

健康服务宣传 健康运动活动方案(优秀6篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

健康服务宣传篇一

通过跳短绳活动，激发教师对体育运动的兴趣，增进心肺功能，增强腿部力量，提高灵活性、协调性和耐力，达到锻炼身体目的。

1、20xx年3月1日起前三周为练习阶段，每天上午大课间和下午第四节课规定活动时间内各位教师(除怀孕教师外)进行跳短绳自我练习。

2、第四周的周一(3月23日)起，一周内在下午第四节课内由工会委员、工会组长负责组织进行比赛，决出成绩。

体育馆内

1、各工会小组全体教师都参加比赛(如生病、怀孕等特殊情况除外)。比赛时间为1分钟，记取所跳个数。

2、比赛顺序不限，先到先跳。

3、各教师按指定的位置上场作好跳绳准备，当裁判下达比赛开始指令，方可进行跳绳，跳完绳后站在原地，待裁判员登记好成绩后，方可离开。

4、本次比赛分设团体奖和个人奖。

团体奖：把各组所有参加跳绳教师的跳绳个数相加起来的总和取平均值，平均值高者名次前。

团体奖设一、二、三等奖和团体参与奖。

(参与人数未达应参与数的小组取消团体奖参评权)

个人奖

1、团体赛个人奖在团体比赛中取男、女各5名，按跳绳个数多少计算，个数多者获奖。

2、花式跳绳擂主奖设花式跳绳各项目擂主男女各一名，欲争擂主者在主题月内自主叫工会文体委员杨峰老师记录成绩，可重复测试。3月31日终止。

健康服务宣传篇二

阳光伴我成长，健康随我同行。

宣传普及心理健康知识的同时为学生搭建起锻炼心理品质、提高心理素质的平台，全方位地加强对我系大学生的心理健康教育。

全体师生

能动学院心协

5月15日~5月28日

活动一：心理测试

地点：

一、三食堂门口，小树林均可

人员工作分组：一组帮助同学测评，一组对测评结果分析

活动二：心理征文大赛

一、二、三等奖。最后颁发奖状，一等奖2名，二等奖4名，三等奖6名。（建议将此次比赛要与校方联系，使之成为校级的有效评比）

活动三：游戏大闯关

内容：

1、现场找10位同学分为2组，进行千千结和用吸管传皮筋的游戏，最快完成组每人加一分。

2、工作人员在手中拿5跟绳子，让同学们给人抓一边，一根绳上的2人分为一组。

3、一组发一个气球，两人最快压破的队加2分。

4、进行知识抢答，最快答对的组一题加一分，问题在5个左右。

5、抱抱游戏，两人中的一方能把另一方抬起的组加2分，抬起方式只要不借助外力或外物，无论抱起、举起、背起等都可。

6、将得分进行排名，进而发放小礼品。

活动四：愿望瓶

内容：号召过往同学将自己的愿望写在小纸片中，折成千纸鹤，投入愿望瓶，随后赠送小礼品。

50元以下

健康服务宣传篇三

为了贯彻落实教育部《关于进一步加强和改进大学生心理健康教育的意见》和学校《关于进一步加强和改进大学生心理健康教育与心理咨询工作意见》，迎接“5.25”全国大学生心理健康宣传日，扩大对心理健康教育与心理咨询工作的宣传，在校园中形成良好的大学生心理健康教育氛围，根据北京市委教育工委、北京市教委和北京市高教学会大学生心理咨询研究会的部署，心理健康教育及咨询中心将在5月份开展心理健康月系列活动。

5月

自信、关爱、和谐

（一）我校心理健康教育与心理咨询工作研讨会

1、研讨主题（备选）：

- （1）动员多方力量，推进我校大学生心理健康教育工作
- （2）心理健康教育与心理危机干预网络体系有效运转模式
- （3）辅导员在心理健康教育与心理危机干预中的作用

2、会议时间、地点：5月下旬，第四会议室

（二）举办大学生心理健康教育系列讲座

1、主讲人：其他高校心理咨询教师、相关专家

2、讲座次数：4次，每周一次

（三）开展院系学生心理委员工作论坛

1、时间地点：5月下旬，科学会堂

2、参加人员：各院系心理健康教育与心理危机工作小组成员和班级心理委员

3、讨论议题：学生心理委员在大学生心理健康教育中的作用

（四）排、演心理情景剧

时间地点：5月下旬，科学会堂

（五）制作大学生心理健康知识宣传展板，在学校及学生公寓展出

（六）组织各院系开展心理健康知识竞赛

（七）邀请回龙观医院志愿者来我校现场咨询，

（八）开展大学生心理素质拓展训练活动

（九）心理电影赏析

（十）共享心灵的图书

（十一）发放心理测量表

（十二）其他活动

健康服务宣传篇四

一、组织领导：

总指挥□xxx

副总指挥□xxx

成员：全体中层干部

承办：校工会

二、印刷宣传资料：标志、主题口号、枣强中学全民健身活动方案

三、本校男、女乒乓球团体赛(9月1日-10日)，分年级部报名，每队限报男、女队员各三名，截止日期8月30日前报工会办。

四、组建教工篮球队，参加教文体局组织的比赛(9.12-9.15)

五、号召全体教职工，利用家属院的健身器材、体育场等现有条件，积极参加科学锻炼身体。

六、学校教工专用篮球场一个，乒乓球台两副，乒乓球室两间，课余时间全部开放。

七、健美操室一个，学校组织教练，节假日、课余时间培训，自愿报名参加。

健康服务宣传篇五

小班幼儿健康教育是教师根据幼儿个体身心发展的特点，以改善幼儿的健康态度、培养幼儿的健康生活习惯为目的的幼儿健康教育活动，下面小编给大家介绍关于小班健康活动方案的相关资料，希望对您有所帮助。

【活动目的】

- 1、知道吃了太多甜食物会影响身体健康。
- 2、知道爱吃什么有助于健康。

【活动准备】

教育挂图，《不吃太多甜食》

【内容与指导】

1、教师出示糖果或甜食品后讲述故事导入课题。

师：小朋友！老师手里拿了一些什么啊？（糖果、饼干等）那小朋友们爱吃吗？（爱）。

2、教师讲述故事《不吃太多甜食》，幼儿倾听。

师：小朋友们一起来听一听这个故事。听一听到听到了什么？

3、教师出示挂图《不吃太多甜食》引导幼儿观察图中的内容，并回答教师问题。

(1) 玲玲和强强爱吃什么？（只爱吃甜食）不爱吃什么？（不爱吃饭和菜）他们看见一座什么样的甜房子？他们两个是怎么做的？（用糖果、巧克力和奶油蛋糕做的房子，把房子吃了）

(2) 玲玲和强强吃掉了甜房子，为什么哭了？（牙疼）4、教师小结并讨论不能吃太多并说说吃多了会有什么不好的反应。

师：如果老爱吃甜食物就会有好多不好问题出现。

(1) 饭菜吃不下，蜜蜂会叮咬，蚂蚁会爬到脸上等，

(2) 会长成小胖子，会蛀牙等。

5、活动总结：

小朋友们！那以后你们要不要只爱吃甜食物，不爱吃饭拉，如果还这样的话，身体就会越来越差的！所以我们要每次要吃也

只能吃一点点!

6、活动结束。

一、设计思路:

小班幼儿刚入园,吃饭时,我请幼儿去洗手,他们会有各种理由不去洗,“我洗过手了,我在家里洗的。”“图书是干净的,不脏。”“衣服不脏,妈妈刚给我换的。”“玩具多漂亮呀,不脏。”当我告诉幼儿这些东西是脏的,洗干净的小手摸到它们也会变脏时,幼儿会听从我的建议去洗手,但同样的事情、同样的理由以后还会出现。用小毛巾擦一擦,把幼儿认为干净物品上的“脏”东西从隐蔽的状态显现在眼前,幼儿真正理解了“脏”的概念,才会把老师的要求,转化为自己的愿望,有效地转变自己的行为,养成爱洗手的习惯。

二、活动名称:该不该洗手

三、活动目标:

- 1、知道周围的许多东西是不干净的,许多脏东西是看不见的,吃东西之前愿意洗手。
- 2、引导幼儿关心周围的人,愿意与周围的人分享自己的'食物。

四、活动准备:

- 1、好吃的食物一袋;白色湿毛巾;玩具、图书等物品。
- 2、刚刚洗过手,分三组坐在桌旁,看图书、玩玩具、聊天。

五、活动过程:

- 1、情景设置:大班哥哥姐姐送来好吃的食物

师:你是哪个班的小朋友?到我们班有什么事吗?

大班幼儿:我是大班的小朋友,给弟弟妹妹送晚饭来了。我们吃晚饭时,觉得幼儿园的晚饭太好吃啦,想起小班弟弟妹妹还没有吃过,一商量,大家就派我把好吃的晚饭送来啦。

师:哥哥姐姐真好,有好吃的东西自己不吃,给我们小弟弟小妹妹吃,我们应该说什么呀?(谢谢哥哥姐姐!)

2、请幼儿闻一闻晚饭的味道,激发幼儿想吃好吃的的愿望。引导幼儿商量吃的方法。提问:

1) 哥哥姐姐送来的好吃的真香,谁想吃呀?请幼儿将桌上的物品收到架子上。

2) 这么多小朋友都着急吃一袋好吃的,我们怎样做才能快点吃到呢?

3) 小朋友现在能吃好吃的吗?为什么?

4) 谁不愿意去洗手?为什么?(手不脏,手没摸脏东西,周围的物品不脏。)

3、小实验:它们干净吗

用白色湿毛巾擦拭幼儿认为干净的物品如:图书、桌椅和玩具等,引导幼儿观察并发现毛巾颜色的变化。

结论:我们周围的许多东西都是不干净的,许多东西脏了,小朋友用眼睛都看不出来,脏东西还会从一个地方跑到另一个地方呢。干净的小手,摸了这些东西就不干净了。

提问:

1) 毛巾为什么变脏了?脏东西是哪儿来的?(图书、桌椅和玩具

是脏的,毛巾一擦,脏东西就跑到毛巾上。)

2)刚才小朋友为什么说它们是干净的?(看不见)

3)小手洗干净后,再摸图书、玩具、桌椅和衣服等东西,还干净吗?

4、小朋友洗手,品尝食物,引导幼儿将好吃的送给客人吃。

哥哥姐姐有好吃的东西,想着送给我们小弟弟妹妹吃,他们真好!

【活动目标】

- 1、引导幼儿养成良好的午睡习惯:不蒙头、不趴睡;
- 2、使幼儿能区分不同的音乐情绪,在音乐中入睡和起床;
- 3、以游戏的方式激发幼儿主动、愉快入睡。

【活动准备】

- 1、用及时贴自制七色花若干;
- 2、录音机,优美舒缓及活泼的磁带各一盘。

【活动过程】

1、激发兴趣:

(出示七色花)师:小朋友,这是什么花?(引导幼儿认识七种颜色,说出名称“七色花”)知道是从哪来的吗?(孩子们讨论)

小结:告诉小朋友一个秘密,这是小仙女送给咱班甜甜小朋友的七色花,因为呀,甜甜午睡可好了。小仙女就悄悄地送

给了她一朵七色花。

2、提出午睡要求：

(1)小朋友要把小鞋分清左右整齐地放在活动室里；

(3)只要小朋友不讲话，不玩别的东西，闭上眼睛听着音乐一会儿就睡着了。

3、播放《摇篮曲》声音由大到小直至消失，教师指导幼儿入睡。

师：老师发现有的小朋友睁着眼睛。那样，小仙女就不会来了。只有等小朋友都睡着了以后，小仙女才会悄悄地把美丽的七色花放在小朋友的枕头底下。

4、教师扮做“小仙女”将七色花放在午睡好的幼儿枕头下。

5、播放欢快音乐，声音由小到大，幼儿陆陆续续起床。

6、寻找七色花：师：小朋友找找看，小仙女送给你七色花了吗？(孩子们在枕头下找到了美丽的七色花，互相观看，欢呼，高兴极了)

活动总结：

健康服务宣传篇六

佛洛伊德曾说过：“早期的心理健全对一个人未来的发展很重要”。成年期许多心理健康源于他的儿童早期，儿童早期的心理健康，它会直接影响一个人的人格健康发展。而3—6岁是幼儿心理发展的关键期，在这一时期，幼儿的心理发展会直接影响着他的生理发展。因此我们必须重视幼儿的心理健康教育。

具体实施：

1、设立心理角：针对不同年龄心理教育的目标，创设、选择适合幼儿操作的，有利于心理品质优化的环境与材料，如：某幼儿园的“快乐心情小屋”，教师将小朋友带来的有趣的玩具与图书，放进去，让孩子在游戏时间进去分享，交流快乐的事情。

2、幼儿园设立游戏室（角）：通过游戏，让幼儿自发地、自然地将自己的心理感受与问题充分表现出来，并获得情绪上的松弛，最终认识自我，学会控制自我。个体性的游戏矫治对解决由幼儿本身的情绪而导致的问题比较有效，而集体性的游戏矫治对解决由社会适应困难引进的问题较为有效。

3、建立幼儿心情日记：为每位幼儿准备一本心情日记，在每天适当的时间请小朋友记下自己今天的心情，并与老师、同伴分享、交流，学会面对不同的心情，丰富幼儿生活中的情感体验。

1、每学期对教师进行三次心理健康教育内容的培训。（形式不限，听讲座，看录像，观摩心理教育辅导课等等）

2、上好健康教育课。教师备好心理健康教育课教案，并组织听课。

3、组建教师心理咨询志愿者队伍。

4、在幼儿的生活学习中注重培养孩子

（1）生活活动

孩子的情感在日常生活中时有流露，教师要善于抓住机会，随时随地进行培养，这种培养要既有群体性又有个别性。如：在生活角里开展系鞋带、扣纽扣、叠手帕；午睡起床后两人

互叠被子等，这样既锻炼了幼儿的自理能力，又感受到了相互合作的快乐感。如去敬老院慰问老人，从而教育幼儿尊敬老人。开展亲子活动，体会父母爱自己的情感，从而教育幼儿爱自己的父母。鼓励孩子周日串门，既培养幼儿的交往能力，又培养幼儿热情、开朗、以及合群性。

(2) 学习活动

学习是幼儿的. 生成性活动和预设性活动的有机结合，它为幼儿的经验形成和发展提供了各种可能。在活动中，老师要有目的地渗透一些心理健康的内容，并体现在教育的全过程之中。如：小班计算教学活动中的图形分类。活动中，老师将能力强和能力弱的孩子分在一起，他们只有相互合作，才能将同类图形归在一起，从而提高了他们的合群性。

5、心理健康教育的方法

1、同伴引导法

教师尽量为幼儿创设良好的环境，引导幼儿与同伴交往，使他们从小养成大方、合群、热情开朗、团结友爱的心理。在游戏中为了培养幼儿的合作精神，老师将合作能力强的幼儿和合作能力弱的幼儿一起游戏，也不失为一种好方法。例如：体育活动的小组竞赛；日常生活中的共抬桌子、整理玩具、收拾积木、互叠被子等必须共同商量，才能顺利进行。

2、角色互换法

在一定的场景中，或在感受一定的情绪体验后，进行角色互换来体验自己处于别人位置时的感受。如：小班孩子在角色游戏中，他们很喜欢扮演大人的角色玩娃娃家的游戏来照顾娃娃，于是，组织孩子们一起做“喂娃娃吃饭的游戏”，通过角色互换，将吃饭这一生活行为，通过孩子们自己的行为 and 语言而牢记在心。通过儿歌“小宝宝，来来来，张开嘴，

吃一口，一调羹，一勺饭，嚼一嚼，往下咽”不断地引导和鼓励，教会小班孩子们逐步学会了用小调羹自己吃饭了。

3、情境表演法

把心理健康教育的内容通过情境表演让幼儿观看，在情境中让幼儿感受自己处于别人位置时的情绪体验。如幼儿在日常生活中常常遇到玩具被抢的问题，于是针对这一情况，设计玩具被抢的情境表演让幼儿观看。通过观看，孩子们知道好玩的玩具大家一起玩，并让幼儿明白长时间哭闹不利于身体健康，同时也解决不了问题。通过观看和讨论，孩子们掌握了解决矛盾的方法，以及如何保持良好的情绪。

4、游戏法

在游戏中通过角色扮演，有助于驱除“自我中心”，了解自我与他人的区别，使幼儿良好的心理得到健康的发展。

与家长多沟通，利用幼儿园的家园之窗、家长园地、家园联系册、向家长开放半日活动等，让家长及时了解幼教信息，从而家园同步对幼儿进行有的放矢地实施教育；针对部分家长组织一些培训。（形式不限，听讲座，看录像，观摩心理健康教育辅导课等等）