

点亮心灯 护航成长

——我市中小学校积极开展心理健康教育

■ 记者 张力 文/图

1月8日下午,“乐山市莉琳青少年心理健康指导中心乐山市通江小学工作站”挂牌仪式在市通江小学举行。仪式上,市中区教育局、市通江小学为乐山市莉琳青少年心理健康指导中心授牌,并为莉琳心理专家团队颁发聘书,开启“学校+社会力量”共同关爱师生心理健康的积极探索。

未成年人心理健康教育是未成年人思想道德建设工作中的重要环节。记者获悉,我市教育部门不仅要求各中小学校健康教育课开课率达100%,让学生掌握与其年龄相适应的健康知识和技能,还要求学校设置心理咨询室,聘请有资质的心理教师为学生提供心理咨询服务,缓解学生生活、学习上的压力。

记者获悉,中心城区不少学校都非常关注学生心理健康成长,通过开设心理健康课、心理咨询室、心理发展中心等,开展丰富多彩的活动,为未成年学生营造良好的心理生态,建设健康和谐校园。

“学校+社会力量”关爱师生心理健康

1月8日,挂牌仪式结束后,莉琳心理专家团队教师姚芸为市通江小学近百名教师开展《儿童青少年心理健康现状及干预思考》讲座。“我校学生有3200多人,由于家庭或其他原因,个别学生存在不同程度的心理问题。如果仅靠学校的力量很难有效解决,希望能借助社会力量,配合学校开展心理健康教育,探索出一条‘学校+社会力量’关爱师生心理健康的路子。”市通江小学校长王云告诉记者。

据介绍,“乐山市莉琳青少年心理健康指导中心乐山市通江小学工作站”挂牌后,莉琳心理专家团队将为该校提供“五个一工程”心理健康服务,包括每月为全校教师进行一次心理健康培训;每季度以学生为对象进行一次心理健康讲座;以特殊人群为对象进行一对一的心理辅导,并建档、建卡;每周面向学生开放心理咨询工作室,开展心理服务活动;开设一个公众信箱,凡是需要心理帮助的学生可以通过信箱寻求心理服务帮助。

借助校外心理咨询师群体的专业力量,共筑学生心理健康成长摇篮,这在乐山校园并不是先例。去年12月,市草堂高中邀请乾跃教育乐山栖妈阳光港、乐山栖妈心理咨询工作室CiCi鼓圈引导师到校,为该校高

三年级学生开展鼓圈减压、助力调考的“鼓舞身心”心理拓展活动,帮助学生释放负面压力、情绪与想法。“鼓圈近几年从国外传入中国,是一种音乐解压和治疗的方式,把鼓圈引入校园,对促进青少年心理健康成长有着积极作用。”该校心理专任教师张荣芳说。

同时,很多学校还邀请校外专家教师到校开展心理健康常识讲座,让学生学会运用心理辅导处理情绪问题,增强学生主动求助、自我调节的意识。

健康教育进课堂 促进学生健康成长

课堂是学校进行教育活动的主要场所,课堂教学不仅是传授科学知识的过程,也是学生心理发展的过程。据悉,中心城区学校认真贯彻落实教育部门开设健康教育课的相关要求,每周开足开齐心理健康

教育课,使学生感受到真、善、美的教育,提高自身的心理素质。

“多年来,我校一直开设有健康教育课,低年级每周一节,三至六年级每周以班会课的形式开展健康教育,内容包括生



学生上心理健康教育课

活卫生教育、安全教育、心理健康教育、体育锻炼教育。”乐师附小相关负责人介绍,健康教育课程的开展让学生养成了阳光、健康的心理状态。在市更生学校,该校高一年级便设立了心理学课程,每个班每周一节心理学课;面对即将参加中高考的年级学生,该校还会针对学生考试压力情况,分专题开展讲座式的心理学课程。

除健康教育进课堂外,各学校还狠抓团队建设,开展朴实而丰富的德育主题活动。乐山七中开展从3月份的“母亲节”感恩心,到6月份毕业季离校仪式等不同主题的各类活动,利用班团课、升旗仪式、校会等进行心理健康教育宣传,并通过黑板报、橱窗、墙报、展板、广

播站等平台普及心理健康知识。

市草堂高中增设心理教研组,常规开设学生专题心理讲座、个别咨询、社团活动、教师心理沙龙等活动,并通过课题研究、送课交流、心理委员和社团培训,推进学校心理健康教育的发展。

乐山外国语学校通过心理课堂、心理专题活动、校园心理报、校园心理剧、心理广播、学生心理咨询等活动,立体推行、点面结合,践行心理学的理念、技术和方法去引导和感染每一位学生,以培养学生“五感——归属感、独立感、承认感、成就感和愉悦感”为目标,用爱 and 信任滋养成长中的每一名学生。

学校贴心服务学生 营造健康心理生态

在位于市实验中学的乐山市未成年人心理成长指导中心内,团体辅导室、个体和团体沙盘室、阳光小屋(个案咨询室)等功能室一应俱全。依托心理中心,市实验中学以本校学生为基点,开展特色心理健康教育,为学生营造健康心理生态。

“我们实行预约制度,每周一学生进行咨询预约,学校心理教师团队分别为各个年级的学生提供心理咨询服务。”据该校专职心理教师干士介绍,每天都有学生进行咨询,中心每月都会接待校外学生、家长个案咨询,每月开展小组沙盘团体辅导,每学期开展考前团体系列辅导,科学系统地帮助不同心理困惑的孩子。

据悉,该中心除了提供系统的个案咨询和团体辅导服务外,还编制心理健康报,帮助学生表达内心情感;组织心理委员进行主题培训,通过心理班会辐

射至各班;开展心理主题班会展演,帮助全校师生缓解心理压力;开设精彩纷呈的心理课,帮助学生学会学习,并形成校本教材。

同时,该校还在家长学校中开辟心理版块,通过讲座、家庭亲子活动等形式,让家长加入心理健康教育的行列,尤其是开设的“做好青春期孩子的家长”课程,为青春期待家长提供家庭教育指导,帮助家长更好地陪伴孩子度过青春

此外,乐山一中心心理发展中心、市草堂高中心理成长与生涯发展中心、乐山七中心理健康教育指导中心、市更生学校“知心小屋”心理健康辅导室等心理健康教育机构的设立,为学生提供了贴心咨询服务,建立档案追踪“问题学生”,帮助学生建立良好的心理生态,促进了学生在校健康快乐地成长。

教育

教育培训事业部总监:黄培
新闻热线:13308138586
邮箱:lsrbjiaoyu@163.com(日报)

校园快

市旅游学校开展学生体质测试复核工作

本报讯(旅校宣)为健全学校体育工作评价机制,有效评价学校的体育工作,促进学校体育工作健康发展,近日,市旅游学校教务处对今年学生体质健康监测数据进行了复核。

本次体测复核是对该校体育工作的一次全面检查。复核随机抽取了各班男女生各一名,现场对学生进行了体质测试,测试内容包括坐位体前屈(男)、一分钟仰卧起坐(女)、引体向上(男)、50米跑(男女)、800米跑(女)、1000米跑(男)。该校教务处和体育教研组共同组织并参与了本次体测复核工作,复核结果良好。

下一步,该校将强化学生体质,重视学生健康状况,落实好阳光体育活动的开展,丰富各项课后体育项目,促进学生参与体育锻炼,增强自身体魄。

乐山七中法制教育活动受欢迎

本报讯(查均明)为深入开展法制宣传教育,培养师生的法制观念,培养学生自我保护意识,努力构建和谐、平安、文明校园,日前,乐山七中开展以“助力伴飞,阳光成长”为主题的法制教育活动。

学校高度重视此次法制教育活动,专门邀请了市公安局市中分局张公桥派出所民警,为师生们讲解相关法律法规知识。民警从学生们身边的案例说起,结合学生的年龄特点、身心特点,充分运用视频、照片等方式,使枯燥的内容变得生动形象、通俗易懂,受到了学生们的欢迎。

该校相关负责人表示,通过此次活动,不但提高了学生明辨是非的能力,同时也强化了教师、学生的法制观念和道德意识,对学生的健康成长产生了积极影响。今后,该校将进一步加强法制宣传工作,培养学生的自我保护意识、爱国意识、权利意识和法制观念,使他们养成自觉学法守法、依法办事的好习惯。

市县街小学青年教师展才艺

本报讯(雷琴)为提高青年教师粉笔字技能水平,日前,市县街小学举行青年教师粉笔字技能大赛。比赛中,参赛教师们纷纷拿出自己的“看家本领”,屏息凝神、目光专注,一笔一画、一丝不苟,行云流水、一气呵成。短短15分钟,一行行整齐漂亮的粉笔字便跃然眼前,有的遒劲有力、有的潇洒俊逸、有的稳重端庄、有的清秀隽美……

随着现代多媒体辅助教学在课堂广泛运用,传统的黑板板书往往容易被生动形象的多媒体课件取代。但是,整齐美观的粉笔板书不仅可以清楚地向学生展示教学内容,提高教学效果,还可以让教师起到言传身教的作用,加强学生对汉字美的认识。此次活动不仅展示了该校青年教师的个人风采,为青年教师提供了互相观摩学习、取长补短的平台,同时也进一步激发了青年教师的工作激情。大家纷纷表示会继续加强教学基本功的练习,争取写一手更规范、更美观的粉笔字。

五通桥区召开中、小学体育工作会

本报讯(易春玲)为扎实开展学校体育工作,切实落实健康第一理念,近日,五通桥区召开中、小学体育工作会,对该区2020年学校体育工作进行总结,对2021年体育工作提出期望和整体工作思路。

会议指出,为进一步促进学生全面发展,五通桥区成立了青少年校外活动中心。在体育教育方面,该中心将承担各类体育赛事活动的举办,中心要做到精心组织,早实施、早见效,实现常态化开展。下一步,该中心要逐步落实课后服务中

关于体育教育的最终需求,组织好课后服务中涉及的各类体育项目培训、活动和比赛,同时,协调做好市“八运会”各项准备工作,争取取得优异成绩。

会上,与会人员围绕学校体育工作改革和项目比赛实施办法等各抒己见,展开热烈讨论,并初步形成了该区2021年体育教育工作重点:小学体育抽测适当扩大抽测范围;开展全区学生篮球联赛;开展全区中青年教师体育技能大赛。



精彩图说

近日,市实验幼儿园开展第二届“儿童生活戏剧节”活动,进一步丰富孩子们的生活。活动中,孩子们自编自演的童话剧依次“上映”,为师生们带来了一场精彩的童话盛宴。图为活动现场。

雷婷婷 摄

普及食品科学知识

努力提高安全防范能力



乐山日报公益广告