# 健康教育宣传活动方案7篇

来源：piedai.com 作者：撇呆范文网 更新时间：2024-04-18

*经济的方案可以在资源有限的情况下实现最佳效果，一个合规的方案可以确保遵守法律和规定，下面是职场范文网小编为您分享的健康教育宣传活动方案7篇，感谢您的参阅。健康教育宣传活动方案篇1小学阶段的教育是养成教育，重点在于学生的身心健康成长。而小学生*

经济的方案可以在资源有限的情况下实现最佳效果，一个合规的方案可以确保遵守法律和规定，下面是职场范文网小编为您分享的健康教育宣传活动方案7篇，感谢您的参阅。

健康教育宣传活动方案篇1

小学阶段的教育是养成教育，重点在于学生的身心健康成长。而小学生的心理健康教育，既是学生健康成长的需要，也是推进素质教育的必然要求。

根据《东兴市教育局关于贯彻教育部〈中小学心理健康教育指导纲要〉的实施意见》规定，每年11月5日为“东兴市中小学心理健康教育日”。我校除了平时加强学生的心理健康教育之外，积极响应东兴市教育局关于开展20xx年“东兴市中小学心理健康教育日”活动的号召，在11月1日至30日期间，多层次多角度全方位地安排丰富多彩的“健康快乐成长每一天”的健康活动月，力求形式多样、生动活泼，让心理健康教育渗透人心，将这项工作做到持久化、日常化、规范化。

一、活动主题

“学会感恩，尊重他人”

二、活动对象：教师、家长及学生

三、活动方式：

（一）“心理健康教育日”动员

11月5日早会时间，在全校举办一个有声有色的“心理健康教育日”动员仪式。

内容：

1、由心理健康教育老师进行动员。

2、学生表演手语操《感恩的心》。

3、心理剧表演：《我们是一家人》。

（二）教师心育培训

我们知道：只有心理健康的老师才能培养出心理健康的孩子，我校重视组织教师参加各级心理健康培训。

1、心理教育老师面对全校教师举办《掌控情绪，成就孩子》的主题讲座。

2、邀请东兴心理学教育专家结合丰富多彩的.案例举办讲座。（时间：11月中旬多功能室，德育处）

3、在校园网上向教师推荐相关书籍，如《心平气和的一年级》、《心理学入门知识》等数十本书籍，指导教师加强学习。指导教师不断反思自己的工作，不断提高自己的心理健康水平和心理教育能力。

（三）学生心育培训

1、充分利用校园网、黑板报、宣传栏、广播电视等媒介对学生进行心理教育，加强心育知识宣传。

2、我校建立有自己的网页，本月要在心理教育在此栏目中，载登有关感恩与尊重的小故事。（咨询室和电教室负责）

利用校园的午间广播电视，播放有关“学会感恩，尊重他人”的故事。（大队部负责）

各班班主任在早会或班会课上，针对班级情况，开展“学会感恩，尊重他人”的教育，让学生从自己的生活学习中学会相处。

（四）家长心育指导

开设家长课程，努力提高家长们的教育能力，从观念、态度、教养子女的方式等方面对家长开展行之有效的培训活动。

1、开发家长教育资源，以各年段为单位，组织家长讲座，进行心理教育知识培训。

2、心理咨询教师进行“有效亲子沟通”的主题讲座，指导家长如何教育自己的孩子。（从一至六年级建议部分家长参加11月下旬）

3、向家长推荐一些书籍，或做单独的心理辅导，让家长能够以更行之有效的方法教育孩子，与孩子沟通。（校园网上发布）

我们知道，心理健康教育工作不是一天两天的事情，心理健康教育是溶合到学生、教师及家长的实际生活、学习和工作中的。我校将结合更多、更专业的力量，将心理健康教育工作落实到处，为学生提供一个优秀的学习、生活环境，关注他们的成长。当然，我们还有许多不完善的地方，恳请有关领导给予指导与帮助。

健康教育宣传活动方案篇2

一、教学目的：

1、情绪对人的学习和生活影响很大，教育学生要做情绪的主人，才能适应社会生活；学会控制自我的情绪，掌握调控情绪的方法，做一个欢乐的小学生。

2、教育学生正确评价自我，树立自信心，克服学习上的困难。克服自卑心理，学会欣赏自我和悦纳自我，树立“别人行，我也能行”的思想。

二、教学准备

准备活动中所要用的各种情景问题。

三、教学过程

（一）导入

1、引言：我们每个人都有自我的情绪情感，遇到不一样的事，就会有不一样的感受，但我们要学会控制自我的不良情绪，这样在与同学的交往中，才不会感情用事，今日我们学习树立自信心，做情绪的主人。

（二）学习如何控制倾情绪

a、关成的学习成绩退步了，应当如何对待

b、小花是怎样对待跳绳失利的

分组讨论，然后派代表在全班发言。

（2）议一议

如何调控自我的不良情绪呢

a、宣泄法。

b、转移法。

c将心比心。

d、挫折不必须都是坏事。

3、活动明理

师：王小燕爱生气好不好为什么

生：不好，生气影响身体健康。

生：生气容易使人得病。

生：生气容易影响同学关系。……

议论时，如果时间允许，可多请几位同学谈谈看法。

（三）学会树立自信心

1、教师以讲故事的方式，张海迪是怎样克服困难，成为著名作家的故事，明确告诉学生是“自信心的力量”！

2、议一议

师：小龟丁丁为什么开始不敢爬坡

生：过低估计自我、自卑心理作祟、怕自我笨手笨脚，被人笑话……

师：之后，丁丁怎样做的成功了没有

生：在龟爷爷的帮忙下，获得了成功；在龟爷爷的帮忙下，大胆地尝试；他不怕困难，大胆去做。

师：你明白丁丁是个什么样的孩子

生：有同情心，愿意帮忙别人；勇敢的孩子；知错就改的孩子。

师：这个故事说明了什么道理

生：在做事之前，就认为自我不行，是自卑的表现；之后他做了勇敢的尝试，获得了成功，是自信的表现。

指点迷津：我们应当克服自卑，树立自信，才能获得成功。

（四）总结全课：可请同学归纳总结，使同学们看到树立自信心的重要性，引导学生正确地评价自我，树立自信。

健康教育宣传活动方案篇3

为了进一步加强我校学生心理健康教育工作，通过心理健康教育的各种形式，在广大学生中营造一种关注心理健康、懂得心理健康、重视心理健康的氛围；同时为学生搭建起锻炼心理素质、提高心理承受能力的平台，促使学生认识自我、接纳自我，心系他人、帮助他人，经研究，校团委联合“心灵驿站”工作室决定在今年五月份开展我校第二届心理健康教育宣传月活动。现将有关事宜通知如下：

一、活动主题：

悦纳自我关爱他人

二、主办单位：

团委“心灵驿站”工作室

三、活动对象：

全校学生

四、活动内容：

1．“悦纳自我、关爱他人”手抄报大赛

时间：5月3日——5月25日

2．“悦纳自我、关爱他人”征文大赛

时间：5月3日——5月25日

3．“促心理健康创和谐校园”黑板报设计活动方案

时间：团委安排

4．“‘漫’感心理‘画’行健康”心理健康漫画评比

时间：5月3日——5月25日

5．经典心理影片展播

?hello，树先生！》（5月12日晚6点30分）（团委安排）(时长88分钟)

?心理游戏》（5月19日晚6点30分）（团委安排）（时长105分钟）

地点：心远楼二楼报告厅

6．心理健康知识宣传展板

时间：5月14日——5月20日

地点：文心楼一楼大厅（针对学生）、食堂东门（针对家长）

7．学生职业规划指导讲座，计划聘请翔平心理培训中心z老师；

时间：待定（团委安排）

高二学生“构建和谐人际关系”，由本校z老师主讲。

时间：5月26日（团委安排）

地点：心远楼二楼报告厅。

五、未尽事宜，另行通知：

健康教育宣传活动方案篇4

活动目标：

1、初步了解合理的饮食结构，培养科学进餐的好习惯。

2、尝试自己设计一份营养餐，对食物搭配感兴趣。

3、主动和同伴交流，并能对自己和同伴的设计进行恰当的评价。

4、了解生病给身体带来的不适，学会预防生病的方法。

5、帮助幼儿了解身体结构，对以后的成长会具有一定的帮助。

活动准备：

各种食物图片、盘子，健康金字塔范图、营养师标志。

活动过程：

一、幼儿尝试第一次挑选自助餐。

1、导入。以营养师的角色将幼儿带入游戏情境。

师：小朋友，这里是哈哈餐厅，我是哈哈餐厅的营养师。为了欢迎你们的到来，我们哈哈餐厅特意准备了美味的自助餐。

2、说到吃自助餐，你觉得在挑选事物的时候需要注意些什么呢?(不能推不能挤，挑选的事物要是自己吃的下的)那你们都喜欢吃些什么呢?

3、幼儿为自己挑选一份自助餐。(请你取一个盘子去挑选事物，注意了，挑选好后赶紧回到座位，和你的好朋友说一说你挑选了哪些事物)

4、和身边的伙伴交流所选的食物。

5、挑选几个选择菜肴具有代表性的幼儿，请幼儿讨论他们的自助餐搭配是否合理。

6、营养师针对幼儿挑选食物的情况进行小结。

二、借助范图，逐层介绍\"健康饮食金字塔\"。

1、营养师介绍\"健康饮食金字塔\"：(分五层)

a、介绍第一层在金字塔的底层是我们平时进餐中最重要、也是吃的最多的食物，想一想幼儿园、家里平时吃的，你们觉得会是什么呢?(分别出示最底层图片)谷类食物有哪些?为什么要吃谷类食物?

小结：谷类食物能为我们提供人体所需要的能量，让我们有足够的精神和力气来生活和运动，所以我们离不开谷类食物。

归纳儿歌：\"宝塔底层最重要，谷类食物营养好\"。

b.第二层应该是什么?引导幼儿进行猜测。(出示第二层图片)你知道哪些蔬菜和水果?(启发幼儿分两队开火车接龙游戏说出不同蔬菜、水果的名字)你知道吃蔬菜、水果有什么好处吗?

小结：除了小朋友刚刚讲的有许多营养外，蔬菜和水果还是我们人体内的环保卫士，能帮助我们清除体内垃圾，促进食物消化，所以也必须多吃一些。

教师归纳儿歌：\"蔬菜水果第二层，两类食物不能少\"

c.那么在第三层的又是什么呢?(肉、蛋、鱼、虾)(出示图片拓展)能不能多吃?

小结：这些荤菜虽然有丰富的营养，但是多吃了会给身体造成负担，还会影响其他营养的吸收，所以只能\"每天适量换着吃\"什么叫换着吃啊?

归纳儿歌：\"肉蛋鱼虾第三层，每天适量换着吃\"

d.每天还应该给身体补充些什么呢?就在金字塔的第四层上。我们一起看一看。

(出示图片)喝了牛奶，我们会···(长个子、身体强壮)这是什么?豆腐是用什么做的?你还吃过哪些豆制品)

小结：奶类和豆类都含有丰富的蛋白质，所以\"每天都要吃一点\"。

归纳儿歌：\"牛奶豆类第四层，每天记着吃一点\"

e.现在已经到了金字塔的第几层?(第五层)也就是塔尖上，这里的食物就是平时尽量少吃或者最好不吃的，你们觉得可能是什么呢?

集体讨论猜测(出示答案：油炸、烧烤类食品)说说油炸、烧烤类食品的种类和危害。

小结：油炸、烧烤类食品不仅不卫生，还会刺激胃肠道，引发腹痛、腹泻。长期食用还会导致肥胖、营养不良的现象，所以我们应该尽量少吃。

归纳儿歌：\"油炸食品在塔尖，尽量少吃要记牢\"

2、刚才我们一起学习了\"健康饮食金字塔\"，营养师还给金字塔编了首好听的儿歌呢!(完整讲述一遍儿歌，幼儿跟说)宝塔底层最重要，谷类食品营养好;蔬菜水果第二层，两类食物不能少;肉蛋鱼虾第三层，每天适量换着吃;牛奶豆类第四层，每天记着吃一点;油炸食品在塔尖，尽量少吃要记牢。

反思：

能够从幼儿游戏是发现有价值的教育契机与内容，并转为集体教育活动，较好地满足了幼儿的需要，有效地促进了幼儿的发展。

活动中幼儿感受了每天应该吃有营养的食物，每种食物都有不同的营养，每样都吃，不挑食，才能成为健康宝宝。

健康教育宣传活动方案篇5

5月25日是“全国大中小学生心理健康日”。“5.25”是“我爱我”的谐音，其含义是：爱自己才能更好地爱他人。心理健康的第一条标准就是认识自我，接纳自我，能体验到自己存在的价值，乐观自信，这样的人才能用尊重、信任、友爱、宽容的态度与人相处，能分享、接受、给予爱和友谊，能与他人同心协力。

为了提高师生的心理保健意识，营造校园内心理教育氛围，促使师生科学地认识、了解心理健康知识，形成正确的心理健康观念，我校心理咨询室拟在全校开展主题为“让心灵快乐飞翔”的“5.25心理健康周”活动。

一、活动宗旨：提高师生心理保健意识，营造校园内心理健康教育氛围

二、活动主题：让心灵快乐飞翔

三、活动时间：5月20日-5月25日

四、活动内容：

（一） 国旗下讲话

活动要求：

1. 围绕“让心灵快乐飞翔”的主题进行国旗下讲话

2. 五年级部分学生《和你一样》手语操展示

活动对象：全体学生

活动时间：5月21日晨 升旗仪式

承办：学校少先队、心理咨询室

（二） 心理健康手抄报比赛

活动对象：全校学生

承办：心理咨询室 德育室

活动要求：

1．内容要求与心理学有关，积极向上；提倡内容和形式上的创新。

2．作品要原创，不得抄袭，一旦发现取消评比资格。

3．作品规格：8开 271mm×390mm（严格要求按规定规格作画）；

4．作品正面右下角注明班级、姓名。

5．交稿方式：每班至少上交3份到德育室。

6．截稿日期：5月18日下午放学前

7. 奖项设置：每个年级分别评出一等奖一名、二等奖一名、三等奖一名。获一、二等奖的作品在“莲苑小喇叭”上展示。

（三） 征文活动

活动对象：全校学生

承办：心理咨询室 德育室 《xx》编委会

活动要求：

1. 针对本次活动的主题，从以下电影中任选一部进行观看，并写下观后感，要求原创，不得抄袭，一经发现取消评奖资格。电影片名：《地球上的星星》、《美丽心灵》、《心灵捕手》、《放牛班的春天》

2. 统一使用400字的作文纸，字数要求300~600字

3. 在文章结尾注明班级、姓名、座号

4. 交稿方式：每班至少上交2份至校心理咨询室（教师办公楼四楼）

5. 截稿日期：5月21日下午放学前

6. 奖项设置：每个年级分别评出一等奖一名、二等奖两名、三等奖若干名，并将优秀文章发表在《xx》上

五：活动宣传

横幅：让心灵快乐飞翔——xx县实验小学“首届5.25心理健康教育宣传周”活动。

健康教育宣传活动方案篇6

一、活动目的

为了普及中小学心理健康教育基本知识，营造人人关心学校心理健康教育的氛围，进而提高学生心理素质、培育学生乐观、向上的心理品质，促进学生人格的.健全发展，学校决定开展以“和谐校园、幸福人生”为主题的心理健康教育宣传周活动。

二、活动主题

和谐校园、幸福人生

三、活动时间

20xx年月

四、活动内容

（一）心理健康宣传周启动暨国旗下讲话（具体内容如下）：

1、宣布心理健康活动周开始

2、宣读xx小学心理健康教育宣传周方案

3、以“和谐校园、幸福人生关”为主题进行国旗下讲话

（二）“做个抗压小能手”心理健康讲座

1、参与对象：六年级全体学生

2、地点：多媒体

3、内容：故事导入抗压事例，说明提高抗压能力的好处，提供毕业班学生提高抗压能力的办法。

（三）心理健康手抄报

六年级学生围绕主题“学会面对挫折”出一期有心理健康手抄报，每班上交张，学校将择优展出并表扬。

（四）利用“红领巾广播站”宣读心理方面的稿

在宣传周期间，利用“红领巾广播站”，读有关心理健康知识的稿，提高全校师生的心理意识，营造校园的心理教育氛围。

（五）心理健康漫画

五、六年级学生围绕主题“和谐校园、幸福人生（杜绝学校霸凌）”出一张心理漫画（4），每班上交张。

（六）班级心理健康主题班队会活动

1、时间：各班自定

2、地点：各班教室

3、参加对象：各班班主任及全校学生

4、要求：各班主任针对校园潜在危机，开展心理班队会。

五、活动总结

1、资料整理

2、总结活动过程中的得失，为下一个活动做准备。

六、工作要求

（一）高度重视，积极参与。

全校师生深刻认识到心理健康对人成长发展的重要性，自主提升心育意识，积极参与心理健康活动周系列活动。

（二）广泛发动，认真组织。

各班要广泛发动学生积极参与，一起营造良好的心理健康教育氛围。严格按照方案要求，认真组织，确保活动的顺利开展，保证活动的效果。

健康教育宣传活动方案篇7

教学目的：

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，洗濑完毕，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：课堂剧中小红有哪些坏习惯生答：板书：不吃早饭，暴饮暴食，挑食师问：这都是哪方面的坏习惯生答：师板书：不卫生

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&#39;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。

板书设计：不要明日复明日

明日复明日，明日何其多。

我生待明日，万事成蹉跎。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com