



漳州市教育局网站
二维码

漳州教育微信
二维码

2023年5月25日 星期四
漳州市教育局 联办



百余所学校学生参与 近7000幅作品参赛

第四届漳州市小学生手抄报比赛结果揭晓

历时一个多月,由漳州市教育局、漳州团市委指导,闽南日报社、少先队漳州市工作委员会主办,漳州农商银行协办的第四届漳州市小学生手抄报比赛结果揭晓。全市百余所学校的学生参加此次比赛,共收到6984份作品,经专家组层层评选,284名师生获奖。

本次活动自4月13日启动后,随即受到社会各界的广泛关注,全市小学生踊跃参与。比赛分为A组(一至三年级)和B组(四至六年级)进行。比赛评选过程公开、公平、公正,作品投稿截止后,主办方组织教育局工作人员、美术老师和资深编辑组成专业评审团,从作品的立意角度、思想深度、图文结构、书写规范、色彩搭配等多方面进行等级评定。经过多轮筛选、审核和集中讨论,评审团最终评选出每组一等奖各6名、二等奖各10名、三等奖各20名、优秀奖各30名和鼓励奖各

60名。同时,评出优秀指导老师31名。

漳州市小学生手抄报比赛已经连续举办四届,“铁粉”持续增长,“新粉”不断加入。与前三届相比,本届比赛主题更加多元,内容更加丰富。小学生们围绕“科技金融”“乡村振兴”“我爱漳州”“红色传承”“健康用眼”“垃圾分类”等主题展开创作,色彩缤纷、创意十足、童趣无限。不少学校积极组织学生参加比赛,鼓励学生勇于创新,开设专门课堂,由美术老师进行指导、筛选,最终提交图文并茂的优秀作品。

评选过程中,评审团优中选优,精益求精,一些立意深远、主题集中、版式新颖、构思巧妙、完成度高的作品脱颖而出。立意、技巧、内容等诸多方面形成的综合素质很重要,独辟蹊径的角度和新颖的元素则更容易脱颖而出。评审团的老师表示,舞狮、华表、动车、脸谱等元素

的过度使用会让作品呈现高度的相似性,容易使人产生审美疲劳,充满儿童视角的画面则容易让人眼前一亮。例如“丫丫回家了”“你好童年”等主题均取得不错成绩。

评审团提醒,历届手抄报比赛,都有一些整体水平上乘的作品,因用语不规范,缺少文字内容或有错别字等细节出现“硬伤”而落选,参赛者应注意作品既要体现绘画水平,又要符合手抄报特质,还要符合规范。

据悉,获奖手抄报作品将在《闽南日报教育周刊》选登,并通过闽南日报微信公众号、漳州新闻网微信公众号等平台推送。一、二等奖获奖作品还将于6月1日至6月20日在漳州青少年活动中心(龙文区新浦东路141号)展出,有兴趣的家长和学生可前往观展。

◎本报记者 邹美玲

第四届漳州市小学生手抄报比赛(A组)获奖名单

一等奖			
序号	姓名	学校	年级
1	黄舒瑶	华安县玉兰学校	三年级
2	杨禹宸	龙溪师范学校附属小学	二年级
3	游浩铭	芗城区实验小学公园校区	三年级
4	洪佳静	闽南师范大学附属小学龙文分校	二年级
5	蓝子媛	漳浦县马坪中心学校	一年级
6	郭镇方	龙溪师范学校附属小学	二年级

二等奖			
序号	姓名	学校	年级
1	陈钦明	高新区九湖中心小学	一年级
2	罗宇堃	芗城区实验小学	三年级
3	张嘉乐	古雷港经济开发区沙西中心学校	一年级
4	陈静妍	漳州艺术实验学校	三年级
5	潘姚霏	龙海区石码中心小学(新华校区)	三年级
6	阙嘉颖	漳州市北京小学	三年级
7	卢张屹	芗城区第二实验小学	三年级
8	詹司航	华安县仙都中心小学	二年级
9	苏亦洋	华安县仙都中心小学	二年级
10	李方琼	古雷港经济开发区高山小学	三年级

三等奖			
序号	姓名	学校	年级
1	任洋霖	芗城区实验小学	三年级
2	黄铭科	漳州开发区第二实验小学	二年级
3	黄佳钰	龙海区海澄镇黎明第一小学	三年级
4	洪芸萱	龙海区海澄中心小学	一年级
5	许宇晨	漳浦县石斋小学	三年级
6	甘子睿	古雷港经济开发区古雷中心学校	三年级
7	叶思涵	龙海区程溪中心小学	二年级
8	王淑瑜	龙海区月港中心小学	一年级
9	黄奕萱	诏安县庄溪小学	一年级
10	黄雯婧	平和县育英小学	二年级
11	陈婷婷	古雷港经济开发区古雷中心学校	三年级
12	许雅倩	漳州台商投资区鸿渐小学	三年级
13	陈瑾怡	龙溪师范学校附属小学龙文分校	二年级
14	杨羽	漳州台商投资区角美中心小学	一年级
15	黄诗涵	漳州台商投资区石厝小学	三年级
16	张芝舒	漳州市芝山中心小学	一年级
17	韩梓妍	漳州市通北中心小学	三年级
18	黄辰睿	芗城区第二实验小学	二年级
19	蓝邵薇	龙海区隆教畲族中心新厝小学	二年级
20	郭璞	龙海区石码中心小学(新华校区)	一年级

优秀指导老师		
序号	姓名	学校
1	林丽君	华安县玉兰学校
2	金建芳	龙溪师范学校附属小学
3	赖小梅	芗城区实验小学公园校区
4	林翠云	闽南师范大学附属小学龙文分校
5	陈桂鑫	漳浦县马坪中心学校
6	冯彩惠	龙溪师范学校附属小学
7	康丽灵	高新区九湖中心小学
8	林秋婷	古雷港经济开发区沙西中心学校
9	张冬娟	漳州艺术实验学校
10	欧阳红莲	龙海区石码中心小学(新华校区)
11	黄红梅	漳州市北京小学
12	韩碧珠	芗城区第二实验小学
13	林标辉	华安县仙都中心小学
14	苏群强	华安县仙都中心小学
15	徐翠乔	漳州古雷港经济开发区高山小学

第四届漳州市小学生手抄报比赛(B组)获奖名单

一等奖			
序号	姓名	学校	年级
1	黄怡晴	龙海区实验小学紫云校区	五年级
2	孙辰昊	龙溪师范学校附属小学	五年级
3	戴雅婷	漳浦县马坪中心学校	六年级
4	黄晨涵	漳州市实验小学腾飞校区	六年级
5	欧隽宇	漳州市实验小学	五年级
6	郭紫煊	龙海区月港中心小学	六年级

二等奖			
序号	姓名	学校	年级
1	熊尔贝贝	龙溪师范学校附属小学	四年级
2	林杏雨	龙海区石码第二中心小学	四年级
3	蔡佳晔	龙溪师范学校附属小学龙文分校	五年级
4	李健	漳州市第三实验小学	六年级
5	郑静雅	漳州台商投资区角美中心小学	五年级
6	陈语桐	龙海区凤山小学	六年级
7	张颖轩	漳州正兴学校	六年级
8	张紫瑄	漳州台商投资区实验小学	四年级
9	黄煜晗	漳州台商投资区石厝小学	四年级
10	张淇涵	漳州台商投资区角美中心小学	六年级

三等奖			
序号	姓名	学校	年级
1	林艺涵	漳州台商投资区角美中心小学	五年级
2	林彤彤	漳州市大同小学	五年级
3	蔡坤毅	漳州市平和县坑里小学	六年级
4	何琬琪	云霄滨武亭小学	四年级
5	许诗婷	漳州台商投资区角美中心小学	四年级
6	卢娟洁	漳州台商投资区角美中心小学	六年级
7	蔡思虹	龙海区海澄镇康新第二小学	六年级
8	黄奕可	诏安县庄溪小学	五年级
9	杨博涵	漳州市北京小学	五年级
10	程琳茜	漳州市通北中心小学	四年级
11	谢佳桦	漳州台商投资区角美中心小学	四年级
12	黄尔丹	古雷港经济开发区古雷中心学校	六年级
13	李辰昊	漳州台商投资区角美中心小学	五年级
14	郑杰	漳州艺术实验学校	五年级
15	李易桐	漳州正兴学校	六年级
16	郑舒阳	龙海区实验小学西湖校区	五年级
17	黄品乔	华安县仙都中心小学	六年级
18	林思涵	诏安县林厝小学	六年级
19	蒋思敏	华安县仙都中心小学	四年级
20	赖昕妍	漳州市第二实验小学	六年级

优秀指导老师		
序号	姓名	学校
1	何思洋	龙海区实验小学紫云校区
2	邹李如珍	龙溪师范学校附属小学
3	陈丽容	龙溪师范学校附属小学
4	陈荣美	漳浦县马坪中心学校
5	陈玉玲	漳州市实验小学腾飞校区
6	曹延斌	龙海区月港中心小学
7	马小倩	龙溪师范学校附属小学
8	高艺君	龙海区石码第二中心小学
9	陈慧珍	龙溪师范学校附属小学龙文分校
10	唐惠娟	漳州市第三实验小学
11	陈靖	漳州台商投资区角美中心小学
12	叶玉	龙海区凤山小学
13	陈小琴	漳州正兴学校
14	黄艺鹏	漳州台商投资区实验小学
15	许绚丽	漳州台商投资区石厝小学
16	郑碧英	漳州台商投资区角美中心小学

优秀奖、鼓励奖获奖名单请关注闽南日报公众号相关发布

M 关注中高考

漳州近5000名高考考务人员线上培训

本报讯(记者 陈慧慧)距离2023年高考仅剩十多天,全省招考战线正在紧锣密鼓地推进考前各项准备工作。自5月16日开始,在半个月的时间里,全省近5万名考务工作人员通过观看视频学习,再进行相关考核。其中,漳州各县区共有近5000名考务工作人员进行本次线上培训,对考试中的管理细节、试卷安全、考务工作中的重要事

项、严格考试过程管理等方面进行再培训再强调,将各项考前准备工作做得更深、更细、更全、更实。此外,日前省教育考试院还制定了《福建省普通高等学校招生考试工作手册》,其中实施细则对考场设置、考生安全检查、考试实施等方面的高考考务工作进行了详细、具体的规定,全力确保实现“平安高考”的工作目标。

考前心态应松弛有度

良好的考前心态有助于考生在考场上顺利发挥,本期教育周刊,我们邀请国家二级心理咨询师、漳州三中教师杨滨妮,就高考前考生及家长可能遇到的心理问题进行分析和指导,帮助考生以健康的心态迎接高考。

解决问题还需找到问题的根源。杨滨妮说:“首先,要去了解高考对个人来说意味着什么。高考就是一场选拔性考试,不要去无限延伸它对于自己的意义和作用。高考并不能决定个人一辈子的方向,生活还会有很多可能性,还会给我们一些机会去更大的空间,遇见更好的人,做更适合自己的事。”杨滨妮表示,明白这一点,考生就不会在心理上把高考作为人生成败的唯一准绳,也就不会过度紧张从而而影响高考的发挥。同时,她指出,适度紧张其实是好事情,可以让考生更加集中注意力,帮助考生提高做题效率。“当我们认为紧张是个问题,我们就会更加紧张。当你一定要把它当成一个问题去解决的时候,很可能就会产生更多的问题,让你更加焦虑。所以尽量不要去把它当成一个问题,认为一定要去解决。”

高考不只是考学生,也是考验家长。“家长在最后这个阶段,尤其要注意不给孩子增加额

外的焦虑感。”杨滨妮分析,考生考前的心理特点是焦虑、紧张、浮躁,情绪容易被考试所左右。随着成绩的波动,学习时紧时松,因学习压力大,考生情感潜意识长期受压抑,可能会出现一点小事就炸毛的现象,亲子关系和同辈社交关系在这个时期都较为敏感。杨滨妮提醒,不管孩子表面表现得多么不在意,孩子的内心一定对于自己的学习是有担忧和有要求的,只是行为上能不能跟上自己的期待和要求。孩子有更强的升学愿望,家长在这个时期没有必要再给孩子增加额外的焦虑感,而是要做好孩子情绪的宣泄口。

值得注意的是,家长们也不用刻意关心和营造轻松的家庭氛围。当孩子没有主动提出需要什么帮助的时候,家长不要按照自己的理解给孩子施加帮助。家长对孩子的关心要适度,温馨和谐、日常的家庭氛围才更有利于孩子积极认真地复习。同时,要注意减少过多亲朋好友的拜访,更不要整日提醒孩子要抓紧学习,不要拿孩子与亲戚朋友家的孩子进行比较。家长切忌唠叨,能少说的少说,可说可不说的不说,这就是给孩子一个宽松的家庭环境。

◎本报记者 邹美玲

考前饮食应清淡为主营养均衡

记者近日采访了漳州市中医院药学部副主任中药师林汉钦,对于考生在高考冲刺阶段和高考期间的饮食提出一些建议。

对于考前饮食,林汉钦给出了四点建议:“一是基本饮食搭配,确保营养均衡,即每餐有谷类,适当鱼、禽、蛋、肉,还有一些蔬菜,每天要保证水果和奶类,这是基本的营养要求。二是注意早餐的营养,如果早餐没有吃好,会因为能量不够糖分不够,影响到考生正常的发挥。三是晚餐要清淡,不宜吃太多,这样有助于减轻考生疲劳感,保持晚间良好的复习状态,晚餐可多食蔬菜,也可以选择易消化的汤羹粥类食物,如果晚上需要加餐,最好在睡前1至2小时食用,避免影响睡眠。四是不建议靠喝咖啡来提神醒脑,避免因饮用咖啡造成心跳加速等身体不适或影响睡眠。”

高考前在一些封闭式或者半封闭式的学校,总会出现父母来给孩子送炖汤的场景,对此林汉钦希望学生家长要根据考生的身体情况,适当地送炖汤。“炖汤不是给孩子进行大吃大补,而是要起到健脾祛湿、健胃消食、宁心安神等作用,可以选用本地常用的中草药,比较适合孩子的肠胃。”

同时,“饮食要以清淡为主,过油过腻,生冷的食物不易消化,还会加重胃肠负担,会降低大脑的灵敏度,容易影响复习效率与考试的正常发挥。”

高考前考生的脑力消耗都很大,林汉钦建议考生要及时补充脑力。在补脑方面,林汉钦提醒考生例如虾、动物内脏、酸奶、核桃、豆制品等食物都有助于补脑,特别是能给大脑提供优质蛋白质和蛋白质的鱼类,更是补脑首选。

◎本报记者 刘健宁

考前应坚持规律的作息

近日,记者采访了漳州市第四医院睡眠康复中心涂细金医生,对考生考前睡眠提出一些建议。

临近高考,总有考生觉得压力很大,晚上睡不好觉,甚至是失眠,对此,涂细金觉得要先让考生了解自己的睡眠,临近高考期间的失眠并不一定是真正的失眠,而是因为紧张出现的假性失眠。“虽然这种假性失眠是正常现象,但这却是一种不良的心理暗示,所以如果有因为紧张而睡不着的考生,我的建议是应当转换心态,用平常心去对待,睡前要懂得放松心情。如果考生没法进行正确的调整,应当视情况及时就医。”此外,涂细金还提醒广大考生,如果只是一天睡不好的情况,不要过于紧张,第二天仍按照以往的睡眠习惯入睡即可。

养成良好的睡眠习惯,才能保证良好的睡眠质量。对此,涂细金的建议是要做一些正性

行为,例如合理安排作息时间、保持规律的起床时间、有睡意再上床睡觉、睡前可以喝热牛奶、睡前洗个热水澡。“有正性行为自然也有负性行为,例如睡前剧烈运动、午后摄入咖啡因饮料、在床上使用电子设备、白天多小睡、夜间过多进食等,这些都会影响考生的睡眠质量。”涂细金补充道。

如何更好地放松自己,让考生能够得到充分的休息?涂细金向记者阐述了几种方法:“第一,是要将睡眠场所调整为自己熟悉的睡眠环境;第二,调节好个人情绪,上床就要睡觉,睡前有事没有解决,就写在纸上,睡醒之后再去看;第三,适当进行体育锻炼,劳逸结合,养成良好的生活习惯;第四,进行一些适当的放松训练,可以尝试‘肌肉渐进放松法’‘冥想训练’‘呼吸放松法’等方式进行调节。”

◎本报记者 刘健宁

经验之谈:有“同理心”沟通就会顺利

毕业于漳州三中的甘迦林,目前就读于福建中医药大学修园班。甘迦林的父亲甘毅雄说:“父母的心平一点,孩子是能感受到的。要有平常心,你平常习惯怎样,考试前就保持那样,一般不会出问题。”在他看来,在考试前几天,家长自己保持好心态,帮助孩子平稳过渡尤为重要。

甘毅雄很理解孩子在备战高考时会面临不小的考验。“他复习特别累时会用唱歌的方式来缓解压力,他最喜欢唱李健的歌。”甘毅雄说,“我和他妈妈也会跟着哼几首李健的歌。家长对孩子的陪伴,很重要的是一要有‘同理心’,让孩子感受到我们是懂他的。”家长要信任孩子,“响鼓不

用重锤敲”,做好后勤保障工作即可,让孩子可以充分发挥自己的实力。

当孩子对自己的成绩不满意时,家长要耐心倾听,细心疏导。“高考第一天,语文考完,他的作文写得不是很满意。情绪有点低落。”甘毅雄说,在耐心地倾听了儿子的讲述后,他安慰孩子,先把他已经考过的放下,好好休息,准备下一科的考试。甘毅雄建议家长们可以在高考前和孩子说,只要努力了,就无愧于心。因为家长既要让家庭成为孩子勇于启航探索世界的安全基地,更要成为孩子遭遇逆境时能够得以休憩的避风港。

◎本报记者 苏水梅