# 初中生心理健康知识手抄报好看范文大全

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2024-09-02

*第一篇：初中生心理健康知识手抄报好看阳光总在风雨后，快乐总在倾诉中。这里给大家分享一些关于心理健康知识手抄报，供大家参考。心理健康知识手抄报1青春期，一个儿童期到成人期的过渡期，这个阶段尤为重要，是人生之旅的第二个重要环节，我们就处在这个...*

**第一篇：初中生心理健康知识手抄报好看**

阳光总在风雨后，快乐总在倾诉中。这里给大家分享一些关于心理健康知识手抄报，供大家参考。

心理健康知识手抄报1

青春期，一个儿童期到成人期的过渡期，这个阶段尤为重要，是人生之旅的第二个重要环节，我们就处在这个阶段，当然要听关于发育过程中的一些问题的讲座。

一开始，老师放了一个极其形象的`视频，是将一个人生看成50秒，让我们了解我们的时间很少，老师又用了一个实验告诉我们人生就像一个大口瓶子，在里面先放大石头，再依次将小石头、细沙、水放入，这样，人生就变得充实，而如果不先放大石块，大石块可能就放不下了，而这些大石头就是我们觉得最重要、最需要珍惜的，只有这样，懂得爱别人，才能被别人爱，让我们在喜悦中慢慢成熟。

青春期是身体和智力发展的黄金时期，在这时候，一定要有充足的营养和锻炼，这样对身体发育有帮助，但也不能一直很累，要劳逸结合，做到最棒的状态。而且人如果一直保持紧张状态，会影响大脑发育。这个期间，人还会独立起来，产生逆反心理，不听父母的话，觉得父母很唠叨。情绪也会因此有很大的变化，变得急躁烦恼。

青春期还会有喜欢别人感觉，这是正常的。因为幼儿园男女混在一起玩，叫混玩期，慢慢长大了，男生和男生玩，女生和女生玩，叫疏远期，现在开始到以后，开始喜欢和异性交往，叫接近期，长大了，开始正式和异性交往，叫恋爱婚姻期。所以，现在主要任务是学习，不能为这种关系而影响学习。

听了老师的讲座，我受益匪浅，我决定，我要快乐地面对青春期，乐观开朗地对待他人，大声高呼：“呵护青春，珍爱生命!”

心理健康知识手抄报2

如今，我已经是初二的学生了，很快就要初三了，就要进入十分关键的一年了。压力也是越来越大。经常可能会很晚回家。作业也有很多，晚上有可能，要到一两点。所以有很多人受不了这种生活，想法越来越消积。

其实我觉得，遇到这种时候乐观是最重要的，因为一个人的心里想法可能会关系到很多的事情。

乐观的重要体现在很多的.方面，比如每当我考试成绩不理想的时候，我就会从好处想，比如说我遇到了什么新的题型，新的计算方法，把它总结出来。去积极的应对下一次考试，考好了就行。

在报纸上，小说中，经常可以看到，有很多人，的了重病和绝症，原本看上去，无药可医，但是很多人在医生的指导，和自己乐观的心理，是原本看上去的绝症，成功地将它们打败了，即使是么有打败，一次去世的\'，大多死而无憾。

这些事例成功的告诉我们，乐观的心理是十分重要的。所以我们在遇到大压力，不顺心的时候乐观成了不可缺少的部分。

其实乐观就是以积极的态度，来处理事情。不止一个案例告诉我们，积极，和消极的态度对事情的影响。更重要的是如今，一个人有没有积极地处事态度，已经被列为评价一个人，是否健康的标准了。所以积极地态度是更重要的。处世消极不仅会影响到人的心理健康，还会影响身体健康，消极的心理，有时会影响到一个人的食欲，一个人的睡眠状况变差，如果这些变得越来越差，身体怎么可能会变好呢?

以上说了这么多点，大家因该明白处理事情的态度了，以这样的方式，处理任何事情都没有问题。

初中生心理健康知识手抄报好看

**第二篇：初中生防火知识手抄报简单又好看**

人人防火，树树平安;时时防火，国泰民安。这里给大家分享一些关于防火知识手抄报，供大家参考。

防火知识手抄报1

这天，刚上完英语课，一阵刺鼻的黑烟就涌了上来，同学们用手直扇风，不住地说“呛死了”，还有人说是楼下的电脑爆炸了，我们都“切”了一声，谁信呀!不过仔细一闻，真的倒有股烧焦的味儿。当时我还真信以为真，觉得没什么，就没太在意。当时的老师也是特镇定，叫我们关上门窗还想继续上课，可谁知一缕缕烟还是从窗口的缝隙里钻了出来，好难闻啊!这时，广播里响起了一阵急促的声音：“303教室失火，请同学们有秩序地撤离。”这时，我才知道事情的严重性了，失火啊，可不是好玩的。我们有秩序地随着老师从综合楼的楼梯撤离，没有丝毫的骚乱，因为我们知道，这时候骚乱等于自杀，对自己、对别人都没有丝毫的好处。看来往日那些枯燥的消防知识讲解到了关键时刻还是挺有用的。待全校所有的班级都集合到下面的操场，才用了不到五分钟的时间，得到了校领导的表扬，方才知道刚刚的失火只是一场演习，这是多么的惊心动魄啊!随后，由消防员叔叔给我们讲解了该如何逃离现场的知识。调整了一下队伍，消防演习开始了。第一个项目是“煤气罐着火了该怎么办”。只见五个头戴钢盔、身着制服的消防员抬上来了一罐煤气，并点着了火。冲天的火苗吐着信子，似乎要把人吞噬掉。一个消防员拿了块湿抹布，轻巧地在盖子上一扭，那火苗边消失得无影无踪了，真令人佩服!第二个项目是教我们如何使用灭火器，消防员叔叔演示了一两遍后便让同学们上去实地实习。同学们个个跃跃欲试，纷纷举起手来，可毕竟名额有限，一个四年级的小弟弟被请了上去。初次碰见这种玩意，不会用，消防叔叔边很耐心地教他。过了一会儿，这位小弟弟终于掌握了使用灭火器的要领，一下子就把满盆的大火给扑灭了，赢得了老师和同学的阵阵掌声。

防火知识手抄报2

想必大家对“火”这个词并不陌生吧!我们的生活时刻需要着它——烧饭做菜时，天黑时都少不了它但它也是破坏大自然，烧毁森林的杀手!

虽然听了电视上对火灾的许多报道，但是我还是觉得火灾离我很遥远。是，最近又发生了一起火灾。

第二天吃早饭时，我问爸爸怎么会起火，爸爸回答：“是一个小孩子随着父母去山上上坟，玩火引起的。这次火灾直接造成了很大的树木损失，小孩的父母已被追究责任了。”我点了点头，心想：这次火灾真可怕!

现在我向全世界的人们呼吁：请你们不要再破坏大自然了，因为大自然也是一个家，和我们的家一样。让我们一起行动起来保护森林。

水火无情!有句古训说得好：“玩火者必自焚!”人们一个不经意的举动，就可以给森林带来灭顶之灾，给人类自己带来不尽的伤痛!是人们薄弱的防火意识导致了一次次惨痛的后果!

作为小学生的我们能做些什么呢?我想应该先从我们自己做起：严格遵守小学生守则，不在野外玩火。并要做好小小森林防火宣传员的工作，走进各自的村庄，和保护森林的叔叔阿姨们一道，宣传防火的重要性，告诉人们：森林防火的重在预防。帮助人们提高防火意识。

火是我们的朋友，但如果失去控制，就有可能引发火灾，给我们生命财产造成巨大损失。我们必须从我做起，从小树立消防意识，重视并做好火灾的预防工作，正确面对火灾，沉着冷静地处理火情。

最后，我要向各位叔叔阿姨呼吁：森林防火，人人有责!森林防火贵在预防!

初中生防火知识手抄报简单又好看

**第三篇：心理健康知识手抄报简洁好看模板**

健康的心灵，为你添上飞翔的翅膀。这里给大家分享一些关于心理健康知识手抄报，供大家参考。

心理健康知识手抄报1

大家好，你们一定没发现吧，在你们身边潜伏着许多不良现象吧，比如吸烟、酗酒、赌博……我们来谈谈吧，就说吸烟吧。吸烟20年的人的肺癌的机率是不吸烟人的2倍，香烟所含有尼古丁，尼古丁是一种剧毒物质，实验证明，一支香烟所含的尼古丁为5至15毫克，足可毒死一只老鼠;20支香烟所含的尼古丁可毒死一只牛。

很多人一天抽一包烟，为什么不中毒呢?这是因为每次抽烟进入人体的尼古丁不多!但如果长年累月地吸烟，人体便会引起慢性中毒。

青少年正处于发育阶段，组织器官都很娇嫩，对有害物质比成年人吸收得快，造成的危害也更大，世界上每年约有200万人由于吸烟而死亡;英国皇家医学会的报告说“每吸一支烟，生命就缩短5分30秒。”

由此可见，烟是杀人不见血的刀!吸烟引发种疾病，其中最明显的就是肺癌!所以吸烟危险。还有酒的危害，饮酒过量会使自己的神经受到麻醉，有时还会使自己的理智大量丧失。很多经常酗酒的人都有过这样的体验：喝酒过后，人的记忆力会受到严重破坏，从而影响很多事情的正常进行。

据记者所知，我省一山区基层干部，因酗酒过度，几乎变成植物人，三次手术至今未见康复。有报道称年前，一名外商满怀信心到某市投资，市府设宴款待。第一天，官员轮番劝酒，外商勉强应付;第二天，外商烂醉如泥，无法招架;第三天，外商逃之夭夭，投资“泡汤”。

有句话说“车祸猛于虎”，这其中少不了是酒后驾车而引起的血的教训。酒的贪杯换来的是冷冰冰的尸体，还有那丧亲的泪人，悲伤的泣声。等待你的将是法律的制裁。酒何止乱心，酒亦可毁人于无形啊!莎士比亚说：“要想健康长寿，我们应该避免烈酒。”

还有赌博，有些经营赌博的人会在某些地方做手脚，是你一参赌就身无分文，纵使你下次去赌，诱惑你的思想，是你正常的思想错乱，一心只想着下次赌一定赢。参赌的人小心倾家荡产哦。这些出现就出现在我们身边，青年人、中年人一定要小心身边的陷阱哦。

心理健康知识手抄报2

我认为，加强教师学习，提高教师心理素质健康的心理教学活动是师生双向互动的过程。心理素质良好的教师，会凭借自己的语言、行为和情绪，潜移默化地感染学生，促使学生积极主动地投入学习;学生在教师的感召下，会表现出强烈的求知欲，体验到愉悦、满足的情感，并流露出对教师的尊敬和爱戴。于是，在双方的协同努力下，创造出一种平等、民主、和谐的教学情境和课堂氛围。这样的教学，必然是令人乐而忘忧，如沐春风。

教师是学校心理健康教育的推行者、具体实施者，一个成功的教师，除了要有渊博的学识和优良的教学技能，还要有健全的人格和高尚的品德。教师的言行对学生有很大影响，所以，教师完善的心理素质和人格，是构成良好师生关系的基础，是实施心理健康教育、情感教育的出发点和首要原则，新的教育实践要求每一位教师都应该从自身的心理健康的角度，完善自己的人格，提升自己的人格魅力。

通过学习，我也知道了教师要善于做好自身的心理调节及保健工作，了解自我，辩证地看待自己的优缺点;学习心理卫生知识和心理健康知识，掌握心理调节的方法，学会缓解心理压力，改善不良人格，提高心理承受能力;调整情绪，保持心理的平衡;善于选择自己心情愉快的角度去思考问题、处理问题，建立起良好的人际关系;乐于为工作奉献，并合理安排时间，张弛有度;培养多种兴趣与爱好，陶冶情操，只有这样，才能以积极健康地工作热情投入到教学活动中去。所以作为一名教师，自己必须具有良好的心理素质，才能保证学生的健康成长，达到预期的教育目标。教师要保持健康的心理，就必须调整自己的思维方式，以一种平和的心态面对环境的变化。要努力克服不良情绪的困扰;在不断提高知识素养的基础上，培养自信乐观、豁达开朗的健康心理，提高自我评价、自我调控的能力。只有这样才能充分发掘自己的潜能，发挥自己的才干，不断提升自己的人格魅力。良好的性格、高雅的气质、卓越的才能以及高尚的道德品质才能对学生产生潜移默化的熏陶与教化作用，真正作到为人师表。

心理健康知识手抄报简洁好看模板大全

**第四篇：生物手抄报初中生简单好看8张**

这是一片神奇的海域，无数珊瑚将这里映衬得如同海底的宫殿，金碧辉煌，又千姿百态，有的像一朵硕大的莲花静静地开在海底;有的像一簇簇跳动的火焰将海底照亮;有的连成一片像海底的森林;这里给大家分享一些关于生物手抄报，供大家参考。

生物手抄报1

一向对生物学习惧怕的我开始从网课学习中有了浓厚的兴趣。

从一个细胞开始，似乎距离我对它的认识还十分遥远，它并不十分拢近生活，并且细胞那么微小，探索它有些困难，兴趣也提不上去。

在调整好了心态后，再次投入到生物这门学科中去，也发现了原来生物也很有趣，从食物平衡一节课开始，如何吃的营养，这样引人好奇的小事离我们的生活十分平近，其中也拥有生物知识，一节课听下去，我反而觉好十分有意思，深陷在其中的各种问题。面对不适的身体状况是缺少了什么难生素我都有了了解，并且已经运用到我的饮食中去。学以致用，让我的兴趣一就顺着好玩的知识提了上去。

再到后来学习了消作文化与呼吸，我又明白了在人体内更进一步的构造与多个奇妙的系统，他们也与我诉说着自己的神奇，一份食物在经过各个器官时被逐一消化，每种能量都有指定的消化流程，再化为不同的可吸收能量，这样一个有规律的过程让我在接下来对每一章的学习都怀揣着期特。

一步一步探索人体奥秘，每一个人体系统的过程都把我向生物学习之路变得充盈，也不再乏味，也就是在每个靠近我们的生物例子中发现了乐趣，也更加愿意面对生物学习。

有了学习兴趣，也有了对于生物学习的信心，我在下学期的生物一定会超越上一学期，在生物中能看到我对它的热爱及一定会学好它的决心。

生物手抄报2

在最近的生物课上，我们班发生了许许多多有趣的事情。

现在就让我说来给你听听。

“嘀铃铃”上课了，楼道里传来一阵高跟鞋的声音，老师来了。大家都陆陆续续的回到自己的座位上，生物课就这样开始了。

在前10分钟里，大家安静的听老师讲课，“今天，我们学人体的结构!大家把书翻到第二页!”“哗哗哗”大家齐刷刷的拿出笔，开始记笔记，老师在黑板上又写又画，我没在书本上又写又画。10分钟后，男性人体结构很快就学完了。我们开始学女性人体结构。一瞬间的功夫，全班的男生开始处于兴奋状态，尤其是我的同桌，他开始变得格外兴奋，眼睛一直盯着女性人体结构图，嘴里还在不停嘀咕着什么，手里还禁不住比划着什么。。在老师讲到卵巢的时候，他的嘴里竟然发出“啧啧。。”的声音，我想他肯定是想到了一些少儿不宜的画面。便转过头来看了看他，看他没什么反应，我也没在意。便转过头继续听讲。可又过了一会，他竟然发出特别满足而且又有点肉麻的声音。我再也受不了了，问他“你怎么了，犯神经啊!”他说“卵巢诶，卵巢诶”“你没事儿吧。”我说。“卵巢诶。

我想他现在像个神经病，再没理他，继续听讲。

40分钟很快就过去了，下课了。他还在盯着那幅图，传来一阵阵肉麻声，我真是拿他没有办法。

哎，本来平平常常的生物课，仅发生了这样肉麻的事情，真是让人受不了呀。

生物手抄报初中生简单好看精选8张

**第五篇：初中生植树节的手抄报简洁好看模板**

万物复苏，阳春三月，我们又迎来了一年一度的植树节。多栽一棵树，添一片绿，亿万棵树连起来，就染绿了祖国美丽的版图。现在就让我们迎着和煦的春风，迈着轻快的脚步一起去植树吧!这里给大家分享一些关于植树节的手抄报，供大家参考。

植树节的手抄报1

今天是植树节，我从校信通中得知星期六早晨6：30到综合楼集合7：00出发，10：00活动结束。我们的目的地是紧邻烈士陵园的一个公园。

我们兵分四路，一，二，三，四组本来我是第一组的，因为太懒了所以被分配到第四组了，在没有一个好朋友的情况下真是太凄凉了。如果，早起一会床就不会这样了。一路上我少言寡语实在是——寂寞。用最经典的一句是——姐做的不是车，是寂寞。

我们到了目的地，每一大组分成五个小组。每一个小组有一棵树苗，一把铁锹。而且要把树坑挖到深60厘米，宽60厘米。天哪!挖这么一个坑可能要费30分钟，只好听天由命了。9：30了我们才挖好了两个坑只剩下半个小时了我们要用30分钟埋好一棵树苗，然后，再去抬一棵树苗，再埋，算起来时间根本不够用，随便啦。栽一棵树总比没有栽强吧!我们小组便又忙了起来你挖一下我挖一下。在工作时期我认识了一位二实小四年级名叫李雅琪的女生。这样，我的时间中有了几丝光彩。啊!终于完工了，虽然只栽了一棵树。

再回综合楼的路上，我和那位朋友尽情聊天，心里舒服极了。

植树节的手抄报2

春回大地，万物复苏。3月12日植树节到了，小伟和他的好朋友们拿着铲子、提着水桶、扛着小树苗一起上山去植树。

山路坑坑坑洼洼，满是泥土，很不好走。他们好不容易来到了山上，在一片荒地上忙开了。小伟和小青那一小组先找到一块空地，这块地阳光充足，很适合种树。他们先挖了一个坑，把坑里的小石头搬走，往坑里洒一些松软的土。接着把小树苗放到坑里，小青用手扶住小树苗，小伟把刚刚挖出来的泥土填回去，土填满了再用铲子压一压。最后给小树苗浇水，水渗进了小树苗的根部，小树苗“咕嘟，咕嘟”喝了个够。它好像在向他们点头微笑呢!瞧，小军和小红他们那一组也不甘示弱。他们把地上的一些石头搬开，挖了一个大小深浅刚合适的坑，再把小树苗轻轻地放到坑里，接着培土，把土弄平整，再浇水。再看小郑和小李，他们正在把小树苗扶直，这时小李上气不接下气地跑了过来，大声说：“我把水提回来啦。”小红提醒他：“小心点，别碰到小树苗!”　　大家干得热火朝天。一阵微风吹过，一棵棵种好的小树苗高兴地翩翩起舞!大家都希望小树苗能长成参天大树，造福人类。

初中生植树节的手抄报简洁好看模板

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找