

三年级健康教育工作计划表(实用6篇)

计划在我们的生活中扮演着重要的角色，无论是个人生活还是工作领域。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的计划吗？那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

三年级健康教育工作计划表篇一

1. 在校的日常安全教育，遵守社会上的法规制度和学校的各种规章制度，加大这些规章制度的宣传力度。

2. 饮食卫生安全教育，不在地摊上买吃零食，不吃过期的不合格的食品。3. 交通安全教育，遵守交通规则。

4. 自我保护安全教育，学习自我保护知识，增强自我保护意识。5. 卫生安全教育，注意个人卫生，环境卫生，一旦得了传染性的疾病，要按照要求在家隔离修养。

6. 不同时期内的安全教育，如夏季的防雷电教育，不到水库里游泳； 7. 对学生进行有关地震、火灾等方面相关知识的讲解，让学生从不同角度了解各种可能发生的自然灾害，学会判断和预见，并掌握防范、自救和互救的相关知识。

1 / 11

二、基本情况分析

我教学的班级年龄大多数在11岁左右，他们大多数天真活泼，学习认真，好动脑筋，身体健康。这部分学生大多数来自城子乡，信息相对闭塞，对于卫生知识他们知道的不多，他们渴求能够自我保护的生理卫生知识和自理能力。通过这门课程的学习，让学生懂得珍视健康学会爱生活，爱世界，爱自己，健康、安全、快乐地成长。

- 1、了解预防一些常见病，掌握简单的自我防护、救护知识，增强锻炼，逐步养成讲卫生的好习惯。
- 2、提高学生自我防范、自我保护意识，让学生学会一些安全常识，学会一些防范技巧，增强遇到意外时的自卫能力。
- 3、学会一些应对敲诈、抢劫、绑架、恐吓和性侵犯等突发事件的方法、技能，避免和减轻特定伤害。
- 4、学会选择健康文明的生活方式，学习识别毒品的知识和方法，拒绝毒品和烟酒的诱惑。
- 5、正确认识网络的利与弊，学会判断和有效拒绝的技能，做到合理利用网络。认识迷恋网络带来的危害，学会避免和摆脱网络沉溺。
- 6、了解当地常见的自然灾害，学会冷静应对自然灾害事件，加强应对突发自然灾害的应急训练，提高在自然灾害事件中自我保护和求助及逃生的基本技能。
- 7、了解校园暴力造成的危害，学习应对校园暴力的方法，避免不应有伤害的发生。8、了解和积极预防在校园活动中可能发生的公共安全事故，提高自我保护和求助及逃生的基本技能。

三、主要任务

（一）搞好日常管理工作

2 / 11

- 1、早操要人人参加，养成良好的行走习惯（轻声慢步靠右行）。
- 2、培养良好的课堂纪律，养成认真听讲的习惯。

3、活动时间要有人监督，提倡进入操场安全游戏，不追逐打闹。 4、放学要养成站队守纪律的习惯，不能推攘，拥挤。

5、建立正常的卫生值日制度，班级卫生人人有责，培养良好的劳动习惯。 6、在校学生养成良好的生活习惯。（二）对学生进行思想品德教育。

1、每时每刻对学生进行《小学生守则》、《小学生日常行为规范》的教育，让学生以此为范，导之于行。

2、教育学生要团结友爱，互相帮助。 3、结合情境，适时对学生进行品德教育。（三）关心学生身心健康。

1、对学生进行日常卫生保健知识的讲解，使学生树立正确的卫生意识。 2、教育学生加强xx□增强体质。

3、在班级之中努力营造宽松和谐的心理氛围。

1、建立学校家庭互访制度。2、通过走访和家长联系册的形式密切与家长的联系。

3加强家校联系。在本学期主动与家长们保持联系，将一些孩子的表现通知家长，共同商量对策。

（六）安全教育常抓不懈

3 / 11

1、教育学生严格遵守学校的作息时间，上学、放学不准在学校和路途中逗留、玩耍，不允许不经家长允许跟同学去了，让家长随时了解其子女的去向。

2、在校内外，不允许学生做危险的游戏。如；互相追打、奔跑等。3、教育小学生不践踏学校的草坪，不损坏学校的花草

树木。4、教育学生不玩火、不玩电、不玩爆竹。

5、教育学生不带危险的物品到学校。（如小刀，气枪。）

（七）无论是集体活动还是体育课，都必须在教师的带领下进行，不得随意离开集体自己活动或不听指挥，遇到他人生病、遇险等，要及时报告老师。并且指导学生学会使用各种求救电话。

（八）只有在家长或老师的带领、陪同下方可到游泳池游泳。千万不能私自到水沟、水塘、鱼塘、游泳池里戏水、游泳。

四、xx 1□充分利用晨夕会时间，向学生宣传讲解各种安全常识。包括人身安全、交通安全、食品安全等。教育学生不和陌生人说话，独自在家不给陌生人开门，上、放学途中遵守交通规则，不吃发霉变质的食品，不到流动小商贩处购买零食等。尤其是本期我校在规范学生文明习惯方面特别提出了不能到流动商贩处购买无质量保证的食品，结合这一工作，加上生活中一些鲜活的事例和血的教训，教育学生一定要按照要求去好好落实。

全放在第一位。《生命与安全》就是一本帮助我们引导孩子如何健康生活，安全学习，珍爱生命的。我相信，孩子们结合自己的所见所闻来学习了这些知识以后，印象一定非常深刻，这样更富有教育意义。

4 / 11

堵、吵闹、翻窗台、往下乱扔废弃物等不良行为。发现问题按照程序逐层上报，尽快排除隐患。（上学期我在及时上报整改这项工作上显得有点拖沓，因此这学期绝不再犯相同的错误。）

4、坚持做好预防疾病传染工作，耐心地给家长做宣传、解释，认真做好晨、午检，督促学生规范填写体温表。把这项工作

当成是常规工作的重点，严格把好体温关，确保对每个孩子的身体健康负责。

5、严格执行缺课学生追踪制度，清楚每个孩子的情况，对缺课的原因及时了解做好记录，并取得家长的协作沟通。熟悉学生请假制度，坚持按照要求不让学生单独离开学校，特别是午餐时间，绝不允许没有任课老师带出。

6、知识是不断更新的，在给孩子们宣讲安全知识的同时，要不断学习新的安全知识。关心时事，把最新的安全维稳事态告知孩子，让他们形成一种安全责任，知道安全是每个人的事。弄清各种安全维稳措施的实施流程，在事件发生后能在第一时间将问题解决，避免不必要的损失。特别要抓住学校每期进行的安全疏散演练契机，和孩子们一起总结经验，吸取教训，为使演练效果一次比一次好。

一、指导思想

以教育局、中心校和学校安全教育的指导思想为依据，以素质教育为主线，以法制教育的落实为重点，以学生知法、懂法、守法为目的，结合我校实际，全面提高青少年法制观念，培养他们良好的思想道德觉悟和自觉遵守法律法规的意识，保证学生身心健康而努力开展卓有成效的工作。落实安全教育内容，努力创建班级安全氛围。

二、基本情况分析

5 / 11

习的积极性不高，在这方面有待强化，切实维护在校学生的合法权益。使学生养成遵纪守法的好品德。

三、工作目标

确保青少年学生在九年义务教育期间完成基本法律知识的普及任务，构建学校、家庭、社会“三结合”的青少年学生法制教育网络，形成全社会齐抓共管的教育格局，切实维护在校学生的合法权益，预防和减少青少年违法犯罪。

四、主要任务

- 1、向学生普及有关法律的基本常识，培养学生的爱国意识、交通安全意识、环保意识、自我保护意识，使学生养成遵纪守法的好品德。
 - 2、着重进行社会主义民主与法治观念教育。学习社会主义民主法制理论，增强学生的国家意识、权利义务意识、守法用法意识；进行预防未成年人犯罪教育，提高自我约束、自我保护能力，预防和减少违法犯罪行为。
 - 3、交通安全教育：交通安全教育是安全教育重中之重的教育，要把交通安全教育摆在十分突出的位置、每周班会进行集中教育，平时注意随时提醒。4、防课间意外的教育：课间提倡文明休息，做游戏应到操场上，不大声喧哗，讲文明话。不玩带危险性游戏，不在教室前、教室内追跑、推搡、打闹、不做有害身体健康的游戏。做广播操，学生排队时，不要拥挤，要有序的做到快静齐。也不在楼道上玩拍球跳绳等体育活动。体育课认真听取老师的要求，注意安全。
 - 5、防溺水教育：进行防溺水的教育，不下河塘，不到河边玩耍。要进行防溺水的教育，开展以溺水后自救，溺水者的救护为主要内容的教育。
 - 6、防触电的教育：对同学们进行电的基本知识讲解，预防触电事故的发生以及对触电后急救常用知识的了解和应用。
- 隔夜的食物也要进行必要的处理。养成饭前便后勤洗手的习惯，防止病从口入。

8、防病、防体育运动伤害的教育：重视同学身体健康教育，体育活动应重视安全保护措施，坚持穿运动服运动鞋上体育课，积极做好运动前的准备，尽量避免运动伤害事故的发生。

9、防火、防电、防煤气中毒等的安全教育：检查班里的防电设施，落实专人负责。同时加强对学生家里用火用气的安全知识宣传。

不玩火，不在校园内外私自生火。不在指定的地点外燃放烟花。在家中注意自家的火炉，煤气炉的防火安全知识。

10、尽量不带钱和贵重物品来校，自己的物品保管好，拾到或丢了什么东西，及时报告老师。

四、具体方法：

一、在学校的要求下最好日常教育

1. 在班级的日常安全教育，遵守社会上的法规制度和学校的各种规章制度，加大这些规章制度的宣传力度。

2. 饮食卫生安全教育，不在地摊上买吃零食，不吃过期的不合格的食品。3. 交通安全教育，遵守交通规则。

4. 自我保护安全教育，学习自我保护知识，增强自我保护意识。5. 卫生安全教育，注意个人卫生，环境卫生，一旦得了传染性的疾病，要按照要求在家隔离修养。

6. 不同时期内的安全教育，如夏季的防雷电教育，不到水库里游泳；

7 / 11

7. 对学生进行有关地震、火灾等方面相关知识的讲解，让学

生从不同角度了解各种可能发生的自然灾害，学会判断和预见，并掌握防范、自救和互救的相关知识。

8、利用班会了解预防一些常见病，掌握简单的自我防护、救护知识，增强锻炼，逐步养成讲卫生的好习惯。

9、提高学生自我防范、自我保护意识，让学生学会一些安全常识，学会一些防范技巧，增强遇到意外时的自卫能力。

10、学会一些应对敲诈、抢劫、绑架、恐吓和性侵犯等突发事件的方法、技能，避免和减轻特定伤害。

11、学会选择健康文明的生活方式，学习识别毒品的知识和方法，拒绝毒品和烟酒的诱惑。

二、对学生进行思想品德教育。1、每时每刻对学生进行《小学生守则》、《小学生日常行为规范》的教育，让学生以此为范，导之于行。

2、教育学生要团结友爱，互相帮助。 3、结合情境，适时对学生进行品德教育。三、关心学生身心健康。

1、对学生进行日常卫生保健知识的讲解，使学生树立正确的卫生意识。 2、教育学生加强xx□增强体质。

3、在班级之中努力营造宽松和谐的心理氛围。

4、密切注意学生群体和个体的心理动向，进行适时教育。

四、加强与家庭场区的合作 1、建立学校家庭互访制度。

2、通过走访和家长联系册的形式密切与家长的联系。

3加强家校联系。在本学期主动与家长们保持联系，将一些孩子的表现通知家长，共同商量对策。

为进一步做好交通安全宣传安全常识教育教学活动，提高广大中小学生交通安全意识和交通文明素质，预防道路交通事故的发生，结合我校教育实际，特制定道路交通安全宣传教育和安全常识教学划。

一、指导思想和工作目标

以“三个代表”重要思想为指导，以科学发展观为统领，按照“降事故、保安全、保畅通”的总体目标，以实施“保护生命、安全出行”交通安全宣传教育为载体，大力开展交通安全宣传教育活动。力争一年内形成齐抓共管的学生交通安全宣传教育工作机制，实现学生交通安全宣传工作制度化、宣传形式多样化、宣传内容系统化；使学生交通安全宣传教育率达100%，广大中小学生的交通法制观念、安全意识和文明素质明显增强，青少年学生交通事故伤害案件明显减少。

二、学情分析

四年级一班和五班各有学生40人，他们来自全县各地。年龄小，爱说、爱动、爱表现，天真烂漫，喜欢玩耍，对于学校的生活充满了渴望，对于学校班级的各项纪律、规定都不了解，良好的学习习惯处于初步形成期。他们对安全知识了解的太少，自我保护意识不够强。

三、教学要求

（一）高度重视，加强领导。大力加强道路交通安全宣传教育，是维护道路交通安全、保护广大师生生命财产安全的治本之策，也是坚持以人为本、构建和谐社会、和谐教育的重要举措。全体师生要高度重视交通安全宣传教育工作，确保各项工作措施取得实效。

（二）多方协同，齐抓共管。我校将主动与公安交警、交通等部门联系，密切配合，及时沟通情况，共同解决实施宣传教育工作中遇到的困难和问题。把此项工作与创建“平安校园”活动结合起来，切实做好中小學生道路交通安全宣传教育工作。

9 / 11

四、主题和实施步骤

至20xx年底，以“遵守交規、珍爱生命”为主题，广泛开展道路交通安全常识为主题内容的宣传教育教学活动。

1. 建立健全学校交通安全组织，充分发挥其职能。成立学校交通法规教学领导小组，广泛开展道路交通安全法律、法规和安全常识为主题内容的宣传教育活动。确保交通法律法规和安全常识，确保宣传教育活动的效果，增强师生遵守交通法规的自觉性。2. 积极推行交通安全责任制，明确学校交通安全法律法规和安全常识教育教学的责任。促进全体師生交通法制观念和安全意识普遍提高。

3. 开展自觉遵守交通法规，抵制交通违法行为，共建安全、畅通、和谐交通环境为主要内容的宣传教育活动。

4. 加强学生的交通安全教育，培养他们自觉遵守交通法规的良好习惯。每周利用一节课外活动时间，教授道路交通安全法规和交通安全常识。采取各种行之有效的措施和生动活泼的方法，增强学生的学习兴趣。

5. 重视学校宣传阵地的宣传作用，不失时机的利用学校黑板报、校园广播等对学生进行交通安全教育的宣传。

6. 发挥学校法制宣传教育的主渠道作用，实现学校、社会、家庭三方教育的有机结合，加强对我校学生法制宣传教育工

作，培养学生遵守交通法规，注意交通安全的意识。

7. 通过上网查资料等方式，使学生了解碘缺乏病的危害，培养学生预防碘缺乏病的意识。

五、工作任务和措施

(二) 加强宣传教育，提高道路交通安全意识。

在条件许可的情况下，学校聘请交警讲授交通安全课，向学生宣传交通安全法律、法规和安全常识。各班级利用安全课、主题班会、校园网、板报、知识竞赛、演讲、辩论、征文比赛等形式，定期开展道路交通安全专题教育，来丰富学生的交通安全知识，提高学生教育意识。

(三) 充分利用电教手段。 六、教学进度

11 / 11

三年级健康教育工作计划表篇二

1. 让学生们对心理健康有初步了解和认识;
2. 掌握一些培养心理健康的手段和方法;
3. 提高主动注重心理健康的积极性;

确立自我心理保健的意识，达到一种健康的心理状态。活动方法：教师引导、点拨、讲故事和学生讨论。

下面我们来讨论几个问题：

- 1、什么样的心理状态是不健康的？

2、那么不健康的心理状态又是怎样的呢？说说你的看法，也可以举例子。

3、试举例说说我们身边的成功者的心理状况又是怎样的呢？

下面我们一起来看看，总结心理健康的几个标准：

- 1、智力正常。
- 2、情绪稳定，心境愉快。
- 3、反应适度，行动有序。
- 4、乐于交往，人际关系和谐。
- 5、自我意识良好，个性品质健康。
- 6、良好的社会适应能力。

- 1、无心理疾病员长。
- 2、具有积极发展的心理状态。

我们中小學生常见的几种心理疾病：任性、以自我为中心、注意力不集中、侵犯行为、说脏话、逃学、偷窃、说谎、厌学、敏感多疑、依赖、报复、享受、性心理异常、自卑、自杀、强迫神经症、精神分裂。

如何远离这些心理疾病呢？

最健康心里状态：积极乐观的心理状态。所以我们要保持一颗积极向上的心

请同学们看下面一个小故事

案例1：据说在推销员中流传着这样一个小故事，两个欧洲人到非洲去推销皮鞋，第一个推销员看到非洲人都打赤脚，立刻失望地说：“这些人都习惯打赤脚，怎么能买我们皮鞋呢！于是沮丧而回。另一个推销员看到非洲人打赤脚、惊喜万分：“这些人没有鞋穿，看来皮鞋市场大的很呀”。于是想方设法，向非洲人推销自己的皮鞋，最后发了大财，这就是心态导致的天壤之别。

请问同学们你怎么看待这个问题（思考片刻）。

如何做到呢？他继续说：你们要相信我，你们要热衷我的方法，一切的秘诀都在这里（他敲着自己的印堂），从此以后，我要你们只想这件事，队员们全都从椅子上站立了起来，并记下了自己的感觉，觉得自己热血沸腾，雄心万丈，那一年他们打贏了七十场球，成为区冠军、全国冠军、世界冠军。

一个球队的根本转变，不只是球员的辛苦学习、技巧和对运动的喜爱，更重要的是有了热忱才造成了这种不同的结果，我想对同学们讲，每一个伟大的人都产生于平凡，我也想让你记住三件事：你的责任、你的使命、你的追求，同学们，你们听到了没有！

我们每个人都有有一个快乐的童年，现在我们每一个人都有着同样的感受，同样的渴望。在这阳光灿烂的日子里，让我们手拉手去迎接明天的到来，去拥抱美好的未来。

三年级健康教育工作计划表篇三

帮助学生发现和认识自己生活中存在的不良习惯，培养学生健康、科学的行为习惯和生活作风。

教学重点：

使学生发现和认识自己生活中存在的不良习惯，培养和养成

健康、科学的行为习惯和生活作风。

教学过程：

一、交待任务

我们每个人都有一些自己的生活习惯，有的是好习惯，有的是坏习惯。好的习惯应发扬，坏习惯就要改正。如果你有某些坏习惯，这节课我们就要帮助你改改你的坏习惯。

板书：改改你的坏习惯

二、新授部分

1. 看课堂剧《小红的三餐》：故事大意：小红早晨起床，洗漱完毕，妈妈把饭菜在餐厅摆好，叫小红吃早饭，小红说：“妈妈，我不饿，我不吃。”说完就上学去了。中午放学小红一进家门就看见桌上放着她平时最爱吃的红烧排骨，小红拿起筷子大口大口地吃了起来，一直吃到不能再吃为止，下午上学的路上开始胃疼，晚上回家发现只有一个她最不爱吃的酱茄子，小红只吃了两口就不吃了。

师问：谁能说说不卫生的习惯还有哪些生答：师板书：

师问：你有这方面的坏习惯吗你准备怎样改正

小结学法：（略）

2. 观看课堂剧《小明的100分》。

（大意：）老师说今天的数学卷子，我已初步看了一遍，现在发还给你们，我公布正确答案，要求同学们对照标准答案自行打分。小明左右一看没有注意，忙把填空中的错误答案改正过来，打上100分。这节课结束时老师说：“同学们，老师是在做一个诚实测验，如果你有不诚实的表现要改正。

看幻灯出示的问题，同桌讨论后回答：

- (1) 小明这是一种什么坏习惯
- (2) 不诚实、欺骗老师这属于哪种坏习惯
- (3) 还有哪些习惯是人际交往中的坏习惯
- (4) 如果你有这其中的坏习惯，你打算怎么办

3. 观看课堂剧：《客人来了》故事大意：张叔拿来一盒礼品到小立家做客，爸爸接过礼品盒放在桌子上后跟张叔叔谈话。小立打开礼品盒，发现里面有她爱吃的蛋糕，就吃了起来，一边吃一边嚷着叫爸爸陪她到公园玩儿。

看幻灯：出示题：

- (1) 故事中小立有哪些坏习惯
- (2) 这是哪方面的坏习惯
- (3) 还有哪些是家庭生活中的坏习惯
- (4) 如果你有打算怎么办

用刚才学习前两个内容的方法自学，小组讨论，派一人回答

4. 说说你或你发现别的同学有哪些日常生活中的其它不良生活习惯，你的改正措施。

三、总结

1. 问：通过这节的学习，你懂得了什么

2. 师总结：

每个人都会不同程度地存在某种或某些不良习惯。只要大家从小勇于认识和承认自己的不良习惯，并下决心纠正，就能不断进步，健康成长。

明日复明日，明日何其多。我生待明日，万事成蹉跎。

师讲解，大家齐读。

四、总结

同学们，通过今天的学习，认识到拖拉作风的危害，养成良好的学习习惯，不要明日复明日。

三年级健康教育工作计划表篇四

二、教学目标：

- 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；

三、教学重难点：

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。

四、教学内容：

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。

5、了解市容环境卫生不仅影响天津市的形象，而且影响全市人民的健康，懂得爱护环境卫生从我做起。

6、教学中运用多种教学手段，因材施教，如录像、投影、挂图、表演等激发学生的学习兴趣，指导学生进行实际操作训练，巩固教学效果，促进能力的培养。

7、通过各种形式进行健康知识、卫生常识的宣传，为学生创造一个优美健康的生活环境。利用各种检查、竞赛促使学生行为习惯的形成。

8、联系实际结合课本内容对学生进行心理健康教育，促进同学们提高社会适应能力，突发事件的应变能力。

9、利用家长学校、个别谈心、父母问卷、家访等形式，了解学生在家中的生活学习情况，家庭与学校共同培养学生的健康行为。

五、教学安排：

第一周 第一课 青春期的身体变化

第五周 第五课 男女同学如何相处

第六周 第六课 学几招调节情绪的方法

第七周 第七课 勇于面对挫折

第八周 第八课 养宠物，须注意

第九周 第九课 外出旅游须知

第十周 第十课 洁净空气，生命的保证

第十一周 第十一课 噪声的危害

第十二周 第十二课 养成健康的生活方式

第十三周 第十三课 网络影响着我们的生活

第十四周 第十四课 揭开伪科学的真面目

第十五周 健康知识复习

三年级健康教育工作计划表篇五

工作计划是包罗万象的，不同的人、不同的部门、不同的职别，他的着眼点和出发点会不尽相同，那么所作的工作计划从内容到形式都有可能存在着很大的差别。下面是小编给大家整理的五年级健康教育工作计划，希望大家喜欢！

一、指导思想：

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。

二、具体目标：

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）

三、内容要求：

1、学习心理与智能发展指导。

(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。

2、情绪、情感、情操教育。

(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。

3、坚强意志与承受挫折的教育。

(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。

(4) 引导学生正确应对挫折与困难。

4、自我意识、人际交往及性教育。

(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。

5、人格养成教育。

(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。

四、学校心理健康教育的途径。

(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。

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。

指导小学生学习简单有效的自我心理健康教育的方法：

a□学会放松。要使小学生知道紧张是正常的心理反应，是可以通过想象、转移注意力、调整呼吸、体育活动、听音乐、唱歌、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。

一、学情分析

五年级学生健康知识不够全面，校内外意外伤害有所增加，有必要继续开展健康教育，让学生树立正确的生命观，培养对自己和他人生命珍惜和尊重的态度，增进爱心和社会责任感，使学生获得健全发展。

二、教学目标

充分利用各种教育手段，使青少年获得必要的健康知识，激发其增进健康的愿望，树立正确的健康观念，提高保护生命、维护健康的能力，为学生的终身健康打下牢固的基础。

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。

5、了解市容环境卫生不仅影响深圳市的形象，而且影响全市人民的健康，懂得爱护环境卫生从我做起。

6、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。

三、教学内容安排

本学期的教学内容主要有：扁桃体的作用、生病时为什么会发烧、吃火锅讲科学、盐吃多了也有害、防治肺结核、防止水痘、蚊子与疾病、发生火灾如何逃生、运动也要讲科学。这些知识贴近社会实际，贴近学生生活，贴近青少年成长需

要，适合当代小学生的审美情趣和接受习惯与方式，能促进学生的情感、态度、价值观及行为能力的协调发展。

四、提高质量的措施

强调联系生活实际，对于社会生活中有意义的事件、有争议的话题，应该按照学生的特点和教学的安排，做一定的加工和整理，使之与学生的接受能力和心理发展特点更加贴近。

五、教学检测与评价

以综合性评价为主，以单项检测为辅。

一、指导思想

以尊重学生的人格，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。培养健全的人格和良好的个性心理品质。

二、工作重点

1、通过心理健康教育，引导学生认识自己，增强调控自我，承受挫折，适应环境的能力，培养健全的人格和良好的个性心理品质。

2、通过心理健康教育，培养学生乐观自信，友善待人，学会沟通，诚实守信，开拓创新，追求向上，不畏艰难的健全人格。

3、通过心理健康教育，使学生善于控制调节自己，排除心理困扰和行为偏差，树立人生理想，并具备个人发展能力。培

养学校、家庭、社会适应能力和人际交往能力。

4、对少数有心理困惑或心理障碍的学生，给予有效心理辅导，尽快摆脱困扰，调节自我，增强自我发展能力。

三、工作计划

1、加强心理健康教育的组织管理，建立以班主任和团委、及政治教师为主体，以兼职心理辅导教师为骨干，全体教师共同参与心理健康教育工作体制。

2、加强对教师的学习和培训，以班主任、兼职心理辅导教师为主，重点学习《心理健康教育教师培训手册》和《中小学心理健康教育理论》、《小学生心理健康咨询》等心理理论知识。

3、开展心理健康教育的教科研，研究落实心理健康教育的办法和途径。

4、设立心理咨询信箱，及时广泛的做好不同心理疾患的学生思想工作。

5、开展学生心理调查，每学期二次问卷调查，掌握学生心理状况及动态。

6、每学期组织实施对全体学生开展一次心理健康专题讲座。

7、开展心理健康活动课。结合小学学生的青春期成长、考试焦虑、师生之和学生以及学生和家之间的误解等课题开展活动，做到有计划，有教案。

8、追踪调查在校学生中接受过咨询学生，看其在心里、人际交往、学习等方面的变化，及时总结经验教训。

一、指导思想

根据《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的定》和教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，根据小学教育的特点和小学生心理发展的规律，通过各种途径继续认真开展小型多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生获取心理健康的初步知识，促进学生人格的健全发展。

加强小学生心理健康教育，是适应21世纪竞争日趋激烈，培养同现代化要求相适应的数以亿计的高素质的劳动者和数以千万计的专门人才的必然要求，也是针对当前我国小学生存在的心理素质方面的弱点，进一步提高其心理素质水平，实施素质教育的现实需要。在未来人才的综合素质结构中，心理素质越来越重要，人的乐观开朗、积极进取、坚韧不拔等个性心理品质对人的健康成长和事业成功起着重要作用。

二、教学目标

通过本学期的学习，让学生充分认识自己的优缺点，学会调整自己和老师的关系，制定有效符合自己的学习目标。通过正确认识自己，培养良好的性格，保持健康的心理状态。

三、教学措施

1、教学中运用多种教学手段，因材施教，如录像、投影、挂图、模型表演等激发学生的学习兴趣，指导学生进行实际操作训练，巩固教学效果，促进健康心理状态的培养。

2、通过各种形式进行心理健康知识的宣传，为学生创造一个优美健康的学习环境。利用各种检查、竞赛促使学生产生良好心态，培养良好心理状态。

3、联系实际结合教案内容对学生进行心理健康教育，促进同学们提高学习适应能力，用良好的心态积极学习。

四、本学期教学工作安排

通过对班级情况的了解和对教材内容的熟悉，依据《新课程标准》和《心理健康教育教学大纲》的要求，本学期心理健康教育课教学工作做以下安排。

- 1、培养学生热爱学习、敢于尝试的好习惯。与同学友好相处，做到宽以待人。
- 2、认真钻研学习《新课程标准》和《心理健康教育教学大纲》，熟悉教材内容，备好每一节课。
- 3、积极进行心理健康教育课的课堂教学改革，提高课堂效率。
- 5、结合学校的实际情况，教师采用灵活的教学方法，充分调动学生热爱学习的兴趣。
- 6、经常带领学生参加适当的社会实践活动，培养他们大胆创新，勇于竞争的实践能力。

总之，在本学期教学中，要以以上的总体计划来完成心理健康教育课的教学工作，全面提高学生的素质，为社会培养出高素质人才。

一、指导思想

认真贯彻党的教育方针，落实《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》、《教育部关于印发〈中小学生心理健康教育指导纲要〉的通知》、

《中共中央办公厅国务院办公厅关于适应新形势进一步加强和改进中小学德育工作的意见》和《公民道德建设实施纲要》精神，坚持以人为本，根据学生心理、生理发展特点和规律，运用健康教育的理论和方法，培养学生良好的素质，促进身心全面发展。

二、目标和任务

1、目标：努力提高全体学生的心理素质，培养学生健全人格，帮助学生解决成长过程中遇到的各种心理问题，开发个体潜能，培养学生乐观、向上的心理品质，促进学生全面、健康发展，适应未来社会对人才素质的要求。

2、任务：根据学生的心理特点，有针对性地讲授心理健康知识，开展辅导和咨询活动，帮助学生树立心理健康意识，优化心理品质，增强心理适应能力，预防和缓解心理问题，培养具有创新精神和实践能力，有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人。

三、主要内容

- (1)、学习要有计划
- (2)、学会学习
- (3)、考试有颗平静的心。
- (4)、创造就在我身边
- (5)、学会说不
- (6)、面对生活中的挫折
- (7)、怎样避免冲突
- (8)、拂去心中的烦恼
- (9)、我们一起做
- (10)、让嫉妒远离我

(11)、学会尊重他人

(12)、学会交往

(13)、巧用零花钱

(14)、我的责任感

四、途径和方法

1、心理辅导课程

2、强化课堂教育的主渠道、主阵地作用。请班主任老师在健康教育午谈时间每个月进行一到两次心理健康教育，让他们也在增进学生心理健康、提高学生心理素质中发挥积极作用。

3、设个别心理辅导

4、在日常教育、教学中渗透心理健康教育

把心理健康教育贯穿在学校教育教学活动中，寻找心理健康的契机，注重发挥教师在教育教学中人格魅力，建立起民主、平等、相互尊重的新型师生关系。班级、队活动和班主任工作要渗透心理健康教育。

五、课时安排：每周一课时。

三年级健康教育工作计划表篇六

二年级的小学生，正处于自我意识发展的一个上升时期、经过了一年的学习生活，学生体验到成长和荣誉，也会经历一些挫折和失败，因此，很多学生容易产生自我认识不全面，自我评价偏颇的现象，这对于儿童来说，是很不利的、本次辅导活动，针对学生的这一现象，首先让学生看到“我不

行”和“我能行”两个具体形象的对比，并引发讨论；然后通过各种方式让学生找到自己的长处和优点，赞扬自己，让学生体会到自己是能干的，能做好很多事情，从而培养自己的自信心。

活动目标：

- 1，了解学生自我认识的程度，引导学生学会积极评价自我的方法。
- 2，帮助学生了解自己的长处和优势，并学会正确看待自己的优点和缺点。
- 3，通过活动引导学生树立自信心、

活动重点：

帮助学生肯定自己积极的方面，引导学生充分发挥自身的长处。

活动难点：

提高自我理解，自我评价的水平，增强学生前进的信心。

活动准备：

- 1，了解学生自信的程度及学生的长处。

活动过程：

一、课件导入：

- 1，课前互动：瞧，大家的桌面整洁，书本摆放整齐，坐姿端正，精神抖擞、（教师伸出大拇指）小朋友们，你真棒！

看看同桌，他坐得怎么样你要怎样夸夸他（向同学伸出大拇指）某某，你真棒！

3，角色扮演：《我能行和我不行》

我能行：小朋友们，你们好，我的名字叫“我能行”。

我不行：小朋友们，你们好，我的名字叫“我不行”。

我不行：可我什么都干不好，做事总不成功、写作业时，老是会有错误；帮妈妈洗碗不小心打破了一只碗，被妈妈批评了一顿，真不高兴；本来唱歌是最拿手的，可一到台上，心里就紧张，连歌词都忘了，唉，我这人，做什么都不行！

我能行：其实我也有遇到困难的时候，但我总是想，我肯定行，我准能做好这件事！有时候，虽然事情并没有做得很成功，但我想，我已经认真去做了，已经是尽了自己最大的努力，所以我仍旧很高兴、（蹦蹦跳跳地下场）

我不行：有时候，我也会得到大家的赞扬，但那又有什么呢，比我做得好的人多的是呢（垂头丧气地下场）

4，小组讨论交流：这两个小朋友的情况，你遇到过吗你觉得自己有些像谁呢。

二、找一找，说一说

1，教师过渡语：其实，我们每个人都能做很多事情，只是有时候，可能你认为有些事情太小，不值一提、请认真想想你会做的事情，你会发现，其实你是一个很能干的人呢！

2，和同桌说说你会做这些事吗。

（1）我会洗红领巾，也会洗手帕，袜子。

(2) 我会补书，也会包书皮。

(3) 我会弹琴，画画，打电脑等等。

(4) 我会整理房间。

(5) 我会自己叠被子。

3, 教师引导：你还有哪些能干的本领，和大家说说，或者表演一下，好吗。

4, 请学生现场表演自己的特长。

三、小品：小明真的是“我不行”吗

2, 小品表演、

小明真的是“我不行”吗。

小明长得很高大、劳动课，重活，脏活都他干、可是上课时，小明总是爱搞小动作，看窗外的风景、每次作业，他总做错，考试成绩也不理想、你认为小明真的没用吗。

3, 讨论：

(1) 小明真没用吗。

(2) 那小明做什么事情最棒。

(3) 给小明提提意见：他哪些地方需要改正。

5, 请这部分同学再来夸夸自己，同学之间相互夸一夸。

四、活动：自信奖状

1, 在我们的生活, 学习中, 有很多同学会遇到许多不尽人意的事情、因此, 我们不开心, 心情沉重、那么, 我们该怎么样帮自己呢。

2, 讨论: 遇到下面这些情况, 你会怎么做。

(1) 下雨了, 路很滑, 你摔了一跤、手摔破了, 衣服也脏了。

(2) 上课了, 你打瞌睡了, 没把老师的话记住, 下课了。

(3) 你写的字总得不到老师的小红花。

3, 交流: 你认为在日常的学习生活中, 自己哪件事能做得最好, 给自己发一张奖状。

4, 小组里分享各自的自信奖状带来的快乐。

五、小结

来, 大声对自己说 (对自己伸出大拇指): 某某, 你最棒!