

心理健康教育讲座走进市一中

有趣又有料,让阳光洒满心房

□记者 邢晓蕊

本报讯 5月31日下午5点多,在市一中多媒体教室内,一场精彩的心理健康教育讲座正在进行。学生们和主讲老师积极互动,在欢声笑语中放松了心情,缓解了压力,还学到了心理健康知识。

5月30日是第七个“全国科技工作者日”,为深入开展“科学家精神进校园”活动,弘扬科学家精神,市科协、市科技馆、市反邪教协会办公室、市心理咨询师协会共同举办了此次“科学家精神进校园”暨心理健康教育讲座活动,200多名学生参与。市科技馆

负责人李卫红为学生们播放了获得2022年河南省“最美科技工作者”称号的中国工程院院士张铁岗、平高集团副总经理钟建英的专题视频,市科技馆优秀志愿者马力为学生们展示了智能机械狗。接着,市委党校兼职教授、市心理咨询师协会专家朱春勉以《从心开始,拥有阳光心态》为题,为学生们举办了讲座。

讲座在一个轻松愉快的绘画游戏中开始,在朱春勉的引导下,学生们积极参与,争相回答问题,现场气氛活跃。通过参与游戏,学生们紧张的神经逐渐放松下来。接着,朱春勉就培育阳光心态、学生常见的

心理问题、减压小妙招等内容,与学生们进行了愉快的沟通。他用真实案例、游戏、PPT、视频等串联起整场讲座,有趣又有料。在欢声笑语中,学生们对在学习和生活中遇到的困惑、紧张、焦虑等小情绪有了更加科学的认识,并学会了如何给自己积极的心理暗示,让自己保持阳光乐观的心态。

市一中学生科负责人马巍桐说,高中生学习比较紧张,此次讲座让学生们释放了压力,舒缓了心情,也让他们学会了理性面对困难并积极解决,通过正确方式疏导情绪,拥有健康阳光的心态。

市财经学校:
强化身心健康教育
呵护学生快乐成长

□记者 邢晓蕊

本报讯 心理健康教育讲座、沙盘辅导、现场咨询……近期,市财经学校持续开展了丰富多样的心理健康教育,提高学生的心理健康水平。

据介绍,近年来,市财经学校坚持以培养“健康、有用、会生活”的合格学生为导向,不断丰富和改进学校健康教育内容和方法,使学校健康教育工作更加科学化、规范化。

健康教育是该校扎实推进德智体美劳全面发展的重要抓手,跟随时代发展的特点,该校优化专业功能,创新心理健康教育工作的内容和形式,营造出健康和谐的心理教育氛围。该校每学期开展心理咨询活动周,教会学生掌握1—2种锻炼身体的方法、技能,抓好职业生涯规划专题教育等,促进学生身心全面发展。同时,该校不断优化师资队伍,配备专职心理教师2名、兼职教师4名、校医2名;关注教师专业成长,多名心理教育教师获得省、市级奖项;配备个体心理咨询室、心理测评室、沙盘游戏室等专业辅导室,该校心理咨询室还是“湛河区未成年人心理健康辅导中心”,担负起为群众提供关怀服务的社会功能。

今后,市财经学校将进一步利用新媒体优势创新心理健康教育模式,建立学生数字化心理档案,注重名师队伍建设,设计相关学习及培训课程,充分实现信息化支持下的精准辅导,让学生健康、快乐地成长。

开源路小学
节日送关爱

□记者 邢晓蕊

本报讯 5月31日傍晚,湛河区开源路小学副校长王显梅一行来到学生李茜茜(化名)家中,为她及家人送去生活用品和关爱,让这个缺少父母疼爱的女孩备感温暖。

李茜茜是开源路小学的学生,父亲多年前不幸离世,母亲离开了家,她和妹妹跟随66岁的奶奶生活,日子过得十分拮据。班主任梅剑祯了解到情况后十分心疼,对她的学习和生活格外照顾。这学期学生参加军训和实践活动需要交费,梅剑祯把李茜茜的情况反映给学校,校领导通过协调后为她全免了费用。

看到李茜茜喜欢看书写作,梅剑祯便为她报名参加了平顶山日报社的小记者团,鼓励她多投稿。在老师的关爱下,李茜茜脸上的笑容渐渐多了起来,学习也更加用心了。为了给李茜茜送上六一儿童节的特别关爱,王显梅、梅剑祯和该校少先队大队辅导员一起带着米、面等生活用品来到李茜茜家,了解她和奶奶的生活近况,并为孩子送上节日祝福。

李茜茜的奶奶感动地连声向老师们道谢,为养活两个孙女,她每天捡废品卖钱:“再难再累,也得把这两个孩子养大。”

“以后有什么困难就跟老师说,我们大家一块儿想办法,一定要让俩孩子健康成长。”临走时,王显梅叮嘱老人。“谢谢老师!”李茜茜和奶奶一再说着这句话,满是感动。

欢庆六一

5月31日下午,市七彩幼儿园举办了庆六一文艺演出,小朋友们载歌载舞,欢庆自己的节日。

本报记者 邢晓蕊 摄



想成为近视防控宣讲员吗? 快来报名吧

□记者 邢晓蕊

本报讯 即日起,平顶山日报社小记者团联合汇视眼科发布近视防控宣讲员招募令,想成为近视防控宣讲员的小记者,请抓紧时间报名。

随着电子产品的兴起,中小学生学习用眼过度的情况频繁发生,越来越多的孩子成为近视眼。为保护好心灵的窗户,让孩子们有清晰的视界,平顶山

日报社小记者团联合汇视眼科,决定招募百名青少年儿童近视防控宣讲员,首批招募15名,即日起开始报名。

6月3日下午,首批15名宣讲员将参加2023年度第二届“睛鹰杯”省级科普教育基地IP形象创意大赛颁奖仪式,并现场采访获奖人员。同时,这些小记者作为首批近视防控宣讲员,将在汇视眼科的河南省科普教育基地—视觉健康科普馆接受培训,培训合格

后上岗,利用周末或节假日为参观科普基地的学生讲解爱眼护眼知识,帮助更多青少年儿童远离近视。

报名方式:关注“鹰城小记者”微信公众号,线上报名即可。

时间:6月3日下午1点。

地点:汇视眼科(劳动路与矿工路交叉口东南方)。

注意事项:报名成功的小记者须穿校服参与活动。

这些小记者获奖啦

本报讯 上周,小记者4月份优秀作品名单出炉,5月27日下午,颁奖仪式在平顶山尖峰眼科医院举行,近20名小记者参加了颁奖仪式,并领取了证书以及相应的奖品(右图)。

受表彰的小记者分别为一等奖:张嘉航,二等奖:赵皓宇、张浙桐,三等奖:张智凯、郑慧颖、姚若伊,优秀奖:张书豪、李羽墨、任培毅、李明泽、向诗凡、周慧涵、郭昱彬、刘沐恩、赵静萱、胡宸屹、刘泽华、张芸慈、阎怡辰、穆诗韵、崔清源、马一鸣、文彦翔、黄钰涵、齐馨羽等。

当天未参加颁奖仪式的小记者,请尽快前往平顶山尖峰眼科医院领取证书及奖品。(王红梅文/图)

