

# 健康领域活动培训总结报告(模板5篇)

在当下这个社会，报告的使用成为日常生活的常态，报告具有成文事后性的特点。通过报告，人们可以获取最新的信息，深入分析问题，并采取相应的行动。下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 健康领域活动培训总结报告篇一

心理素质是主体在心理方面比较稳定的内在特点，包括个人的精神面貌、气质、性格和情绪等心理要素，是其它素质形成和发展的基础。学生各种素质的形成，要以心理素质为中介，创造意识、自主人格、竞争能力、适应能力的形成和发展要以心理素质为先导。在复杂多变的社会环境中，保持良好的心理适应状况，是抗拒诱惑、承受挫折、实现自我调节的关键。正是从这个意义上可以说，大学生综合素质的强弱，主要取决于他们心理素质的高低，取决于学校心理健康教育的成功与否。

健康不仅是身体上没有任何疾病，而且也包括心理方面没有任何问题，如能正确了解和接纳自我，能正确地感知现实并适应现实。培养学生良好的心理素质，促进学生身心全面和谐发展和素质全面提高的教育活动；是素质教育的重要组成部分；是实施《面向21世纪教育振兴行动计划》，落实“跨世纪素质教育工程”，培养跨世纪高质量人才的重要环节。所以加强心理健康的培训工作刻不容缓。

二十一世纪是一个思想文化激荡、价值观念多元、新闻舆论冲击、社会瞬息万变、的世纪，面对如此纷繁复杂的世界，未来人才都可能在某一时刻出现心理危机。二十一世纪人才的心理承受能力将经受更为严峻的考验。为此，就要不断加强对青年大学生的适应性、承受力、调控力、意志力、思维力、创造力以及自信心等心理素质的教育与培养，使他们真

正懂得：要想占有未来，不仅要作思想品德、智能、体魄的储备，更要作战胜各种困难挫折的心理准备，从而引导他们科学地走出自我认识的误区，更新观念，突破时空，超越自我，唯有如此，方能在搏击中，翱翔自如，走向成熟，参与国际人才竞争，迎接新世纪的挑战！

## 健康领域活动培训总结报告篇二

时间飞逝，一学期的工作在忙忙碌碌中结束，本学期结合园务计划，认真执行保健计划，以下是本学期的保健小结：

根据区教育局要求做好本学期保健工作重点，开展春季传染病的预防工作。

区教育局布置本学期保健工作重点之一，即开展春季传染病的防治宣传工作，有效的控制传染病的发生与续传。（禽流感、水痘等呼吸道疾病的监控）根据此要求，在开学前教师以家访、开家长会、等方式对幼儿及家长进行宣传，加强晨检，了解幼儿的身体状况，发现异常及时处理，以预防工作重点，保健严格执行晨检制度，做到器材到位、检查环节到位、登记到位，确保每天出入园幼儿身体健康。

开展了“预防春季呼吸道传染病”的健康教育，出黑板报、告家长书等。定期开展常规工作，做好大扫除、伙食、安全检查等工作。根据儿保要求，启动非典防护措施，预防禽流感，做好宣传工作。

认真参加保健各类培训，做好保健各项工作培训中认真学习，协调好日常工作保证出勤，并都以优异成绩通过考核，取得证书。

每月按时完成月重点工作，环境卫生、教职工体检、幼儿体检、矫治工作、食堂卫生等。按要求完成儿保的体弱儿童的矫治、登册工作，营养不良幼儿建个案矫治，每月认真做好

安全检查、宣传工作，及时报修处理突发事件，杜绝事故发生。完成各类保健常规工作：、健康教育、宣传、日常检查等。

本学期保健工作重点之二，做好幼儿膳食营养工作，克服种种不利因素，调整菜谱，平衡饮食结构，保证幼儿的营养摄入。因为禽流感原因，本学期前几个月不能进食禽类食品，对确保幼儿的营养摄入制造了难度。膳食委员会及时讨论，进行菜谱结构的调整，确保幼儿的膳食营养。每月膳食委员会定期开会，针对园膳食情况及时调整经费使用、膳食摄入、菜谱更新等，使本学期营养分析基本达标。加强食品卫生的监督指导，对食品的验收验发，禽蛋类检疫证的把关、各环节的规范操作，并接受区监督科检查，针对食堂面积不达标写下整改书通过食堂验证等。

加强保育员的学习，重温保育员操作规范，在规范操作的基础上增强保育意识，做好配班的保育工作。每月1次按时组织保育员、营养员业务学习，认真做好会议规范记录，并以理论指导实际工作，从而提高保育质量。继续学习岗位的操作规范，严格执行消毒制度。定期开展营养员的业务学习，在重温操作规范的基础上，明确各岗位的工作职责，在及时了解幼儿用餐情况，将每月新菜进行交流，互相取长补短，听取组员的反馈，使园的营养工作质量不断提高。针对本学期发生呼吸道传染病，加强对保育员、营养员进行消毒隔离培训，并严格执行落实到日常工作中，使传染病得到了控制。

本学期在计划和实施中仍有不足之处，下学期工作中会更加注意计划的指导性和落实。

## 健康领域活动培训总结报告篇三

x月x日是全国大学生心理健康日[]“x·x”的谐音即为“我爱我”，提醒大学生“珍惜生命，关爱自己”。核心内容是：关爱自我，了解自我，接纳自己，关注自己的心理健康和心

灵成长，进步自身心理素质，进而爱别人，爱社会。

当日我校进行了以x□x为主题活动，由于我当天下午前两节有课，没能参加全部的活动，当我到达现场时，正在放映《阿甘正传》，它是美国百部经典名片之一，美国“反智电影”的代表作，展现历史与个人的约定，以小人物的经历透视美国政治社会史的史诗片。

之后又进行了团体活动，全部的心理卫生员肩并肩站成两列，由老师选出一名自愿者，进行高空人体传送，这个活动具有很高的难度，需要量我们之间默契的配合，彼此之间要相互信任，溶进其中，假如传递时任意一个人大意，走神，提前抽走力的话，就会导致活动的失败。

这次x团体活动，增加了我们对了于心理学的了解，增加彼此之间的了解，友情。

学生必须注重心理健康的重要性，尽快克服依赖性，增强独立性，积极主动适应大学生活，度过充实美好而有意义的大学生活。

## 健康领域活动培训总结报告篇四

20\_\_年5月23日，由教育科学学院、学生处、心理咨询中心联合承办第九届“5.25大学生心理健康周”系列活动正式开始，此活动以“阳光、友善、和谐、健康”为主题，倡导学生关注心理健康，形成关爱心灵的校园氛围。本次活动内容丰富，广大学生踊跃参与，收到了很好的效果。

### 一、悬挂横幅，发放心理健康宣传单

在文科楼与学生汉餐门口分别悬挂了以“我爱我，和谐心灵，健康成才”、“一切的成就，一切的财富，都始于健康的心

理”的横幅。

本次共印制彩色宣传单5000份，传单的内容包括：“心理咨询对大学生的帮助”、“宁夏师范学院学校心理健康教育资源简介”、“大学生如何提高人际关系能力”。由大学生心理协会的学生以一个宿舍6份的方式发到每个学生的手中，目的是让更多的学生了解学校的心理健康教育资源，掌握心理健康知识，懂得当遇到心理困惑时到心理咨询中心进行调节。

## 二、心理健康讲座

### (一) “大学生情绪管理与压力调适”讲座

20\_\_年5月27日晚在文科楼320教室举办了“大学生情绪管理与压力调适”讲座。20\_\_级小学教育专业的全体学习聆听了本次讲座。

心理咨询中心教师李芳霞以“人非草木，孰能无情”之句展开了本次讲座。通过对情绪认识的讲解向同学们讲述了不良情绪的影响，并教会同学们如何识别情绪，调控情绪，做情绪的主人。李老师的讲座风趣幽默，现场笑声连连，掌声不断。

通过此次讲座的成功举办，学生不仅对情绪有了新的认识，也学会如何调控自身情绪，做情绪的主人，本此讲座加强了院系学术交流的氛围，也促进了学生心理健康教育的发展。

### (二) “爱的成长”心理健康讲座

20\_\_年6月5日下午2:30，心理咨询中心教师刘桂文老师，在逸夫楼312为化工学院20\_\_级学生开展关于“爱的成长”的讲座。讲座共分四部分的内容，第一，如何理解爱情；第二，如何在爱中成长；第三，大学生的恋爱观；第四，爱的能力的培养。

讲座开始，刘老师先播放一段歌曲“最浪漫的事”，在美妙的音乐的映衬下，引出了“爱的成长”的话题，在整个讲座的过程中，刘老师用朴实，生动的语言为大家讲解关于对爱情的理解，大学生如何鉴别真正的爱情，如何让爱情保鲜，如何正确看待分手及怎样增强心理承受能力等，帮助大家解决了一些在日常生活中遇到的矛盾与困惑。这次讲座使大家对爱情有了全面的了解，明白了想要对别人付出爱，自己就应该储存爱，爱身边的人，从爱自己开始！本次讲座受到了学生一致的好评。

### 三、开展以“提高人际关系能力训练营”为主题的团体辅导

20\_\_年6月6日下午4:30，心理咨询中心教师刘桂文老师，在逸夫楼模拟法庭举行了以“提高人际关系能力训练营”为主题的心理健康教育活动的。政法学院的同学参与了本次活动。刘桂文通过做游戏的方法测验了同学们的心理健康状况以及同学们之间的团结情况，通过刮大风、滚雪球、棒打薄情郎等游戏的开展，有效地促进了学生的团队精神，同时也锻炼了同学们的行为敏捷程度。刘老师细心指导，同学们主动参与、积极配合，活动在一片轻松愉快的氛围中进行着。游戏结束后，刘桂文对本次活动做了简要的总结，向同学们指出了加强人际交往能力的重要性。

总之，在教育科学学院、学生处的大力支持下，本届心理健康活动取得了圆满成功。通过本次活动，让更多的学生了解了学校心理咨询中心的工作职能，掌握了基本的心理健康知识，同时对于提升我校学生心理健康水平，营造健康的校园文化氛围起到了积极的促进作用。

## 健康领域活动培训总结报告篇五

经过教师讲授中小学心理健康教育绪论一课，并经过认真学习，我学到了很多，有了深刻的体会。我认真思考、理

解、考察，与别人讨论，这激发了我对学习研究的热情，扩充了知识，拓展了视野，我相信这对我以后的教师生涯会有很大的帮忙。我从心里理解了这门课程，愿意将自我的体会跟大家分享。

教师给我们讲授了六个大问题，包括开展心理健康教育的意义，心理健康教育的基本任务、途径、策略，心理健康概念的历史与发展，心理健康标准的探讨，青少年不健康的心理表现和心理疾病的防治。虽然不是很多资料，但这对我的影响是很大的，我对这六大资料有了深刻的理解，懂得了作为一个中小学教师应当注重心理健康教育，不仅仅是对自我，并且对学生都有很大的帮忙。

教育不是一成不变的，社会在不断发展，人类也要跟上时代的步伐。随着科技和经济的不断提高，我们人类到达了前所未有的高峰，有得必有失，在某些方面也存在一些弊端。我们如何对待这些因发展而带来的问题呢开展心理健康教育，实在是太必要了。注重中小学心理健康教育是避免各种突发事件，维护社会安定稳定，学校正常运作，学生家庭幸福的需要；注重中小学心理健康教育，是保证学生正常健康发展的需要；注重中小学心理健康教育，是青少年发展特点的需要；注重中小学心理健康教育，是当前社会变动时期的需要。作为教师必须要正视现实，做好心理准备，正确客观地实施教育方针，深入探讨根源，采取切实有效的措施，这样才是学生的心理健康的正确引导人。

德育包括政治、思想、道德和心理健康教育，这说明心理健康教育是很重要的。所谓心理健康教育，是根据心理活动的规律，采用各种方法和措施，以维护个体的心理健康及培养其良好的心理素质。心理健康与身体健康是统一的，要身体健康，还要心理健康，这样才是真正的健康。心理健康教育从资料上可分心理素质培养与心理健康维护两项任务。要帮忙学生构成自我调控本事，要帮忙学生摆脱不利的心理状态，要有助于自我教育，要有助于生产劳动，要有助于医疗，要

有助于各方面的应用。心理健康教育是很重要的，异常是对于中小學生。

怎样的心理素质才到达心理健康呢传统观点认为心理健康的标准是智力是否正常，情绪是否稳定，心理机能是否平衡，行为规范是否与社会相适应，意志是否坚定。这种观点有它的合理之处，但随着时代的发展，许多观点都被淘汰了。所以，近年世界卫生组织提出了心理健康的标准是人格完整，适应环境良好，对未来有明确的生活目标和追求。我认为这种观点是比较合理的，我们就以这几方面确定中小學生是否存在心理问题，这是每个中小學教师都应当懂得的。

在今日社会，青少年存在各种各样的心理问题。这些心理问题是存在轻重之分的，由心理异常，到心理缺陷，到心理障碍，到心理变态，最终发展为心理疾病。此刻中小學生的书包越来越重，本来属于他们的假日假期，也都被送去什么少年宫、辅导班去了，有些有兴趣的还能承受，可那些硬逼着去的，可苦了他们。每年都有那么多学生自杀了，曾口头说过要自杀的也不少，这一股势头已成为一种社会风气了。我想这些不仅仅是因为压力大造成的，还因为是学生存在严重的心理问题造成的。这些心理问题是普遍存在，如果不注意，将会对学生，对家庭，对学校，对社会造成不良的影响。

应对这些心理问题，我们该如何做呢惟有是进行心理健康教育。如何进行心理健康教育，塑造中小學生健康的心理素质呢下头我将提出我的看法。

第一，明确心理健康教育的原则。心理健康教育是遵从必须的原则的，不是随便地进行的，要有针对性，这样才能真正地塑造中小學生健康的心理素质。这包括几个原则：1、教育性原则。要注意防止心理健康教育学科化、教学化、医学化、科研化的倾向。中小學在心理健康教育活动中，要注意把握好教育性原则。2、整体性原则。心理健康教育的根本目的是全面提高中小學生的心理健康整体水平。3、差异性原则，也



叫个性化原则。中小学生学习心理发展的差异包括群体差异和个体差异。一般来说同一年龄段的中小学生学习群体，其心理发展具有大体相同和相对稳定的心理特点，而不一样年龄段或不一样年级的中小学生学习群体则无论是智力因素还是非智力因素都存在着明显的差异性。

4、保密性原则。心理健康教育是一项保密性很强、职业道德要求很高的十分严肃的工作。心理教师要具有良好的职业道德和个人修养。要遵循保密性原则，对关系到学生的保密、名誉、人身等问题要严格给予保密。

5、主体性原则。心理辅导的实施过程中，为充分发挥教师主导作用基础上的学生主体作用，要以学生为本。作为教师，必须明确这些原则，这样才能使心理健康教育真正地落实。

第二，加强教师学习，提高教师的心理素质。对学生进行心理健康教育，首先要提高教师的心理素质。现代生活日益紧张和繁忙，给人们带来许多心理变化，应对激烈的升学竞争及来自社会各方面的压力，使一些教师产生心理冲突和压抑感。教师不健康的心理状态，必然导致不良的教育行为，对学生产生不良影响。教师要重视自身的心理健康，教师的职业性特征要求教师要有极强的自我调节情绪的本事。教师要用科学知识调整自我心态使自我始终处于进取乐观，平和稳定，健康的状态，以旺盛的精力、丰富的情感，健康的情绪投入教育教学工作中去。

第三，在中小学开设有关心理健康教育的课程，对学生进行心理素质教育。目前不少中小学已开设心理健康教育课，但开设心理健康教育课，不仅仅是普及心理学有关知识，更重要的是在心理健康教育课中进行心理训练、心理指导。真正提高学生抗挫折本事和自我心理调节本事，减少心理问题，使每个学生都能到达人格完整，适应环境良好，对未来有明确的生活目标和追求的心理健康标准，全面提高学生的心理素质。

第四，加强心理咨询和心理治疗。心理咨询是根据心理特点与规律，运用心理学方法，帮忙心理出现问题的个体摆脱不

利的心理状态，或排除各种心理障碍，回复到健康状态。教育者要供给一个能自由倾谈的环境，让学生主动前来咨询。心理咨询一般是补救性的，它所应对的主要是心理处于不平衡状态的学生或者是程度较轻的心理不健康的学生。心理治疗是指运用心理学方法，对已经产生较严重心理障碍的人员进行专门的调节，使之回复到正常状态。心理治疗是补救性的，它的对象是有比较严重的心理问题的学生，往往需要较长的时间与周密的治疗处理，有时要辅之以药物。进行心理治疗要求要有专门训练的、有较高技术的人员。要加强心理咨询和心理治疗，使产生心理问题的中小學生恢复心理健康。

这些就是我学习心理健康教育绪论的一些体会。作为一个师范生，以后出去当中小学教师，我深深地懂得心理健康教育的重要性。我要加强学习，提高自身的心理素质。我相信这对我是很有用处，无论是此刻，还是以后。以后成为一名教师，我必须让我的学生成为心理健康的学生，这样才能使他们学习简便愉快！