

# 幼儿园心理健康月活动方案(大全8篇)

为有力保证事情或工作开展的水平质量，预先制定方案是必不可少的，方案是有很强可操作性的书面计划。我们应该重视方案的制定和执行，不断提升方案制定的能力和水平，以更好地应对未来的挑战和机遇。下面是小编精心整理的方案策划范文，欢迎阅读与收藏。

## 幼儿园心理健康月活动方案篇一

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“112心理健康教育活动周”将于20\_\_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：

### 一、活动名称

## 幼儿园心理健康月活动方案篇二

1、初步了解“生气”对人的影响，获得消除这一消极情绪的办法

2、能关注自己的情绪，有积极调整自己情绪的'愿望。

1、图片□ppt□

2、木偶；

3、关于各种消气方法的卡片

(一) 观察表情：

意图：导入主题，了解生气是一种不良情绪。

- 1、小兔怎么了？你是从哪里看出来的？
- 2、生气会让人怎么样？
- 3、小兔可能为了什么事生气呢？（联系生活经验）
- 4、看一看、听一听，小兔到底怎么了？

## （二）故事讨论

意图：梳理经验，积累消除生气情绪的方法。

- 1、小兔生气的时候做了些什么？这样做有用吗？
- 2、怎样才能让小兔消气呢？（与木偶互动）
- 3、看一看，小兔用了哪些办法消气？（幼儿分散观察图片，教师巡回指导）

小结：深呼吸能使人冷静、放松；向关心自己的人说出生气的原因能得到安慰和帮助；想想别人的好，会很快忘记不高兴的事、、、小兔用了这些好办法，心里的气全消了。

## （三）游戏分享

意图：迁移生活，知道要保持愉快的情绪。跟着音乐玩游戏：如果生气你会怎么做——

小结：每个人都会有生气的时候，这很正常，重要的是你必须记住生气时该怎样做。希望大家快乐越来越多，烦恼越来越少，每天都有一份好心情。

幼儿初步了解了“生气”对人的影响，也知道了消除这一消极情绪的办法。会关注自己的情绪，有积极调整自己情绪的愿望，也会调整他人情绪，知道妈妈生气了要哄妈妈开心。

# 幼儿园心理健康月活动方案篇三

润泽心灵，放飞梦想

xx学院全体学生

20xx年10月15日-11月15日

## （一）心理影视赏析活动

1. 活动时间：10月27日

2. 活动内容：组织各年级学生代表100人集中观看心理电影《心灵捕手》，观影结束后，邀请指导老师与学生进行影视人物心理活动剖析，引导学生学会自我调节，培养健康心理。

3. 活动要求：要求参与观影同学观影后提交电子版和纸质版的影片观后感，字数1000字左右，要求真情实感，严禁抄袭。作品以班级为单位提交，各班生活委员收齐后交于心理部干事xx□联系方式qq□xx□

4. 奖项设置：心理部将根据各班影片观后感的`提交情况，综合评选观后感一等奖1名、二等奖2名、三等奖5名。

## （二）“解忧杂货店”——解忧信箱

1. 活动时间：10月27日-11月15日，以后转为常态

2. 活动内容：在学院“青语心苑”门口设置解忧信箱，邀请同学们采用匿名方式将自己的小烦恼、小困惑投入信箱，由青语心苑心灵特使负责回复并予以真诚建议。

3. 活动要求：同学们自愿留言，心灵特使当天24小时内回复。

### （三）“身临其境”心理剧大赛

1. 活动时间：11月6日
2. 活动地点：合教（待定）
3. 活动内容：以班级为单位，自导、自演心理健康主题的情景剧，时间为5分钟左右。
4. 活动要求：服装、道具自备，可借助ppt设置情境。
5. 奖项设置：一等奖1个、二等奖2个、三等奖4个。

### （四）“青语心茶”——心理团体辅导

1. 活动时间：11月2日下午3:00-4:00
2. 活动主题：  
新生团体辅导之一——理性向上，主动走出入学迷茫区
3. 活动地点：“青语心苑”工作室
4. 指导老师：特邀嘉宾
5. 参加对象：大一新生10人

### （五）心理健康知识大赛

1. 活动时间：11月8日下午
2. 活动地点：合教
3. 活动要求：全员动员□20xx级每班随机抽取5人参加预赛。

#### 4. 活动环节及奖项设置：

(1) 预赛：笔试，择前10名进入决赛；

(2) 决赛：包括必答题、抢答题、挑战题等三个环节，累计个人得分，依最后总分从高到低依次排序，形成一等奖2名，2等奖3人，三等奖5人。

1. 高度重视，认真组织，确保活动扎实开展、取得实效；

2. 做好宣传，营造氛围，扩大活动影响、普及心理健康；

3. 及时总结，认真反思，收集学生反馈，形成长效机制。

### 幼儿园心理健康月活动方案篇四

1活动目的：通过手工布艺形式，制作生活用品，在愉悦的环境中，使心情放松，增加生活情趣，加强沟通与交流，促进二级心理辅导站工作的推进。

2活动时间：月2日下午16:0

活动地点□xx校区团体辅导室；

4参加人员：学生工作处负责人、二级心理辅导站站长、大学生心理健康教育中心老师。

#### (六) “心”路起航——大学生心理健康与自我调适专题讲座

1主讲人：任占国

2主题：《大学生心理健康与自我调适专题讲座》

讲座时间：月22日晚19: 0

4讲座地点：开元校区图书馆报告厅

参加人员：各学院17级心理委员

### （七）走进“心”世界——现场咨询和测量活动

1活动对象：全校学生

2活动内容：现场咨询主要包括环境适应、学习压力、人际交往、求职择业和情绪调解等方面。现场测量有性格倾向性测试、自评抑郁量表、兴趣与职业定向自我测试、交际能力测试等。

活动时间：20月2日下午

4活动地点□xx校区镜月广场、开元校区太学广场、九都校区翰墨广场

### （八）“心灵之约”专家讲座——高校青年学生常见心理问题形式及应对措施

1主讲人：潘xx

2主题：《高校青年学生常见心理问题形式及应对措施》

讲座时间：月24日下午17:00

4讲座地点：道德讲堂

参加人员：全体辅导员、心理协会会员

### （九）遇见更美的你——最美才艺sh

1活动主题：秀出自信，遇见更美的自己

2活动对象：全体学生

## 幼儿园心理健康月活动方案篇五

5月25日是“全国大中小学生心理健康日”。“5.25”是“我爱我”的谐音，其含义是：爱自己才能更好地爱他人。心理健康的第一条标准就是认识自我，接纳自我，能体验到自己存在的价值，乐观自信，这样的人才能用尊重、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。

为了提高师生的心理保健意识，营造校园内心理教育氛围，促使师生科学地认识、了解心理健康知识，形成正确的心理健康观念，我校心理咨询室拟在全校开展主题为“让心灵快乐飞翔”的“5.25心理健康周”活动。

### 一、活动宗旨：

提高师生心理保健意识，营造校园内心理健康教育氛围

### 二、活动主题：

让心灵快乐飞翔

### 三、活动时间：

5月20日-5月25日

### 四、活动内容：

（一）国旗下讲话

活动要求：

1. 围绕“让心灵快乐飞翔”的主题进行国旗下讲话
2. 五年级部分学生《和你一样》手语操展示

活动对象：全体学生

活动时间：5月21日晨升旗仪式

承办：学校少先队、心理咨询室

## （二）心理健康手抄报比赛

活动对象：全校学生

承办：心理咨询室德育室

活动要求：

1. 内容要求与心理学有关，积极向上；提倡内容和形式上的创新。
2. 作品要原创，不得抄袭，一旦发现取消评比资格。
3. 作品规格：8开271mm×390mm（严格要求按规定规格作画）；
4. 作品正面右下角注明班级、姓名。
5. 交稿方式：每班至少上交3份到德育室。
6. 截稿日期：5月18日下午放学前
7. 奖项设置：每个年级分别评出一等奖一名、二等奖一名、三等奖一名。获一、二等奖的作品在“莲苑小喇叭”上展示。



### （三）征文活动

活动对象：全校学生

承办：心理咨询室德育室□xx□编委会

活动要求：

## 幼儿园心理健康月活动方案篇六

快乐生活、健康成长

20xx年5月20日至6月20日。

组长：温淑荣

副组长：李忠艳 王贵志

成员：张世东 赵乐玲 高春 陈红苗 陈红英

1、5月30日至31日，组织全体教职工会议，传达哈尔滨市教育局《关于开展学前教育宣传月活动的通知》的文件精神，进一步学习国家相关政策文件，明确“快乐生活、健康成长”的宣传月活动主题，帮助教职工了解宣传月的内容、形式。

2、5月31日成立宣传月领导小组，并制定了宣传月活动实施方案。

3、在宣传月活动期间，利用条幅、在幼儿园醒目位置悬挂宣传标语，营造宣传月氛围。

4、6月7日下午8：00召开全园家长会，全方位地向家长深入宣传规范办园、科学保教的理念；6月11日至xx日全园家长开

放日活动，积极为幼儿营造愉快、轻松的'教学环境，改变传统教学模式，寓教于乐，为学前教育发展营造良好环境，共同促进幼儿快乐生活，健康成长。

5、6月12日分发致家长一封信，宣传规范办园行为，避免小学化教育，促进幼儿健康成长等先进的学前教育理念和科学育儿知识。

6、在宣传月活动期间，利用六一、艺术节等系列活动，在辖区范围内面向社区开展宣传或咨询活动，营造全社会共同关心、支持学前教育的良好氛围。

## 幼儿园心理健康月活动方案篇七

各院（系）：

为深入贯彻落实全国、全省高校思想政治工作会议精神，切实加强和改进新形势下师生心理健康教育工作，学院定于今年继续开展心理健康教育宣传周活动。现将心理健康教育宣传周的有关事项通知如下：

### 一、活动主题

理性平和，健康心态

### 二、活动时间

10月16日——10月20日

### 三、活动组织

主办：心理健康教育与咨询中心

承办□zd学院分团委

## 四、活动内容

活动内容主要包括心理普查、心理咨询、心理剧场（院）、心理知识培训、心理素质室外拓展训练、专家讲座、参观心理健康教育与咨询中心等系列宣传教育活动。

## 五、活动要求

1请各院（系）切实加强领导，积极宣传心理健康教育宣传周，鼓励学生积极参与学院组织开展的各项活动。

2重点结合各院（系）实际工作情况和学生心理状况，突出特色，制定各自的宣传周实施方案，认真组织开展各项心理健康活动，确保活动顺利实施。

以心理健康教育宣传周为契机，努力拓展活动内容，充分调动各院（系）学生会、心理服务部等组织的积极性，发挥自助和互助作用，切实帮助学生缓解自学习、生活、经济和就业等方面的压力，培养学生良好的心理素质。

4各院（系）要充分利用学院广播、宣传栏以及校园网络等各类宣传媒体，及时对活动开展情况进行宣传报道，营造良好的舆论氛围。

## 六、材料上交

### 幼儿园心理健康月活动方案篇八

各学院：

根据省委高校工委、省教育厅《关于开展20xx年度全省高校心理健康教育宣传周活动的通知》（教思政〔20xx〕xx号）文件精神，为进一步加强我校大学生心理健康教育工作，全面提升在校大学生心理健康素质，经研究决定开展20xx年度大学生

心理健康教育宣传周活动，现将有关事宜通知如下：

## 一、活动主题

架起心灵的桥梁

## 二、活动时间

20xx年5月20日-30日

## 三、学校活动安排

学校宣传周活动由心理健康教育中心主办，活动内容见附件，活动具体安排另行通知。

## 四、各学院活动要求

1. 各学院要高度重视本次宣传周活动，加强组织领导，结合自身实际，制定切实可行的心理健康教育活动方案，可依托“蒲公英”素质提升项目，自行组织本单位学生心理健康教育不少于2项，并确保活动质量，通过活动帮助学生缓解来自学习、情感、人际和就业等方面的压力。
2. 各学院要充分利用院刊、橱窗、展板、海报以及网络等各类宣传媒体，及时对活动开展情况进行宣传报道，营造良好的心理健康教育氛围。
3. 宣传周活动结束后，各学院要认真总结，并将活动总结于5月30日（周五）前发送至xx□

联系电话:xx