



我的教育故事

向光明：点燃孩子们心中的舞蹈梦想

姓名：向光明
学校：株洲景炎初级中学
教龄：15年
身份：株洲景炎初级中学艺术中心主任、音乐教师、舞蹈团指导老师

用舞蹈塑造学生的灵魂

我自幼酷爱舞蹈，梦想是将舞蹈的魅力传递给更多的人。大学毕业后，我放弃了在大城市发展的机会，回到家乡，成了景炎初级中学的一名老师。我坚信，舞蹈不仅能够塑造学生的身体，更能塑造他们的灵魂。

记得刚来“景炎”时，我面对的是一群对舞蹈充满好奇却又缺乏自信的孩子。我暗下决心，一定要点燃他们心中的舞蹈梦想。

起初，景炎初级中学并没有专门的舞蹈团。于是，我四处奔波，购置舞蹈服装和设备，在不断努力下，学校舞蹈团正式成立。我想，不仅要教授学生舞蹈技巧，更要培养他们的品格和团队精神。课余时间，我会给他们开小灶。对于基础薄弱的学生，我也乐意多帮帮他们。

初二学生小杰(化名)，对舞蹈充满兴趣，但他总是怀疑自己的能力，舞蹈课上总是躲在后排，动作也小心翼翼。要帮助他，唯有建立信任。

于是，我开始在课后和他单独交谈，了解他的兴趣和担忧，并为小杰制定了特别训练计划。他每完成一个动作，我都会给予肯定和鼓励。慢慢地，随着技巧的提高，小杰的自信心也在增长。

但小杰还要面对最大的挑战——在观众前跳舞。为此，我安排他在小组前表演。起初他非常紧张，但经过多次演出，勇气也在增长。舞蹈团的其他成员也给予了他巨大的支持，大家互相鼓励，有了温暖的团队氛围。

终于，小杰迎来了他的第一个大型舞台表演。表演前夜，他紧张得几乎无法入睡。演出当天，我在他的肩膀上轻轻拍了拍，说：“记住，你不是一个人在跳舞，你有着整个团队的支持。”

当音乐响起，小杰很快进入状态，每个动作都充满了自信。观众的掌声和欢呼声证明了他们的成功。表演结束后，小杰流下了幸福的泪水。他对我说：“向老师，我做到了。我再也不害怕跳舞了。”那一刻，我感到无比的骄傲和满足。



向光明老师进行课展展示。 记者/戴凛 摄

我相信，无论他将来选择什么样的道路，舞蹈带给他的自信和勇气将伴随他一生。

当好学生成长的引导者

在繁忙的教学生活中，我有幸认领了一位来自西藏班的孩子——且增，他的眼睛里总是闪烁着对世界的好奇和渴望。为此，我努力学习一些藏语，以便更好地与他沟通。

每逢周末，我都会带且增回家，为他准备一些藏族的传统食物，让他体验家庭的温暖。带他参观株洲的博物馆，那里收藏着这座城市的过去。且增对那些古老的文物充满了好奇，他总是不停地提问，而我则耐心地解答。我们漫步在株洲的街头，感受这座城市的气息。我们品尝了当地的小吃，且增对辣味的臭豆腐赞不绝口，他的脸上洋溢着满足的笑容。

在这些日子里，且增也向我介绍了西藏的文化。他讲述了西藏的节日、食物和传统习俗，让我对这个遥远的地方充满了向往。我们的交流，不仅是文化的传递，更是心灵的碰撞。随着时间的推移，且增不仅在株洲的文化中找到了乐趣，也在这些经历中成长了许多。他变得更加自信，更加开朗。而我，也在与他的相处中，学会了更多的耐心和理解。我相信，这些美好的回忆，将会成为我们共同的宝贵财富。

我想，老师的责任不仅仅是教授知识，更重要的是引导孩子们发现自我、表达自我。所以，我要成为“萤火虫”，助力学生们走上更大的舞台上，找到自信，学会合作，理解生活的美好，传递更多的感动。

(株洲晚报融媒体中心/戴凛 整理报道)

天元区举行第24届中小学生秋季田径运动会 671名运动健儿赛场逐梦

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/孙晓静 通讯员/沈阳) 10月9日，天元区第24届中小学生秋季田径运动会在市中莲花中学开幕。来自全区33所学校的671名运动员将在为期两天的比赛中，参与45类田径项目的激烈角逐。

伴随着激昂的乐曲，整齐的国旗方阵、英姿飒爽的裁判方阵，以及各中小学运动员代表队依次走过主席台接受检阅。富有创意的设计、整齐划一的动作、洪亮刚劲的口令赢得现场观众的阵阵掌声，展现了天元区中小学生的良好精神风貌。

青春与阳光并肩，激情与呐喊相伴。随着清脆的发令枪响起，看台上的呐喊助威声响彻整个运动场，运动员们出色的表现，诠释着体育精神。

天元区中小学生田径运动会每年举办一届，已成为天元区体育教育成果展示的大舞台。天元区教育局以“增强学生体质，促进学生身心健康”为目标，加快推动体教融合发展，制定出台一系列促进学校体育工作的政策措施，系



跳远项目。记者/孙晓静 摄

统建馆覆盖全区、类别多样、系统衔接的青少年区级竞赛体系，形成“班班有队伍、校校有比赛、校际有交流”的良好格局，在各级各类体育竞赛活动中取得累累硕果。

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/戴凛) 根据湖南省融合教育实验区建设方案，日前，攸县教育局、县特殊教育资源中心相关负责人，以及“特教班”巡回指导老师，前往攸县渌田镇中心小学、攸县丫江桥中学，推进“特教班”工作。

《2024年攸县教育工作要点》提出，攸县今年要扩容提质县特殊教育学校，确保规模在100名学生以上，建设3至5间示范性专业化资源教室，巩固随班就读成果，将适龄残疾学生送教上门占比控制在10%以内，确保“医教结合”项目落地。同时，积极探索“湖南省融合教育实验区、实验校”实践工作，打造融合教育攸县样板。

此次走访深度解读了《攸县教育局关于普通学校开设“特教班”工作实施方案》。《方案》从打造“9+3+1”特教班课程体系，健全部门运行机制、保障机制、特教班巡回指导教师服务清单等方面作了全面部署，为攸县普通学校开设“特教班”工作提供了清晰的发展路径。

攸县特殊教育资源中心负责人介绍，将全面落实各项工作制度、政策，进一步推进“特教班”建设各项工作，加强教育管理，提升工作质量，促进特殊学生享有公平而有质量的教育。

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/戴凛 通讯员/蒋军生) “什么是学生营养膳食”“作为教育行政部门，在学生的膳食健康方面有哪些举措”……10月8日晚，“茶乡夜话”第30期活动在茶陵县云阳小学举行。茶陵县相关部门负责人与部分家长代表共同参与话题讨论。

茶陵县芙蓉学校后勤副主任颜敏介绍，平时家长到学校陪餐不设时间和地点，实地购买与现场询价不定人员、不定地点，对在供货过程中弄虚作假、以次充好的商家采取减少供货、终止供货、直至列入黑名单。

茶陵县思源实验学校第一支部书记袁文志说，每月会向学生发放问卷，后勤再根据学生的喜好来合理搭配食材。做到让学生吃得有味、吃得开心、吃得放心。

茶陵县第二中学校长莫艳姣表示，学校结合高中生身体发展的营养需求和学生对菜品多样的爱好需求，科学制定食谱，避免提供高盐、高脂、高糖食品及深加工食品。

茶陵县市场监督管理局食品股股长谭胜、县疾控中心卫生监督科科长肖峰、县教育局装备站站长李楠春还结合工作经验，为学校和家长提出了相关建议。

攸县：全力办好「特教班」

茶陵：「茶乡夜话」探讨「营养膳食 健康成长」

筑就心灵防护网

株洲市三医院书写心理健康服务新篇章

2024年10月10日，世界精神卫生日如期而至，今年的主题为“共建共治共享，同心健心安心”。作为地区心理健康健康领域的领航者，株洲市三医院通过一系列创新举措和扎实工作，不仅巩固了既有成果，还在心理健康服务领域迈出了新的步伐，为株洲地区乃至更广泛区域的精神卫生事业发展作出了重要贡献。同时，该院还承担全市公共应急救援任务的心理咨询与救援服务，致力于为受灾群众及一线救援人员提供及时、专业的心理干预和支持，帮助他们缓解心理压力，重建心理平衡。

10月10日
2024年世界精神卫生日



▲与株洲铁路机电职业技术学校正式签约并举行医校协作揭牌仪式



▲株洲市三医院特聘南大学湘雅二医院刘铁桥教授签约仪式



▲特聘湘雅二医院刘铁桥教授，以加强医院心理咨询与救援服务的专业能力。



▲深入校园开展团体减压活动。

医校合作：搭建从校园到社会的心理桥梁

9月11日，株洲市三医院与株洲市一中共同举办了“医校联动”合作交流研讨活动，并成立了医教结合的“医校共建基地”。截至目前，医院已与多家中小学及高校签署了心理危机预防与干预医校合作协议，进一步拓宽了心理健康服务的覆盖面和影响力。

自医校合作开展以来，株洲市三医院派遣专业心理咨询师入驻各校园，为学生提供面对面的心理咨询和团体辅导。通过举办心理健康讲座、心理健康知识竞赛等形式多样的活动，医院还创新性地引入了“心理健康月”活动，激发学生对心理健康的兴趣，提升他们的心理调适能力。这一合作模式得到了学校师生的高度评价，也为医院在校园心理健康服务领域的拓展积累了宝贵经验。目前，“医校联动”合作模式已成为行业典范。

“从健康科普教育、团体解压、个体辅导，到提供心理危机干预及为学生就医开通绿色通道，医院在医校合作方面越走越深入。”株洲市三医院副院长薛爱兰表示。



▲株洲市心理卫生协会儿童青少年心理健康专业委员会成立。

医疗联合体：资源共享，优势互补

随着医疗改革的深入和人民群众对精神心理健康服务需求的增加，构建医疗联合体成为提升区域医疗服务能力、优化资源配置的重要途径。株洲市三医院积极响应国家政策，通过医联体建设实现资源共享、优势互补，推动心理健康服务的全面发展。

在与茶陵县精神病医院的医疗联合体建设中，株洲市三医院派遣了由资深精神科医生、心理咨询师和护理人员组成的医疗团队入驻茶陵县。医疗团队通过定期查房、教学查房、病例讨论等形式，全面提升茶陵县精神病医院的医疗质量和服务水平。同时，两院还建立了远程会诊和转诊机制，实现

了医疗资源的共享和优势互补。这一合作不仅提升了茶陵县精神病医院的医疗服务能力，也为株洲市三医院在医疗联合体建设方面积累了宝贵经验。

通过派遣专家团队、开展远程会诊、双向转诊等方式，医院不仅提升了基层医疗机构的精神卫生服务能力，还实现了医疗资源的优化配置。基层医疗机构在遇到疑难病例或重症患者时，可及时转诊至株洲市三医院，确保患者得到及时有效的治疗；同时，株洲市三医院也会将康复期患者转回基层医疗机构进行后续治疗，减轻患者经济负担，提高医疗资源利用效率。

关注患者 强化公益服务与社会责任

7月26日，“璀璨心身”儿童青少年心理健康交流会在株洲市三医院成功举办，聚焦该领域的经典案例。国内知名教授上海交通大学医学院附属瑞金医院的方贻儒教授等专家与市三医院心理科医生深入交流病例，从病史收集到治疗策略进行了多维度探讨。此次盛会促进了学术碰撞，提升了株洲儿童青少年心理健康诊疗的专业性与规范性，为精神卫生事业发展注入了新动力。

株洲市三医院针对不同特殊群体推出了多项关爱项目。例如，“夕阳红心理健康关怀计划”为老年人提供心理健康咨询、情绪管理指导和社交活动通过校园讲座、心理疏导和危机干预等方式，为青少年提供全方位的心

理健康支持。医院继续强化心理援助热线的服务功能，确保24小时不间断地为市民提供心理咨询服务。同时，建立了心理危机干预机制，对紧急心理危机事件进行快速响应和有效干预。通过线上线下相结合的方式，医院为株洲市民筑起了一道坚实的心理防线。

此外，医院还积极探索与社区的合作模式，建立社区心理健康服务站，为居民提供便捷的心理咨询服务。通过定期开展心理健康筛查、讲座和团体辅导活动，医院不仅提高了居民的心理健康意识，还帮助他们掌握了应对心理问题的基本技能。

株洲市三医院副院长张猷玫表示：“医院积极参与各类公益活动和社会宣传，通过媒体、网络等多种渠道普及心理健康知识，提高公众对精神卫生问题的认识和关注度。”

专业培训与科研创新 提升服务能力

在全市心理护理专业年会上，株洲市三医院副院长张猷玫受邀分享了“精神障碍患者的心理护理实践”案例。通过生动的讲解和真实的案例分析，她让与会者深刻理解了心理护理在精神障碍患者治疗中的重要性以及具体操作方法。这一分享不仅提升了参会人员的专业素养和服务能力，也为医院在心理护理领域的专业发展树立了良好口碑。

株洲市三医院一直高度重视专业人才的培养与引进工作。通过举办各类专业技能培训班、邀请国内外知名专家授课交流等方式，医院不断提升医务人员的专业素养和服务能力。同时，积极引进高层次人才和紧缺人才，为医院的持续发展注入新的活力。

医院还注重科研创新工作，鼓励医务人员积极参与科研项目和课题研究。通过不断探索和实践新的治疗方法和模式，医院在精神卫生领域取得了多项科研成果。同时，积极推动科研成果的转化应用工作，将科研成果转化为实际服务能力，为患者提供更加优质、高效的诊疗服务。

展望未来，株洲市三医院将进一步深化与各方合作，构建更加完善的心理健康服务体系；同时，注重专业人才培养和科研创新工作，不断提升服务能力和水平；积极履行社会责任和公益使命，为更多需要帮助的人群提供心理支持和关爱。

(记者/王芳 通讯员/李鹏 宁艳琴 供图 株洲市三医院)