

新闻 动态

自贡市 实施学生体质强健行动

本报讯(记者 钟兴茂)近日,自贡市卫生健康委、市教育和体育局等12个部门联合制定了《自贡市“体重管理年”活动实施方案》(以下简称《方案》),启动为期三年的“体重管理年”活动,聚焦提高体重管理意识、提升体重管理能力、促进生活方式转变、落实体重精准管理4个方面,助力群众控制体重、增强体质。

《方案》提出,活动期间,自贡市一方面将开展多种形式的体重管理科普宣教“九进”行动,包括进家庭、进社区、进学校、进医疗卫生机构、进机关企事业单位、进商超、进宾馆、进餐馆食堂、进科普基地,增强大众体重管理意识;另一方面,将鼓励二级及以上医疗机构设置体重管理门诊或肥胖防治中心,实施市、县(区)、乡、村四级健身设施体系完善行动,推进营养健康食堂(餐厅)、营养健康学校、健康超市建设,鼓励提供“三减”食品,设置低钠、无糖、少油食品购买专区,为重点人群的体重管理提供科学指导和便捷服务。

《方案》特别指出,学校食堂和配餐企业要针对不同年龄段学生提供营养配餐服务;要全面实施学生体质强健行动,保障学生每天校外各一小时体育活动时间,加强学生体重监测、营养评价、合理膳食指导等服务。到2026年,全市二级及以上综合医院提供体重管理及肥胖症诊疗服务覆盖率要达到100%;儿童青少年超重率、成人肥胖率年均增幅要分别控制在2%、5%以内。

德阳市 600余名中职生同台竞技

本报讯(记者 陈朝和)近日,以“一技在手、一生无忧”为主题的2025年德阳市职业教育活动周暨德阳市中等职业学校“未来工匠”技能大赛启动仪式在什邡市举行。

在技能展示环节,“天工开物”环节以三星堆青铜文明、李冰治水智慧、传统榫卯工艺为脉络,致敬德阳“重装之都”的文化积淀。“AI之光”环节以智能机器人、量子计算等科技元素为核心,演绎现代职教人“以代码为凿、算法为锤”的创新实践,展现数字时代工匠精神的传承与突破。据介绍,本届技能大赛共设计中职中、中江职中两个赛场,全市中职学校600余名选手在交通运输、装备制造、旅游、信息技术、财经商贸、建筑工程和综合类7个专业大类的18个技能项目展开激烈角逐。

职教活动周期间,德阳市各中职学校还举办了校园开放日活动,邀请企业代表、中学生及家长等社会各界人士参观学校教学成果、实训基地,面向中小学开设“职业体验”活动,组织师生进社区开展家电维修等志愿服务,联合企业开展“技能下乡”,提供电商培训及技能指导等,展示学校教育教学改革成果。

万源市 以教学视导破解提质发展难题

本报讯(毕江)近日,在达州市教育科学研究所县域集中教学视导活动万源中学数学分会,采取随机抽取的方式分别确定城区、乡镇教师各一名与专家教师共同执教,开展“同课异构”,来自万源市城乡的120余名中学教师到场观摩。

此次集中教学视导特邀省内外教育教学专家,选调成渝两地名校名师名课,采取“同课异构+专家诊断+专题讲座”的视导模式,多学科进行诊断,多维度开展教研。

教学视导是达州教育托底帮扶万源市的重要举措。据达州市教科所副所长胡江介绍,从2024年实施教育托底帮扶以来,就将县域集中教学视导活动作为托底帮扶万源教育发展的重要抓手,围绕高中考改革、万源薄弱学科发展开展了4次集中教学视导活动。

万源市也借此打好“借力输血、透析净血、自主造血”的教学视导组合拳,用教学视导推动学科建设、课堂改革、教师发展,全面加速教育三年提质行动。

今年3月,万源市教育局党组成员、总督学刘娟带队开展常规视导,采取“一听、二查、三评”视导模式,对6所学校的常规管理、课堂教学、校本教研等内容进行了全面视导。

万源市教育局充分发挥教研室和督导室的工作职能,每季度开展一次常态视导,随机抽取班级和学科教师,随机抽查学校班子成员工作笔记、听评课记录等,确保一年内实现所有学科全覆盖,3年实现所有学校全覆盖。

4月中旬,万源市向前小学的英语活动周拉开帷。此项活动也是该校根据二级视导发现英语学科建设薄弱的问题,尝试开展的创新探究。

“我校根据视导发现的问题,专门成立了教学研究中心组,建立教师课堂评价考核机制,完善课堂教学跟踪听课、听课、议课、评课机制,推动学校教学质量的持续攀升。”万源市庙坡小学校长龚建华如是说。

万源市委教育工委书记,教育局党组书记、局长陈思永表示:“万源教育抢抓四川省托底性帮扶机遇,充分用好教学视导这把利刀,引导系统变被动为主动、学校变挑战为机遇,教师变压力为动力,积极适应‘双新’改革新常态和高中考改革新变化,加快办好老区群众家门口的满意教育。”



向“心”而行,共筑师生“心灵港湾” ——我省大中小学多形式开展“5·25”心理健康教育主题活动

■ 本报记者 张玥 马晓冰 钟兴茂

聆听课堂内外的“心呼唤”—— 从课堂与书本中汲取“心”力量

“每当我遇到困难时,这句‘长风破浪会有时,直挂云帆济沧海’会让我充满力量!”“‘天生我材必有用,千金散尽还复来’,让我觉得生活中没有什么坎是过不去的。”近日,在遂宁市第六中学,一场别开生面的心理健康教育主题活动——“跟着诗仙闯江湖”主题班会活动正在进行。该活动以唐代诗人李白的生平与诗词为切入点,引导学生感悟逆境中的精神力量,探索心理健康与自我成长的深刻联系。

从“五岁诵六甲”的天才少年,到“轻舟已过万重山”的豁达诗仙,李白的仕途坎坷与创作激情引发了学生的热烈讨论。有的班级以“轻舟已过万重山”为灵感,用水墨风格呈现乘风破浪的小舟;有的班级写下“关注心理健康,从‘5·25’开始”“心理向阳,健康而生”等相关感悟。一幅幅作品不仅展现了学生对诗词的理解,更传递出“珍爱自我、悦纳人生”的积极态度。

“同学们还能坚持多少次?”“是不是想放弃了?”“还撑得住吗?”在眉山市苏祠中学八年级的体育课上,学生们手拉弹力绳围成大圈,在班主任的示范下,有节奏地向同一方向拉动弹力绳。每完成20次,心理教师便插入“极限突破”提问,引导学生觉察心理变化。

“该课程既能训练学生的上肢与核心力量,又能培养团队协作意识,增强集体归属感,突破‘自我设限’心理。学校持续探索‘体育+心理’的运动课程,助力学生身心健康、快乐成长。”苏祠中学副校长吴艳说。

在成都师范银都紫藤北区小学的心理健系列活动中,学校以多学科跨界融合的方式,让学生从不同角度勾勒心灵之美。美术课上,学生绘制出自己的笑脸自画像,用画笔定格灿烂童年;学校音乐厅里,学生们放声高歌,在旋律中释放情绪;心理健康课上,则开启自我疗愈相关课程,引导学生探寻内心力量。

“5·25”谐音为“我爱我”,2004年,团中央学校部、全国学联共同决定将5月25日定为全国大中学生心理健康日。在20余年的发展,“5·25”心理健康日的影响范围从高校“走向”各级各类学校,为提醒广大学生、教师及家长正确认识和接纳自己、关注自己身心健康、树立健康的价值观和生命观起到了积极作用。

在这个属于心灵的“特别时节”,我省大中小学开展了多形式的心理健康教育主题活动,旨在宣传普及心理健康知识,提升学生心理素养,促进学生全面发展。

释放内心深处的“心能量”—— 多彩活动引导学生正确认识自我

在快节奏的校园生活里,学业压力如轻柔的丝线,难免会“勾起”学生的心绪。为帮助学生释放压力、舒缓身心,合江县中学校开展了一场充满欢乐的“减压游戏派对”。

该活动包含“珠行天下”“袋着青春”“蒙眼踏步走”三大趣味游戏。“珠行天下”考验团队的默契,学生手持特制管道,相互连接成一条“轨道”,让小球在上面平稳滑行,每一个环节都需要大家密切配合,学生们在协作中感受团队的力量;“袋着青春”中,学生们钻进麻袋,双脚并拢,蹦蹦跳跳地向前行进,大家在游戏中找回了童年的纯真快乐;“蒙眼踏步走”则充满了未知与挑战,学生们蒙上眼睛,在同伴的指引下,勇敢地迈出每一步,考验彼此之间的信任和默契度。

“这个设备好神奇,它通过我的言语表情就猜透了我心里的‘潜台词’。”在成都市石室联合中学的心理游园会中,学生们正借助视听融合AI心理状态评估仪器,通过微表情、语言等数据生成“心灵晴雨表”,聆听身体发出的“无声语言”。

成都市石室联合中学将心理学前沿的身心一元理论与人工智能技术相结合,通过一系列创新活动引导学生关爱自我,让学生在互动中重新建立身体感知与心理健康的桥梁,既缓解了学生的日常压力,也培养了他们自我觉察与情绪调节的能力。

面对青春期,不少学生心中都开始出现越来越多的“小秘密”和“小烦恼”,如何正确认识正在长大的自己,以最好的状态面对青春期?洪雅县田锡中学围绕学生青春身心变化、人际关系等内容,以科学讲解结合图示、提问互动的形式,引导青少年正确看待变化,

树立健康积极的人生观。

西华大学各学院结合专业特色,聚焦当下学生学习生活的新情况、新变化、新特点,组织开展了形式多样、内涵丰富、有益于大学生身心健康的体验活动。该校建筑与土木工程学院“同舟共济”“抱抱暖心”等活动,让大家在游戏中体验团队合作的力量;计算机与软件工程学院“情绪盲盒”“气球花语”等活动,让参与者通过行动调整释放情绪;法学与社会学院设计国风歌曲竞猜、团扇制作、摇签纳福等小游戏,让大家在沉浸式体验中华优秀文化的同时,探索自我、关爱他人。

4月至5月是成都医学院第十九届“5·25”心理健康教育宣传月。该校通过讲座沙龙、科普宣传、作品征集、辅导拓展、趣味游戏等50个主题活动,为学生普及了专业的精神卫生知识,引导学生在多样的活动中缓解科研和学习压力,直面内心世界。

搭建家校之间的“心桥”—— 家校社共绘心育“同心圆”

家庭是充盈孩子内心世界、疗愈孩子身心的重要场域。为汇集家校社力量,守护青少年心理健康,内江市实验小学推出“共情感恩卡”实践活动,将心理健康教育与家庭情感联结,助力学生情感表达与家庭关系升华。

本次活动中,学生通过给父母绘制感恩卡,向父母表达爱意。活动还倡导家长将“节日仪式”延伸为生活化情感实践,鼓励双职工家庭每周有共享晚餐的机会,通过餐桌对话深化亲子互动。同时,本次活动还推出“感恩卡2.0”延展计划,学生可以每月为家人书写“微感恩便签”,记录日常小事,培养持续性表达情感的习惯。



内江市东兴区牛牯山小学开展“心光灿烂,快乐成长”校园心理减压活动,学生正在参与趣味减压游戏。(兰白涛 摄)

洪雅县“三维”发力,守护学生心理健康 从“问题应对”到“主动护航”

本报讯(曾子芮 杨泽方)为贯彻落实《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》要求,洪雅县积极构建“预防—干预—赋能”三维工作体系,推动心理健康服务从“问题应对”向“主动护航”转型,推进学生心理健康工作提质增效,促进学生身心健康发展。

织密全域“防护网”,夯实心理健康“基础桩”。课程体系全域覆盖,全县30所中小学均开设心理健康课程,县教体局和县心理健康中心组每年组织开展1次优质课展评活动,不断提升心理健康教育水平。动态监测精准建档,每年秋季学期完成四到九年级和高中在校学生的心理测评,再通过家长反

馈、教师观察、心理健康教师谈话等,对全县近3万名学生建立心理档案,对高风险学生建立“一生一策”追踪机制,降低危机事件发生率。硬件设施提质升级,建设4个标准化心理辅导室,每年为学生提供心理服务3000余次。

打造多层“干预链”,筑牢危机应对“防火墙”。“三级包保”全方位守护,通过“校长包班一班一主任包班一科任老师包重点学生”,从学习、安全、心理3个方面对学生进行全方位守护。县域中心专业化指导,洪雅县学生心理辅导中心于4月底挂牌,配置2名专职心理健康教师,为学生心理健康问题提供专业指导。医教协同多途径赋能,联合县卫健局,整合健康副校长和属

地卫生院专业资源,邀请相关领域专家到学校开展心理健康、青春期健康和传染病防控等科普讲座。

构建多元“共育体”,绘就协同育人“同心圆”。家校共育聚合合力,今年上半年各校开展家长课堂、家长开放日、专家讲座等家庭教育专项活动,覆盖家庭1万余个。体教融合强意志,严格执行国家课程计划,落实义务教育每天一节体育课、一次大课间活动内容,保障学生每天体育活动时间总时长不低于2小时。艺术创想开心扉,将艺术表达与心理健康教育深度融合,构建“沉浸式体验、非言语表达、情感正向释放”的特色心育模式,通过艺术载体有效化解学生情绪压力,提升心理韧性。

长宁县希望小学

将心育从班级延伸至家庭

本报讯(记者 钟兴茂)“父母鼓励的话语能激发孩子潜能,而过度的批评指责,可能会导致孩子叛逆,产生对抗心理。”近期,长宁县希望小学举行“家校携手 共创美好”家庭教育培训会,邀请中国家庭教育高级指导师莫济萍开展专题讲座,指导家长重视学生习惯养成和心理健康,将学校生命与心理健康教育理念延伸到家庭。

据校长曾德志介绍,学校一直很重视学生的生命教育,从2013年便开始探索将生命教育融入班级精神文明建设,不仅把生命教育外化为班级口号和标语,还融入日常管理、班会课与特色活动中。

近年来,学校又将生命教育与心理健康教育相结合,形成了“1+X”五育融合课程体系,包括“生命与心理健康教育”专门课程+融读写、融智行、融健美、融劳创”的内容。

“通过系统的课程设、丰富的教学活动和多维度的心理辅导,才能真正让生命教育走入学生的内心,提升学生的生命意识和心理健康水平。”曾德志说。在生命与心理健康教育理念指引下,学生通过晨跑晨练、大课间活动等方式,养成了坚持锻炼的好习惯,又在种植园劳作、郊游野炊中,放松心情、释放情绪,学会与人沟通、团结协作。

学校的教育理念和方式也得到家长的认可和肯定,每当有全校的大型主题活动,都有家长热情参与、出谋划策。但学校也越来越意识到,大多数家庭在孩子生命与心理健康教育上的缺失。为此,长宁县希望小学正积极通过家长会、家长学校家庭教育培训、家访等方式,将生命与心理健康教育从班级延伸到家庭。“教育是家校的双向奔赴,唯有同频共振,方能托举未来。”曾德志感叹道。