

学校视力健康活动方案 关爱青少年视力健康活动方案(优质5篇)

当面临一个复杂的问题时，我们需要制定一个详细的方案来分析问题的根源，并提出解决方案。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的方案吗？下面是小编精心整理的方案策划范文，欢迎阅读与收藏。

学校视力健康活动方案篇一

通过本课的'学习，使学生知道眼睛是个重要的感觉器官，懂得用眼卫生知识，并珍惜别和爱护眼睛。

本课的教学重点应放在保护视力，预防近视的方法上。

多媒体课件

一课时

老师发现我们班里戴眼镜的同学真不少，说说你是怎么戴上眼镜的？（指名戴眼镜的同学说）告诉同学们你戴上眼镜什么感觉呢？这些同学由于平时不注意保护自己的眼睛而早早的戴上了眼镜，多痛苦啊！眼睛是心灵的窗户，人人都希望自己有一双明亮的大眼睛，那么怎样才能保护好我们的眼睛呢？今天我们谈谈怎样保护视力。

1. 你了解我们的眼睛吗？（指名说说）老师这里有一个关于眼睛的小资料，自己读读。指名读。（出示课件）
2. （出示课件）这是我们眼球的解剖图，它是一个结构复杂而精密的视觉器官。它是通过复杂的屈光系统把物体的影像反应到视网膜上，然后通过大脑视觉区域的分析综合，才能做出物体形状、大小、远近、色彩的判断。因此我们眼睛的

每一部分都是非常重要的，损害了哪一部分都会造成严重的后果。

3. 我们的眼睛有哪些作用呢？（指名说）

1. 日常生活中，眼睛的作用可真大呀！如果不讲究用眼卫生，我们的眼睛可要生病了，那么你知道哪些眼睛的疾病呢？

（指名说）学生的主要任务是学习，学习需要用眼睛，如果不讲究用眼卫生，时间久了就容易患近视，我们应怎样保护视力，预防近视呢？（小组讨论后指名说）

2. 教师总结：预防近视要做到哪几点呢？出示课件（指名读）

3. 指导学生做正确的读书写字的姿势。

4. 保护视力很重要的一点就是要做好眼保健操，谁能上台给大家演示一下正确的眼保健操的做法。（指名上台演示），同学们一起做，教师纠正。

5. 出示作业，指名读作业要求。

（1）说说保护视力、预防近视要做到哪几个方面？（指名说）看谁说得多。

（2）想一想，你是怎样保护视力的？指名说说自己平时是怎么做的。

1. 出示课件，学生自由阅读：青少年如何预防近视？

（1）学习了这一课你有哪些收获？指名说。

（2）通过这一课的学习同学们的收获可真不少，我们在班级内开展“争光眼睛健康小标兵”的活动，希望每一个同学都能从一点一滴的小事做起，保护好眼睛。

学校视力健康活动方案篇二

《纲要》中指出：孩子要有初步的安全和健康知识，知道关心和保护自己。眼睛是我们人体重要的感觉器官，对于我们的生活、工作、学习都非常重要。由于幼儿在日常生活中看书、画画、看电视等一些姿势的不正确，严重影响了眼睛的健康。为了让幼儿能了解眼睛，并在此基础上树立正确保护眼睛的意识和方法，我设计了“眼睛的秘密”教学活动。

- 1、了解眼睛的作用以及眼睛各部分的名称。
- 2、创编“眼保健操”，体验大胆表达的成功感。
- 3、懂得保护眼睛的重要性，掌握更多保护眼睛(视力)的知识。

- 1、每人一面小镜子。

- 2、眼睛的结构图，对视力有益的食物图片，挂图《眼睛生病了》。

- 3、每人一副自制的太阳镜。上面贴满胶带：幼儿自制的小老鼠指偶人手一个。

- 4、经验准备：活动前带幼儿玩《捉迷藏》的游戏。

一、黑暗体验，感受眼睛的重要性

幼儿戴上自制的眼镜，体验看不见东西时的感受。认识眼睛在生活中的重要性。

二、初步了解眼睛的功能

- 1、谈谈眼睛被蒙住的感受。

师：在捉迷藏的时候，眼睛被蒙住你有什么感受？

2、师：我们的眼睛可以看到哪些东西？(拓展幼儿的思维空间)

三、了解眼睛各部分的名称

2、出示眼睛结构图，引导幼儿观察。

教师小结：眼睫毛对眼睛有保护作用，能遮住眼睛不被强光照射，也可防止尘土落入眼内。眼睛里面像黑葡萄的是眼珠，眼珠最中间的小黑点叫瞳孔。

四、讨论学习保护眼睛的方法

2、出示挂图《眼睛生病了》，提问：这个小朋友为什么要揉眼睛？他的眼睛怎么了？眼睛会生什么病呢？(近视眼、红眼病、沙眼、结膜炎、麦粒肿等。)

3、讨论：眼睛为什么会生病？(如用脏手帕擦眼睛，用脏手揉眼睛，看书或看电视时间太长、坐姿不端正等。)

4、讨论：日常生活中_我们应怎样保护眼睛？

a看电视时，距离电视2米以上，看电视时间不能过长：看书时身体要坐正，不能趴着或仰着看书，看书时间长了，要休息或向远处看或看绿颜色的植物；不能在太强或太弱的光线下看书；画画、写字时要注意与桌子保持一拳、一尺、一寸的距离；平时毛巾、脸盆等要专人专用，并定期消毒和清洗，防止相互传染：眼睛生病了可以点眼药水等进行治疗。

b出示对视力有益的食物图片，如胡萝卜、虾、大豆、猪肝、鸡蛋、牛奶、水果、肉类等，引导幼儿每样菜都要吃，食品应多样化，荤素合理搭配，这样对我们的眼睛、身体有好处。

1、教师请幼儿取出小老鼠指偶，引导幼儿想象自己是黑猫警长，将指偶呈现在眼前，眼珠随着小老鼠上、下、左、右移动，不让老鼠逃跑。这一过程，轻松达到让幼儿手眼一致、活动眼球的目的。

2、教师鼓励幼儿随音乐节拍设计、创编运动眼球、放松眼睛的方法。

3、幼儿分组设计、创编眼保健操。

4、用图示方法记录“眼保健操”。教师及时给予支持、引导、帮助，鼓励幼儿大胆表现，用自己喜欢的方式记录。最后，展示幼儿的记录。

5、教师小结：今天我们知道了许多有关眼睛的秘密。老师希望每个小朋友都有一双明亮的眼睛。从现在起，改掉那些不好的习惯，好好地保护我们的眼睛。

1、将眼保健操作为一日活动中的常规活动。

2、幼儿将“眼保健操”设计图带回家，提醒自己和家长不忘保护视力。

3、进一步开展有关如何保护眼睛的讨论。

整个活动通过幼儿的看一看、听一听、说一说、做一做，由浅入深地展开，激发了幼儿的求知欲望，使幼儿知道了眼睛的重重要性，掌握了更多的保护眼睛(视力)的知识，提高了科学认知能力。

在活动指导过程中，我注重“三个最”，即最大的观察(努力观察每位幼儿，适时提供帮助)，最小的干预(教师不干预代替，突出幼儿为主体)，最多的鼓励(肯定、鼓励幼儿的点滴进步。另外努力把握“玩中学”的度，让幼儿在体验、讨论、

游戏、操作中获取新知，充分表现自己，较好地达成本次活动的目标。

学校视力健康活动方案篇三

5月25日是我国“大中学生心理健康日”。“5.25”取谐音“吾爱吾”或“我爱我”，意为要认识自我，悦纳自我，能体验到自身的存在价值，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。为贯彻落实中共中央16号文件及《教育部、卫生部、共青团中央关于进一步加强和改进大中学生心理健康教育的意见》精神，全面推进我校学生心理健康教育工作，丰富学生心理健康教育活动。我校学生科、心理健康教育与咨询中心于5月22日—5月27日联合开展第五届“5.25”心理健康教育宣传周。

一、活动宗旨

在广大学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、形式多样、参与性强、针对性强的活动，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，为学生搭建起优化心理素质、提高心理承受能力的平台，全方位地加强学生心理健康教育，促进学生全面发展。

二、活动主题：提升心理素质，构建和谐校园”。

三、活动口号：健康心理阳光生活

四、活动时间：5月22日—5月27日。

五、活动安排

（一）心理健康周启动仪式

1、学生代表国旗下讲话

2、“健康心理、阳光生活”千人现场签名活动

目的：通过学生们自我的广泛参与，让其体验心灵的澎湃，从而激发出对自己生命的珍爱

(1) 活动对象：全校学生

(2) 活动时间： 5月23日（周一）11:45--12:30

(3) 活动地点：振兴楼一楼

(二) 心理测量与咨询流动服务台

1、活动对象：各年级学生

2、活动内容：

(1) 现场测量：气质测量、性格测量、人际关系测量等。

(2) 现场咨询服务： 主要包括适应、自我管理、人际交往、求职择业、人格发展和情绪调解等。

3、活动时间： 5月24日（星期二下午）13：00—17：30

4、活动地点：办公楼二楼心语轩

(三) 心理健康知识宣传活动

2、活动时间：5月22—27日

(四) “关注心灵、珍爱生命”主题班会

目的：在珍惜生命的基础上，发掘自己呵护生命的能力，重

新审视对生活的渴望

1、时间：5月23日上午第一节课

2、地点：各班教室

（五）心理电影赏析

1、活动对象：全体住校生

2、观看时间：5月25日（星期三）晚7:00—9:00

3、活动地点：各班教室

（六）阳光心灵广播

1、内容：以“与阳光为伴，为心灵导航”为主题的专题广播

2、时间：2011年5月24日17:05分

（七）主题黑板报

1、内容：各班级以“提升心理素质，构建和谐校园”为主题出一期黑板报

2、检查时间：5月27日下午4:20（09普专班除外）

学 生 科

2011年5月16日

学校视力健康活动方案篇四

通过创建“健康校园”活动，推动学校体育卫生基础设施逐步完善，创造有利于学生身心健康成长的校园环境，帮助学

生养成良好的体育卫生行为，降低学校常见病和流行病的发病率，促进学生在身体、心理和社会适应能力等方面健康、和谐发展。

为确保工作顺利开展，成立创建“健康校园”活动领导小组。

组长□xxx

副组长□xxx

成员□xxx□xxx□xxx□xxx□xxx□xxx

领导小组下设办公室，办公室设在政教处，具体负责我校创建“健康校园”活动的组织、检查工作。

（一）营造健康教学环境。建设整改我校体育场地器材、教学卫生（教室、课桌椅、黑板、教室采光、教室照明、教室通风）、生活设施（学生宿舍、集体食堂、生活饮用水、厕所）、卫生保健室（设置、设施与设备）配备达到《国家学校体育卫生条件试行基本标准》为学生提供安全健康的学习生活环境。

（二）提供健康饮食。开展放心食品工程。学校饮用水达到国家规定标准。学校食堂必须申领食品卫生许可证，严格执行《学校食堂与学生集体用餐卫生管理规定》，食堂从业人员持有效健康证上岗，食品留样及餐饮具消毒记录规范，使用的所有食品原料须定点采购并建立台帐，符合采购索证登记要求。寄宿制学校开办商店或小卖部必须取得《工商营业许可证》，必须同时有《卫生许可证》，两证齐全的商店只能经营包装食品、文具用品和简单的生活日用品。

（三）培养健康生活。在学生中广泛开展健康生活方式知识和技能的教育与宣传活动，大力开展爱眼护眼、保护牙齿、禁烟、禁毒、青春期健康等宣传教育活动。学生人人普及健

康知识和技能，动员学生积极参与影响他们生活、卫生和健康的决策，提高他们对健康的行为、生活方式和习惯的认识，保障充足的睡眠，消除有害健康的行为习惯和不良生活方式。指导学生积极参加社会实践、志愿服务和社团等课外教育活动。

（四）普及健康锻炼。学校按规定开齐开足开好体育课程，全面实施《国家学生体质健康标准》，健全学生体质健康监测制度。保证学生“每天体育活动一小时”；推进“中小学生课外文体活动工程”，积极开展体育艺术2+1项目，让每个学生都能较好地掌握两项运动技能和一项艺术技能。

（五）培育健康心理。开设健康教育课，重视学生心理健康，建立专兼职心理辅导教师队伍，设立心理咨询室，开展心理健康教育、心理咨询与辅导，指导学生通过调节自身情绪和行为，寻求情感交流和心理援助等方法解决心理卫生问题。建立良好人际关系，师生关系融洽，无任何形式的体罚、变相体罚与污辱性语言或行为，无打架斗殴与欺侮事件发生。对特殊困难学生提供适当的帮助。

（六）落实传染病疫情报告制度。加强对校园传染病、学生常见病的预防和治疗，积极开展健康体检和计划免疫接种。按照卫生部、教育部颁布的《中小学生健康体检管理办法》，建立在校生每年一次常规体检制度，做好计划免疫接种、入学查验预防接种证等制度。建立和完善传染病疫情上报系统，完善学生晨检及因病缺勤病因追查、登记制度和入学预防接种查验制度和学校传染病疫情监测系统，建立学生的健康档案。

（七）培训健康技能。将自救互救技能列入教师全员培训项目，在中小学教师中全面普及急救知识；在中小學生中全面开展自救互救及避险逃生技能培训。建立学校突发公共卫生事件应急预案，健全突发公共卫生事件报告制度，确保突发公共卫生事件及时处置。

（八）完善健康保障。加强校医队伍及医务室建设，健全医生辅导学校公共卫生工作制度，按要求配备专业保健医生。建立完善的学生健康保险制度。引导学生积极参加城镇居民基本医疗保险、新型农村合作医疗保险；学生必须参加意外伤害责任险。

创建“健康校园”活动从加强宣传发动和培训等基础工作入手，通过典型示范，以点带面，循序渐进，分阶段逐步开展。

第一阶段：宣传发动□20xx年3月25日前，制定创建“健康校园”方案，举行启动仪式。学校按照统一部署，制定实施方案，召开会议层层进行动员和部署。利用多种形式，广泛开展宣传活动，营造浓厚的社会舆论氛围。

第二阶段：整治□20xx年3月26日-20xx年4月30日。对照创建“健康校园”的标准进行自查和整改，完善工作制度，加强基础设施建设，提高管理水平，全面开展创建工作。

第三阶段：阶段总结□20xx年5月1日至10日。学校在全面自查整改的基础上，迎接评估验收。争创健康校园。

（一）成立组织，加强对创建工作的领导。创建“健康校园”活动是推进素质教育工作中的一项突破性工作，为确保工作顺利开展，成立创建“健康校园”活动领导小组，负责创建活动的组织领导。学校将此项工作列入重要议事日程，校长亲自负责，根据自己的实际情况逐级列出创建计划和时间表，制定创建方案，明确分工、责任到人，加大投入，全面开展整治，确保在期限内完成创建工作任务。把创建活动作为突破口，促进教育均衡发展。

（二）加大投入，不断改善学校体育卫生条件。学校要积极争取资金，安排专项经费，加大对“健康校园”创建活动的投入。要加强学校体育卫生基础设施建设，建设标准化的体育设施，努力改善学校教室、宿舍、食堂、卫生室、心理咨

询室、厕所等重点部位的设施设备。

（三）加强督导检查，建立健全学校体育卫生工作长效机制。创建“健康校园”任务繁重，为使创建工作广泛、深入、持久地开展，确保各项工作任务落实，将创建“健康校园”活动作为学校工作的重要内容，进一步规范我校体育卫生工作管理制度，提升管理水平，建立健全我校体育卫生工作长效机制，加强对教学环境和生活设施的管理，提高使用效益，把创建活动扎扎实实的落到实处，抓出成效。

（四）加强宣传，正确引导。开展各种宣传教育活动，提高师生及学生家长的知晓率和参与意识。要配合新闻媒体加大对创建“健康校园”活动的宣传力度，及时宣传报道好经验、好做法、好典型，充分发挥典型示范作用，引导创建“健康校园”活动顺利开展。

学校视力健康活动方案篇五

我校成立了由主管副校长为组长的学校健康教育工作委员会，具体指导学校健康教育工作。

(1) 学校成立健康教育工作委员会：

(2) 委员会下设健康教育教研室

办公地点：校医院办公室。

工作职责：按照。学校成立健康教育工作委员会整体工作意见，统筹规划推进我校健康教育工作的阶段任务；调查研究健康教育工作中存在的问题，提出建议，协助制定相关规定措施；组织实施师资培训和资格认证，指导开展健康教育的教研活动和经验交流活动，促进全校健康教育工作协调发展。

按照《学校卫生工作条例》的要求，要在全校师生中开展健

康教育工作。每学期开设大学生健康教育6个班，每班240人，24学时；4个大学生性健康教育班，每班240人，24学时。

首先要遵循健康教育的基本原则，对学生实施健康教育，是一项科学性、实践性很强的教育工作，应遵循以下一些基本原则：

- 1、根据学生心理发展特点和身心发展的规律，有针对性地实施教育。
- 2、面向全体学生，通过各种方式普遍开展教育活动，使学生对健康教育有积极的认识。
- 3、关注个别差异，根据不同学生的不同需要开展多种形式的教育和辅导，提高他们的心理健康水平。
- 4、以学生为主体，充分启发和调动学生的积极性。
- 5、注重教职员工的健康教育，使其掌握必要的卫生常识知识。

一是对全体学生开展健康教育，使学生不断正确认识自我，增强调控自我、承受挫折、适应环境的能力；培养学生健全的人格、健康的体质和良好的个性心理品质。

二是对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自我，提高心理健康水平，增强发展自我的能力。

三是从培养学生健康的行为与生活方式教育学生，掌握预防常见病、多发病的预防疾；掌握生长发育与青春期保健知识；掌握食品卫生安全知识；掌握传染病、艾滋病、性病等预防知识；提高应对突发事件的能力；保持健康向上的积极心态，珍爱生命，热爱生活；学会正确处理人际关系，培养有效的交流能力，掌握缓解压力等基本的心理调适技能；进一

步了解青春期保健知识，认识婚前性行为对身心健康的危害，树立健康文明的性观念和性道德。

1、全面渗透在学校教育的全过程中。在学科教学、各项教育活动、班主任工作中，都应注重对学生的健康教育，这是健康教育的主要途径。通过专题讲座、墙报、板报、多媒体等多种宣传教育形式开展健康教育。

2、开展健康知识咨询和健康知识辅导。对个别存在心理健康问题或出现心理障碍的学生及时进行认真、耐心、科学的指导，帮助学生解除心理障碍。

健康教育要讲求实效，把形式和内容有机地结合起来。

1、搞好师资队伍的建设，提高教师进行健康教育的水平，是保障健康教育正常、健康开展的重要条件。要积极开展对从事健康教育教师的专业培训。

2、争取把对健康教育教师的培训列入学校师资培训计划。通过培训，使从事健康教育的教师提高对健康教育重要性的认识，掌握进行健康教育所具备的知识和能力。

3、学校要逐步建立在校长的领导下，全体教师共同参与的心理健康教育工作体制。学校对每个教师都应提出重视对学生进行健康教育的要求，使教师树立关心学生心理健康的意识，要创设和构建一个健康教育的良好环境。

4、学校要逐步建立和完善心理咨询室，加强健康教育的辅导，同时要加强对健康教育的研究与科学管理。教研室特别要注重健康教育课题研究，研究健康教育与德育、与学生的全面发展和与各类学科教育的关系。注意知识积累，总结教研成果、科研成果。

5、学校要尽力加强教学资源建设，积极开发健康教育的教学

课件、教学图文资料、音像制品等教学资源，增强健康教育实施效果。

6、要重视对健康教育的评价和督导。学校应将健康教育实施过程与健康教育实施效果作为评价重点。评价的重点包括学生健康意识的建立、基本知识和技能的掌握和卫生习惯、健康行为的形成，以及学校对健康教育课程(活动)的安排、必要的资源配置、实施情况以及实际效果。

7、充分利用现有资源注重把健康教育与其他相关教育，如安全教育、心理健康教育有机结合，把课堂内教学与课堂外教学活动结合起来，发挥整体教育效应。

8、把学校健康教育当做学校教育的重要部分，学校领导要更新健康观念，认真指导，全面、统筹学校的健康教育工作，以实现健康教育促进学生健康发展的目标。

在学校领导的高度重视之下，健康教育教研室全体老师共同努力下，相信我校的健康教育工作一定会蓬勃开展，我校的师生的身体素质也一定会有很大的提高。