

心理健康教育工作计划小学一年级 小学 心理健康教育工作计划(模板7篇)

计划可以帮助我们明确目标、分析现状、确定行动步骤，并在面对变化和不确定性时进行调整和修正。计划为我们提供了一个清晰的方向，帮助我们更好地组织和管理时间、资源和任务。这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

心理健康教育工作计划小学一年级篇一

认真贯彻省、市、县关于学校心理健康教育的有关精神，根据小学教育的特点和小学生心理发展的规律，通过各种途径继续认真开展小型多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生获取心理健康的初步知识，促进学生人格的健全发展。

通过心理健康教育，不断转变教师的教學理念，改进教育、教學方法，改进班主任方法，提高德育工作的针对性，学科性和实效性，为学校实施素质教育营造良好的心理气氛。

1. 注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作。
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. 做好班级保健的培训工。作。
4. 不断丰富教师的教學策略，有效提高教育教學水平
5. 重视心理辅导试点班的实践研究工作，以点带面开展研究活动。

6. 认真开展心理健康教育试点班的课程活动。

7. 做好家长学校的心理健康知识讲座。

8. 充分利用班队会加强对学生的心理健康教育。(每学期最少开设四节以心理健康为内容的主题班队会)

1. 组织教师学习有关心理健康教育资料，进一步提高认识，充实自我，掌握基本的心理辅导知识、方法、形式等，并提倡全体教师在自己的工作实践中运用心理知识及教育方法，不断丰富自己的教学策略，提高教育教学水平。

2. 继续通过家委会、家长会组织学习学校心理健康教育的有关内容，使家长逐步认识到对学生开展心理健康教育的重要性，不断地提高家长对学生进行心理健康教育的素质。

1. 加强心理咨询室的常规建设，做好学生心理咨询工作，并能有所侧重地进行跟踪调查，建立心理档案。

(1) 学生自愿前往咨询

(2) 班主任老师推荐

(3) 辅导老师访谈

2. 开通“心语热线”，进行电话咨询辅导。

3. 在学校宣传窗设立“心灵广播”栏目。

4. 对全校学生进行心理辅导知识讲座。

5. 在家教指导活动中，举行专题讲座，让心理健康教育走进千家万户，使家校教育形成合力，促进亲子沟通，进一步提高学生的心理素质。

6. 积极发挥课堂主渠道作用，各班班主任要利用二会一课进行心理健康教育。

1. 试点班老师要善学、勤学，阶段性地进行调查研究和分析，并在班主任例会中进行交流，帮助他们不断提高认识、开拓思路、更新方法。

2. 试点班进行心理健康教育课展示。

3. 试点班要重视调查分析、研究，并进行个案分析，不断地积累资料，逐步在校内进行推广。

1. 制订并讨论学期心理辅导工作计划。

2. 做好心理健康教育的宣传和氛围建设工作。

4. 开通“心语热线”。

5. 举办青春期心理卫生讲座(六年级学生)

6. 出好心理健康教育专题黑板报□

7. 开展心理健康辅导示范课活动

8. 利用家长会向家长宣传“家庭心理指导”的有关内容。

9. 做好学期总结及资料积累和个案分析

10. 心理档案建立工作。

以教育部的《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》、《中小学心理健康教育指导纲要》的重要文件为指导，认真贯彻□z市中小学心理咨询室建设与管理暂行办法□□□z市中小学心理健康教师培训与上岗资格认证方案□□□z市推进中小学

心理健康教育实施意见》等文件精神，结合我校学生实际开展学校的心理健康教育工作，力求把我校的心理健康教育推上新台阶。

1、坚持以人为本，根据学生心理特点及发展规律，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。

2、立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，尊重学生、理解学生。

3、提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4、对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

学校心理健康教育不是心理健康教师一个人的事，是所有学校教育工作者的事，所以学校应成立以心理健康教师为主，班主任教师为辅，其他教师为基础的学生心理健康教育战线。

1、团体辅导。

利用每班的健康课，为学生提供全面的帮助，主要为塑造班级集体良好的氛围和集体的良好行为，激发群体向上的精神。

2、设立“心语信箱”。

开设心理咨询室，接受以学生个体或小组为对象的咨询。心理咨询室有专任教师负责和专门的工作计划，固定的开放时间，固定的场所。根据心理咨询室建设要求，布置合理的环境，除了符合心理辅导的要求，还要考虑儿童的审美特点，

让学生一进门便喜欢它。

3、个案教育。

以智优学生、智力临界学生、模范学生、问题较多的学生作为个案对象，以本人知道或不知道两种方式研究。采用跟踪研究，合作的方式进行。

4、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心理健康教育，我们利用家长学校、家长开放日、等多种途径，坚持不懈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。

5、指导小学生进行自我心理健康教育

提高心理健康课实效，心理健康老师应重视指导小学生学习简单有效的自我心理健康教育的方法：

(1)学会放松。要使小学生知道紧张是正常的心理反应，是可以通过想象、转移注意力、调整呼吸、体育活动、听音乐、唱歌、阅读、睡觉等方法调节放松。

(2)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。

(3)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，对心理健康成长有很大的帮助。教师和家長要尊重孩子的隐私，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。

总之，我校将进一步加强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教育，促进全体学生的健康发展。

心理健康教育工作计划小学一年级篇二

做好相关的防溺水工作，我园特制定以下防溺水工作安排：

通过会议，让教职工明确防溺水工作与自身的密切关系，教师学习相关的救护知识及安全提示要点，近期把防溺水安全工作做为安全教育的重点。

各班结合班级幼儿年龄设计相关的主题教育，主题教育可结合新闻、图片、儿歌、小常识等让幼儿直观易懂，放学后做好幼儿的口头提示教育，将防溺水的警示时刻深入幼儿心中。

幼儿园小朋友年龄小，无自我保护和救助能力，监护人要发挥好监护作用和家庭教育作用，园通过发放防溺水告知书并回收回执单，假期家长会，把防溺水也作为宣传的重点，让家长有良好的防溺水意识和明确自身责任，切实落实家园共防。

心理健康教育工作计划小学一年级篇三

加强中职学生心理健康教育，是适应21世纪竞争日趋激烈，培养同现代化要求相适应的高素质的劳动者和数以千万计的专门人才的必然要求。也是针对当前我国中职学生存在的心理素质方面的弱点，进一步提高其心理素质水平，实施素质教育的现实需要。

学校心理健康教育是当前中职学生素质教育的一项重要基础

工作，是现代中职学校教育的一个重要组成部分。本着“成长比成绩重要，成人比成才重要”的理念，学校牢固树立以学生的成长和发展为中心，教书育人并重的思想，切实促进学生身心和谐健康发展。为此，围绕“增强教师心理教育意识，提升心理教育能力；帮助学生提高心理素质，发展健全人格”这一中心，将校心理健康教育工作计划如下。

二、工作目标

- 1、坚持以人为本。根据学生心理特点及发展规律，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。
- 2、立足教育，重在指导。遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，尊重学生、理解学生。
- 3、提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。
- 4、对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

三、具体要求

1、深化理论学习研讨

(1)加强心理健康教育教师的业务学习培训工作。心理教师除参加业务研讨活动和围绕“团体心理辅导和个别心理辅导”的主题外，还积极参加各种其它形式多样的学习活动，使自己成为能带动本校开展心理健康教育的行家里手。

(2)学校将对教师进行的“心育”理论学习辅导，纳入学校业

务学习范畴加以管理。九月份，在本校心理教师的协助下，组织全体学生开展“爱祖国，爱父母，爱师长”活动；十月份进行个别教育辅导的知识、方法等”专题学习研讨；十一月份准备参加市心理健康表演课；十二月份组织班主任学习团体心理辅导的理论与实践。

2、合力探索实践提高

(1)在主题心理活动的基础上，本年度继续深入以“学生在生活、学习和人际关系中所存在的普遍问题”为内容，各班主任在学习有关心理健康教育理论的基础上，把心理健康教育和班会结合起来，组织高一班级上好团体心理健康辅导公开课，帮助学生排忧解难，增强学生自我教育能力。

(2)开展《个别心理辅导的困惑调查及对策》的课题探究，选材要尽量使心理学内容贴近学生生活实际，用一些通俗易懂的例子帮助解释，将身边的现象用心理学观点去分析，以便学生更好地了解、接受心理知识，并在方法上努力做到既实用又便于操作。

(3)学校将创设积极的校园心理环境，继续规范“心理信箱、心灵广播、培养心理委员”等心理健康教育日常工作。同时，本学期为学生开展一次以上的心理健康知识讲座或心育常识普及活动。做到使心理知识有宣传阵地；心理困惑和心理问题有疏通渠道；心理经验有分享空间，努力让学生在生活、学习中随时保持正常的心态。

四、具体措施与办法

1、继续发挥心理健康教育学习网的学习、教研的平台功能，同步提供相关的信息资源和业务参考学习资源。

2、加强心理教师的业务学习，日常业务学习具体采取“个案解析、备课研究”等形式，完成学习和实践任务。

- 3、举行“青年教师心理健康表演课”活动。
- 4、学校将创设积极的校园心理环境，继续规范心理健康教育日常工作。
- 5、指导家庭进行心理健康教育。

中职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，中职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，中职学生心理健康最后要归结于此。因此，利用家长学校、调查问卷，指导家长开展中职学生家庭心理健康教育。

心理健康教育工作计划小学一年级篇四

1. 组织教师学习有关心理健康教育资料，进一步提高认识，充实自我，掌握基本的心理辅导知识、方法、形式等，并提倡全体教师在自己的工作实践中运用心理知识及教育方法，不断丰富自己的教学策略，提高教育教学水平。
2. 继续通过家委会、家长会组织学习学校心理健康教育的有关内容，使家长逐步认识到对学生开展心理健康教育的重要性，不断地提高家长对学生进行心理健康教育的素质。

(二)认真做好学生心理辅导及心理咨询工作。

1. 加强心理咨询室的常规建设，做好学生心理咨询工作，并能有所侧重地进行跟踪调查，建立心理档案。

咨询途径：

- (1) 学生自愿前往咨询
- (2) 班主任老师推荐

(3) 辅导老师访谈

2. 开通“心语热线”，进行电话咨询辅导。
3. 在学校宣传窗设立“心灵广播”栏目。
4. 对全校学生进行心理辅导知识讲座。
5. 在家教指导活动中，举行专题讲座，让心理健康教育走进千家万户，使家校教育形成合力，促进亲子沟通，进一步提高学生的心理素质。
6. 积极发挥课堂主渠道作用，各班班主任要利用二会一课进行心理健康教育。

(三) 重视试点研究，增强科研意识

1. 试点班老师要善学、勤学，阶段性地进行调查研究和分析，并在班主任例会中进行交流，帮助他们不断提高认识、开拓思路、更新方法。
2. 试点班进行心理健康教育课展示。
3. 试点班要重视调查分析、研究，并进行个案分析，不断地积累资料，逐步在校内进行推广。

心理健康教育工作计划小学一年级篇五

一、指导思想：

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，国家教委新制定的高中德育大纲中已明确将心理健康教育作为高中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。

二、具体目标：

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会）

三、内容要求：

1、学习心理与智能发展指导。

（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。

2、情绪、情感、情操教育。

(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。

3、坚强意志与承受挫折的教育。

(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。

(4) 引导学生正确应对挫折与困难。

4、自我意识、人际交往及性教育。

(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。

5、人格养成教育。

(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。

四、学校心理健康教育的途径。

(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学校的心理老师进行沟通、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。

高中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，高中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，高中生心理健康最后要归结于此。因此，学校、家长应该合力重视高中生的心理健康教育，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，指导家长开展高中生家庭心理健康教育。

(6) 指导高中生进行自我心理健康教育。

指导高中生学习简单有效的自我心理健康教育的方法：

a□学会放松。要使高中生知道紧张是正常的心理反应，是可以通过想象、转移注意力、调整呼吸、体育活动、听音乐、唱歌、阅读、睡觉等方法调节放松的’。

b□与人谈心。要使高中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。高中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。高中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，重视高中生自我心理健康教育，利用一切资源开展高中生心理健康教育，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。

五、每月具体工作安排如下：

3月：

- 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”。
- 4、利用“红领巾广播站”进行心理健康知识专题讲座。

4月：

- 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。

5月：

- 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：

- 1、心理健康教育学期工作总结。
- 2、心理健康教育档案资料汇总整理。

心理健康教育工作计划小学一年级篇六

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。

3、学校在完成静安区中小学心理健康教育三年发展规划(20__-20__年)的交流总结已经结束，如何针对前三年发展规划中存在和新发现的问题展望新的三年规划，是区里每个学校应该思考的。

4、上海市许多学校开始试点“生命教育”，就心理健康教育和生命教育之间的联系，学校也可以考虑如何在心理健康教育工作中如何有效融入生命教育。

5、如何调动学生的积极性，使学生也踊跃加入到学校心理健康教育的队伍中来，如何完善学校的心理社团。

二、新学期学校心理健康教育工作计划

1、对新一届班主任队伍进行心理健康教育的知识、技能的培训。整合各种有效资源，比如邀请专家、学校心理老师、以及前几期接受过培训的班主任对未接受过培训的新班主任进行培训。内容可以适当精简为关注学生心理、如何上好心理辅导活动课、关注自身心理健康建设等几个与班主任工作休戚相关的几个内容。

2、结合新教材的教学，发展学校“双全互动”模式。仅把学校的班主任队伍调动起来，还远远不能达到“促进全体学生

的全面心理健康发展”的要求。学校的每个人都可以成为心理健康教育工作者。心理健康教育的学科渗透可以充分调动课任老师对学生心理健康发展的关注。“双全互动”模式也可以由原来的班主任全员参与心理健康教育发展成为教师全员参与。学校的预备年级和高一正在实施新教材的教学，也为我们结合新教材组织这两个年级部分学科的老师就本学科中心理健康教育渗透进行探讨提供有利契机。从寻找学科教学目标中的关于心理的部分、实现这些心理目标的教学方法和教学组织等方面进行积极探索。

3、发挥班主任力量，干预学生家庭教育。学生的心理健康的发展是个系统工程，不仅需要学校班主任、任课教师的努力，还需要家庭教育的积极配合。但许多家长对如何关注孩子的心理健康发展还不是很了解，这样就容易采取一些不正确的教育方法，不仅不能作为我们学校教师的有利支持，有时候反而会抵消我们的教育效果。所以我们可以尝试利用班主任和家长的密切联系关系，让接受过心理健康教育培训的班主任对学生家长进行有效指导。当然这也仅仅是一种设想，我们可以以一、两个年级进行试点，探讨其可行性及操作方法。

4、发展学生心理社团。以前因为学生的活动时间有限，将学生社团的社员组织起来比较困难，学生心理社团一直得不到有效发展。本学期结合心理老师的高中选修课任务，一方面为对心理感兴趣的选修课学生进行关于心理方面教学，一方面可以利用这个时间将学生心理社团发展起来。

5、保证学校心理常规工作的有序。坚持日常的咨询、对起始年级的学生进行心理测量等、心理课教学等常规工作。新学期结合学生心理社团进行心理广播。

6、积极配合学校和学校政教部门的工作。

心理健康教育工作计划小学一年级篇七

教育

工作的开展有如下的计划：

第一，上好高二心理课，不断改善教学资料与形式。20__学年度，我将继续努力上好每节心理课，争取做到每节心理课学生都能够得到必须的收益。为此，我打算在原有教学资料与教学设计的基础上不断改善与完善。首先，收集更多的教学案例与课件资料，整合资料中的精华资料，对这些资料进行整理与重组，为我所用。其次，对自我旧的教学设计进行改造与创新。我打算本学年度要在原有的教学资料与形式进行大胆改造，原先精彩的部分保留，不适宜的资料与形式要抛弃，重新来进行设计。

再次，探索适合学生心理需要的新资料。每一届学生他们的心理需要与年龄特征虽然大体相同，但在细微处却有较多的不一样，所以，我要在细微处做文章，同样的资料能够有不一样的讲解方法，尽量做到切合学生的实际，满足学生的心理需求。

第二，做好心理咨询工作，及时为学生排忧解难。20__学年度，我将继续做好学生的心理咨询工作。做到心理辅导室按时开放，热情接待来访学生，耐心倾听学生的烦恼，为来访者供给心理上的支持，与来访者一齐寻找解决问题的方法；咨询完成后及时做好咨询记录，并对咨询过程进行反思，为下次咨询做好准备；整个咨询结束后，注意对学生进行随访，以便及时了解咨询效果，有反复的要及时进行干预或转介。

本学期高一学生刚刚进入新的环境，可能会有各种不适应的情景出现，所以在开学初，我计划经过各种途径向他们宣传心理辅导室的功用，使他们在遇到问题时能寻求心理教师的帮忙，及时解决自身的心理烦恼与困扰。

第三，开设好心理拓展课，培养学生心理咨询员。20__学年度，我要吸取11学年开设心理拓展课的经验教训，努力让选修心理拓展课的同学学习到有用的心理知识，提高他们的自我认识，增强他们的综合本事，培养他们助人的意识和精神，使他们真正成为心理教师的好帮手。

首先，严格挑选选修心理拓展课的人员，有重点地加强对他们的培训与指导，使他们每个人都得到锻炼的机会；其次，对原先的教学单元进行调整与改动，根据上一学年学生的反馈意见对教学资料进行调整与改动，从而使自我的教学资料更加完善与合理。再次，适当增加课外活动时间，本学年我将根据教学资料选择教室内外相结合的教学环境，比如一些团体游戏活动，需要大的活动场地，可选择在室外进行，增强学生参与的兴趣和进取性。

第四，进取开设市县级的公开课与比赛课，提高自我的教学本事。20__学年度，我将继续进取申报开设县级公开课和比赛课，每一次公开课或比赛课，对自身来说都是一次锻炼，一次成长。经过课后的研讨，听取兄弟学校专家与同行的提议与意见，你能更好地了解自我的优点与缺点，改善自我教学中存在的不足，以便使自我更快成长为一名成熟的心理教师。本学年度，我将要参加上海市心理辅导活动课大赛的评比，这是一次难得的锻炼自我提高自我的机会。我将尽自我最大的努力做好比赛的准备，不管结果如何，我想我都将会获得很多的经验和感悟。

教育

在师生中的影响力，并且能够培养学生良好的心理素质、健康的生活态度与正确的价值取向。除了这些竞赛活动，我们也将进取鼓励学生参加其它一些市县级心理评比活动，以便使学生在丰富多彩的心理活动中，不断增强自我的心理素质，提高自我的健康水平。

第六，办好心理小报，宣传心理健康的基本知识。20__学年度，我计划将心理小报原先的栏目进一步完善，在资料选择上严格要求，切实做到知识与趣味相结合，可读性与实用性相结合，使心理小报成为学生课余生活的精神粮食之一；同时，我将继续发挥心理社团成员的带头作用，让他们在课余时间收集心理小报的资料，构思心理小报各栏目资料，使心理小报真正贴合学生的心理需要；还有，我将进取发动学生投稿，丰富心理小报的资料来源，并对征用的稿件进行署名，提高学生参与的进取性。除此之外，我还将继续发挥学校广播台、学校网、宣传栏、民本校报等的宣传作用，向全校师生宣传心理健康的基本知识。

第七，加强对班主任和家长的培训与指导，扩大对学生的心理辅导力度。本学年度，我将在德育处领导的支持下加强对班主任培训，并当作学校的一项制度来执行。经过培训，让班主任了解高中生的心理特点，了解学生中普遍存在的问题，及时发现本班学生中存在的异常心理状况，并进行有效的沟通与疏导，避免学生严重心理问题的产生，构成班主任工作的艺术性和有效性。有些学生的问题跟家长的教育方式或家庭环境有很大关系，所以本学年度我将加强与家长联系的主动性，经过家长会议、家长学校对家长进行心理知识的培训与家庭教育的指导，经过电话或面谈的方式了解来访学生的信息，从而做到对学生的问题进行更加客观的评估。

第八，做好教育科研工作，总结反思经验教训。作为一名教师，除了要上好课，还要提高自我的教育科研水平，提升自我的理论素养。20__学年度，我将继续做好教育科研工作，总结和反思工作经验和教训，并将之转化为文字，写成心理案例和论文，向各种教育和心理类的杂志投稿。

经过两个暑假的集中学习，我已完成华东师范大学教育硕士的课程学习，现阶段的任务是毕业论文的开题与研究工作。我将以此为依托，在导师的悉心指导下，认真做好课题研究和论文撰写工作，为今后开展课题研究积累宝贵的经验。

总之，成绩是过去的，未来还需继续努力，不断地实现自我超越，永不停止前进的脚步。