

2023年健康养老方案(通用10篇)

“方”即方子、方法。“方案”，即在案前得出的方法，将方法呈于案前，即为“方案”。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、时间的安排以及风险的评估等，以确保问题能够得到有效解决。以下就是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。

健康养老方案篇一

- 1、在成人的帮助下学会饭前洗手，饭后漱口，学会使用手巾、认真洗手不玩水。
- 2、会使用小勺吃饭，吃完自己的一份食物。培养幼儿不挑食，不偏食，不剩饭菜，不弄脏桌面等好习惯，知道饮食和健康的简单关系，懂得健康的重要性。
- 3、安静就寝，在成人的帮助下有次序地穿*物、鞋子、并把它们放在固定地方。
- 4、学习自己的事情自己做，学习独立地穿*服、鞋子，使用自己的杯子，学习简单整理自己的床铺。学习分类收放玩具和用品，放在指定的地方。
- 5、学习正确的洗手方法，知道饭前便后要洗手；学习饭后漱口的正确方法，懂得保护牙齿健康的重要性，养成好习惯。
- 6、爱护五官，不要挖鼻孔、耳孔，不吃手、饰物。帮助幼儿保持仪表整洁。
- 7、知道不乱拿他人的物品和玩具，也不能使用他人的物品。
- 8、建立良好的师生、同伴关系，让幼儿体验到幼儿园生活的愉快，形成安全感、依赖感。

由于幼儿年龄较小，各方面都需要老师的帮助、示范与督促。因而我们需要给孩子制定较好的常规工作。

首先，我们要保证幼儿在的生活和心理状态下进餐。餐前不能训斥幼儿，不能*进食，造成环境压抑。进餐前，教师以亲切的口吻，热情的态度向幼儿介绍饭菜，让幼儿看一看颜色、闻一闻香味，尝一尝味道，并可播放优美舒缓的音乐。使孩子进餐时感到愉悦，促使唾液分泌，激发幼儿的食欲。

其次，培养良好的饮食习惯及进餐卫生也是很重要的。良好的饮食习惯能增进幼儿食欲，促进人体对食物的消化和吸收，从而增进健康。我要求幼儿养成饭前洗手，饭后漱口、擦嘴，保持桌面及衣服清洁的习惯；养成吃饭时要安静、愉快地进餐，细嚼慢咽，学会用筷子、不挑食、不剩饭菜的习惯；养成不喝生水，少吃零食，睡前及饭前不吃零食，不吃不洁食物的习惯。

认真做好大扫除工作，祛除卫生死角。配合保健大夫做好晨检记录与家长联系簿。定期向家长宣传卫生保健知识。

健康：

2. 能积极参加多种体育活动，能使用运动器械进行活动并注意安全。

3. 认识人体的主要器官，了解其功能。帮助幼儿了解常见病的简单知识，乐于接受预防接种的好习惯。

4. 了解高兴的情绪对身体的好处。学习走、跑、跳、投掷、钻爬、攀登等基本动作，培养幼儿动作的灵活性、协调性，姿势正确。

5. 培养幼儿在体育活动中团结合作、遵守纪律、宽容谦让、勇敢的好品质。

健康养老方案篇二

幼儿健康教育是幼儿教育整体结构的重要组成部分，也是健康教育的基础。本学期，我们根据《幼儿园教育纲要》，结合本园实际及幼儿发展实际情况，将积极开展身体保健和身体锻炼活动，养成良好的个人生活、卫生习惯，增强自我保护意识。同时，根据中班幼儿的生长发育和体育活动规律，以身体练习为基本手段，并充分利用空气、阳光、水等自然因素锻炼幼儿身体，增强幼儿体质，促进幼儿身心健康发展。

二、本学期工作重点：

(一)加强幼儿体能训练提高幼儿健康素质

我们将充分发挥体育活动的功能，促进幼儿生长发育，增强幼儿体质。通过有目的、有组织、有计划地对幼儿进行体育锻炼，开展丰富多彩的体育活动如：体育游戏、比赛、坚持每天2小时的户外活动等，培养幼儿对体育锻炼的兴趣，养成自觉进行体育锻炼的习惯，从而促进幼儿身体的发展。

(二)卫生保健工作：

- 1、合理安排幼儿户外活动的的时间和内容，保证每天2小时的户外活动时间。
- 2、努力创造条件，利用社区及家长资源，开展丰富多彩的户外体育游戏活动。
- 3、开展心理健康教育关注个性化幼儿，与家长一同商讨有效措施。
- 4、注重培养幼儿建立科学的生活常规及良好的饮食、睡眠习惯，鼓励幼儿多吃、细嚼慢咽。关注龚喜小朋友对蛋白过敏的饮食特点。

5、督促保育员定期清洁、消毒幼儿生活用品和玩教具，保护室内外环境的清洁。

6、幼儿对天气的变化有初步的感受，引导幼儿学会主动增减衣物，照顾自己。如开展气象台、观察角等活动。

7、幼儿进行安全防范教育，时刻提醒幼儿意外就在身边，结合幼儿自身的生活经验进行安全、营养的保健教育，提幼儿自我保护意识和能力。如牙齿主题进行中让幼儿探索保护牙齿的秘密。

三、本学期教育目标：

1、知道在空气、阳光下锻炼能使身体更健康，认识多种体育器具，并知道使用方法；会听信号，身体正直有节奏地走；会听信号变速走。

2、初步懂得活动中自我保护的知识和方法。

3、愿意为家人、集体、同伴做事，能认真按要求把事情做好，会认真做好值日生。

4、会正确地搬、擦椅子；会有序地归放整理玩具、学具和物品；会分发整理餐具。

健康养老方案篇三

以《中小学生心理健康教育指导纲要》为指导，通过心理健康教育，不断转变教师的教学理念教学方法，为学校实施素质教育营造良好的心理气氛。坚持以人为本，根据初中生生理、心理发展特点和规律，运用心理健康教育的理论和方法，培养中学生良好的心理素质，促进学生人格的健全发展。

培养学生自信、自立、自强的奋发精神和高尚的人格以及良

好的心理素质，最终促进学生人格的健全发展；使心理健康教育成为我校开展德育工作的一大特色。

1. 积极乐观的学习心理：培养学生创新能力和实践能力，激发学生的学习动机和学习兴趣，学会微笑面对困难，树立积极乐观的学习心态。

2. 稳健的情感和意志心理：让学生学会控制自己的情绪，正确处理理智与冲动，个人和社会，挫折与磨砺的关系，形成良好的心理素质和性格特点。

3. 和谐的人际关系心理：培养学生能够正确认识、评价自己的能力，掌握人际交往的基本规范和技巧，养成宽宏大度，自我克制；尊重他人、乐于助人的良好品质。

4. 正确的个性心理：把塑造个性与树立正确的价值观念有机地结合起来，让学生形成正确的世界观和人生观、价值观。

5. 健康的青春期心理：让学生形成自我调节的控制能力，正确处理好男、女同学间的交往，做到自尊与互尊。

1. 七年级学生青春期心理健康教育专题讲座。

2. 开展针对部分特殊学生的心理讲座。

本学期担任七年一班班主任工作，同时兼任他们的心理健康教育工作，这届学生在初中学习生活一学期了，大部分学生需要逐渐养成良好的学习习惯，少数学生自控力较差，学习效率低，本学期继续培养学生良好的学习习惯，争取引导个别学生有明显进步，大胆放手让学生自己干力所能及的事，并做好组织引导工作，最大限度的营造一个团结，积极，先进的班集体。

1. 加强班风建设，形成一个健康积极的班集体。

2. 加强学风建设，营造良好的学习氛围。
3. 继续加强法制教育，综合整治管理。
4. 与家长保持正常、经常化的沟通，力争家长的配合，共同管理好学生。

根据实际情况每周两周上一节健康课。新的学年，新的开始，我会积极学习，不断探索，着重班级的德育，积极协调各科教学，全面提高学生素质。

健康养老方案篇四

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、学会与人交往，愿意与别人交流，朋友间互相了解。
- 2、引导学生正确处理同年人际冲突的方法。
- 3、培养学生的自理能力，懂得自己的事情自己做是爱劳动的表现，培养学生做个爱劳动的好孩子。
- 4、通过本课的教学，培养学生的家庭观念，加强学生良好习惯的养成。
- 5、培养学生积极思考的习惯，使学生懂得在学习和生活中积极动脑，用自己的智慧去发现，去创造，做个有心人。
- 6、教育学生养成良好的时间观念。

7、教育学生正确面对挫折，勇于接受别人的批评。

8、通过教育，让学生感受到家的温暖，使他们爱家、爱自己的长辈。

10、让学生了解近视是怎样形成的，学会保护视力的方法。

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。

健康养老方案篇五

为了切实做好我院20xx年的健康教育工作，根据创卫指挥部、市卫生局、市健康教育所的文件精神要求，特制定我院健康教育工作计划。

为了保证健康教育工作的扎实开展，根据医院人员变动情况，及时补充调整医院健康教育领导小组成员，并由一名副组长专门负责抓健康教育工作。结合医院自身特点，把健康教育任务指标逐一分解落实到各领导小组成员、责任科室、责任人，做到层层有人抓，环环有人管。院领导要求各责任人要加强相互协调配合，形成合力把健康教育工作抓好、抓实。

充分发挥医院的专业特长，利用xx网搜集整理健康知识，持续开展健康宣传，把健康知识，保健理念，卫生常识向来院就诊的病人及其家属、住院病人进行宣传；通过下乡义诊、疾病调查等到把健康知识、卫生知识带给广大群众，最大限度的做到以防为主，以治为辅。环境保护，远离毒品等方面的知识。

七月份：重点开展夏秋季肠道传染病，饮水饮食卫生知识教

育。

八月份：结合母乳喂养宣传周，开展家庭常用消毒知识、科学育儿和社区常见病的宣传教育。

九月份：结合全国爱牙日、老人节开展口腔保健、老年性疾病防治知识、体育健身方面的宣传教育。

十月份：结合全国防治高血压日、世界精神卫生日，开展高血压、心脑血管疾病防治知识和心理卫生知识的宣传教育。

十一月份：结合全国防治糖尿病日，开展糖尿病防治、糖尿病合理膳食的宣传教育。

十二月份：结合12.1世界艾滋病防治宣传日，重点开展性病、艾滋病防治的宣传教育。

（一）提高认识、加强领导。健康教育是“低投入，高产出，高效率”的服务手段，是控制医疗费用，拉动保健需求的根本措施。主管领导要高度重视，将其纳入工作重要日程，实行目标管理。确保有专人负责，有一定的工作经费，有规范的工作制度和档案。

（二）健全网络、抓好培训。要建立一支热心健康教育工作、掌握健康教育基本知识和技能的健康教育骨干队伍。充分发挥领导小组成员的积极性，定期开展业务培训，提高健康教育员的工作能力。通过定期的检查指导和年度考核等形式，推动健康教育全面开展。

（三）利用

医院资源、推进健康教育。要建立固定的健康教育阵地。开展经常性的健康教育活动。在抓落实上下功夫，在以点带面上下功夫，加强检查指导，扩大受益面，增强吸引力，提高

有效性、针对性。

（四）做好评估、注重质量。要针对医院存在的主要健康问题及其影响因素，制定切实可行的工作计划，认真组织实施，做好教育评价。重点解决影响医院评价的主要问题，提高全乡人民群众健康知识知晓率和健康行为形成率，疾病相关知识知晓率。

四、总结评估

健康养老方案篇六

悠闲的暑期生活结束了，新的一个学期在紧张而又有序的氛围中开始了。本学期为幼儿提供安全、健康、丰富的生活和活动环境，满足幼儿多方面发展的需要。尊重幼儿身心发展的需要、特点和规律，关注个别差异，坚持保教结合，使幼儿身心健康成长，促进体智得美全面发展。

班级情况分析：

本学期我班有幼儿27名，其中男生15名，女生12名，刚来的新生5名。有了小班一年的基础，幼儿在学习和生活上都有一定的进步，大部分幼儿已经养成了良好的行为习惯：对人有礼貌，语言表达能力、与人交往的能力、生活自理的能力以及动手操作能力都有较大的进步。本学期将在培养幼儿喜欢上幼儿园的基础上认真规范幼儿的一日常规，努力做好保教工作，进一步培养孩子的自我服务能力、助人为乐、尊敬师长、和同伴友好相处的情感，使他们在自己原有的基础上都得到很好的发展。

一、保教工作

2培养良好的生活卫生习惯。教育幼儿注意个人卫生，不能把脏东西放入口中，以防止病从口入。加强幼儿自理能力的培

养，学习做一些力所能及的事情，如整理自己的床铺。

二、教育教学工作

2在区域活动中培养幼儿之间的友爱、谦让、协作精神，重点培养幼儿的阅读兴趣与能力，提高幼儿的讲述能力，帮助幼儿掌握阅读的方法，能逐页翻读、学习，训练幼儿讲述故事的能力。

(2) 提供倾听的机会，播放音像作品，让幼儿安静地倾听；

(4) 提高幼儿合作意识和交往能力，通过交换玩具、分享食物、合作游戏，一同完成一件事情，建立朋友情谊促进幼儿的交往，注重引导幼儿能够自律、能够遵守游戏规则，与人相处时能表现出有礼貌，会向周围的人问好、聊天，并且有一位非常要好的朋友。

三月工作计划

九月份

1稳定新生的情绪，认他们喜欢上幼儿园并交上好朋友；

2抓好本班的活动、课间常规；

3开展“我爱老师”的专题讲话，了解“中秋节”的来历；

4学习中班体操；

5总结九月份的教学工作。

十月份

1开展“国庆节”的专题活动；

2召开家长会，建立家园平台；

3继续抓好常规教育，培养孩子起床整理床被的习惯；

4总结十月份的教学工作。

十一月份

1抓好幼儿的保暖工作；

2构建植物角区；

3总结十一月份的工作。

十二月份

1开展游园活动，欢度“圣诞节”；

2师生共同创设环境；

3完成本月份的工作总结。

一月份

1制定本月的工作计划；

2全面复习课程；

3召开期末家长会。

四、班级管理

2管理好班级物品；

3抓好区角的活动和管理。

五、家长工作

做好家长工作，提高家园共育的效果：

1认真填写《家园联系手册》，使其充分发挥桥梁作用；

2根据情况随时做进行家访；

3不来园的孩子当天电话联系，了解情况；

4每日向家长反馈幼儿当天在园。

健康养老方案篇七

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台阶。

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

健康养老方案篇八

- 1、积极开展文体活动。在本学期开展一至二次文体活动，比如说羽毛球比赛、男女混合的篮球比赛等，还有，在期末或来年春天组织一次集体出游，以此达到增强同学间感情及锻炼身体的目的。
- 2、发挥班级集体的温暖，向每一位需要帮助的班级成员伸出最无私的援助之手。计划与青年志愿队联系，参与一次大型的公益活动，如慰问老人院等。
- 3、实行班务公开。设立班务公开日（一月一次），是班级事务更加公开化、透明化，使班级里的同学人人都可以参与到集体事务中来。同时，广泛采纳同学们对班级事务的意见，集思广益，争取使班级工作更上一层楼。
- 4、建立学习互助对子。让学习成绩较为落后的同学得到及时的帮助，同时也能培养同学们的互助精神，增强同学间的友谊。建立互助对子以自愿为原则，形成互助对子后通知班级便可，并根据两人的学期期末成绩在其综合测评中做适当加分。
- 5、在已建立班级群及班级博客的基础上，创建班级校友录或主页，在网络上展现班级的风采。班级校友录或主页也可以作为同学们心与心交流的无限空间，让大家更好地溶入到班级体这个大家庭中。还可以建设成为宣传班级形象的阵地，提高班级影响力，方便今后组织交流及活动通知，并有利于先进班级的评定。还要建立个人档案、个人简介，向来访者展示外汉1班每位同学的独特魅力。可能的话，还将成为日后用人单位认识本班同学的窗口。

6、在工作方面，班长、团支书及各个班委既要分工明确又要相互配合，坚持每两周开班委会，针对班内出现的新问题制定新的对策。班委会由班长或团支书主持召开，应积极准备，保证开会效率。另外，对于班会负责人要做好纪录，以便开展工作。

以上就是我作为新一任班长在本学年的工作计划。总而言之，在这个学期，我要好好工作，努力为同学们服务，使同学们更加团结、友爱，使我们的班级更加优秀。

为了更好、更全面地实施素质教育，提高我校实验的管理水平和学生的实验能力。根据我校教研室工作计划，结合我校实验教学的工作，特制定本工作计划。

1、加强硬件建设，积极向上级领导争取实验教学仪器，不断加强学校实验教学仪器的配备，争取达到新配备标准。

3、中心小学实验教学实行网上实验平台管理，对中心小学实验教师进行网上实验平台管理培训，使每位实验教师都能熟练正确操作。

4、通过各项实验教学活动的开展，发展一批优秀的实验教师，对他们进行再培训，使之成为此项工作的带头人，优化实验教师队伍建设。

5、创新开展本块工作，力争工作中不存在盲点，不断强加教师队伍建设，提高我镇实验教学质量。

1、实验室工作由校长及教导主任直接管理，实验室设专门管理员，即实验员，具体管理实验室工作。

2、实验室管理员任务和目标：

(1)、实验员必须拟定自然（科学）教学计划，各年级自然教

学工作须按计划进行实验教学，实验教学需填写实验通知单、演示实验登记表、分组实验登记表、分组实验报告单等表格。

(2)、在进行实验教学前，必须准备好实验所需要的仪器和材料，教师对每组实验有充分准备，精心设计实验步骤和实验过程、方法，写出相应实验方案，以保证实验的科学性，安全性。

(3)、在引导学生进行分组实验时，应要求学生准备好相关的实验材料，以确保学生在实验中有物可做，并指导学生观察、讨论，得出相应的结论，完成实验教学。

(4)、指导学生进行分组实验后，应指导学生完成实验报告单（试验记录），并认真审阅，引导学生在实验、观察中养成科学的自然观和相应的实验能力。

(5)、开学及时发放各年级《教学工作计划》、《演示实验计划表》、《分组实验计划表》；期末按时收取《教学工作总结》、《演示实验记录表》、《分组实验报告单》，在实验教学、教研方面，以全体《科学》任课教师为组，进行相应的《科学》教学与实验教学研究，以不断提高《科学》学科教师的教学与实验能力。

(6)、每学期（学年）按时将各类材料分类装订后归档，并按时填写相应试验开出数、开出率，完成实验室材料的归档管理，做到科学、规范，便于查阅。

3、仪器室的器材管理：

实验室管理人员除应管理好材料收发、入档工作外，还应管理好实验室的器材及日常工作。

(2)、作好相关实验器材的申报，采购，申购等工作；

(3)、每周组织学生打扫实验室，并处理好实验室，仪器室的用电，设备，器具的保管、管理、安全工作，以防意外事故发生。

1. 强抓班风、学风。高一第一学期是初中转入高中的过渡期，同学们在各方面需要时间去适应，尤其是刚刚中考完毕，学习状态会有所下降。此时应当让同学们认清楚高中学习的重要性和紧凑性。学习委员应当联系好各科的任课老师，及时反馈班上学习情况。积极开展有关适应新的学习方法的活动中。期中考试、期末考试应组织好复习工作。纪律委员应当管好本班纪律，对出勤做好各项登记。班长完善各项制度，每天填写班级日志。

2. 教师节活动。9月10日是教师节，在教师节之前，号召全班同学积极参与敬师行动，在教师节当天，向任课老师赠送小礼物，以表同学们的心意。班长负责在当天的起立问好时，向老师致以节日的快乐，文娱委员负责征收同学们的意见以及心意，向老师制作或购买小礼物以表心意。宣传委员在教师节前出好本班关于教师节的墙报。

3. 综合实践活动。本学期的综合实践活动分为两个课程，一是秋游活动，二是学农活动。

秋游活动在本学期是开展陶艺活动，通过陶艺活动让同学们感受到艺术的美，以及陶冶同学们的情操。秋游当天学校高一级会停课一天，组织同学到陶艺基地进行综合实践活动，因为需要外出，所以在纪律、安全等方面要有充分的准备。体育委员当天组织好班上的同学在学校指定位置排队，在每次开车之前点齐人数，进入陶艺活动中心应注意好班上同学的队伍，组织同学们排队、就座。纪律委员应维持好班上的纪律，做好出勤登记，在车上、会场上应维持好秩序，以免发生危险。因中午就餐不在学校进行，生活委员应当做好中午饭的调配工作。文娱委员在秋游当天应该为同学们拍照，留念。班长做好全部总指挥工作。

学农在本学期的第18周进行，地点是在广州市劳动技术学校，为期5天。学农活动目的是让同学们感受田园风光，感受大自然的的魅力。同时，通过劳动认识清楚农作劳动的艰辛，对此有所启迪。学农期间，有不同的课程，班干部应到带领同学们去完成好本次综合实践。体育委员在学农的期间主要负责集队、清点人数等工作，因为本次活动需要坐船，所以要让同学们增强安全意识。纪律委员主要负责维持好课堂、集会、就餐、男生就寝休息的纪律，做好出勤登记。文娱委员负责学农晚会的节目内容、表演人员、节目彩排等问题。生活委员负责女生休息就寝的纪律，协调好三餐问题。劳动委员主要负责各寝室的卫生管理、本班会场、课室的卫生清洁工作，分配好进行饭堂搞卫生的人员。宣传委员出好关于学农的黑板报、手抄报，连同学习委员一起号召同学们写学农稿件，将学农期间的所感所想写成广播稿，到广播站进行播报。班长负责总的指挥、调配工作，负责课堂管理，与农校教师交流，反馈意见。

4. 真光三人篮球赛。在本学期，学校将会开展真光三人篮球赛，来促进同学们的友谊，增强同学们的体魄。这个项目主要是由体育委员负责，进行挑选球员，进行训练。文娱委员组织啦啦队在场打气，班长、纪律委员维持好场内纪律。生活委员从班费中取一部分，为运动员准备好饮用水。比赛要做到友谊第一，比赛第二。

5. 校运会。校运会是一个重头项目，因为举办时间超过两天。体育委员是本次活动的主要负责人，主要负责挑选运动员、训练运动员，以及协助运动员做好检录等工作。开幕式体育委员要带领运动员代表进行出场，在此前，运动员、体育委员需要到场地进行踩点，确保当天比赛顺利进行。文娱委员要事前到体育科领取开幕式出场式表演音乐，挑选好人员进行出场式，并设计好造型，动作等。学习委员要号召大家写宣传稿件，因为稿件的数量会影响文明班的评比。宣传委员要布置好大本营，纪律委员要维持好秩序，登记好出勤人数，生活委员要准备好运动员饮用水。班长要协调各方面的工作，

让班级活跃起来，一同感受校运雄风，全体同学要为运动员打气助威。劳动委员负责场地卫生，分配好任务队大本营以及教室的卫生进行打扫。

6. 英语节。英语节是英语科为了让大家有一个良好的学习英语的氛围而设立的一个活动。班长应到英语科咨询有关事项，动员全班同学参加活动。宣传委员负责出好有关英语节的墙报、宣传海报以及布置好班级。文娱委员应选好人员参加英文歌唱大赛、配音大赛和演讲大赛，让参赛选手有所准备，并做好有关记录，学习委员负责协助以上工作，提高同学们学习英语的积极性。电教委员应和网页参赛人员一起制作英语节网页。

7. 艺术节。艺术节是学期末的文艺汇演，是让大家展现自我的舞台。文娱委员应当积极响应学校挑选节目活动，选取好节目以及表演者，以便学校进行节目筛选。纪律委员当天维持好本班纪律，注意出勤情况。班长协调各项工作，让同学们做文明观众。劳动委员负责场地卫生。

以上是高一（12）班的班委会工作计划，希望以上涉及到的各人员能尽职尽责，做好各项工作，为以上活动的顺利开展而努力。

健康养老方案篇九

本学期我校心理健康教育工作，以完善学校心理健康教育的组织机构和工作机制为保障，以学校的工作计划、德育计划为指导，认真贯彻执行教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，通过多种形式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，努力创造条件辅助和激励学生健康成长。

提高学生的心理素质，提高学生的心理健康水平是教改的重要内涵，国家教委新制定的中小学德育大纲中已明确将心理

健康教育作为中小学德育的重要组成部分。因此要通过多种方式对学生进行心理健康教育和辅导，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。

1、注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作，做好个案辅导、登记工作。

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、重视学生心理团体辅导工作。

4、不断丰富教师的教学策略，有效提高教育教学水平。

5、做好家长的心理健康知识讲座。

6、充分利用班队会加强对学生的心理健康教育。（每学期最少开设两节以心理健康为内容的主题班会）

(1)帮助学生了解自己，认识自己的潜能，激发其学习的信心。

(2)引导学生形成强烈持久的学习动机。

(3)引导学生养成良好的学习习惯。

(4)学习策略的辅导，包括阅读、记忆、思维、问题解决、自我监控等策略。

(5)特殊时段的学习心理调适。如竞赛前夕、升学考试前夕。

(1)认识情绪的丰富多样性与易变性。学会认识自己与他人的情绪。

(2)掌握控制、表达、发泄情绪的适当方式与合理途径。

(3) 学会保持积极心境的方法。

(1) 培养坚持不懈、坚忍不拔的意志品质。

(2) 培养学生形成处事果断的良好习惯。

(3) 培养学生良好的自我控制力。

小学心理健康教育工作计划

(4) 引导学生正确应对挫折与困难。

(1) 学会正确认识自己，悦纳自己，尊重自己、相信自己。

(2) 学会正常人际交往，与同学、老师、家长良好关系。

(3) 正确认识性别差异，接受发育过程中的身体变化，正确认同性别角色，同异性同学保持正确的交往心态。

(1) 引导学生树立发展健全人格的愿望与动机。

(2) 注重学生的自我人格养成教育。

(3) 对有人格障碍的学生进行重点辅导。

(1) 心理课辅导。每个月的最后一周班主任教师利用班会课根据本班具体情况开展心理活动课。

(2) 心理咨询室。逐步开放“心灵家园”，接受以学生个体或小组为对象的咨询。逐步做到心理咨询室有专任教师负责，固定的开放时间，固定的场所。

(3) 办好“心灵信箱”，以便个别学生羞于启齿，可以利用写信的方式和学校的心理老师进行沟通、预约咨询，一般的问题由心理老师转交班主任回复，特殊的由心理辅导老师进行

个别咨询。

(4)以“点”带“面”，利用学校宣传阵地。

“各班板报、红领巾广播站”是我校学生熟悉的宣传阵地，本学期将充分利用现有的阵地宣传心理知识，在红领巾广播站、多媒体教室进行讲座，对个别案例进行解析，对一些常识性的问题进行解答，让学生在学习、生活中随时保持正常的心态。

(5)指导家庭进行心理健康教育。

小学生的心理健康教育仅仅由学校实施是不够的，在更重要的意义上讲，小学生心理健康教育主要依靠家庭教育，因为家庭才是学生的来源与归属，小学生心理健康最后要归结于此。因此，学校、家长应该合力重视小学生的心理健康教育，我们利用家长会等多种途径，坚持不懈地向家长提出各种建议，指导家长开展小学生家庭心理健康教育。

(6)指导小学生进行自我心理健康教育。

、阅读、睡觉等方法调节放松的。

b□与人谈心。要使小学生知道有问题要学会求助，在学校可以找老师、心理辅导老师谈心；在家里可以找长辈、亲友谈心；在社会上也可以有谈心的对象，如心理咨询电话等等。无论何事何时都可以与人谈话，学会与人谈心一辈子受益。

c□学习写日记或周记。小学生要学习用笔与自己谈心，把心灵的轨迹用文字描绘下来，这对心理健康成长有很大的帮助。教师和家长要尊重孩子的隐私，公开日记要得到本人的允许。小学生也不用过分担心自己的内心秘密被他人知道，要学会坦然地对人与对己。

本着“成长比成绩重要，成人比成才重要”的理念，我们全体教育工作者全心投入，重视小学生自我心理健康教育，利用一切资源开展小学生心理健康教育，促进全体学生的健康发展，为孩子的心理健康保驾护航是我们为之努力的目标。

1、制定心理健康教育工作计划，明确本学期工作思路。

2、开放心灵家园，心理老师开始正常值班。

3、开放“心灵信箱”。

3、利用“红领巾广播站”进行心理健康知识专题讲座。

1、组织班主任学习有关心理辅导的知识、方法等。

2、建立学生心理档案。

3、开展心理健康教育讲座——打开心灵的快乐频道，对学生进行常规心理健康测查。

1、利用家长会向学生家长宣传心理健康知识。

2、开展心理健康知识专题讲座。

6月：

2、心理健康教育学期工作总结。

3、心理健康教育档案资料汇总整理。

小学心理健康教育工作计划2

学校教育要树立“健康第一”的思想。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，是小学阶段的体育和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。

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。

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。

2、认识到阳光、空气、水与身体健康的关系；

3、了解均衡饮食对身体发育的好处，培养良好的饮食习惯。

2、教育学生交通安全知识，避免发生意外事故；

3、了解自身的发育及运动对身体的好处，教导学生安全用电，并知道触电急救的方法及小外伤的处理。

1、使同学们熟记急救、火警、盗警电话号码，

在遇到急救病人、车祸、火警等急救、意外事故时，懂得如何打电话；

2、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。

3、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。

3、使学生认识吸毒的危害，教育青少年千万不要因好奇去尝试吸毒。

2、让学生了解学校健康促进的内容，并在行动上支持和参与学校健康促进活动。

总之，加强学生的健康教育，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20xx小学心理健

康教育工作计划20xx小学心理健康教育工作计划。

健康养老方案篇十

坚持以“预防为主”的工作方针，牢固树立“健康第一”的观念，认真贯彻落实《幼儿园卫生工作条例》、《传染病防治法》、《食品卫生法》、《公共场所卫生管理条例》等相关法律法规，规范幼儿园卫生、健康教育工作，加强幼儿常见病和传染病防治力度，努力提高幼儿健康水平。

二、主要工作目标

- 1、杜绝集体食物中毒事件发生。
- 2、幼儿园卫生创建工作再创佳绩，得分99分以上。
- 3、加大健康知识宣传力度，健康教育开课率达100%，幼儿健康知识考核知晓率达100%。
- 4、幼儿年度健康体检率达100%。
- 5、及时控制园内传染病疫情，杜绝二代病例出现。

三、具体措施

1、加强健康教育工作。

(1)上好健康教育课：严格执行国家标准，全面按照“五有要求”（有专职教师、有课表、幼儿有读本、老师有教案、期末有评价）上好健康教育课。健康教师要认真备课，写好教案。

(2)开展好健康教育传播活动：各种健康教育宣传活动要根据时间安排组织好，如开学第一周是“防近宣传周”，我们就大力宣传“防近”的知识和重要性，要用多种形势、板报、

宣传窗、广播、电视、讲座等。3月15日至4月15日的“卫生宣传月”活动、“5·20”营养日活动、“9·20”爱牙日活动、“12·1”艾滋病防治宣传日专题宣传活动。

2、加强幼儿园卫生工作

(1)规范管理幼儿园卫生：建立健全卫生管理制度，责任到班、到人，制定年度及学期工作计划，按时完成各项工作任务。

(2)做好卫生健教工作资料的整理：对相关文件资料要及时收集、整理、分类归档，做到建档项目齐全、内容准确无误。

3、做好常见病防治工作

严格按照有关要求开展“六病”防治工作，重点做好近视、沙眼、龋齿和肠道蠕虫病防治工作，落实好监测和防治手段。

4、传染病控制工作

发生疑似传染病疫情，应立即向县疾病控制中心和上级主管部门报告，以便及时调查处理。

5、幼儿年度健康体检工作

要保证幼儿体检质量，要确保幼儿参检率达100%，体检结束后，及时向家长反馈幼儿体检情况，写出分析报告，相关资料汇入幼儿健康档案。体检工作结束后半月内将体检统计分析上报市妇保所。