

2023年观摩健康教育活动方案(模板5篇)

为保证事情或工作高起点、高质量、高水平开展，常常需要提前准备一份具体、详细、针对性强的方案，方案是书面计划，是具体行动实施办法细则，步骤等。写方案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编给大家介绍的方案范文的相关内容，希望对大家有所帮助。

观摩健康教育活动方案篇一

为加强对活动的领导和指导，确保活动取得实效，学校成立活动领导小组如下：

组长

副组长

成员及各班班主任

主办：政教处

承办：团委会、心理咨询室

二、活动主题

“和谐心灵、健康成长”

三、活动目的：

通过设计一系列内容丰富，形式多样，针对性，参与性强的活动，在宣传普及心理健康知识的同时，为学生搭建锻炼心理品质，提高心理素质的平台，构建和谐自我，和谐校园，在全校师生中营造一种关注心理健康，懂得心理健康、重视心理健康氛围。

四、活动对象

全校学生

五、活动时间

__年5月9日—__年5月30日

六、活动安排

(一) 宣传启动仪式

在校内宣传栏上滚动播放宣传标语，营造氛围。

(二) “最美的笑脸”征集活动(负责人)

(三) 心理健康教育专题讲座(负责人)

活动时间、地点：另行通知图书馆学术报告厅

(四) “心理健康教育一条街”活动(负责人、学生会)

活动方式：将心理趣图、心理知识、“最美的笑脸”等以展板的方式展出，让点点滴滴融进我们的心灵并茁壮成长。

活动时间：5月30日中午

活动地点：校道宣传栏

(五) 心理电影展播(负责人、学生会)

活动内容：《放牛班的春天》

活动对象：初二年全体师生

活动时间、地点：5月17日晚6:30图书馆学术报告厅

(六) 心理健康教育课评选(负责人)

参照教育部《中小学心理健康教育指导纲要》选择高一年段开展一堂心理健康教育课，参与“泉州市中小学心理健康教育课评选”。

报送时间：__年5月30日前报送泉州市教育局

活动要求：详见泉教思【__】12号

(七) 组织教师心理健康教育培训(负责人)

为进一步加强心理教师的专业技能，促进心理教师的专业成长，根据泉州市教科所《关于泉州市心理教师成长工作坊三周年纪念活动暨泉州市心理健康教育基地校第二次观摩研讨活动的通知》(泉教科研函【__】63号)精神，选派专职心理教师参与教学观摩研讨活动。

活动地点：泉州市开发区实验学校

(八) 福建省中小学心理健康教育特色学校申报工作

根据《福建省教育厅关于实施中小学心理健康教育特色学校争创计划的通知》(闽教思〔__〕43号)和《泉州市教育局关于组织申报福建省中小学心理健康教育特色学校的通知》(泉教思〔__〕2号)的精神，我校于本月中旬申报福建省中小学心理健康教育特色学校。提交《福建省中小学心理健康教育特色学校》申报表(负责人：胡银杉)，做好心理健康中心设备的采购和建设(责任部门：总务处)。

七、活动要求

1、高度重视，认真组织。开展心理健康教育宣传月活动是加

强和改进学生思想政治教育的重要举措，是提高学生心理健康教育和心理咨询工作的重要途径，是集中普及心理健康知识的重要方式，各班要高度重视，认真组织各项活动。

2、抓好宣传，营造氛围。各班要深入宣传和动员，扩大活动的参与面，积极配合全校心理健康教育宣传月活动，不断营造良好的教育氛围。

教学目的：

通过讲练，调节职中生的学习心理，使学生掌握科学正确的听课方法，提高学习学习效率。

教学重点：

科学、正确的听课方法。

教学难点：

如何克服上课溜号现象，解决心理问题。

教法：

启发式

教学过程：

一、复习：检查预习效果，谈心得。

二、新授：科学正确的听课方法。

(一)提问：平时是怎样听课的？

总结目前班级出现的几种听课现象：凭兴趣，看老师学习；不分主次，边玩边学；基础不好，缺乏信心，顺其自然学；受各

种干扰，想学学不进去；注意难集中，紧张，效果时好时坏。

(二)讨论：上述听课方法的利与弊，对与否？

(三)总结：科学正确的听课方法：

1、以最佳状态，聚精会神听。

良好的心态，可促使你对学习感兴趣。注意集中才能感知清晰；记忆准确；思维流畅；想象丰富。最佳状态：就是以愉快的心情，良好的心境，积极的态度，渴求知识的欲望，注意集中地听课。聚精会神：注意高度集中，不溜号。

解决办法：

(1)明确学习目的，增强学习信心——我行。

(2)调节学习情绪，排除干扰，同溜号做斗争。

(3)科学用脑，自我调控，正常游戏，预防疲劳。

2、听老师讲课思路，听中心内容。

思路—环节，步骤，各学科特点不同，中心内容—重点，难点，关键。

3、听看，听想，听说，听答，听读，诉记—眼、耳、口、手、心/脑并用。

听课固然以听为主，同时也要动用耳、眼、脑去捕捉知识，注意看老师板书、动作、手势、表情、教具等，积极动脑，以适当的速度进行思考。凡事问一个为什么？培养判断、推理、独立解决问题的能力，善于发现老师提出的`重要内容，牢记问题，准确回答，以适当速度、方式做好课堂笔记，以便日后复习，同时学会“跳障碍”。

4、带着预习时提出的问题听，变被动为主动，提高听课效果。

听会-听清楚，听明白，听完整，会输出，会反馈调节

三、训练

寓言故事：吃不着葡萄就说葡萄酸

1、问题：

(1)狐狸为什么开始时说葡萄是甜的，后来又说是酸的？

(2)如果狐狸吃到了葡萄会说什么？

(3)日常学习、生活中有没有狐狸吃葡萄这类现象？

(4)假如你是狐狸你能想办法吃到葡萄吗？

(5)这则寓言故事告诫我们一个什么道理？

2、结论：

(1)人们不能追求一个目标失败后，不再努力反而否定追求的目标没价值。

(2)要想知道梨子的滋味就要亲口尝一尝。做任何事情只有主观努力，才有可能真正做好。

板书设计：

职中生的学习心理

(一)调节学习过程

(二)调控心理状态

观摩健康教育活动方案篇二

活动目标：

- 1、大胆尝试流星球的不同玩法、发展抛、接、滚、挥臂投掷等运动能力。
- 2、感知红、黄、绿三种颜色，体验游戏的愉悦与满足。
- 3、让幼儿知道愉快有益于身体健康。
- 4、锻炼幼儿的反应能力，提高他们动作的协调性。

活动准备：

- 1、红、黄、绿三色快乐流星球人手两个，红、黄、绿三色球门各一个(旧纸箱装饰做成或用大型水果筐代替)，旧挂历纸和果奶瓶做成的曲棍球棒人手一根。
- 2、红色、绿色、黄色长条彩色即时贴若干(贴站位线及放球区标志线用)，活动场地布置见附图一。

活动过程：

一、导入部分鼓励每个孩子从纸箱中选择一个自己喜欢的流星球，自由地和老师、小伙伴说一说自己的球是什么颜色的、什么样子的。接着音乐响起，老师带领幼儿自由、愉快地跟随音乐节奏做一做简单的韵律操。鼓励每个孩子找空的地方跟着节奏用力做操。

二、过程部分

- 1、提问：这些漂亮的流星球可以怎样玩呢？请大家试一试，看谁想出的玩法又多又好

2、幼儿尝试不同的玩球方法，教师作为游戏的参与者，及时将孩子们玩出的方法介绍给大家，并带领幼儿一起试一试有趣的玩法，如看谁抛得高、比谁扔得远、看谁踢得多、比谁转得快等。

3、游戏结束哨响，幼儿将球放到绿色放球区然后坐到半圆站位线上，鼓励幼儿把自己喜欢的玩法表演给大家看。

4、小小操作活动：解下流星球上面的彩色流苏、将流星球变成彩球。要求能干的孩子自己解开钮扣。取下彩色流苏放到备用纸箱中，不会解钮扣的小朋友找小伙伴帮忙，全部解开后和备用球一起放入红色放球区。

游戏：流星球找家

1、教师边介绍边将三个球门(纸箱)放到相应位置(直径10米的大圆圈上)，并请大家一起说一说三个球门是什么颜色的，它们分别是哪种流星球的家。接着出示曲棍球，简单介绍游戏的玩法：用曲棍球将流星球赶着送到相同颜色的球门中，将流星球送回家。

2、游戏：流星球找家。鼓励能力强的孩子送完一个再送第二个、甚至第三个，直至将全部流星球都送回家。

3、流星球全部送回家后，游戏结束哨响，请孩子们站到半圆形站位线上。教师带领幼儿共同检查流星球是否都回到了自己的家，发现有送错的，请愿意帮忙的小朋友将球送回它自己的家。

三、结束部分

趣味放松活动教师借助趣味儿歌(敲敲臂、敲敲臂，敲敲腿、敲敲腿，敲敲身体真舒服；弯弯腰、伸伸臂，敲敲肩、敲敲肩，敲敲身体真健康)，引导幼儿用彩球轻轻敲击身体的不同部位，

放松身体，体验游戏的趣味性。

附：快乐的流星球

制作方法制作材料：废旧报纸、彩色加厚塑料包装袋、钮扣、透明宽胶带、粗棉线、彩色即时贴等。制作方法：将废旧报纸(或旧海绵)揉成直径为13cm~15cm左右的纸球，中间塞入一根对折的粗棉线(纸球外表面留出一个1厘米左右的圆环作为钮扣眼)，外面用彩色即时贴贴好，再裹上透明宽胶带。流星球尾巴用彩色加厚塑料包装袋(或废旧彩色包装绳)剪成1.5cm×45cm的彩条约15根扎成一束，根部订上一粒中等钮扣即可。

特点：既可随意拆卸又可和其他玩具组合游戏、可踢、可抛、可甩、可滚、可投掷，玩起来花样繁多、在发展孩子运动能力的同时又能很好地发展孩子们的创造能力。

教学反思：

此次活动圆满结束！活动前我为幼儿创设了宽松自由的活动氛围，让幼儿在宽松自由的氛围中轻松获得锻炼与提高。活动过程中，幼儿表现的积极主动，都能用较完整的语言回答老师提出的问题，并能主动与同伴交流。

观摩健康教育活动方案篇三

1. 在学青蛙跳的活动中，让幼儿体验参与体育活动的乐趣。
2. 引导幼儿练习双脚跳，发展幼儿腿部肌肉的力量，提高幼儿身体的平衡能力。
3. 培养幼儿的自信心、勇敢的品质。

【活动准备】

1. 沙包(5个)、呼啦圈(5个)

2 . 音乐：《青蛙最伟大》、《我爱洗澡》

【活动过程】

1. 教师扮演青蛙妈妈，幼儿扮小青蛙，模仿青蛙跳，师生一起随《青蛙最伟大》音乐，进入活动场地，“捉”害虫去。

2. 引导幼儿边说儿歌边做热身运动。

儿歌：我是一只小青蛙，捉虫本领大。胳膊伸一伸，腿儿蹲一蹲。腰儿转一转，眼睛仔细看，害虫找到了，跳起来吃掉它。

3. 组织幼儿做游戏

(1) 跳荷叶(呼啦圈)，练习双脚跳

(2) 跳土堆(沙包)，练习巩固双脚跳的技能

(3) 跳小河，鼓励孩子们想出其他办法

(4) 到了田地了，捉害虫

4. 青蛙宝宝们，把害虫消灭光了，跟着妈妈回家，原路返回。

跳小河——跳土堆——跳荷叶

5. 小青蛙跟着妈妈做放松动作。(背景音乐《我爱洗澡》)以小青蛙回家休息结束本次游戏活动。

观摩健康教育活动方案篇四

小学阶段的教育是养成教育，重点在于学生的身心健康成长。

而小学生的心理健康教育，既是学生健康成长的需要，也是推进素质教育的必然要求。

根据《东兴市教育局关于贯彻教育部〈中小学心理健康教育指导纲要〉的实施意见》规定，每年11月5日为“东兴市中小学心理健康教育日”。我校除了平时加强学生的心理健康教育之外，积极响应东兴市教育局关于开展20__年“东兴市中小学心理健康教育日”活动的号召，在11月1日至30日期间，多层次多角度全方位地安排丰富多彩的“健康快乐成长每一天”的健康活动月，力求形式多样、生动活泼，让心理健康教育渗透人心，将这项工作做到持久化、日常化、规范化。

一、活动主题

“学会感恩，尊重他人”

二、活动对象：教师、家长及学生

三、活动方式：

（一）“心理健康教育日”动员

11月5日早会时间，在全校举办一个有声有色的“心理健康教育日”动员仪式。

内容：

1. 由心理健康教育老师进行动员。
2. 学生表演手语操《感恩的心》。
3. 心理剧表演：《我们是一家人》。

（二）教师心育培训

我们知道：只有心理健康的老师才能培养出心理健康的孩子，我校重视组织教师参加各级心理健康培训。

1. 心理教育老师面对全校教师举办《掌控情绪，成就孩子》的主题讲座。
2. 邀请东兴心理学教育专家结合丰富多彩的案例举办讲座。（时间：11月中旬多功能室，德育处）
3. 在校园网上向教师推荐相关书籍，如《心平气和的一年级》、《心理学入门知识》等数十本书籍，指导教师加强学习。指导教师不断反思自己的工作，不断提高自己的心理健康水平和心理教育能力。

(三) 学生心育培训

- 1、充分利用校园网、黑板报、宣传栏、广播电视等媒介对学生进行心理教育，加强心育知识宣传。
- 2、我校建立有自己的网页，本月要在心理教育在此栏目中，载登有关感恩与尊重的小故事。（咨询室和电教室负责）

利用校园的午间广播电视，播放有关“学会感恩，尊重他人”的故事。（大队部负责）

各班班主任在早会或班会课上，针对班级情况，开展“学会感恩，尊重他人”的教育，让学生从自己的生活学习中学会相处。

(四) 家长心育指导

开设家长课程，努力提高家长们的教育能力，从观念、态度、教养子女的方式等方面对家长开展行之有效的培训活动。

1. 开发家长教育资源，以各年段为单位，组织家长讲座，进

行心理教育知识培训。

2. 心理咨询教师进行“有效亲子沟通”的主题讲座，指导家长如何教育自己的孩子。（从一至六年级建议部分家长参加11月下旬）

3. 向家长推荐一些书籍，或做单独的心理辅导，让家长能够以更行之有效的方法教育孩子，与孩子沟通。（校园网上发布）

我们知道，心理健康教育工作不是一天两天的事情，心理健康教育是溶合到学生、教师及家长的实际生活、学习和工作中的。我校将结合更多、更专业的力量，将心理健康教育工作落实到位，为学生提供一个优秀的学习、生活环境，关注他们的成长。当然，我们还有许多不完善的地方，恳请有关领导给予指导与帮助。

东兴市实验小学心理咨询室

观摩健康教育活动方案篇五

一、指导目标：

1、本学期继续对全园幼儿开展心理健康教育及心理辅导活动，使幼儿不断正确认识自我，增强自我控制、承受挫折、适应环境的能力；学会相互关怀、团结合作；能够勇往直前、分享快乐；培养幼儿健全的人格和良好的个性心理品质。

2、针对个别留守儿童，给予科学有效的心理辅导，通过沙盘游戏等心理辅导活动，使他们尽快摆脱障碍，调节自我，提高心理健康水平，增强发展自我的能力。

3、要以面向全园幼儿为主，个别辅导为辅，让心理健康教育及心理辅导真正进入课堂，在课堂教学中要有别于其他学科

的教学方式，主要是通过活动让幼儿获得心理体验来改变自己。

4、对全园教师进行团体心理辅导活动，减轻教师来自各方面的压力，关爱自我，分享快乐！

二、具体工作：

1、加强高素质教师群体的培养；

2、为了更好的上好心理健康教育课，多与各班老师交流，分享；

3、实施心理健康教育课，以面向全体幼儿为主，个别辅导为辅。

4、做好心联小屋的工作、幼儿园博客的更新、家长培训工作，为孩子的身心健康做出努力。

三、具体实施：

1、教师方面：

(1)、对教师进行一次团体心理辅导的培训。

(2)、为每个班的幼儿上好心理健康教育课。备好心理健康教育课教案，并请各班的老师随堂听课。

2、幼儿方面：

(1)、教会幼儿掌握几种让心情变好的方法。

(2)、让幼儿随时有表达和宣泄自己情感的地方。

(3)、让幼儿通过心理活动的开展，能够认识自我，改变错误

行为，不断成长、快乐分享。

3、家长方面：

与家长多沟通；为全园家长组织一次培训。（听专家讲座的形式）