附件2

重庆市首届中小学“五育润心”心理健康教育

主题活动月方案

为全面落实《教育部等十七部门全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项计划（2023-2025年）》文件精神，以身心健康为突破点强化五育并举，全面加强和改进我市学生心理健康教育工作，根据市教委工作安排，决定启动重庆市首届中小学“五育润心”心理健康教育主题活动月教育活动，特制定本方案。

一、活动目的

本次主题教育活动月以“五育润心，向阳成长”为主题，旨在通过五育融通式的系列校园心理健康教育活动的有序开展，促进学生在德智体美劳全面发展中养成积极乐观的心态，增强心理韧性，促进心理健康水平的提升，营造积极向上的校园文化氛围。

二、活动原则

（一）全面发展，注重实效。活动需围绕学生身心发展的多维度需要，整合资源，实现德智体美劳各方面的协调发展。活动设计应基于实际效果，避免形式主义，确保每项活动都能对学生产生积极影响，能通过具体的评估手段来衡量成效。

（二）融合五育，突出特色。鼓励学校根据自身特点和学生需求，将德育、智育、体育、美育、劳动教育与心理健康教育相互融合，创新活动形式和内容，通过跨学科的活动设计，打造具有特色的心理健康教育品牌。

（三）以生为本，关注差异。以学生的成长需求为中心，尊重学生的主体地位，充分发挥学生的主动性和创造性。在面向全体学生的同时，关注学生个体差异，必要情况下提供个性化的支持和服务，确保每位学生都能从活动中受益。

（四）科学指导，家校共育。活动方案应基于心理学、教育学等科学理论，由学校集体研究和决策，保障活动的科学性和适宜性。注重强化家校合作，让家长了解学校教育活动的意义和方法，引导家长参与孩子的成长过程，形成教育合力。

三、活动时间

2024年5月1日至5月31日。

四、活动内容及形式

（一）以德育心。坚持以德育心，将学生心理健康教育纳入“三全育人”大格局，贯穿德育思政工作全过程，融入教育教学、管理服务和学生成长各环节，引导学生树立正确的世界观、人生观、价值观。

（二）以智慧心。坚持以智慧心，优化教育教学内容和方式，教师在学科教学中注重维护学生心理健康，既教书又育人。

（三）以体强心。坚持以体强心，着力保障学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，发挥体育调节情绪、疏解压力作用。

（四）以美润心。坚持以美润心，广泛开展普及性强、形式多样、内容丰富、积极向上的美育实践活动，教会学生认识美、欣赏美、创造美，发挥美育丰富精神、温润心灵作用。

（五）以劳健心。坚持以劳健心，丰富拓展劳动教育实施途径，让学生动手实践、出力流汗，炼意志品质，养成劳动习惯，珍惜劳动成果和幸福生活。

（六）专题教育。学校要将五育活动与心理健康专题活动有机融合。开展心理健康知识宣传，组织心理健康主题讲座、实践活动、体验活动和展示活动，广泛传播心理健康知识，提高师生对心理健康的认识，表达自己对心理健康的理解与感悟，在实践中学习心理压力应对策略，提升心理健康水平。

五、活动实效体现

（一）提升学生心理健康水平。通过活动开展，降低学生心理问题发生率，提升学生心理健康水平。

（二）提高学生综合素质。学生在德、智、体、美、劳各方面得到均衡发展，培养积极进取的人生态度。

（三）丰富积极向上的校园文化。营造和谐、包容、积极的校园氛围，促进学生身心健康和谐发展。

（四）实现家校合作协调发展。加强家校沟通，形成共同关注和支持学生心理健康的良好氛围。

（五）促进学校心理健康教育系统化发展。实现心理健康教育的常态化和长效化发展。

六、工作要求

1.精心组织活动。各区县教研机构要高度重视，督促中小学以学校为单位精心组织、有效实施，确保活动的顺利进行。

2.积极报送案例。各区县教研机构要认真总结，提炼活动典型经验，推选1-5项五育润心学校工作案例，于6月10日前将活动开展情况报送市教科院。