# 2024年一年级心理健康教育教学计划(五篇)

来源：网络 作者：梦回唐朝 更新时间：2024-06-16

*做任何工作都应改有个计划，以明确目的，避免盲目性，使工作循序渐进，有条不紊。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编为大家带来的计划书优秀范文，希望大家可以喜欢。一年级心理健康教育教学计划篇一一、加强学校健康教育工作的领导管...*

做任何工作都应改有个计划，以明确目的，避免盲目性，使工作循序渐进，有条不紊。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编为大家带来的计划书优秀范文，希望大家可以喜欢。

**一年级心理健康教育教学计划篇一**

一、加强学校健康教育工作的领导管理

学校要成立“学校健康教育领导小组”;严格按照《学校卫生工作条例》，《学校体育工作条例》、《学校健康评价方案》的要求，做好学校健康教育和卫生工作。健康教师要有学年度教学计划及总结。

二、加强教学管理，充分发挥课堂教育的主渠道作用

健康教育作为学校教育的重要组成部分应该得到重视并加强，学校要将健康教育列入课堂，走进课堂，并保质保量，上好每两周的1课时的健康教育课，做到健康教育教师上课有教案，期末有学生考核评价。学生健康知识知晓率及格率达100%，健康行为形成率达100%。健康资料规范、齐备存档。

1、对学生进行健康教育是促进学生身心健康发展的一个重要方面，学生一个健康的体质是保证学生们生活学习的基础，因此要使学生养成良好的卫生习惯。积极参加体育锻炼，增强体质。

2、注意培养学生正确的饮食和卫生习惯。要注意饮食卫生，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。

3、根据学生的年龄特点，由浅入深，循序渐进，达到教材要求，提高健康教育课的效果。

4、对学生进行生理卫生教育，低年级从睡眠卫生教育入手，根据自己的年龄，每天的睡眠时间不少于8——10小时，睡前后注意什么，养成早睡早起的好习惯。

5、学生上课时，严格要求学生做到眼离书本一尺远，身离课桌一尺远，手离笔尖一寸远，使学生知道从小要养成良好的读书姿势习惯。坐、立、行、走姿势要正确。

6、平时生活中，预防皮肤病，沙眼、肝炎等传染病，还要让学生了解怎样预防牙病，使学生能健康成长。

7、积极开展预防和远离毒品教育。

三、关注学生身体健康

坚持每天进行晨、午检，及时发现和掌握学生身体状况，做好记载，及时处置，杜绝学生疾病互相传染。组织学生参加体育锻炼，每天保证做两操。严格控制学生不喝生水，杜绝零食进入校园，不吃生冷食物。

四、关注学生心理健康

加强学生的心理健康教育，接受学生心理咨询，舒缓学生心理压力，排解学生郁闷心情，提高学生心理品质。

总之，学校卫生工作，必须抓紧抓好，使学生不仅能学到知识，而且身心健康，使我校的健康教育工作及卫生管理工作再上一个台阶。

**一年级心理健康教育教学计划篇二**

一、指导思想：

中学生肩负着培养跨世纪人才的重任，青少年时期是一个人心理、生理发育的关键时期，不仅要重视培养青少年思想文化道德素质，还要关注他们的心理健康，健康教育是中学素质教育的一项重要内容，也是现代基础教育的一个显著特点。从小培养学生良好的心理素质，开发学生的潜能，塑造学生的健康人格，这对于提高中华民族的整体素质，提高未来人才的质量，有着极其深远的意义。

二、教材简析八年级心理健康教育的内容，

主要有：第一节：关爱生命 远离毒品。第二节：防治近视。第三节：合理饮食，强身健体。第四节：肥胖症与减肥。第五节：常见意外伤害的预防。第六节：初中生常见心理障碍——自我意识发展。第七节：青少年主要传染病及其预防。第八节：20xx年后的我。这部分内容，帮助学生建立良好的卫生习惯，适应现代社会生活具有重要价值，增强学生社会交往的主动性，克服交往中存在的心理障碍。

三、教学重点、难点 1、重点：使学生了解健康教育的重要性，了解毒品，加强预防传染病。强调和学生讨论和沟通的过程，更多的以心灵的感化来促进学生的自我反省和自我完善。 2、难点：增强学生自控能力，不受毒品的危害，使身体健康成长。

四、教学目标：从小培养学生良好的心理素质，培养学生遇到不愉快的事，学习冷静思考。巩固学生各方面常识的理解，让学生可以进行自我检测。开发学生的心理潜能，塑造学生的健康人格，提高中华民族的整体素质，提高未来人才的质量。运用心理学、教育学的原则与方法，以中学心理健康教材为载体，对青少年进行有关心理健康方面的教育、咨询和行为训练，培养他们良好的心理素质，提高他们的心理健康水平，促进他们全面和谐的发展。

五、教学措施健康教育课教材具有自身特点，因此，在课堂教学中，以活动课为主淡化理论，强化行为为指导和行为训练，教学各种心理健康教育渗透。通过多种途径，多种手段，有目的、有计划地对学生的心理发展施加影响。同时注意结合运用现代的教学手段辅助教学，使之更加生动形象直观，从心理咨询、心理讲座入手，进而将心理健康教育贯穿于全部教育教学活动中。采用如下方法进行： 1、利用心理咨询室，通过心理咨询，纠正心理上的不平衡，使学生对自己与环境有新的认识，以达到对生活有比较良好的适应; 2、利用现代教育手段，通过多媒体向学生展示现实生活中形形色色的问题事例，教育警示学生。 3、开展主题教育活动，确立主题后，学生分别准备材料，集体展示，进行总结;从主题设计始，经活动实践，最后交流体会; 4、利用故事，创设情境，讲解点拨。讲解中有信息、有知识、有思想、有新的语言; 5、讲述生动故事，使学生从中明白事理，要求故事真实、贴切、新颖、灵活; 6、把大的主题分成几个小专题，每组学生只讨论一个小专题，最后集中交流; 7、将心理健康教育的内容渗透于小品之中，确定主题后，由学生自编节目，自行分配角色，自己演出，然后大家讨论，升华主题。小品可以是情景剧，也可以有音乐、唱歌、舞蹈、相声、快板、比赛、游戏穿插其间。

六、教学进度第一节：关爱生命 远离毒品第二节：防治近视第三节：合理饮食，强身健体第四节：肥胖症与减肥第五节：常见意外伤害的预防第六节：初中生常见心理障碍——自我意识发展第七节：20xx年后的我第八节：青少年主要传染病及其预防。

**一年级心理健康教育教学计划篇三**

学校教育要树立“健康第一”的思想，新形势下如何针对少年儿童成长的特点，加强学生的体育、卫生健康教育，培养学生强壮的体格、较强的活动能力、健康的生理和心理、勇敢顽强的毅力、艰苦奋斗和团结合作的精神，使他们更加适应现代社会的需要，是初中阶段的体育和健康教育迫切需要解决的新课题、新任务。因而本着科学、全面、可比、可行性原则，制定本计划。

一、 指导思想

学校健康教育是学校系统教育的重要组成部分，培养学生的各种有益于自身、社会和全民族健康的行为和习惯，提高卫生科学知识水平，从而达到预防和减少儿童少年某些常见病和多发病，尽可能避免意外伤亡事故，增强体质，促进身心发育，为一生的健康奠定基础。

二、学校健康教育的任务:

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;

6、 培养学生的自我保健能力。

三、学校健康教育的目的:

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。

3、根据学生的年龄特点，由浅入深，循序渐进，达到教材要求，提高健康教育课的效果。

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;

总之，加强学生的体育、卫生健康教育，培养学生强壮的体格、健康的生理和心里、勇敢顽强的毅力、艰苦奋斗、团结合作的精神，是学校教师的职责;学校体育、卫生工作，必须抓紧抓好，使学生不仅能学到知识，而且身心健康，体格健壮，使我校的健康教育工作及卫生管理工作再上一个台阶。

**一年级心理健康教育教学计划篇四**

本学期我担任五年级的数学教学工作。一个学期来本人严格按照学校的教学工作计划和上级教育部门的有关教育教学精神，从各方面严格要求自己，使教学工作有计划，有组织，有步骤地开展。一学期来，我努力根据学生的实际情况，采取有效的措施，激发学生的学习兴趣，培养学生的学习习惯，引导学生参与学习的全过程，通过一学期的努力，学生成绩有了明显的提高。我的具体做法如下：

一、以课堂教学为核心：

1、备课。

学期初，钻研了《数学课程标准》、教材、教参，对学期教学内容做到心中有数。并且积极参加区教材培训，培训后写出体会，学期中，着重进行单元备课，掌握每一部分知识在单元中、在整册书中的地位、作用。思考学生怎样学，学生将会产生什么疑难，该怎样解决。在备课本中体现教师的引导，学生的主动学习过程。充分理解课后习题的作用，设计好练习。

2、上课。

(1)创设各种情境，激发学生思考。然后，放手让学生探究，动手、动口、动眼、动脑。针对教学重、难点，选择学生的探究结果，学生进行比较、交流、讨论，从中掌握知识，培养能力。接着，学生练习不同坡度，不同层次的题目，巩固知识，形成能力，发展思维。最后，尽量让学生自己小结学到的知识以及方法。这样，提高了对数学课的兴趣，参与性高，为学好数学迈出了坚实的一步。

(2)及时复习。我的做法是：新授知识基本是当天复习或第二天复习，以后再逐渐延长复习时间。

(3)努力构建知识网络。一般做到一小节一整理，形成每节知识串;每单元整理复习形成知识链，一学期对整册书进行整理复习。学生经历了教材由“薄”变“厚”，再变“薄”的过程，既形成了知识网，又学到了方法，容易产生学习迁移，给学生的创新、实践提供了可能。

3、批改作业。

我对学生的作业批改分两个阶段，第一阶段：针对不同的练习错误，教师面批，指出个性问题，集体订正共性问题。批改作业时，教师点出错题，不指明错处，让学生自己查找错误，增强学生的分析能力。第二阶段：我在办公室批改，学生订正之后，补给优秀，并善于用激励性评语，或着用小红花鼓励学生进步。这样分两个阶段，对学生建立学好数学的信心，对激发学习的兴趣取得了较好效果。

4、注重分层教学。

对后进生分层次要求。在教学中注意降低难度、放缓坡度，允许他们采用自己的方法慢速度学习。注重他们的学习过程。在教学中逐步培养他们的学习兴趣，提高他们的学习自信心，对学生的回答采取“扬弃”的态度，并且巧用幽默，善于运用体态语言，从而打破了上课发言死气沉沉的局面，使学生敢于回答问题，乐于思考。

二、积极落实素质教育坚持正确的教学思想，树立与素质教育相适应的教学观念，改变“以知识为本”的传统认识，树立“以学生发展为本”的新观念，紧紧围绕学生的探索与创新活动展开，给学生创造操作、实验的机会;独立思考的机会;表达自己想法的机会;自我表现的机会，使学生能保持良好的心境，始终以一种轻松、愉快的心情去积极主动的参与学习。

三、参加教育教研活动：

1、改变教育观念。明确教育是为学生今后的发展服务的。阅读教育期刊，思考培养学生创新意识、实践能力的方法和途径。

2、积极参与学校的专项研究，摸索其特点，为灵活运用教学方法进行课堂教学做好准备。

3、拜师学艺，课余时间积极赴其它班级听课，自己对外对内积极上公开课，与大家交流、讨论。在新的课程标准下如何在教学中发展学生的主体性。创造各种适宜的、开放的情境，逐步培养学生的创新意识、能力和实践能力，明确方向，促进教学。

通过一个学期的教学活动，我也发现了自己在教学工作中还有很多不足有待加强：

(1)进一步加强对后进生的辅导，尤其是杨文超、高振凤、刘鑫等，不仅要辅导数学知识，更重要的是对他们的学习态度和学习方法进行辅导。

(2)要不怕麻烦放手让学生参加社会实践，进一步发展他们的动手能力和数学思维能力。

综上所述，在以后的教育教学中我努力逐步树立素质教育观念和新课程标准理念，争取更加的优秀、完美，争取学生百分之百的及格，超越自我，挑战自己，既是最好，还要更好。

**一年级心理健康教育教学计划篇五**

这一学期，我继续担任初二年级的语文教学，任教班级还是7班和8班。因为已经教过一个学期，磨合较好，可以提高教学要求和教学质量，重点和方法也稍有变化。在这一个学期中，我对教学工作，认真学习，深入研究教法，虚心向前辈学习。经过一个学期的努力，获取了很多宝贵的教学经验。以下是我在本学期的教学情况总结。

(一)、注意新课导入新颖。

“兴趣是最好的老师”。在教学中，我十分注重培养和激发学生的学习兴趣。譬如，在导入新课，让学生一上课就能置身于一种轻松和谐的环境氛围中，而又不知不觉地学语文。我们要根据不同的课型，设计不同的导入方式。可以用多媒体展示课文的画面让学生进入情景;也可用讲述故事的方式导入，采用激发兴趣、设计悬念引发设计，比起简单的讲述更能激发学生的灵性，开启学生学习之门。

(二)、培养积极探究习惯。

在语文教学中，阅读者对语言意义、语言情感、语言技巧的感悟，在很大程度上与学生的生活经历、知识积累、认识能力、理解水平有关。为此，在语文教学中，构建语义的理解、体会，要引导学生仁者见仁，智者见智，大胆，各抒己见。在思考辩论中，教师穿针引线，巧妙点拨，以促进学生在激烈的争辩中，在思维的碰撞中，得到语言的升华和灵性的开发。教师应因势利导，让学生对问题充分思考后，学生根据已有的经验，知识的积累等发表不同的见解，对有分歧的问题进行辩论。通过辩论，让学生进一步认识了自然，懂得了知识无穷的，再博学的人也会有所不知，体会学习是无止境的道理。这样的课，课堂气氛很活跃，其间，开放的课堂教学给了学生更多的自主学习空间，教师也毫不吝惜地让学生去思考，争辩，真正让学生在学习中体验到了自我价值。这一环节的设计，充分让学生表述自己对课文的理解和感悟，使学生理解和表达，输入和输出相辅相成，真正为学生的学习提供了广阔的舞台。

(三)、重视朗读品评感悟。

中学初二下册语文课本中的每一篇课文都是文质兼美的佳作，其语境描述的美妙，语言运用的精妙，思想表达的深邃，见解论述的独到，都是引导学生朗读感悟的重要内容。，而由于课堂教学时间的有限，课文中的精彩之处没有可能引导学生一一感悟。为了使这些精彩美文给学生留下整体印象，我在阅读中抓重点，引导学生对语言文字反复诵读，以悟出语言丰富的形象内涵，意义内涵，情感内涵。同时，让学生在感悟的基础上，引导学生居高临下地对课文进行品评，在品评中深化理解，升华认识，填补空白。如在《日》的阅读教学中，我是这样引导学生这样品评：“学习了这篇课文，你认为文中什么地方给你留下了深刻的印象?请你选择其中的一点说一说。”此时的学生充沛表述他们的真实感受。

(四)、注重课内外结合。

美国的一位教育家指出：“课堂的外延与课外的外延相等。以课堂学习为核心，能动地向学生的学校生活、家庭生活、社会生活等各个生活领域自然延伸和拓展，使课堂训练与课外行为训练形成有序、有趣、有力、有效的结合，取得语文教学的整体效益。”在课程改革实践中，我们已把语文教学的触角伸向了广阔的天地。让学生阅读《水浒传》等课外书;通过这些收集与阅读，为深入理解课文内容奠定了基础。

总之，“授之以鱼，仅供一饭之需;授之以渔，则终身受用无穷”。教育的意旨并非知识的累积，而是心智上的能力的发育。学生在学校的时间是有限的，所学的知识也受时代的局限，他们要在未来有所作为，要在未来跟上时代，就一定要不断地学习，终身学习，去吸收新东西，更新知识结构。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找