

江苏学生体质健康监测结果出炉

19项指标高于全国平均水平 城乡差距继续缩小

家长课堂

向孩子表达你的关心而不是干涉

在亲子教养中,孩子对于父母而言,他需要你,他不能够没有你而生存,他需要食物,他需要爱,他需要照顾,但是他不需要你的观念,他不需要你的理想,他不需要你的基督教、你的印度教、你的伊斯兰教、或是你的佛教。他不需要你的经典,他不需要你的信念,他不需要你的理想来告诉他应该怎么样。只要避开观念、理想、目标、信仰,那么那个关心就会很美,那么那个关心就真的很真诚,否则那个关心是虚假的,是有条件的。

当在你的关心里面没有条件……你没有想要使你的孩子成为一个基督徒,你没有想要使你的孩子成为这个或为那个,成为共产主义者或法西斯主义者,你没有想要使你的孩子成为一个企业家、一个医生、或一个工程师,你对你的孩子没有任何观念,你说:“孩子,我是如此爱你,当你长大,你再作选择,成为任何对你来讲你想成为的那样,你觉得那是自然而然的,我给予祝福……不论你是怎么样,我都给予祝福。”

不论你会变成怎么样,从我这边来说,你都被接受,而且被欢迎。并不是唯有当你成为总统,我才会爱你,而如果你只是一个木匠,那么我就不爱你,我就为你感到羞耻;并不是唯有当你从大学带回来一块金牌,我才会欢迎你,而如果你失败了,我就为你感到羞耻;并不是唯有当你很有修养、很有道德观,你才是我的孩子,否则你我没有关联。

然而对于大多数的父母来说,对于孩子的关心含有条件在里面:“做这个!成为那个!”你是否曾经没有条件地爱过任何人?你是否曾经以一个人本然的样子来爱他或她?你不想去改善,你不想去改变,你的接受是全部的、全然的,这样的话,你就知道关心是什么!你会透过那个关心而被满足,而对方也会受到很大的帮助。

记住,如果你的关心不含利益在里面,不含私心在里面,你所关心的那个人将会非常愿意靠近你,但是如果你的关心含有某种强加于他人的观念在里面,那么你所关心的那个人将会不自在,甚或排斥你,远离你。那就是为什么孩子无法真正愿意将自己的心交给他们的父母的原因。

你去问心理治疗师,或是心理咨询师,他们碰到的很多个案都是父母过份关心孩子的个案,但他们的关心好象在做生意,它是冰冷的、算计的,他们想要他们的某些野心透过孩子来达成。爱必须是免费的礼物,当它贴上了价格标签,它就不再是爱了。



近日,省教育厅召开新闻发布会,公布2014年江苏省学生体质健康监测结果。监测结果显示,与全国学生体质健康监测统计数据相比,在可比较的综合反映学生体质健康水平的22项指标中,除肥胖率、超重率、近视率相对低于全国平均

水平外,我省19项指标明显高于全国平均水平。

据介绍,本次监测范围包括全省13个市,监测对象为82所中小学和10所高校的7~22岁的大中小学生56084人,其中男生28047人,女生28037人。监测项目涵盖身体形态、生理机能、身体素质、健康状况4个方面的26项指标,采集原始数据100余万个。

2014年,我省学生身体形态发育指标总体上继续呈现上升的趋势。与2010年相比,中小学男女生平均身高分别增高了1.8厘米和1.6厘米,平均体重均增加了

1.4公斤,平均胸围分别增大了1.3厘米和1.1厘米;大学男女生平均体重分别增加了1.5公斤和1.1公斤,平均胸围分别增大了1.1厘米和0.8厘米。与2013年相比,多数学业阶段学生的平均身高、体重都有所增加。

2014年我省学生身体素质总体上延续2010年以来的增强趋势,多数学业阶段学生的速度、力量、耐力、柔韧等身体素质指标提高较明显。如,与2010年相比,中小学男女生50米跑平均成绩分别快了0.26秒和0.24秒,大学男女生50米跑平均成绩分别快了0.08秒和0.18秒。绝大多数年龄组男女生速度、力量、耐力、柔韧性等指标高于全国平均水平。如,江苏省17岁年龄组男女生立定跳远成绩分别比全国平均成绩高出5.0厘米和2.7厘米。

令人欣喜的是,根据监测结果,我省学生肥胖、龋患等常见病得到进一步控制。2014年,我省学生龋患情况得到明显改善,龋患率比2010年大幅降低了8.8%,龋均降低了0.8颗。2014年,大学女

生的低体重率比2010年下降了4.4%,7~17岁中小学生肥胖率、城市中小学生近视率得到控制,与2010年基本持平。与2013年相比,我省学生的超重率下降了1.4%,中小学生的肥胖率下降了0.9%,初中生的近视率则下降了0.5%。

此外,我省学生体质健康水平的城乡差距继续缩小。2014年,多数年龄段农村学生的生理机能指标,如肺活量、握力、肺活量体重指数和握力体重指数等优于城市学生;多数学业阶段农村学生身体素质的指标,如50米×8往返跑、1000米跑、800米跑、斜身引体、引体向上、立定跳远平均成绩好于城市学生;而城市学生形态发育水平指标优于农村学生。但总体差距继续缩小,目前城乡中小学生的平均身高差距已不足1厘米。

监测数据显示,我省学生体质存在的主要问题是:学生超重率略有增加,女大学生低体重率仍维持高位,身体素质部分指标仍有波动,学生近视率仍维持在高位水平,农村中小学生和大学生近视率增幅明显。



5月12日,为积极响应启东团市委“助力全国文明城市创建 青年文明号在行动”活动,启东市第二中专电子电工青年文明号集体在校长室的领导下,参加了由结对村汇龙镇临江村举办的第二届农民运动会,比赛有投环、象棋、投篮等项目。青年老师深入乡村参加运动会,为文明创建起了很好的引领示范作用。 邢玉美摄

运动,让我们更加快乐

实验小学 周家易

盼星星,盼月亮,终于盼来了最让人期待的体育节。同学们早就摩拳擦掌,跃跃欲试了。瞧,男生个个头戴棒球帽,手持水瓶,有的还要酷地戴上了墨镜。女生们不甘落后,也都手里握着水瓶,耳朵里塞着耳机,听着音乐,那陶醉的样子也很帅呢!

午饭后,我就马不停蹄地赶到学校,参加老师给我们运动员安排的一次拔河比赛赛前特殊培训。老师仔细地教我们拔河的姿势和身体倾斜的方向以及用力技巧。经过一番练

习,我们终于形成了默契,大伙也都感觉胜券在握了!

抽签完毕,激烈的比赛马上就要开始了。我班二十个选手都神情严肃,紧张万分。我紧紧握住绳子,胳膊都有些发抖,老师叮嘱的要点反复在耳边回荡:脚别离地,身体后仰。一声哨响,比赛开始了。我班参赛选手个个咬紧牙关,全力以赴。我班其它观赛同学疯狂呐喊着:“123,加油!”我脑子里一片空白,什么都不想,就是脚抵住地面,手紧拉绳子,身体

向后倾斜。僵持好久,终于感觉绳子慢慢向我们这儿移动了。“快要赢了,快要赢了,坚持住啊!”是老师在给我们鼓劲。终于一声哨响,我们真的赢了!欢呼声,叫好声融为一体,我们沉浸在胜利的激动中。在接下来的第二第三场比赛中,大家齐心协力,一路过关斩将,顺利挺进了前四名。虽然我们都已经精疲力竭,但是胜利的喜悦早就把让我们把疲惫抛到九霄云外啦!

经过两天激烈的角逐,体育节也终于落下了帷幕。我班取得了男子三百米跑第一名,女子立定跳远第二名,女子一百米跑第三名的好成绩,战绩喜人呢!

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!

习,我们终于形成了默契,大伙也都感觉胜券在握了!

抽签完毕,激烈的比赛马上就要开始了。我班二十个选手都神情严肃,紧张万分。我紧紧握住绳子,胳膊都有些发抖,老师叮嘱的要点反复在耳边回荡:脚别离地,身体后仰。一声哨响,比赛开始了。我班参赛选手个个咬紧牙关,全力以赴。我班其它观赛同学疯狂呐喊着:“123,加油!”我脑子里一片空白,什么都不想,就是脚抵住地面,手紧拉绳子,身体

我的公主房

实验小学 钮天怡

的白色公主裙,正靠在一架白色的钢琴边冲你甜甜地微笑呢。许多来访的客人看到那张照片都会赞美一番。

床的右面是一个大衣柜。里面放着各种各样的公主衣服、饰品:蕾丝的裙子、带帽的小风衣、晶莹的项链、可爱的公主帽、各种款式的腰带……但是,光放这些还远不够塞满这个大衣柜。所以,本公主把各种零食也放在了大衣柜的一角:饼干、果冻、巧克力、饮料……好多好多呢!

接下来,我要介绍的便是我房间最吸引人

眼球的一角——窗台。上面放着洋娃娃、水晶球、小闹钟、八音盒……其中,我最喜欢的是那只雕着精致旋转木马的八音盒,它有一本书那么大。当你拧足发条后,便会响起《天空之城》的音乐,上面的彩灯也会变换颜色——海蓝、粉红、橙黄、草绿……有时,我看看着,便会感觉自己进入了宫崎骏的童话王国,成为里面勇敢的精灵公主。

“公主房”里的一切都在圆我的公主梦,如果你也是像我一样的女孩儿,那欢迎来到我家参观哦!

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!

脸上“毕加索”

桂林小学 朱铭睿

脸上“毕加索”?看了这个题目,你一定很疑惑吧!毕加索是有名的画家,脸上怎么会有“毕加索”呢?不久以前,我就经历了脸上“毕加索”的感觉。

当时,我正在网上欣赏毕加索大师的画作,表妹在一旁吵着要玩电脑,当我看到毕加索大师画的名画《两个小孩》时,情不自禁地说道:“毕加索画得真好啊!我好敬佩他,他真是天才!”

表妹在一旁听见了,忙走过来,看到那幅画后,她不屑地“哼”了一声说:“姐,你的审美也太差了,这种画也能叫名画?我都比你画得好。”

“你……”我气极了,吼道:“你居然用涂鸭的眼光来看毕加索的

画,你的画怎么可能比得上毕加索大师的画呢?”

当时表妹无言以对,心想:明明姐姐自己审美观差,还说我!我一定要让姐姐知道我的画技,哼哼……

于是表妹就在我睡觉时,掏出了自己的水彩笔和蜡笔,仿照电脑上毕加索的《两个小孩》中的小女孩的样子在我脸上画了起来……

“啊——”果然如表妹所料,起床后,突然发现这情景的我,惊叫一声,直奔她房间,把她从床上揪起来,这回“啊——”的惨叫可不是发自我了……

毕加索是名画家,他的画是名画,但脸上“毕加索”的感觉还真不好受啊!

顽强的小生命

桂林小学 梁佳钰

“沙沙沙,沙沙沙……”春风吹过,“淅沥沥淅沥沥……”春雨来了。万物复苏,桃树、梨树、苹果树开花了,空气中弥漫着馥郁的芳香;冰雪融化,小溪流水潺潺,大地充满了温暖的气息。

大树下,小溪边,花丛中,处处有新的小生命。而在这时,马路边出现了一个不起眼的小生命——一棵小嫩芽。它不知道自己是什么植物,不知道自己会遇到什么困难,却一直挺立在马路边。

春雨停后,马路上湿淋淋的,空气中洋溢着清新的味道,这棵嫩芽努力地呼吸着新鲜的空气。车从马路上驶过,水花扑打着它,虽然是重重的一下,但是

很舒服,因为这是它仅有的喝水的机会。

四月来临,嫩芽逐渐长高,过着幸福的日子。一天夜里,狂风大作,把它吹得东倒西歪,虽有旁边的大树掩护,但仍然抵挡不住狂风的折磨,最后它终于挺不住了——它被折成了两半,已经奄奄一息了。

以后的几天里,它仍然歪歪扭扭地立在那里,虽辛苦,但这是它唯一能存活的机会。风儿照顾它,给它送来温暖的春风;大树保护它,为它遮风挡雨;车驶过马路,给它送来了给予滋润的雨水……

它终于成功了!终于又长出了娇小的头……

傲梅

善成小学 王天媛

梅的名字叫梅虹,也许是名字中的“梅”与“美”谐音,她长得十分漂亮,标准的美人胚,但她的脾气可没有长相那么好。她成绩总会名列前茅,家中的条件也很好,所以多少少对同学们有些傲慢。不少女生背地里叫她“傲梅”,意为“傲慢的梅虹”,但真正颠覆同学们对她印象的还是一件惊天动地的事。

那天,同学们都在早读,大家都很认真,但也有几个在其中滥竽充数,作为值日生的兰刚想去管一下,大队部的人员来了。她们站在门口,表情不悦地瞥了一下班里,低下头不知在记着什么,末了还冷冷地说:“你们班早读不认真,扣5分。”要知道,早读总分也就5分,这明显就是故意给我们班穿小鞋,也因为我们上次运

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!

运动会,让我们收获了“硕果”,更收获了快乐!