

# 最新初中学校心理健康教育工作计划表(模板5篇)

计划是一种灵活性和适应性的工具，也是一种组织和管理工具。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

## 初中学校心理健康教育工作计划表篇一

本学期我承担七年级心理健康课的教学工作，为努力完成好本职工作，围绕学校本学期工作计划，特制定如下工作计划：

### 一、教学工作方面

1、根据学校的工作要求，结合学生的实际，安排好本学期以下教学内容：

第一章融入新环境，适应新生活。

第一课一切从“新”开始；

第二课结识新伙伴；

第三课走近新老师。

第二章学并快乐着。

第一课记忆攻略；

第二课专心必胜技；

第三课学习永动机。

第三章与自我对话

第一课这就是我；

第二课做个最好的自己；

第三课学会整治自己的草地。

2、针对学生的实际情况，备好每一次课、上好每一节课。

在教学过程中，学生是主体，让学生学好知识是老师的职责。因此，在每节课充分了解学生的实际情况和心理需求，保证学生在学习时保持的学习兴趣。

在教学中要尊重学生的感受，有意识地以学生为主体，教师为主导，通过各种游戏、测试、问卷等教学形式，吸引学生的注意力，充分调动学生的学习兴趣和积极性，保证课堂教学的有序进行和和谐气氛，让学生在融洽的师生关系中、和谐的教学气氛中学习心理健康知识，促进自身心理的健康发展。

3、继续做好心理健康知识的宣传工作。

编辑心理小报，不定期向师生发放，做好心理健康知识的宣传工作，提供一个师生互动交流的平台，实现资源共享，为建设和谐校园贡献一份力量。初步拟定将心理小报分为教师专刊、学生专刊及家长专刊三部分。学生专刊主要介绍一些心理健康知识、学生中存在的常见心理问题及解决方法、学生在学习生活中的心理体会、心理信箱中有共性问题的解答等。教师专刊主要针对教师自身容易出现心理问题及在处理学生问题中常出现的情况提供一些简单的测试、应对办法，从而更好地服务学生、健康自我。家长专刊主要针对家长在子女教育方面存在的问题提供一些建议，促进家庭教育的良性发展。

4、开设心理健康专题讲座。

利用月末或考前时间，有针对性地进行心理健康专题讲座，让尽量多的学生接受心理健康教育的大课资源，对心理健康小课形成补充和充分发挥师生互动性，解决学生目前面临的心理困惑与问题。

#### 5、进一步建立健全学生心理档案。

建立完整的学生心理档案，无论对于学校的管理还是对于学生自身的发展来说，意义都十分重大。档案主要包括学生基本情况，平时心理课的测试问卷以及学生心理素质发展综合报告单等内容。

#### 6、进一步完善心理咨询和辅导工作。

做好日常的心理咨询工作，接待好来访的每一位学生，努力解决其心理问题，促进学生心理的健康成长。

### 二、其他方面

努力做好各种迎检工作，辅助杨彤完成好各项工作，使我校的健康工作有长足进展。

以上只是对本学期工作的初步设想，还很不完善。在今后的工作中，我会努力完善，使自己的工作取得令领导满意、同事认可的成绩。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 初中学校心理健康教育工作计划表篇二

在上级有关精神的指导下，我校落实学校心理健康规划，扎实开展心理健康教育工作。以学校自主整合为核心，以自主实践体验为模式，以开展心理辅导活动课为重点，加强对学生心理素质的培养，增强承受挫折、适应环境的能力，培养学生开朗合群、乐学自立的健全人格。

### 一、不断完善我校个别心理咨询工作

本学期根据《心理健康教育省级示范学校心理咨询室建设标准》，更新心理咨询室设备，增添硬软件设施，继续完善学校个别心理辅导工作，着重做好以下几点：

- 1、教师利用每周第七课时间定时开放心理辅导室，开展心理咨询活动，帮助学生排解、消除心理困惑和心理障碍，进行危机干预。
- 2、建立心理辅导热线与信箱，帮助解决部分学生的心理困惑。

### 二、扩大心理健康教育的宣传与普及力度

要营造良好的心育氛围，扩大心理健康教育的宣传是很有必要的。具体做法如下：

- 1、充分利用好学校广播站、学校宣传栏、学校校刊、学校网页等宣传平台，普及常见的心理健康知识。
- 2、成立心理协会，培养一支心理辅导员队伍，平时在班中发

挥小辅导员的作用。各班均有一个名额学生，组成一个心理协会。定期参加由本协会举办的活动。协会成员平时仔细观察本班同学学习生活状况与心理状况，及时向心理老师报告本班同学特殊的个案，以便及时发现学生问题。

3、加强和政教处的联系，组织、做好本学期心理健康教育主题班会的开展工作。

4、有目的地开展一些心理互动活动，提高学生学习心理的兴趣。

5、与班主任共同协助，利用班会或谈话等形式，抓好学生的团体辅导和个人心理辅导。

### 三、继续心理健康课堂教学改革

心理健康活动课是学校开展心育工作的主渠道，为此，新学期要从各方面完善心理健康教育课，使该课程更加系统，更加生动活泼。

1、注重学生的亲身参与，更新教与学的主客体观念，充分调动学生的积极性。

2、注重学生心理“自理”能力的培养，学生能通过每一次学习与互动参与，学会解决一些日常生活学习中遇到的心理问题，学会应对压力、处理好人际关系，以积极的心态面对生活。

3、注重学生心理互动能力的培养，例如学生充当调研人员，自行设计职中生心理行为调查问卷，发放与收集资料，整理资料，根据结果与分析写出调查报告；学生能义务承担心理互动（指导同学的心理疑难）活动，热心为同学们服务。

## 初中学校心理健康教育工作计划表篇三

□

以扎实开展心理危机预警工作为基础；

以朋辈辅导和心理委员辅导相结合为辅导模式

以寝室信息员、班级心理委员以及朋辈心理工作部为信息链做好日常工作；

重点以“新生适应”为主题全面开展心理健康教育课外活动。

1、做好心理危机干预的常规工作，严格落实“五早”信息预警机制，做好学生心理危机干预工作的月通报和周通报工作，确保心理预警学生稳定。

2、配合学校院系，认真开展xx级新生心理健康教育系列活动，认真做好心理普查、心理访谈、心理档案的建设工作；完成新生班级心理委员、寝室心理健康信息员的选拔和培训工作；完成新生心理拓展训练活动等。

3、加强对我系新进学生辅导员和新任心理委员的培训与指导，通过座谈会、案例交流、知识讲座等形式，提升我系心理健康教育工作专业水平。

4、加强班级心理委员和寝室信息员的队伍建设，围绕主题，召开朋辈辅导员经验交流会，构架沟通、交流的平台，加强对新生班级心理健康教育工作的指导。

5、进一步加强班级心理委员建设，通过严格考核等形式，增强朋辈辅导员的角色归属感和责任感。

九月份：

- 1、制定本学期我系心理健康工作计划。
- 2、准备系阳光心理部招新工作。
- 3、上交《9月份心理健康月报表》和《心理危机排查表》。
- 4、做好系朋辈心理工作部招新宣传工作。
- 5、建立好心理委员和寝室信息员的飞信群。
- 6、做好节假日心理危机干预和辅导工作。

十月份：

- 1、组织系朋辈心理工作部干部干事招新。
- 2、召开10月份班级心理委员和寝室信息员例会。
- 3、开展第一期朋辈辅导员小讲坛。
- 4、做好“新生适应”的前期准备工作。
- 5、开展“新生适应”活动。
- 6、开展新生心理健康主题班会，组织各班进行评比。
- 7、配合院阳光心理工作部完成新生心理拓展训练。
- 8、上交《10月份心理健康月报表》和《心理危机排查表》。

十一月份：

- 1、配合学院做好xx级新生心理普查。
- 2、配合学院做好xx级新生心理回访工作。

3、在本系做好“朋辈辅导员有约”座谈会和心理情景剧活动的宣传工作。

4、开展第二期朋辈辅导员小讲坛。

5、召开11月份班级心理委员例会。

6、上交《11月份心理健康月报表》和《预警库表》。

十二月份：

1、更新预警库的信息。

2、召开12月份班级心理委员例会。

3、组织好本系新生参加班级心理委员、寝室信息员心理健康知识培训

4、上交《12月份心理健康月报表》和《预警库表》。

5、对本学期开展的各项心理健康工作进行总结。

一月份：

1、召开1月份班级心理委员例会。

2、做好心理预警学生的寒假辅导安排工作。

## **初中学校心理健康教育工作计划表篇四**

制定计划前，要分析研究工作现状，充分了解下一步工作是在什么基础上进行的，是依据什么来制定这个计划的。下面是小编给大家整理的初中学校健康教育工作计划，希望大家喜欢！



## 一、指导思想

以教育部下发的体育卫生工作条例为指导，坚持育人为本，根据中学生生理、心理发展特点和规律，运用健康教育的理论和方法，切实加强学校健康教育工作，提高学生健康水平，培养学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐发展，为学生一生的幸福奠定基础。

## 二、工作目标

- 1、全面贯彻党的教育方针，对学生进行健康教育，使学生了解卫生健康的重要意义，培养学生良好的卫生习惯，改善学校的卫生与教学条件，加强对传染病，学生常见病的预防与治疗。
- 2、使学生了解一些卫生保健常识，培养学生的自我保健能力。
- 3、开展学生卫生健康与咨询服务。
- 4、增进学生身心健康，不断提高其健康水平。
- 5、积极参加体育锻炼，增强体质，保证学生具有旺盛的精力、愉快的心情投入学习。
- 6、促进青少年心理健康发展、预防心理卫生问题。
- 7、动员学生家长主动配合学校进行健康教育。

## 三、工作重点

- 1、认真上好健康教育课，做到有计划、有教师、有教材、有课时、有教案。
- 2、为学生提供心理、生理卫生知识教育服务。各年级开设心理健康讲座，培养青少年提高调控情绪的能力，形成坚强的

意志品质，具有预防心理障碍和保持心理健康的能力，具有和谐的人际关系、良好的合作精神。

3、重视学生心理、生理健康教育，开展青春期卫生讲座，并配合录像、挂图等，使讲座内容丰富多彩，通俗易懂。

4、提高预防疾病的意识和能力，通过形式多样的健康教育宣传活动，让学生了解艾滋病的传播途径和预防措施，了解流行性感冒、病毒性肝炎、细菌性痢疾、手足口病、流行性腮腺炎等的传播途径和预防措施。了解性病、艾滋病等传播途径和预防措施。积极开展青春期健康教育，开展口腔卫生和预防近视眼的健康教育。

5、坚持每周“大扫除”制度，着力培养学生卫生习惯，做到常洗澡，勤换衣，勤剪指甲，不喝生水，不随地吐痰等，确保学生健康行为形成率达90%以上。

## 一、指导思想

认真落实健康第一的指导思想，以提高师生健康素质为目标，把增强学生健康素质作为学校教育的基本目标之一，规范公共卫生行为，增强健康防病意识，倡导文明健康生活方式，努力提高卫生健康水平，促进学生健康成长。

## 二、加强领导

各班要充分认识健康教育工作的重要性和必要性，站在培养全面发展人才的高度，健全学校健康教育工作网络，落实监管职责。要建立健全卫生安全及健康教育工作领导小组，配备健康教育专职或兼职教师、卫生保健教师，落实健康教育工作责任制，不断增强开展健康教育工作的自觉性，认真落实健康知识的教育教学活动，努力营造健康的教育环境。

## 三、扎实做好健康教育工作

- 1、切实加强健康教育师资的培训，结合实际积极组织健康教育任课教师认真学习钻研教材，制定好教学计划，坚持集体备课，充分利用有关文稿、图片、光盘等开展校本培训，及时总结交流教学经验，努力提高课堂教学质量。
- 2、学校要按照《中小学健康教育指导纲要》的要求具体目标和基本内容，开设好健康教育课，使健康教育开课率达到100%，做到开课率、课时、教材、教师和教案、考核和评价“五落实”。同时，还要结合学段、地域、季节及学校实际，有针对性地安排教育内容，确保健康教育工作计划性强，针对性突出，教育成效明显。
- 3、在保证健康教育教学质量的同时，要在各科教学中渗透健康教育知识，如在体育课教学中渗透个人卫生习惯教育，在自然课中渗透环境卫生和人口教育，在思想品德课中渗透心理健康教育等，使学生接受健康教育率达100%，健康知识知晓率和健康行为形成率达到90%以上。
- 4、要把血吸虫病、碘缺乏病等地方病防治知识列入健康教育内容，血防等地方病知识教育每学期安排2-3课时。要对中小学生对进行艾滋病防治知识的宣传教育。
- 5、学校在开设健康教育课程的基础上，还要积极举办心理健康教育讲座。有条件的学校，应建立心理咨询室，为广大留守儿童、中考和高考应考学生及存在心理困惑的学生提供心理咨询服务，帮助他们提高情绪调控能力、心理障碍预防能力，促进坚强意志品质的磨练和团结协作人际关系的培养。
- 6、着眼于师生疾病预防意识和自我保护能力的提高，通过灵活多样的教学形式，让学生了解非典型肺炎、甲型h1n1[]流行性感、禽流感、手足口病、肺结核病、病毒性肝炎、霍乱、流行性腮腺炎、急性结膜炎等传染病的传播途径和预防措施，了解地方病(血吸虫病、碘缺乏病等)等非传染性疾病的起因和预防措施，了解性病、艾滋病等传播途径和预防措

施。

7、各班要积极开展青春期健康教育，开展口腔卫生和预防近视眼的健康教育。血吸虫病疫区学校要积极开展创建“无急性血吸虫病学校”活动。

8、强化食品安全教育，通过教学，帮助学生掌握和应用营养知识，了解食物营养价值与合理膳食的构成，懂得学习、劳动、生活过程中对饮食营养卫生的要求。

#### 四、提高学校健康教育水平

学校加大对健康知识的宣传力度，充分利用校园网、黑板报、橱窗、宣传栏等载体普及健康生活知识；要根据自身的实际，组织开展生动活泼形式多样的健康教育活动。在4月7日世界卫生日、5月31日世界无烟日、6月6日全国爱眼日、9月20日全国爱牙日、12月1日世界爱滋病日等开展相关活动。积极开展爱国卫生活动，努力改善校园环境卫生，为师生营造一个良好的教学环境，推进学校的整体卫生水平。

#### 一、主要工作

1、认真贯彻《学校卫生工作条例》，对照卫生部、国家教委、全国爱卫会发布的《中小学生健康教育基本要求(试行)》，学校分管领导、学生处、教务处、后勤处、医务室，班主任及健康教育老师各尽其职，共同做好学校的卫生保健工作。

2、普及学校健康教育，健康教育课开课率达到100%；提高学校卫生健康教育质量，定期进行卫生知识讲座，定期更新健教橱窗与黑板报宣传内容；继续开展学生心理异常、心理障碍的疏导及执行学校环境卫生检查、竞赛制度。

3、从小培养学生良好的卫生习惯和卫生行为，提高卫生保健意识和防病能力，做好疾病控制工作，做到“防患与未然”；

加强春季流行病的预防宣传工作，做好对患龋齿、近视、沙眼、贫血、疥疮等常见病学生的矫治工作。

4、加强学生用眼卫生的宣传，培养正确的坐姿，劳逸结合、多做户外活动，注意营养均衡，提高眼保健操质量。

5、组织学生参加爱国卫生月活动和红十字宣传活动；迎接防疫站本年度对我校的卫生监督 and 区教委督导的检查，规范爱国卫生档案记录，发现问题及时整改。

## 二、工作安排

### 二月份：

1、拟订《20\_\_年度学校健康教育工作计划》，联合教务处落实健康教育课时和教学人员。

2、召开健教领导小组会议，明确职责。

### 三月份：

1、期始大扫除。

2、召开各班健教宣传员会议。

3、第二周开始各班进行卫生检查。

4、开展预防春季传染病知识宣传活动。

5、配合绿色学校的创建，开展系列活动。

6、安全宣传周活动。

7、学校体育节系列活动。

8、配合“光明工程进校园”对学生视力检测。

9、做好传染病晨检及上报工作。

10、制定爱国卫生月活动计划。

四月份：

1、开展爱国卫生月活动。

2、配合卫生防疫站做好春季预防接种工作。

3、春季田径运动会。

4、初三学生体检。

五月份：

1、爱国卫生月活动总结。

2、组织学生参加红十字宣传活动。

3、健教委员例会。

4、结合“5月31日”世界无烟日，开展吸烟有害健康的宣传活动。

六月份：

1、期末健康教育课期末测试，测试身高、体重各项测试。

2、学期卫生工作总结，卫生档案整理。

九月份：

- 1、健教员培训。
- 2、培训内容：新学期工作职责要求。
- 3、强化眼保健操，对初一学生进行卫生习惯的培养。
- 4、开展9月20日“爱牙”日宣传活动。

十月份：

- 1、开展沙眼防治工作。
- 2、广播讲座：怎样预防沙眼。
- 3、各班办一期板报：预防沙眼应养成良好的卫生习惯。

十一月份：

- 1、营养膳食讲座。
- 2、发放宣传题：全校各班人手一份。
- 3、组织初一、初二年级看录相。
- 4、答卷，写感想。
- 5、各班办一期板报：什么是合理的营养膳食。

十二月份：

- 1、卫生宣传：除“四害”科教片，收看时间另行通知。
- 2、期末健康教育课期末测试；本学期工作总结。

本学期健康教育以创建文明城市工作为契机，紧紧围绕创城工作要求，发挥学校健康教育的作用，以培养学生文明习惯为切入点，切实开展健康教育活动，增强学生自救自护意识，倡导文明健康生活方式，促进学生健康成长。提高学生的文明程度，为创城工作增光添彩。

## 一、工作目标

- 1、以活动促进学生文明行为的养成教育，使校园健康教育宣传更具活力。
- 2、充分发挥网络作用，以心理卫生博客为平台，加强学生心理卫生教育。
- 3、充分发挥课堂教学主阵地的作用，提高学生自救自护的能力。
- 4、加强教师培训力度，提高教师的教研能力。

## 二、具体实施

充分认识健康教育工作的重要性和必要性，配备健康教育专职或兼职教师、落实健康教育工作责任制，不断增强开展健康教育工作的自觉性，认真落实健康知识的教育教学活动，努力营造良好的健康教育环境。

- 1、加大对健康知识的宣传力度，充分利用校园广播、校园网、黑板报、宣传栏等载体普及健康生活知识；要根据自身的实际，组织开展生动活泼形式多样的健康教育活动。9月20日全国爱牙日、12月1日世界爱滋病日等开展相关宣传活动。

结合创城工作，充分发挥健康教育宣传的作用。本学期在按时、定期做好健康教育的板报、广播宣传之外，要结合创建文明城摒弃陋习，将在九月份至十一月份开展“文明学校”和



“文明小卫士”的评选活动。以此来提高学校的文明，促进学生文明意识、文明习惯的养成教育。以此来推动家庭、社会的文明，使健康教育宣传根据实效性。具体活动方案另行通知。各校要积极开展爱国卫生活动，努力改善校园环境卫生，为师生营造一个良好的教学环境，推进学校的整体卫生水平。

2、跨入信息时代，让我们知道网络的作用。时我们每个人都体验到信息的处理和搜集的方便快捷。本学期将建立心理卫生博客，在博客中设立自救自护栏目等十几个栏目。将为教师及学生服务，让我区的心理为生教育更具特色。学校要积极举办心理健康教育讲座。应充分发挥心理咨询室的作用，为存在心理困惑的学生提供心理咨询服务，帮助他们提高情绪调控能力、心理障碍预防能力，促进坚强意志品质的磨练和团结协作人际关系的培养。

3、学校要按照《中小学健康教育指导纲要》的要求具体目标和基本内容，开设好健康教育课，使健康教育开课率达到100%，做到开课率、课时、教材、教师和教案、考核和评价“五落实”，健康教育学科教学每学期要安排6—7课时。健康教育课程内容包括健康行为与生活方式、疾病预防、心理健康、生长发育与青春期保健、安全应急与自救自护等五个领域。同时，还要开设一定的专题健康教育讲座。健康教育课堂教育是健康教育知识传授的主阵地，为了响应上级部门提出的加强学生自救自护能力的教育，本学期，在健康教育课中要求每个年级至少上3节有关自救自护的专项课，如防止触电、溺水、心肺复苏的方法、外伤的包扎等，各校可以根据学生情况自行选择教学内容。

新学期，新要求，我们将以崭新的姿态，面对工作，相信在我们得共同努力下我校的健康教育工作一定会更加出色。

为进一步落实《中小学健康教育指导纲要》和《学校卫生工作条例》全面贯彻党的教育方针，努力推进健康教育工作的

发展，增强学生健康意识，提高学生健康水平，培养学生健康的心理和百折不挠的意志品质，结合我校实际，特制定学校健康教育工作计划如下：

## 一、加强学校健康教育工作的领导管理

学校要成立 学校健康教育领导小组 ；严格按照《学校卫生工作条例》，《学校体育工作条例》、《学校健康评价方案》的要求，做好学校健康教育和卫生工作。

二、加强教学管理，充分发挥课堂教育的主渠道作用要将健康教育列入课堂，走进课堂，并保质保量，上好每双周的一课时的健康教育课，做到健康教育教师上课有教案，期末有学生考核评价。学生健康知识知晓率及格率达90%以上，健康行为形成率达85%以上。健康资料规范、齐备存档。

1、对学生进行健康教育是促进学生身心健康发展的一个重要方面，学生一个健康的体质是保证学生们生活学习的基础，因此要使学生养成良好的卫生习惯。积极参加体育锻炼，增强体质。

2、注意培养学生正确的饮食和卫生习惯。要注意饮食卫生，吃好早餐，一日三餐，定时定量，不偏食，让学生知道暴饮暴食的危害。

3、根据学生的年龄特点，由浅入深，循序渐进，达到教材要求，提高健康教育课的效果。

4、对学生进行生理卫生教育，低年级从睡眠卫生教育入手，根据自己的年龄，每天的睡眠时间不少于8 10小时，睡前后注意什么，养成早睡早起的好习惯。

5、学生上课时，严格要求学生做到眼离书本一尺远，身离课桌一尺远，手离笔尖一寸远，使学生知道从小要养成良好的

读书姿势习惯。坐、立、行、走姿势要正确。

6、平时生活中，预防皮肤病，沙眼、肝炎等传染病，还要让学生了解怎样预防牙病，使学生能健康成长。

7、积极开展预防和远离毒品教育。

### 三、关注学生身体健康

坚持每天进行晨、午检，及时发现和掌握学生身体状况，做好记载，及时处置，杜绝学生疾病互相传染。组织学生参加体育锻炼，每天保证做两操。严格控制学生不喝生水，杜绝零食进入校园，不吃生冷食物。

### 四、坚持实行每周消毒制度

每周对校园进行至少一次的消毒，消毒要彻底，全面，尤其对教室、宿舍、餐厅、灶房、及厕所这些学生相对集中的地方，坚决杜绝流行性传染病在校园内流行，维护师生身心健康，维护社会的稳定。

### 五、关注学生心理健康

加强学生的心理健康教育，政治教师为心理咨询教师，接受学生心理咨询，舒缓学生心理压力，排解学生郁闷心情，提高学生心理品质。

六、成立健康教育工作领导小组组长:杨领导全校健康教育工  
作副组长:

吴具体负责全校学生的良好学习、生活、卫生习惯的教育养成以及晨、午检的督导检查，组织清洁卫生的检查评比。发放《告家长通知书》。

组员:

冀负责全校健康教育课程的执行以及教学常规的检查、资料的收集。

王负责学生的心理咨询，对学生进行心理疏导工作。

杨负责课程的讲授和对学生健康的考核评价。总之，学校卫生工作，必须抓紧抓好，使学生不仅能学到知识，而且身心健康，使我校的健康教育工作及卫生管理工作再上一个台阶。

## 一、指导思想：

中学生肩负着培养跨世纪人才的重任，青少年时期是一个心理、生理发育的关键时期，不仅要重视培养青少年思想文化道德素质，还要关注他们的心理健康，健康教育是中学素质教育的一项重要内容，也是现代基础教育的一个显著特点。从小培养学生良好的心理素质，开发学生的潜能，塑造学生的健康人格，这对于提高中华民族的整体素质，提高未来人才的质量，有着极其深远的意义。

## 二、教材简析

八年级心理健康教育的内容，主要有：第一节：关爱生命 远离毒品。第二节：防治近视。第三节：合理饮食，强身健体。第四节：肥胖症与减肥。第五节：常见意外伤害的预防。第六节：初中生常见心理障碍——自我意识发展。第七节：10年后的我。第八节：青少年主要传染病及其预防。这部分内容，帮助学生建立良好的卫生习惯，适应现代社会生活具有重要价值，增强学生社会交往的主动性，克服交往中存在的心理障碍。

## 三、教学重点、难点

1、重点：使学生了解健康教育的重要性，了解毒品，加强预防传染病。强调和学生讨论和沟通的过程，更多的以心灵的

感化来促进学生的自我反省和自我完善。

2、难点：增强学生自控能力，不受毒品的危害，使身体健康成长。

#### 四、教学目标：

从小培养学生良好的心理素质，培养学生遇到不愉快的事，学习冷静思考。巩固学生各方面常识的理解，让学生可以进行自我检测。开发学生的心理潜能，塑造学生的健康人格，提高中华民族的整体素质，提高未来人才的质量。

运用心理学、教育学的原则与方法，以中学心理健康教材为载体，对青少年进行有关心理健康方面的教育、咨询和行为训练，培养他们良好的心理素质，提高他们的心理健康水平，促进他们全面和谐的发展。

#### 五、教学措施

健康教育课教材具有自身特点，因此，在课堂教学中，以活动课为主淡化理论，强化行为为指导和行为训练，教学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，从心理咨询、心理讲座入手，进而将心理健康教育贯穿于全部教育教学活动中。采用如下方法进行：

2、利用现代教育手段，通过多媒体向学生展示现实生活中形形色色的问题事例，教育警示学生。

4、利用故事，创设情境，讲解点拨。讲解中有信息、有知识、有思想、有新的语言；

5、讲述生动故事，使学生从中明白事理，要求故事真实、贴

切、新颖、灵活；

6、把大的主题分成几个小专题，每组学生只讨论一个小专题，最后集中交流；

7、将心理健康教育的内容渗透于小品之中，确定主题后，由学生自编节目，自行分配角色，自己演出，然后大家讨论，升华主题。小品可以是情景剧，也可以有音乐、唱歌、舞蹈、相声、快板、比赛、游戏穿插其间。

## 六、教学进度

第一课：关爱生命 远离毒品

第二课：防治近视

第三课：合理饮食，强身健体——平衡膳食宝塔

第四课：肥胖症与减肥——怎样正确对待自己的体型

第五课：常见意外伤害的预防

第六课：初中生常见心理障碍——自我意识发展

第七课：10年后的我

第八课：青少年主要传染病及其预防

## 初中学校心理健康教育工作计划表篇五

根据学校中心工作计划和学校德育工作的精神和大队部工作的具体要求。依靠现代教育理念，继续围绕学校校本课程“六心”教育主题，结合市区工作安排，扎实开展我校心理健康教育，关注学生的身心发展，结合我校学生实际，通

过多种方式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，帮助学生提高心理素质，健全人格，增强承受挫折，适应环境的能力。

1、坚持以人为本的德育工程——继续完善“三全育人”（全员、全方位、全过程育人）的体系，扎实开展“六心教育”工作，落实常规管理的精细化。强化“以德为本”的思想，坚持活动育人，贯彻“六心”“爱心献给社会、诚心献给他人、孝心献给父母、忠心献给祖国、信心留给自己”，使每位学生都成为崇尚和谐，追求美好生活的新一代。

2、坚持“以德治校”的方针，树立“教师人人都是德育工作者”的理念，强化服务意识，严守从业准则，坚持用正确的舆论引导人，用高尚的精神塑造人，以优良的校风培养人，以真挚的情谊感动人。

3、坚持“活动育人”的理念。

与大队部、各中队结合开展系列活动，注重“课堂内外”的互补，坚持德育课程与日常德育活动齐头并进的教育模式，关注《品德与生活》、《品德与社会》课的教学，落实校本课程有序开展。上好心理健康课，办好“开心小屋”，开展好学生的心理辅导工作。鼓励教师要善于捕捉学生中德育教育的闪光之处，及时调整教育思路，提高德育工作的实效。运用心理健康的理论和方法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。教育学生努力学习，争取做全面发展身心健康的小学生。

4、提高全体学生的心理素质。

根据学生心理发展特点和身心发展的规律，有针对性地实施教育。通过普遍开展教育活动，使学生对心理健康教育有积极的认识，使心理素质逐步得到提高。关注个别差异，根据不同学生的不同需要开展多种形式的教育和辅导，提高他们

的心理健康水平。

通过师资培训和课题研究及校本研修，培养一批小学心理健康教育的骨干教师，搞好师资队伍建设，提高广大教师的心理健康水平，保障和推进我校心理健康教育目标的深入开展。学校心理健康教育的途径是多种多样的，根据学校的办学定位和我校的教育特点，我们确定了以下几条途径。

### （一）开足心理健康课程

1、开足心理健康课时，每学期在各班的思政课中安一定课时进行心理健康教育。以年级组为单位，根据年级特点和该年级学生倾向性的心理状况，有针对性地上年级团体心理辅导课，做到讲稿、计划、总结齐全。

2、利用班队会，根据大队部的安排和校本德育主题“六心教育”由班主任根据本班学生的心理状况，上好班级心理健康课。强调行为训练，不只停留在说教，或灌输理论知识，而是让学生亲身体验、感悟，提高心理健康教育的实效。

### （二）广泛开展健康教育活动

1、与学校德育工作相联系，通过大队部的系列活动、以社会实践活动、年级活动、班级活动，对全体学生开展心理健康教育，通过红领巾广播站、宣传窗、晨会、讲座、黑板报等少先队阵地对学生进行心理健康等方面的教育。使学生不断正确认识自己，增强调控自己、承受挫折、适应环境的能力；培养学生健全的人格和良好的个性心理品质；通过组织有关促进心理健康教育内容的游戏、娱乐等活动，帮助学生掌握一般的心理保健知识和方法，培养良好的心理素质。

2、全面渗透在学校教育的全过程中。在班主任日常工作中，积极渗透心理健康教育思想；与班队会课、思政课、活动课等各相关教学内容有机结合进行教育；通过各学科教学，把



心理健康教育渗透在课堂教学中，挖掘各教材内容，找准心理健康教育的结合点，让学生获得心理体验来改变自己的观念，注重对学生心理健康的教育，这些都是心理健康教育的主要途径。

3、举行课堂内外心理健康教育普及活动，继续实行一学期一人上好一堂心理健康研究课或校本德育“六心教育”中队活动示范课。认真组织听课、评课，做好课堂即时指导。

### （三）发挥心理咨询室和广播站的作用

1、进一步完善心理咨询室的装饰工作，坚持开展心理咨询室——“开心小屋”的活动。在每个班级设置“心语信箱”，举行“心理沙龙”活动。开展心理咨询和心理辅导，对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予认真、耐心、科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自己，提高心理健康水平，增强发展自己的能力。

2、通过校园网络和校园广播进行集体心理健康指导，利用校园网络构建“心灵之约”，给师生心理交流提供互动平台。