

高二心理活动方案设计 心理活动方案(通用7篇)

无论是个人还是组织，都需要设定明确的目标，并制定相应的方案来实现这些目标。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。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。

高二心理活动方案设计篇一

为了宣传心理知识引导健康人生，提高心理素质，营造良好的校园心理文化氛围，为此我们将考张团体心理活动作为教育的一个重要方式。开展励志心理活动。

关注心灵，促进身心健康

绳子、桌子、椅子、报纸

操场

一 找零钱

游戏规则：

男生代表一元钱，女生代表五角钱，由主持人说出具体价格数，由男女生自由组合，最快组合完成的即为获胜者，落单或者组合错误的即为失败需要接受惩罚，小组派人表演一个节目。

意义：让大家了解每个人都有存在的价值，要懂得互相尊重和珍惜

二 情有千千结

游戏规则：

现场所有同学分为两组，手牵手围成两个大圈，主持人在圈外指挥，每个同学都要记住自己的左右两边的人，听到主持人说解散口令后，开始随便在圈内走动，直到主持人说停，大家都停止运动，然后找到刚开始在自己身边的人，保持原地不动，重新牵手，紧接着就是想尽一切办法恢复到原来的牵手状态，（最快的小组为获胜组，落后的小组需要接受处罚，表演一个节目。

意义：考察大家的团队协作能力，考察部分同学的组织领导能力

三 有错你就说

游戏规则：

意义：考察大家的方位辨别能力，让大家敢于面对错误并及时承认错误

四 生死与共

游戏规则：

一男一女为一对，在每对选手面前的地面上铺开一张大报纸，各队选手站到报纸上，主持人计时数十下，坚持不住者被淘汰，进入第二轮后，面前的报纸折一半如此循环，直到胜者决出。

意义：让大家知道，在困难面前要懂得相互支持相互帮助的道理

五 寻找支点

游戏规则：

意义：人是需要帮助的，每个人都不能单独的生存下去

六 信任之旅

游戏规则：

七：信任背摔

游戏规则：

需要一定高度的桌子椅子，还有一条尼龙绳。由十名男生负责两两对接，形成一张手网，一名学生要绑住自己的双手，然后站到高处，背向手网，主持人及其背后的同学给他鼓励。准备好后由高处的同学往后倾倒，身体在倾倒过程中不弯曲者视为挑战成功。

高二心理活动方案设计篇二

2、活动目的：宣传普及心理健康知识的同时为学生搭建起锻炼心理品质、提高心理素质的平台，全方位地加强对我系大学生的心理健康教育。

3、活动对象：韶关学院全体师生

4、具体活动方案：

活动一：心灵寄语

活动主题：打开心扉，畅游爱的海洋活动形式：以卡片的形式展览

活动内容：写下自己对人生的感悟，或是某一瞬间的体验或感受，内容可涉及立志、感恩、信任、价值追求、理想与感情等各个方面(100字以内)；届时将挑选出制作精致和写得优

秀的作品进行展览，让全校同学共同分享。

活动二：心理图片展和心理知识展
活动形式：展板或者海报
活动主题：关爱生命，快乐生活

活动内容：心存感恩展板、图片展板、心理健康知识展板

活动三：心理电影展播(心随影动)

活动目的：培养同学们的责任感、奉献意识、爱的意识及独立和锲而不舍的精神，引导他们树立正确的价值观，营造良好的学习和生活氛围，创建和谐校园。此外，也可以丰富同学们的大学生活。

活动主题：励志乐观拼搏努力

活动内容：组织同学们观看有关心理健康教育的电影。

高二心理活动方案设计篇三

心理辅导活动方案

近年来，心理辅导在社会中的重要性与日俱增。尤其是在校园教育中，学生们面临来自学习、人际关系以及自我发展等方面的种种问题，心理辅导活动方案便应运而生。通过参与这些活动，我深深体会到心理辅导对于学生的价值和作用。而心得体会正是为了以此文章的形式，总结心理辅导活动方案中的主要收获。

首先，心理辅导活动方案在帮助学生解决问题方面发挥了重要作用。这些活动通常以小组活动的形式进行，参与者可以倾诉自己的烦恼，借助老师的指导和其他同学的理解与支持，找到解决问题的方案。我曾经参与过一次名为“疏导焦虑”的心理辅导活动，活动中，我们通过分享自己的焦虑与烦恼，

倾听别人的经历和建议，发现了许多问题的共性与普遍解决方法。慢慢地，我开始尝试这些方法，并逐渐感到自己的焦虑得到了缓解。这一次的参与使我明白心理辅导活动对于解决学生问题的积极影响，也亲身体会到了心理辅导在帮助人们找到问题解决方案方面的独特价值。

其次，心理辅导活动方案对于提高认识与情感管理能力也起到了重要的促进作用。在这些活动中，参与者常常会通过绘画、写作、角色扮演等方式来表达自己的内心感受。在一次心理辅导活动中，我尝试了绘画表达自己的情感状态。通过画画，我不仅更清晰地认识到了自己的情感，也通过画面的展示，让老师和其他同学了解到了我的情绪变化。这次活动不仅帮助我更好地了解自己的情感，也让我学会了通过各种方式来管理情绪，释放自己的压力，提高自我情感调适的能力。这种情感管理的能力对于学生的成长和发展至关重要，而心理辅导活动方案为我们提供了一个实践学习的平台。

此外，通过参与心理辅导活动方案，我也学会了如何改变自己的思维方式和行为习惯，从而更好地适应现实生活的挑战。在我参加的一次名为“自我认知”的小组活动中，老师提醒我们关注自己内心的声音，并通过反思与他人的意见，找到自己不合理的思维方式和行为模式。通过这个过程，我发现自己存在一种过于自卑的思维模式，这阻碍了我在学习和人际交往方面的进步。老师和同学们的反馈帮助我认识到这个问题，并给了我一些建议来改变自卑心理。在接下来的日子里，我学会了鼓励自己、积极思考、相信自己的能力，并渐渐地克服了自卑的困扰。这是一次宝贵的经历，也是我在心理辅导活动中学到的重要教训。

此外，参与心理辅导活动方案还使我懂得了人与人之间的理解和支持的重要性。通过与其他同学分享自己的困惑和经历，我发现许多人都面临与我相似的问题，并且他们愿意倾听和帮助我。这种互相理解和支持的环境让我感到温暖和安心，让我明白到，当我们面对困难时，不是一个人在战斗。这种

互帮互助的氛围在心理辅导活动方案中得到了很好的体现，也给了我对于人与人之间关系的新认识。

综上所述，通过参与心理辅导活动方案，我得到了很多宝贵的心得体会。心理辅导活动方案在帮助学生解决问题、提高认识与情感管理能力、改变思维方式和行为习惯以及体会人与人之间的理解与支持等方面发挥了重要作用。这些收获为我在学习和成长的道路上提供了极大的帮助，也让我明白了心理辅导在学生生活中的重要性。我相信，只要更多的学生参与心理辅导活动方案，我们的学校和社会将变得更加温暖和充满希望。

高二心理活动方案设计篇四

心理辅导活动是一种心理学的应用技术，通过对个体的心理状态进行分析和干预，帮助他们解决心理问题，提升心理健康水平。在我参与一次心理辅导活动后，我深刻体会到了心理辅导的重要性和有效性。以下是我对心理辅导活动方案的心得体会。

首先，心理辅导活动方案的设计要符合被辅导者的特点和需求。在我参与的心理辅导活动中，辅导师通过问卷调查和个别访谈，了解了被辅导者的基本信息、问题和需求。辅导师根据这些信息，制定了个性化的辅导方案，以最大程度地满足被辅导者的需求。这种个性化的辅导方案设计，可以让被辅导者更好地接受和参与辅导活动，提高活动的效果。

其次，心理辅导活动方案要注重教育与咨询相结合。心理辅导既是一种教育活动，也是一种咨询活动。在辅导过程中，辅导师要以引导性问题为主，启发被辅导者自我思考和认知。辅导师还可以通过解释心理学知识和提供专业建议，帮助被辅导者了解和处理自己的问题。这种教育和咨询相结合的方式，可以使被辅导者获得更全面、准确的心理健康知识，提升自我管理和解决问题的能力。

第三，心理辅导活动方案要注意时间的合理安排。时间的合理安排对于心理辅导活动的效果起着重要作用。我参与的心理辅导活动设置了一定的时间限制，每个活动都有明确的起止时间。这种安排可以让被辅导者充分利用时间进行思考和体验，同时也可以避免过度疲劳和困扰。辅导师还会根据被辅导者的情况，灵活掌握活动的进度和时间长度，确保每个被辅导者都能在足够的时间内完成辅导内容。

第四，心理辅导活动方案要注重参与者的主动性和互动性。心理辅导活动不仅仅是辅导师对被辅导者的一种单向指导，更是一种双向互动和参与。在我的心理辅导活动中，辅导师经常会给被辅导者留出思考和自由发言的时间，鼓励他们主动分享和表达内心感受。同时，辅导师还会引导被辅导者之间的互动，让他们倾听和理解彼此，从而增强彼此之间的共鸣和支持。

最后，心理辅导活动方案要注重实际应用和跟进。心理辅导不仅仅是解决当下的问题，更是提升被辅导者长期心理健康的一种途径。在我的心理辅导活动中，辅导师会通过家庭作业和行动计划的方式，引导被辅导者将学到的知识和技巧应用到实际生活中，并定期跟进他们的进展和需要。这种实际应用和跟进的方式，可以帮助被辅导者从心理辅导活动中获得更实际、长久的收益。

总之，在我参与心理辅导活动后，我对心理辅导活动方案有了更深入的理解和体会。个性化的设计、教育与咨询相结合、时间的合理安排、参与者的主动性和互动性，以及实际应用和跟进的重要性，都是一个成功心理辅导活动方案的重要组成部分。通过这次心理辅导活动的体验，我相信心理辅导活动方案将会在更多人的心理健康问题中发挥重要作用。

高二心理活动方案设计篇五

心理辅导作为一种专业的心理健康服务，可以帮助人们解决

情绪、人际关系、学业压力等问题，让他们更好地适应生活。近期，我有幸参与了一次心理辅导活动方案，深刻认识到了心理辅导的重要性和有效性。在这个过程中，我结合个人的心得体会，总结了以下的心理辅导活动方案。

首先，心理辅导活动方案需要合理的设计。在设计心理辅导活动方案时，我们首先要根据被辅导者的具体情况制定个性化的目标和计划。个性化保证了活动的针对性，以及被辅导者的积极参与度。在目标上，我们需要明确被辅导者希望解决的问题，并且设定可行的、量化的目标。计划上，我们则需要具体明确每一步的流程和活动，确保整个辅导过程的有序进行。

其次，心理辅导活动方案需要灵活的方法。在实施心理辅导活动时，我们可以采用各种各样的方法，如个人咨询、小组讨论、角色扮演等。这些方法可以根据被辅导者的情况进行灵活的选择，实现不同的目的和效果。对于情绪问题较多的人群，我们可以引导他们表达自己的感受，通过情感的宣泄来减轻压力；对于缺乏自信心的人群，我们可以通过小组讨论和角色扮演的方式来激发他们的主动性和自信心。

此外，心理辅导活动方案需要坚持有效的技术。作为心理辅导师，我们需要掌握一些有效的技术来增强心理辅导的效果。例如，我们可以使用倾听技术，通过倾听被辅导者的讲述来了解他们的内心世界，增加他们的归属感和理解感；同时，我们还可以运用积极心理学技术，帮助被辅导者积极看待问题，从积极的角度思考和应对困难。

着重指出的是，心理辅导活动方案需要专业的辅导师。心理辅导活动的效果取决于辅导师的专业性和素质。一个具备良好心理知识和技能辅导师，能够更好地满足被辅导者的需求，提供有效的帮助。因此，为了不断提高自己的专业能力，辅导师需要不断学习和更新心理知识，提高自己的沟通技巧和倾听能力。

最后，心理辅导活动方案需要及时的反馈和评估。在实施心理辅导活动后，我们需要及时收集被辅导者的反馈信息，了解他们对活动效果的评价和建议。这样的反馈和评估可以指导我们对活动方案的调整和改进，提高活动的效果。此外，评估工作还可以对被辅导者的心理健康状况进行长期跟踪和观察，为后续的辅导提供参考。

总的来说，心理辅导活动方案是一项重要而复杂的工作。它需要合理的设计、灵活的方法、有效的技术、专业的辅导师以及及时的反馈和评估。只有在这样的环节下，心理辅导活动方案才能真正发挥效用，促进被辅导者的心理健康。希望我们能够不断完善和创新心理辅导活动方案，为更多人提供更好的心理健康服务。

高二心理活动方案设计篇六

二、活动目的：

围绕大学生在成长过程中普遍存在的心理困惑，以“给力心灵，团结互助，共同成长”为主题开展形式多样的心理健康教育活动的，引发大学生关注心灵，进取营造有利于大学生身心健康和谐发展的学校氛围，引导学生正确应对各种困惑，并主动探求解决途径，健康成长。

三、活动主办：学生工作处心理咨询中心

四、b□院系心理健康部，心理成长协会

五、活动时间：20**年5月3日(5月3日—31日)

六、活动范围：全体学生

七、活动资料及具体安排：

(一) 宣传篇

1、横幅宣传：出一条横幅(一式两份)，宣传本届心理健康节主题。

承办单位：院宣传部、院心理健康部

横幅资料：团结互助，给力心灵，共同成长——湖铁职院第八届大学生心理健康节宣(暂定)

横幅位置：南院悬挂于j1教学楼前，东院悬挂于篮球场

2、板报宣传：出一期板报，宣传本届心理健康节主题、资料、时间安排等。

承办单位：六系心理健康部

活动要求：六系各出一期板报

板报摆放：南院篮球场、东院教学楼前

3、报纸宣传：出一期报纸(《心之桥》《特刊》，宣传本届心理健康节主题、资料、具体活动安排等。

承办单位：大学生心理成长协会《心之桥》修改部

活动时间：5月份修改、印刷完成。

4、海报宣传：各系各出3张海报，宣传本届心理健康节

承办单位：各系心理健康部

活动要求：(1)正确悬挂于南院和东院篮球场上；

(2)纸张大小标准(与院宣传部统一标准)

5、广播宣传：宣传本届心理健康节各项活动安排，心理健康知识。

承办单位：院心理健康部、院团委广播站

资料供给：院心理咨询中心

注意事项：六系挂好海报后须通知院里进行拍照留影。

(二)活动篇

1、“团结互助，给力心灵，共同成长”大学生征文征画比赛

具体细则如下：

(1)活动对象：全院学生

(3)活动方式：以投稿形式讲叙大学生生活中“团结互助，给力心灵，共同成长”的心境故事，再对参赛的作品进行评选，我们将对优秀作品选登到心理健康报中。

(4)活动分为两个程序：第一轮：各系分配到班级征选(篇数不限)

第二轮：院里征选

(5)备注：5月4号到7号在篮球场设立心理健康节活动咨询台，发放心理健康节活动安排表；征文必须贴近生活、资料丰富，进取向上；参赛文章不得抄袭，否则将被取消比赛资格。

(6)奖项设置：

2、“爱的抱抱”温暖学校行动

(1)活动目的：给同学们鼓励与拥抱，让同学们对自己坦诚，

对身边的人坦诚，释放心境，说出对朋友、家人、学校的感激。

(2)主办单位：学生工作处心理咨询中心

(3)承办单位：院心理健康部

(4)协助单位：院心理成长协会

(5)活动资料：两名成员分别穿着卡通人物服装，给走过的同学送去“爱的抱抱”。此外，活动现场还摆放了“感恩”和“祝福”两块展板。不少同学也能够写下自我对好友、家人、学院的感恩与祝福，或是自我大学三年的心愿和梦想。同学们能够与其拥抱和合影。

(6)活动流程：设立一个服务台，准备便利贴和笔，同学领到笔和纸再写上自我的话后贴在指定的板报上。每位真诚地写出“感恩”与“祝福”的同学将获得一份小小的礼物。

(8)活动地点：南院篮球场

3、学校心理剧比赛

(1)活动目的：

经过心理话剧表演反映大学生生活的方方面面与点点滴滴，让同学们关注自我与他人的心理健康，使同学们从话剧中学会更好地处理自我、自我与家庭、人际交往、情绪管理等方面的问题，更懂得享受生活，珍爱生命，构建和谐心灵，健康成长。

(2)话剧主题：毕业n年以后，我们相聚湖铁

(3)主办单位：学生工作处心理咨询中心

(4) 承办单位：院心理健康部

(5) 协助单位：院治保部、体育部、院秘书处

(6) 参赛队伍：6系及心理成长协会各派一支代表队，加心理成长协会共7支队伍参加比赛。

(7) 活动流程：4月2日之前各参赛单位交学校心理剧剧本初稿至心理咨询中心，4月6日之前心理咨询中心将修改意见反馈至承办单位，4月11号前剧本定稿，4月至5月上旬排练，彩排时间是5月18日。

(8) 比赛时间：5月19日午时15:00(暂定)。

(9) 评分标准：

(1) 评分方式：总分10分，取平均分。

(2) 根据服装，表演的发挥与创新等相应得分

(10) 奖项设置：一等奖1名；二等奖1名；三等奖2名；优秀表演奖1名；最佳团体奖2名；最佳获奖队将获得奖金和(团体)奖金。

(11) 比赛地点：南院篮球场

(12) 场地设置、纪律、安全工作安排：由院心理健康部、院体育部采购材料，布置场景，由院学习部负责计分，院治保部、院宿管部维护现场纪律、安全。

4、沙盘游戏作品展览

(1) 活动目的：经过本次活动，让同学感受到做沙盘游戏的乐趣，感受到自我的内心世界，同时鼓励同学前往心理咨询室体验沙盘游戏。

(2)活动简介：一粒沙是一个世界，反映着智者的思考和智慧；沙盘中展现出美妙的心灵花园，则是沙盘游戏治疗的生动意境。把无形的心理资料以某种适当的象征性的方式呈现出来，从而获得治疗与治愈，创造与发展，以及个性化的体验，便是沙盘游戏的无穷魅力和动人的力量所在。

(3)主办单位：学生工作处心理咨询中心

(4)承办单位：院心理健康部

(5)协助单位：院心理成长协会、六系心理健康部

(6)参与人员：本院学生

(7)活动流程：各系学生在4月底之前做完沙盘游戏，将每个作品拍照留影，写上相应的名字，班级，作品名，并以系为单位将照片电子稿上交院里。院里选择部分作品，征得该同学同意，并由该同学对作品进行必须的描述(即：沙盘的名字、故事)后统一冲洗进行展出。

(8)图片展览时间：5月25日(三)9：30-5月26日(四)18：00

(9)展览地点：南院篮球场

5、心灵影片赏析

(1)活动目的：经过影片引导同学关注自我与他人的心理健康，努力构建和谐心灵，和谐人际，健康成长。

(2)主办单位：学生工作处心理咨询中心

(3)承办单位：院心理健康部

(4)协助单位：机电系心理健康部、电气系心理健康部

经贸系心理健康部、轨道系心理健康部

(5)活动要求：露天电影，心理咨询中心负责供给影片和宣传资料、播放设备

(6)放映时间：第一场-5月6日(五)第二场-5月13日(五)

(7)观看形式：各系组织观看

(8)负责单位与地点设置：

第一场：南院篮球场--机电系心理健康部负责

东院篮球场--电气系心理健康部负责

第二场：南院篮球场--人文系心理健康部负责

东院篮球场--轨道系心理健康部负责

(东、南院各设置一个场地)

6、“5.25(我爱我)心理健康日”户外宣传活动

(1)活动目的：呼吁大学生关注自我的心理健康，并以此掀起社会关注心理健康的热潮。为提高我院大学生的心理健康水平，增强大学生的心理保健意识，在我院掀起关注心理健康的热潮，让更多的人来关注大学生的心理健康问题，让更多的人意识到心理健康问题的重要性。

(2)主办单位：学生工作处心理咨询中心

(3)策划承办单位：院心理健康部、朋辈心理咨询员

(4)协助单位：院学生会

赞助单位：

(5) 活动流程：

(1) 领导就“5.25大学生心理健康日”致词；

(2) 两个团体竞赛活动，由各系选派队伍参加总决赛；

(3) 现场朋辈心理辅导活动，横幅签名活动。

(6) 活动宣传：“我爱我——团结互助，给力心灵，共同成长”横幅一条以供签名；各系于5月24日19:00以前出横幅、海报宣传(每个系5张)置于南院篮球场；准备525宣传资料。

(7) 活动形式：团队形式

(8) 比赛地点：南院篮球场

(10) 活动资料：

团体竞赛活动一：无敌风火轮

(1) 项目类型：团队协作竞技型

(2) 道具要求：报纸、胶带

(3) 活动场地：南院篮球场

(4) 游戏时间：10分钟

(5) 游戏详细玩法：12人一组利用报纸和胶带制作一个能够容纳全体团队成员的封闭式大圆环，将圆环立起来全队成员站到圆环上边走边滚动大圆环；到达指定的目的地，时间最短的为胜利者。报纸破坏的不能再进行比赛。

(6)活动目的：本游戏主要为培养学员团结一致，密切合作，克服困难的团队精神；培养计划、组织、协调本事；培养服从指挥、一丝不苟的工作态度；增强队员间的相互信任和理解。

(7)参加人员：各系各派出二支队伍，每个队伍十二人。

(8)奖项设置：设立一等奖1项，二等奖2项，三等奖3项。根据不一样名次分发奖品，参赛队伍均获小礼品一份。

(9)活动流程：每个系选2支优秀队伍参赛，在到院里进行总决赛；每支比赛队伍在进入总决赛都给自我的队伍取好组名，定好组歌，并在比赛之前进行团队的展示；总决赛时，分3场进行比赛，比赛顺序经过抽签决定，发挥团队精神，友谊比赛，安全第一。

团体竞赛活动二：疯狂的设计

(1)游戏类型：益智型、团体合作型

(2)游戏目的：增强组员的团体合作本事

(3)游戏人数：各系2个小组，每组10人

(4)游戏道具：小纸条、笔(工作者提前准备)

(5)游戏规则：

第一轮：小组成员派一个代表抽出一个工作者提前准备的26个字母中的两个，然后用最短的时间摆出这个字母。

第二轮：小组成员派一个代表抽出一个工作者提前准备的一个单词(单词由3-4个字母组成)，然后用最短的时间摆出这个单词。

在10分钟内完成单词数最多为胜利的一方。

(6) 游戏时间：10分钟

(7) 参加人员：各系各派出2支队伍，每个队伍10人。

(8) 奖项设置：设立一等奖1项，二等奖2项，三等奖3项。根据不一样名次分发奖品，参赛队伍均获小礼品若干。

(9) 活动流程：由各系到班级选优秀队伍参赛，在到院里进行总决赛；每支比赛队伍在进入总决赛都给自我的队伍取好组名，定好组歌，并在比赛之前进行团队的展示；总决赛时，分3场进行比赛，发挥团队精神，友谊比赛，安全第一。

(10) 活动场地：南院篮球场

7、心理讲座篇

(1) 活动目的：经过举办健康心理讲座，引导同学们正确认识健康，关爱生命，提高全校大学生的自尊、自爱、自立、自强的自我意识。从而使得全校大学生能够更好的应对学习、工作、感情和生活。

(2) 主办单位：湖南铁道职业技术学院学生工作处心理咨询中心

(3) 承办单位：院心理健康部、院心理成长协会

(4) 协助单位：6系心理健康部

(5) 讲座资料：沙盘游戏的使用与操作(待定)

主讲：待定

地点□j2多媒体

总负责：肖乐滢钦松

宣传：聂政

参加单位：各系心委、朋辈成员

流程：

1、主持人介绍

2、听讲座

3、嘉宾小结

举办时间：（暂定）

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](#)

高二心理活动方案设计篇七

为深入贯彻落实《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》、教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》和《中小学心理健康教育指导纲要》以及xx教体局教基[20xx]90号文件精神，普及心理健

康知识，全面提高中小学生心理素质，促进其身心和谐发展，我校决定开展心理健康教育月活动。

组 长：

副组长：

组 员：各班主任

快乐学习，幸福生活

- 1、充分发挥心理健康教育的育人功能，培养学生良好的心理品质，引导学生主动快乐地学习。
- 2、积极推进心理咨询室建设，开展“快乐学习，幸福生活”主题系列活动。
- 3、以“提升师生幸福感”为核心，加强心育文化建设，为学生的未来发展和终生幸福奠基。

20xx年10月8日—11月8日。

1、举行一次国旗下讲话

各中小学在周一升旗仪式上，安排一名校领导发表以“快乐学习，幸福生活”为主题的国旗下讲话，推进“快乐学习，幸福生活”主题系列活动深入开展。责任主体：校长室（郑敏志）

2、召开一次“快乐学习，幸福生活”主题班会

以班级为单位，围绕“快乐学习，幸福生活”这一主题，召开一次主题班会。精心设计活动内容，创新活动形式，力求取得实效。主题班会要有教案。责任主体：德育处（咎洪赋）

3、出一期“快乐学习，幸福生活”主题黑板报

各班利用黑板报，以“快乐学习，幸福生活”为主题，出一期专刊。学生动手搜集资料，设计版面，校内组织检查评比。

责任主体：团委（宋伟华）

4、举办一次心理健康知识专题讲座

由学校心理健康教育兼职教师面向学生举行一次普及心理健康知识专题讲座。责任主体：心理健康兼职教师，负责人（李锐）

5、开展一次心理健康教育知识竞赛

以市教体局编印的中小学生心理健康教育知识问答为基础，组织开展一次心理健康教育知识竞赛。责任主体：心理健康兼职教师，负责人（李锐）

6、举办中学生征文评选活动

组织中学生在“快乐学习，幸福生活”为主题，撰写一篇征文，要求紧扣主题，观点正确，体裁和字数不限。在学校评选的基础上，推荐若干篇优秀征文参加区级评选。责任主体：语文教研组（查红武）

活动月结束之后，德育处对活动成果进行总结、上报。