

教育部等十七部门联合印发《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)》，要求中小学校要结合相关课程开展心理健康教育，中等职业学校按规定开足思想政治课“心理健康与职业生涯”模块学时，高等职业学校按规定将心理健康教育等课程列为公共基础必修或限定选修课，普通高校要开设心理健康必修课。

行动计划指出，要发挥体育调节情绪、疏解压力作用，实施学校体育固本行动，开齐开足上好体育与健康课，支持学校全覆盖、高质量开展体育课后服务，着力保障学生每天校内、校外各1个小时体育活动时间。

据新华社

工人子女小学王婉融： 班级里的“小明星”

芝罘区工人子女小学二年级三班的王婉融，温和善良、多才多艺，班级里的同学都非常喜欢她。她积极参加志愿者服务活动，坚持用微薄之力向社会传递正能量。

YMG全媒体记者 张怡 通讯员 李肖肖 牛常瑞 摄影报道

同学们都愿意和她交朋友

“婉融性格温和，人缘特别好。”班主任孙小蕾告诉记者，“同学们都愿意和她交朋友，想和她做同桌。有次我们班上‘道德与法治’课，老师问大家好朋友是谁，孩子们都举手说是‘王婉融’。”平日里，对老师安排的任务，王婉

融都能保质保量地完成，还积极参加学校和班级组织的各种活动。“这个孩子很自律，对自己要求也特别严格。每次老师布置的任务，她都是第一个完成。”孙小蕾说，“前段时间，学校举办‘数学节’，其中设有数独比赛。为

了取得好成绩，王婉融经常利用课间休息时间做数独题。付出终有回报，最后她在数独比赛中获得级部第一名。婉融在我们班就像明星一样，好多孩子以她为榜样、向她学习。大家互相激励，学习都有进步。”

爸爸每晚陪她阅读

优秀的孩子都有良好的阅读习惯。王婉融的阅读习惯养成，要追溯到她两岁半的时候。“那时，爸爸每晚睡前都会陪孩子一起阅读。”婉融妈妈告诉记者，孩子非常喜欢读书，尤其是3岁生日的时候，爸爸买了一本《海洋动物小百科》，帮助王婉融打开了阅读新世界。俗话说：“读万卷书，

行万里路。”结合书中学到的知识，加上父母经常带小婉融到海洋馆参观，让她的海洋知识越来越丰富。

基于从小养成的阅读习惯，在幼儿园时，王婉融成为“识字明星”，从《三字经》到历史读物，再到报刊……她一一阅读。升入小学后，她在学校举办的“名人故事我来讲”比赛中荣

获三等奖。

“现在孩子就读二年级，开始逐步学习‘看图写话’。所以，我们每天晚上陪她积累一些写作素材。”婉融妈妈说，“现在是大语文时代，阅读和写作是每个孩子必备的技能。有一次作文，她发挥想象力，运用了很多好词好句，文章读起来饱满立体。”

“我喜欢站在舞台上的自己”

除了学习，王婉融还给自己安排了小主持、绘画、快板、古筝、小提琴等很多才艺课。“好多人问我学这么多累不累。”小婉融自信地说，“我不累，我喜欢站在舞台上的自己，自信、阳光！每回看到家里摆放的证书和奖杯时，我就更加坚信自己的梦想。我要成为像王亚平阿姨那样优秀的人，用智慧

和勇敢来证明自己，成为让爸爸妈妈骄傲的女儿！”

“孩子现在的特长班有8个，周中和周末都有，从幼儿园中班开始，我们便合理安排好时间。只要孩子喜欢学，不觉得累，我们都会支持。”婉融妈妈说，“我们对孩子的要求就是，玩的时候尽情玩，学习的时候认真

真学。我们没有刻意去引导她该怎样做，反而是她看到很多优秀小朋友站在舞台上闪闪发光，自己愿意为梦想而努力。”

她经常参加志愿服务活动

“我在爸爸妈妈的影响下，经常参加志愿服务活动。”婉融告诉记者，“我参加过宣传民族英雄戚继光故里的小讲解员活动、社区清扫活动、烟台博物馆组织的‘喜迎国庆’讲解员活动、烟台非遗文化馆组织的剪纸活动……在这些活动中，我了解到革命英雄的爱国情怀和为人民无

私奉献的精神，懂得了非遗文化的传承是多么重要。作为一名小学生，我们的首要任务就是要好好学习，迎难而上！不管在学习上还是生活中都要自律和坚持。我们现在的美好生活都是先辈们用鲜血换来的，这份来之不易的幸福，我会铭记于心。我一定更加珍惜现在的一切，尊敬师长、孝敬父母，考上理想的大学，将来为祖国建设

增砖添瓦！”

“封侯非我意，但愿海波平”，这是戚继光16岁时写下的豪情壮语，也是王婉融最喜欢的一句话。“我会做好每一件事，用微薄之力传播更多的正能量，让世界充满爱，让阳光洒满每一个角落！”王婉融说。

