

心理健康教育课程设计方案(实用5篇)

“方”即方子、方法。“方案”，即在案前得出的方法，将方法呈于案前，即为“方案”。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、风险的评估以及市场的需求等，以确保方案的可行性和成功实施。下面是小编为大家收集的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

心理健康教育课程设计方案篇一

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

6、补充知识：小学生一日学习时间的标准。

心理健康教育课程设计方案篇二

一、导入：

你有朋友吗?你喜欢交朋友吗?在生活中，有的人拥有很多朋友，与朋友一齐学习，一齐生活，遇到问题一齐商量，一齐解决，说说笑笑，真开心呀!这节课将伴随你一齐探索怎样才能交上更多的朋友!

二、活动：

1、找朋友游戏

要求：以组为单位，每组出一名学生，数到“一”。

第一次：3个同学一组迅速抱成团。

第二次：4个同学一组迅速抱成团。

第三次：5个同学一组迅速抱成团

(学生分组做“找朋友游戏”。游戏之后数一数：我赢了次，我输了次。)

2、谈一谈

(1)我找到朋友时心里感到。

(2)我没找到朋友时心里感到。

(学生谈心里感受)

3、交朋友的秘??

(1)仔细观察你身边的好伙伴是怎样交上好朋友的?

(学生归纳交朋友的秘诀)

看课件：

课件1：萍萍热情、开朗、乐于助人，同学们都愿意和她交朋友。(性格好)

课件2：周梦和胡云都是航模小组成员，他俩合作一艘小帆船，你锯我粘，很快就做成了，共同享受着成功的喜悦。(合群)

课件3：遇到开心的事，受了委屈、遇到困难等愿意把心里话告诉朋友，增进沟通和理解。（善于开放、表露自我。）

(2) 你的交友秘诀呢？

快记下大家的绝招，让大家一齐交流分享吧！

(学生归纳：交朋友的秘诀。)

(3) 请看小品：

问题1：请你帮帮小陈，让他也能交到朋友。

问题2：不知你在交朋友中有没有遇到什么困难呢？

问题3：请大家帮他出出主意，让他交到更多的朋友。

(学生进行小品表演：

小磊和小涛是好朋友，他们互相关心、互相帮忙，说说笑笑玩得多开心啊！可是，小陈不敢和同学接近，他没有朋友，一个人十分孤独。)

三、总结：

有朋友真好！高兴时，有朋友来分享；悲哀时，有朋友来分忧；困难时，有朋友来帮忙。朋友能给人带来欢乐、带来勇气、带来信心。教师相信，在你的努力下，一定会交到更多的好朋友！

心理健康教育课程设计方案篇三

2、学生阅读材料

小结：现实和未来都要求人们从小学会认知，学会做事，学

会共同生活，学会生存。这些都与人的心理品质有关。能够说，如果没有较高的心理素质，就很难适应21世纪的激烈竞争。另外，现代社会的快速提高和发展也使得小学生的心理健康面临着更多更大的压力和挑战。社会的发展变化对学校培养的人才提出了更高的要求。

心理健康教育课程设计方案篇四

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。

二、讲授新课

教师以讲故事的形式讲解课文，然后讲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，从约翰、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。

三、课堂活动

1、议一议

教师在黑板上写出三个问题：

(1) 美国少年约翰给自己制订了怎样的目标，这对他的成长有什么作用？

(2) 王涛和桑兰的目标是什么？

(3) 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三个问题，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）请你在白纸2号上画一只小企鹅。（一分钟后）请你在白纸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。

心理健康教育课程设计方案篇五

(一) 选定课题，做好课题研究申报工作。

根据《意见》精神结合我校实际，我校拟定了“小学生常见心理和行为问题及解决策略的研究”的教研课题，立足以人为本，让学生健康活泼地成长，开启学生的心智，陶冶学生情操，锻炼学生的心理素质，预防学生的心理疾病，并做好本课题的申报工作。

（二）设立课题研究领导组，加强师资队伍建设。

1、学校把心理健康教育作为一项紧迫的任务来抓，特成立心理健康教育课题研究领导组，抓紧抓实师资队伍培训。

组长：汤爱民（校长）

付组长：李国庆（业务校长）

李水香（教导主任）

成员：

教师培训内容包括：

（1）心理健康教育理论知识。

（2）常见小学心理问题及对策；

（3）如何上好心理健康教育活动课。

（4）如何开展心理咨询活动，及遵循的活动原则等。

2、制定个人发展计划，从教育思想、奋斗目标、心育教学特色实施步骤等四方面进行设计，切实加强和提高教师过硬的思想道德素质和心理素质，加强全校教师的职业道德教育，努力提高教师的政治觉悟，做到为人师表，言传身教。

3、更新教育观念，增强服务意识，在教育教学中要树立和谐、

平等、民主的新型师生关系。

4、积极组织教师听专家、教授的讲座和看教学录相。安排教师参加心理健康知识的培训学习，努力提高教师的业务水平和心理素质。

5、定期进行课题研究，积极开展心理健康活动课的教研活动，推选优秀教师上观摩课，认真开展咨询活动课，注意收集整理有关心理健康资料，认真撰写心理健康教育研究心得体会、个案分析、教育故事、总结论文等，并进行交流推广。努力总结经验，提高教师的心理素质的业务能力。

（三）初步开设“心育”课，执行教学课程计划。

有课题教研组研究探讨心理健康课的模式，先分年级做课，然后在班级中逐步开展心理活动课，即“综合实践活动课”，把要传授的心理知识富于活动中，使学生潜移默化地受到心理健康教育。在课堂教学中，以活动课为主，淡化理论，强化行为指导和行为训练，进行各种心理健康教育渗透。

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。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，从而更加全面提高学生的心理素质。

（四）设立心理健康团训室和“快乐驿站”心理辅导室，开展心理咨询辅导。

心理咨询辅导也是心理健康教育的一个重要环节，它可以帮助学生解决成长过程中的心理问题，学校以主题班会为阵地，对学生进行团体心理辅导，结合各种节日，开展丰富多彩的心理健康教育活动。利用“团训室”、“阳光信箱”以及电话专线和“心育知识专栏”、校广播对学生和家长开放，以班主任、辅导员为龙头，及时做好学生的心理辅导。建立心理档案和典型案例，做好跟踪记录，帮助学生解除心理烦恼、

困惑、焦虑。

（五）建立家校之桥，做好家庭教育指导。

心理健康教育包括家庭心理教育，从“心育”的角度来说家庭教育也起着至关重要的作用。和谐、温馨、民主的家庭环境易使孩子活泼开朗，形成良好的品行。学校开展心理健康教育只有与家庭紧密配合，同步进行，心理健康教育才能取得良好的教育效果。而在现实中，有些家庭关心的只是孩子的学习成绩，至于孩子的心理品质、困惑、烦恼却很少关心，或不知如何关心。学校要继续印发有关这方面的宣传材料，加大心理健康教育的宣传力度，让家长明确学校心理健康教育的目的和意义，介绍心理健康教育的方法和内容，要求家长积极配合，端正家长对孩子期望值的尺度，掌握科学的评价标准，开设家校联系电话，设立特殊生家、校联系卡，定期召开家长会，请专家进行现场指导，与家长交流座谈，共商教育方法，要邀请家长参加学校心理健康教育活动课观摩，要争取得到家长们的支持，形成合力，切实提高了心理健康教育的实效。