# 独一无二的我 小学生自我意识指导活动设计

来源：网络 作者：七色彩虹 更新时间：2025-01-29

*独一无二的我——小学生自我意识指导活动设计一、设计理念：三年级的孩子如早晨八九点钟的太阳，本该活泼开朗充满自信，可有的孩子偏偏因为成绩不好，个子不高，长相不漂亮，或自己觉得能力不够强而产生自卑感。而他们又正处于自我意识形成的重要阶段，如果长...*

独一无二的我——小学生自我意识指导活动设计

一、设计理念：

三年级的孩子如早晨八九点钟的太阳，本该活泼开朗充满自信，可有的孩子偏偏因为成绩不好，个子不高，长相不漂亮，或自己觉得能力不够强而产生自卑感。而他们又正处于自我意识形成的重要阶段，如果长期被自卑心理阴影笼罩，就会失去自信，影响自身潜能的发挥，享受不到成功的欢乐，活动主题“独一无二的我”应运而生。我就是想通过活动，让孩子们认识自己就是这个世界上的限量版，是独一无二的。学会正确地认识自我、悦纳自我，完善自我，从而快乐地生活成长。

二、适用年级：

小学三年级

三、活动目标：

1、让孩子们学会正确地认识自我，认识到自己是世界上独一无二的。

2、学会欣赏自己的优点。

3、努力克服能够克服的缺点，完善自己，同时悦纳自己改变不了的缺点，与自信相伴。

四、活动形式与方法：

采用以“绘画感知、小组讨论、故事引领、游戏体验”为主的活动方法。

五、活动过程：

为了能有效地引导学生认识自己、悦纳自我，本次活动主要分四个环节来进行：

环节一：热身活动：游戏“大风吹”——初步认识自我环节二：活动导入：寻找相同小手——我是独一无二的环节三：活动一：

绘画的天空——我有我的特点

活动二：

优缺点轰炸——伙伴眼中的我活动三：

游戏中体验——猜猜我是谁

活动四：

让故事说话——我就是喜欢我环节四：手势儿歌提升——快乐陪伴我环节一：热身活动：欣赏歌曲——《小小的我》

活动前先请大家欣赏一首好听的歌曲《小小的我》。同学们，听了这首欢快的歌曲，心情好吗？那就让我们带上这快乐的心情，打开心灵的窗户，一起进入今天的心灵之旅！准备好了吗？咱们先来做个游戏热热身？游戏的名字叫“大风吹”！我说大风吹，你们就说“吹什么”，我说吹男生，那男生就站起来大声说：“我是男生！”明白了吗？好，咱们开始游戏：“大风吹”，吹黑头发、黑眼睛、黄皮肤的人；吹喜欢穿裙子的人；吹戴眼镜的人；吹爱唱歌的人；吹爱笑的人；吹能把小手高高举起的人。

【设计意图：用欣赏歌曲可以放松学生的心情，增强活动的愉悦性，激发孩子参与活动的热情，歌曲也蕴含着每一个孩子都是独一无二的个体，每人都有自己的性格特点，有利于学生初步形成自我意识。大风吹的游戏有利于帮助孩子初步认识自我，了解自己的特点。】

环节二：活动导入：寻找相同小手——我是独一无二的哦，这么多高高举起的小手，真好看！大家都欣赏一下自己的小手，再和前后左右的同学比一比，看看你和同学的小手一样吗？（生比较）通过刚才的比较，你有什么发现？（长短不一，大小不一

没有两个人的手是一模一样的）

师：是啊，没有两个人的手是一模一样的，据说啊，全世界60亿人，没有两个人的手是一模一样的，那这么说来，我们每个人都是世界上独一无二的，今天我们活动的主题就是，认识——大声读出来——“独一无二的我”

【设计意图：让学生用心思考自己到底是怎样的人呢？引导学生全面认识自己，既要看到自己的优点和长处，也要看到自己的缺点和不足】

环节三：活动一：

绘画的天空——我有我的特点

首先，就让我们把这独一无二的小手印画在纸上吧！你的小手美吗？仔细看看每根手指头，你又有什么发现？（学生交流发现）

师：如这两位同学说的那样，五根手指头，有长有短，但是每一根都尽心尽力地为我们服务。看看哪根手指头最长？就让他来代表我们的爱好特长，大拇指是大哥，就把我们的最大的优点送给他，我们在按开关写字时也离不开食指，就让代表我们最欣赏的优点吧。无名指是最高贵的，你看妈妈的钻石戒指就戴在这个手指上，显得它那么的与众不同，就让它来代表我们身上最与众不同的特点。小手指最短，就委屈一下它，把我们的缺点和不足写在他身上吧！现在请同学们按照老师的提示，把你的特点写在相应的手指上，开始写吧！

同学们，看到你们在自己独一无二的小手上，经过慎重的思考，写下了一个又一个的特点，老师真为你们感到高兴，你们已经开始在认识自己了！

【设计意图：孩子们在画手写自己优缺点的过程中，能够直面自己的内心，真正去了解自己的特点，从而认识自己。】

活动二：

优缺点轰炸——伙伴眼中的我师：其实呢，每天和你朝夕相处的伙伴就是你的一面镜子，他可能比你自己都了解你，现在我们就在小组内交流一下自己的手型图，听听小伙伴眼中的你还有哪些优缺点吧？

1、小组讨论交流。

2、现在你的心情有什么不一样的感受吗？

【设计意图：学生通过别人对自己的评价，发现自己身上自己都没有发现的优点和不足，从而进一步明白自己的与众不同，独一无二，激发出孩子的自我意识，为后面的想办法改正缺点做了很好的心理准备。】

活动三：

游戏中体验——猜猜我是谁

伙伴们温馨的提醒，传递着真诚，传递着温暖，现在老师请每组的小组长把同学们的手型图收起来，大家看！老师的百宝箱里收集了30个独一无二的“我”，咱们来做个游戏“猜猜我是谁”，看看你对自己的认识和他人对你的认识是不是一样的？

1、交流：你为什么会猜是他呢？你被同学猜中时心情怎么样？

2、大家都来说说这个同学身上还有什么优缺点？

3、刚才同学们谈到你的优点时，你有怎样的感受？谈到你的缺点，你心里的感觉怎么样？

评价：你真幸福，现在你更加全面地了解自己！瞧，这是你身上最突出的特点，你自己了解，同学们也发现了。

小结：老师发现每个同学的脸上都洋溢着灿烂的笑容，因为有了大家的帮助，我们都看到自己身上原来有那么多优点，这些优点让我们感觉倍儿爽。可是——面对自己的缺点，你又想说点什么呢？（评价：同学们说的真是太好了！相信你们都已经有了克服缺点的决心和动力了！）

过渡：是啊，这些缺点经过努力可以克服，甚至还能变成你值得骄傲的优点，可有一些缺点任凭自己怎么努力都没有办法改变它，我们应该怎么对待它呢？青蛙弗洛格也遇到了同样的问题，咱们一起去看看他是怎么看待的？

【设计意图：游戏体验是小学中低年龄段孩子最喜欢的活动之一，该游戏主要是为了让孩子体验自己身上优点和激起孩子不断完善自我的愿望和决心，并把这种愿望和决心投射到以后的生活学习中。从而达到正视自己的优缺点，快乐生活的目的。】

活动四：

让故事说话——《我就是喜欢我》绘本

我想请咱们班的朗诵小明星

同学为大家讲讲这个故事！（学生声情并茂地讲故事）

师引导：弗洛格是怎么看待自己不会飞的这个缺点的？（你从这个故事中受到了什么启发？）

师总结：说得没错！孩子们，像弗洛格那样，把我们能做好的事情做得更好，把我们能够克服的缺点努力克服，让它变成优点，我们就更完美了！那些克服不了的缺点也是属于我们的一部分，我们也要接纳它，这样的我，就是世界上——独一无二的我!

【设计意图：通过绘本阅读的形式，力图激发学生的学习兴趣，并能联系自身实际，从弗洛格的身上获得启示：我也有我的优点，不必为自己的缺点去烦恼，这样能达到一个“共情”的作用，也更启发孩子去悦纳自己】

环节四：手势儿歌提升——快乐陪伴我过渡：时间过得真快，转眼活动就要结束了，在活动的最后，老师把能陪伴你快乐成长的几个手势编在一首小儿歌里了，咱们一起来动动手指读儿歌！

伸出拇指，我是最棒的！

伸出食指，我是NUMMBER

ONE

伸出两指，胜利属于我！

伸出三指，万事皆OK!

希望这首小儿歌能够在你

以后的学习生活中时刻激励你做最棒的我，做——（学生一起说）独一无二的我！

【设计意图：通过总结提升感悟，激发学生从课内走向生活，把本次活动的习得通过个人内化，运用于生活实际中，更引导孩子每天提醒自己扬长避短，做最好的自己，快乐生活！】

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！