# 七年级心理健康教育教案

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2025-01-06

*第一篇：七年级心理健康教育教案七年级心理健康教育教案教学目标：1、了解在人际交往中哪些人会受喜欢，这些人有哪些特点；2、学会正确看待自己和他人的交往，并找出在人际交往中需要加强和改进的地方；3、通过人缘的活动课，使学生们了解怎样的行为才能...*

**第一篇：七年级心理健康教育教案**

七年级心理健康教育教案

教学目标：

1、了解在人际交往中哪些人会受喜欢，这些人有哪些特点；

2、学会正确看待自己和他人的交往，并找出在人际交往中需要加强和改进的地方；

3、通过人缘的活动课，使学生们了解怎样的行为才能得到大家的赞许；怎样的方式才是最好的交往方式 教学方法：（活动课）情境创设、角色扮演式教学

教学设计：

1、初中新生的年龄特征、身心特点和学习环境的突变，他们的人际交往发生剧大改变；他们对新的环境、面对新的同学产生了人际交往困惑，这对他们的后续交往及学习生活带来隐患。如何帮助学生共同找到有效的、适合自己的交往方式，故设计了本课教学。

2、通过人际关系相谈室，引导他们有意识地内省自己在人际交友中遇到的问题，逐步澄清、渗透并建立起科学的人际交往技巧。

3、活动设计中注重浅移默化地“畅所欲言”的情景，用学生的语言、了解学生的心里、引起学生的共鸣，最终达到“情不自禁”

4、本课试图运用心理辅导的一般方法：引导来访者自己（学生）实现“澄清现状--分析成因--鼓励合理选择--实现自助”来完成人际交往困惑的辅导。

课时安排:1课时

教学过程：

1、引入：热身活动

现在请大家关闭你的视觉器官，开启你的智慧大门，在老师的带领下一起来做一个美丽的梦。请在梦里看看今天我们这堂课老师会和学生们一起讨论什么话题？会如何结束我们这堂课的聊天？

好，现在听老师的指导语：现在请你坐好，闭上眼睛，尽量放松自己。我们先调整一下呼吸，深呼吸、放松（2分钟）

2、学生讨论本课话题： 讨论话题

现在大家来谈谈你在梦里看到或想到的我们这堂课要讨论什么话题？我们会怎能样结束今天的聊天？（3分钟）

同学们都带着好奇和兴趣来学习今天的内容。俗话说的好：兴趣是最好的老师！

人际关系篇、劳逸结合篇、高效学习篇（告诉学生们我们以后的学习中将陆续进行系列讲座）并引出话题：“人缘”何处来

4、人际关系测试：（测试题）

请根据自己的实际情况回答下列问题，并填写在白纸上：

（1）你觉得自己的人缘：A、很好B、大部分时候不错C、一般 D、不好

（2）和朋友发生不愉快时你会：

A、试着了解朋友的想法，并婉言表达己见

B、不理他，和他疏远

C、委曲求全，忍气吞声

D、报复他

（3）你觉得嘲笑同学，向同学搞恶作剧是：

A、幼稚且不好的举动

B、不好却有趣的活动

C、表示亲昵，没什么不好的举动

（4）你觉得自己被同学嘲笑，或被同学搞恶作剧是：

A、幼稚且不好的举动

B、不好却有趣的活动

C、表示亲昵，没什么不好的举动

（5）当某位同学莫明其妙被大家孤立时，你会：

A、主动关怀他

B、同情他，但决不主动关怀他

C、没什么特别的感受

D、和大家一起孤立

（6）如果同学给你取绰号，你愿意接受吗？：

A、一概接受

B、大致接受，如果太难听则不接受

C、喜欢的才接受

D、决不愿意接受

（7）你觉得哪种人最有人缘（最多可选三项）

幽默风趣、活泼外向、酷、多才多艺、表现出色、成绩优异、有气质、随和、健康、稳重、有才华、大方、有爱心、体贴、整洁、端庄、真诚、乐观、公正、温柔、勇敢、漂亮、帅气、其他

（8）你觉得哪种人最令人讨厌（最多可选三项）

粗鲁、不友善、外貌较且、懒惰、邋遢、有恶习、爱说脏话、虚伪、自负、笑里藏刀、阴险毒辣、自私、爱撒谎、其他

5、喜欢—不喜欢

(1).小组讨论。分小组活动，每组六人。讨论受人喜欢、人缘好的人有哪些品质。不讨论受人喜欢、人缘不好的人又有哪些品质；并讨论怎样才能受人喜欢。

(2).每组分别总结人缘好的、受人喜欢的人所具有的品质，以及不讨人喜欢和人源差的人的品质。

(3).每小组推选一位同学向全班讲一讲本小组的讨论结果。

6、怎样成为别人喜欢的人：

（1）、爱别人，被人爱。

想要成为别人喜欢的人，就要先主动去接纳和欣赏别人，喜欢别人。

（2）、展示你的亮点。

要想受人喜欢，就要有受人喜欢的理由。因此，把你的优点，把你的可爱，把你的优秀品质充分展现给大家。

（3）、驱除“瑕疵”。

金无足赤，人无完人，每个人都会有缺点，但你不能因此就不在意自己身上的那些小“瑕疵”，而应该努力克服它们，让它们也因为你的努力而成为亮点。

7、人际关系的原则

心理学家总结出了帮助人们赢得别人的喜欢、保持真挚的情谊、避免人际关系不幸的心理学原则，可以帮助人们更成功地建立并维持自己期望的人际关系。

（1）、人际交往的交互原则

人们在交往中往往很注重别人对自己好不好，期待别人首先接纳自己、喜欢自己。其实，这就是人际关系中的一个障碍，需要克服。

（2）、人际交往的功利原则

日常生活中，人与人的交往更多的时候不仅需要性格相似，而且还需要保持交换的对等。即在交往时必须注意相互帮助。

（3）、人际交往的自我价值保护原则

在人际交往中的接纳与拒绝是相互的。人们只接纳那些喜欢自己，支持自己的人，而对否定自己的人倾向与排斥。

8．进入人际关系相谈室：怎样才能有好人缘？

9．学生讨论： 实现自助

10．建立良好的人际关系的技巧：（学生总结出，老师归纳）

（一）面带微笑

（二）凝神倾听

（三）称赞优点

11．关闭相谈室，结束聊天，同学们下课。

课后反思和总结:

“人际交往”是初一学生的一大心理问题。他们进入中学后出于生理期的提前，而心理期推迟，在新的学习和生活环境中他们原有的人际交往圈子被打破，新的人际关系尚未建立。面对新的同学、新的环境，他们的人际关系产生了困惑，因此，初一学生在心理健康课中了解自我、感悟自我，是很重要的。

应充分体现学生主体、教学主导；结合学生实际，给学生提供施展才华的舞台；老师对学生的评价不作批评，使学生在课堂畅所欲言，大胆评价。

心理健康是一种社会问题，它可以人作为一个示范课。课堂中力求与新课改的思路相结合、力求达到“激情、求变、创新、提高”

学校:兴义市七舍镇中学窦维华

2024年3月7日

**第二篇：七年级心理健康教育教案**

七年级心理健康教育教案——欣赏自我

料甸一中张洪彬

一．教学目的

1、是学生发现自身的优、缺点，了解自己，认识自己。

2、是学生正确看待自己的缺点，学会欣赏自己。

3、帮助学生培养自信心。

二、导学重难点

1、重点

培养学生自信心，学会欣赏自己

2、难点

启发学生正确看待自身缺点

三、教学过程

（一）课前引导语

每个人都有优点和缺点，过于在乎自己的优点，会让自己变得很自负、自满；但过于在乎自己的缺点，则容易产生自卑的心理。那么，我们应该如何面对产生自卑心理的根源呢？今天的课我们就来了解一下你自己，培养自信心，学会欣赏自己。

（二）暖身操

全体起立，一起跟老师念：“你棒，我也棒！”、“你好，我也好！”

（三）故事《生命的价值》

听一则小故事，要求学生听后回答老师的问题。

引导语：每个人的生命都有其存在的意义和价值，反过来说，也正是因为这些价值的存在，使得生命变得更加充实而有意义。但究竟什么是生命的价值呢？生命的价值取决于什么呢？

下面就让我们请一位同学上来朗读一则小故事，听完这则故事以后我要向你们提几个问题，你们要通过这则小故事，去寻找答案。

故事讲述的是一名孤儿院的小男孩常对院长说因为觉得自己是个没人要的孩子，因此过得很悲观，于是院长交给小男孩一块石头，并让他拿着这块石头去市场上卖。由于小男孩对这块石头的珍惜、惜售，使得石头成为“稀世珍宝”。问题：

1、小男孩为什么觉得活着没意思？

2、为什么小男孩的石头最后会被传扬为“稀世珍宝”？

3、从这则故事中你得到了什么启发？

4、生命的价值取决于什么呢？

（四）了解“我”，认识“我”

1、自我剖析（1）人无完人

要求每位同学拿出一张纸对半折成两部分，在其中一半写上自认为不自信或是尚未本人发现的闪光点。

引导语：故事听完了，大家对此也都有所启发。那么现在就让我们一起仔细想一想，你们是否觉得有时候自己也和小男孩一样，那么悲观、不自信呢？是否也觉得自己的价值没有体现出来呢？现在请你们每个人都拿出一张白纸，对半折成两部分，在其中一半上写下你自认为还不够自信的地方，或者是还没有被他人发现的闪光点。限时五分钟左右。（2）换个角度看自己

启发学生利用自身优点去弥补缺憾。

引导语：发现了自己不自信的一面，应当如何弥补呢？想想办法，让你们的缺点也变成优点吧！在纸的另一半写下你觉得值得别人赞扬、让你自信的闪光点。然后你们会发现，原来自己是那么的优秀。例：

\*分析：用“人无完人”、“换个角度看自己”两个环节，引导学生发现自身的优缺点，并以积极的态度去面对自己不够自信的方面，用优点弥补其，从而达到正确看待缺点，学会欣赏自己的教学目的。

2、自我欣赏

让学生用，套入之前写下的优缺点，写下这些句子。

引导语：要学会欣赏自己，就从你们的优、缺点入手吧。我们用“虽然??但是??”这个句式，把你们刚才写下的那些优、缺点套进去，比如“虽然我很矮，但是我很爱运动”“虽然我屡遇困难，但是我很勇敢，从不退缩”“虽然我不漂亮，但是我成绩好”??

（五）结束语

也许你想成为太阳，可你却只是一颗星辰；也许你想成为大树，可你却只是一株小草；也许你想成为大河，可你却只是一泓山泉。

做不了太阳，就做星辰，在自己的星座发光发热；做不了大树，就做小草，以自己的颜色装点希望；做不了伟大，就做平凡。关键是要做最最美好的自己。

**第三篇：七年级心理健康教育教案**

七年级心理健康教育教案（1）我很棒，你也很棒

[主题]：捕捉闪光点，树立自信心 [活动目的]：

1、通过活动，使学生能够认识自我，悦纳自我，建立自信心，以健康心态面对人生，迎接挑战。

2、通过同学相互间的赞美，感受被他人认可的快乐，同时学会欣赏他人，接纳他人。[活动形式]：

1、讲故事

2、一分钟表现自我演讲

3、个人特长表演

4、讲述与讨论 [活动准备]：

1、教师事先收集有关“自信心”的故事，并指导同学讲演。

2、设计制作“自信的重要性”、“自信格言”和“赞美词语表”的幻灯片。

3、预先请几位同学准备“一分钟表现自我”的演讲。

4、请有特长的同学准备好各自的绝活。

5、可由班主任支持，也可挑选学生主持。[活动时间]：1课时 [活动程序]：

1、开幕：

主持人导语：“同学们，我们似乎总有有一种激动，一种热情，这是什么？这就是你命运的呼唤。我们是命运的主人，我们能主宰命运，创造自己生命的辉煌。让我们满怀信心开拓未来吧！让我们尽情表现、尽情赞美，捕捉一个充满自信心的自我吧！”（主持人要充满激情）

“现在就让我们来认识一下我们的能力和素质，看看我们到底能干些什么。首先请欣赏由××同学讲演的关于自信心的两则故事”。

2、讲故事

关于自信的两则故事

（一）尼克松败于自信的故事

尼克松是我们极为熟悉的美国总统，但就是这样一个大人物，却因为一个缺乏自信的错误而毁掉了自己的政治前程。

1972年，尼克松竞选连任。由于他在第一任期内政绩斐然，所以大多数政治评论家都预测尼克松将以绝对优势获得胜利。然而尼克松本人却很不自信，他走不出过去几次失败的心理阴影，极度担心再次出现失败。在这种潜意识的驱使下，他鬼使神差地干出了后悔终生的蠢事。他指派手下的人潜入竞选对手总部的水门饭店，在对手的办公室里安装了窃听器。事发之后。他又连连阻止调查，推卸责任，在选举胜利后不久便被迫辞职。本来稳操胜券的尼克松，因缺乏自信而导致惨败。

（二）小泽征尔胜于自信的故事

小泽征尔是世界著名的交响乐指挥家。在一次世界优秀指挥家大赛的决赛中，他按照评委会给的乐谱指挥演奏，敏锐地发现了不和谐的声音。起初以为是乐队演奏出了错误，就停下来重新演奏，但还是不对。他觉得是乐谱有问题。这时，在场的作曲家和评委会的权威人士坚持说乐谱绝对没有问题，是他错了。面对一大批音乐大师和权威人士，他思考再三，最后斩钉截铁地大声说“不！一定是乐谱错了”，话音刚落，评委席上的评委们立即站起来，报以热烈的掌声，祝贺他大赛夺冠。

原来，这是评委们精心设计的“圈套”，以此来检验指挥家在发现乐谱错误并遭到权威人士“否定”的情况下，能否坚持自己的正确主张。前两位参加决赛的指挥家虽然也发现错误，但终因随声附和权威们的意见而被淘汰。小泽征尔却因充满自信摘取了世界指挥家大赛的桂冠。[思考]这两个故事说明了什么道理？ [同学自由讨论发言] 主持人导语：“尼克松败于自信的故事和小泽征尔胜于自信的故事印证了莎士比亚说的一句话——‘自信是走向成功的第一步，缺乏自信即是其失败的原因。’可见，自信心是事业成功、人生快乐的基础。” 阐述自信的重要性

自信是一个人对自身的一切以及自己所以从事的活动与事业的深信不疑的性格特征。自信是获得成功的必备素质：自信是我们克服困难，抵抗挫折的巨大精神支柱；自信是我们向一定目标进取，实现远大理想的动力源泉；自信还能够促进我们严格要求自己，天天向上。自信心格言

²自信者，不可以诽誉迁也——刘安（西汉）²天生我才必有用——李白（唐朝）

²任何人都应该有自尊心、自信心、独立性，不然就是奴才。——徐特立 ²自信是成功的第一秘诀——爱默生（美）

²自信是比金钱、努力、家庭、亲友更有效的条件，它是人生可靠的资本，能使人努力克服困难、排除障碍，去争取胜利，对于事业的成功，它比什么都更有效。——马尔腾（美）

3、一分钟表现自我演讲

请准备好的同学用一分钟的时间向全体同学介绍自己的优点和特长。内容：A、外貌；B、行为（学习、生活各方面）；C、性格；D、特长； E、能力；F、人际关系。

要求：讲演时一定要选择一些积极的语句，例如：“我是有能力的”、“我在不断进步”、“我各方面表现越来越好”等。

目的：通过演讲活动，使学生能够认识自我，悦纳自我，建立自信心。

4、一句真诚的赞美

每位同学都选择班上任何一个同学，真诚地对他（她）说一句赞美的话。要求：称赞要由衷、贴切、独特。

目的：通过同学相互间的赞美，感受被他人认可的快乐，同时学会欣赏他人。过程：主持人向同学说明肯定自己和赞美别人的基本方法，即填充句子“我是一个„„的人”、“你是一个„„的同学”。（附赞美词语表：乐于助人兴趣广泛有恒心认真学习勇敢温柔有理想善良文静细心坚强思维能力强组织能力强有责任心有主见善解人意活泼开朗尊敬老师坦率人际关系好热爱劳动诚实聪明热情大方成绩优秀五官端正眉清目秀身材苗条等）

主持人导语：“‘好话一句三冬暧’，诚意的称赞能使人精神振作，心情愉快，增加自信，促使同学间的友好合作”。“接下来让我们的同学再度为大家展示她们的才能”！

5、心灵手巧 “秀”

介绍班内的各类特长生，条件允许的当场表演。

6、主持人总结：

“在今天的活动中，我们看到许多同学都登台表演，我们看到同学的拿手绝活，我们还看到同学的优点和长处。我相信同学们现在都有了这么一个共同认知——那就是：‘我很棒，你也很棒！’”（主持人要激情高昂）

“作为新世纪的中学生，我们要学会以正确的方法去评价他人，同时应该积极树立起自己的自信心，学会相信自己，只有相信自己，才能欣赏自己、塑造自我。最后，我祝愿同学们能够在发现自己和他人的闪光点的过程中不断地完善自我，找到自己的契合点，乘风破浪，迎接挑战，实现人生理想！谢谢！”

七年级心理辅导课活动教案

追求与挫折

一，教学目标：

通过看课件和录像、讲故事、讨论等方式，使学生理解、掌握挫折的概念并能够认识到“每个人在成长中都会经历挫折、成功必然经受挫折、挫折对人们的影响具有‘双重性‘的特点，从而激发学生增强自我抗挫的愿望”。

二，教学重点：

1.追求与挫折的辩证关系。

2.联系实际、联系自我，建立起正确的“挫折观”。

教学过程

一、导人

1.播放“命运交响曲”简介贝多芬的追求与挫折

二、讲授新课

了解关于“追求与挫折”的基本知识

1.提问:用自己的语言说出“什么是追求,挫折” 2.电脑幻灯出示“追求”和“挫折”的概念

追求是指用积极的行动,争取实现某个目标；挫折是指人们在造求某种目标的活动中,遇到干扰、障碍,遭受到损失或失败时产生的一种心理状态。

(二)追求与挫折的关系

1.观看录像:“我们的桑兰”(带着问题观看思考)2.同学讨论一一

1“桑兰的追求与挫折”

2出示电脑幻灯片“桑兰的追求与挫折” 3)讨论归纳“追求与挫折”的关系

3.出示电脑幻灯片一-成长必须追求：挫折往往会伴随着追求；不怕挫折,勇于追求。

(三)面对挫折

1.观看录像“同学的故事” 2.小记者谈采访感受

3.电脑幻灯出示:对我们的启示“追求往往随着挫折的战胜而实现”(四)挫折的影响

1.配乐幻灯“一封没有发出的信” 2.讨论写信人遇到什么挫折？ 带给她什么影响？如何帮助她摆脱消极的影响？ 3.配乐幻灯一一

当今的爱因斯坦《斯蒂芬·霍金》 4.为“挫折”作新的诠释(五)总结升华

1.电脑幻灯：“首席科学家”一一严纯华

2.小结全课

1)电脑幻灯一一勇于追求，不怕挫折！敢于追求，战胜挫折！不断追求，挑战挫折！

2)电脑幻灯一一歌曲“未来的未来” 3)伴随着歌声，滚动播放 课后作业

作文：“心灵的撞击”一一记自己追求中遇到的挫折(重点：遇到挫折时的想法、采取的对策、产生的影响)

**第四篇：七年级—心理健康教育教案**

七年级心理健康教育教案

讲课时间： 教师：

一、教学内容：如何使我们的心理更健康

二、教学目标：

1、培养学生积极的人生态度

2、提高学生道德修养水平

3、让学生树立正确的名利观

4、培养学生勤奋学习的好习惯

三、教学方式：专题教育

四、教学要点：

重视中学生心理健康教育

五、教学过程：

1、培养积极的人生态度

我们经常听见有中学生抱怨“老天不公”，悲叹自己“命孬”、“运气不好”、“处境不佳”没有遇到什么值得快乐，令人高兴的事，相反的，却经常遇到一些令人烦恼的事，倒霉的事。于是乎成天闷闷不乐，精神不振，意志消沉，虚度光阴。面对这样的学生，我们就应从生命的意义这一角度入手进行教育，让他们明白每一个人的生命都是一个极其偶然的存在。这个存在在茫茫的宇宙中，与漫漫的历史长河相比，就象电光那样短暂易逝。因此，我们要珍惜它、热爱它。让人的一生具有价值，具有意义，让有限的生命为人民大众作出无限的贡献，闪烁出绚丽的光芒。当然，人生道路上要经历无数风雨、坎坷，这是谁都避免不了的，但是，只要我们始终坚持自己的信念，追求自己的目标，积极地去努力，去奋斗，去拼搏。就会发现人生的天空如此广阔，青春的鲜花如此美丽，活在世上真是一种幸福。

2、提高道德修养水平

道德修养影响一个人的健康及寿命的长短。孔子曰：“仁者寿。”就说明了人的道德品质与健康长寿的关系。明代名医张景岳说：“欲寿，唯其乐。欲乐，莫过于善。”意思是说要想长寿，就必须要乐观；要乐观，莫过于乐善好施。古人还说：“有德则乐，乐则能久。”也明确指出有高尚的道德，才可能有快乐的心态；有快乐的心态，才可能健康长寿。现代医学、心理学也证明了：道德高尚多做好事经常满腔热忱地帮助人，扶持人，爱护人，援救人，人们会投桃报李，给以热情地回报。爱人者，人便爱之；助人者，人必助之；敬人者，人亦敬之。这种良性的反馈，必然使人产生欣慰，受到鼓舞，使人愉快，获得欢乐，从而保持良好的情绪状态，促进身心健康。正如古人所说：“善者善，祛病而得后福。”

3、树立正确的名利观

处于人生关键的转折期的中学生，要想保持良好的情绪状态，维护和增进心理健康，要想健康地成长，就必须学会正确地对待名利。如果一味地追名逐利，整天处心积虑，挖空心思，食不甘味，夜不能寐，必然会产生消极的不良情绪，严重影响人的身心健康，甚至会造成悲剧。因此，我们要教育学生，在日常学习和生活中，一方面争先进，创一流。另一方面，不计较功名得失，相信付出终有回报，淡于名利，知足常乐。有了这样的名利观，他们就不会因自己的条件不如别人而自卑，也不会因个人的得失而斤斤计较，心理平衡了，身心自然也就健康了。

4、培养勤奋学习的好习惯

读书学习能使人掌握知识，提高素质，懂得人生的真谛，使人热爱生命，热爱生活，具有积极的人生态度，树立正确的人生观，价值观，使人能正确地认识和对待挫折，正确地对待名利，正确地对待人生和前途，始终斗志昂扬，乐观向上。然而，我们必须正视的事实是：在现实生活中，中学生普遍存在着厌学情绪。他们把读书学习视为一种痛苦、一种负担、一种压力，对学习没有热情，毫不感兴趣。他们反感、厌恶、甚至憎恨学习。这种强烈的厌学情绪使有些中学生自暴自弃，破罐破摔，悲观厌世，道德伦丧，甚至产生反社会的攻击行为，很容易被社会上的坏人所利用，走上犯罪的道路。因此，我们必须解决学生的厌学问题，努力培养学习兴趣，调动他们的学习积极性，使他们能向健康的轨道上发展。

**第五篇：七年级心理健康教育活动课教案**

七年级心理健康教育活动课教案

一、活动主题:适应新环境

二、活动目的：

1、让学生能较好地适应中学生活，尽快完成从小学到中学的过渡期。

2、引导学生正确地与同学友好交往，开始快乐的中学生活。

三、活动准备：多媒体设备、心型卡片等

四、理论分析：

分析初中生入学心理适应问题;

1、生活环境的不适应;小学生一般都是就近入学,在家吃住,生活上许多事情由父母照顾;有些小学生甚至由家人接送上下学,由家人整理书包;进入初中后,学生一般要到离家较远的学校上学,而父母也不再接送他们上下学,生活中的事情需要自理;学校及家庭都对中学生提出独立的要求,而刚刚进入初中的学生,面临依赖性与独立性的心理冲突;

2、人际环境的不适应;在中学这个新的环境中,同学关系更加复杂;多样;面对新的陌生的同学,如何与他们相处,如何融入新的班集体,如何克服自己的孤独感,是刚刚进入初中的学生很棘手的问题;与小学生不同,他们不再依赖老师与父母,交友心理特别强烈,他们害怕被孤立;不合群,害怕被集体或同学的排斥;一些学生在小学是班上的佼佼者,心理上有优越感,而在初中这个新的团体中,个人的优势降低,这种落差使他们产生失落感;自卑感;

3、学习方式的不适应;初中的课程门类多,内容有深度,作业量大,老师对学生自学能力的要求加强,一些学生出现学习方法与学习习惯的不适应,学习成绩开始下降,出现学习焦虑;;

五、教学活动过程：

活动一：找小组成员

活动目的：为学生提供交往的机会,促使全班学生在入学后尽快互相认识与了解,增加学生对班级同学的情感,促进学生对班级的归属感;

活动步骤：

1.教师将全班同学随机分成几个小组,每组8人;按小组数剪几个“心”型纸片,再把每个“心”型纸片按小组人数随意剪成几块,在每一块上写上一位学生的姓名;

2.教师把活动前准备的纸片发给大家,要求学生按照纸片的形状寻找自己所在的小组,直到小组的成员聚齐为止;比一比哪个小组找得最快？

3.小组成员互相介绍自己的姓名;家庭住址;原来所在的小学;自己的兴趣爱好等;

4.教师收回“心”型纸片,将其多次打乱顺序让学生抽取,寻找他们的小组,以增加学生认识新同学的机会;

活动结束后让学生讨论、自由发言：怎样才能用最快的速度找齐小组成员？根据学生的讨论结果，教师归纳、概括，得出结论。

活动二：制定班级目标与规范

活动目的：建立班级目标与规范,增加班级凝聚力,树立良好的班风;

活动步骤：

1.小组讨论分析本班发展状况,找出满意与不满意的地方;

2.各小组订立班级发展目标与规范;

3.小组合作进行美术设计,将小组订立的班规制作成墙报;

4.小组代表发言,介绍自己小组的合作情况及解释小组订立的班规;

5.评出最佳班规;最佳美术设计;最佳解说;

6.教师与学生一起整合出本班本学期的发展目标与规范;

六、活动总结：

1.请每小组的代表谈谈本节课的体会和收获。

2.老师致结束语：

同学们，我们的中学生活是多姿多彩的，我们要共同创造融洽的班级气氛,使同学们在班级团体中感到温暖;理解,班级成员之间相互尊重;相互关心;希望你们能大胆地用你们青春的画笔，把真诚、纯洁、美丽、幸福、幻想都画进你们绚丽多彩的人生画卷中。结束时播放歌曲《同桌的你》。

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！