

大学健康教育活动方案 全国大学生心理健康日活动方案(汇总8篇)

营销策划是一个系统工程，需要有全面而深入的思考和规划。在调研方案的编写中，以下这些范文可以帮助大家更好地了解调研方案的结构和内容。

大学健康教育活动方案篇一

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。
- 3、讲座内容：大学生恋爱专题、大学生应对压力专题、大学生人际交往专题、大学生适应社会专题。

(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

大学健康教育活动方案篇二

儿童是祖国的未来，民族的希望，少年智则国智，少年强则国强。然而，当我们衣食无忧、与家人共享天伦之乐时，在我们身边还有着这样一个特殊群体——留守儿童。他们小小年纪，却因为父母不在身边而缺失亲情；他们渴望家庭温暖，却只能忍受孤独的煎熬；他们稚嫩柔弱，却过早地承担起了生活的无奈。由于长期缺少父母的呵护和家庭的温馨，他们的学习教育、心理健康乃至人身安全都难以得到保障……在我国经济社会快速发展转型期，留守儿童问题已然成为了突出的社会问题，影响到了社会的稳定和谐。尤其是毕节5名儿童窒息死亡事件给我们带来了深深的震撼。

关爱留守儿童，为他们提供良好的成长环境，是全社会义不容辞的责任和义务。为此，我们呼吁，社会各界密切关注留守儿童，政府职能部门要建立农村留守儿童关爱服务体系，为留守儿童创造一个良好的生活学习环境；社会爱心人士和团体组织要发扬乐善好施，扶弱济困的传统美德，尽绵薄之力，为留守儿童带去关爱的温馨；留守儿童家长要勇于承担起孩子教育第一任老师的责任，让家庭成为孩子品德修养与学习智慧的培训基地。在此，省妇联、省妇女儿童基金会向社会各界爱心人士发出倡议：伸出关爱之手，温暖孤寂之心，让我们携手撑起一片爱心蓝天，让留守儿童共沐阳光雨露！

我们诚挚希望社会各界爱心人士以及企事业单位踊跃奉献爱心，让同一片蓝天下的孩子们都能拥有幸福的童年和美好的明天。您可以向留守儿童家长宣传科学的家庭教育观念，使他们真正承担起教养孩子的责任和义务，正确对待孩子的成长，加强亲子沟通和交流，让孩子感受到亲情的温暖；您可以担当留守儿童的“代理家长”，做孩子们生活的知情人、

学习的引路人、成长的保护人，促进留守儿童身体、心理、品格的健康成长和发展；您还可以通过__省妇女儿童基金会资助特困留守儿童、捐建“留守儿童之家”，改善留守儿童的学习生活条件，帮助孩子们实现一个美好的理想……也许您的点滴付出，将能够改变一个孩子的命运；也许您的一分关爱，就能够点亮他们的青春梦想！

让我们齐心协力，将关注留守儿童转化为关爱，在您的参与关爱中，故事温暖，孩子幸福，__美丽。

__省妇女联合会__省家庭教育学会

__省妇女儿童基金会

__年8月

大学健康教育活动方案篇三

【集合地点】□□x口区新一社区广场

【活动内容】：文艺表演（目前报名4个节目）、百家宴

【参与要求】：自带一份家常菜参与即可

【召集人】：__

【联系方式】：135_____

请报名活动时注明表演类型（可自备些红歌、小游戏等与社区老人互动）；

2、招募本次活动的桌长3名，负责本桌人员看是否都凭菜入席；

- 3、另招募摄影志愿者二名，负责照相摄影。
- 4、请报名参加活动的志愿者一定要带上一道菜来参与。

【需求】

- 1、活动执行团队：工商大学融智学院社团联合会（10名）
- 2、活动协助：社区居民骨干（6名）
- 3、活动场地协调：社区工作人员（1名）
- 4、活动物资：居民自行出桌椅，由志愿者协调搬运（会后还原）
- 5、宴席物资：主食
- 6、配备物资：一次性桌布、碗筷、饮料、饮用水、水果、瓜子、花生、糖等
- 7、文艺演出：音响、地毯、横幅（服装、曲目节目演员自带）；

__联盟网__网

__市青年志愿者协会

__社工联盟

大学健康教育活动方案篇四

“活力绽放，关注健康”

高中，是我们挥汗洒泪的地方；大学，是我们梦想中的天堂。如今我们已经站在了通往大学的热土之上，然而现实没有我

们梦想中那么美好，厚厚的书本，艰涩的课程，烦杂的感情，复杂的人际关系，于是，很多同学失落于网络游戏，失落于昏昏沉沉的冥想甚至有的同学无视生命的可贵，各大学校中频频爆出学生自杀、他杀的消息，高中生了解心理健康知识，拥有健康的生活心态，已刻不容缓。

配合校“心理健康教育”活动，全面推进学校心理健康教育工作，构建人人关注自身心理健康的良好范围，切实为学生服务，摆正思想，健康、积极地引导学生掌握心理健康基本知识并用于实践中。同时，让广大学生掌握更多维护心理健康和提高心理素质的方法，加深对心理知识的理解，自觉维护自身的心理健康，认识到心理健康的重要作用，树立心理健康意识，增加同学们对心理健康知识的了解。

本次活动分竞赛和辩论赛两个部分。

竞赛题目范围涉及学生心理健康知识题库及城沙高中心理健康教育工作的相关知识。

(一)报名方式:

本次大赛要求以班级为单位报名。报名由各班心理委员具体负责。

(二)报名注意事项:

- 1、以班级为单位，每个班级5名同学参赛
- 2、参赛者认真填写下发的报名表，注意填写的信息必须真实、无误

(一)竞赛

时间：第八周

地点：教学楼502、504

竞赛原则：“客观、公平、公正”

竞赛阶段：采用闭卷笔试形式对参赛者进行淘汰。在竞赛中取各年级段前4名参赛选手进入辩论赛。试题题型包括选择、填空、问答、拓展四大题型。

(二) 辩论赛

时间：第九周

地点：艺术馆

比赛辩题：身体健康与心理健康哪个更重要？

辩论阶段：每个队伍4名辩手，通过辩论产生最佳团队以及最佳辩手一名。

大学健康教育活动方案篇五

5月25日是全国大中学生心理健康节·25即我爱我，已成为全国大学组织开展大学生思想政治教育、丰富校园文化生活、有效服务青年成长的重要载体。

通过组织设计一系列内容丰富、形式多样、针对性强、参与性强的活动，为学生营造注重心理健康、了解心理健康、注重心理健康的氛围，为学生提供锻炼心理素质、提高心理素质的平台，全面加强心理健康教育。

注重心理健康，构建和谐校园

4月—5月

1. 心理健康橱窗展览

2. 心理美文征集主题遇见我

看心理电影

4. 主题班会我爱我，做我自己

5. 放心飞主题活动

6. 心理健康咨询

7. 展览最阳光的笑脸

全院师生

土木工程学院心理系

土木工程学院团委学生会

1. 橱窗内容:人际交往，了解自己，亲子交流，调整自己的心态，

爱情问题、压力排解等

任务分配：刘霞蔚、苏立渤负责设计和安排；寇雨敬□xxx

负责印制

经费预算：100

活动时间:5月10日前展出

2. 收集心理美文

主题：遇见我

主题解释：每个人心中都有一片领地，其他人不能随意来来去去。多年来，当我一个人来来去去的时候，我忍不住看着我的天空。一边是我无法理解的忧郁，另一边是一幅挂在太阳高处的画。穿梭在记忆的慢车里是雨。它很强壮。道路总是越走越远。城市和花园是我自由的标签。在阳光下遇见我。

字剖白自己的心，闪耀在灿烂的青春里！

征稿时间：

二等奖两个证书奖

三等奖三证奖

若干证书奖的优秀奖

资金预算：证书、奖品200元

宣传费100(传单、海报)

评委组：学工办周老师詹老师心理系xxx

雨敬等等等

总预算：300

3. 观看精神电影

影片：《美好生活》 《初恋50次》 《心灵捕手》

时间：待定

地点：待定

4. 心理健康主题班会

主题：5·25做自己

具体要求：每班心理委员撰写活动报告时，必须附照片或影响记录。

5. 20日之前交上

5. 放心飞主题活动

时间：周六周日

地点草坪16:00

具体内容：参与者将自己的愿望或目标写在风筝上，并与合作伙伴合作飞风筝

工作组别：

记者站和心理部负责用相机记录活动中难忘的时刻，捕捉各种笑脸

宣传部和外联部负责在附近召集参与者

办公室、秘书处、学习部负责问候和询问学生

实践部、生劳部负责现场秩序、物品

经费预算：

风筝： $5 \times 50 \times 2 = 500$

宣传：120(传单)

签字笔：20

总计：640

6. 心理健康咨询

时间：5·25下午7:30

地点：食堂旁石凳

7. 以最阳光笑脸为主题的展览

具体内容：在放心飞行活动中选择更好的照片，洗净，放在食堂前做展板

主要负责：宣传部

时间：5.30之前

经费预算：50

总经费：990

大学健康教育活动方案篇六

20xx年-6月

塑造阳光心理成就美丽人生

1、开展丰富多彩活动，培育学生阳光心态。通过开展知识竞赛、征演讲比赛、校园心理情景剧、素质拓展游戏、心理影院、心理沙龙等系列活动，宣传“2我爱我”大学生心理健康教育月的内涵，进一步普及心理健康知识，展示学生阳光心理，营造健康向上、积极进取的校园化氛围。

2、组织开展心理培训和团体辅导。坚持开展心理委员、寝室长培训，提高心理委员、寝室长识别周围同学心理危机预警信号的能力；指导班级心理委员组织开展学生乐于接受的'主题活动；充分发挥心理委员、寝室长在学校、学院与广大学生之间的“桥梁”作用。针对不同学生群体的需求，研究制订相应的团体辅导计划和实施方案，努力帮助学生缓解心理压力，解决心理问题，提升心理品质。

3、加强个体心理疏导和危机干预。要积极宣传心理自助方法和求助渠道，扎实开展心理晤谈、博客论坛□qq□心理热线等多种途径的个体心理疏导服务，帮助学生化解心理困惑，排忧解难。关心帮助就业困难的学生，陪伴他们平稳度过心理低落期。坚持以人为本原则，深入细致地排查和分析学生心理情况，充分发挥四级心理健康教育网络作用，做好心理危机的预防和干预，确保学校安全稳定。

本届心理健康月设个人单项奖若干和优秀组织奖6个。个人单项奖的设立见各项具体活动；优秀组织奖由二级学院申报，学校根据各学院工作情况综合评定。优秀组织奖申报截止时间为6月8日（申报表见附三）。

1、高度重视，加强领导，切实提高活动实效。各学院要高度重视，加强领导，围绕活动内容，结合学院特点，确定系列活动主题，统筹设计，形成切实可行的活动方案。

2、精心组织，彰显特色，形成全员参与、学生受益的良好氛围。各学院在配合开展活动的同时，要加强大学生心理健康教育与学生就业、创业、素质教育、学生管理等各项工作的融合渗透，积极创新活动形式与内容，努力打造具有自身特色的精品活动。

3、认真总结，重在实效。各学院要及时总结心理健康月工资，做好宣传报道和信息、材料的整理归档工作。推进心理健康教育工作常态化，巩固心理健康月的活动成果。

大学健康教育活动方案篇七

为有力保证事情或工作开展的水平质量，往往需要预先进行方案制定工作，方案是计划中内容最为复杂的一种。那么大家知道方案怎么写才规范吗？以下是小编为大家整理的大学生阳光心理健康节活动方案，欢迎大家分享。

为进一步做好大学生心理健康教育工作，帮助大学生深化感恩之心，建立良好的人际关系，培养积极向上的阳光心态，促进大学生健康成长和全面发展，学校决定开展“第xx届大学生阳光心理健康节”活动，现将有关事宜通知如下：

心感恩爱传递共成长

20xx年5月-6月

1. 阳光现场心理咨询

分别在南北校区开展免费现场心理咨询，通过面谈咨询、心理量表测验、房树人测试等多种形式为大学生们现场解答日常生活中遇到的心理问题和心理困惑。

2. 心理咨询室体验日

在规定时段向学生开放心理咨询室，通过参观心理咨询室，体验沙盘游戏、音乐放松椅、天赋脑图仪，开展趣味心理测试等，让大学生感受体验心理咨询流程，了解心理咨询室的主要功能。

3. 心理健康专题讲座

邀请心理健康教育专家进行主题讲座，帮助大学生学会以合适的方式表达自我，增强感恩意识，了解如何与身边的人交

流、沟通、互助，善于以乐观、幽默和积极的心态去面对他人，提升人际沟通能力，树立积极和谐的阳光心态。

4. “阳光心理学校”培训

结合主题开展“阳光心理学校”培训，围绕与大学生生活和学习密切相关的自我认识、人际关系、爱情心理等内容，通过讲座、互动、体验等方式开展系列培训，在大学生中普及心理健康知识，帮助大学生重新认识自我，营造和谐健康的心理氛围。

5. 阳光心理团体辅导

围绕主题开展人际信任成长团体辅导，以室内团体辅导的形式，通过角色扮演、游戏、情景模拟、自由讨论等形式吸引成员积极参与，在轻松、安全的环境中逐步开放自我，引导大学生在真诚的交往中寻找自信，增强团体成员的人际信任水平，构建和谐的大学生人际关系。

6. 心理委员素质拓展训练

针对各学院分中心心理委员，通过开展户外素质拓展活动，加强学院心理委员之间的交流沟通，在提升心理委员情绪控制、沟通交流、挫折应对、人际关系处理等技能的同时，积极推进学院心理健康教育工作开展。

7. 微视频大赛

围绕主题开展微视频大赛，以学院、班级、宿舍或个人为单位，围绕与主题有关的人和事进行拍摄，制作一个5分钟以内的视频，用一种创新的方式阐释感恩的心情故事或情感体验，汇聚校园感恩的正能量。对征集到的优秀作品，中心还将通过在一定范围集中展示，让更多的学生体会感恩的重要意义，提升自身心理健康水平。

8. 感恩西大故事汇

围绕主题，通过演讲的形式，开展感恩西大故事汇活动。参赛选手可发挥自身风采和演讲才能，以各自不同的角度和方式来表达对学校、对老师、对同学以及周围的人和事的知恩感恩之情或是报恩施恩之意，演讲时间控制在5分钟以内。

各学院（部）要高度重视，组织学生参加以“心感恩爱传递共同成长”为主题的心理健康节活动，并根据学院（部）自身特色开展相关宣传教育活动，积极推动学院（部）心理健康教育工作。6月8日前向学校心理健康教育与服务中心报送活动总结备案。

大学健康教育活动方案篇八

为迎接全国第xx个“大学生心理健康日”的到来，加强大学生心理健康教育，促进大学生健康成长，进一步推动xx省高校心理健康教育示范中心建设，更广泛深入地对大学生进行心理素质教育，促进大学生健康成长，特举办20xx年“2”大学生心理健康节活动，通过校、院、班、寝室四级工作网络的积极推动，共同营造大学生心理成长的良好环境，现就有关事宜通知如下。

积极创造条件，通过学校、学院、班级、寝室四级网络系统开展内容丰富、形式多样的心理健康教育活动，共同营造关注大学生心理健康的氛围，以增强学生心理健康意识，提高学生心理调适和社会适应能力，教育学生养成良好的个性心理品质，共同营造关注大学生心理健康的氛围。

本次活动节主题为“大声说出你的爱”，是为了让当代大学生能够继承中华民族仁爱的传统美德，发扬人性中爱的最美情感。关爱自我，关爱他人，在日常生活中用自己的行为表达爱、传递爱，积极进取，乐观向上，在爱的行为中体现自

己的价值，让青春绽放得更加亮丽。

20xx年4月2日—6月日

（一）学校方面

1. 大学生心理健康知识讲座

承办单位：学生处

时间：4月27日、月2日下午1:00

地点：另行通知

2. 大学生心理健康调研活动

承办单位：学生自律监察委员会心理部

时间：月6日—月27日

3. “想把我说给你听” 心理健康主题征

承办单位：学生自律监察委员会编辑部

时间：4月28日—月19日

4. “蜕变完美” 健康活动

承办单位：学生自律监察委员会心理部

时间：4月2日—月18日

上述各项活动的详细通知可进入学生处网页公告栏查询。

（二）学院方面

1. 机械与汽车工程学院

活动安排：母亲节主题短视频、照片征集活动

2. 电气工程学院

活动安排：“心理健康与安全”主题班会、心理健康原创微信大赛

3. 纺织服装学院

活动安排：“和谐交际，温馨宿舍”心理健康主题征大赛

4. 生物与化学工程学院

活动安排：“我们是信使，转达你的爱”手写书信传递活动

5. 管理工程学院

活动安排：“珍重生命，保护自己”女大学生心理健康与安全知识讲座

6. 艺术学院

活动安排：“呵护心灵，善待生命”第七届大学生心理健康公益海报设计大赛

7. 计算机与信息学院

活动安排：校园心理剧比赛

8. 数理学院

9. 人学院

10. 外国语学院

活动安排：“掌握情绪规律，提高情绪智力”心理健康知识讲座，“大声爱，微表达”活动

11. 体育学院

活动安排：“爱·成长”心理健康知识讲座

12. 建筑工程学院

上述各项活动的详细通知可进入各学院网页公告栏查询。

开展心理健康节活动，是做好我校学生心理健康教育的重要举措。要高度重视，精心组织，营造氛围，积极鼓励和引导广大同学参加到活动中；要发挥各班级、班级心理健康互助小组、班级心理委员的作用，制定详细的计划安排；要紧紧围绕活动主题，结合本学院实际和学生特点，为解决学生心理方面存在的实际问题提供切实有效的服务和帮助，把加强心理健康教育、提高学生心理素质工作做好做实；要充分利用各类媒体，加强对活动的宣传报道力度，努力营造大学生心理健康校园化氛围，积极打造出富有特色的品牌活动。