

健康教育活动方案中班 中学心理健康教育活动设计方案(通用5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。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？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。

健康教育活动方案中班篇一

为进一步提高我校心理健康教育工作质量，根据上级和我校学生心理健康教育活动计划的要求，把12月12日至19日定为我校的心理健康教育活动周。

以发展性心理健康教育与积极心理学理念为主导，通过围绕主题开展形式多样、参与面广的心理健康教育活动，营造良好心理健康教育氛围，提升对自身、对他人心理健康的关注，促进学校心理健康教育和谐发展。

和谐心灵健康成长

20xx年12月12日至20xx年12月19日。

（一）营造校园宣传氛围布置宣传环境

从12月12日开始利用大屏幕滚动播出“和谐心灵健康成长”的宣传标语。

（二）校园广播

12月13日中午，主题内容是“你真棒——自信心的‘培养’或面对挫折的反应、挫折的价值、战胜挫折等。

（三）心理测试

12月13日周二下午第三节课开展，活动对象七、八、九年级学生，测试时间约30分钟。

（四）心理健康辅导课

12月14日朱云云老师开出一节心理辅导活动课，主题是《做新时期的君子 and 淑女》，具体开课时间和班级另行通知。

（五）观看视频写观后感

12月15日中午12:10，全体同学在教室里观看一段约6分钟的视频，观后进行讨论，各班于12月16日前上交一份观后感并给该视频取一个名字。

视频可以采用本地下载一段约6分钟的视频或者登录城沙中学德育工作qq群xx下载。

健康教育活动方案中班篇二

- 1、幼儿知道鼻子出血时不慌乱、不害怕。
 - 2、学习用正确的方法自我救护或帮助他人。
 - 3、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。
 - 4、初步了解健康的小常识。
 - 5、帮助幼儿了解身体结构，对以后的成长会具有一定的帮助。
- 1、幼儿鼻子出血图片一张及自我救护图片各一张。
 - 2、幼儿准备餐巾纸、毛巾。

一、出示图片(鼻子出血)，引起幼儿观察的兴趣。

师：这个小朋友怎么啦?为什么会鼻子出血的?

二、讨论：幼儿鼻子出血该怎么办呢?

鼓励幼儿结合平时活动中出现的流鼻血现象，说说老师是怎样帮助处理的。

三、学习处理鼻子出血的简单方法。

1、老师出示图片(自我救护)，让幼儿说说这个小朋友是怎样做的。

2、老师小结：我们鼻子里有很多细细的血管，如果小朋友不注意保护鼻子就容易出血。如果自己的鼻子或别人的鼻子出血了，我们小朋友也不要慌乱、不要害怕。我们可以：先用手把自己的鼻子或帮别人的鼻子捏住，再请老师帮忙;我们还可以把手高高举起(左鼻孔出血举右手，右鼻孔出血举左手。)我们可以用冷毛巾敷、用药棉填塞。

四、游戏“鼻子出血了”。

1、为出鼻血的幼儿进行处理。

2、说说怎样才能保护好自己或别人的鼻子。

(鼓励幼儿大胆说出：学会正确擦鼻涕，不能用手指挖鼻孔，鼻子也不能被硬物碰撞等。)

3、幼儿练习正确擦鼻涕的方法。

健康教育活动方案中班篇三

良好生活、卫生习惯

生活自理能力的培养，卫生习惯的培养。

1、教师利用活动的时间组织幼儿心理健康教育，会愉快进餐，不挑食，初步培养良好进餐习惯；会主动喝水，初步懂得不吃零食的道理；能按时睡觉、起床、进餐等；不害怕健康检查和预防接种，生病时愿意接受治疗。

2、生活卫生习惯的培养

会保持身体各部位的清洁卫生、学会盥洗方法；会使用自己的毛巾、杯子；能保持周围环境清洁、初步知道环保的意义；认识身体器官的名称及作用，初步了解保护方法；养成良好的生活作息时间。

3、自我保护

了解过马路、坐车、玩户外活动器材时要注意安全；帮助幼儿了解生活起居方面的安全知识；知道不把异物放入耳、鼻、口内；知道不轻信陌生人的道理。

通过对幼儿的心理健康教育，使大部分幼儿懂得了自己的事情自己做，自己吃饭、自己穿衣服、自己喝水，自己的事情自己做。

健康教育活动方案中班篇四

1、初步养成良好的卫生习惯，学习正确的刷牙方法。

2、尝试沿着一条线段自上而下地画短线，初步学习正确的握笔姿势。

3、了解主要症状，懂得预防和治疗的自我保护意识。

4、了解保持个人卫生对身体健康的重要性。

5、初步了解健康的小常识。

活动准备

牙刷一把。画纸、蜡笔。

活动过程

一、引发兴趣,导入课题。

教师:你们每天刷牙吗?你们是怎样刷牙的?(告诉幼儿正确的刷牙方法。)

二、讲解示范。

1、教师:小朋友们,牙刷是什么样子的?牙刷的刷毛又是什么样子的呢?(出示牙刷)

教师小结:牙刷毛短短的,直直的,排列得很整齐。

2、教师和小朋友一起讨论刷毛的画法。

(1)“小朋友,你们听是谁在哭啊?”教师出示一张画好牙刷但是没有刷毛的画纸。

(2)讨论“我们来帮助小牙刷画上刷毛吧!谁有好办法?”(请幼儿上前把自己的想法在纸上画出来)

(3)教师示范“牙刷的刷毛要排好队,一根一根靠得紧”

(4)再请小朋友上前来画,教师给予指导:刷毛不要画得太长。

三、幼儿作画,教师指导。

1、教师:杨老师这里有好多没有刷毛的牙刷,我们一起来为他们添画上牙刷毛吧!

2、鼓励大胆作画,提醒幼儿注意握笔的姿势。

3、指导幼儿画牙刷毛时,要从上往下、从坐往右一根一根地画,要画得多、画得紧密。

四、引导评价

1、互相欣赏作品

2、教师:哎呀小朋友真能干,画了这么多漂亮的牙刷。我们一起来刷刷牙吧。

附:天天刷牙好

小牙刷,手中拿,

张开我的小嘴巴。

上下刷,里外刷,

牙齿刷得白花花。

早上刷,晚上刷,

没有蛀牙人人夸。

活动评价

幼儿对于刷牙都挺积极的。

当那一首儿歌放出来时,他们齐刷刷的做起动作来了。

健康教育活动方案中班篇五

良好的心理素质是一个人全面素质中的重要组成部分。心理健康教育是提高中小学生心理素质的教育。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。为了进一步推进我校心理健康教育工作，培养学生乐观、向上的心理品质，营造“安全、绿色、文明、和谐”的校园文化，现结合学校实际，制定我校第一届“心理健康教育月”实施方案。

“阳光心态，快乐成长”

xx年11月1日至11月30日

成立xx中学“心理健康月”领导小组

组长：林xx

副组长：吴xx

成员：全体行政学校专兼职心理老师班主任团委会学生会

- 1、进行主题宣传；
- 2、出版心理小报；
- 3、组织主题班会观摩；
- 4、举行校际辩论赛；
- 5、举办县级校园心理情景剧演出观摩；
- 6、开展师生心理测评。

- 1、活动宣传：11月3日升旗仪式，学校举行“阳光心态，快乐成长”心理教育月启动仪式，对活动进行宣传。通过张贴横幅，校门口led公告、广播宣传等形式营造活动氛围。
- 2、由李xx老师开设一堂以“阳光心态·快乐成长”为主题的心理班会课，组织全体班主任观摩，并做好相关资料收集。
- 3、各班在心理辅导老师的指导下，推荐人选，组织剧本，开展校园心理情景剧演出比赛，为县级观摩做准备。（另见详案）
- 4、参加校际辩论赛。县教育局将组织进行“生育关怀——青春健康教育进校园”主题辩论赛。为做好该项工作，预先在高一、高二年段开展“男生更需要关怀还是女生更需要关怀”的主题辩论赛。同时，选拔代表学校、参加县级比赛的辩手。
- 5、由陈坤地老师在初一、初二年段举办“关爱男生”青春健康教育讲座。
- 6、专兼职心理老师做好心育中心“成长加油站”的日常工作，通过多渠道（面询、热线电话、心语信箱□qq在线）进行咨询活动，做好咨询记录工作，对典型个案进行教研交流。
- 7、推荐学生阅读有关阳光心态、和谐相处、感悟幸福，分享快乐的文章，将优秀文章通过校园广播分享。
- 8、组织全校师生进行心理测评。借助填写《中小学生心理健康状态诊断量表□mht□□□问卷调查等形式，开展心理测评，初步建立我校xx—xx学年学生心理档案和教师心理健康档案。
- 9、回顾本月活动情况，做好活动总结，整理相关活动资料，对获奖个人、班级进行表彰。

xx省xx中学

xx年10月28日