



滨城区第十中学心安学校建设 心灵树洞 为学生撑起一片晴空



□通讯员 姜晓彤

在滨州市滨城区第十中学,有一间特殊的教室,它没有繁复的装饰,却充满了温暖与关怀;它不教授知识,却为学生的心理健康保驾护航。这间房间就是学校的心理咨询室,而其中最引人注目的,莫过于那个被学生们亲切称为“心灵树洞”的小信箱。自建校以来,滨城区第十中学就以“心安学校”建设为重点目标,通过设立心理咨询室和心灵树洞,倾听学生烦恼,关注学生心理健康,为学生的成长

撑起了一片晴空。

>>>心灵树洞:
倾听学生心声的温暖港湾

心灵树洞不仅是学生倾诉心声的地方,更是他们释放压力、寻找支持的温暖港湾。心灵树洞采用匿名方式,学生可以随时将自己的烦恼写在纸条上,放入树洞中。心理辅导老师会定期查看树洞中的内容,并根据学生的需求提供个性化的心理辅导。

“有一次,我在树洞里看到一张纸条,上面写着‘我觉得自己很孤独,没有人理解我’。”心理咨询室的辅导老师姜晓彤回忆道,“后来,我通过树洞的留言方式与这位学生进行了多次交流,帮助他逐渐打开了心扉。”如今,这位学生不仅

变得更加自信,还主动加入了学校的心理互助小组,帮助其他同学解决心理问题。

>>>心理咨询室:
为学生心理健康保驾护航

除了心灵树洞,滨城区第十中学的心理咨询室还配备了专业的心理辅导老师和丰富的心理辅导资源。学校聘请具有心理学专业背景的教师,定期为学生提供一对一的心理咨询服务。同时,心理咨询室还开设了心理健康教育团体辅导,帮助学生掌握情绪管理、压力应对等心理技能。

在心理咨询室的帮助下,许多学生找到了解决心理问题的方法。六年级学生小林(化名)曾因学业压力过大而焦虑不安,甚至一度产生了厌

学情绪。在心理辅导老师的帮助下,小林学会了如何调整心态、制定合理的学习计划,并逐渐找回了学习的动力。“心理咨询室就像是我心灵的避风港,每次来到这里,我都感到特别安心。”小林说。

>>>心安学校:
为学生成长撑起一片晴空

滨城区第十中学的心理健康教育工作,是学校“心安学校”建设的重要组成部分。近年来,学校以“心安学校”为目标,通过多种形式关注学生心理健康,营造积极向上的校园氛围。

此外,学校还注重家校合作,定期邀请家长参加心理健康讲座,帮助家长了解孩子的心理需求,掌握科学的家庭教育

育方法。只有家校共同努力,才能真正为学生的心理健康保驾护航。

展望未来,滨城区第十中学将继续深化“心安学校”建设,进一步完善心理健康教育体系。学校计划引入更多专业的心理辅导资源,扩大心理咨询室的规模,并探索利用现代科技手段,为学生提供更加便捷的心理咨询服务。

在滨城区第十中学,心理咨询室和心灵树洞不仅是一个场所,更是一种理念的体现。它们为学生撑起了一片晴空,让每一个孩子都能在阳光下自由成长。正如一位学生在心灵树洞中写下的那样:“这里是我心灵的港湾,让我感到温暖和力量。”

春暖二月二 喜迎龙抬头

北海经济开发区实验幼儿园“二月二”传统文化体验日童趣盎然



□通讯员 刘静 张令高

晚报北海讯 2月27日,滨州北海经济开发区实验幼儿园大操场锣鼓喧天、欢声如浪,一场以“二月二龙抬头”为主题的传统文化盛宴火热上演。活动通过沉浸式民俗体验,让幼儿在舞龙舞狮、武术秧歌中感受中华文化魅力,以童趣盎然的方式唤醒春日的生机与希望。

活动伊始,神话人物哪吒与敖丙(教师真人cosplay)踏着鼓点“从天而降”,以情景剧形式演绎“龙抬头”传说。敖丙挥袖唤云雨,哪吒脚踏风火轮,孩子们在惊叹声中知晓了“春龙降雨佑丰收”的民俗渊源,现场欢呼声如春雷破空。

中班幼儿化身“小龙人”,

挥舞七彩绸布龙穿梭腾跃,小狮头随鼓点摇晃嬉戏。大班幼儿手持五彩旗,踏着整齐的步伐列队入场。孩子们高举绘有祥云、龙纹的彩旗,在操场上变换出“龙”字造型,稚嫩的脸庞上洋溢着自豪与喜悦。随后,教师身着传统武术服,手持长剑,演绎了一段精彩的太极剑表演。剑光闪烁间,刚柔并济的招式尽显中华武术之美,赢得全场阵阵掌声。师幼齐展中华武术操,出拳如风、马步如山,尽显少年英气。扭秧歌将气氛推向高潮,孩子们或抬着竹编小毛驴蹦跳前行,或架起彩绸蚌壳开合嬉戏,操场瞬间化作流动的民俗画卷。

本次活动紧扣“生活即教育”理念,匠心设计育人内核:

以神话cosplay打破时空界限,让典籍中的龙文化“活”在儿童眼前;通过幼儿举旗、教师舞剑等环节,让传统文化在互动体验中薪火相传;协作成长,舞龙需十人同心、秧歌要步调一致,潜移默化中淬炼团队精神。园长动情说道:“我们不仅要让幼儿知道‘龙抬头’,更要让他们成为‘龙的传人’——抬头挺胸,自信传承中华文明的基因密码!”

这场活动不仅让民俗文化扎根童心,更以童真童趣为传统文化注入新活力。滨州北海经济开发区实验幼儿园将继续以创新之姿,架起连接千年文脉与未来希望的彩虹桥,让每个孩子都能在文化自信中茁壮成长。

二月二 龙抬头 幼儿学做理发师



□通讯员 孟令旭 张华

晚报沾化讯 3月1日,是农历二月初二龙头节,又称“龙抬头”。沾化区黄升镇中心幼儿园的孩子们在

老师指导下,进行理发师、顾客角色扮演,不仅培养了孩子们的动手操作能力,而且丰富了想象力,让孩子们在活动中感受浓浓的传统文化氛围。

爱耳护耳 从小做起



□通讯员 郭海涛 贺文

晚报邹平讯 3月3日是第26次全国爱耳日,近日,邹平市黄山街道社区卫生服务中心联合邹平市黄山实验幼儿园开展“爱耳护

耳从小做起”主题活动,通过展示耳朵解剖模型、讲解如何保护耳朵、学做耳保健操等形式,普及了耳朵的生理结构和爱耳护耳知识,培养小朋友们从小养成爱耳护耳好习惯。