**2024-2025学年第一学期心理健康教育教研组计划**

一、指导思想

根据教育部《中小学心理健康教育指导纲要（2012年修订）》及学校、教研室工作计划和要求，实现以学生的全面发展为核心，科学、系统、有针对性的心理健康教育活动，提升学生的心理素质，预防心理问题的发生，促进学生身心健康发展的要求，制定本计划。

1. 工作目标

1、增强学生心理素质：开展系统性、多样化的心理健康教育和辅导活动，全面提升学生的自我调节能力、情绪管理能力、挫折承受能力以及社交技巧，使学生能够在学习和生活中更加自信、积极和乐观。

2、预防与减少心理问题：开展学生心理健康普查工作，建立和完善学生心理健康档案，为教育教学提供参考。加强心理咨询服务，提供个体和团体心理辅导。通过早期的心理干预和健康宣传，预防和减少学生中出现的常见心理问题，如考试焦虑、人际交往困扰、网络成瘾等，确保学生的心理健康状态得到有效监控和及时维护。

3、构建支持性学校环境：创建一个安全、包容、积极向上的学校氛围，使学生在面对压力和挑战时能够得到来自教师、同伴和学校的充分支持和帮助。

3、促进家校合作：加强与家长的沟通，提升家长对心理健康教育的认识和支持，提高家长对孩子心理健康的重视程度，共同配合学校做好学生的心理健康教育和心理疏导工作。

4、提升教师心育能力：加大对教师心理健康教育能力的培训力度，提升全体教师识别和应对学生心理问题的能力，形成全员参与的心理健康教育机制。

三、心理健康教育教研常规

1、继续落实好教研活动的纪律性、计划性、力求提升学术性。

认真组织参加每月的心理健康教育教研活动，在一次次心与心的交流研讨中有所得、有所思、有所悟，在分享他人教育教学成果的同时，实现自身的发展与成长。加强专业知识的学习，努力提升个人的专业水平和教学素养，切实发挥教研实效，使教学实效最大化。

2、聚焦课堂质量

结合课标学习落实好集体备课，做到研究与教材同步；每次研究的切入点要小；关键研究行动与对策。增加备学生的环节（每周针对学生学习中的一个具体问题研究解决对策），并体现在教研活动记录中。

四、主要工作与措施

1、课程教学

按照教学大纲要求，制定本学期心理健康教育课程计划。结合学生实际，设计贴近学生生活、有趣有效的课程内容。定期开展课程评估和反馈，及时调整教学方法和内容。

2、心理咨询与辅导

完善学校心理辅导室各项设施，合理安排学生的心理辅导服务，并按值班表进行实施。对有需要的学生进行个体或团体心理辅导，提供心理支持和建议。建立心理危机干预机制，及时处理学生心理危机事件。

3、心理健康教育活动

每学期开展一次心理健康教育主题活动，如心理剧、心理健康周等。利用重要时间节点开展特色活动，提升学生参与度。

4、家校合作

定期举办家长学校活动，分享心理健康教育知识和方法。通过家长会、家访等形式加强与家长的沟通，共同关注学生心理健康。鼓励家长参与学校心理健康教育活动，形成良好的家校共育氛围。

5、学生心理健康普查与档案管理

开展学生心理健康普查，并建立和完善学生心理健康档案，定期更新和维护。

6、教师心理健康培训

为教师提供心理健康教育培训，提高教师的心理健康教育能力和水平。鼓励教师将心理健康教育融入日常教学中，关注学生的情感和心理需求。

（八）心理健康宣传

利用校园宣传栏、校园广播、班级板报等渠道普及心理健康知识。通过学校公众号、家长微信群等平台，向家长和学生宣传心理健康的重要性，提高全校师生及学生家长的心理健康意识。

五、具体的工作：

九月份：

1、各年级心理健康教育教师制定好本学期的教学计划。

2、教研组长制定好教研组工作计划。

3、备课组集备、个备，超前一周备课量。

4、完善学校心理辅导室各项设施，制定心理辅导值班表。

5、运用润心平台，开展学生心理健康普查，全面了解学生心理健康状况。

十月份：

1. 围绕“10·10”世界精神卫生日开展特色活动，如心理健康知识竞赛、心理宣传栏，班级心理板报板报，心理主题班会等。

2、建立和完善学生心理健康档案

3、团体辅导：如人际交往的团体辅导

十一月份：

1. 课程评估和反馈，及时调整教学方法和内容。
2. 组织一次师生心理健康教育讲座，提高师生对心理健康的认识和应对能力。

十二月份：

1、学生心理健康团体辅导：如男生女生大不同。

2、了解学生期末复习心态，了解家长对心理健康教育的需求。提供支持与帮助，促进家校合作。

一月份：

1、进行心理健康教育课程期末总结与评估，为下学期课程做准备。

东青实验学校心理健康教育教研组

2024.9.1

附：教研活动主讲人安排（教研形式可以公开课、讲座二选一）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 教研主题 | 日期 | 周几 | 节次 | 活动地点 |
| 1 | 期初研讨 | 9.1 | 日 | 15:00~15:30 | 4楼研讨室 |
| 2 | 新学期适应心理课研讨 | 9.27 | 五 | 5-6 | 4楼研讨室 |
| 3 | 抗逆力心理课研讨 | 10.25 | 五 | 5-6 | 4楼研讨室 |
| 4 | 调节情绪心理课研讨 | 11.22 | 五 | 5-6 | 4楼研讨室 |
| 5 | 考前心理辅导课研究 | 12.27 | 五 | 5-6 | 4楼研讨室 |
| 6 | 期末总结 | 1.10 | 五 | 5-6 | 4楼研讨室 |