

# 小班心理保健工作计划(实用6篇)

光阴的迅速，一眨眼就过去了，很快就要开展新的工作了，来为今后的学习制定一份计划。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的计划吗？以下我给大家整理了一些优质的计划书范文，希望对大家能够有所帮助。

## 小班心理保健工作计划篇一

认真贯彻落实\*中央关于《加强未成年人思想品德教育》和教育部《心理健康教育指导纲要》的有关精神，尊重学生的人格，遵循学生的心理发展规律，根据学生成长过程的需要，在学校的全教育过程中为学生提供心理方面的帮助和服务，以达到充分发挥学生潜能、促进形成小学生心理健康和个性主动发展的目标，让每一位学生在活动中了解自我、悦纳自我、调控自我、实现自我，超越自我。

1. 加强心理小辅导员的管理，利用“心理减压站”社团，使我校的心辅工作上一个台阶。
3. 加大宣传力度, 提高“你心我知”心理广播的质量。
4. 加强师资培训，积极参加上级部门举办的各类培训班，提高教师的心辅水\*。
5. 继续开设好心理辅导活动课，让心理辅导促进未成年人思想品德教育。
6. 开设团体辅导观摩课，加强研究，提高实效。
7. 撰写个案、论文，注重资料的积累。

队伍：建立以校长为核心，以德育教导为分管领导的心理健康教育领导小组，和全校的教师（特别是班主任）组成强大

的师资队伍。目前我校已有1名教师通过了新区心理咨询的培训，并获取了相关证书。本学期我校将加大教师的培训面，积极组织教师参加区心理辅导中心举办的各类辅导班，提高师资水\*。我们将请心理健康教育专家到我校作专题讲座，争取使我校的心理健康教育工作早日上台阶。

团辅：在前几年我校开设团体心理辅导活动课的基础上，今年的3年级开设此课，每周每班开设一节，期末上交教案。组织校内的研究课，并组织参加片里的观摩课。经常吸收反馈，提高心理辅导活动课的实效性。

个辅：继续建立对学生个别心理辅导的接待制度，在每周一到周五中午的11：50——12：50为个别心理辅导开放时间。作好情况记载并作资料保存。心理辅导员每月定期进行心理辅导的交流与分析，不断提高业务水\*。

宣传：今年为了加大我校的心理健康教育的宣传力度，增加了三块宣传阵地。一块是利用每周二的谈话课时间开设“你心我知”的专题广播，到时将播送学生学习上、生活上、人际交往等方面的心理问题，案例分析等。

## 小班心理保健工作计划篇二

- 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。

二年级

- 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。

### 三年级

- 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。

### 四年级

- 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。

### 五年级

- 1、 使学生理解健康的概念，培养健康的意识行为，懂得预防食物中毒的方法；
- 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。

### 六年级

- 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。

## 小班心理保健工作计划篇三

是向幼儿进行保护自己身体和促进心理健康的教育。

小班幼儿身体各个器官的生理机能尚未发育成熟，各个组织都柔嫩，其身体素质还相当薄弱；同时，他们又处于生长发育十分迅速的时期，这有利于幼儿培养发展良好的身体素质。教师为他们提供良好的保育和教育则有利于幼儿形成有益终身的健康行为方式。

首先：在幼儿健康教育的过程中，必须丰富幼儿的健康知识，教给幼儿促进和保持健康的方法行为，从而使幼儿养成良好的生活习惯，卫生习惯和体育锻炼习惯，可以用丰富的知识、动作和行为练习、讲解示范、体育游戏，训练行为，培养习惯等方式进行。

其次：在幼儿健康教育的过程中，要发挥健康教育的各种功能。

1、 结合日常生活进行。

2、 与其他学科结合进行。

使其变得生动活泼，符合幼儿心理特点。例如：将健康知识用儿歌形式传授等……

最后：在培养幼儿健康行为过程中，要集体与个别教育相结合。先针对群体进行教育，改变整个群体的行为卫生习惯，来影响个体行为的形成，“大家都这样，我也要这样”。再针对个别特殊幼儿多提醒、多关心、多指导，使整体幼儿获得全面的健康教育。

在制定本计划的最后，还要考虑到幼儿健康教育必须得到家庭的积极配合，才能使幼儿健康教育起到事半功倍的作用。

## （一）体能

### 1、能运用各项基本动作做游戏

指定范围内走和跑；四散走和跑；在直线、曲线上走和跑；双脚向上跳、投掷、爬行等。

### 2、基本体操

会听音乐做模仿操；会一个跟一个排队；会一个跟一个走圈。

### 3、体育器械的运用及操作

会玩滑梯、荡椅、攀登架等大型体育器材；会滚球、传球；会骑三轮车等。

### 4、愿意参加两浴（洗澡。洗头）

### 5、愿意参加各项体育活动及游戏

## （二）良好生活、卫生习惯

### 1、生活自理能力的培养

会愉快进餐，不挑食，初步培养良好进餐习惯；会主动喝水，初步懂得不吃零食的道理；能按时睡觉、起床、进餐等；不害怕健康检查和预防接种，生病时愿意接受治疗。

### 2、生活卫生习惯的培养

会保持身体各部位的清洁卫生、学会盥洗方法；会使用自己的毛巾、杯子；能保持周围环境清洁、初步知道环保的意义；

认识身体器官的名称及作用，初步了解保护方法；养成良好的生活作息习惯。

### （三）自我保护

了解过马路、坐车、玩户外活动器材时要注意安全；帮助幼儿了解生活起居方面的安全知识；知道不把异物放入耳、鼻、口内；知道不轻信陌生人的道理。在制定本计划的最后，还要考虑到幼儿健康教育必须得到家庭的积极配合，才能使幼儿健康教育起到事半功倍的作用。

## 小班心理保健工作计划篇四

我校的心理健康教育工作，将以《\*中央\*关于进一步加强和改善未成年人思想道德建设的若干意见》和教育部《中小学心理健康教育指导纲要》为指导，以完善学校心理健康教育的组织机构和工作机制为保障，以提高教师的心理健康水\*、促进学生健全人格发展为目标，紧密结合新课程改革精神，不断加强学校心理健康教育工作，努力提高学校心理健康教育的质量和水平。

1、面向全体学生，立足于学生发展性、预防性的心理健康教育，做到预防、疏导为主，干预、治疗为辅。加强每月最后一周心理健康班会课的指导与研究。

2、密切与班主任的联系，争取每个班主任每学期能专门开2次心理健康专题班会。

3、认真细致地做好个别咨询辅导工作，力求在个案上有所突破。

1、积极开展心理咨询工作心理咨询是心理咨询室的主要工作之一，我们积极开展针对学生和教师的个体咨询和针对学生的团体咨询。做好学生的个别辅导工作，为来访的学生供给

咨询，对学生在成长，学习和生活中出现的心理行为问题给予指导，帮忙他们排解心理困扰。每周一、三、五午时咨询室有咨询教师值班。

2、加强每月最终一周的心理班会活动课每月最终一周的心理班会活动课是我校心理健康教育的一大特色，是针对全体学生进行的心理健康教育活动。本学期要让心理班会成为培养学生进取心理品质，促进学生健全人格发展的主阵地。根据低、中、高不一样年段学生的特点开展系列性、主题性的心理健康教育辅导活动。

3、针对师生心理发展的需要积极开展心理讲座心理讲座是有效的心理教育途径，特殊的空间和环境能起到进取的放大式的教育效果，互动与沟通多种思想的融合是讲座的优势，所以应当加强学校心理讲座。本学期从以下几个方面开展工作：

(1) 针对初一高一新生的适应学校生活的心理教育。

(2) 针对毕业班学生开展考前心理调适。

(3) 开展针对班主任的心理讲座。从学生的心理特点、心理发展规律、心理诉求等进行介绍和讲解，促进师生关系的改善，促进和谐班级建设。

(4) 利用家长学校授课宣传家庭心理教育的有关资料。

## **小班心理保健工作计划篇五**

本月工作重点：

1、做好初夏卫生保健保育工作，做好幼儿一日生活环节的护理及指导。

2、继续培养幼儿在一日常规中的良好习惯，加强幼儿常规意

识. 认真按照幼儿作息时间开展一日活动。

3、鼓励幼儿结合自己五一期间的见闻，大胆的讲述假期趣事。

4、认真写好《宝宝成长手册》

5、加强班级安全方方面面和幼儿的卫生教育。

## 一、教育工作

1、继续进行常规教育，特别培养幼儿良好的倾听习惯。提醒幼儿别人讲话时，

要注意用耳朵仔细得听，有什么意见等别人讲完再讲。

## 小班心理保健工作计划篇六

治水公园 {临海大桥旁}

20xx年10月24日（周五上午8：30到达）

1、亲近自然、开拓视野，培养幼儿热爱大自然的情感。

2、通过开展健康有趣的集体活动增进彼此间的情感交流。

通过这次亲子活动不仅可以使孩子和爸爸妈妈一起感受大自然的美丽风景，体验亲子活动的快乐，更能进一步使孩子熟悉同伴，增进同伴间的友情，并为家庭间的相互交流搭建平台。

为了让我们的孩子能更好的参与这次亲子活动，请家长和老师共同配合做好亲子活动前的准备：

1、对孩子进行安全教育，如：在过马路时，要拉住大人的手

走人行横道线；告诉孩子不要让他们离开自己的视线内。

2、对孩子进行礼仪教育，如：带好垃圾袋、一次性桌布等物品，帮助孩子建立环保、卫生意识；提醒孩子不在公共场所大声喧哗，不乱扔垃圾，养成文明习惯；在活动中，可以以家庭聚餐方式使孩子乐于与同伴分享，增进同伴间的友情，帮助孩子更快地适应集体生活。

3、点心自理，请家长准备好少量的食物，在活动中，鼓励孩子和同伴分享自己的食品。

4、有风筝的带一只风筝，在亲子活动后大家可以自由放风筝。  
(下雨改期另定)