

九年级心理健康教育教学计划(汇总10篇)

做任何工作都应改有个计划，以明确目的，避免盲目性，使工作循序渐进，有条不紊。那关于计划格式是怎样的呢？而个人计划又该怎么写呢？下面是小编为大家带来的计划书优秀范文，希望大家可以喜欢。

九年级心理健康教育教学计划篇一

在大力提倡素质教育、推动教育改革的今天，心理健康教育日益显示出其特殊的重要性。近年来随着社会经济迅猛发展，社会变化的日新月异，学生的心理也随社会环境变化产生了许多波澜。他们的心理问题已经成为社会所关注的重要问题。教师加强心理健康教育，帮助学生解决心理问题，培养学生健全的心理素质，既是学生健康成长的需要，也是推行素质教育的重要内容，是培养高素质人才的重要保证。本学期，我将继续对学生开展心理健康教育，及时做好学生的心理疏导工作，使全体学生保持心理卫生，健康成长。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。

小学二年级心理健康课本，按“学会生活、学会学习、学会做人、学会发展”这个素质教育培养目标，从生活心理辅导、学习心理辅导和人格心理辅导三个方面安排内容。通过故事和事例让学生感受学习，为提高学生心理素质提供良好的教育。

- 1、通过心理健康教育，引导学生认识自己，提高对学习环境和环境的适应能力。
- 2、通过心理健康教育，培养学生乐观自信，友善合群，负责

守信，开拓创新，追求卓越，不畏艰难的健全人格。

3、通过心理健康教育，使学生善于控制调节自己，排除心理困扰和行为偏差，树立人生理想，并具备个人发展能力。

(1) 教师为有需要的学生做团体或个体的心理咨询与辅导，帮助学生解决心理困扰。

(2) 通过心理咨询与辅导，访谈调查与心理测量，建立学生心理档案，及时发现需要给予特别帮助的学生，并且掌握一般学生的心理状况。

(3) 开展心理健康知识宣传及普及工作。

(1) 心理健康教育要与德育工作和学生管理紧密结合，我们要明确心理健康教育的要求，掌握心理健康教育的内容、理论和方法，提高自身心理素质，在提高德育工作实施的同时，扎实有效地渗透心理健康教育。

(2) 教学要善于从教材中挖掘心理健康教育的内容，进行有机渗透，从知识、意识上循序渐进地教育，帮助学生不断提高心理素质。

(3) 我们要创设文明健康的校园氛围，为学生心理健康教育创设良好的环境。

希望通过本学期的教学，提高学生对校园生活的适应能力，培养他们开朗、合群、乐学、自助的独立人格。培养学生善于与老师，同学交往的能力，不断正确认识自己，增强自己调控、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。调节自己，提高心理健康水平，增强发展自己的能力。

九年级心理健康教育教学计划篇二

未来人才不仅要掌握现代科学技术，有较全面的能力，而且要有强健的体魄，健全的人格，健康的心理素质。“健康不仅是没有身体缺陷和疾患，还要有完整的生理和心理状态与良好的社会适应能力。”生理与心理都健康，才是真正意义上的健康。心育是各育的基础和中介，在素质教育中处于重要位置。学校心理健康教育是发展性、预防性的教育，教育的重点在于培养学生健康的心理素质。中小學生肩负着培养跨世纪人才的重任，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，心理健康教育是小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。

小学二年级心理健康课本，按“学会生活、学会学习、学会做人、学会发展”这个小学素质教育目标培养，从生活心理辅导、学习心理辅导和人格心理辅导三个方面安排内容。通过故事和事例让学生感受学习，为提高学生心理素质提供良好的教育。

结合本册内容，在教学活动中，从小培养学生良好的心理素质，开发学生的心理潜能，塑造学生的健康人格，提高中华民族的整体素质，提高未来人才的质量。

各部分教育教学重点如下：

自我意识方面：结合小学低年级儿童自我意识发展的特点，重点放在小学生自我社会角色认知和借助他人进行自我评价，以及良好自我体验等方面能力的培养上，认识到自己是一名小学生这一社会角色，受到老师或家长表扬和批评时，知道原因何在，学会自我分析，使自身言行向好的方向发展，有

较强的自我体验，善于发现自身优点，树立自尊和自信意识。

智力方面：对小学二年级学生智力训练重点放在观察力和注意力的培养方面，让学生知道什么是观察及观察的意义，引起他们对训练观察力活动的重视。教学生会使用常用的观察方法了解注意及注意的作用，重视自身注意力的提高。

情感方面：认识喜、怒、哀、乐等基本情绪表现。体验积极情绪，保持心境

愉悦。认识并分析消极情绪（烦恼）产生的原因，并学会用简单方法驱除烦恼。抑制不合理需要，从而减少不良情绪的产生。

意志方面：提高他们对意志的认识。由于年龄尚小，理解力相对较差，故借助于日常生活现象和故事进行。用外力或自己制订规矩来约束自己，提高自制力。借助于情境表演启发学生勇于战胜挫折和困难。

个性方面：激发学生热爱自然、热爱生活，培养与大自然和谐和乐观向上的性格特征，增强环保意识。培养他们的合作意识、合作精神，学会谦让和合作。

学习方面：从最基本的学习态度和在学习方法以及学习兴趣着手，培养学习兴趣，注意养成良好的学习姿势，保证身心健康发展、，养成良好的学习习惯。

交往方面：激发交往欲望，训练言语表达能力，为交往创造条件，懂得基本的交往礼仪。

1. 坚持以人为本，根据学生心理、胜利的特点及发展规律，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。

2. 立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，以学生为本，尊重学生、理解学生。

3. 提高全体学生的训练素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4. 对少数有心里困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

二年级学生具有独有的特点：擅长于识别物体的特点、判断物体之间的相同和不同点，能很快并很容易地掌握任何一个物体所固有特征的思维特点。二年级学生乐于向其他人交流自己已经做过的事情语言表达特点，这是在心理课上鼓励学生有条理地表达和培养科学、文明的用语习惯的积极因素。二年级学生一是易受同伴的影响，一是以个人为中心的社会交往和与人合作特点。

希望通过本学期的教学，提高学生学习的兴趣，养成良好的生活与学习习惯，培养学生友爱同学，热心帮助别人，不怕困难，努力克服困难的品质，培养学生健康的心理素质。

六、教学进度表

镜子中的我第一周

学习真快乐第二周

学会礼貌待人第三周

猜猜它在哪第四周

为红领巾添光彩第五周

大家一起做第六周

学优点共进步第七周

老师，您辛苦了第八周

“常有理的”东东第九周

电子游戏虽好我少玩第十周

多彩的情绪第十一周

欣欣变诚实了第十二周

巧妙观察的学问第十三周

让想象飞翔第十四周

跌倒了爬起来第十五周

多姿多彩的作业第十六周

九年级心理健康教育教学计划篇三

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。

- 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。

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。

1、通过课堂内外的教育，向学生传授卫生科学知识，培养学生生活自理能力、个人清洁习惯，使他们自幼养成讲卫生、爱清洁、维护环境的良好品德。

2、培养学生有规律的生活作息制度，养成早睡早起、定时定量进食，既不偏食、挑食、也不过量进食。懂得环境污染对人体的危害，自觉地保护环境，并懂得预防接种的好处，自觉接受预防接种。

4、认识到阳光、空气、水与身体健康的关系；

5、了解均衡饮食对身体发育的好处，培养良好的饮食习惯。

6、培养学生独立思维的能力，知道人体需要的营养素，知道常见传染病及其预防。

7、懂得体育与健康常识：运动前后的注意事项；过量饮水也会中毒；玩与心理健康；学会调控自己的情绪。

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。

九年级心理健康教育教学计划篇四

我校五年级有三个班级，男女生比例有点差异，男生比女生多。五年级学生逐渐进入少年期，身心的发展正处在由幼稚趋向自觉，由依赖趋向独立的半幼稚半成熟交错的矛盾时期，在心理上具有以下特点：

能认识和掌握一定的道理观念，对社会现象开始关注，开始有独立见解，但他们的见解极易受外界影响左右而时常变化。道德感情开始多变而且不轻易外露。开始以一定的道德标准来评价人、事或社会现象，但仍有片面性。已有的行为习惯日趋稳定，但对新提出的行为要求则容易知行脱节。在亲子交往方面，由于独立意识增强，他们对父母的要求不再一味顺从，对父母过多的“看管”常常表示抗拒。老师的威望在五年级阶段开始逐渐下降，学生对教师不再像过去那样崇拜，有时还会产生抵触情绪，跟教师疏远。

第二信号系统开始占优势，求知的欲望和能力，好奇心都有所增强，对新鲜事物开始思考、追求、探索。学习的兴趣更为广泛。同学间开始进行个人简单交往，往往偏重于情感而分不清是非。自己意识有所发展，开始注重穿着打扮，自尊心进一步增强，自主性要求日趋强烈，但仍然缺乏自己约束的能力。

- 1、情绪辅导：通过技能训练，提高学生的情绪自控能力，能运用转移注意力、自己放松、换位思考等方法来调节情绪。
- 2、学习辅导：围绕抽象思维发展学生的智力，培养良好的智

力品质；引导学生确立学习目标，掌握正确的学习方法，学习如何有效地利用学习时间，体验“一分辛劳一分收获”的愉悦感、成就感；培养正确的竞争意识，为毕业、顺利进入中学做好心理准备。

3、人际交往：通过人际交往和社会适应能力训练，学会与父母、老师沟通，学会尊重父母、老师、同学，形成正确的集体意识和友谊观，克服不良的小团体意识。

4、进一步深化活动内涵，增加实验演示、游戏比赛、专题讨论等新的活动方式，注意发挥学生的理性思考和自己组织潜能。

1、培养学生具有能干、负责的意识，学会一些为人处世的道理。

2、让学生知道人要了解自己的优点和缺点，要相信自己，信任自己有潜能、能成功。

3、学会男女生的角色意识，初步学会以正常的心态与异性交往。

4、学会自己保护意识、相貌审美意识、幽默生活意识和学习冲刺意识。

1、坚持以人为本，根据学生心理、胜利的特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。

2、立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，迈向全体学生，关注个别差异，以学生为本，尊重学生、理解学生。

3、提高全体学生的训练素质，充分开发他们的潜力，培养学

生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4、对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自己教育能力。

九年级心理健康教育教学计划篇五

小学阶段是孩子心理发展的重要阶段，帮助孩子提高心理素质，形成积极乐观、健康向上的心理品质，为未来的幸福生活奠定基础。

从小学三年级开始，学生进入了小学中年级阶段的学习与生活，从心理发展过程来看，从三年级开始，学生从儿童期转入少年期。这一阶段的一个重要表现是学生的学习任务与活动范围无论是广度还是深度都比低年级有了显著的变化，学习活动的游戏性特征减少，学习过程的组织性、认知过程的规范性、严谨性更强，对学生进行的科学教育一般从三年级开始。

一方面身体的发育、学习与生活的变化使三年级学生的心理有了迅速的发展，他们有了一些合理性的独立思考了，有一些自己的主见了，能够参与大人的谈话，而不像以前那样随意插入大人的谈话。初生牛犊不怕虎，敢尝试去做一切事情，不像以前那么听从权威。这些现象表明了三年级学生知识经验的扩大和认知能力的发展，但另一方面，三年级学生又表现出行事理性不足的特点。在这一时期，学生的学习兴趣开始分化，学生对于不同学科的学习动机出现了差别，学科偏爱开始出现。学生控制自己情绪的能力得到发展，情绪表现的方式和强度与低年级学生相比，其适宜性更高，一般较少出现忽哭忽笑的现象。进入少年期后，随着交往能力的提高，学生之中开始出现关系较好的、比较稳定的`好朋友。

1、锻炼有意识记的能力，增进记忆品质；

- 2、能够正确对待自己的学习成绩，勤于思考，不甘落后；
- 3、有集体荣誉感，并掌握一定的社会行为规范，提高学生的社会适应能力；
- 4、自觉地控制和改变不良行为习惯，初步学会休闲，提高自我保护意识；

- 1、通过面向全体普及各种心理健康知识，引导学生自测、自控、自我调节、正确认识自己。

- 2、加强针对性训练，采取多种形式培养学生良好的心理品质。

- 3、在集体中体验人际交往的乐趣，在学习中品尝解决难题的快乐，在活动中学会调节情绪。

- 4、培养自主、自动参与活动及表现自我的欲望与能力。

- 1、坚持以人为本，根据学生心理、胜利的特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。

- 2、立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，迈向全体学生，关注个别差异，以学生为本，尊重学生、理解学生。

- 3、提高全体学生的训练素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

- 4、对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

略

九年级心理健康教育教学计划篇六

以区教委《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的意见》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。

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。

九年级心理健康教育教学计划篇七

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。

- 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。

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。

1、通过课堂内外的教育，向学生传授卫生科学知识，培养学生生活自理能力、个人清洁习惯，使他们自幼养成讲卫生、爱清洁、维护环境的良好品德。

2、培养学生有规律的生活作息制度，养成早睡早起、定时定量进食，既不偏食、挑食、也不过量进食。懂得环境污染对人体的危害，自觉地保护环境，并懂得预防接种的好处，自觉接受预防接种。

4、认识到阳光、空气、水与身体健康的关系；

5、了解均衡饮食对身体发育的好处，培养良好的饮食习惯。

6、培养学生独立思维的能力，知道人体需要的营养素，知道常见传染病及其预防。

7、懂得体育与健康常识：运动前后的注意事项；过量饮水也会中毒；玩与心理健康；学会调控自己的情绪。

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。

九年级心理健康教育教学计划篇八

认真贯彻党的教育方针，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》、《教育部关于印发〈中小学生心理健康教育指导纲要〉的通知》、

《中共中央办公厅国务院办公厅关于适应新形势进一步加强和改进中小学德育工作的意见》、《公民道德建设实施纲要》精神，坚持以人为本，根据学生心理、生理发展特点和规律，运用健康教育的理论和方法，培养学生良好的素质，促进身心全面发展。

1、目标：使学生不断正确认识自我，增强调控自我、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；对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自我，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

2、任务：全面推进素质教育，增强学校德育工作的针对性、实效性和主动性，帮助学生树立在出现心理行为问题时的求助意识，促进学生形成健康的心理素质，维护学生的心理健康，减少和避免对他们心理健康的各种不利影响；培养身心健康，具有创新精神和实践能力，有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人。

帮助学生具有适应高中学习环境的能力，发展创造性思维，充分开发学习的潜能，在克服困难取得成绩的学习生活中获得情感体验；在了解自己的能力和特长、兴趣和社会就业条件的'基础上，确立自己的职业志向，进行职业的选择和准备；正确认识自己的人际关系状况，正确对待和伙伴的交往，建立对他人的积极情感反应和体验。提高承受挫折和应对挫

折的能力，形成良好的意志品质。

以体验和调适为主，并提倡课内与课外、教育与指导、咨询与服务的紧密配合。

1、开设心理健康课、选修课、活动课或专题讲座。

包括心理训练、问题辨析、情境设计、角色扮演、游戏辅导、心理知识讲座等，旨在普及心理健康科学常识，帮助学生掌握一般的心理保健知识，培养良好的心理素质。

2、个别咨询与辅导。

开设心理咨询室(或心理辅导室)进行个别辅导是教师和学生通过一对一的沟通方式，对学生在学习和生活中出现的问题给予直接的指导，排解心理困扰，并对有关的心理行为问题进行诊断、矫治的有效途径。对于极个别有严重心理疾病的学生，及时识别并转介到医学心理诊治部门。

每周每班一个课时

(一)理论讲授

1、主题：成功从“心”开始(建议用时：1-2课时)

认识心理课程，明确上课要求，建立师生关系

2、主题：环境适应(建议用时：2-3课时)

(1)、回忆初中环境，对比现在环境与初中环境相同于不同

(2)、如何适应环境

3、主题：认识自己(建议用时：5-6课时)

(1)、认识自己(参考游戏：自画像，猜猜我是谁，画像侦探等)

(2)、自己的优点与不足，周围人对自己的评价

(3)、自我价值观探索

(4)、自我性格探索

(5)、自我气质探索

4、主题：人际交往(建议用时：3-5课时)

(1)、如何与人交流(说话与倾听)

(2)、如何拒绝别人

(3)、受人欢迎的人有哪些品质?如何成为受人欢迎的人。

5、职业规划(建议用时：1-2课时)

做霍兰德职业形象测验、画生涯彩虹图

6、学习辅导(建议用时：9-10课时)

(1)、学习目标与学习计划

(2)、影响学习的因素(智力因素与非智力因素)

(3)、记忆

(4)、合理归因

(5)、时间管理

(6)、科学用脑

(7)、创造力

(8)、注意力

(9)、考试焦虑与放松

7、亲子沟通(建议用时：1-2课时)

8、师生关系(建议用时：1-2课时)

9、情绪辅导(建议用时：2-3课时)

(1)、认识情绪

(2)、调控情绪(如快乐、愤怒、嫉妒等)

10、青春期辅导(建议用时：2-3课时)

(1)、分清友情与爱情

(2)、当遇到爱情怎么办?

11、其他(课时不限)

(1)、感恩(建议用时：1-2课时)

(2)、爱自己专题辅导(建议用时：2-3课时)

(3)、睡眠(建议用时：1课时)

(二)、影片播放

1、于丹《论语心得》——交往之道

2、鲁豫有约——隐形的翅膀(雷庆瑶)

3、鲁豫有约：《催眠(上)》

4、鲁豫有约：《催眠(下)》

(备注：以上内容根据实际情况调换讲授顺序)

(三)团体活动课(参考备选)

1、课题：信任之旅

主题：人际关系辅导(信任)

2、课题：同舟共济

主题：人际关系辅导(合作)

3、崔丽娟. 探秘花季心灵(高中教师版). 机械工业出版社□20xx年版

4、武文芳安英柏. 心海导航——如何顺利的读过高中生活. 科学出版社□20xx年版

5、贾晓波李慧生. 高中生心理适应适应能力训练教程. 天津教育出版社□20xx年版

6、其他网络资源

时间流逝得如此之快，我们的教学工作又将翻开新的一页，该好好计划一下接下来的教学工作了！但是教学计划要写什么内容才能让人眼前一亮呢？下面是小编精心.....

范文日子在弹指一挥间就毫无声息的流逝，我们的教学工作

又将续写新的篇章，现在的你想必不是在做教学计划，就是在准备做教学计划吧。为了让您不再有写不.....

（精选5篇）时间就如同白驹过隙般的流逝，我们的教学工作又将续写新的篇章，立即行动起来写一份教学计划吧。好的教学计划都具备一些什么特点呢？以下是小编.....

九年级心理健康教育教学计划篇九

良好的心理素质是人的全面素质中的重要组成部分，心理健康教育是提高中学生心理素质的教育，是实施素质教育的重要内容。六年级学生正处在身心飞速发展的时期，随着生理、心理的发育和发展、社会阅历的扩展及思维方式的变化，他们在学习、生活、人际关系、升学和自我意识等方面，会遇到各种各样的心理困惑或问题。为促进他们身心全面和谐的发展，制定本计划。

一、指导思想

运用心理健康教育的理论和方法，培养学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐发展。

二、教学目标

（一）总体目标

提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜能。

（二）具体目标

培养学生自重、自爱、自尊、自信的独立人格及对自我与外界的评价能力；能以积极的心态面对学习、生活压力和自我身心所出现的变化。

首先：适应学习环境和学习要求，富有责任感和进取心，形成良好的自我认识能力；

再次：形成锲而不舍的个性特征，掌握自我心态、情绪的调适方法，改善学习方法，能够在升学和就业方面做出合适的决定。

三、学生基本情况分析

学生的心理问题从大类上分为障碍性问题和发展性问题。障碍性问题在学生中极少出现；发展性问题是伴随学生心理发展阶段和交际范围扩大出现的问题，主要表现为不适应。

学生的心理问题多表现在人际关系、学习动机和自我认识等方面，如师生关系、亲子关系、同学关系、异性关系紧张；学习上出现焦虑、紧张、厌学情绪；自我感觉、体验和评价失当等。

我校学生的心理问题具体表现为：

1、学生由于学习适应不良而产生的苦恼

学生经历着许多变化，如环境、学习活动、人际交往以及角色的转化等变化，有了变化就要适应而学习适应不良是困扰学生的主要问题。

2、学生的紧张和焦虑情绪

这种不良情绪大致有以下情况：对前途和未来过分担忧，自信心下降；出现消极情绪不知如何宣泄，导致自己长时间处于压抑状态，影响学习的效果和人际交往。

3、与同学交往特别是与异性交往出现的困惑

4、由于家庭因素的影响而产生的不良情绪

四、基本原则

心理健康教育除了遵循中学生身心发展的特点和规律外，还必须遵循以下基本原则：

（一）发展性原则

面向全体，通过普遍的活动教育，使学生对心理健康有积极的认识，提高学生的心理素质，促进学生全面发展。

（二）差异性原则

注意个性教育，尊重每个学生的个性发展，了解和把握不同学生的心理状态。

（三）主动性原则

采取积极主动的方式，帮助学习排解厌学、自卑、恐惧、焦虑等消极情绪，真正做到防微杜渐。

（四）活动性原则

以活动为主，注重活动过程的教育作用，让学生在活动中、在体验中得到成长与发展。

（五）尊重与理解原则

尊重学生的人格、需要和情感，营建民主、平等、和谐的师生关系。

另外还要遵循保密性和助人自助原则。

五、教学内容

普及心理健康基本知识，树立心理健康意识，了解简单的心

理调节方法，重点是学会学习、人际交往、升学择业以及生活和社会适应等方面常识。

帮助学生适应中学的学习环境和学习要求，培养正确的学习观念，发展其学习能力，改善学习方法；把握择业方向，了解自己，学会克服青春期的烦恼，逐步学会调节和控制自己的情绪；加强自我认识，客观评价自己，积极与同学、老师和家长进行有效的沟通，逐步适应生活和社会的各种变化，培养对挫折的耐受能力。

六、途径和方法

（一）以心理健康课为载体，采用团队活动、故事、心理剧等形式，引导学生树立心理健康意识，帮助学生掌握一般的心理保健知识，培养良好的心理素质。

（二）个别咨询与辅导

采用与学生一对一的沟通方式，对学生在学习和生活中出现的问题给予指导，排解困扰。

（三）发挥全体教师在教育教学活动中人格魅力和为人师表的作用，建立起民主平等相互尊重的新型师生关系，在班级、团队、班主任工作中渗透心理健康教育。

九年级心理健康教育教学计划篇十

未来人才不仅要掌握现代科学技术，有较全面的能力，而且要有强健的体魄，健全的人格，健康的心理素质。“健康不仅是没有身体缺陷和疾患，还要有完整的生理和心理状态与良好的社会适应能力。”生理与心理都健康，才是真正意义上的健康。心育是各育的基础和中介，在素质教育中处于重要位置。学校心理健康教育是发展性、预防性的教育，教育的重点在于培养学生健康的心理素质。中小學生肩负着培养

跨世纪人才的重任，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，心理健康教育是小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。

小学二年级心理健康课本，按“学会生活、学会学习、学会做人、学会发展”这个小学素质教育目标培养，从生活心理辅导、学习心理辅导和人格心理辅导三个方面安排内容。通过故事和事例让学生感受学习，为提高学生心理素质提供良好的教育。

结合本册内容，在教学活动中，从小培养学生良好的心理素质，开发学生的心理潜能，塑造学生的健康人格，提高中华民族的整体素质，提高未来人才的质量。

各部分教育教学重点如下：

自我意识方面：结合小学低年级儿童自我意识发展的特点，重点放在小学生自我社会角色认知和借助他人进行自我评价，以及良好自我体验等方面能力的培养上，认识到自己是一名小学生这一社会角色，受到老师或家长表扬和批评时，知道原因何在，学会自我分析，使自身言行向好的方向发展，有较强的自我体验，善于发现自身优点，树立自尊和自信意识。

智力方面：对小学二年级学生智力训练重点放在观察力和注意力的培养方面，让学生知道什么是观察及观察的意义，引起他们对训练观察力活动的重视。教学生会使用常用的观察方法了解注意及注意的作用，重视自身注意力的提高。

情感方面：认识喜、怒、哀、乐等基本情绪表现。体验积极情绪，保持心境

愉悦。认识并分析消极情绪（烦恼）产生的原因，并学会用简单方法驱除烦恼。抑制不合理需要，从而减少不良情绪的产生。

意志方面：提高他们对意志的认识。由于年龄尚小，理解力相对较差，故借助于日常生活现象和故事进行。用外力或自己制订规矩来约束自己，提高自制力。借助于情境表演启发学生勇于战胜挫折和困难。

个性方面：激发学生热爱自然、热爱生活，培养与大自然和谐和乐观向上的性格特征，增强环保意识。培养他们的合作意识、合作精神，学会谦让和合作。

学习方面：从最基本的学习态度和在学习方法以及学习兴趣着手，培养学习兴趣，注意养成良好的学习姿势，保证身心健康发展、，养成良好的学习习惯。

交往方面：激发交往欲望，训练言语表达能力，为交往创造条件，懂得基本的交往礼仪。

1. 坚持以人为本，根据学生心理、胜利的特点及发展规律，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。

2. 立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，以学生为本，尊重学生、理解学生。

3. 提高全体学生的训练素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4. 对少数有心里困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

二年级学生具有独有的特点：擅长于识别物体的特点、判断物体之间的相同和不同点，能很快并很容易地掌握任何一个物体所固有特征的思维特点。二年级学生乐于向其他人交流自己已经做过的事情语言表达特点，这是在心理课上鼓励学生有条理地表达和培养科学、文明的用语习惯的积极因素。二年级学生一是易受同伴的影响，一是以个人为中心的社会交往和与人合作特点。

希望通过本学期的教学，提高学生学习的兴趣，养成良好的生活与学习习惯，培养学生友爱同学，热心帮助别人，不怕困难，努力克服困难的品质，培养学生健康的心理素质。