

# 心理健康活动方案小学 心理健康活动方案 (优秀5篇)

为确保事情或工作顺利开展，常常要根据具体情况预先制定方案，方案是综合考量事情或问题相关的因素后所制定的书面计划。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、时间的安排以及风险的评估等，以确保问题能够得到有效解决。以下是小编精心整理的方案策划范文，仅供参考，欢迎大家阅读。

## 心理健康活动方案小学篇一

：全体师生

5月20日上午举行“西宁三中第二届5.25心理健康节”活动启动仪式。利用国旗下讲话向全体师生发出“阳光心灵 幸福校园”为主题的心理健康节活动倡议。悬挂宣传横幅的同时将演讲稿和活动方案张贴于我校校园网首页和宣传栏，在师生中宣传心理健康活动节具体活动。为其它“5.25心理健康节”系列活动的开展奠定良好的基础。

：全校学生

：各班级

学生自找素材并设计制作一期以“阳光心灵 幸福校园”为主题的心理学黑板报。通过黑板报的设计，制作，让学生主动学习心理健康知识，为今后进一步推进我校心理健康教育工作打下坚实的基础。25日，学校将组织评比小组进行检查评比，各年级评出一等奖一名、二等奖二名、三等奖三名。获奖作品照片将通过宣传栏给予展示。

全校学生

## 学校宣传栏

以“阳光心灵 幸福校园”为主题，动员学生心理健康教育征文写作和制作心理健康手抄报。通过手抄报的制作和征文比赛，调动学生学习积极性，使学生主动学习心理健康知识，使学生确立自己的人生志向，进一步发展创造性思维，开发自我学习潜能并提高承受挫折和应对挫折的能力，从而形成良好的意志品质。5月27日学校组织评比小组进行检查评比，征文和手抄报各评出一等奖一名、二等奖二名、三等奖三名。获奖作品将通过宣传栏给予展示。

## 学校宣传栏

针对高中学生特点进行关于学习类问题、人际关系问题、青春期心理问题、挫折适应问题方面的心理健康知识宣传，达到提高学生心理自控力，社会交往，环境适应能力目的。

：全校学生

西宁三中馨心家园心理辅导实验中心

（团体游戏大饼、油条、豆浆）

以西宁三中第二届“5.25”心理健康节为契机，在为让学生找出自己与他人之间的共同之处并尝试发现自己的独特之处，最终增加学生在团体中的归属感。

□20xx年5月22日

：全校师生

：各班级

为使学生进一步认识和发掘自我，也使学生在放松的时间学

到心理学知识，我们采取观看心理电影这一学生喜闻乐见的方式。精选心理励志电影《我的左脚》请学生观看。影片编自爱尔兰作家克里斯蒂·布朗的自传，描述了因小儿麻痹症而全身瘫痪的布朗依靠唯一可以活动的左脚来改变自己的人生，并成为画家和诗人。影片结束后使学生自我探索的同时，不断完善自己的内心，对电影中的问题引发自己的思考并写成体会。在5月30日之前，各班将汇总的观后感交于心理健康教育老师处，优秀作品将陆续发表至校园网和宣传栏中。

## 心理健康活动方案小学篇二

： 全校学生

西宁三中馨心家园心理辅导实验中心

（团体游戏大饼、油条、豆浆）

以西宁三中第二届“5.25”心理健康节为契机，在为学生找出自己与他人之间的共同之处并尝试发现自己的独特之处，最终增加学生在团体中的归属感。

## 心理健康活动方案小学篇三

根据e市教育局教研室下发的《e市第四届“心理健康教育研究组建设”活动月方案》的精神，决定开展以“心理健康教育研究组建设”为主题的e五小第四届“关注学生心理健康”活动月努力促进教师心理健康教育专业素养的提升，将心理健康教育有机地融入到学校教育教学常规工作之中，从而提高我校学生的心理素质，促进学生心理素质与思想道德素质、科学文化素质和身体素质的全面协调发展。

以心理健康教育兼职教师为主体，吸收学校心理健康教育骨干，组建学校心理健康教育研究队伍，加强学校心理健康教育的校本研究的实践探索，以形成校园的积极心理文化氛围，

在参与、互动、体验中优化教师心理健康教育的能力，为全体学生提供更加强大的心理服务，提升校园生活的品质与幸福感。

优化心理健康教育校本研究，创设校园积极心理文化，提升校园生活的品质与幸福感

确定\*\*年3月21日——4月20日为活动周期。

### 1. 学校心理健康教育研究组的建设（\*\*年3月）

在原有的基础上，进一步扩充心理健康教育研究组的成员，以兼职持证心理健康教育教师为主体、以心理辅导站长为组长、以热心于学校心理健康教育的骨干教师为基础，组建心理健康教育教研组，制定工作计划，完善学校学校心理健康教育内涵。

e五小心理健康教研大组成员：

组长：张萍（学校教科室副主任兼心理辅导站站长）

副组长：邱春礼（国家二级心理咨询师）

成员：何静：联系年级——一年级

游卫洪：联系年级——二年级

金虹：联系年级——三年级

俞燕红：联系年级——四年级

孙芳：联系年级——五年级

卢中悦：联系年级——六年级

工作重点是：适合于学校实际的班级心理健康教育活动课的校本课程建设、学校心理辅导室硬件配置与个别辅导值班制度的落实、校园活动性心理健康教育的开展、三级预警中危机学生的档案建设与转介等。

## 2. 学校心理健康教育校本研究观摩活动（20xx年3月21—4月20日）

（1）做好学校心理健康教育校本教材的开发研究活动。本学期，我校的心理健康教育课一律由班主任上课，团体辅导的内容由教科室统一安排，每个年级组的班主任集体备课，并结合班级学生的实际情况对方案进行调整，上课情况由校长室、教科室组织检查。上课的资料统一由教科室整理归档。

（2）搞好心理健康教育团体辅导的教研活动。本学期，我们心理健康教研大组由三年级的金虹老师开设一节团体辅导课，时间是3月25日下午。全体班主任对此进行讨论，并在大组内交流，以提高老师的团体辅导能力。

（3）继续做好危机预警工作。我校心理辅导站对各班的特殊学生进行了全面摸底调查，为他们建立档案，并由学校领导及中心教研组成员对其进行结对辅导帮助，促进学生的健康成长。对辅导过程中出现的一些问题集中讨论，发挥团队的力量，商讨辅导策略。

（4）继续做好个别辅导工作。周一至周五的中午11点半到12点半为心理辅导室开放时间，各位辅导老师热情接待来访学生，并做好个案记录工作。如果发现问题比较特殊的学生，及时向校长室报告，并做出合理的解决办法，甚至转借。

在活动过程中做好资料积累工作，以便活动结束后进行整理，为下次活动积累经验。

# 心理健康活动方案小学篇四

20xx年11月23日

1、通过心理辅导活动，让学生初步了解心理学的常识，能对照自己，克服一些不良的心理。使学生更好的.心态投入到学习中。

2、通过与学生交流消除心理障碍，消除学习中的紧张和焦虑。

3、增强学生“我自信，我成功”。

4、掌握健康心理对学习的重要性，养成好的学习习惯。

消除不良心理，创设良好心境，增强自信心

消除学生不健康心理。

1、音乐

2、幻灯片（演讲稿）

一、导入。

用中外名人的成功例子导入“心理健康辅导课”主题。

二、提问“什么是心理健康？”（课件展示内容）

根据例子讨论。

三、心理健康表现，（课件展示内容）

教师适当举例阐述。

四、讨论“为什么心理健康是成才的基础？”

五、怎样克服不良心理？（课件展示内容）

课后分小组讨论。把结果交到我办公室。

六、五分钟放松练习（课件展示内容）。

七、小结。

## 心理健康活动方案小学篇五

为了丰富我校大学生的校园生活，彰显校园文化。会计学院团委会希望同学们用绚丽的彩笔，画出美丽的校园景色；用别出心裁的创意，记录下快乐的大学生活；用简洁的色彩，展现出多彩的兴趣爱好，特举行这次明信片设计大赛的活动。为我校50周年送上自己的祝福，届时所收集到的明信片都会在11月份的义卖晚会中以义卖的方式进行出售。让我们以献出自己的爱心方式，为母校庆祝生日。

- （1）展示学生们的动手能力，丰富校园生活。
- （2）庆祝财校50岁生日。
- （3）让每一位学生都可以用自己的双手参与到义卖晚会中。

会计学院14级全体学生

让我们用爱心，庆贺母校的生日。

会计学院团委会实践部

11月上旬

- （1）设计宣传海报，组织人员跑班宣传。
- （2）会计学院每个班级需安排人员参与设计明信片，每个班

至少10封。内容积极向上，主题“美丽的校园景色，丰富的校园生活”。明信片纸张以白卡纸或者铜版纸为主，提倡手绘。明信片背面标注好姓名、班级。

（3）于110报告厅，明信片的制作人解说自己的作品。邀请学院各辅导员老师进行审核评比，评选出50张优秀作品对制作人颁发奖状，并邀请他们携带自己的作品参加11月份的义卖晚会。

（4）将50张明信片在义卖晚会中售出，所得善款全部捐入爱心基金社。

略