

# 2023年初中健康教育工作计划 初中健康教育 教育教学工作计划(精选8篇)

医务总结可以帮助我们发现问题、总结经验、改善工作流程，提高医疗服务的质量和效率。以下是小编为大家收集的班级工作计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 初中健康教育工作计划篇一

青少年时期是一个人心理、生理发育的关键时期，不仅要重视培养青少年思想文化道德素质，还要关注他们的心理健康，健康教育是中学素质教育的一项重要内容，也是现代基础教育的一个显著特点。从小培养学生良好的心理素质，开发学生的潜能，塑造学生的健康人格，这对于提高中华民族的整体素质，提高未来人才的质量，有着极其深远的意义。学校健康教育是学校系统教育的重要组成部分，培养学生的各种有益于自身、社会和全民族健康的行为和习惯，提高卫生科学知识水平，从而达到预防和减少儿童少年某些常见病和多发病，尽可能避免意外伤亡事故，增强体质，促进身心发育，为一生的健康奠定基础。

### 二、学情分析：

初中的学生们要了解最基础的健康卫生知识，并养成一定的健康卫生习惯。“六大行为习惯”培养活动和健康教育课、讲座、手抄报比赛等一系列的活动让学生们活泼向上，特别渴望成为“卫生小卫士”及“体育小健将”。但学生良好的健康卫生习惯和身心素质还需不断培养。

### 三、教学目标：

1、促进学生身心健康发展，保证学生们具有旺盛的精力、愉快的心情投入学习，养成良好的卫生习惯。增进“健康意

识”，促进“自我保健”习惯的养成，提高“自我保护”能力。

2、培养学生正确的饮食和卫生习惯。注意饮食卫生，吃好早餐，一日三餐，定时定量，不偏食，让学生知道暴饮暴食的危害。

3、帮助孩子巩固保护牙齿、预防龋齿的保健常识。进一步了解龋齿的发生因，对人体健康的严重危害，促进少年儿童口腔保健意识的提高和良好口腔卫生习惯的养成。

5、帮助孩子了解夏季保健常识，学会预防夏季常见传染病，促进少年儿童的健康成长。

#### 四、教学重点、难点：

1、重点：使学生了解健康教育的重要性，了解毒品，加强预防传染病。强调和学生讨论和沟通的过程，更多的以心灵的感化来促进学生的自我反省和自我完善。

2、难点：增强学生自控能力，不受毒品的危害，使身体健康成长。

#### 五、健康教育的任务：

1、提高学生卫生知识水平；

2、降低学校常见病的发病率；

3、提高生长发育水平；

4、促进儿童少年心理健康发展、预防心理卫生问题；

5、改善学生对待个人公共卫生的态度；

6、培养学生的自我保健能力。

## 六、教学原则

我校在开展中学生心理健康教育过程中，为了保证心理健康教育的实践性与实效性，必须坚持以下基本原则：

1、针对性原则。根据学生心理发展特点和身心发展规律，有针对性地实施教育；

4、尊重学生，以学生为主体，充分启发和调动学生的积极性。积极做到心理健康教育的科学性与针对性相结合；面向全体与关注个别差异相结合，尊重、理解与真诚同感相结合，预防和发展相结合。

5、保密性原则。对求助学生的所有资料和信息决不应作为社交闲谈的话题，要进行保密。

## 七、教学措施

健康教育课教材具有自身特点，因此，在课堂教学中，以活动课为主淡化理论，强化行为为指导和行为训练，教学各种心理健康教育渗透。通过多种途径，多种手段，有目的、有计划地对学生的心理发展施加影响。同时注意结合运用现代的教学手段辅助教学，使之更加生动形象直观，从心理咨询、心理讲座入手，进而将心理健康教育贯穿于全部教育教学活动中。采用如下方法进行：

2、利用现代教育手段，通过多媒体向学生展示现实生活中形形色色的问题事例，教育警示学生。

4、利用故事，创设情境，讲解点拨。讲解中有信息、有知识、有思想、有新的语言；

5、讲述生动故事，使学生从中明白事理，要求故事真实、贴切、新颖、灵活；

6、把大的主题分成几个小专题，每组学生只讨论一个小专题，最后集中交流；

7、将心理健康教育的内容渗透于小品之中，确定主题后，由学生

自编节目，自行分配角色，自己演出，然后大家讨论，升华主题。小品可以是情景剧，也可以有音乐、唱歌、舞蹈、相声、快板、比赛、游戏穿插其间。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 初中健康教育工作计划篇二

□

以扎实开展心理危机预警工作为基础；

以朋辈辅导和心理委员辅导相结合为辅导模式

以寝室信息员、班级心理委员以及朋辈心理工作部为信息链做好日常工作；

重点以“新生适应”为主题全面开展心理健康教育课外活动。

1、做好心理危机干预的常规工作，严格落实“五早”信息预警机制，做好学生心理危机干预工作的月通报和周通报工作，确保心理预警学生稳定。

2、配合学校院系，认真开展xx级新生心理健康教育系列活动，认真做好心理普查、心理访谈、心理档案的建设工作；完成新生班级心理委员、寝室心理健康信息员的选拔和培训工作；完成新生心理拓展训练活动等。

3、加强对我系新进学生辅导员和新任心理委员的培训与指导，通过座谈会、案例交流、知识讲座等形式，提升我系心理健康教育工作专业水平。

4、加强班级心理委员和寝室信息员的队伍建设，围绕主题，召开朋辈辅导员经验交流会，构架沟通、交流的平台，加强对新生班级心理健康教育工作的指导。

5、进一步加强班级心理委员建设，通过严格考核等形式，增强朋辈辅导员的角色归属感和责任感。

九月份：

1、制定本学期我系心理健康工作计划。

2、准备系阳光心理部招新工作。

3、上交《9月份心理健康月报表》和《心理危机排查表》。

4、做好系朋辈心理工作部招新宣传工作。

5、建立好心理委员和寝室信息员的飞信群。

6、做好节假日心理危机干预和辅导工作。

十月份：

1、组织系朋辈心理工作部干部干事招新。

2、召开10月份班级心理委员和寝室信息员例会。

3、开展第一期朋辈辅导员小讲坛。

4、做好“新生适应”的前期准备工作。

5、开展“新生适应”活动。

6、开展新生心理健康主题班会，组织各班进行评比。

7、配合院阳光心理工作部完成新生心理拓展训练。

8、上交《10月份心理健康月报表》和《心理危机排查表》。

十一月份：

1、配合学院做好xx级新生心理普查。

2、配合学院做好xx级新生心理回访工作。

3、在本系做好“朋辈辅导员有约”座谈会和心理情景剧活动的宣传工作。

4、开展第二期朋辈辅导员小讲坛。

5、召开11月份班级心理委员例会。

6、上交《11月份心理健康月报表》和《预警库表》。

十二月份：

1、更新预警库的信息。

2、召开12月份班级心理委员例会。

3、组织好本系新生参加班级心理委员、寝室信息员心理健康知识培训

4、上交《12月份心理健康月报表》和《预警库表》。

5、对本学期开展的各项心理健康工作进行总结。

一月份：

1、召开1月份班级心理委员例会。

2、做好心理预警学生的寒假辅导安排工作。

### 初中健康教育工作计划篇三

以区教委《关于加强中小学心理健康教育工作的意见》为指导，加强对全体学生的心理健康教育，培养适应社会主义现代化建设需要的德、智、体、美、劳全面发展的“四有”新人。针对在校中学生大多独生子女，缺乏独立生活能力，缺乏独立生活能力，缺乏坚强意志品质，缺乏团结协作精神，缺乏承受挫折能力的特点，通过开展心理健康教育。培养学生正确认识自我，增强调控自我，承受挫折，适应环境的'能力，具有健全的人格和良好的个性心理品质。

1、培养学生具有健全的人格和良好的个性心理品质，具有自我调控能力。

2、对少数有心理困惑或心理障碍的学生，给予有效心理辅导，尽快摆脱困扰，调节自我，增强自我发展能力。

3、对有严重心理疾病的学生，转送到有关部门进行治疗。

1、加强心理健康教育的组织管理，校长挂帅，德育主任具体负责实施，建立以班主任和共青团、少先队干部及政治课教师为主体，以兼职心理辅导教师为骨干，全体教师共同参与心理健康教育工作体制。

2、加强对教师的学习和培训，以班主任、兼职心理辅导教师为主，重点学习《关于加强中小学心理健康教育工作意见》和《中小学心理健康教育理论》、《中学生心理健康咨询》等心理理论知识。

3、开展心理健康教育的教科研，研究落实心理健康教育的办法和途径。每学期期末开展一次专题研究。

4、设立心理咨询信箱，及时广泛的做好不同心理疾患的学生思想工作。

5、开展学生心理调查，每学期二次问卷调查，掌握学生心理状况及动态。

6、每学期对全体学生开展一次心理健康专题讲座。

7、开展心理健康活动课，每学期五课时，做到有计划，有教案。

8、继续与心理教研室联系，发现有严重疾患者，送去咨询。

9、追踪调查在校中接受过咨询学生，看其在心里、人际交往、学习等方面的变化，及时总结经验教训。

1、开展心理健康教育不是新开设一门课，重在融入学科教学

及学校教育活动和班主任工作中。

2、开展心理健康教育做到三个避免：避免学科化倾向，避免医疗化倾向、避免少数化倾向。

## 初中健康教育工作计划篇四

本学期我承担七年级心理健康课的教学工作，为努力完成好本职工作，围绕学校本学期工作计划，特制定如下工作计划：

### 一、教学工作方面

1、根据学校的工作要求，结合学生的实际，安排好本学期以下教学内容：

第一章融入新环境，适应新生活。

第一课一切从“新”开始；

第二课结识新伙伴；

第三课走近新老师。

第二章学并快乐着。

第一课记忆攻略；

第二课专心必胜技；

第三课学习永动机。

第三章与自我对话

第一课这就是我；

第二课做个最好的自己；

第三课学会整治自己的草地。

2、针对学生的实际情况，备好每一次课、上好每一节课。

在教学过程中，学生是主体，让学生学好知识是老师的职责。因此，在每节课充分了解学生的实际情况和心理需求，保证学生在学习时保持的学习兴趣。

在教学中要尊重学生的感受，有意识地以学生为主体，教师为主导，通过各种游戏、测试、问卷等教学形式，吸引学生的注意力，充分调动学生的学习兴趣和积极性，保证课堂教学的有序进行和和谐气氛，让学生在融洽的师生关系中、和谐的教学气氛中学习心理健康知识，促进自身心理的健康发展。

3、继续做好心理健康知识的宣传工作。

编辑心理小报，不定期向师生发放，做好心理健康知识的宣传工作，提供一个师生互动交流的平台，实现资源共享，为建设和谐校园贡献一份力量。初步拟定将心理小报分为教师专刊、学生专刊及家长专刊三部分。学生专刊主要介绍一些心理健康知识、学生中存在的常见心理问题及解决方法、学生在学习生活中的心理体会、心理信箱中有共性问题的解答等。教师专刊主要针对教师自身容易出现的心理问题及在处理学生问题中常出现的情况提供一些简单的测试、应对办法，从而更好地服务学生、健康自我。家长专刊主要针对家长在子女教育方面存在的问题提供一些建议，促进家庭教育的良性发展。

4、开设心理健康专题讲座。

利用月末或考前时间，有针对性地进行心理健康专题讲座，

让尽量多的学生接受心理健康教育的大课资源，对心理健康小课形成补充和充分发挥师生互动性，解决学生目前面临的心理困惑与问题。

#### 5、进一步建立健全学生心理档案。

建立完整的学生心理档案，无论对于学校的管理还是对于学生自身的发展来说，意义都十分重大。档案主要包括学生基本情况，平时心理课的测试问卷以及学生心理素质发展综合报告单等内容。

#### 6、进一步完善心理咨询和辅导工作。

做好日常的心理咨询工作，接待好来访的每一位学生，努力解决其心理问题，促进学生心理的健康成长。

### 二、其他方面

努力做好各种迎检工作，辅助杨彤完成好各项工作，使我校的健康工作有长足进展。

以上只是对本学期工作的初步设想，还很不完善。在今后的工作中，我会努力完善，使自己的工作取得令领导满意、同事认可的成绩。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

## 初中健康教育工作计划篇五

在上级有关精神的指导下，我校落实学校心理健康规划，扎实开展心理健康教育工作。以学校自主整合为核心，以自主实践体验为模式，以开展心理辅导活动课为重点，加强对心理素质能力的培养，增强承受挫折、适应环境的能力，培养学生开朗合群、乐学自立的健全人格。

### 一、不断完善我校个别心理咨询工作

本学期根据《心理健康教育省级示范学校心理咨询室建设标准》，更新心理咨询室设备，增添硬软件设施，继续完善学校个别心理辅导工作，着重做好以下几点：

- 1、教师利用每周第七课时间定时开放心理辅导室，开展心理咨询活动，帮助学生排解、消除心理困惑和心理障碍，进行危机干预。
- 2、建立心理辅导热线与信箱，帮助解决部分学生的心理困惑。

### 二、扩大心理健康教育的宣传与普及力度

要营造良好的心育氛围，扩大心理健康教育的宣传是很有必要的。具体做法如下：

- 1、充分利用好学校广播站、学校宣传栏、学校校刊、学校网页等宣传平台，普及常见的心理健康知识。
- 2、成立心理协会，培养一支心理辅导员队伍，平时在班中发挥小辅导员的作用。各班均有一个名额学生，组成一个心理协会。定期参加由本协会举办的活动。协会成员平时仔细观

察本班同学学习生活状况与心理状况，及时向心理老师报告本班同学特殊的个案，以便及时发现学生问题。

3、加强和政教处的联系，组织、做好本学期心理健康教育主题班会的开展工作。

4、有目的地开展一些心理互动活动，提高学生学习心理的兴趣。

5、与班主任共同协助，利用班会或谈话等形式，抓好学生的团体辅导和个人心理辅导。

### 三、继续心理健康课堂教学改革

心理健康活动课是学校开展心育工作的主渠道，为此，新学期要从各方面完善心理健康教育课，使该课程更加系统，更加生动活泼。

1、注重学生的亲身参与，更新教与学的主客体观念，充分调动学生的积极性。

2、注重学生心理“自理”能力的培养，学生能通过每一次学习与互动参与，学会解决一些日常生活学习中遇到的心理问题，学会应对压力、处理好人际关系，以积极的心态面对生活。

3、注重学生心理互动能力的培养，例如学生充当调研人员，自行设计职中生心理行为调查问卷，发放与收集资料，整理资料，根据结果与分析写出调查报告；学生能义务承担心理互动（指导同学的心理疑难）活动，热心为同学们服务。

## 初中健康教育工作计划篇六

工作计划网发布初中健康教育工作计划结尾，更多初中健康

教育工作计划结尾相关信息请访问[工作计划网](#)工作计划频道。

学校教育要树立“健康第一”的思想，新形势下如何针对少年儿童成长的特点，加强学生的体育、卫生健康教育，培养学生强壮的体格、较强的活动能力、健康的生理和心理、勇敢顽强的毅力、艰苦奋斗和团结合作的精神，使他们更加适应现代社会的需要，是初中阶段的体育和健康教育迫切需要解决的新课题、新任务。因而本着科学、全面、可比、可行性原则，制定本计划。

## 一、指导思想

学校健康教育是学校系统教育的重要组成部分，培养学生的各种有益于自身、社会和全民族健康的行为和习惯，提高卫生科学知识水平，从而达到预防和减少儿童少年某些常见病和多发病，尽可能避免意外伤亡事故，增强体质，促进身心发育，为一生的健康奠定基础。

## 二、学校健康教育的任务：

- 1、提高学生卫生知识水平；
- 2、降低学校常见病的发病率；
- 3、提高生长发育水平；
- 4、促进儿童少年心理健康发展、预防心理卫生问题；
- 5、改善学生对待个人公共卫生的态度；
- 6、培养学生的自我保健能力。

## 三、学校健康教育的目的：

- 1、促进学生身心健康发展，保证学生们具有旺盛的精力、愉

快的心情投入学习，养成良好的卫生习惯。积极参加体育锻炼，增强体质。

2、培养学生正确的饮食和卫生习惯。注意饮食卫生，吃好早餐，一日三餐，定时定量，不偏食，让学生知道暴饮暴食的危害。

3、根据学生的年龄特点，由浅入深，循序渐进，达到教材要求，提高健康教育课的效果。

总之，加强学生的体育、卫生健康教育，培养学生强壮的体格、健康的生理和心理、勇敢顽强的毅力、艰苦奋斗、团结合作的精神，是学校教师的职责；学校体育、卫生工作，必须抓紧抓好，使学生不仅能学到知识，而且身心健康，体格健壮，使我校的健康教育工作及卫生管理工作再上一个台阶。

## 初中健康教育工作计划篇七

初中阶段是学生处于生理和心理发展的飞速期，并且心理发展相对滞后于生理发展。在这个特殊的时期，学生在学习、生活、人际关系以及思维等方面，会遇到各种各样的'挑战，有些是困惑甚至问题，对于初一年级的学生而言，着重点在于帮助学生适应中学的学习和生活，培养正确的学习观念，养成良好的学习方法；学会了解自己，积极有效的和同学、老师、家长进行沟通，不断地克服成长过程中遇到的各种问题。

运用心理健康教育的理论和方法，帮助学生更好的适应从小学到初中的适应过渡时期，培养良好的心理适应素质，促进他们身心全面和谐发展。

总体上，帮助学生适应初中的学习、生活，培养正确的学习观，养成良好的学习习惯，积极地对待考试问题；尝试与人相处，能有效的和同学老师家长进行沟通；可以意识到自身

的发展变化，了解自己；逐步学会调节和控制自己的情绪。

初一学生刚从小学进入初中，还未能从小学相对宽松的学习生活中转换出来，压力不断的开始增多，来到新学校遇到新同学新老师，一切都是相对陌生的环境，适应成了的挑战。

怎么才能迅速的适应到初中的学习生活，课程增多，作业量增大；陌生的环境中认识结交新朋友，让自己可以和同学们共同前行，不在孤独；还未能摆脱小学的宽松的学习习惯，现在如何养成，学习的重担时时在他们心头；课业压力增大的同时，如何兼顾他们的娱乐休闲等等共同形成了适应问题。

适应问题表现在学生身上的特点大致可以分为障碍性问题和发育性而难题。前者在学校中一般较少见，后者的主要表现为适应不良或者不适应。初一年级学生的心理问题主要表现为：

### 1、初一入学适应不良

刚进入初中，虽然经过一个学期的适应，但初中学习生活和小学时相比较有很大的不同，新环境新同学老师，一切都是很陌生的，在承受着课业压力增大的同时，人际相处从零开始，容易出现厌学情绪，不与人相处，或者孤傲的情绪。长期这样的话对他们的成长是非常不利的。

### 2、朦胧的自我认识萌芽

初一阶段，有部分学生发展的较早些已经进入青春期了，青春期的特征开始明显起来，幼稚的成人感突出，对于我的思考开始出现，我是谁、我是怎么了开始在他们内心掀起波澜，困惑不已。

### 3、学习适应不良产生苦恼

学习课业好多，怎么学，方法好像总是不对路；别人怎么就成绩那么好，我这么差，有压力，出现自卑了；我为什么要学习，这么多，这么烦，没有目标和动力了；怎么天天都有考试啊，这无穷无尽的考试什么时候是个头，讨厌考试这些都是学习适应不良的表现，学生为此苦恼不已。

#### 4、和家长或老师间的沟通不良而苦恼

家长们怎么这么唠叨，不断的碎碎念，动不动的私自翻我的东西，我的空间，我的秘密，什么时候能还给我；老师为什么都看不到我的存在啊？偏心还是对我有意见，还是我不行。

#### 5、不能恰当的控制休闲时间，自制力较弱，过分沉溺于网络、游戏。

在初一阶段开设心理健康教育活动课，学生对这一块的内容还是比较好奇，同时也存在着一些不正确的观念，因此需要在课堂上简单地渗透正确的心理观念，通过在活动中结合心理健康基本知识，对学生产生影响，树立正确的心理健康知识。

这学期的重点在于帮助学生适应初中的学习、生活，开始了解自己，学会与人相处以及学会学习等方面的内容。

帮助学生适应初中的学习生活，适应新环境，认识新同学老师；了解自己，认识自己，让自己更加自信；学会与人相处，有效合适的与人交往；树立正确的学习观念，掌握正确的学习方面与技巧，正确的对待考试，能轻松应考。一切为了培养更好的适应能力，提高学生自身良好的心理素质。

1、在初一段每个班开始心理健康教育活动课，间周一次。

2、个别一对一的咨询与辅导，根据学生的自愿预约以及各个科任老师的提醒。

3、针对某一相似类型情况进行团体咨询辅导，看具体情况而定。

4、加强同各科任的联系沟通来辅助各教学活动的开展，有必要的情况下也需要加强同家长的联系，进行必要的反馈。

## 初中健康教育工作计划篇八

根据学校中心工作计划和学校德育工作的精神和大队部工作的具体要求。依靠现代教育理念，继续围绕学校校本课程“六心”教育主题，结合市区工作安排，扎实开展我校心理健康教育，关注学生的身心发展，结合我校学生实际，通过多种方式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，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。

1、坚持以人为本的德育工程——继续完善“三全育人”（全员、全方位、全过程育人）的体系，扎实开展“六心教育”工作，落实常规管理的精细化。强化“以德为本”的思想，坚持活动育人，贯彻“六心”“爱心献给社会、诚心献给他人、孝心献给父母、忠心献给祖国、信心留给自己”，使每位学生都成为崇尚和谐，追求美好生活的新一代。

2、坚持“以德治校”的方针，树立“教师人人都是德育工作者”的理念，强化服务意识，严守从业准则，坚持用正确的舆论引导人，用高尚的精神塑造人，以优良的校风培养人，以真挚的情谊感动人。

3、坚持“活动育人”的理念。

与大队部、各中队结合开展系列活动，注重“课堂内外”的互补，坚持德育课程与日常德育活动齐头并进的教育模式，关注《品德与生活》、《品德与社会》课的教学，落实校本课程有序开展。上好心理健康课，办好“开心小屋”，开展

好学生的心理辅导工作。鼓励教师要善于捕捉学生中德育教育的闪光之处，及时调整教育思路，提高德育工作的实效。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。教育学生努力学习，争取做全面发展身心健康的小学生。

#### 4、提高全体学生的心理素质。

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。通过普遍开展教育活动，使学生对心理健康教育有积极的认识，使心理素质逐步得到提高。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。

通过师资培训和课题研究及校本研修，培养一批小学心理健康教育的骨干教师，搞好师资队伍建设，提高广大教师的心理健康水平，保障和推进我校心理健康教育目标的深入开展。学校心理健康教育的途径是多种多样的，根据学校的办学定位和我校的教育特点，我们确定了以下几条途径。

##### （一）开足心理健康课程

1、开足心理健康课时，每学期在各班的思品课中安一定课时进行心理健康教育。以年级组为单位，根据年级特点和该年级学生倾向性的心理状况，有针对性地上年级团体心理辅导课，做到讲稿、计划、总结齐全。

2、利用班队会，根据大队部的安排和校本德育主题“六心教育”由班主任根据本班学生的心理状况，上好班级心理健康课。强调行为训练，不只停留在说教，或灌输理论知识，而是让学生亲身体会、感悟，提高心理健康教育的实效。

##### （二）广泛开展健康教育活动

1、与学校德育工作相联系，通过大队部的系列活动、以社会实践活动、年级活动、班级活动，对全体学生开展心理健康教育，通过红领巾广播站、宣传窗、晨会、讲座、黑板报等少先队阵地对学生进行心理健康等方面的教育。使学生不断正确认识自己，增强调控自己、承受挫折、适应环境的能力；培养学生健全的人格和良好的个性心理品质；通过组织有关促进心理健康教育内容的游戏、娱乐等活动，帮助学生掌握一般的心理保健知识和方法，培养良好的心理素质。

2、全面渗透在学校教育的全过程中。在班主任日常工作中，积极渗透心理健康教育思想；与班队会课、思品课、活动课等各相关教学内容有机结合进行教育；通过各学科教学，把心理健康教育渗透在课堂教学中，挖掘各教材内容，找准心理健康教育的结合点，让学生获得心理体验来改变自己的观念，注重对学生心理健康的教育，这些都是心理健康教育的主要途径。

3、举行课堂内外心理健康教育普及活动，继续实行一学期一人上好一堂心理健康研究课或校本德育“六心教育”中队活动示范课。认真组织听课、评课，做好课堂即时指导。

### （三）发挥心理咨询室和广播站的作用

1、进一步完善心理咨询室的装饰工作，坚持开展心理咨询室——“开心小屋”的活动。在每个班级设置“心语信箱”，举行“心理沙龙”活动。开展心理咨询和心理辅导，对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予认真、耐心、科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自己，提高心理健康水平，增强发展自己的能力。

2、通过校园网络和校园广播进行集体心理健康指导，利用校园网络构建“心灵之约”，给师生心理交流提供互动平台。