



# 大同市职业教育中心

## 构建全方位心理健康教育体系

本报讯(记者 曹珂)心理健康是职教学子全面发展的重要基石。为切实关注学生心理需求,筑牢校园心理安全防线,大同市职业教育中心结合学生成长特点,从管理、评估、服务多维度发力,通过系列务实举措构建全方位心理健康教育体系,用专业与温暖守护学生成长。

该校以精准管理为基础,为每名学生建立专属心理健康档案,实时记录基础特质、情绪变化、人际交往等动态信息——从课堂上的专注度变化,到与同学互动中的状态波动,均会被细致纳入档案。教师定期分析数据,针对发现的困惑及时制定辅导方案,例如为学业压力大的学生协调课业帮扶,为家庭沟通不畅的学生搭建家校沟通桥梁,实现“点对点”精准支持。为全面掌握学生心理动态,学校定期开展全覆盖匿名问卷,围绕学习压力、青春期适应等核心话题收集真实需求,同时引入标准化测评系统,从抑郁、焦虑、社会适应能力等维度开展专业评估,对心理状态良好的学生开展积极引导,对有轻度困扰的学生进行一对一疏导,让心理服务更具科学性。

在日常教育中,心理健康讲座成为常态。校外心理专家与校内教师组



师生互动共解困惑



“合力搭塔”团队游戏

成讲师团队,结合学生日常遇到的实际问题设计主题:讲解“考前如何通过呼吸法缓解紧张”时,会现场带领学生练习腹式呼吸;探讨“人际矛盾化解”时,邀请学生上台模拟沟通场景,用互动形式让知识更易理解。班级定期开展的主题班会同样注重体验感:“情绪树洞”环节中,学生将烦恼写在便签上贴进“树洞箱”,教师与同学共同拆解问题、分享经验;“信任背摔”“合力搭塔”等团队游戏中,学生在协作中学会包容与支持,班级逐渐形成互助温暖的

氛围。此外,学校精心打造的心灵驿站成为学生的“情绪避风港”。驿站内没有刻板的咨询台,取而代之的是布置温馨的“心灵小屋”,心理教师常以聊家常的方式倾听学生烦恼;放松区配备的音乐减压舱、沙盘与手工材料,让学生可通过听白噪音、拼乐高、捏黏土舒缓情绪。同时,学校还延伸服务触角,在宿舍区域设立宿舍心灵驿站,并赋予其爱心驿站功能:不仅为学生提供心理陪伴,还免费发放日用品、医

品以解生活之需,每周四晚上更会准时供应暖心晚补餐,让关怀渗透生活点滴。两处驿站均实行“随时开放、无需预约”制度,午休或课后,常有学生来此翻看书籍、轻声交流,或在宿舍驿站领取物资、享用热餐,在贴心服务中感受温暖与安心。

该校负责人表示,大同市职业教育中心今后将持续优化心理健康教育举措,丰富服务内容,助力学生以阳光心态面对成长挑战,自信迈向未来。

### 大同一职中

## 组织学生参观法治教育基地



学生认真聆听工作人员讲解

本报讯(记者 闫春平)10月22日下午,大同市第一高级职业中学的学子们走进大同检察文化展览馆、全国青少年法治教育基地大同站,开启了一场别开生面的法治实践之旅。这场以“法治青春护航成长”为主题的沉浸式体验,让法治的种子在触摸与感知中,悄悄种进了每一名同学的心中。

步入检察文化展览馆,蔚蓝穹顶下,庄严的国徽与“大同蓝”装饰交相辉映,莲花的清雅、忍冬纹的坚韧随处可见,无声诉说着法律的威严与检察机关的担当。在马克思书屋,一盏煤油灯、一方书桌、数页稿纸,还有整齐陈列的经典著作,仿佛在轻拉着同学们的手穿越时空,静静聆听着法治思想从源头流淌至今的声音。在弧形展示墙前,同学们指尖轻触墙面,通过现代科技手段的生动呈现,了解了中国法治建设的发展历程及检察机关的职能作用。

随后,同学们走进法治教育基地,依次参观了序厅、尚法篇、安全篇、预防篇、保护篇、尾声6大展

厅,通过幻影成像、VR沉浸式互动等现代化技术,身临其境地感受法治力量。参观中,通过工作人员的仔细讲解,同学们深刻认识到了预防校园欺凌、网络诈骗、毒品犯罪等违法行为的重要性,增强了自我保护意识和法律意识。在心理健康知识区,同学们围着展板小声交流,学会了如何应对青春期的困惑;在消防安全区,同学们手握虚拟灭火器瞬间扑灭了“厨房火灾”;在禁毒教育区,毒品的狰狞面目让“珍爱生命,远离毒品”的警示深深刻进了同学们的脑海……

“这里不仅是未成年人法治宣传教育基地,更是守护青春的‘安全港’。”该校负责人表示,此次活动是一次生动的法治教育实践课,通过情境浸润与互动感知,让冰冷的法律条文转化为可知可感的生动体验,让同学们在主动探索中将法治精神内化于心、外化于行,在心中播下了法治的种子,为他们成长为尊法、学法、守法、用法的新时代青年奠定了坚实基础。

## 大同二职中举办防范电信网络诈骗宣讲活动

本报讯(记者 柴宁)为切实增强新生安全防范意识,提升识骗防骗能力,筑牢校园反诈防线,10月23日,大同二职中举办以“防范电信网络诈骗 共建平安校园”为主题的相关宣讲活动。

讲座中,大同市公安局平城分局反诈中心反诈宣传员结合近年来发生的典型学生案例,深入浅出地讲解了什么是电信诈骗、电信诈骗常见套路、如何应对骗局的措施。她指出,电信诈骗手段不断翻新,尤其是针对学生群体的“兼职刷单”“校园贷”“冒充客服”等诈骗形式尤为突出,提醒师生务必提高警惕,做到“不轻信、不透露、不转账”,不轻易点击陌生链接或扫描不明二维码,不向陌生人透露个人身份信息、银行卡号及验证码。

遇到可疑情况及时与家人、老师或警方联系核实。

记者随后采访了学生王泽霖,他说:“今天的讲座不仅让我熟悉了最新的诈骗案例及其惯用手法,还学会了如何有效识别各类骗局,掌握了实用的防骗技巧。我也会将所学知识内化于心、外化于行,积极成为校园反诈宣传的志愿者,将防骗知识传递给更多同学,共同构建全员参与、群防群治的校园反诈新格局。”

此次宣讲活动进一步增强了学生群体对电信诈骗的防范、鉴别和自我保护意识,有效提升了学生的识骗、防骗能力。今后,学校将开展更多形式的安全教育活动,为广大师生营造安全、和谐的校园环境。



防范电信诈骗 共建平安校园

## 大同师专教师在全国及省级武术赛事中斩获多项佳绩

本报讯(记者 解慧)近日,2025年“雁门关武术英雄会”首届全国杨家武术邀请赛暨山西省第三十四届传统武术锦标赛经过激烈角逐圆满收官。大同师范高等专科学校小教系美术教师燕军凭借扎实的武术技艺功底,在多个传统武术项目中斩获佳绩,为学校赢得了荣誉。

此次赛事期间,在竞争尤为激烈的中年男子组杨家刀术项目中,燕军发挥稳定、技法娴熟,一路过关斩将,最终取得第二名的优异成绩。在中年男子组传统形(心)意刀·剑术项目中,他动作规范、节奏流畅,以出色表现拿下第三名。更值得庆祝的是,在中年男

子组形意拳类项目(形意进退连拳、四把拳)的比拼中,燕军深刻诠释拳法精髓,动作行云流水、刚柔并济,凭借过硬实力力压群雄,成功夺得该项目第一名。

据了解,燕军自幼与武术结缘,对传统武术有着浓厚的兴趣与执着的追求。早在2004年“孝义经贸杯”山西省第二十二届传统武术锦标赛上,他便在形意拳项目中崭露头角,获得第一名的好成绩。此次在全国及省级赛事中再度取得优异成绩,不仅是对他多年来坚持习武、深耕传统武术领域的肯定,也为学校师生树立了热爱传统文化、坚持追求梦想的良好榜样。



获奖教师

### 图片新闻

## 小记者走进精典口腔 解锁护牙“秘籍”

近日,30余名大同日报小记者走进精典口腔,开启牙齿探秘之旅,在实践中收获专业护牙知识。

活动中,小记者们有序参观了口腔CT室、消毒室、诊疗室等,直观了解各种医疗设备的功能。每到一处,医务人员都结合实物演示,为大家揭开牙科设备“神秘面纱”。随后的口腔健康科普讲座上,医务人员围绕口腔健康标准、龋齿预防技巧、甜食对牙齿的危害及日常口腔保健要点等展开讲解,还现场示范了“巴氏刷牙法”,详细拆解刷牙的角度、力度与时长,反复提醒大家养成早晚刷牙、饭后漱口的好习惯。

讲座结束后,小记者们分组接受免费牙齿检查。针对个别小记者存在龋齿风险或牙齿排列问题,医生当场给出个性化护牙建议,并为家长发放护牙手册。

本报记者 解慧撰



### 大同幼师

## 以演促防 提升师生避险能力

本报讯(记者 解慧)为进一步增强师生防震减灾意识,提升应急避险和自救互救能力,近日,大同市幼儿师范学校开展了“筑牢安全防线 共建平安校园”防震应急演练。

该校制定了详尽的防震演练实施方案,对演练流程、人员职责、应急处置等环节作了细致安排。同时,各班教师创新教学形式,通过展示防震减灾科普图片、播放应急避险视频、分享真实地震救援案例等方式,向学生们系统讲解应急避险知识。从如何快速寻找安全避难点,到疏散时的正确姿势与自救技巧,全方位帮助师生熟练掌握避难点、牢记疏散路线及各类安全注意事项,确保演练科学、安全、

有效。

演练正式开始,随着警报声响起,各班教师迅速组织学生按照指定疏散路线有序撤离。撤离过程中,学生们纷纷护住头部,保持弯腰低姿,沿着走廊靠墙快速行进,全程无推挤、不慌乱。到达操场安全区域后,各班及时清点人数,并立刻向安全员报告,确保所有学生安全到位。整个演练过程井然有序,达到了预期效果。

此次防震应急演练,不仅有效检验了校园应急预案的实操性,更以“理论讲解+实战演练”相结合的方式,强化了师生的安全防患意识,为持续构建安全有序、保障有力的平安校园奠定坚实基础。



学生们按疏散线路快速有序撤离