# 2024年中学健康工作计划下学期 中学健康工作计划第二学期范本

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2024-09-05

*计划是提高工作与学习效率的一个前提。做好一个完整的工作计划,才能使工作与学习更加有效的快速的完成。优秀的计划都具备一些什么特点呢？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。2024年中学健康工作计划下学期一一、指...*

计划是提高工作与学习效率的一个前提。做好一个完整的工作计划,才能使工作与学习更加有效的快速的完成。优秀的计划都具备一些什么特点呢？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。

**2024年中学健康工作计划下学期一**

一、指导思想

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学生心理素质的教育，是实施素质教育的重要内容。开展学校心理健康教育工作，必须坚持以邓小平理论、\"三个代表\"重要思想为指导，贯彻党的教育方针，落实《公民道德建设实施纲要》和《国务院关于基础教育改革与发展的决定》，坚持育人为本，根据我校学生生理、心理发展特点和规律，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。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。

二、重点工作

积极参与市级、国家级心理健康教育特色学校争创工作;完成十三五课题的立项、申报工作;积极开展生涯指导工作的实践探索，充分利用社团活动、德育研究课、心育课等途径开展生涯指导工作，为即将开始的新课改做好前期准备工作。

三、日常工作具体安排

(一)加强队伍建设，提高自身素质。

1、对全校教师经常举行丰富多彩的各类心理健康教育学习活动，认真学习教育学、心理学理论及新课程标准，把心理健康教育与学科教学有机地融合。

2、聘请心理健康教育专家来校讲座(时间另定)，提高教师心理健康教育意识。

(二)健全心理健康教育档案管理。

贯彻落实教育部《中小学心理健康教育指导纲要(20xx年修订)》和xx市《关于落实教育部〈中小学心理健康教育指导纲要(20xx年修订)〉的实施意见》，整体推进区域心育工作再上新水平。

发挥南开区中小学心理健康教育特色学校示范引领作用，为下一阶段工作更上新台阶做好软硬件的准备工作。制定心理辅导方案，及时了解、掌握辅导效果，总结各类学生的心理问题的成因及辅导方法。对典型案例及时进行整理、讨论。

(三)积极开展心理健康教育活动。

1、搞好面向全体学生的\"心理健康教育团体辅导课\"(每月1至2课时)。继续学习推广\"九中21天幸福课\",做好面向少数学生的个体辅导。面向全体学生充分开发学生的心理潜能，促进学生人格健全发展。

2、心理社团活动组织呈现多样化。采用\"动、静\"结合的方式(如：手绘曼陀罗、聆听美的声音、心理短剧表演、减压运动等)。

3、适当增加心理活动时间。不只是在固定的周二社团活动时间，平时的中午也可开设活动，主要是轻松减压的内容为主，例如播放好看的心理短剧、电影等等，自愿参加，活动完毕可在\"随想簿\"上留下自己的所思所想。

4、制作针对不同年级的心理简报。内容涉及有关心理的杂文、美图、减压笑话等，每周通过心语会会员或者班级心理委员下发到各班。

5、积极参加学校组织的各项听课、评课活动，逐步推广心理辅导课的原则、要求和辅导技巧，发掘学科课堂上的心育技术手段使用，为今后将心理辅导课纳入规范化、制度化管理，为心育和学科课堂的有机融合打下良好的基础。

(四)认真开展好心理咨询室工作

1、由心理老师具体负责开展学生的心理辅导工作，对每一位来访的学生做到真诚倾听、详细记录、认真分析、助人自助、过程保密等要求。

2、做好心理热线电话的咨询和资料整理归档工作。

(五)加强对相关课题的研究力度。

心理科研是学校科研的一个重要分支，本学期做好\"十三五\"科研课题队伍组建，加强科研工作力度，培养心理辅导老师的教科研精神，要踏实、有效地进行研究，预防学生意外伤害健康，为学生营造安全健康的成长环境。

(六)利用网络资源，家校合作指导九中家长幸福之旅

利用网络资源，在qq上做好家校合作指导九中家长幸福之旅培训课程，提升家长的科学教育理念。建立学校家长联系渠道。指导家长做好自我成长，管住嘴迈开腿成长给孩子看，把家庭教育演变为幸福教育。

xx市第九中学

20xx年8月

**2024年中学健康工作计划下学期二**

健康教育是学校教育的重要组成部分，向师生有计划、系统的传播健康知识，是培养、造就新一代健康人才的百年大计，本年度我们将一如既往地抓好健康教育工作，对学生进行健康知识教育和卫生习惯的培养，使之形成良好的行为模式，为身心健康打下牢固的基础。

我校健康教育活动主题是：\"健康、快乐、勤奋、和谐\"。

1、加强组织领导

建立由学校领导、职能部门、年级组长组成的健康教育领导小组，明确各自的岗位责任。建立健全健康教育教研组，定期开展教研活动，交流检查各年级健教情况，确保健康工作有序开展。

2、健康教育，传授知识

(1)认真抓好教学工作。认真制订教学计划，钻研教材，加强师资培训工作。学校将通过培训班、教材讲座、观摩课、教学交流等形式加强对健康教育教师的培训，确保授课教师平均每人每学期接受两节以上的培训，提高健教教师的专业知识水平。

(2)积极开展健康教育宣传活动。利用学校的一切宣传阵地，做好健教宣传工作，每两周出一期专题板报，班级黑板报每期开辟卫生栏目;学校广播每周一对全校学生进行卫生、健康知识宣传;每学期对学生进行二次的青春期卫生知识专题教育;发放健康宣传单。让大家懂得环境对身体健康的影响，避免在不利于身体健康的环境(如大雾、灰尘、噪声等)中进行体育活动、健身等。提升绿色环保理念，理解可持续发展观。

(3)为加强青少年的自我保护意识，教会他们应对各种复杂的情况，培养健康的心理和人格，使未成年人自我保护工作走上规范化、科学化、系统化的轨道，各年级在开设《心理健康》课程的基础上，还将开设心理健康讲座。密切结合学生的心理健康实际，突出心理素质教育主线，普及心理健康知识，培养少年儿童提高调控情绪的能力，形成坚强的意志品质，具有预防心理障碍和保持心理健康的能力，具有和谐的人际关系、良好的合作精神，进一步推动学校精神文明、健康校园和和谐校园的建设。

(4)提高预防疾病的意识和能力，让学生了解流行性感冒、甲型h1n1流行感冒、艾滋病、病毒性肝炎、细菌性痢疾等的传播途径和预防措施，了解心血管疾病、癌症、糖尿病、遗传性疾病、地方病等非传染性疾病的起因和预防措施。

(5)在办公室、公共场所、醒目位置设置明显的控烟、劝阻吸烟的标志、标识。通过禁烟教育活动大力营造吸烟有害健康的舆论，让学生了解香烟对人体的危害性;同时加强教职工及家属行为规范化管理，教职工不得在校园内任何公共场所吸烟。

(6)严格执行食品卫生法律法规，严把食堂的食品进货关和加工操作关。掌握和应用营养知识，了解食物营养价值与合理膳食的构成。教会学生懂得学习、生活过程中对饮食营养卫生的要求，能设置简单的营养配餐处方。

(7)每学期上课节数不少于6节，上课要有三定：定内容、定人员、定教材，学期结束后上交备课笔记。【教学内容：碘缺乏病防治、地方病防治、血吸虫病防治、h1n1防治等】

3、卫生环境，加强监督

(1)在硬件上，采光、饮用水、安全、厕所、桌椅配置等均达到国家标准。在软件上，政策落实，制度到位，紧急救护、防灾有预案和演习，卫生服务优良，档案资料齐备，实行依法治理。

(2)加大检查力度。学校既要加强健康教育知识的宣传，更要加大平时检查督促的力度，(头发、面、耳、颈干净，无头屑;衣着整洁，无异味;手洁，勤剪指甲;饭前便后洗手;坐姿端正，注意用眼卫生等)。让学生逐步形成健康的生活方式，自觉注意合理的营养和饮食卫生，较为合理地安排作息时间，

(3)每学期开展眼保健操比赛，以提高做眼保健操的质量。确保近视率控制在9%以下，近视新发病率控制在1%以内。

(4)开展环境卫生评优活动。学校明确划分包干区。每天由专人检查，发现问题及时整改。

(5)利用\"爱牙日\"、\"爱眼日\"、\"中国学生营养日\"，开展宣传活动，积极开展一个学生带动一个家庭，一个学校带动一个社区的健教活动，倡导积极向上科学合理的生活习惯和健康行为。

九月份：

1、成立健康教育领导小组。

2、制订健康教育计划和教学计划。

3、召开健康教育教师会议。

4、健康状况常规检查。

十月份：

1、布置宣传画橱。

2、组织外出宣传活动。

3、开展\"我与健康同行\"为主题的演讲比赛

4、健康状况常规检查。

十一月份：

1、健康教育讲座。

2、健康小报评比

3、广播操比赛。

4、青春期卫生知识讲座。

5、健康状况常规检查

十二月份：

1、健康教育观摩课。

2、开展吸烟危害健康的宣传工作。

3、健康状况常规检查。

4、健康教育征文评比

一月份：

1、健康教育期末检测。

2、健康教育总结、评比。

**2024年中学健康工作计划下学期三**

为向学生有计划地进行卫生保健知识教育，使小学生能够有卫生保健常识，根据国家发的《中小学健康教育基本要求(试行)》和《小学生健康教育精神，开展扎实有效的健康教育工作，结合我校实际情况，特制定本计划。

1、全面贯彻执行党的教育方针，对学生进行健康教育，使学生了解卫生健康的重要意义，培养学生良好的卫生习惯，改善学校的卫生与教学条件，加强对传染病，学生常见病的预防与治疗。

2、使学生了解一些卫生保健常识。

3、开展学生卫生健康与咨询服务。

4、增进学生身心健康，不断提高其健康水平。

5、动员学生家长主动配合学校进行卫生教育。

1、开展好健康教育。

(1)课堂健康教育，做到“五个有”：即有计划、教材、教师、教案、课时，保证每两周一课时。

(2)为学生提供心理、生理卫生知识教育服务。各年级开设心理健康讲座，培养少年儿童提高调控情绪的能力，形成坚强的意志品质，具有预防心理障碍和保持心理健康的能力，具有和谐的人际关系、良好的合作精神。

(3)提高预防疾病的意识和能力，让学生了解艾滋病的传播途径和预防措施，了解流行性感冒、病毒性肝炎、细菌性痢疾等的传播途径和预防措施。

2、着力搞好环境卫生和个人卫生。

(1)在硬件上，校舍、采光、厕所、桌椅配置等均达到国家标准。在软件上，政策落实，制度到位，急救、防灾有预案，卫生服务优良，档案资料齐备，实行依法治理。

(2)通过宣传教育，让全体师生懂得环境对身体健康的影响，避免在不利于身体健康的环境(如大雾、灰尘、噪声等)中进行体育活动等。提升绿色环保理念，理解可持续发展观。

(3)学生个人卫生做到头发整洁、无异味;指甲勤剪;面、耳、颈干净;衣服鞋帽整洁、无异味。教育师生逐步形成健康的生活方式，自觉注意合理的营养和饮食卫生，较为合理地安排作息时间，自觉做到不吸烟、不酗酒、远离毒品。

(4)搞好健康教育宣传橱窗，印发健康知识宣传资料，利用学校媒体加大宣传教育力度，组织厕所消毒、垃圾无害处理等工作。

(5)开展环境卫生评优活动。各班划分包干区。每天由专人检查，当日整改。打分结果公布。学生宿舍开展流动红旗竞赛。积极开展“讲卫生、增进健康”的知识竞赛活动。使我校的健康教育工作持之以恒、不断深入。

3、做好预防工作。

(1)建立健全小学生体质健康卡制度，分析体检数据。

(2)做好常见病的防治工作，以取得好的效果。

(3)加强学生视力保护工作。以“防近”为中心，定期检查学生的用眼卫生，努力提高眼保健操的质量，各班进行眼保健操的检查评比，积极改善学校卫生条件和设备，保证教室有良好的采光和照明。

(4)做好传染病控制工作。积极配合疾病控制中心抓好传染病监测控制，落实好校园消毒、杀虫、灭鼠和注射相关疫苗等预防措施，建立有效免疫屏障，严防传染病传入我校。如发生疑似传染病疫情，应立即向县疾控中心和上级主管部门报告，以便及时调查处理。

**2024年中学健康工作计划下学期四**

新形势下如何针对少年儿童成长的特点，加强学生的体育、卫生健康教育，培养学生强壮的体格、较强的活动能力、健康的生理和心理、勇敢顽强的毅力、艰苦奋斗和团结合作的精神，使他们更加适应现代社会的需要，是初中健康教育迫切需要解决的新课题、新任务。因而本着科学、全面、可比、可行性原则，制定本计划。

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，健康教育是中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。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。

初中的学生们要了解最基础的健康卫生知识，并养成一定的健康卫生习惯。“六大行为习惯”培养活动和健康教育课、讲座、手抄报比赛等一系列的活动让学生们活泼向上，特别渴望成为“卫生小卫士”及“体育小健将”。但学生良好的健康卫生习惯和身心素质还需不断培养。

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。增进“健康意识”，促进“自我保健”习惯的养成，提高“自我保护”能力。

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、帮助孩子巩固保护牙齿、预防龋齿的保健常识。进一步了解龋齿的发生因，对人体健康的严重危害，促进少年儿童口腔保健意识的提高和良好口腔卫生习惯的养成。

4、帮助孩子了解营养素的种类、名称、对人体健康和生长发育的重大意义；了解七大营养素的食物来源；学会合理搭配膳食，养成良好的餐饮习惯；主动拒绝垃圾食品

5、帮助孩子了解夏季保健常识，学会预防夏季常见传染病，促进少年儿童的健康成长。

1、重点：使学生了解健康教育的重要性，了解毒品，加强预防传染病。强调和学生讨论和沟通的过程，更多的以心灵的感化来促进学生的自我反省和自我完善。

2、难点：增强学生自控能力，不受毒品的危害，使身体健康成长。

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。

我校在开展中学生心理健康教育过程中，为了保证心理健康教育的实践性与实效性，必须坚持以下基本原则：

1、针对性原则。根据学生心理发展特点和身心发展规律，有针对性地实施教育;

2、全面性原则。面对全体学生，通过普遍开展教育活动，使学生对心理健康教育有积极的认识，使心理素质逐步得到提高;

3、差异性原则。关注个别差异，根据学生的不同需要开展多种形式的教育和辅导，提高他们的心理健康水平;

4、尊重学生，以学生为主体，充分启发和调动学生的积极性。积极做到心理健康教育的科学性与针对性相结合;面向全体与关注个别差异相结合，尊重、理解与真诚同感相结合，预防和发展相结合。

5、保密性原则。对求助学生的所有资料和信息决不应作为社交闲谈的话题，要进行保密。

健康教育课教材具有自身特点，因此，在课堂教学中，以活动课为主淡化理论，强化行为为指导和行为训练，教学各种心理健康教育渗透。通过多种途径，多种手段，有目的、有计划地对学生的心理发展施加影响。同时注意结合运用现代的教学手段辅助教学，使之更加生动形象直观，从心理咨询、心理讲座入手，进而将心理健康教育贯穿于全部教育教学活动中。采用如下方法进行：

1、利用心理咨询室，通过心理咨询，纠正心理上的不平衡，使学生对自己与环境有新的认识，以达到对生活有比较良好的适应；

2、利用现代教育手段，通过多媒体向学生展示现实生活中形形色色的问题事例，教育警示学生。

3、开展

主题教育

活动，确立主题后，学生分别准备材料，集体展示，进行总结；从主题设计始，经活动实践，最后交流体会；

4、利用故事，创设情境，讲解点拨。讲解中有信息、有知识、有思想、有新的语言；

5、讲述生动故事，使学生从中明白事理，要求故事真实、贴切、新颖、灵活；

6、把大的主题分成几个小专题，每组学生只讨论一个小专题，最后集中交流；

7、将心理健康教育的内容渗透于小品之中，确定主题后，由学生

自编节目，自行分配角色，自己演出，然后大家讨论，升华主题。小品可以是情景剧，也可以有音乐、唱歌、舞蹈、相声、快板、比赛、游戏穿插其间。

第一课：养成良好的卫生习惯

第二课：青春期的健康饮食

第三课：保证充足的睡眠

第四课：食物中毒的预防与急救常识

第五课：乙型脑炎的预防

第六课：肝炎的预防

**2024年中学健康工作计划下学期五**

认真贯彻市、区关于学校心理健康教育的有关精神，根据中学教育的特点和中学生心理发展的规律，通过各种途径继续认真开展小型多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生获取心理健康的初步知识，促进学生人格的健全发展。通过心理健康教育，不断转变教师的教学理念，改进教育、教学方法，改进班主任方法，提高德育工作的针对性，学科性和实效性，为学校实施素质教育营造良好的心理气氛。

1、注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作。

2、重视心理咨询室的常规建设，努力发挥心理辅导室的作用，进一步在全校做好宣传、发动、普及、教育等工作。

3、做好班级保健的培训工作。

4、不断丰富教师的教学策略，有效提高教育教学水平

5、重视心理辅导试点班的实践研究工作，以“团体辅导”为切入口进行以点带面开展研究活动。

6、认真开展心理健康教育试点班的课程活动。

7、做好家长辅导学校的心理健康知识讲座。

??加强队伍建设，提高自身素质

1、组织学习有关心理健康教育资料，进一步提高认识，充实自我，掌握基本的心理辅导知识、方法、形式等，并提倡全体教师在自己的工作实践中运用心理知识及教育方法，不断丰富自己的教学策略，提高教育教学水平。

2、继续通过家长会组织学习学校心理健康教育的有关内容，使家长逐步认识到对学生开展心理健康教育的重要性，不地提高家长对学生进行心理健康教育的素质。

??认真做好学生心理辅导及心理咨询工作。

1、加强心理咨询室的常规建设，做好学生心理咨询工作，并能有所侧重地进行跟踪调查，建立心理档案。

咨询途径：

⑴学生自愿前往咨询（团体咨询为主）

⑵班主任老师推荐

⑶辅导老师访谈

2、设立“知心信箱”心理咨询信箱，做好学生的心理咨询和心理训练工作。

3、协助校园之声办好“心灵之友”栏目，并在试点班的黑板报中辟出一角为“心理健康园”。

4、邀请专家对全校学生进行心理辅导知识讲座。

5、在家教指导活动中，举行专题讲座，让心理健康教育走进千家万户，使家校教育形成合力，促进亲子沟通，进一步提高学生的心理素质。

6、积极发挥课堂主渠道作用，各班班主任要利用班会课进行心理健康教育。

7、非毕业班心理辅导课不少于8学时，毕业班不少于4学时。

1、试点班老师要善学、勤学，阶段性地进行调查研究和分析，并在班主任例会中进行交流，帮助他们不断提高认识、开拓思路、更新方法。

2、试点班进行“感恩——心理健康教育”活动，帮助学生从中领悟心理健康之重要。

3、试点班要重视调查分析、研究，并进行个案分析，不断地积累资料，逐步在校内进行推广。

三月份：

1、制订并讨论学期心理辅导工作计划。

2、做好心理健康教育的宣传和氛围建设工作。

3、做好班级保健员的培训工作。

4、召开初三级部分学生座谈会，并进行毕业前个别心理咨询。

5、举办青春期心理卫生讲座（初一年级部分女生）。

四月份：

1、组织全体老师学习有关心理辅导的知识、方法等。

2、出好心理健康教育专题黑板报。

3、召开特殊学生会议，并进行个别心理咨询。

五月份：

1、继续指导心理健康保健员在班中开展“开心果”谈心角活动。

2、利用家长会向家长宣传“家庭心理指导”的有关内容。

六月份：

做好学期总结及资料积累和个案分析、心理档案建立工作。

**2024年中学健康工作计划下学期六**

在贯彻党和国家的教育方针，推进教育改革，努力实施素质教育的进程中，心理健康教育越来越显示出其独特的重要性和不可替代性。中共中央在《关于进一步加强和改进学校德育工作的若干意见》中明确要求：通过多种方式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，帮助学生提高心理素质，健全人格，增强承受挫折，适应环境的能力。在认真领会《意见》精神的同时，根据我校的实际情况，特制定20xx-20xx年心理健康教育计划纲要。

一、任务与重点：面向全体学生，开展预防性与发展性的心理健康教育，帮助学生在自我认识、承受挫折、适应环境，以及学习、择业、交友等方面获得充分发展，以努力提高全体学生心理素质和人格水平。这是基本任务和工作重点。对于少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予有效的心理咨询和辅导。

二、方式与途径：心理健康教育要全面渗透在整个学校教育过程中，要与学校德育和学生管理工作紧密结合。各处室、各科任老师尤其是教导处、生管组、班主任、政治教师，要有加强学生心理健康教育的明确意识，能够掌握一些基本的学校心理咨询辅导的理论与方法，同时也能自觉地使教学与德育活动成为有助于提高学生心理素质的载体。共青团、少先队、少年团校、学生干校等学生社团都应该为提高学生心理健康水平提供具体丰富的活动舞台，努力创设文明健康的校园氛围。还应向家长和生区宣传普及心理卫生知识，争取家长和生区的配合，共同关心学生的心理健康教育。

1、开设心理健康教育讲座。心理健康教育旨在普及心理科学常识，帮助学生掌握一般的心理保健知识，培养良好的心理素质，提高学生的人格水平。除了在政治课、体育卫生保健课中已安排的心理健康教育内容外，还要通过健康教育专题讲座、健康教育图片展、健康教育影片等对学生进行教育，还可安排社会实践活动在社会上进行宣传，让全社会都来关心学生的健康成长。

2、开设简易的心理咨询与辅导。心理咨询与辅导是配合心理教育，达到学校心理健康教育整体目标的重要途径。目前，已有二位老师参加了无锡市级中小学心理健康教育师资培训班学习并顺利结业，为学校开展心理健康教育活动，还将聘请校外心理辅导教师定期对学生进行心理咨询与辅导，对全体教师进行心理健康教育讲座。

三、具体年级目标：

1、初一年级目标：

适应新的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。(1)驾驭中学的学习生活(学习方法)(2)众人拾柴火焰高(自我价值)(3)做一个快乐的人(乐观开朗的心态)(4)我是谁(自我认识)(5)兴趣温度计(兴趣培养法)(6)如何诊断行为习惯(自我测量)(7)自我改变有妙法(行为矫正)(8) 筑起防范恶习的城墙(杜绝对烟、酒、毒、赌的好奇心)(9)当不幸降临的时候(心理承受方法)

2、初二年级目标：

掌握青春期的生理和心理卫生常识，适应自我身心变化，能够大方得体地与同学、异性和长辈交往，勤奋精神和刻苦毅力逐渐培养。(1)镜中的我(悦纳生理变化)(2)青春的快乐与烦恼(认识青春期心理)(3)交往心态pac(人际交往)(4)学会说“不”，学会自我保护(抵御能力)(5)不下苦功何有乐(意志培养)(6)开发大脑有诀窍----发散性思维和突破定势(思维方法)(7)职业大舞台(择业意识)

3、初三年级目标：

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，能够在升学就业方面作出合适的决定。内容(耐挫)：(1)人生发展的六个阶段(心理发展知识)(2)人生百味(人生价值取向)(3)成功在于再坚持一下的努力之中(意志力)(4)成功者的个性物质(榜样启示)(5)把握升学选择的方向(择业指导)(6)保持考前最佳状态(情绪与作息调适及处理压力技巧)(7)告别母校，迎接挑战(情感与进取)

**2024年中学健康工作计划下学期七**

为深入贯彻落实《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》，作好我校学生的素质教育工作，培养全面发展的高素质人才，结合我校学生心理素质健康的现状，特制订学生心理健康教育计划如下：

以马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论为指导，把心理健康教育作为学校德育工作的重要组成部分。中学生心理健康教育工作应遵循\"重在建设，立足教育\"的原则，要以课堂教学、课外教育指导为主要渠道和基本环节，建立课内与课外、教育与指导、咨询与自助密切结合的体系。

1、目标：全面贯彻党的教育方针，适应未来社会对人才素质的要求，努力提高全体学生的心理素质，培养学生健全人格，帮助学生解决成长过程中遇到的各种心理问题，开发个体潜能，促进学生全面、健康发展。

2、任务：根据中学生的心理特点，有针对性地讲授心理健康知识，开展辅导或咨询活动，帮助中学生树立心理健康意识，优化心理品质，增强心理适应能力和社会生活的适应能力，预防和缓解心理问题。

1、宣传普及心理健康知识，使中学生树立心理健康意识；

2、介绍增进心理健康的途径，使中学生掌握科学、有效的学习方法，养成良好的学习习惯，自觉地开发潜能，培养创新精神和实践能力；

3、传授心理调试的方法，使中学生学会自我心理调试，有效消除心理困惑，自觉培养坚韧不拔的意志品质和艰苦奋斗的精神，提高承受和应对挫折的能力，以及社会的适应能力；

4、解析异常心理现象，使中学生了解常见心理问题产生的原因及主要表现，以科学的态度对待各种心理问题。

政教处及班主任、政治教师负责课内教学，开设健康教育、青年心理学等课程、负责学生心理咨询中心，进行课外教育指导。学生心理健康教育工作是学生日常教育与管理工作的重要内容，班主任不仅要在日常思想教育中发挥作用，也要在增进学生心理健康、提高学生心理素质中发挥积极作用。

（一）健康教育

通过课堂教学和课外辅导相结合的方式进行。根据不同层次、不同年级学生的实际需要定期举办专题性的讲座（如：适应、生涯规划、人际沟通、情绪调节、应对焦虑、择业等），并举办心理健康宣传活动（活动的形式包括讲座、电影、心理情景剧、现场咨询等），向学生普及心理健康知识，传授心理调试技能。同时，对从事学生工作的教师进行心理健康方面知识的专题培训，让他们也在增进学生心理健康、提高学生心理素质中发挥积极作用。

（二）心理测验及辅导

为使心理健康教育建立在科学基础之上，使之符合学生的实际需要，心理咨询中心为学生提供心理测验及相应的辅导，具体如下：

1、心理普查

心理咨询中心于每年11月对一年级新生进行心理健康状况普查、建立学生心理健康档案。并对普查结果进行分析，形成报告，印发给有关部门，以便于有针对性地作好学生工作；同时对有心理问题倾向的学生进行全过程追踪辅导。

2、学生自选心理测验

为了让学生更了解自己，心理咨询中心为学生安排了各种心理测验，学生可根据自己的需要，选择咨询中心现有的量表进行测验，咨询教师对结果进行分析解释，并根据结果进行辅导。

（三）心理咨询

心理咨询是心理健康教育工作的一个重要组成部分，咨询教师可根据学生的具体情况对学生进行心理疏导，帮助学生缓解情绪压力，协助学生对人、事树立正确的观念和态度，以帮助其更好的适应和成长。

心理咨询的方式：以个体咨询和团体咨询相结合，其中以个体咨询为主，团体咨询为辅。提供学生在适应、发展、学习、压力、人际关系、恋爱、择业等方面的咨询。

【2024年中学健康工作计划下学期 中学健康工作计划第二学期范本】相关推荐文章:

2024年中学健康工作计划下学期 中学健康工作计划第二学期

中学下学期班级工作计划

大班下学期的工作计划 幼儿园大班下学期工作计划2024年

中学体育教研组下学期工作计划

“中学下学期计划”学校工作计划

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