

2023年校级心理健康教育活动方案(实用9篇)

婚礼策划的核心是满足新人的需求和期望，创造一个独一无二的婚礼场景。如果你正在进行活动策划，以下是一些范文供你参考和借鉴。

校级心理健康教育活动方案篇一

由于人们生活水平的不断提高，以及生活节奏的加快，人们起居、饮食都容易失去规律，亚健康的人越来越多。根据健康教育咨询活动计划，满足广大人民群众对高血压知识渴望了解的要求，计划在浦西社区卫生服务中心健康教育室针对新中社区居民举办一期常见高血压病防治知识健康教育讲座。

1. 活动背景:让社区居民了解一些常见的高血压的病因、诊断、治疗，及

一些预防高血压的方法，和科学地对生活行为方式调整。

2. 活动目的:提高居民的健康素养，增加居民对健康知识的了解，形成健

康的生活方式。

3. 活动的内容:发放健康宣传材料，为居民们免费测量血压，就高血压病

防治知识进行健康教育讲座。

7. 承办科室及参加人员:健康档案室，章海云、李德贵、仲委、章田田、

钱佳佳、宋莉陈国栋

8. 主讲人:仲委

9. 活动负责人:章海云

10. 活动的准备情况:由章海云主任负责本次活动,李德贵负责现场协调参加人员。工作人员提前半小时到场,布置现场。李德贵协调参加人员,章田田准备好发放的宣传处方及宣传资料。陈国栋提前准备好条幅、桌椅。

11. 注意事项:宋莉于活动前将通知贴于财苑社区公告栏上,李德贵负责现场布置,仲委负责现场人员签到及现场活动相关材料的搜集,章田田负责现场血压的测量,李德贵负责摄影拍照。

12. 经费预算:

条幅50元

宣传材料印制130元

其他100元

共计:280元

校级心理健康教育活动方案篇二

5月25日是我国的“心理健康日”,“5.25”取谐音“我爱我”,意为要认识自我,接纳自我,能体验到自己存在的价值,乐观自信,能用尊重、信任、友爱、宽容的态度与人相处,能分享、接受、给予爱和友谊,能与他人同心协力,也就是说爱自己才能更好地爱他人。

在广大师生中营造一种关注心理健康，重视心理健康的氛围，通过组织，设计一系列内容丰富，参与性强的活动载体，宣传心理健康知识，普及建设和谐社会、和谐校园、和谐心灵的理念，为全校师生搭建起锻炼心理素质，提高心理承受能力的平台，全方位的加强心理健康教育。

5月19日-5月25日

我爱我——做个快乐、健康、自信的我

全校师生

1、心理健康知识教育宣传活动

(1) 制作宣传版块

利用橱窗、宣传展板进行心理健康知识的前期宣传。

(2) “我爱我——做个快乐、健康、自信的我”开幕式(5·19)

大型手语舞表演——“我真的很不错”

2、心理健康周系列活动

(1) 团辅活动(5·20)

以“珍惜当下，实现自我”为主题，举办一次大型团辅活动，旨在让学生了解自我、接纳自我，并有所超越，实现自我价值，能以积极的心态面对生活，展望未来。

(2) 专题心理讲座——情绪管理(5·21-5·22)

(3) 观看一部心理健康电影——头脑特工队(5·22-5·25)

(4) 召开一次心理主题班会(5·19)

(5) 出一期心理健康为主题的黑板报

在活动周，各班出一期心理健康黑板报，要求内容丰富，贴近学生生活，学校将于5月24日组织检查。

(6) 广播站宣传(5·19-5·25)

在活动周，校园广播站推出心理健康教育主题栏目（如“心灵之声”），于每天三节课下固定时间播放关于心理方面的小知识、小故事、歌曲等。

3、活动总结

校级心理健康教育活动方案篇三

一、指导思想：

小学开展心理健康教育，既是学生健康成长的需要，也是推进素质教育的必然要求。本着以学生发展为前提，营造校园的心理教育氛围，扩大心理健康教育的影响，打开学校心理健康教育的新局面。为了营造人人关注心理健康、人人参与心理健康教育的良好氛围，促进心理健康教育进一步广泛深入的开展，今年我校结合本校学生特点及环境因素，特制定我校在这次心理健康教育月实施方案。

二、活动时间：

20__年6月

三、活动主题：

“走进幸福的成长季节”

四、活动目的：

- 1、引导学生发现并体验成长的快乐，激发学生热爱生命，热爱生活的健康情感。
- 2、潜移默化地陶冶学生的情操，激发学生的学习兴趣、自信心和上进心，能促进學生身心和谐发展，为学生的成长提供一个和谐发展的平台。
- 3、营造校园心理教育的氛围，扩大心理教育的影响；引导家长参与到心育队伍中来，共同做好学生的心理健康教育工作。

五、领导小组

组长：

副组长：

成员：

六、活动对象：

全体师生、家长、教师

七、活动内容：

宣传发动营造氛围

5月25日——5月31日

- 1、在27日会议上布置安排教育月工作
- 2、轻松驿站广播
- 4、宣传海报

活动实施阳光心理

6月1日——6月30日

(一) 心理健康教育周活动启动仪式(6月1日)

启动仪式发言动员讲话

宣布活动月安排

校园内挂横幅“关注心理健康、构建和谐校园——戎徐小学心理健康教育月”

(二) 具体活动安排

成长不烦恼(学生篇)

1、学科渗透：

各学科结合学科特点，有意识地渗透心理健康教育内容

2、心理教育主题课

3、咨询访谈

通过面谈方式解决学生的实际心理困惑，努力帮助学生营造健康的人生；

4、青春期教育辅导讲座

活动对象：五、六年级女生

活动时间：6月9日中午12：30—13：10

活动地点：多媒体教室

5、“走进成长季节”诗、书、画比赛

作品要求：以“感悟生命、感谢成长、感恩自然”为主线的诗歌创作、书法、绘画比赛

活动对象：全体学生

6、开展趣味心理游戏比赛

活动对象：全体学生

活动时间：6月15日下午1：20开始

活动要求：

(1)、游戏中最需要注意的问题，就是孩子们的安全，需要辅导员对游戏的充分了解并合理组织。

(2)、听从辅导员安排、摆放桌椅及辅助教具。

(3)、维持好活动纪律。

活动内容：

(1)蜈蚣竞走

活动对象：一、二年级(每个班级8男8女)

目的：培养团体协作精神，合作心理

过程：16人一组排成一列，把双手抱住前面学生的腰，练成一条“大蜈蚣”。全体蹲下，齐步向前走，先到终点组为优胜。

(2)瞎子过河

活动对象：三、四年级(每个班级10男10女)

目的：培养信任心理

过程：以接力赛的形式，两人一组，一个蒙上眼睛，另牵着他的手，越过种种障碍前进，到达终点。

(3) 车轮大战

活动对象：五、六年级(每个班级5个人)

目的：培养协作互助的心理品质

过程：准备5张晚报大小的报纸、双面胶，制作大纸环。5人都站在大纸环里，一起前进。先到达终点者为胜。(中途大纸环不能断开)

教师心理加油站(教师篇)

1、组织心理教育理论学习。

2、教师心理健康讲座

3、注重对教师的心理的疏导，通过谈心、活动给教师选系情绪，调适身心。

亲子乐园(家长篇)

家长会(结合期末家长会)

主题：——“快乐过暑假预防假期综合症”

活动对象：全体家长

(1) 给家长的一封信

(2) 家长心理问卷

(3) 宣传心理健康知识

(4) 发动征集新一轮家长志愿者

活动总结长育常新

6月27日——6月30日

1、资料整理

2、总结活动过程中的得失，为下一个活动月做准备

快乐暑假活动延续

1、暑期推荐学生阅读有关感恩他人、和谐相处、感悟幸福，分享快乐的文章，并让学生写心得体会并进行习作评选。

2、心理手抄报比赛

活动对象：全校师生

校级心理健康教育活动方案篇四

阳光成长快乐生活

二、活动时间

三、组织机构

成立“上屋小学心理健康教育宣传周”活动组委会，具体组成如下：

主任：黄伟军

副主任：韩露刘燕玉

成员：崔永忠胡德军皮世平张文清周丽邱绍勇

张志强欧荣辉梅其兴黎春各年段长及班主任

四、活动安排

1、主题征文比赛。

面向全校教师开展心理健康教育征文比赛，比赛分为专职心理健康教师组和班主任、科任老师两组。征文要求：文章符合本次教育活动周主题“阳光成长快乐生活”，涉及的故事、体验、感悟、思考必须是真实的，内容积极、健康、向上。文体形式：文体不限，要求新颖活泼，恰当地表现文章内容。文字组织：主题明确、表达流畅、叙述生动、文笔清新。字数以—2500字为宜。各位教师电子稿传送至德育处崔永忠主任处。（截止时间□20xx年4月24日）

2、播放心理教育主题电影。

电影艺术的独特魅力受到了广大青少年的喜爱，并对学生心理发展起到潜移默化的作用。各班利用主题班会时间，有选择地播放心理电影，通过寓教于乐的方式，对学生进行积极健康的引导。

推荐电影目录如下：

1) 缺乏学习动力：《决战冰河》、《洛奇》、《阿拉伯的劳伦斯》

2) 缺乏信心：《穆里尔的婚礼》、《心雨花露》

3) 自卑失落：《阿甘正传》、《少林足球》、《肖申克的救

赎》

4) 交流障碍：《对她说》、《堕落的天使》、《雨人》

5) 失败或绝望：《远大前程》、《功夫熊猫》、《小鞋子》

6) 厌倦生活：《天生爱情狂》、《凡夫俗女》、《心理游戏》

8) 紧张：《虎口脱险》、《小孩不笨》

3、心理健康教育名师大讲堂。

石岩街道将组织一场面向街道教师的讲座。我校结合此次名师大讲堂引导教师如何以积极、健康的心态面对学校工作。

（时间：4月底。地点另行通知）

五、活动要求

（一）高度重视，加强领导。结合石岩街道相关方案要求，对本次活动高度重视，认真组织，切实加强领导，周密制定方案，确保活动健康有序开展。

（二）重在落实，务求实效。要按照既有一定声势、又扎扎实实的要求，采取有效措施，广泛吸引广大市民家长和学生参与。要加强组织协调，建立工作机制，确保宣传教育活动取得实实在在的效果。

（三）认真总结，及时改进。要及时总结工作中的好经验、好做法，并予以及时宣传推广。对工作中存在的问题要及时反思、分析和纠正。

校级心理健康教育活动方案篇五

随时代的发展，人们对“健康”这一概念的认识发生了根本

的变化，正如世界卫生组织提出的：“健康是指身体、心理和社会适应的健全状态”而不是没有病症或虚弱的现象。对于正在生长发育的儿童来说，身体发育与心理发展是生长发育的二个主要方面，然而在现实生活中，家长对孩子的心理健康关注远不及对孩子的高矮、胖瘦、吃的好坏、生活环境那么上心，生活在家庭的保护伞下，孩子的社会适应能力得不到应有的锻炼，有些儿童养成了一些不良的行为。像我们班的王旭辉，刚来幼儿园时，就不喜欢与小朋友、老师交流，学习知识不随老师读，课后自己找一个角落玩，经过我的观察，发现了他在自己玩的时候，说些奇奇怪怪的话：“你是吹牛大王、你是大胖鸟、不会飞等。继续听下去，发现他说的都是动画片中的对话，当你再向他问起故事的情节时，他就不愿意交流，还有当小朋友与他争抢玩具时，他会发出刺耳的尖叫声，就像动画片中的怪兽一样。

由于上面种种现象，我找到家长进行询问，原因得知，他爸在厂里上班，他妈自己种大棚，忙不过来，从小只有奶奶照顾他，孩子又喜欢看动画片，只有看动画就不吵不闹，只要遇上赶集就买动画片，这样奶奶就好忙其他之类的家务，坐下来与孩子交流的时间很少，这就到了幼儿园里，我针对幼儿的情况向他妈说了，希望你多抽出时间来陪孩子，每天晚上睡前给孩子讲一个关于良好习惯的故事，减少孩子的看电视时间，购买一些关于美术的书籍，多到外面与孩子交往，不要把孩子整天关在家中，这样经过不长时间的训练，相信他会喜欢与朋友交往的。

3、学习心理健康的相关理论，明确儿童心理健康的重要性

任何研究都是以理论为指导的，在研究时通过学习相关儿童心理健康的相关理论，了解儿童心理特点，帮助我们在实践中把握研究的方向，使我们避免走许多弯路。而理论也能转变我们教师的教育观念，在研究中采用适合于幼儿的方式方法，对幼儿的心理问题加以引导，促进幼儿的心理健康发展。

4、家园配合，共同教育

家庭是幼儿生活中第一个接触到的环境。完善的家庭结构，良好的家庭人际环境，家长本身的素养及对子女的教育观、教养方式，家长之间和幼儿园之间是否要求统一等，都会给幼儿心灵烙上深刻的“印记”，因此，教师和家长要经常沟通，相互交流幼儿在家或在园情况，以便及时纠正幼儿在心理方面所产生的问题。

5、做好幼儿个案的追踪调查

认真观察幼儿在的行为，及时写好个案分析，以提高教师的反思能力，并作好比对、测查资料的收集记载工作。

校级心理健康教育活动方案篇六

一、活动背景：一年一度的“5.25”即将来临，以“微笑，微爱，微成功”为核心内容大力宣扬大学生心理健康知识，我院以心理知识竞赛的形式在全校组织“心理健康知识”的普及活动。

二、活动意义：丰富大学生课余生活，普及心理健康知识，拓宽大学生知识面，增强大学生对心理方面的了解及关注，增强大学生综合素质。帮助大学生树立心理健康意识，优化心理品质，增强心理调适能力和社会生活的适应能力，预防和缓解心理问题。

三、活动主题：“解开心灵疑惑，树立良好心态。”

四、比赛概述：

比赛分为初赛和决赛两个部分：初赛采用笔试，本部和榆中校区同时进行，取分数高的6队晋级决赛，决赛分为四大环节，在法学院的模拟法庭举办。

五、活动时间

初赛时间：5月12日(周六)晚上7点

决赛时间：5月25日(周五)晚上7点

六、活动地点

初赛：公教楼302、304;决赛：法学院的模拟法庭。

七、活动宣传

一期宣传：

1、4月24号在清真一门口摆摊，举办大型心理健康测试活动。

2、在现教一楼的宣传栏里贴一张宣传海报。

3、在前清真前摆摊两天，放两张展板

(1)大幅海报挂在清真食堂墙上、贴条幅。

(2)准备六十左右张的“微表情”图片，并由心理专业的同学为观看的同学进行讲解。

4、二期宣传：

七、比赛准备

五月一日前准备好比赛用品，包括条幅，笔试的试卷，决赛比赛用题(纸质版和电子版□ppt版各一份□ppt版用于比赛中)，主持人，主持人词，各个队伍、领导的介绍词，话筒，音响，调音台，嘉宾的水，小蜜蜂，马克笔□a4纸，记分器，彩色卡纸，插排;比赛前的倒计时vcr□联系教室，会场的布置计

划ppt倒计时，人工计分，证书，奖杯，奖状，抢答器，决赛时用笔记本六台，视频心理剧，舞台心理剧，文艺节目。

八、比赛流程策划：

(一)、初赛流程：

榆中校区的初试将在公教楼302和304进行笔试选拔，本部也将在同一时间进行笔试，每个学院派出8名选手参加；笔试时间为1小时；取8名参赛选手成绩的平均分作为各院的初赛成绩，成绩前6名的学院晋级决赛；比赛保证绝对公平、公正、公开。最后由晋级决赛的学院派3名同学组成代表队参加决赛。

(二)、决赛流程：

观众及亲友团提前三十分入场，参赛选手提前二十分钟入场。

1、开始

主持人开场主持词，结束后介绍到场的嘉宾，并介绍各个参赛队伍(介绍完一个队伍，这个队伍大声喊出自己的口号，紧接着介绍下一队)。

2、主持人宣读比赛规则

由主持人宣读比赛规则，各选手如果有问题，可在主持人宣读完毕后，进行提问。

3、开赛

每一个队伍有一百分的基础分。

第一关：志在必得(必答题)10min

规则：必答题共15题，每题十分，共同答题，每题限时10秒，选手同时亮题板，答对加分答错不扣分。题目设计为简单的选择题。

第二关：抢滩登陆(抢答题)20min

规则：本环节共20道题，15道简单题，5道中等难度的题，选择题，每题10分，答完即终止。主持开始读题后即可抢答，抢答者回答错误后可有其他队伍继续抢答，两次抢答后没有结果则此题作废，答对加分，答错不扣分。

第三关：虎视眈眈(看视频答题)25min

规则：播放一段视频(大概时长5分钟)，然后给选手5分钟时间列举出剧中主人公的心理问题，然后由心理学老师打分，分值为10分、20分、30分、40分、50分、60分不等，请几位心理学老师将分数给相应的队伍，然后再由一位老师进行点评。

文艺节目15min

由文艺部出一个与心理相关的音乐节目，歌舞都可。

第四关：快人快语(判断题)15min

规则：此环节为快速判断题，要求选手在一定时间内答题，选手只需判断“是”或“否”，每队时间1分钟，判断正确即获得相应分数。每题10分，答错不扣分。

中场观众互动[心理剧]25min

第五关：风险提速(陷阱题)20min

规则：本环节共18道题，10分、20分、40分各6道。答对得分，

答错扣相应分数，从分值低的题开始回答，答对可以选择是否继续，答错扣分并停止答题，此环节题目将有6种类型可供选择，而且不必拘泥于一种题型(难，中，易每类题目的最长等待时间分别为30, 20, 10秒)

如果四关下来有并列的情况，则进行第五关。

第六关：一招定胜负

_第一种方案：如果出现同分情况，抽签选取一队进行“命运掌控”，即此队有选择自己答题和对方答题的选择权利，如果自己答并且答对则淘汰对方自己晋级，答错对方晋级自己淘汰。如果选择对方答题并且对方答对，则对方晋级本队淘汰。对方答错则本队晋级。

_第二种方案：本关中准备3道题，分别为10, 20, 30分，答题者在抽题前事先不知道题目分数的情况下抽题，三队同时抽题，待答题结束后告知分数，答对加分答错扣分。

本环节有难中易三题，选择题，此题有运气成分，主持人要提前说明)

4、比赛结束由主持人读出各队得分，宣布前三名，然后由嘉宾颁发相应的荣誉证书、奖杯。

5、主持人宣布比赛结束。

九、退场

工作人员组织有秩序退场

现代教育技术学院

外联实践部

校级心理健康教育活动方案篇七

2-心理健康周——健康从心开始，生命因你绽放

1、为宣传我校心理健康的主题活动，努力营造积极向上、健康文明的化氛围，培养学生的健康心理同时，向全校师生宣传心理健康的重要性。

2、引导以良好、阳光、理智、健康的心态去面对生活。

20xx年月22日—月26日

1、利用国旗下讲话宣传。

2、充分利用校园媒体（横幅、黑板报、广播、校园网络等）。营造良好的舆论氛围。

利用班级主题班会进行正能量宣传。

1、周一国旗下讲话：《健康从心开始，生命因你绽放》

讲话人：

2、周一班级主题班会：《珍爱自己》责任人：班主任

校园广播：《2心理专题内容》责任班级：82班

4、“2心理健康教育”手抄报展责任人：政教处

心理健康咨询活动责任人：郝培凤周波

（集中咨询时间：月22日—月26日的大间）

6、观看心理健康教育视频。

校级心理健康教育活动方案篇八

为了全面贯彻党的教育方针、推进素质教育，加强和改进学生心理健康，提高学生心理调节能力，培养良好心理品质，促进学生思想道德素质和心理健康成长、更有利于学生的科学文化素质和身心健康素质的协调发展，我校于7月29日下午4点20举办心理健康教育主题班会。

此次班会活动通过ppt解说、播放视频、组织游戏等形式展开。班会内容涵盖学生常见心理问题、心理健康判断标准、心理问题解决方法、人生价值取向导航等多个方面。班级内开展辩论、同学讨论。

本次活动促进了同学们自觉维护自身的心理健康，建立自信，增强心理素质，在班级内营造了一种关注心理健康、重视心理健康的氛围，增强了班级凝聚力。同时也提高了同学们的心理健康知识水平，增强了同学们的`心理保健意识，掀起了关注心理健康的热潮，真正让心理教育工作走进了班级。

校级心理健康教育活动方案篇九

为了进一步推进心理健康教育工作的深入开展，我校一年一度的“11·2心理健康教育周”将于2016年11月21日正式启动。本年度活动周采用心理咨询中心活动与各院系活动相结合的方式，共同营造浓郁的心理健康教育氛围。现将活动开展安排如下：

11·2心理健康教育周

关注健康放飞心灵

11月21日-12月9日

1、活动形式不限。

2、内容积极向上，旨在增加学生的心理健康意识，进行更加深入的心理健康知识宣教。

3、心理咨询中心将组织开展全校层面的系列活动，包括“11·2心理健康教育周”启动仪式、新生安全委员和寝室长心理讲坛、心理电影展、心理晚会、挑战自我假面舞会、心理沙龙、素质拓展游园会等活动。

4、各院系根据自己的院系实际和特色，组织开展相应的心理活动，营造院系心理健康活动氛围。

1、按照院系实际活动，咨询中心给予院系活动经费支持。

2、各院系在11月18日前将活动预算和方案报至心理咨询中心成敏老师处。

1、活动增强覆盖面，从学生的心理需求出发，以求达到更好地活动效果。

2、各院系在活动结束后，需提交活动总结或报告至心理咨询中心，以备存档。

3、如需要专业支持或在具体工作中有疑问，可联系心理咨询中心（办公室电：）。