



《晋江少年》
官方微信公众号

护航心灵 向阳成长 晋江开展未成年人心理健康辅导“公益九月”活动

新学期,晋江各校有“心”的开始,校园里涌动着一股温暖而有力的“心”潮流——今秋,晋江市委文明办、晋江市教育局、晋江市教师进修学校联合开展晋江市未成年人心理健康辅导“公益九月”活动。各学校积极响应,通过讲座、沙龙、游戏、团体拓展等方式普及心理健康知识,为师生心理健康保驾护航。

本报记者 蔡红亮

心理健康大礼包 为学生注入“心”能量

秋天是丰收的季节。这不,这阵子,晋江的学生就收获了一份份“心理健康大礼包”。

在张林中心小学,一场别开生面的“能量瓶计划”,为孩子们成长注入源源不断的“心”能量。每个学生都绘制了一个专属能量瓶,分为自我介绍、我所拥有的、我可以做到的三部分。孩子们通过绘画、文字记录等形式,梳理自身积极资源,学习储存、补充心理能量的方法。有的孩子说自己拥有爱护他们的亲朋好友,拥有一技之长,收到很多鼓励与祝福等。这一活动不仅增强了学生的自我认知,还激发了他们的内在动力,让心灵之树苗茁壮成长。

张林中心小学校长陈丽花告诉记者,学校积极响应活动号召,将心理健康教育融入校园生活的各个环节,开展了一系列丰富的活动,覆盖全校师生及部分家长群体,参与人数达1100余人次。“接下来,学校将进一步

加强心理健康教师队伍建设,邀请专业导师开展培训,提升个体辅导专业能力;优化测评体系,结合低年级学生特点完善评估标准,建立动态跟踪档案;创新活动形式,探索数字化心理健康服务路径,通过心理绘本阅读、线上心理小课堂等形式,持续深化心理健康教育成效,助力学生‘阳光成长、快乐童年’。”陈丽花说。

与此同时,高铁实验小学为六年级上学期初为中职新生及综合高中新生开展“解锁成长密码”专题心理讲座。针对毕业班学生面临的学习压力与身心变化,讲座以轻松互动的方式,引导学生正确认识青春期,掌握情绪调节方法,帮助他们以积极心态迎接成长中的挑战。

面对学业压力与青春期的双重挑战,中学生心理健康尤为关键。晋江安海职校专职心理教师黄艳芳在学期初为中职新生及综合高中新生开展了多场心理健康讲座。她围绕心理健康教育融入校园生活的各个环节,开展了一系列丰富的活动,覆盖全校师生及部分家长群体,参与人数达1100余人次。“接下来,学校将进一步



晋江市高铁实验小学公益九月活动

委员及宿舍长的专题培训,提升其危机识别与互助能力,构建起校园心理安全的“第一道防线”。

创新是推动心理健康教育发展的不竭动力。9月中旬,晋江市未成年人心理健康辅导站心理咨询师研修“公益九月”主题活动在晋江市第四实验小学成功举办,全市百余名心理辅导员参与。本次活动创新采用“主会场深耕专业研修+分会场服务家庭教育”的双线模式,既强化教师专业能力,又贴近家长实际需求。

主会场以“AI赋能心育”为主题,探索数字化、智能化在心理健康教育中的应用,推动心育工作走向精准化、高效化。分会场聚焦家庭教育,针对家长在育儿过程中的“畏难”情绪,提供专业指导与支持。中小学心理教师以“专业”为基,以“创新”为

翼,推动晋江未成年人心理健康教育在科学与温情中并行发展。

多方协同发力 为学生心理健康保驾护航

今年“公益九月”活动的主题为“护航心灵 向阳成长”。为期一个月的活动期间,晋江各校聚焦未成年人情绪不稳定、学习压力大、人际关系紧张、青春期生理变化、网络成瘾等方面的突出问题,面向广大家长、教师和未成年人的心理健康辅导开展公益活动,促进未成年人身心全面发展。

“未成年人心理健康问题不仅关乎个体成长,更牵动着千家万户的幸福与社会和谐稳定。关爱和支持未成年人思想道德建设工作,重视未成年人心理健康与快乐学习生活需要

社会各界共同努力。”晋江市委文明办相关负责人介绍,公益九月活动的开展,旨在持续完善未成年人社会心理服务体系,打造“阳光成长、快乐童年”未成年人心理健康辅导精品项目,切实培养未成年人自尊自信、积极乐观、健康向上的心理品质,推动未成年人心理健康、沉迷网络、校园欺凌、违法犯罪等问题有效解决。

晋江市教育局相关负责人指出,晋江历来高度重视心理健康教育,未来将继续推动学校、家庭、社会及相关部门的协同联动,构建全方位、多维度的心理健康教育网络。接下来,晋江将进一步加强中小学心理健康教育课程建设与教学创新,通过形式多样、内容广泛的教研活动,挖掘和培养心理教师的专业潜力与教学热情,助力学生与家长放松身心、收获知识,实现心灵成长。

教育新闻

2026年高考 10月23日开始报名

本报讯(记者 蔡红亮) 晋江考生注意了! 2026年福建省普通高考将于10月23日开始报名,申请报名参加的所有人员须登录福建省教育考试院网站(www.eeafj.cn)“数字服务大厅-高考高招-高考考生报名系统”,进行网上账号注册、报名和缴费。报名截至10月28日,逾期不予网上报名。

据悉,福建省2026年普通高考报名包括“网上报名”和“现场确认”两个阶段。现场确认时间为10月29日至11月3日。网上报名时,报考人员应选择相应的报名现场确认点。其中,应届毕业生原则上选择学籍所在县(市、区)的确认点;本省户籍非应届毕业生(含往届毕业生和同等学力人员)原则上选择户籍所在县(市、区)的指定确认点;随迁子女非应届毕业生应选择原高中阶段学校学籍所在县(市、区)的确认点。据统计,晋江共设21个确认点。

热心校友向季延教育基金会 捐赠人民币50万元

本报讯(记者 蔡红亮) 10月4日晚,福建省聚利建设工程有限公司唐山阳、陈碧玲伉俪,借爱子新婚大喜之日,特向晋江市季延教育基金会捐赠人民币50万元,回馈母校培育之恩,共贺家族之喜。

“这份捐赠凝聚着唐山阳、陈碧玲伉俪对母校的赤子情怀,也体现了他们家族崇文重教、热心公益的优良家风。这份大爱,必将为季延的教育事业注入新的活力,助力更多学子追逐梦想。”季延中学党委书记、校长陈文段说。

新塘街道举行 中小学生田径运动会

本报讯(记者 蔡红亮) 近日,晋江新塘街道2025年“意尔康杯”中小学生田径运动会在季延中学新塘校区举办。

据了解,此次运动会是新塘街道规模最大、参赛人数最多、项目最全的一次学校体育盛会。运动会共开展包含跑步、跳远、实心球、立定跳远、团体跳绳等十余个竞技项目。

当天,现场还举行鸣谢仪式,向支持运动会举办的相关捐赠企业颁发鸣谢牌匾。



体艺之花绽校园

连日来,晋江市第二届校园体艺教育荟如火如荼进行中,体艺之花在晋江校园尽情绽放。

一场精彩的展演拉开了本届体艺教育荟的帷幕。舞蹈《丝路童行·晋韵筑梦》使晋地古韵与童真烂漫撞个满怀;体育展示排球操跳出属于晋江学子的活力与精彩;快板《晋江童谣追起来》在欢快的传唱中,将闽南文化的独特魅力精准呈现;合唱串烧《祖国有我》奏响了新时代学子勇担责任、砥砺前行奋进乐章,尽显少年的责任与担当。

伴随着激昂的《歌唱祖国》旋律奏响,长达80米的画卷《追光·绽放》在少年们的手中徐徐铺展。此画卷由80名毓英中心小学学生携手绘就。画卷上,或是展现运动场上健儿们拼搏的身影,或是描绘艺术殿堂中璀璨的光芒,又或是勾勒出祖国大好河山的壮丽景色,无不令人为之动容。

据了解,此次校园体艺教育荟美育主题为“体艺传烽火 少年砺壮志”,活动为期三个月,将开展晋江市第62届中小学生田径运动会、美育浸润行动开放日活动、闽南文化传习专场交流汇演等多场活动,以此激发广大学生参与体艺活动热情。

本报记者 蔡红亮 董严军



学生作品选登

妈妈的声音

钟涵萍(晋江市第三实验小学海丝校区五年10班)

妈妈的声音,是我生命里最熟悉的“背景音乐”。

清晨,第一个音符总是准点响起:“起床啦,小懒猪!”那声音像刚烤好的面包,软软的、香香的,钻进我的耳朵。我会闭着眼睛假装没醒,就为了多听一遍这专属的“闹钟”。

放学回家,钥匙刚插进锁孔,妈妈

的声音就隔着门飘出来:“是我的宝贝回来啦!”那声音像冒着热气的牛奶,一下子把我整个人都包围了。我会故意在门口蹦蹦跳跳,听她带着笑意的责备:“轻点儿,楼下的王奶奶说我们了。”

可是妈妈的声音也会变调。那次我爬树摔破了膝盖,血汩汩地往外冒。妈妈冲过来时,声音像被

掐住脖子的鸟儿:“疼不疼?疼不疼?”她一遍遍地问,声音抖得像秋风里的树叶。其实,伤口并没有很疼,但妈妈的声音让我突然很想哭——原来我受伤的时候,妈妈比我还疼。

最让我难忘的,是那个停电的夜晚。雷声像巨人在天上敲鼓,我吓得缩成一团。妈妈把我搂在怀里,轻轻

地唱起我小时候的摇篮曲。她的声音像一层柔软的棉花,把我紧紧包裹。在黑暗中,我听着这个熟悉的声音,突然不怕了。原来妈妈的声音,是我最早记得的,也会永远记得的安全感。

现在,我开始留意妈妈声音里细微的变化。高兴时,它像跳跃的音符;疲惫时,它像拖长的尾音;叮嘱

时,它像循环的副歌。每一个调子,都是爱的不同表达。

如果有一天我长大了,离家奔向远方,我一定会想念妈妈的声音。那时我要告诉她:妈妈,你什么都不用说,只要叫我一声“宝贝”,我就又变回那个被爱紧紧包围的孩子了。

指导老师 李春钰

时,它像循环的副歌。每一个调子,都是爱的不同表达。

如果有一天我长大了,离家奔向远方,我一定会想念妈妈的声音。那时我要告诉她:妈妈,你什么都不用说,只要叫我一声“宝贝”,我就又变回那个被爱紧紧包围的孩子了。

指导老师 李春钰

红色的跑道是战场,白色起跑线是梦的开端,每一步都是奋进的鼓点,用汗水换取成功,这一切,由你创造!你就是我心目中的英雄!

卢荣(晋江市实验小学三年4班)

红色的跑道是战场,白色起跑线是梦的开端,每一步都是奋进的鼓点,用汗水换取成功,这一切,由你创造!你就是我心目中的英雄!

加油,运动员!

卢荣(晋江市实验小学三年4班)

红色的跑道是战场,白色起跑线是梦的开端,每一步都是奋进的鼓点,用汗水换取成功,这一切,由你创造!你就是我心目中的英雄!

赶海记

张泽霖(晋江龙湖溪中心小学五年2班)

“退潮啦!”清脆的呼喊声在海边回荡。随着海水缓缓退去,我们提着水桶和铲子,宛如一只只欢快的小海鸥,迫不及待地冲向西海湾。国庆假期,我们终于迎来了期盼已久的赶海之旅。

来到沙滩,只见这里早已聚集了不少人。五颜六色的水桶,恰似散落在沙滩上的贝壳,为这片金色的沙滩增添了一抹绚丽的色彩。我学着妈妈的样子,将铲子轻轻插进湿润的沙里。突然,铲子碰到了一个硬邦邦的东西。“挖到啦!”我兴奋得一蹦三尺高,原来是一只大花蛤。它壳上的花纹,宛如游戏里神秘而古老的图腾,充满了奇幻的色彩。

“快看这边!”妈妈惊喜的声音传来。我急忙跑过去,发现小洞旁边有一群小螃蟹。它们挥舞着小钳子,横着身子快速奔跑,仿佛在玩一场激烈的“石头剪刀布”游戏。我屏住呼吸,小心翼翼地慢慢靠近。可这些小家伙机灵得很,“嗖”的一下,就钻进洞里消失得无影无踪。

最神奇的当数退潮后露出的滩涂,踩上去软绵绵的,好似一块巨大的海绵。妈妈耐心地教我辨认“蛤蜊呼吸孔”,只要看到沙滩上冒泡泡的圆孔,用铲子一挖,准能有所收获。不一会儿,我们的水桶就装满了“战利品”——肥美的花蛤、小巧的海瓜子,还有几只可爱的小螃蟹。

夕阳西下,我们满载而归。虽然胳膊被晒得黝黑,但看着桶里张牙舞爪的小海鲜,我们心里十分满足。原来,大海才是世间最棒的“宝藏地图”,而赶海则是大自然送给我们的一份珍贵的礼物!

指导老师 颜婉青

指导老师 施丽荣



谢依妙(晋江市第二实验小学三年11班)
指导老师 苏艳秋

我的漫画同学

姚梓霖(晋江安海西隅小学五年2班)

我们班有一位从漫画里走出来的同学,大家都叫她“纸精灵”。她就像课文《搭石》里写的那样,用灵巧的双手,为我们搭起一座通往美的桥。

她总是扎着两条长长的麻花辫,身穿素净的白衬衫,衣襟上却常常跳跃着星星点点的色彩——有时是茉莉花瓣那样的淡绿,有时是海洋深处的蔚蓝,仿佛不小心打翻了调色盘,也像漫画里不小心沾上魔法颜料的小主角。

她的双手仿佛自带魔法,最擅长在课桌上制造“治愈系小剧场”。有一次美术课,老师教我们折花蝴蝶。我笨手笨脚地摆弄了半天,蝴蝶的肚子

怎么也立不起来,软塌塌的像泄了气的皮球。正当我急得鼻尖冒汗时,小芝转过身来,轻声问:“需要帮忙吗?”

她的手指像漫画里的魔法棒,对折、压痕、翻折,每个动作都干净利落。只见她轻轻一捏——蝴蝶立刻挺立起来,翅膀微微张开,仿佛下一秒就要迎风飞起。“看,这样就好了。”她笑着说。我捧着那只突然活过来的蝴蝶,心里满是惊叹。

小芝还是我们班的“黑板报魔法师”。她就像《落花生》里默默奉献的花生,从不张扬,却总在需要时挺身而出。记得有一次出黑板报,需要大量

纸花做装饰。小芝二话不说接下了任务。从那以后,每到课间,她就变成采集花朵的小精灵,埋头在彩纸间。短几天,各式各样的纸花就在她指尖绽放——粉的像初春的桃花,黄的如秋日的波斯菊……当她用胶枪将纸花固定到黑板上时,“滋滋”的声响仿佛漫画里的魔法音效,让那些花儿永远开在了我们班的角落里。

这就是我们班的“纸精灵”小芝。她用一双巧手,把普通的彩纸变成了会说话的故事,让平凡的校园生活变成了流动的画卷。

指导老师 傅燕华

外婆的小屋

陈文禾(晋江安海成功中心小学五年6班)

当我翻开安小橙的《外婆的小屋》时,就像打开了一扇通往温暖世界的大门,书中的一字一句,都像带着温度的细流,“叮咚叮咚”淌进我的心里。

这本书描述了小女孩彭娜和外婆在小屋里的生活气息,墙上贴着废报纸,虽然简陋却格外整洁,连个角都不翘。小屋前,是种满果树和蔬菜的园子,绿得发亮;后面是清澈的池塘,长满了随风飞舞如白雪般的芦花。这一切,构成了彭娜童年里最美、最柔的画卷。

书中最让我感动的是外婆对彭娜无微不至的爱。外婆是个讲故事的“魔术师”,肚子里好似藏着个故事宝

库,永远有讲不完的新奇故事。那些故事陪伴彭娜度过了无数个宁静又美好的夜晚。她还会给彭娜最大的番茄、最水灵的黄瓜,还会戴着老花镜,为她缝小被子。在那个物资匮乏的年代,这份爱显得格外珍贵。而彭娜也对外婆充满了依赖和信任,祖孙俩相互依偎,像两棵紧紧靠在一起的树,一起面对生活里的风风雨雨。

表哥和表哥突然来访,像一块石头投进平静的湖面,打破了小屋原本的宁静。那一刻,彭娜感到前所未有的不安和害怕。庆幸的是,外婆始终是彭娜最坚实的后盾,给予她力量和勇气。

读完这本书,我不禁想起了自己的奶奶。我的奶奶也总是把最好的东西留给我。她会在放学后回家时,准备好香甜的点心;会在我生病时,守在床边无微不至地照顾我。就像书中的外婆一样,奶奶的爱也是那么无私,那么深沉。

《外婆的小屋》不只是一个关于亲情的故事,更是一首对生活、对勇气的赞美诗。它让我明白,无论生活中遇到多少困难,只要有亲人的爱,我们就能勇敢地往前走。这份爱,会像小屋一样,永远为我们遮风挡雨,成为我们心中最温暖、最安心的港湾。

指导老师 颜婉青