

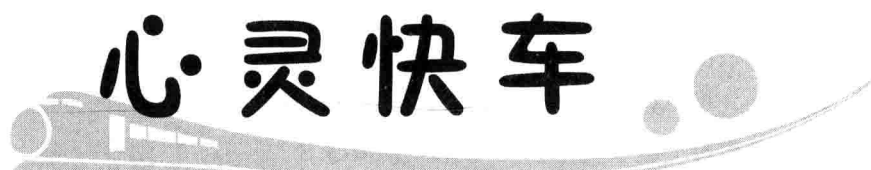
心灵快车

——幼儿心理健康教学活动设计

XINLING KUAICHE

郑春玲 毛玲 主编

王继荣 许培霞 占蓓 副主编



心灵快车

——幼儿心理健康教学活动设计

郑春玲 毛 玲 主 编

王继荣 许培霞 占 蓓 副主编

中央广播电视大学出版社

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

心灵快车: 幼儿心理健康教学活动设计 / 郑春玲,
毛玲主编. —北京: 中央广播电视大学出版社, 2012. 8
ISBN 978 - 7 - 304 - 05698 - 8

I. ①心… II. ①郑… ②毛… III. ①心理健康—
健康教育—学前教育—教学参考资料 IV. ①G613. 3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 184925 号

版权所有, 翻印必究。

心灵快车——幼儿心理健康教学活动设计

郑春玲 毛玲 主编
王继荣 许培霞 占蓓 副主编

出版·发行: 中央广播电视大学出版社
电话: 营销中心 010 - 58840200 总编室 010 - 68182524
网址: <http://www.crtvup.com.cn>
地址: 北京市海淀区西四环中路 45 号 邮编: 100039
经销: 新华书店北京发行所

策划编辑: 袁玉明 马建利	版式设计: 赵 洋
责任编辑: 刘桂伟	责任版式: 韩建冬
责任印制: 赵联生	责任校对: 王 亚

印刷: 北京市平谷早立印刷厂	印数: 0001 ~ 4000
版本: 2012 年 8 月第 1 版	2012 年 8 月第 1 次印刷
开本: 185mm × 230mm	印张: 5 字数: 70 千字

书号: ISBN 978 - 7 - 304 - 05698 - 8
定价: 12.00 元

(如有缺页或倒装, 本社负责退换)

前言



《幼儿园教育指导纲要（试行）》明确规定：“幼儿园必须把保护幼儿的生命和促进幼儿的健康放在工作的首位。树立正确的健康观念，在重视幼儿身体健康的同时，要高度重视幼儿的心理健康。”幼儿心理健康教育就是维护和促进幼儿的情绪健康，培养幼儿良好的意志品质，提高幼儿的适应能力，使幼儿学会求知，学会创造，学会自理，学会关心，学会合作，学会交往；帮助幼儿学会正确对待自己与别人，化解情绪冲突，保持平和的心态与积极的情绪；矫正幼儿的问题行为，使幼儿养成正确适应幼儿园与同伴群体的行为，消除人际交往障碍，形成和谐的同伴关系；培养幼儿乐观、乐群、自信、进取、积极参与、耐挫、诚实、勇敢等良好的个性和心理品质；养成幼儿良好的生活习惯、劳动习惯、学习习惯及道德素质，促进幼儿心理的健康成长。

大多数幼教工作者对于幼儿心理健康教育的理论知识都有较好的认识和了解，但对于如何把这些理论知识应用到具体的实际工作中去，有时会感觉到存在一定的困难。本书的编写旨在解决此问题。本书以学前儿童心理健康和教学活动设计的相关理论为基础，借助空军武汉指挥所蓝天幼儿园国家级“十一五”课题《利用军营文化特色构建幼儿心理健康教育课程模式的研究》的教育科研平台，结合参与课题教师对教学实践的不断探索、总结，使其内容具有了鲜明的实践性和实用性。本书适用于幼儿园的教育工作者，也适用于对幼儿心理健康感兴趣的家长和读者。

本书按幼儿园中的小班、中班、大班三个年龄段进行编写，根据不同年龄段的特点，设定各个年龄段的教育重点。小班的教育重点为：通过情绪调节，帮助幼儿尽快了解幼儿园的环境和生活，能与同伴友好交往，尽快适应新生活。中班的教育重点为：使幼儿能预见行动目的的合理性，懂得任性是一种不好的

性格和行为，并能逐步克服任性；使幼儿能体验到合作、谦让的快乐，并能自觉与同伴通过友好合作从事各种活动。大班的教育重点为：帮助幼儿学习控制自己的情绪和不良行为，培养幼儿的自控能力；使幼儿能做到真心赞美同伴的长处，能对同伴的进步感到高兴，并表示祝贺，培养幼儿你追我赶、积极竞争的态度和性格。本书中涉及的音乐、录像、故事等资料均为幼儿园教学中基本、常见的内容。当然，在实际教学工作中，老师也可用同一主题类似资料进行替换。

本书由湖北广播电视大学老师郑春玲、空军武汉指挥所蓝天幼儿园老师毛玲担任主编，负责全书的策划、组织、编写、审稿工作。三位空军武汉指挥所蓝天幼儿园的老师负责了各班教学设计的具体编写工作，其中，小班的教学设计由许培霞负责编写，中班的教学设计由王继荣负责编写，大班的教学设计由占蓓负责编写。周露、胡岚瑛、许娟、徐颖茜等多位骨干教师参与了活动实施反馈的收集、整理工作。此书的编写也得到了空军武汉指挥所蓝天幼儿园领导的大力支持和多位老师的通力协助。

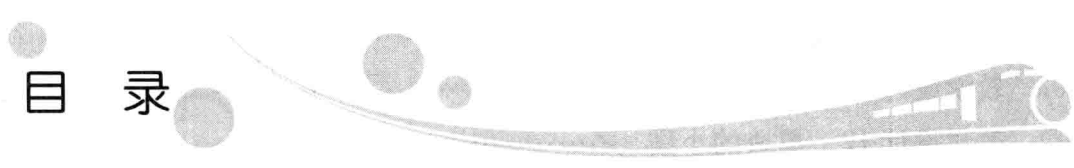
幼儿心理健康教学活动在目前的幼儿园教学活动中尚属新的领域，我们的努力和探索才刚刚起步，若本书能带给大家一些启发和共鸣，我们将倍感欣慰。由于时间仓促，加之水平有限，本书难免存在疏漏和不足之处，恳请各位专家和同仁不吝赐教，提出宝贵的意见和建议。

最后，让我们牢记下面一段话以共勉：

孩子成长于敌意当中，学会攻击；孩子成长于恐惧当中，学会焦虑；
孩子成长于无助当中，学会绝望；孩子成长于嫉妒当中，学会怀恨；
孩子成长于羞辱当中，学会自卑；孩子成长于鼓励当中，学会自信；
孩子成长于诚实当中，学会真诚；孩子成长于安全当中，学会信赖；
孩子成长于包容当中，学会宽容；孩子成长于赞美当中，学会欣赏；
孩子成长于接纳当中，学会爱人；孩子成长于肯定当中，学会自重；
孩子成长于分享当中，学会慷慨；孩子成长于公平当中，学会公允。
孩子健全的人格需要大家的共同努力！

编者
2012年7月

目 录



小班教学设计	(1)
教学设计 1 高高兴兴上幼儿园	(1)
教学设计 2 心中的小鼓	(3)
教学设计 3 有话好好说	(4)
教学设计 4 玩具我分享	(6)
教学设计 5 美食舞会	(7)
教学设计 6 我能自己睡	(9)
教学设计 7 营救行动	(11)
教学设计 8 医生妈妈	(13)
教学设计 9 小兔乖乖	(15)
中班教学设计	(18)
教学设计 1 爱生气的果果	(18)
教学设计 2 找朋友	(20)
教学设计 3 霸道的明明	(21)
教学设计 4 笑比哭好	(23)
教学设计 5 心情节奏乐	(24)
教学设计 6 你快乐,我快乐	(26)
教学设计 7 委屈的我	(27)
教学设计 8 团结合作力量大	(29)



教学设计 9	动物商店	(30)
教学设计 10	勇敢的我	(32)
教学设计 11	海底总动员	(34)
教学设计 12	勇敢的小猫	(35)
教学设计 13	我的好妈妈	(37)
教学设计 14	火红的枫叶	(38)
教学设计 15	分豆豆	(41)
 大班教学设计		(43)
教学设计 1	小黑鱼	(43)
教学设计 2	魔力城堡	(45)
教学设计 3	快乐宝贝	(47)
教学设计 4	学做“开心果”	(49)
教学设计 5	爱笑的自己	(51)
教学设计 6	乐乐枕	(52)
教学设计 7	森林运动会	(54)
教学设计 8	我是小小解放军	(56)
教学设计 9	黑夜我不怕	(58)
教学设计 10	困难我不怕	(59)
教学设计 11	爸爸、妈妈我爱你	(62)
教学设计 12	夸夸我的好老师	(63)
教学设计 13	我们都是好朋友	(65)
教学设计 14	小鬼当家	(67)
教学设计 15	我心中的小学	(68)
 参考文献		(72)



小班教学设计

教学设计1 高高兴兴上幼儿园

活动目标

1. 熟悉幼儿园的生活，消除焦虑情绪。
2. 提高参与幼儿园活动的积极性，并获得快乐的情感感受。
3. 愿意对老师说出自己的需要及想法。

活动准备

1. 木偶小熊和熊妈妈各一个。
2. 幼儿园的图片（玩具、积木、孩子的笑脸）。

活动过程

1. 引发幼儿兴趣。教师出示木偶，提问：它们是谁呀？
2. 教师边表演边讲故事。

师：早上，熊妈妈要去上班了，妈妈问小熊：“妈妈要上班，小熊怎么办

呢？”小熊说：“妈妈要上班，我高高兴兴上幼儿园。”熊妈妈把小熊送到幼儿园，小熊和熊妈妈挥挥手说：“再见，妈妈，我会想你的。”小熊高兴地进入幼儿园，看到老师说：“老师早上好！”老师微笑着说：“小熊真棒！能高高兴兴地上幼儿园，真是个好听话的乖宝宝。”

3. 教师讲完故事，提问：小熊是怎样上幼儿园的？他的心情是怎么样的呢？（小熊高高兴兴上幼儿园，我们小朋友应该向小熊学习，每天也高高兴兴上幼儿园。）

4. 帮助幼儿熟悉幼儿园的一日生活。

（1）进餐和上厕所：引导幼儿能根据自己的需要主动向老师表达意图 使幼儿知道“老师是很乐意帮助你们的”。

（2）出示图片并提问：你们看这些小朋友在干什么？他们开心吗？（幼儿园里有许多小朋友，还有很多好玩的玩具，小朋友天天在一起做游戏，非常快乐。）

5. 师生互动，消除幼儿的焦虑情绪。

师：你们是老师的乖宝宝，老师非常喜欢你们，让我们亲一亲、抱一抱吧！

6. 幼儿一起唱《我爱我的幼儿园》。



活动建议

1. 木偶剧的表演可以更换为幼儿上幼儿园的照片或录像。

2. 在日常活动中，教师要尽量为幼儿创设宽松的氛围，能宽容对待幼儿的入园焦虑表现，多给幼儿一些时间来逐步适应幼儿园的集体生活。



教学设计2 心中的小鼓



活动目标

1. 初步体验高兴、愤怒、悲伤、快乐四种最基本的情绪。
2. 学习用语言表达感受，用适当的方式表现自己的情绪。



活动准备

1. 音频：心跳的声音。
2. 听诊器、彩虹糖。



活动过程

1. 请幼儿感知“心中的小鼓”。

(1) 播放心跳声。

师：小朋友们猜一猜，我们听到的是什么声音？

(2) 引导幼儿感知自己的心跳。

师：当我们生病时，医生拿着听诊器会干什么？请小朋友把手掌放在胸口，细细地感受自己的心跳。

(3) 引导幼儿相互感知对方的心跳。

师：找一个好朋友，两人相拥而抱，把耳朵贴在对方的胸口，听听朋友的心跳。

(4) 引导幼儿建立心情和“小鼓”的联系。



师：每个人都有自己的小鼓，当你开心时，小鼓会一下一下有节奏地敲；当你生气时，小鼓会加快速度地敲；当你伤心时，它也会哭。

师：现在你的小鼓是怎样敲的？

2. 进行心情表演“魔力豆”。

师：老师有一袋魔力豆，它们有不同的颜色，每种颜色代表不同的心情：红色表示开心，绿色表示盼望，黄色表示惊讶，黑色表示生气。老师请小朋友们吃魔力豆，吃完后，请把吃到的不同颜色用相应的表情告诉我们。

3. 请幼儿体验心情调节。

师：吃了黑色魔力豆的小朋友生气了，我们怎样让他们开心起来呢？（请小朋友想办法。）

师：让开心的魔力豆来掌管我们心中的小鼓，让我们每天开开心心！



活动建议

1. 作为体验各种心情的媒介，“魔力豆”可以用任何带颜色的小零食代替。
2. 对幼儿做出的任何动作或表情，只要他认为与自己要表现的心情匹配，并能说出理由，教师都应给予肯定。

教学设计3 有话好好说



活动目标

1. 学习礼貌用语并能熟练运用。
2. 知道发生争执时应该好好商量，体验交朋友的乐趣。



活动准备

1. 请大班的小朋友协助排练情景表演。
2. 《找朋友》《礼仪歌》的音乐。



活动过程

1. 请幼儿玩“找朋友”的游戏，各自和自己找到的好朋友一起坐下。
2. 请幼儿观看“抢位子”的表演，提问：
 - (1) 发生了什么事？你们看到了什么？
 - (2) 他们这样做对不对？为什么？
 - (3) 怎样才能让他们不打架呢？
3. 请大班小朋友按照给予的方法解决矛盾，有礼貌地再表演一次。
4. 讨论：我们自己是否打过架？为什么打架？以后再发生这种事情该怎么办？

小结：与小朋友要友好相处，不能发生争执，要多说“请”“谢谢”“对不起”“没关系”等礼貌用语。

5. 学唱《礼仪歌》，并进行表演。



活动建议

1. 小班幼儿的语言表达能力有限，不能十分清晰、准确地说出自己的想法，只要他们能大胆表达就可以了，重点在于幼儿的感受、体验。
2. 在日常活动中，要鼓励幼儿多使用礼貌用语，同时要做好家长的工作，请他们积极配合。

教学设计4 玩具我分享

活动目标

1. 愿意将自己喜欢的玩具与小朋友分享。
2. 在与同伴一起游戏时，学会一起玩、交换玩或轮流玩的方法，并体验分享的快乐。

活动准备

1. 录像1和录像2。
2. 每个幼儿带一个自己喜欢的玩具。
3. 图片、笑脸粘贴若干。

活动过程

1. 播放录像1：小熊带着自己的新玩具来到草地上与小动物们一起玩，玩得非常开心。提问：

- (1) 小熊在玩什么玩具？
- (2) 它玩得开心吗？为什么？

2. 播放录像2：小狗自己在家一个人玩玩具，越玩越不开心。提问：

- (1) 小狗在玩什么玩具？
- (2) 它玩得开心吗？为什么？



(3) 小熊和小狗哪一个玩得开心? 为什么?

师: 和大家一起玩、共同分享玩具会让我们更快乐。

3. 鼓励幼儿拿出自己的玩具与别人分享, 并与同伴一起探索不同的玩法。

师: 我们今天都带来了自己最喜欢的玩具, 你们打算怎样玩? (一起玩、交换玩、轮流玩……)

4. 请一个小朋友介绍自己的玩具, 并说出想如何玩、和谁一起玩。提问: 如果小朋友都想玩时, 我们该怎么办呢?

5. 请几个小朋友拿出自己带来的玩具和全班小朋友分享, 实践大家一起玩的方法。

6. 引导幼儿观察图片, 找出各自认为好的游戏方法, 贴上笑脸。



活动建议

1. 最好能请幼儿准备一些新颖、有趣的玩具带到幼儿园。
2. 可以将幼儿一起分享玩具的照片布置在教室里, 鼓励幼儿乐于分享。

教学设计5 美食舞会



活动目标

1. 能够接受各类食物, 知道成长需要从各种食物中获取营养。
2. 不挑食、不偏食, 养成良好的饮食习惯。
3. 探索并说出克服挑食的方法。



活动准备

1. 孩子吃饭挑食的录像。
2. 各类食物的卡片（各种青菜、水果、肉类、杂粮、零食）。
3. 经验准备：认识各类食物。



活动过程

1. 请幼儿认识各类食物。

师：小朋友们上幼儿园后都长高了，肯定是吃了有营养的食物，请小朋友说说你们都喜欢吃什么？（知道食物的基本类别。）

2. 请幼儿认领食物卡片。

师：美食王国里要举行一场舞会，邀请小朋友们参加，请每一位小朋友带上自己喜欢吃的食物一起参加舞会吧！

3. 查看剩下的食物卡片，补充认领。

师：还有那么多的食物没有被邀请，它们多伤心呀！有人愿意带它们去吗？青菜、水果、肉类、杂粮都很漂亮，小朋友们每天都离不开它们。（鼓励孩子和各类食物做朋友。）

4. 播放音乐，参加舞会。

师：听！舞会的音乐已经响起，我们赶紧找到自己的食物好朋友，和它们一起跳起来吧！

5. 引导幼儿回归现实生活。

师：小朋友们和各类食物都跳出了优美的舞蹈，你们都是好朋友了，如果以后吃饭时遇到了它们，你们会让它们都到你肚子里做客吗？



6. 引导幼儿帮助挑食的小朋友。

师：我们一起看一段小朋友吃饭的录像，看看里面的孩子是怎样吃饭的？
我们有什么办法帮助他们？

7. 带领幼儿参观食堂。

师：带上你们的美食朋友，我们一起去食堂看看它们的真实面目吧！



活动建议

1. 在活动中，教师应避免说教，应注重引导幼儿发自内心地乐于接受各种食物。
2. 提前联系好食堂的参观活动，最好可以让幼儿帮忙做点儿力所能及的事，如洗菜等。

教学设计6 我能自己睡



活动目标

1. 养成独立入睡的良好习惯。
2. 懂得自己长大了，应该独自睡觉，克服胆怯心理。



活动准备

1. 《摇篮曲》音乐。
2. 布娃娃每人一个。
3. 录像1和录像2。



活动过程

1. 请幼儿听《摇篮曲》，哄布娃娃睡觉。

师：布娃娃睡着了，看他多乖呀！小朋友，你在家是怎样睡觉的呢？（是自己睡，还是爸爸、妈妈陪着睡？）

2. 提问：小朋友现在上幼儿园了，在幼儿园里是怎样睡呢？

3. 请幼儿看录像1：中午，班上一位小朋友大声哭着要妈妈陪着睡。提问：

（1）电视里的小朋友怎么了？

（2）他为什么大声哭？

（3）哭了之后妈妈就能来吗？

（4）妈妈不能来怎么办呢？

（5）小朋友有什么好办法帮帮他？

4. 请幼儿看录像2：全班小朋友甜甜地睡着了。

师：我们看看他后来睡着了吗？……看他睡得多香呀！每个小朋友都能自己睡着！

5. 提问：在幼儿园里小朋友们都能自己睡着，回家后呢？（也能自己睡。）

6. 提问：如果睡不着怎么办呢？（听故事、听音乐、抱娃娃……）

7. 鼓励幼儿独立入睡，激发幼儿自己睡的愿望。

8. 与家长交流，让家长送给能独自睡觉的孩子一个他们喜欢的礼物作为鼓励。



活动建议

1. 教师虽然要鼓励小班幼儿自己睡，但不能搞“一刀切”。对于不能自己睡的幼儿，教师应给予其足够的时间来适应，让幼儿逐步习惯独自入睡。