

# 2023年小学健康教育工作方案及措施 小学心理健康教育工作方案(实用5篇)

无论是个人还是组织，都需要设定明确的目标，并制定相应的方案来实现这些目标。方案的格式和要求是什么样的呢？以下是我给大家收集整理方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 小学健康教育工作方案及措施篇一

以发展性心理健康教育与积极心理学理念为导向，围绕主题，广泛开展各类在线心理健康教育活动，宣传普及心理抗疫知识，营造良好校园心理防疫氛围，提升学生心理免疫力，促进学生健康成长。为了缓解因疫情期间生活方式、学习压力、心理健康等因素导致的学生压力，帮助学生及家长尽早尽快适应学习变化，减少意外发生，我校制定xx小学加强疫情期间学生心理健康教育工作方案如下。

成立xx小学疫情期间学生心理健康教育工作领导小组，由党支部王莉娜书记、校长张宝红任组长，周娜副校长、张文艳副校长任副组长，全面负责学校疫情期间学生心理健康教育工作的组织领导。组内成员主要为心理老师王喆、郑方圆，年级组长李招、于晓波、于广权以及十五位班主任老师。

### （一）开展培训

#### 1、召开领导小组会议

召开学校领导班子会议，将xx小学加强疫情期间学生心理健康教育工作纳入会议议程，高度重视此项工作，全力配合抓好学生心理工作。

#### 2、开展班主任培训

开展班主任培训，讲解学生心理知识，布置学校将要开展的各项心理工作，为工作的扎实有序进行打下基础。

## （二）学生情况评估

摸底排查学生心理情况，由班主任排查反馈班级中学生存在的心理问题，建立学生辅导个案，积极家校联合，共同帮助学生解决心理困惑。

## （三）开展心理主题教育月活动

### 1、举办心理健康教育月启动仪式

利用学校公众号做好宣传，教育全体同学关心呵护自己的心理健康同时关注他人心理健康，营造良好的氛围，共克时艰，打好防范疫情攻坚战。

### 2、举行升旗仪式

举行升旗仪式，教育学生积极面对心理压力，寻找合理的疏解方法。

### 3、广播宣讲

开展《开学了你做好准备了吗》疫情心理健康教育讲座，利用广播的形式帮助学生梳理开学后需要进行的调整，鼓励学生梳理自信心，以积极的心态完成好学业任务。

### 4、学生讲座

聘请校外心理专家进行专业辅导讲座，帮助学生解决心理困惑。

### 5、开展班会教育

在班会中开展教育，设计各种环节在欢乐的气氛中帮助学生调整疫情期间压抑的心理状态，鼓励学生积极面对学业生活中的困难。

## 6、积极做好宣传

广泛利用好电子屏、电子宣传栏和公众号，在学校内开展有力宣传，教育学生积极心理知识，用温暖的语言感染鼓励学生。

## 7、利用心馨小屋进行个体辅导

利用心馨小屋开展个体辅导，学生借助心理书籍、沙盘游戏、宣泄器材等方式，疏解心理压力。

## 8、家长指导

利用家长群对学生家长进行指导教育，营造家庭教育与学校心理教育并举的氛围。

## 9、拍摄微视频。

创新心理健康教育的形式和载体，以丰富的手段和方法开展心理健康教育，聚焦抗疫期间真实发生的故事、行为、经历，面向学生征集“抗疫心情故事”微视频，以视频的方式讲述抗疫期间感人故事、心灵成长故事。拍摄形式不限，需要有拍摄人自己的讲述，讲述收获和感悟（可以使用旁白或者文字），时间为不超过5分钟，分辨率不低于960\*400，采用mp4格式，片头有视频名称，片尾有制作人及参与人姓名，内容积极向上，文字脚本一并上交。面向教师征集疫情期间“我的心理微课”微视频。举办首届河西学子心育节活动。5月25日确定为河西学子心育节，评选出学生“抗疫心情故事”微视频优秀作品通过网络展示。

## 10、举办“花裙子节”

利用礼拜五学生自由穿着可不穿校服的机会，鼓励学生在不攀比的条件下，衣着干净大方彰显个性，让学生心怀美好，传递阳光，创造欢乐。

### （四）毕业年级辅导

针对毕业年级开展解压心理辅导，利用多种形式帮助学生以积极的心理状态顺利完成小升初。

## 小学健康教育工作方案及措施篇二

为了更加准确掌握学生心理健康状况，防止学生因心理问题引发心理疾病和突发事件，提高心理危机预警和干预工作的有效性，进一步做好学校心理辅导工作，及时帮助心理异常学生摆脱心理困扰，进一步加强学生心理辅导工作，我校按照上级要求，我校根据实际工作情况制定心理健康教育工作的实施方案如下：

为了将此项工作落到实处，强化责任意识，我校成立了小学学生心理健康教育领导小组，成员及分工如下：组长：韦刚举（校长）

职责：全面负责我校心理健康教育工作的管理和实施工作  
副组长：郭泽坚（德育副校长）

职责：负责我校心理健康教育工作的宣传工作

副组长：韦原成（政教主任）

职责：负责我校心理健康教育工作的实施工作

成员：各班主任

职责：分别负责本班学生心理健康教育的实施。

按照上级部署，我校随即对所有学生进行一次细致的心理健康状况的摸底工作，对学生学习和生活中的矛盾，人际交往和情感情绪等健康问题进行细致的排查。我校采取调查法、访谈法等方法对全校574名学生进行全面摸底，排查。经过细致的排查，排查学生学习矛盾5起，生活矛盾9起，情感情绪问题3起，经过老师耐心细致的心理疏导，以上问题已经全部化解。

### 1. 开设心理辅导活动课。

选取充分适合学生的实际需要的心理教育题材，以教学班为单位，对学生的认知，情感、态度、行为各方面有目的的施加积极的影响。以教学班为活动单位，便于组织管理，且能使班级全体学生在辅导活动中受益，将心理辅导列入课程，也使这项工作的开展，在人员、时间上有了保证，因此比较正规。学生接受辅导的面广，有利于整体提高。

### 2. 个别辅导。

个别辅导是辅导教师通过与学生一对一的沟通互动来实现的专业助人的活动，是团体辅导的有益补充。我校采取的主要的方式有心理咨询、知心老师信箱、家访、班主任电话、个案研究等。

### 3. 团体辅导。

其成员多为同年级的、同年龄学生，且有类似的待解决的心理困扰。小组由学生自愿结合形成，推举热心于活动、态度热情、工作负责的同学当组长。应该强调指出的是，组织学生参与各种社会实践活动是学校心理辅导的一条重要途径。

### 4. 举办有关的知识讲座。

通过有关的知识讲座，结合校本课、校刊，向学生传授、普及心理辅导有关知识，对于帮助学生，正确认识自己，有效地调控自己心理和行为。

#### 5. 在各学科中，渗透心理健康教育。

各科教师在学科教学中履行好班级团体领导者的角色，通过新型师生关系的确立和鼓励学生进行合作式学习，在学科教学中渗透心理教育因素，促进学生成长。

#### 6. 利用社会、家长、学校进行心理健康教育。

利用网络、社会主要事件，任务对学生进行心理健康教育，通过家长学校、家访、家长会对家长进行正确的家庭教育方法疏导，帮助其重视子女心理健康教育。

#### 7. 开展宣传教育，普及心理健康知识。

我校将心理健康教育知识通过宣传栏、板报等宣传方式进行宣传，扩大心理健康教育工作的影响。让更多学生了解心理健康教育对个人发展的益处，及时与辅导老师沟通交流，提高自己的心理健康水平。

#### 8. 充分利用好互联网加强对学生的心理健康教育。

互联网已经成为现代人生活中不可或缺的重要组成部分，因此我校将利用互联网做好该项工作。一是利用网络上的优质资源为学校心理活动服务，由于我校没有专业心理健康教师，束缚了我校心理健康教育的开展，因此可以利用网络学习相关专业的知识、方法，用于心理健康教育的实施。还有也可以利用网络加强师生、家校联系，促进我校心理健康教育的有序开展。

## 小学健康教育工作方案及措施篇三

为了使学生具有良好的心理素质，拥有健康快乐的生活环境，我校以“阳光心灵，快乐成长”为主题，开展系列心理健康教育系列活动。通过本次活动，以加强师生心理素质教育，促使师生科学地认识心理健康，了解心理健康知识，学习心理调适的基本技巧，努力营造“人人关注心理健康，人人参与心理健康”的良好氛围，促进学校心理健康教育进一步广泛深入开展。

阳光心灵，快乐成长

“我健康，我快乐”

- 1、面对全体学生，开展预防性和发展性为主的心理健康教育，引导学生关注心理健康，培养良好的心理素质。
- 2、面对全体老师，开展宣传教育活动，引导教师在教育教学过程中关注学生心理健康，普及学生心理健康教育的知识和技能。并通过维护心理健康知识的宣传，提高教师个人职业心理素质。

组长：

副组长：

20xx年xx月

心理咨询沙发；照相机；话筒；报纸等。

一、宣传小学生心理健康知识

内容包括：

- 1、小学生如何养成良好的行为习惯。
- 2、小学生自我情绪调节的途径。
- 3、如何建构良好的同伴关系。
- 4、我校学生感恩操以及心理健康教育活动照片

宣传方式：

- 1、国旗下讲话
- 2、红领巾广播站

二、“感恩母校，放飞理想”团队心理辅导活动(负责人□xxxx)

参与人员：全校学生

## 小学健康教育工作方案及措施篇四

健康教育是学校教育的重要组成部分，各中小学要健全和完善健康教育领导组织，配备好健康教育师资，加强卫生室建设。要按照《中小学健康教育指导纲要》确定的目标和基本内容，开设好健康教育课，在各学科中有意识渗透健康教育知识。每学期要安排6—7课时健康教育学科教学，做到开课率、课时、教材、教师和教案、考核和评价“五落实”。使健康教育开课率达到100%，健康知识知晓率和健康行为形成率达到95%以上。

二、扎实做好健康教育工作，不断增加师生健康保护意识

1、加强传染病防控知识教育。让学生了解非典型肺炎、甲型h1n1□流行性感冒、人感染h7n9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，引导学生养成良好的卫生习惯。

## 2、开展地方病防治知识教育。

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，每学期安排2-3课时进行血防等地方病知识教育。血吸虫病疫区学校要积极开展创建“无急性血吸虫病人学校”活动。

## 3、开展青春期健康教育。

各初中以上学校要积极开展青春期健康教育，并开展“青春期教育合格学校”的创建工作。进行预防性病和艾滋病防治知识的宣传教育，让学生了解性病、艾滋病等传播途径和预防措施。

## 4、开展预防近视眼知识教育。

各中小学要按照《\_\_市中小学生视力健康防控工程实施方案》的有关要求，配合市中小学生视力防控中心做好视力普查和建档工作，普及用眼、爱眼知识，引导学生养成良好的用眼习惯，提高中小学生视力健康水平。

## 5、开展心理健康教育

要积极举办心理健康教育讲座，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、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，养成良好的饮食和饮水习惯，了解和掌握预防食物中毒知识。每学期初对校

园周边小饭桌进行摸底工作，及时将有关情况向食品监管部门反馈。

## 7、强化安全应急与避险教育。

通过多种形式的教学，帮助学生了解交通安全、日常生活安全、活动安全以及自然灾害中的自我保护等方方面面的安全知识，提高学生的安全意识，懂得应急避险，提高自身的保护能力，避免意外伤害的发生。

## 8、开展爱护环境教育。

积极参与“创建国家环保模范城”活动，以“弘扬生态文明，共建绿色家园”为主题，对学生进行环保教育和科普宣传，提高生态文明素养。深入开展“建设最美校园”行动，绿化、美化校园环境。深入开展“环保小卫士”行动，倡导“节约一滴水、节约一粒米、节约一张纸、节约一度电”。积极创建“绿色学校”。

## 9、加强控烟健康教育。

向学生传授吸烟危害健康的相关知识，让学校成为“无烟校园”；通过开展“小手拉大手，劝阻吸烟”活动，向吸烟家长宣传被动吸烟对孩子的健康成长的危害，提倡健康文明的生活习惯。

## 10、开展主题宣传活动。

充分利用校园电视台、校园网、黑板报、橱窗、宣传栏等载体普及健康生活知识，利用校报，征文、知识竞赛等形式开展健康教育活动。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日世界爱滋病日等健康日开展相关活动。

### 三、几点要求

- 1、各县区教育局(社会事业局)和学校都要切实加强对健康教育师资的培训，每学年举办1-2次学校卫生安全和健康教育师资培训班。
- 2、各县区教育局(社会事业局)要加强对健康教育落实情况的检查指导，对课时、教材、教师和教案、考核和评价不落实的学校要责成及时整改。
- 3、各学校要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，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。

## 小学健康教育工作方案及措施篇五

健康教育是所有卫生问题、预防办法和控制措施中最重要的，是一种进行宣传和普及医药健康知识的活动，也是人们预防疾病保持和促进身心健康的必要方法。社区健康服务中心健康教育是社会发展和医学进步的产物，使社区健康服务中心由单纯的医疗服务走向以预防、治疗、护理、康复、保健为一体的综合服务，通过科学实施社区健康服务中心的健康教育，便于社区居民树立健康意识、养成良好卫生行为和生活方式，对提高社区居民自我保健能力和群体健康水平起到了积极的促进作用，达到了良好的教育效果。

### 1 社区健康服务中心健康教育的意义

#### 1.1 健康教育是社区健康服务中心的重要职能

在以疾病为中心向以病人为中心和以人的健康为中心的整体模式转变的新形势下，人们对健康的需要已不仅仅停留在维持生命和没有病痛的水平上，而是需要不断的保持和促进健康。健康教育是社区健康服务中心的组成部分，是社区医务

人员的重要职责。

## 1.2 健康教育是一种治疗手段

现代医学证明，许多疾病与人们的不良习惯有着密切关系，要治疗这些疾病，最根本的办法不是靠药物，而是通过健康教育来改变病人的不健康行为，突出作用为健康教育是一种增进健康的有计划、有目的、有评价的教育活动，影响和改变人的不健康行为，引导人们养成有益的健康行为，使之达到最佳的健康状态，对临床各种诊疗起到增效作用。

## 1.3 开展健康教育应掌握的相关知识

健康教育学是一门应用学科，它所利用的原则，来自医学、教育学、心理学、人类学和社会学等相关学科，在医院健康教育中行为科学、传播学和预防医学是应借鉴的主要基础学科[5]。行为科学是健康教育基础理论的主课，而健康教育又是培养健康行为的科学。在提高认识转变观念的基础上，为适应健康教育的需要，拓展知识面，组织编写健康宣教材料，进行学习交流。

## 1.4 健康教育是卫生保健事业发展的必然趋势

当今发达国家和中国的疾病谱、死亡谱都发生了根本的变化，其主要死因不再是传染性疾病和营养不良，不良行为和生活方式是这些疾病的危险因素，这是医药所不能解决的。而健康教育和健康促进的方式有益于减低危险因素，预防各种“生活方式病”。

## 1.5 健康教育是全球推进“人人健康”的核心策略

它一项低投入、高产出的保健措施，大力推进健康教育，探索具有社区特色的健康教育，是提高公民素质，增进健康，提高生活质量的有效保障。据资料[20]xx年我国卫生资源消

耗6100 多亿，占国民生产总值的6.4%，因病、因伤残、过早死亡造成直接经济损失7800 多亿，占国民生产总值的8.2%，两项将近14000 多亿。我们的健康科普教育如果做好了，基本可以使各种疾病减少一半，寿命延长十年。

## 1.6 健康教育是提高自我保健意识的重要渠道

自我保健是指人们为维护和增进健康。为预防、发现和治疗疾病，自己采取的卫生行为角度上看，健康教育是一项效益大的保健措施。只有健康教育和健康促进才能提高人们的自我保健意识和能力，增强其自觉性和主动性，增强人们实行躯体上的自我保护、心理上的自我调节、行为生活方式上的自我控制、人际关系上的自我调整。

## 1.7 有助于改善医患关系，树立良好的卫生服务形象

医护人员在诊疗中能开展健康教育，既满足患者的需求、解除心理负担又营造一个有利于患者身心康复的治疗环境，从而降低医患纠纷发生率。

## 2 社区健康服务中心健康教育的实施措施

### 2.1 健全健康教育机制

社会在健康方面对医疗和防疫的挑战已经逐渐转向对健康教育和健康促进的挑战。社区健康教育与健康促进是社区卫生服务的重要功能，是实施保证社区居民健康的重要措施。树立长效健康教育机制来积极开展形式活泼健康教育活动，增强健康意识，促使社区居民自觉采纳有利于健康的行为和生活方式，预防和控制疾病，提高生活质量。

### 2.2 实施灵活多样各有特色的教育形式

通过语言教育(采用口头交谈、健康咨询、座谈等)、文字教育

(采用标语、健康教育处方、卫生小册子、折页、卫生报刊、卫生墙报、卫生专栏等配合图片、照片、电视)、门诊就诊即时教育和定期健康教育专题讲座这四种结合形式以增强宣教效果,使社区健康服务中心健康教育的内容得到恰如其分的表现,使受教育者易于接受,产生良好的教育效果。

### 2.3 扎实有效地开展健康教育活动

充分利用“世界结核病防治日”、“世界糖尿病防治日”、“世界高血压防治日”等宣传日,在社区大力推动健康教育工作,使更多的健康和亚健康的社区居民受教育。积极组织社区开展结核病、糖尿病、高血压、冠心病知识讲座等,使患者通过社区卫生服务提供的平台获取健康知识,彼此互通最新医疗信息,相互鼓励,树立战胜疾病的信心和勇气。

### 2.4 科学实施健康教育,提高健康投资理念

通过科学健康教育使社区居民进一步掌握了医疗保健的常用知识,懂得健康投资就是为了防病、治病、恢复和发展人们最基本、最普遍的社会活动能力、劳动生产能力而消耗的经济资源;大部分家庭参与订购健康知识书刊、打预防针等活动,增强了自我保健意识和能力,养成良好的健康行为,使之达到最佳健康状态,有效地控制了病情的发作,降低了发病率,对人们的健康起到了积极的作用,达到了良好的教育效果。例如20xx年我院根据卫生部提出,甲型h1n1流感防制要加强健康教育和舆论引导。组织院各社康中心陆天内,在本社区连续发放宣传资料10000多人份,“防感汤”20327人份(其中投放精包装好的预防药物“防感汤”8000人份);通过这次宣传预防甲型h1n1流感的知识和投放预防药物,使广大居民掌握了自我防护的有关知识和防治方法,有效消除了部分居民恐慌心理,为下一步做好预防工作打下了坚实基础,并把政府的关爱行动落到社区居民中,获得群众好评。

## 2.5 倾听是交流沟通技巧的基础

沟通技巧就是一个真诚、认真对待承诺，说到一定做到，用真诚的眼神拉近与患者距离。医务人员通过倾听了解受教育者的基本情况、问题的想法与根源，在倾听的过程中要认真耐心、主动参与、分析要点，再配以有谈话沟通技巧的发问，使回答者作出清楚、完整而真实地回答，从而获得一些意想不到的信息，才能有针对性地进行健康的指导。

## 2.6 树立”换位思考”实施健康教育

开展“假如我是一个病人，该怎么办？”活动始终贯穿于健康教育之中，要用“五心”（热心、爱心、耐心、细心、同情心）教育病人的病情知识、并发症及不治疗和治疗的后果，正确对待自己所患的疾病一样。在实践过程中，肿瘤病人是健康教育的重点，因为患有恶性肿瘤的病人，健康教育一次二次是难以接受的，因此需要我们要“五心”使他们去接受教育，配合治疗，从心理上达成共识，使医患之间的满意度力争达到100%。

由此可见，通过实施社区健康服务中心健康教育是利用社区资源针对不同人群开展的健康教育活动与过程，转变社区居民从“普及专科卫生知识”延伸到建立“健康行为”的健康观念，激励社区居民为自己的健康负责，改善人们健康相关行已成为人们实践的共识，对社区健康教育发展具有重大的作用性。