# 健康教学计划范文8篇

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-02-16

*规范合理的教学计划，会让我们杂乱无章的教学条理分明，想要在教学中去取得更大的进步，我们一般都会提前写好教学计划，以下是小编精心为您推荐的健康教学计划范文8篇，供大家参考。健康教学计划范文篇1本学期我承担七年级心理健康课的教学工作，为努力完成...*

规范合理的教学计划，会让我们杂乱无章的教学条理分明，想要在教学中去取得更大的进步，我们一般都会提前写好教学计划，以下是小编精心为您推荐的健康教学计划范文8篇，供大家参考。

健康教学计划范文篇1

本学期我承担七年级心理健康课的教学工作，为努力完成好本职工作，围绕学校本学期工作计划，特制定如下工作计划：

一、教学工作方面

1。 根据学校的工作要求，结合学生的实际，安排好本学期以下教学内容：

第一章 融入新环境，适应新生活

第一课 一切从“新”开始；第二课 结识新伙伴；第三课 走近新老师

第二章 学并快乐??

第一课 记忆攻略；第二课 专心必胜技；第三课 学习永动机

第三章 与自我对话

第一课 这就是我；第二课 做个最好的自己；第三课 学会整治自己的草地

2。 针对学生的实际情况，备好每一次课、上好每一节课。

在教学过程当中，学生是主体，让学生学好知识是老师的职责。因此，在每节课充分了解学生的实际情况和心理需求，保证学生在学习时保持的学习兴趣。

在教学中要尊重学生的感受，有意识地以学生为主体，教师为主导，通过各种游戏、测试、问卷等教学形式，吸引学生的注意力，充分调动学生的学习兴趣和学习积极性，保证课堂教学的有序进行和和谐气氛，让学生在融洽的师生关系中、和谐的教学气氛中学习心理健康知识，促进自身心理的健康发展。

3。 继续做好心理健康知识的宣传工作。

编辑心理小报，不定期向师生发放，做好心

理健康知识的宣传工作，提供一个师生互动交流的平台，实现资源共享，为建设和谐校园贡献一份力量。初步拟定将心理小报分为教师专刊、学生专刊及家长专刊三部分。学生专刊主要介绍一些心理健康知识、学生中存在的常见心理问题及解决方法、学生在学习生活中的心理体会、心理信箱中有共性问题的解答等。教师专刊主要针对教师自身容易出现的心理问题及在处理学生问题中常出现的情况提供一些简单的测试、应对办法，从而更好地服务学生、健康自我。家长专刊主要针对家长在子女教育方面存在的问题提供一些建议，促进家庭教育的良性发展。

4。 开设心理健康专题讲座。

利用月末或考前时间，有针对性地进行心理健康专题讲座，让尽量多的学生接受心理健康教育的大课资源，对心理健康小课形成补充和充分发挥师生互动性，解决学生目前面临的心理困惑与问题。

5。 进一步建立健全学生心理档案。

建立完整的学生心理档案，无论对于学校的管理还是对于学生自身的发展来说，意义都十分重大。档案主要包括学生基本情况，平时心理课的测试问卷以及学生心理素质发展综合报告单等内容。

6。 进一步完善心理咨询和辅导工作。

做好日常的心理咨询工作，接待好来访的每一位学生，努力解决其心理问题，促进学生心理的健康成长。

二、其他方面

努力做好各种迎检工作，辅助杨彤完成好各项工作，使我校的健康工作有长足进展。

以上只是对本学期工作的初步设想，还很不完善。在今后的工作中，我会努力完善，使自己的工作取得令领导满意、同事认可的成绩。

健康教学计划范文篇2

经过一个学期的学习和生活，七年级的新生已经逐渐适应了初中的生活与学习，在班级内也形成了自身的交往范围。本届学生相较于前届学生具有一个特点：第一，情绪与行为较为稳定。第二，有更多的机会接触网络。第三，更容易受外界环境的影响等等。第四，人际交往更容易受他人影响，出现问题。

七年级的上学期为学生适应、融入初中生角色的关键时期，其学习习惯和方法的顺利转型，学习态度的稳定，如何在课余时间展开休闲等等心理发展问题都将在这一学期予以解决。针对以上情况，本学期安排的心理健康辅导课内容将包括青春期性教育学习心理辅导，网络辅导，人际交往辅导。另外结合上级精神及学校的具体情况根据学生的需要来设计。

在人一生的发展过程中，处于青春期的青少年的思想已经开始有了质的发展，逐渐向成人靠拢，这就使得教师在教育方式的选择上要多费一些工夫。在这期间，学生们不免要有许多的动荡，从积极的角度，正所谓“不破不立”，没有对过去的扬弃，也就没有新事物的诞生，何况一个活生生的要从娃娃转变成成年的人呢?

随着青春期的到来，生理上的变化使学生意识到自己已经在成长、在变化，慢慢地会涉及其学习、生活的各个方面。对于个人自身来说，个体成长最为明显的标志之一就是其成人自我意识的确立，使个人非但能意识到自己的存在，还要能意识到自身与外界的各种关系，以及这种关系的价值与意义。另外，青春期到来的同时也将学习的压力与变化带给每一位青春期的学生。因此他们的学习都将在这个时期发生一定的变化。这是每个人所必须经历的阶段，也是一个需要人帮助的极具挑战性的过程。除了学习心理辅导,青春期心理辅导做为重点辅导。

教学目标是通过学习心理辅导，形成一定的学习意识，稳定学习动机态度，养成良好的学习方法与技能。意识到青春期情感的与现实之间的矛盾,通过休闲辅导，使其具备良好的休闲消费心理，养成良好的休闲习惯。通过人际交往辅导，使学生对人际交往形成一定的意识。

健康教学计划范文篇3

一、指导思想：

依照教育局和学校工作计划、德育计划的要求，认真贯彻教育部颁发的《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》精神，以“提高全体学生的心理素质”为总目标；遵循小学生的生理、心理发展特点和规律，运用科学的心理健康教育理论和方法，充分开发学生的潜能，培养学生良好的心理素质，促进其身心全面和谐发展。

二、主要工作：

（一）心理辅导室建设与宣传。

丰富心理辅导室学生心理档案和各项资料，加强心理健康知识的宣传。

（二）心理健康课程的授课。

加强五年级心理课程的设计，认真备好、上好每一堂课。

（四）积极筹备心理活动月。

1、心理健康活动月具体方案设计。

2、活动开展。

（五）个案辅导。

1、对来访学生在学习和生活中出现的心理困扰给予科学有效的心理辅导。

2、认真对待知心信箱里的每一封来信，及时解决学生的心理困惑。

三、每月具体工作安排：

二月份：

1、制定心理健康教育工作计划，明确本学期工作思路。

2、初步确定五年级本学期心理健康教育主题。

3、完成二、三月份的心理课备课。

三月份：

1、心理健康课程授课及个案辅导。

四月份：

1、对部分学生进行心理健康测评。

2、完成“学生感兴趣的心理话题”调查问卷。

3、心理健康课程及个案辅导。

五月份：

1、组织一次团体心理辅导活动。

2、心理健康课程及个案咨询。

六月份：

1、心理健康教育学期工作总结。

2、心理健康教育档案资料汇总、总结。

九月份：

1、初步确定五年级本学期心理健康教育主题。

2、完乘9-12月份的心理课备课。

3、向班主任征集各班个案情况。

十月份：

1、心理健康课程及个案咨询。

十一月份：

1、跟踪个案。

2、心理健康课程及个案辅导。

十二月份：

1、组织学生团体心理辅导活动。

2、心理健康课程及个案咨询。

一月份：

3、心理健康教育学期工作总结。

4、心理健康教育档案资料汇总、总结。

健康教学计划范文篇4

一、指导思想

?成长教育》就是为了使同学们都能健康地成长而精心编写的。通过《成长教育》，既关注了学生的心理需求，又激发了学生的学习兴趣和热情，在培养学生的实际能力和安全教育中，锻炼了学生的批判性思维和创新思维。

二、学生情况分析

五年级共有学生xx人，由于他们是农村孩子，模仿力强，接受新事物快，而且他们的性格、世界观正处于可塑性阶段。因而这一时期对他们进行行为规范，心理健康，安全自救，生命历程的教育是至关重要。

三、教材分析

本册地方课程是xx自治区教育厅中小学教材审查委员会审定的书，内容分为五个单元。第一单元是面对灾难，帮助学生掌握应对灾难的自护、自救技能，了解防疫的知识，学会灾难带给我们的丧失；第二单元是行为规范，帮助学生养成良好的生活和行为习惯；第三单元是心理健康，帮助学生提高心理素质，拥有积极乐观的生活态度；第四单元是安全自救，帮助学生学会保护自己，应对各种突如其来的不测与灾害；第五单元是珍爱生命，帮助学生掌握保护自身健康的技能，了解生命的珍贵，从而珍爱生命。每课中又设计了四个基本栏目：七彩虹、辨辨说说、指南针和成长脚步。使学生在通过感受和体验，实现心理和行为的转变和改善。

四、教学目标

1、帮助学生养成良好的生活和行为习惯；

2、帮助学生提高心理素质，拥有积极乐观的生活态度；

3、帮助学生学会保护自己。应对各种突如其来的不测与灾害；

4、帮助学生了解生命的珍贵，从而珍爱生命。

五、教学措施

1、在教学中，应是根据三年级学生的特点，创设各种生动活泼的活动，强调从活动中学习。

2、重视学生的学习与生活和社会实践联系，在探索事物的发展、变化过程中感知周围是的特征，让探究成为地方课程学习的主要方式。

3、主要进行直观形象的教学，运用挂图、实物、多媒体等组织教学，运用观察、信息搜索、讨论、调查、社区活动等形式，充实教学过程。

健康教学计划范文篇5

一、学期总体教学目标

培养学生树立责任心，提高自我素质，增强意志力，教育学生要从小学会负责，做个有责任心的好学生，学会磨练坚强的意志，学会学习方法。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……

二、教学目标

1、锻炼有意识记的能力，增进记忆品质；

2、能够正确对待自己的学习成绩，勤于思考，不甘落后；

3、有集体荣誉感，并掌握一定的社会行为规范，提高学生的社会适应能力；

4、自觉地控制和改变不良行为习惯，初步学会休闲，提高自我保护意识；

教学重点

1、通过面向全体普及各种心理健康知识，引导学生自测、自控、自我调节、正确认识自己。

2、加强针对性训练，采取多种形式培养学生良好的心理品质。

3、在集体中体验人际交往的乐趣，在学习中品尝解决难题的快乐，在活动中学会调节情绪。

4、培养自主、自动参与活动及表现自我的欲望与能力。

三、学情分析

从小学三年级开始，学生进入了小学中年级阶段的学习与生活，从心理发展过程来看，从三年级开始，学生从儿童期转入少年期。这一阶段的一个重要表现是学生的学习任务与活动范围无论是广度还是深度都比低年级有了显著的变化，学习活动的游戏性特征减少，学习过程的组织性、认知过程的规范性、严谨性更强，对学生进行的科学教育一般从三年级开始。

一方面身体的发育、学习与生活的变化使三年级学生的心理有了迅速的发展，他们有了一些合理性的独立思考了，有一些自己的主见了，能够参与大人的谈话，而不像以前那样随意插入大人的谈话。初生牛犊不怕虎，敢尝试去做一切事情，不像以前那么听从权威。这些现象表明了三年级学生知识经验的扩大和认知能力的发展，但另一方面，三年级学生又表现出行事理性不足的特点。在这一时期，学生的学习兴趣开始分化，学生对于不同学科的学习动机出现了差别，学科偏爱开始出现。学生控制自己情绪的能力得到发展，情绪表现的方式和强度与低年级学生相比，其适宜性更高，一般较少出现忽哭忽笑的现象。进入少年期后，随着交往能力的提高，学生之中开始出现关系较好的、比较稳定的好朋友。

四、教学措施

1、坚持以人为本，根据学生心理、胜利的特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。

2、立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，迈向全体学生，关注个别差异，以学生为本，尊重学生、理解学生。

3、提高全体学生的训练素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4、对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

健康教学计划范文篇6

一、学生心理特点分析

我校五年级有三个班级，男女生比例有点差异，男生比女生多。五年级学生逐渐进入少年期，身心的发展正处在由幼稚趋向自觉，由依赖趋向独立的半幼稚半成熟交错的矛盾时期，在心理上具有以下特点：

能认识和掌握一定的道理观念，对社会现象开始关注，开始有独立见解，但他们的见解极易受外界影响左右而时常变化。道德感情开始多变而且不轻易外露。开始以一定的道德标准来评价人、事或社会现象，但仍有片面性。已有的行为习惯日趋稳定，但对新提出的行为要求则容易知行脱节。在亲子交往方面，由于独立意识增强，他们对父母的要求不再一味顺从，对父母过多的“看管”常常表示抗拒。老师的威望在五年级阶段开始逐渐下降，学生对教师不再像过去那样崇拜，有时还会产生抵触情绪，跟教师疏远。

第二信号系统开始占优势，求知的欲 望和能力，好奇心都有所增强，对新鲜事物开始思考、追求、探索。学习的兴趣更为广泛。同学间开始进行个人简单交往，往往偏重于情感而分不清是非。自我意识有所发展，开始注重穿着打扮，自尊心进一步增强，自主性要求日趋强烈，但仍然缺乏自我约束的能力。

二、辅导目标

1、情绪辅导：通过技能训练，提高学生的情绪自控能力，能运用转移注意力、自我放松、换位思考等方法来调节情绪。

2、学习辅导：围绕抽象思维发展学生的智力，培养良好的智力品质；引导学生确立学习目标，掌握正确的学习方法，学习如何有效地利用学习时间，体验“一分辛劳一分收获”的愉悦感、成就感；培养正确的竞争意识，为毕业、顺利进入中学做好心理准备。

3、人际交往：通过人际交往和社会适应能力训练，学会与父母、老师沟通，学会尊重父母、老师、同学，形成正确的集体意识和友谊观，克服不良的小团体意识。

4、进一步深化活动内涵，增加实验演示、游戏比赛、专题讨论等新的活动方式，注意发挥学生的理性思考和自我组织潜能。

三、辅导重难点

1、培养学生具有能干、负责的意识，学会一些为人处世的道理。

2、让学生知道人要了解自己的优点和缺点，要相信自己，信任自己有潜能、能成功。

3、学会男女生的角色意识，初步学会以正常的心态与异性交往。

4、学会自我保护意识、相貌审美意识、幽默生活意识和学习冲刺意识。

四、辅导措施

1、坚持以人为本，根据学生心理、胜利的特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。

2、立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，迈向全体学生，关注个别差异，以学生为本，尊重学生、理解学生。

3、提高全体学生的训练素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4、对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

健康教学计划范文篇7

在贯彻党和国家的教育方针，推进教育改革，努力实施素质教育的进程中，心理健康教育越来越显示出其独特的重要性和不可替代性。中共中央在《关于进一步加强和改进学校德育工作的若干意见》中明确要求：通过多种方式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，帮助学生提初心理素质，健全人格，增强承受挫折，适应环境的能力。在认真领会《意见》精神的同时，根据我校的实际情况，特制定20xx-2024年心理健康教育计划纲要。

一、任务与重点：

面向全体学生，开展预防性与发展性的心理健康教育，帮助学生在自我认识、承受挫折、适应环境，以及学习、择业、交友等方面获得充分发展，以努力提初全体学生心理素质和人格水平。这是基本任务和工作重点。对于少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予有效的心理咨询和辅导。

二、方式与途径：

心理健康教育要全面渗透在整个学校教育过程中，要与学校德育和学生管理工作紧密结合。各处室、各科任老师尤其是教导处、生管组、班主任、政治教师，要有加强学生心理健康教育的明确意识，能够掌握一些基本的学校心理咨询辅导的理论与方法，同时也能自觉地使教学与德育活动成为有助于提初学生心理素质的载体。共青团、少先队、少年团校、学生干校等学生社团都应该为提初学生心理健康水平提供具体丰富的活动舞台，努力创设文明健康的校园氛围。还应向家长和生区宣传普及心理卫生知识，争取家长和生区的配合，共同关心学生的心理健康教育。

1、开设心理健康教育讲座。心理健康教育旨在普及心理科学常识，帮助学生掌握一般的心理保健知识，培养良好的心理素质，提初学生的人格水平。除了在政治课、体育卫生保健课中已安排的心理健康教育内容外，还要通过健康教育专题讲座、健康教育图片展、健康教育影片等对学生进行教育，还可安排社会实践活动在社会上进行宣传，让全社会都来关心学生的健康成长。

2、开设简易的心理咨询与辅导。心理咨询与辅导是配合心理教育，达到学校心理健康教育整体目标的重要途径。目前，已有二位老师参加了无锡市级中小学心理健康教育师资培训班学习并顺利结业，为学校开展心理健康教育活动，还将聘请校外心理辅导教师定期对学生进行心理咨询与辅导，对全体教师进行心理健康教育讲座。

三、具体年级目标：

1、初一年级目标：

适应新的学习环境和学习要求，富有责任感和进取心，形成良好的自我认识能力。

（1）驾驭中学的学习生活（学习方法）

（2）众人拾柴火焰初（自我价值）

（3）做一个快乐的人（乐观开朗的心态）

（4）我是谁（自我认识）

（5）兴趣温度计（兴趣培养法）

（6）如何诊断行为习惯（自我测量）

（7）自我改变有妙法（行为矫正）

（8） 筑起防范恶习的城墙（杜绝对烟、酒、毒、赌的好奇心）

（9）当不幸降临的时候（心理承受方法）

2、初二年级目标：

掌握青春期的生理和心理卫生常识，适应自我身心变化，能够大方得体地与同学、异性和长辈交往，勤奋精神和刻苦毅力逐渐培养。

（1）镜中的我（悦纳生理变化）

（2）青春的快乐与烦恼（认识青春期心理）

（3）交往心态pac（人际交往）

（4）学会说“不”，学会自我保护（抵御能力）

（5）不下苦功何有乐（意志培养）

（6）开发大脑有诀窍----发散性思维和突破定势（思维方法）

（7）职业大舞台（择业意识）

3、初三年级目标：

形成锲而不舍的个性特征，掌握自我心态、情绪的调适方法，改善学习方法，能够在升学就业方面作出合适的决定。内容（耐挫）：

（1）人生发展的六个阶段（心理发展知识）

（2）人生百味（人生价值取向）

（3）成功在于再坚持一下的努力之中（意志力）

（4）成功者的个性物质（榜样启示）

（5）把握升学选择的方向（择业指导）

（6）保持考前最佳状态（情绪与作息调适及处理压力技巧）

（7）告别母校，迎接挑战（情感与进取）

健康教学计划范文篇8

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。

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;

2、让学生了解适时、适体的穿着有益健康，引导学生培养朴素、大方、适时的穿着风格;

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。

4、让学生了解心理健康的概念和心理健康的标准使自己逐步具备良好的社会适应能力。正确看待自己身上的生理和心理变化，培养独立思考能力，善于听取别人的意见，控制自己的情绪，多参与集体活动，培养良好的兴趣，并懂得如何自我保护;

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。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！