



华图教师
HTEACHER.NET

小学心理健康

乘华图翅膀 圆教师梦想

幸福加油站

课型：新授课

课时：1 课时

活动目标：

1. 了解什么是幸福，懂得感恩、真诚付出便会拥有幸福。
2. 通过活动的开展，感受自身的幸福，并加深对幸福的体验。

活动准备：

1. 准备幸福名言及相关ppt
2. 糖果若干
3. 抒写幸福的小彩纸

活动过程：

第一站：幸福之初体验

一、活动区

热身小游戏：

1. 全班同学分组围圈坐下；
2. 请伸出手，给你隔壁的同学一个温暖的握手；
3. 请张开双臂，给你隔壁的同学一个温暖的拥抱……

分享：你有什么感觉？

感觉：有种温暖的感觉；肌肤相连，心灵相通；这种温暖的感觉便是幸福！拥有了幸福，我们的生活将会更加绚烂美好。今天让我们乘坐“五 1 幸福列车”去探寻它的奥秘吧。

第二站：幸福之我见

二、明理区

（一）幸福之我见——感恩生活

幸福是什么？他们眼中的幸福：

第一组：

自 20 世纪 80 年代以来，非洲少雨，连年干旱，成千上万的人民在饥饿中、在瘟疫中备受折磨而走向死亡。

那是一个苏丹女童，因饥饿跪倒在地，她即将死去，而兀鹰正在女孩后方不远处，虎视眈眈，等候

猎食女孩。

在他们眼中，幸福应该是这样的：没有饥饿。

第二组：

2004年3月2日，伊拉克城市卡尔巴拉，在穆斯林节日“阿舒拉”节的一系列严重爆炸之后，在这个圣城的繁忙地带，一名年轻人跑过爆炸留下的废墟和尸体。

利比里亚首都蒙罗维亚政府军与反政府武装激战后的街道弹壳遍地。

在他们眼中，幸福应该是这样的：没有战争。

第三组：

贵州省西北部的乌蒙山区的大方县，距贵阳200多公里。全县人口90万，除汉族外，还有彝、苗、白、仡佬、蒙古、布依、满等少数民族。农业主产玉米、油菜、马铃薯、水稻等，特产有生漆、皱椒、烤烟。区域经济落后，交通、通讯、能源等基础设施薄弱，农民生活非常贫困。农民人均纯收入仅600余元。这是当地村民的住所。出示图片。这家人算是比较“富裕”的。出示图片。

在当地老百姓眼中，幸福应该是这样的：有一锅菜，有一床被子……

第四组：

大方县猫场镇狗吊岩村的这所“为民小学”2003年以前一直在这个岩洞里。狗吊岩村属于喀斯特地貌，没有成片的可耕地，村子距镇上18公里是崎岖陡峭的机耕便道，不通班车全村今年3月才通电，且供电不能保证。至今不通有线电视。坐在岩洞小学的教室里，孩子们每天的视野就是这样的，出示图片。

在他们眼里，幸福应该是这样的：有一间好的校舍。

第五组：

他的名字叫王致中，今年17岁，在贵州以背煤为生。一箩煤40公斤，从煤坑内向上爬100米，然后再走1000米山路，才可挣1元人民币。

这个孩子只有10岁，他身旁跟他差不多高的背篓，是他每天的劳动工具。他不能上学，因为家里没有钱交纳每年140元的学杂费。

在他们眼里，幸福应该是这样的：可以上学读书。

此刻在我们眼中：所拥有的幸福是沉甸甸的！此时，你觉得什么是幸福呢？

对现在拥有的一切感到满足，懂得感恩生活，这就是幸福！

（二）幸福之我见——真诚付出

出示名言名句进行幻灯展示：

太阳是幸福的，因为它光芒四射；海也是幸福的，因为它反射着太阳欢乐的光芒。——高尔基

被人爱和爱别人是同样的幸福，而且一旦得到它，就够受用一辈子。——列夫·托尔斯泰

即使自己变成了一撮泥土，只要它是铺在通往真理的大道上，让自己的伙伴们大踏步地冲过去，也是最大的幸福。——吴运铎

教师：此时，你对幸福又是怎样理解的呢？

真诚的付出也是一种幸福，它是最真挚的心灵体验，将永远温暖着你我的心。

第三站：幸福碰碰车

三、互助区——回味幸福时刻

活动一：甜心运动：

规则：

1. 每人将分到 3 粒糖，把糖送给你想要感谢的人，要求在送糖时说出你感谢他/她的原因；

2. 糖可以送给组内同学，也可以送给组外同学；要求运动结束后手中的所有糖果必须都来自于别人的赠予；

3. 分糖，甜心运动即将开始……

4. 感悟分享：幸福在于发现，源于感恩。感恩生活，我们拥有着幸福。

（房间，有一种东西在弥漫……在送糖之前，班主任可以先做一下示范，第一是让学生感到我们身边处处是值得我们感谢的人，第二是示范给学生应该如何向他人表示感谢；公开送糖 5 分钟左右，然后让大家集体行动，把自己的糖送给想要感谢的人，等所有人都把糖送完后，引导大家分享感悟：原来我们身边有如此多值得我们感谢的人、事，这些感动和温暖，让我们幸福。）

活动二：人生百味

1. 分成两组，一组在内圈，面朝外；另一组在外圈，面朝内；

2. 检查，确保每两个同学面对面；

3. 活动要求：教师每拍一次手，外圈学生向右转动一个人的位置。要求每两次更换一次表情（表情分两种：A 充满善意的微笑；B 怒视对方，发出“哼”的一声并把脸转向右边，不看对方的脸）；

4. 要求全情投入，活动开始。

感悟分享：己所欲施于人，真诚的付出可以创造幸福。

小结：

当我们以感恩之心感悟生活，我们拥有了幸福；

当我们真诚的付出，我们便创造了幸福；

让我们身体力行，做幸福的使者，幸福自己，幸福他人，和谐社会！

第四站：齐颂幸福歌

四、实践区

（一）幸福拍拍手

在纸上用一句话抒写幸福是什么，并随机请同学来读，如果你觉得幸福就拍拍手！

（二）齐颂幸福之歌

搜集“幸福拍拍手”环节中适合的句子，师生配乐齐颂《幸福之歌》

《幸福之歌》

师：

幸福是知识的起航，

幸福是用心地倾听，

幸福是充足的食物，

幸福是平静的心情，

生：

_____，

师：

幸福是我们现在的拥有，

幸福是不经意之间的感动。

幸福是婴儿灿烂的笑脸，

幸福是送给母亲的康乃馨，

幸福是给予同学的帮助，

幸福是向老师真诚地说句：老师好！

生：

师：

其实，幸福就是一种感觉，

敞开心灵去感受，幸福无处不在……

五、活动总结

赠送大家一首诗：

面朝大海，春暖花开

——海子

从明天起，做个幸福的人

喂马，劈柴，周游世界

从明天起，关心粮食和蔬菜

我有一所房子，面朝大海，春暖花开

从明天起，

和每一个亲人通信

告诉他们我的幸福

那幸福的闪电告诉我的

我将告诉每一个人

给每一条河每一座山取一个温暖的名字

陌生人，我也为你祝福

愿你有一个灿烂的前途

给每一条河每一座山取一个温暖的名字

愿你有情人终成眷属

愿你在尘世获得幸福

我只愿面朝大海，春暖花开

师：无论在何时，无论在何地，请对自己说一声：我很幸福！就像毕淑敏所说的，常常提醒自己注意眼前的幸福，就像在寒冬的日子里常常看看太阳，心就不知不觉暖洋洋，亮光光。所以，我们要坚守住当前的、属于自己的每一枚幸福……让我们拉响汽笛，向幸福出发！

板书设计：

幸福加油站



责任伴我成长

课型：新授课

课时：1 课时

授课年级：六年级

活动目标

- 1、懂得什么是责任，如何做一个有责任心的人。
- 2、明白做事应有责任意识，认真负责，勇于承担。
- 3、通过活动，感受责任心的重要性，增强其责任意识，学会对自己、对他人、对集体负责。

活动准备

- 1、观察学生日常行为，整合实例，以小品表演等方式重现。
- 2、准备与“责任”相关的名人警句、诗歌、事例。
- 3、PPT 课件。

活动过程

一、情景区：

《彼得的故事》引入：（PPT）

师：讲故事

“上帝，什么叫责任？”有一天，彼得问上帝，上帝笑了笑，说：“哦，那你就去人间走一趟吧！”于是，彼得就开始了他的旅行。

彼得先来到了一所学校，办公室里，一位女教师正在教育一位游手好闲的学生，一个小时过去了，那位学生竟然对老师不理不睬。彼得上前，问道：“既然他不听您的话，您干嘛还锲而不舍地教育他？”女教师微笑着说：“那是我的责任！”彼得明白，原来锲而不舍的教育学生就是责任。

接着，彼得来到了一座漂亮的公园，一位园丁正在辛勤地给草木剪枝，彼得上前问道：“为什么你要在这剪枝呢？”园丁边工作边说：“唉，让它们长得更好是我的责任。”彼得明白了，原来让草长得更好就是责任。

接着，彼得来到了一间咖啡厅，一位服务员正在为顾客送咖啡，彼得问道：“为什么他自己不来取，却要你送过去呢？”服务员轻声地说：“因为那是我的责任。”彼得明白了，原来为顾客送咖啡就是责任。

最后彼得来到一家医院，一名护士正在照料一位非典病人，彼得上前问道：“难道你不怕被传染吗？”“唉。”护士微笑着说：“当然怕，但这是我的责任。”彼得明白了原来照顾非典病人就是责任。

彼得结束了他的旅程，回到了天界，上帝问他：“彼得，你知道什么叫责任了吗？”彼得果断地说：“是的，上帝，我明白了，责任就是锲而不舍的教育学生，就是让草长得更好，就是为顾客送咖啡，就是照顾非典病人。”

上帝听后，笑着说：“孩子，这些只是责任的一部分，责任是无处不在的，是无时无刻不在的，做好你应做的事，这就是你的责任。孩子，你明白了吗？”

师：在我们漫长的人生道路上，最宝贵的品质是什么呢？（板书：责任）

教师小结：今天我们一起讨论一个话题：什么是责任？作为一名即将毕业的小学生我们应负起怎样的责任？。

二、明理区：（知责任）

师：最宝贵的品质非责任心莫属，这也是我们每个人都应该具有的最起码的品质。责任是无处不在的，责任就是做好你应做的事。

1、下面我们看一些生活中的实例。（小品表演：一些对集体、对他人、对自己负责任的事例。）

2、明确责任的定义。

责任：份内应做的事。

责任感：即责任心，自觉地把份内的事做好的心情。

3、问卷测试责任意识。

师：究竟怎样才能做一个有责任心的人，相信大家现在都有自己的一些思考了。那么，下面我们一起来测一测，看你是不是一个有责任心的人呢？

1、与人相约，你从来不会耽误，即使自己生病时也不例外吗？ 是。 否。

2、当你发现自己脚下有纸屑你会拾起扔进垃圾桶吗？ 是。 否。

3、你会把零用钱储蓄起来吗？ 是。 否。

4、发现朋友违规，你会作出善意的提醒吗？ 是。 否。

5、当外出的你找不到垃圾桶时，会把垃圾带回家去吗？ 是。 否。

6、你会坚持运动以保持健康吗？ 是。 否。

7、你忌吃垃圾食物、脂肪性过高和其他有害健康的食物吗？ 是。 否。

8、你永远将正事列为优先，完成后再做其他休闲吗？ 是。 否。

9、当在你玩得正兴起时，母亲请你帮忙去买酱油，你会放弃玩耍。 是。 否。

10、你从来没有放弃过任何课堂发言机会吗？ 是。 否。

11、没有警察时，你也会遵守交通规则吗？ 是。 否。

12、你经常拖延交作业吗？ 是。 否。

13、你经常帮忙做家务吗？ 是。 否。

14、你会认真对待每一项作业吗？ 是。 否。

15、没不懂的学习内容，你是否想尽一切办法去弄懂？ 是。 否。

16、当你作业做到深夜还未完成时，你会继续努力直至完成吗？ 是。 否。

说明：

回答是的就得 1 分。

分数为 13—16：你是个非常有责任感的人。你行事谨慎、懂礼貌、为人可靠，并且相当诚实。

分数为 8—12：大多数情况下你都很有责任感，只是偶尔有些率性而为，没有考虑得很周到。

分数为 4—7：你的责任感有所欠缺，这将会使得你难以得到大家的充分信任。

分数为 4 以下：你是个完全不负责任的人。有些朋友的父母可能会对你有成见，力劝儿女少跟你来往。你一次又一次地逃避责任，将会造成你每个工作都干不长，手上的钱也老是不够用。

经过调查统计，请分数最高的同学发表一下自己的责任感言。

三、互助区：（明责任）

作为一名小学生，我们应尽哪些责任呢？

讨论：1： 你有责任感吗？

2： 你的责任感体现在哪里？

3： 我做得还不够好，例如…

4： 我怎样可以做得更好？

预设：不负责任的行为：

1. 不交作业是对学习不负责任

2. 值日生不扫地是对班级卫生不负责

3. 见到废纸不捡起是对环境不负责

4. 过马路闯红灯是对生命不负责

5. 在课间追逐打闹是对人身安全不负责

我该对哪些事情负责？

对自己的责任

每个人都是自己命运的主宰者，今天的一切都是在为明天做准备，打基础，所以要对自己的今天负责。

对班集体的责任

班级日常事务和班集体活动是学生对集体负责的渠道。

卫生：座位周围脏乱差、垃圾没有倒、黑板没擦、地上很脏是谁的责任？

纪律：自习课有同学在讲话，上课走神，开小差是谁的责任？因为自己的违纪，让班级失去了流动红旗，是谁的责任呢？

维护集体利益也是我们的责任。

班级是我们共同生活和学习的家园，良好的学习氛围可以带给我们快乐，使我们健康茁壮成长，所以我们要以集体利益为重，心中有大家，使班级成为我们温馨的家。

3. 对父母和家的责任

一个美好的家庭，需要这个家庭里的每个人的共同努力；而要毁掉这个家庭，只需要其中的任何一个人。——黑格尔

并不是轰轰烈烈的大事才算对家庭负责，生活中点点滴滴的小事都能体现出你是否对家庭负责。

日常回家是不是不惹父母生气，花钱是不是很节俭，是不是还记得父母的生日，父母生病时是不是嘘寒问暖。

师：生活的美需要我们去寻找、发现。在我们的学习生活中，我们班责任心强的同学有哪些？（学生自由发表）

四、实践区：（负责任）

师： 打扫班级卫生、不乱扔垃圾；班干部做好职责内的工作；随手关一下电灯、门窗，擦一下黑板；把作业认真做好；讲文明，帮助其他同学；维护班级和学校的荣誉等等。虽然都是微不足道的小事，却也能体现出一个人那份可贵的责任心，折射出一个人闪光的心灵！新的生活，新的学习，新的征程，应首先从爱我们的集体开始，而这种爱是从你的责任开始的。请写下你该承担的责任。

- 1、我为班做了什么事
- 2、我能为班做什么事情
- 3、班上有哪些好的地方、有哪些需要改进的地方
- 4、我理想中的班集体

总结概括：用你的成绩来证明你的与众不同；用你的行动证明你关心与爱护我们的集体；用你对他人的理解与宽容来赢得别人的尊重。请记住：一个成功的集体，必定是一个团结的集体，让别人因我的存在而感到幸福。老师有一首有关责任的诗，想和大家一起分享。（教师朗诵）《责任》

责任是人的骨架。

没了骨架，

人就变成了纸马，

就变成了一幅画。

工人的责任是建造高楼大厦；

农民的责任是种出粮食、鲜花；

军人的责任是保国卫家；

医生的责任是治病救人、疗治伤疤；

教师的责任是传道、授业、解惑，培养千里马；

父母的责任是养育儿女、勤俭持家；

儿女的责任是健康长大、认真工作、孝敬爸妈；

老人的责任是关爱下一代，把经验和教训抛洒；

年轻人的责任是奋力拼搏、振兴中华。

做人的责任是合情、合理、合法；

请记住我们的责任：

对自己负责：努力学习，塑造自我

对他人负责：关心爱护和帮助他人

对集体负责：为集体增添荣誉和力量

对社会负责：良好行为创造美好的社会

板书设计： 责任伴我成长

知责任

明责任

负责人