

最新学生心理健康及心理工作计划(通用9篇)

光阴的迅速，一眨眼就过去了，成绩已属于过去，新一轮的工作即将来临，写好计划才不会让我们努力的时候迷失方向哦。怎样写计划才更能起到其作用呢？计划应该怎么制定呢？下面是我给大家整理的计划范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

学生心理健康及心理工作计划篇一

本学期我校心理健康教育工作，以完善学校心理健康教育的组织机构和工作机制为保障，以学校的工作计划、德育计划为指导，认真贯彻执行教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，通过多种形式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，努力创造条件辅助和激励学生健康成长。

提高学生的心理素质，提高学生的心理健康水平是教改的重要内涵，国家教委新制定的中小学德育大纲中已明确将心理健康教育作为中小学德育的重要组成部分。因此要通过多种方式对学生进行心理健康教育和辅导，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、注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作，做好个案辅导、登记工作。
- 2、重视心理咨询室的常规建设，努力发挥心理辅导室的作用，进一步在全校做好宣传、发动、普及、教育等工作。
- 3、重视学生心理团体辅导工作。
- 4、不断丰富教师的教学策略，有效提高教育教学水平。

5、做好家长的心理健康知识讲座。

6、充分利用班队会加强对学生的心理健康教育。（每学期最少开设两节以心理健康为内容的主题班队会）

(1)帮助学生了解自己，认识自己的潜能，激发其学习的信心。

(2)引导学生形成强烈持久的学习动机。

(3)引导学生养成良好的学习习惯。

(4)学习策略的辅导，包括阅读、记忆、思维、问题解决、自我监控等策略。

(5)特殊时段的学习心理调适。如竞赛前夕、升学考试前夕。

(1)认识情绪的丰富多样性与易变性。学会认识自己与他人的情绪。

(2)掌握控制、表达、发泄情绪的适当方式与合理途径。

(3)学会保持积极心境的方法。

(1)培养坚持不懈、坚忍不拔的意志品质。

(2)培养学生形成处事果断的良好习惯。

(3)培养学生良好的自我控制力。

小学心理健康教育工作计划

(4)引导学生正确应对挫折与困难。

(1)学会正确认识自己，悦纳自己，尊重自己、相信自己。

(2) 学会正常人际交往，与同学、老师、家长良好关系。

(3) 正确认识性别差异，接受发育过程中的身体变化，正确认同性别角色，同异性同学保持正确的交往心态。

(1) 引导学生树立发展健全人格的愿望与动机。

(2) 注重学生的自我人格养成教育。

(3) 对有人格障碍的学生进行重点辅导。

(1) 心理课辅导。每个月的最后一周班主任教师利用班会课根据本班具体情况开展心理活动课。

(2) 心理咨询室。逐步开放“心灵家园”，接受以学生个体或小组为对象的咨询。逐步做到心理咨询室有专任教师负责，固定的开放时间，固定的场所。

(3) 办好“心灵信箱”，以便个别学生羞于启齿，可以利用写信的方式和心理老师进行沟通、预约咨询，一般的问题由心理老师转交班主任回复，特殊的由心理辅导老师进行个别咨询。

(4) 以“点”带“面”，利用学校宣传阵地。

“各班板报、红领巾广播站”是我校学生熟悉的宣传阵地，本学期将充分利用现有的阵地宣传心理知识，在红领巾广播站、多媒体教室进行讲座，对个别案例进行解析，对一些常识性的问题进行解答，让学生在学习、生活中随时保持正常的心态。

(5) 指导家庭进行心理健康教育。

小学生的心理健康教育仅仅由学校实施是不够的，在更重要的意义上讲，小学生心理健康教育主要依靠家庭教育，因为

家庭才是学生的来源与归属，小学生心理健康最后要归结于此。因此，学校、家长应该合力重视小学生的心理健康教育，我们利用家长会等多种途径，坚持不懈地向家长提出各种建议，指导家长开展小学生家庭心理健康教育。

(6) 指导小学生进行自我心理健康教育。

、阅读、睡觉等方法调节放松的。

b□与人谈心。要使小学生知道有问题要学会求助，在学校可以找老师、心理辅导老师谈心；在家里可以找长辈、亲友谈心；在社会上也可以有谈心的对象，如心理咨询电话等等。无论何事何时都可以与人谈话，学会与人谈心一辈子受益。

c□学习写日记或周记。小学生要学习用笔与自己谈心，把心灵的轨迹用文字描绘下来，这对心理健康成长有很大的帮助。教师和家长要尊重孩子的隐私，公开日记要得到本人的允许。小学生也不用过分担心自己的内心秘密被他人知道，要学会坦然地对人与对己。

本着“成长比成绩重要，成人比成才重要”的理念，我们全体教育工作者全心投入，重视小学生自我心理健康教育，利用一切资源开展小学生心理健康教育，促进全体学生的健康发展，为孩子的心理健康保驾护航是我们为之努力的目标。

1、制定心理健康教育工作计划，明确本学期工作思路。

2、开放心灵家园，心理老师开始正常值班。

3、开放“心灵信箱”。

3、利用“红领巾广播站”进行心理健康知识专题讲座。

1、组织班主任学习有关心理辅导的知识、方法等。

2、建立学生心理档案。

3、开展心理健康教育讲座——打开心灵的快乐频道，对学生进行常规心理健康测查。

1、利用家长会向学生家长宣传心理健康知识。

2、开展心理健康知识专题讲座。

6月：

2、心理健康教育学期工作总结。

3、心理健康教育档案资料汇总整理。

小学心理健康教育工作计划2

学校教育要树立“健康第一”的思想。新形势下如何针对少年儿童成长的特点，加强学生的体育、卫生健康教育，培养学生强壮的体格、较强的活动能力、健康的生理和心理、勇敢顽强的毅力、艰苦奋斗和团结合作的精神，使他们更加适应现代社会的需要，是小学阶段的体育和健康教育迫切需要解决的新课题、新任务。因而本着科学、全面、可比、可行性原则，制定本计划。

学校健康教育是学校系统教育的重要组成部分，培养学生的各种有益于自身、社会和全民族健康的行为和习惯，提高卫生科学知识水平，从而达到预防和减少儿童少年某些常见病和多发病，尽可能避免意外伤亡事故，增强体质，促进身心发育，为一生的健康奠定基础。

1、提高学生卫生知识水平；

2、降低学校常见病的发病率；

- 3、提高生长发育水平；
- 4、促进儿童少年心理健康发展、预防心理卫生问题；
- 5、改善学生对待个人公共卫⽣的`态度；
- 6、培养学生的自我保健能力。

1、促进学生身心健康发展，保证学生们具有旺盛的精力、愉快的心情投入学习，养成良好的卫生习惯。积极参加体育锻炼，增强体质。

2、培养学生正确的饮食和卫生习惯。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。

2、培养学生有规律的生活作息制度，养成早睡早起、定时定量进食，既不偏食、挑食、也不过量进食。懂得环境污染对人体的危害，自觉地保护环境，并懂得预防接种的好处，自觉接受预防接种。

2、认识到阳光、空气、水与身体健康的关系；

3、了解均衡饮食对身体发育的好处，培养良好的饮食习惯。

2、教育学生交通安全知识，避免发生意外事故；

3、了解自身的发育及运动对身体的好处，教导学生安全用电，并知道触电急救的方法及小外伤的处理。

1、使同学们熟记急救、火警、盗警电话号码，

在遇到急救病人、车祸、火警等急救、意外事故时，懂得如何打电话；

2、培养学生独立思维的能力，知道人体需要的营养素，知道常见传染病及其预防。

3、懂得体育与健康常识：运动前后的注意事项；过量饮水也会中毒；玩与心理健康；学会调控自己的情绪。

1、使学生理解健康的概念，培养健康的意识行为，懂得预防食物中毒的方法；

3、使学生认识吸毒的危害，教育青少年千万不要因好奇去尝试吸毒。

2、让学生了解学校健康促进的内容，并在行动上支持和参与学校健康促进活动。

总之，加强学生的健康教育，培养学生强壮的体格、健康的生理和心理、勇敢顽强的毅力、艰苦奋斗、团结合作的精神，是学校教师的职责；学校体育、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，体格健壮，使我校的健康教育工作及卫生管理工作再上一个台阶20xx小学心理健康教育工作计划20xx小学心理健康教育工作计划。

学生心理健康及心理工作计划篇二

根据国家教育部《中小学心理健康教育指导纲要》精神，进一步提高教师的心理健康水平和教育能力，以适应新一轮基础教育课程改革的需要，培养学生良好的心理素质。

一、培训目的

通过心理健康教育专题培训，不断提高教师的心理健康水平，

并在教育教学工作中自觉运用心理健康知识及心理辅导方法和技巧帮助学生解决成长过程中遇到的一些心理问题，促使他们健康发展。

二、培训对象

全体在职的本校教师。

三、培训形式

- 1、选派骨干教师参加相关内容的学习与培训，学习有关的心理健康教育理论、知识及心理辅导方法和技巧。
- 2、主要采用听讲座、教研组研讨和实践的方式，完成计划规定的学习任务和作业，并进行测试。
- 3、开设心理健康咨询的实践活动，开展心理健康教育辅导。
- 4、由学校专兼职心理教师或邀请心理教育专家开设心理辅导讲座。

学生心理健康及心理工作计划篇三

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的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。

学生心理健康及心理工作计划篇四

为全面贯彻党的和十x届x中全会精神，深入学习贯彻系列重要讲话精神，积极培育和践行社会主义核心价值观，深入推进实施“大学生心理健康素质提升计划”，进一步提高高院心理健康教育工作质量为了更好地适应职院心理健康教育发展的需要，确实加快我院心理健康教育工作的不断深入，强化师资队伍建设，创新工作思路，全面提升我院心理健康教育

工作水平，开创我院心理健康教育工作新局面。结合学院实际，积极推进我院心理健康教育再上新台阶，现制定如下工作计划。具体安排如下：

1、召开新学期专兼职心理教师工作例会。

为了更好服务学生，心理咨询室将在学期初召开学院心理健康教育工作例会，部署新学期学院心理健康教育中心咨询工作。每位心理教师做到严格按照学院要求上下班，做好学生心理档案登记与管理，心理教师必须加强自身心理健康理论和技能学习，熟悉心理咨询室工作和业务，为学生排忧解难，做一位优秀的心理教师。

2、健全组织领导，加强师资队伍建设。

3、注重发展阶段的贯通，做好教育重点。

把心理健康教育融入人才培养的每个阶段，在新生入学时，进行心理健康普查并建立心理档案、在入学教育阶段着重提高适应能力、在学生成长提升阶段着重人格塑造、在学生生涯选择阶段注重潜能激发、在学生就业毕业阶段注重职业咨询服务。同时结合青春期心理特征，开设婚恋爱情、人际交往、情绪调节等专题心理讲座，使学生在学业发展和青春成长的每个特定阶段都有心理健康教育的关怀。

(一)学习心理。包括学生的学习方法指导、思维训练、潜能开发、心理调适、对学习环境的适应等，使学生减轻学习压力、提高学习效率。

(二)建立对他人积极的情感反应，适应各种人际环境，教给学生基本的人际交往技巧等。主要教给学生正确处理好师生、生生及亲子关系等。

(三)自我调适。要引导学生正确认识自我、评价自我、帮助

其树立信心，获得积极的自我认同感。要让他们学会调节和控制自己的情绪和意志。

(四) 青春期心理。要让学生了解青春期身心发展特征、卫生常识，引导学生正确看待异性交往，培养正确的恋爱观、婚姻观等。

(五) 生活和社会适应(包括职业指导)。要培养学生具有主动适应生活和社会的各种变化的能力，提高抗挫折的心态和能力，在各种意外环境下学生能够自我保护。同时要加强对学生的职业指导，增强对预期生活方式或社会环境的适应能力。

4、深入开展青春健康教育进校园活动，彰显我院办学特色。

近几年来，我院不断拓展办学渠道，把青春健康教育作为常规教学来抓。

(一) 寻找与“青春健康教育”的恰当结合点，以增加青春健康教育的有效性，更好的为青春健康教育服务。积极汇编青春健康教育论文，形成独具安我院特色的《青春健康教育论文汇编》，以供其他老师推广学习。

(二) 落实“心理健康暨青春健康教育月活动”工作。为了更好的开展青春健康教育，使青春健康教育与教育教学活动、心理健康教育相结合相得益彰，更好的服务学生，本学期将五月份定为“第八届心理健康暨青春健康教育月活动”。四月份制定工作方案，五月份活动开展，六月份进行活动总结 and 表彰。

5、落实心理咨询工作常态，做好日常宣传教育工作。

(二) 进一步完善心理咨询室的材料和档案。咨询室材料、档案的进一步整理、完善、充实为了使心理咨询室工作朝着规范性、系统性、连续性的状态发展。本学期将继续做好上学

期的心理筛查后的回访工作，主动约请有困扰的同学前来咨询。切实做好各系部心困生的追踪反馈及危机干预工作。

(三)做好心理健康教育日常宣传教育工作。在学院日常工作中，重视营造良好的校园氛围和宽松的心理环境。按计划完成新校区的心理健康教育中心筹建工作。继续在校园广播之声、《心灵导航》简报、院心理健康教育中心网络服务平台等宣传媒介大力宣传心理健康知识，使学生时时刻刻接受着健康心理知识的熏陶，学院心理环境和谐、真诚、奋进，有力的孕育着一种健康向上的心理氛围。

(四)做好团市委分派的青年社会组织与高校学生组织结对共建项目筹建工作，一学期不少于4次活动。

(五)积极加强心理健康教育中心师资队伍和学生心理联络员队伍的建设及培训工作。

(六)根据学校实际需要，做好职护考试期间心理防护工作。在今年面临职考的学生中存在一部分原先有问题的同学和考前压力大出现心理问题的同学，因此，中心经讨论研究决定，采取在阶段考试后对职护考试学生进行筛选，针对性的进行集中辅导，提高应考学生的自信心。

(七)提高本中心的老师的教科研能力，每人完成一篇与心理健康教育相关的论文或课题。

学生心理健康及心理工作计划篇五

心理健康教育是学校素质教育的重要内容，是学校德育工作的重要方面。对全体学生开展心理健康教育，使学生不断正确认识自我，悦纳自我，增强调控自我，承受挫折，适应环境的能力。下面就是小编给大家带来的心理健康教育工作计划，希望能帮助到大家！

学校心理健康教育工作经过几年不断努力取得相当成绩，并经过实践不断摸索出一条心理健康教育工作新模式 双全互动的学校心理健康教育模式。如何使学校心理健康教育工作继续取得长足发展，如何使学校独特的心理健康教育模式再上一个台阶都是值得深思的问题。针对学校心理健康教育工作中存在的问题、结合学校心理健康教育工作的发展新要求，我们制定以下新学期的心理健康教育发展计划。

一、学校心理健康教育工作面临的挑战

1、学校心理健康教育的一个核心特征就是学校全体班主任利用班会课实践心理辅导活动课。但随着学校班主任队伍的新变动，我们发现其中有很多近几年刚毕业的大学生，也有许多是以前并没有担任班主任工作的老师加入到这个队伍中来了。但这些教师大多没有参与学校前几年对班主任进行的系统的心理辅导知识、技巧的培训。这就造成无论是班主任执教心理辅导课还是参与学校心理健康教育工作都是很困难的。

2、前几年心理健康教育工作的长足发展离不开学校关于心理课题的带动，而学校的《学校心理健康教育校本课程开发、实践和校本培训的研究》课题即将全面结题，如何确立新的科研课题，并以次作为学校心理健康教育发展的有效抓手也就成为我们现在面临的挑战。

随着社会的发展，心理健康越来越受到人们的重视，心理健康教育越来越成为素质教育的重要组成部分。大学生生活丰富多彩，在个人发展过程中难免会引发各种各样的问题。因此特举行心理健康知识讲座，增强同学们对心理健康的了解，提高对心理健康问题的认识。以知识丰富心灵，引发同学们自我关注意识，更好地认识自我，发现自我，发展自我，促进同学们健康成长和全面发展。

一、活动目的

深入心理健康教育，普及心理健康知识。让更多的大学生对心理健康有更深刻的认识，了解心理健康的实质，树立正确的心理健康观，消除心中的阴霾，拥有一个阳光快乐的大学生活。更好地帮助老师开展心理教育相关工作。

二、活动内容

主讲教师：院心理老师桂x老师

希望通过桂老师这一场别开生面的讲解，向同学们普及心理健康知识，使同学们初步认识到心理健康的概念及标准，并就在座同学分析目前大学生心理健康状况，解读出现问题的原因及如何去解决问题。桂老师此次以一个全新的角度阐述自己对大学生心理健康的认识，带领同学们认识内心世界，引导同学们重视心理健康，促使同学们对心理健康问题有一个全新的认识和更深层次的思考，以更加积极乐观的态度面对生活和学习。

三、活动对象

外语系14级全体同学。

四、活动时间

20x年3月20日

五、活动地点

e2a-103

六、工作分配

嘉宾接待：由部长负责、

维护会场秩序：由心理健康部委员负责。

现如今，我们面临着一个科技高度发达的阶段，思想文化激荡，价值观念多元，新闻舆论冲击，社会瞬息万变。我们唯有拥有健康的心理，方能鹰击长空，翱翔自如，走向成熟，参与越来越激烈的人才竞争，迎接新世纪的挑战。希望大家都能拥有一个健康的心理，以良好的心态来面对生活和学习。最后，预祝本次活动能够取得圆满成功。

经过一个学期的学习和生活，七年级的新生已经逐渐适应了初中的生活与学习，在班级内也形成了自身的交往范围。本届学生相较于前届学生具有一个特点：第一，情绪与行为较为稳定。第二，有更多的机会接触网络。第三，更容易受外界环境的影响等等。第四，人际交往更容易受他人影响，出现问题。

七年级的上学期为学生适应、融入初中生角色的关键时期，其学习习惯和方法的顺利转型，学习态度的稳定，如何在课余时间展开休闲等等心理发展问题都将在这一学期予以解决。针对以上情况，本学期安排的心理健康辅导课内容将包括青春期性教育学习心理辅导，网络辅导，人际交往辅导。另外结合上级精神及学校的具体情况根据学生的需要来设计。

随着青春期的到来，生理上的变化使学生意识到自己已经在成长、在变化，慢慢地会涉及其学习、生活的各个方面。对于个人自身来说，个体成长最为明显的标志之一就是其成人自我意识的确立，使个人非但能意识到自己的存在，还要能意识到自身与外界的各种关系，以及这种关系的价值与意义。另外，青春期到来的同时也将学习的压力与变化带给每一位青春期的学生。因此他们的学习都将在这个时期发生一定的变化。这是每个人所必须经历的阶段，也是一个需要人帮助的极具挑战性的过程。除了学习心理辅导，青春期心理辅导做为重点辅导。

教学目标是通过学习心理辅导，形成一定的学习意识，稳定学习动机态度，养成良好的学习方法与技能。意识到青春期情感的与现实之间的矛盾，通过休闲辅导，使其具备良好的休闲消费心理，养成良好的休闲习惯。通过人际交往辅导，使学生对人际交往形成一定的意识。

20x年学院心理健康教育工作总的指导思想是：紧紧围绕“宣传心理健康知识，增强心理健康意识，推进心理健康教育，营造和谐校园环境，促进学生健康成长”的总体目标，夯实基础，增加内涵，扎实做好大学生心理健康教育与咨询的各项工作，切实提高学生心理素质，促进学生全面发展，具体工作如下：

一、开展形式多样的校园心理健康宣传教育活动

- 1、利用学院宣传橱窗、广播站、报纸等宣传阵地，开辟宣传专栏，广泛宣传心理健康知识。
- 2、完善在线“心理健康”网页建设，构建网上心理健康教育平台。
- 3、邀请校外专家举办一次心理健康教育专题讲座。
- 4、指导各班级心理宣传员有计划、有针对性地召开心理健康教育主题班会。

二、加强心理健康教育软硬件建设

- 1、完善大学生心理健康教育的规章制度建设，进一步规范心理咨询、危机干预等各项工作流程。
- 2、坚持心理咨询教师值班制度，继续开展心理咨询与辅导。
- 3、加强心理健康教育工作队伍建设，组织开展心理咨询兼职

教师业务研讨与培训。

4、指导大学生蓝曦心理协会开展有关心理健康宣传教育活动。

5、根据实际，调整学院心理健康领导小组，指导各系组织成立心理健康辅导站，并明确各级组织的职责，共同做好心理健康教育与疏导工作。

三、组织开展第五届“5.25”大学生心理健康教育宣传月活动

1、举办一次全院心理辅导员和班级心理宣传员心理健康教育培训活动。

2、开展一次心理健康主题有奖征文活动。

3、举办心理健康知识图片展，介绍心理健康知识。

4、举办一次心理健康签名活动，积极营造人人关注心理健康的良好舆论氛围。

四、做好大学生心理咨询个案管理工作

1、继续做好学生心理状况普查工作，同时对普查结果进行分析研究，对需要重点关注的学生做好预约咨询工作。

2、对突出心理问题学生的管理以名册、档案、重点案例分析等形式为主，建立特殊学生心理档案，做好个案研究，有针对性地采取相应措施。

总之□20x年大学生心理健康教育工作要紧紧围绕学院党政工作要点提出的各项目标任务，坚持以人为本，切实关注学生心理健康，有效提高学生心理素质。进一步完善心理健康教

育组织体系，发挥各系在心理健康教育工作中的作用，积极开展形式多样的心理健康教育活动，努力培养心理健康、人格健全的大学生。

心理健康教育是以健康为目标，以卫生科学、体育科学为内容的教育，也是向幼儿进行保护自己身体和促进心理健康的教育。幼儿身体各个器官的生理机能尚未发育成熟，各个组织都柔嫩，其身体素质还相当薄弱；同时，他们又处于生长发育十分迅速的时期，这有利于幼儿培养发展良好的身体素质。教师为他们提供良好的保育和教育则有利于幼儿形成有益终身的健康行为方式。

首先：在幼儿健康教育的过程中，必须丰富幼儿的健康知识，教给幼儿促进和保持健康的方法行为，从而使幼儿养成良好的生活习惯，卫生习惯和体育锻炼习惯。

可以用丰富的知识、动作和行为练习、讲解示范、体育游戏，训练行为，培养习惯等方式进行。

其次：在幼儿健康教育的过程中，要发挥健康教育的各种功能。

1、结合日常生活进行

2、与其他学科结合进行

使其变得生动活泼，符合幼儿心理特点。例如：将健康知识用儿歌形式传授等……

最后：在培养幼儿健康行为过程中，要集体与个别教育相结合。先针对群体进行教育，改变整个群体的行为卫生习惯，来影响个体行为的形成，“大家都这样，我也要这样”。再针对个别特殊幼儿多提醒、多关心、多指导，使整体幼儿获得全面的健康教育。

在制定本计划的最后，还要考虑到幼儿健康教育必须得到家庭的积极配合，才能使幼儿健康教育起到事半功倍的作用。

健康教育内容如下：

一、体能

1、能运用各项基本动作做游戏

2、指定范围内走和跑；四散走和跑；在直线、曲线上走和跑；双脚向上跳、投掷、爬行等。

2、基本体操会听音乐做模仿操；会一个跟一个排队；会一个跟一个走圈。

3、体育器械的运用及操作会玩滑梯、荡椅、攀登架等大型体育器材；会滚球、传球；会骑三轮车等。

4、愿意参加三浴

5、愿意参加各项体育活动及游戏

学生心理健康及心理工作计划篇六

在新学期认真贯彻学校心理健康的有关精神，积极配合院阳光心理工作部的'各项工作，推动我系心理健康教育工作的开展。

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。

学生心理健康及心理工作计划篇七

在我校的德育部门的大力支持下，在区德育部的领导下，本学期的工作如下：

一、教学方面

二、心理咨询室方面

1、严格按照辅导原则要求自己，做好学生的心理辅导工作，并整理好咨询记录。2、积极参加省市对心理教师的培训，提升自己的业务能力。

三、其他方面

1、配合班主任做好学生的心理工作2、组织学生建立心理社团，编排心理剧。

四、教学计划

8、如何克服考试焦虑

学生心理健康及心理工作计划篇八

我校的心理健康教育工作，将以《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》和教育部《中小学心理健康教育指导纲要》为指导，以完善学校心理健康教育的组织机构和工作机制为保障，以提高教师的心理健康水平、促进学生健全人格发展为目标，紧密结合新课程改革精神，不断加强学校心理健康教育工作，努力提高学校心理健康教育的质量和水平。

1、面向全体学生，立足于学生发展性、预防性的心理健康教育，做到预防、疏导为主，干预、治疗为辅。加强每月最后一周心理健康班会课的指导与研究工作。

2、密切与班主任的联系，争取每个班主任每学期能专门开2次心理健康专题班会。

3、认真细致地做好个别咨询辅导工作，力求在个案上有所突破。

1、积极开展心理咨询工作心理咨询是心理咨询室的主要工作之一，我们积极开展针对学生和老师的个体咨询和针对学生的团体咨询。做好学生的个别辅导工作，为来访的学生提供咨询，对学生在成长，学习和生活中出现的心理行为问题给予指导，帮助他们排解心理困扰。每周一、三、五下午咨询室有咨询老师值班。

2、加强每月最后一周的心理班会活动课每月最后一周的心理班会活动课是我校心理健康教育的一大特色，是针对全体学生进行的心理健康教育活动的。本学期要让心理班会成为培养学生积极心理品质，促进学生健全人格发展的主阵地。根据低、中、高不同年段学生的特点开展系列性、主题性的心理健康教育辅导活动。

3、针对师生心理发展的需要积极开展心理讲座心理讲座是有效的心理教育途径，特殊的空间和环境能起到积极的放大式的教育效果，互动与沟通多种思想的融合是讲座的优势，所以应该加强校园心理讲座。本学期从以下几个方面开展工作：

(1) 针对初一高一新生的适应学校生活的心理教育。

(2) 针对毕业班学生开展考前心理调适。

(3) 开展针对班主任的心理讲座。从学生的心理特点、心理

发展规律、心理诉求等进行介绍和讲解，促进师生关系的改善，促进和谐班级建设。

(4) 利用家长学校授课宣传家庭心理教育的有关内容。

5、尝试开展网络咨询，开通心理咨询专用qq□由专任教师负责全天候值班，解答不愿当面咨询的学生问题。

九月份：

- 1、 制订并讨论学期心理健康教育工作计划。
- 2、 为迎接县市文明办检查作各项材料的整理工作。
- 3、 心理健康教育班会活动。（重点：初一高一新生学校生活适应性心理教育）

十月份：

- 1、 初中学生青春期心理健康教育专题讲座。
- 2、 心理健康教育班会活动。
- 3、 出好心理健康教育专题黑板报

十一月份：

- 1、 利用家长会向家长宣传“家庭心理教育”的有关内容
- 2、 心理健康教育班会活动。

十二月份：

- 1、 开展针对班主任的心理讲座。

2、 心理健康教育班会活动。

元月份：

1、 心理健康教育班会活动。

2、 做好学期总结及资料积累和个案分析、心理档案建立工作。

3、 各类资料整理、归档。

三月份

1、 心理咨询室新学期宣传（主管校长国旗下的讲话）

2、 出一期心理健康宣传板报

四月份

1、 就特殊个案咨询与班主任交流

2、 利用班会进行团体心理辅导；

3、 校第三届百佳“阳光少年”评选工作开始

五月份

1、 初三中考考前心理辅导

2、 高三高考考前心理调适

六月份、

1、 校第三届百佳“阳光少年”颁奖大会（六一节）

2、 做好学期总结及资料积累和个案分析、心理档案建立工作。

3、 各类资料整理、归档。

学生心理健康及心理工作计划篇九

在新学期认真贯彻学校心理健康的有关精神，积极配合院阳光心理工作部的各项工作，推动我系心理健康教育工作的开展。

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。