教师请出两组幼儿，每人发一张兵器图片代表所拿图片的

小兵器。

2、教师说出排列顺序的规律或出示排列图片卡，两组幼儿分别进行排列，看看哪个兵器库的兵器先排好。

3、提醒幼儿要听清楚教师的要求，互相合作，共同完成任务。

4、游戏进行数次后结束，给获得胜利的小兵器发五角星。

1、把各种兵器的图卡放在“数学角”里，供幼儿在区域活动时间根据需要进行排列游戏。学习其他数学内容只用。

2、启发幼儿尝试用其他的规律进行排列。

幼儿园心理健康教案篇五

1、明确绘画疫情防护的主题。

2、能够把疫情防护的方法绘画出来。

3、增强的宣传意识。

1、信封、信

2、纸、彩笔

1、导入环节

幼儿：我们画画。

教师：好，我们就来画宣传画，让小人国的国民一看到画就明白该怎么做。我们来分享一下，你想出的方法，并且统计一下一共有多少个方法。

教师：我们怎样记录呢？

幼儿：标志教师：谁想出的方法，我们觉得正确，就让他画一个小标志，贴到黑板上。

2、怎样画好宣传画。

教师：我们一共讨论出这些办法，现在小朋友自由结组，拿走宣传小标志。

教师：小组首先讨论：

（1）根据小标志绘画主题内容，我们画什么让人一看就明白怎样做。

（2）你画的画，怎样让别人看一下就记住？

幼儿分组绘画

3、宣传画的展示及介绍

请你说一说，你想向大家宣传什么？要把你画的画的意思告诉大家。

幼儿相互之间进行宣传，你有什么好的建议告诉画的主人。

为自己的家画一幅预防传染病的宣传画，贴在相应的位置，给家长讲一讲你的画的画的意义。

幼儿园心理健康教案篇六

活动目标

1. 了解情绪和人面部表情的关系，理解微笑的魅力。
2. 学习控制自己的情绪，能够关注他人的情绪，用微笑感染他人。

3. 萌发幼儿关心他人，愿为好朋友带来快乐的完美情感。

活动准备：多媒体课件一套，绘画材料若干。

教学重点：了解情绪和人面部表情的关系，理解微笑有让人美丽和被人喜欢的魅力，学会关注他人的情绪，萌发幼儿关心他人，愿为好朋友带来快乐的完美情感。

教学难点：幼儿能真正理解微笑的实际好处，在不高兴、不开心的时候学会调节自己的情绪和情绪，学会用微笑感染别人。

教学流程：看“微笑”一听“微笑”一谈“微笑”——创“微笑”——表达“微笑”。

活动过程

一、看“微笑”

1. 师：小朋友们好！听到你们的回答，我的情绪已写在脸上，请小朋友看我的表情，能看出我此时的情绪吗？对，我很快乐，所以我把微笑送给你们。请收下吧。

老师先请小朋友欣赏一个幻灯片，（播放笑脸课件，由许多幼儿笑脸制作而成）

2. 组织幼儿讨论观看短片后的感受。

师：你们看见了什么

师：你们看了笑脸心里感觉怎样样（很舒服、快乐）

师：微笑能告诉别人“我喜欢你，很高兴见到你，使我快乐的是你…，所以人们看到微笑的表情会很快乐。

二、听“微笑”、谈微笑

1、师:微笑不仅仅使人快乐,而且微笑的人也是很美的,请小朋友欣赏诗歌《微笑》

幼儿欣赏配乐诗朗诵《微笑》

微笑

微笑是开在脸上的花朵,

微笑是挂在嘴上的蜜糖。

微笑比糖更甜,

微笑比花更香。

当微笑写在脸上,

脸就显得个性漂亮,

当微笑藏在心底,

心里就充满了欢喜,

2、提问:a□诗歌里是怎样说微笑的

b□为什么说微笑是花园里的花朵微笑是挂在嘴上的蜜糖

引导幼儿讨论:因为微笑的脸让人看了感觉个性漂亮;而且心里感觉十分甜蜜,充满了欢喜。

3、你们喜欢这首诗歌吗请小朋友跟着录音朗诵一遍。(再次播放微笑课件)

4、讨论:生活中你在哪儿见到过这样美丽的微笑呢

引导幼儿联系生活实际体会微笑的作用。

小结:经常带着微笑的人,到处都会受到欢迎。因为看见你快乐,大家也会跟着分享你的快乐。

三、创造微笑

1、师:我们都明白了微笑的魅力,但我们在生活中有时也会遇到不开心的事情,那时你会怎样办呢(想办法解决问题、做些令自己开心的事、想些以前发生过的开心的事)

请小朋友看看发生在我们身边的小故事。(观看录像)

2、出示幼儿生活中的两个片段。

师:如果你在旁边会怎样做呢

幼儿讨论后之后放录像

旁边的优优看见了,拿起自己的油画棒递给文文,微笑着说:“别着急,用我的吧。”文文高兴地接过来说:“谢谢你优优,我喜欢你。”

师:优优是怎样做的(微笑着帮忙别人)文文怎样说的她情绪怎样样

幼儿讨论后放录像后半段:优优揉揉碰疼的腿,微笑着说:没关系,我很勇敢的。彬彬感激地说:“优优,你真好!我喜欢你!”

师:优优怎样做的(微笑着原谅了别人)彬彬怎样说的

透过直观表演录像,让幼儿能简单地感受到微笑在人际交往

中的魅力。

师:你喜欢优优吗为什么

4、引导幼儿讨论得出结论:优优是个心地善良、喜欢微笑的孩子,所以小朋友都喜欢她。因为微笑很神奇,它能让人美丽,让人们情绪舒畅,还能让一些不开心的事情悄悄地从我们身边走开。所以我们要像优优那样和小朋友友好相处,经常露出美丽的微笑,互相关心、互相帮忙,这样你快乐,我快乐,大家都快乐)

四、表达微笑

1、游戏:传递微笑

a小朋友,此刻我要用照相机拍出你们最美丽的微笑,我看看谁笑的最漂亮(用相机给幼儿拍照)

b此刻我们做个游戏“传递微笑”。请你对旁边的伙伴露出可爱的微笑,并且能够说些问候或者祝福的话,(比如我喜欢你、见到你很快乐等等)也能够用动作(拉拉手、抱一抱)来表示,这样一个一个传递下去幼儿传递微笑。教师巡视指导幼儿微笑。

c幼儿交流活动后的感受

2、画“微笑”

鼓励幼儿画出自己最喜欢的微笑的表情,布置在准备好的相框里,并简单向同伴介绍,让幼儿进一步感受微笑的美丽和魅力。

五、结束部分

师:小朋友,这天你快乐吗

幼:快乐!

师:那就让我们一齐随着音乐唱起来,跳起来吧!

师幼一齐演唱歌曲《歌声与微笑》,自然结束。

了高潮,活动结束后引起了听课老师的热烈掌声。

幼儿园心理健康教案篇七

活动目标:

- 1、通过说说、演演、画画等形式表达自己的情绪。
- 2、尝试想办法保持好心情,做一个高兴的娃娃。
- 3、萌发幼儿关心他人,愿为好朋友带来快乐的情感。

前期准备:

- 1、心情火车六列,
- 2、画有圆脸的彩色纸若干,勾线笔人手一份,
- 3、哭和笑娃娃各一个,投影仪一台。
- 4、幼儿对各种各样的表情产生了兴趣,并能分辨一些简单的表情。

预设内容:

一、说说演演

导入:”老师要带小朋友到两个小娃娃家去做客,现在我们一起出发吧!请小朋友观察哭笑图片,说说哭笑脸有什么不同。引出幼儿高兴与伤心的事件。出示笑娃,引导幼儿观察娃娃的表情,如嘴巴往上翘、眉毛和眼睛弯弯的,眼睛眯成一条线等。

1、你们什么时候也会笑?

2、你们会学一学她笑的样子吗?还可以用什么来表示高兴?

出示哭娃,引导幼儿观察娃娃的表情,如嘴巴往下、眉毛和眼睛也往下,有眼泪等。

3、猜猜她为什么哭?怎样让她自己变的开心了呢?

4、你们什么时候也会哭?(重点启发、鼓励幼儿帮助同伴或娃娃想办法解决她遇到的伤心事,使她高兴起来,让幼儿懂得关心他人。)

二、画画讲讲

1、根据自己意愿画表情卡,画完后把它插入与自己相应号数的心情火车。

2、和朋友一起说说自己的表情卡,师观察、倾听、随机引导。

三、延伸活动

把心情火车处作为一个“心情小站”,鼓励幼儿在那里讲讲悄悄话,说说演演自己的表情、心情等。

幼儿园心理健康教案篇八

活动目标:在说说、玩玩的游戏,继续体验开心、生气和伤

心的心情。

活动准备：小朋友表情照片若干小火车

活动过程

1、边念儿歌边开火车入场,引发幼儿的兴趣。

2、认识心情火车。

3、让幼儿数数有几节车厢。

1、坐上心情火车,请幼儿找自己的照片,说说自己的照片。

2、第一次交流,说说自己的表情,并说出原因。

3、试着找到好朋友的照片,猜猜好朋友的心情?

4、第二次分享交流:

(1)你找到了谁的.照片?

(2)他(她)的表情怎样?

(3)猜猜为什么会这样?

5、让幼儿按哭、笑、生气给车厢起名字。

请你选择最喜欢的车厢,快乐的开火车退场。

幼儿园心理健康教案篇九

活动目标:

1.了解黑夜,乐意尝试一个人自我睡,并能用各种方法克服

对黑夜的恐惧心理。

2. 经过故事和体验，了解黑夜并不可怕，并逐渐喜欢黑夜。
3. 学习控制自我的情绪，难过或疼痛时不哭。
4. 进取的参与活动，大胆的说出自我的想法。
5. 学会坚持愉快的心境，培养幼儿热爱生活，欢乐生活的良好情感。

活动准备：

活动过程：

一、提问导入

1 这是什么时候？——一个宁静而美丽的夜。

2 大家怎样了？——关灯、睡觉了

小结：睡觉是件舒服的事，能够让我们的大脑、身体得到休息。

二、调查讲述

1. 那你们是一个人睡的还是跟大人一齐睡的？(出示调查表，幼儿将笑脸贴在相应的地方)如果你是一个人睡的请将胸前的笑脸贴在_色表上，如果……师幼统计结果。

2. 那你们为什么不敢一个人睡呢？到底怕什么？你们说，我来记。(教师边回应边用简笔画在题板上记录)

小结：看来，你们有很多害怕的事，怕从床上滚下来，怕怪兽伤害，有的怕黑，怕做梦……你们的心境我能理解，害怕

是很正常的事，不要感到难为情，就连你的爸爸妈妈、教师也都有害怕的事，只要把它说出来，就必须能想办法解决。

三、故事体验。

小老鼠睡不着害怕什么？是墙上那个黑黑的东西吗？真的是怪兽吗？小老鼠鼓起了勇气仔细一看！原先是一件衣服的影子。怕吗？其实，在我们身边根本就没有怪物，看到的都是一些黑黑的影子，一点都不可怕！

2. 刚睡下，又从外面传来~~~ppt5这是什么声音？是人、是怪物、是…小老鼠立刻蒙住眼睛一动也不敢动□ppt6过了好久，它才战战兢兢地朝窗外看了一眼，点点头哦了一声，又回到了床上。小老鼠听到了怎样的声音？可能是？是不是？(ppt7)原先是刮风了，难怪最终老鼠放心地回到了床上。

3. 半夜，小老鼠想尿尿，刚走到洗手间门口就听到~~ppt8(水声)到底是什么啊？小老鼠怎样也不敢，害怕地跑回了床□(ppt9)什么声音让小老鼠害怕？你们觉得可能是？和小老鼠一齐去看个究竟——原先是卫生间水龙头没有拧紧！

师：为什么这一个晚上小老鼠怎样也睡不好？

如果你在，你会对小老鼠怎样说？

这都是小老鼠胡思乱想的结果，才越想越害怕。睡觉时关紧门窗，屋子里还是很安全的。

四、克服方法

那我们呢？看一看，那些害怕的问题！

问题一：怕怪物、恶梦、怕黑

看来，你们和小老鼠一样爱胡思乱想！

(2) 怕做恶梦、怕黑

你们有好办法吗？

教师根据幼儿回答在ppt中呈现□ppt11——21

小结：真棒，想了这么多的办法。点一盏夜灯、听一首轻柔的音乐、想象开心的事等等，能够让我们的心境变得平静、愉快，这样就不怕黑不会做噩梦了。

问题二：怕从床上滚下来

(1) 这个简单，有什么好办法

(2) 教师根据幼儿交流的资料播放ppt22

(3) 小结：床边放几把椅子或枕头、被子或者床靠墙放就不会滚下来，看来只要改变一些做法，就能解决这个问题。

五、再次调查

小结：第二次有_个孩子选择了愿意尝试一个人睡，看来，你们心里的害怕减了不少，为这些勇敢的孩子拍拍手。还有_个孩子正在犹豫，有些担心，但教师相信再过一段时间，你们也会去尝试的，是吗?!

六、黑夜体验

你们真的不再害怕黑夜了吗?那我们来验证、挑战一下!孩子们此刻我要请教师帮忙把灯熄灭!你们不要紧张，教师会陪着你们!此刻屋子里黑黑的就像来到了黑夜!

1. 黑暗小屋

(1) 那里有几间黑夜小屋，谁愿意独自一个人在里面呆上一会！你们能够静静地坐在那儿听一听、轻轻的摸一摸，等我们数到十再出来！

(2) 采访：下头的孩子你有什么问题想问吗？

小结：看来，黑屋并没有我们想象中的那么可怕，它就像我们晚上睡觉的小房间，虽然黑黑的但很安全、很宁静、很温暖！身旁有个娃娃陪伴，想着爸爸妈妈就在旁边就没有什么可怕的了，对吗！

2. 团体体验黑夜

听了他们的介绍，你们想试一试吗？

(1) 介绍方法：别急，教师为你们每个人都准备了异常制作的黑夜小屋(出示黑头套)，把它套在头上就像走进了黑夜。音乐起(幼儿戴头套)

(3) 团体采访孩子们，你们觉得刚才一个人睡觉怎样样？

小结：是啊，黑夜就像是我们的眼睛被蒙上了一层黑纱，一片漆黑，当揭开时发现所有的一切还是和白天一样，一样的安全、一样的温暖和幸福。其实我们的黑夜还美，很美，让我们一齐去看一看！

七、拓展：欣赏黑夜的美，自然结束

教师边朗诵边播放夜景图

幼儿园心理健康教案篇十

1. 使幼儿知道愉快的情绪有利于身体健康，不良的情绪影响身体健康。引导幼儿寻找正确渲泄自己不良情绪的方法。
2. 培养幼儿健康活泼、开朗的性格。
3. 学会保持愉快的心情，培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。
4. 让幼儿知道愉快有益于身体健康。
5. 初步了解健康的小常识。

活动重点：

使幼儿知道愉快的情绪有利于身体健康，不良的情绪影响身体健康。引导幼儿寻找正确渲泄自己不良情绪的'方法。

活动难点：

真正掌握渲泄不良情绪的正确方法，调整自己的情绪，保持愉快的情绪。

1. 记号笔、情绪记录图。
 2. 合作活动材料：二人三足、呼啦圈、棋子、扑克、布飞碟、齐拉珠子、象棋拼图、袋鼠相斗、陀螺、拳击手套。
- 一、感受快乐的情感，知道知道愉快的情绪有利于身体健康，不良的情绪影响身体健康。
2. 师生同乐游戏（游戏法、情绪体验法）。
 3. 游戏后讨论：（讨论法、回忆法、比较法）

- (1) 玩游戏的时候你们的心情怎样？
- (2) 除了游戏的时候很快乐，还有什么时候你也觉得很快乐？
- (4) 你们觉得快乐和不快乐哪个对身体健康有帮助？为什么？
- (5) 小结：情绪愉快身体就会好。

幼儿园心理健康教案篇十一

【活动目标】

- 1、在说说、画画中知道如何让不愉快的心情变好。
- 2、能用连贯的语言表达自己的想法。
- 3、通过活动学会关心他人，萌发互相关爱的情感。

【活动准备】

小兔布偶一个、一棵大树、各种树叶状的彩纸、记号笔□ppt□
人手一份笑脸和哭脸。

【活动过程】

一、出示小兔子的心情图片，谈话引入。

师：昨天小兔子去公园玩了，它好开心啊，它的心情是愉快的’（笑脸）

可是今天小兔子生病了，它好难受啊，它的心情就是难过的（哭脸）

小结：每个人都会有这两种情绪，这些都是很正常的。

二、出示两种心情图片，幼儿自由选择。

师：每个人的书袋里面都有两个心情图片，请你选择一种心情卡片来代表你今天的心情。

三、分析并找寻办法。

（一）分析原因

（二）找寻高兴起来的方法

1、师：如果心情不好，不开心，就会给我们带来很多的问题（出示图片）。那我们赶快来找个让自己开心起来的办法吧？如果你心情不好了，你会用什么办法呢？（请几个幼儿回答，为了下一环节做铺垫）

四、关心小朋友。

（一）听听小朋友心情不好的原因

（二）帮助小朋友找到快乐起来的办法

师：把你找到让她快乐起来的办法画下来。

（三）把这些办法编成一首诗。

师：每个人总会碰到心情不好的时候，这时候我们要学会调节自己的情绪。

我可以吃上一颗糖果，让自己的心情变得甜甜的

我可以穿上漂亮的衣服，让自己的心情也变得美美的

我还可以……

五、延伸环节：

把心情树放到班级的心育墙上，当小朋友不高兴时，可以过去看一看，这样心情就会变得好起来。