

# 2023年三年级手抄报心理健康内容(实用5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 三年级手抄报心理健康内容篇一

每当夏季来临时，总能看见一些儿童在水中嬉戏、打闹，可一下不注意就可能造成溺水事故发生。下面是百分网小编整理的三年级防溺水手抄报，希望大家能喜欢！

- 1、珍爱生命，远离危险水域。
- 2、溺水事故揪人心，下水游泳不安宁。
- 3、珍爱生命，坚决不下水游泳。
- 4、增强防溺水意识，绽放生命光芒！
- 5、齐抓共管，联防联控，严防溺水事故。
- 6、珍爱生命、谨防溺水，远离危险、平安成长。
- 7、你不能像鱼儿那般在水中自由，所以，请你预防溺水！
- 8、生命至高无上，学生安全第一！
- 9、为了你的生命安全，请不要擅自与同学结伴游泳。
- 10、珍爱生命，关爱为先，切实做好防溺水工作。

暑假，漫长而又炎热。每次一到暑假，我都会和朋友到少年宫的游泳馆去游泳。但是这个暑假，我却不能去。因为发生了溺水事件。

那一天，游泳班像往常一样上课。有一个小孩趁教练不注意游到了深水区，等到他感到害怕时为时已晚。他极力挣扎，感到自己的身体慢慢往下沉，想叫教练。但教练已听不见他微弱的求救声，因为他的求救声早已被其他孩子的嬉戏声所覆盖。他沉了下去，只有平静的水面还冒着泡。

等到教练发现他时，把他救了上来，火速送往医院。经诊断，大脑已经死亡，他成了植物人。溺水事件的发生，引起了市领导的高度重视，并要求游泳馆停业整顿，再也不允许去游泳了。

这次事件，不仅给了我们一个警告，也给了游泳馆一个惨痛的教训。在没有出事的前几天，我去游泳馆游泳，游泳池里的水异常得寒冷。游泳馆为了获得暴利，水温很低也不采取加温措施，影响消费者的身体健康，去游泳的人即使进了游泳馆，没游一会儿就走了。但从这些现象中，游泳馆非但不知悔改，反而更加变本加厉。一期游泳班有三十多个学生，却只有一两个教练。正是他们的贪心，才导致了这样的悲剧发生。

站在每个企业的角度来讲，只有企业的产品或服务让消费者满意了，才能赢得信誉，赢得更多的利润。如果只是一昧地获取暴利，就会失去所有的市场，失去消费着的信赖，也就无法在社会上有立足之地。

就是站在我们学生的角度来说，暑假了要时刻注意安全。生命是珍贵的，来之不易；生命也是脆弱的，稍不注意，就会失去。我们还没有经历过太长的人生，我们美好的人生才刚刚开始，别让生命之花还没有开放就凋谢，别让幼苗还没有长大就夭折。

我们出危险，不仅我们自己会难过，家人也会为我们担心。正如《钢铁是怎样炼成的》的作者奥斯特洛夫斯基所说的：“人最宝贵的东西是生命，生命属于我们只有一次。”所以，从现在起，学会保护自己，学会珍惜生命，学会过好生命中的每一刻。

儿童溺水防护8要点：

- 1、不要私自下水游泳，家长时刻看护。
- 2、坚持让孩子穿高质量的浮身物。
- 3、要求孩子下水前活动身体，避免出现抽筋等现象。
- 4、在水中不要喂孩子吃东西，有可能被呛住。
- 5、教育孩子不在水中互相嬉闹，防止呛水窒息。
- 6、教孩子学习游泳，并学习心肺复苏等技能。
- 7、不到不熟悉、无安全设施、无救援人员的水域游泳。
- 8、不熟悉水性、水下情况不明时，不要擅自下水施救。

如果遇见有人溺水，该如何施救？

- 1、如果发现有人溺水，首先要大声呼救，叫更多的人来帮忙。
- 2、发现溺水者后，可充分利用现场器材，如绳、竿、木板、救生圈等救人。也可以将衣服连在一起当做绳索。
- 3、需要下水就溺水的人的时候，一定要大声告诉他，不要惊慌，有人在救你。
- 4、下水救人时，不要从正面接近，防止被溺水者抓、抱。若

被抱住，应放手自沉，溺水者便会放开。救人者应绕到溺水者的背后或潜入水下，从其左腋下绕过胸部，然后握其右手，以仰游姿势将其拖向岸边，也可以在其背后拉腋窝拖带上岸。

5、施救者若不熟悉水性或不了解现场水情，不应轻易下水，应呼救或报警。未成年人不宜下水救人。

## 三年级手抄报心理健康内容篇二

告别城市的喧嚣，投入绿色的怀抱。

绿化环境，美化未来。

还地球一片绿色，给浮躁的心带来一片绿意。

爱我长沙山水洲城，维护优良生态环境。

造林即造福，栽树即栽富。眼前富，挑粪土；长远富，多栽树。

前人栽树，后人乘凉。

撒哈拉沙漠和绿色森林，你想在哪里长久生存，跟着心走吧。

## 三年级手抄报心理健康内容篇三

东晋陶渊明

种豆南山下，草盛豆苗稀。

晨兴理荒秽，带月荷锄归。

道狭草木长，夕露沾我衣。

衣沾不足惜，但使愿无违。

宋范成大

昼出耘田夜绩麻，村庄儿女各当家。

童孙未解供耕织，也傍桑阴学种瓜。

宋翁卷

绿遍山原白满川，子规声里雨如烟。

乡村四月闲人少，才了蚕桑又插田。

宋王禹偁

之一

大家齐力斲孱颜，耳听田歌手莫闲。

各愿种成千百索，豆萁禾穗满青山。

之二

北山种了种南山，相助力耕岂有偏？

愿得人间皆似我，也应四海少荒田。

## 三年级手抄报心理健康内容篇四

›国庆节祝福语精彩文案

1、国庆节的号角吹响了，声声带着我的祝福。萦绕在你身边，祝您：日日平安，时时开心，分分快乐，秒秒幸福。欢度国庆节！

2、唱起红歌，日子美美；跳起热舞，欢喜连连；挂起灯笼，福气满屋；端起酒杯，阖家欢乐；燃起烟花，美好无限；放飞祝福，

心花怒放：祝国庆开心！

3、嘻嘻哈哈哼哼，唧唧咕咕呱呱，咿咿哇哇嘿嘿，叽喱骨碌哗啦，请接收摩尔电码，电文如下：国庆节一定要开心，一定要吃饱，一定要玩好，一定要加强联系！

4、国庆节假期七天长，应到户外去逛一逛；调整心态快乐无束，大自然中感受清风；吃吃美食来个几盅，快乐国庆无比轻松。

5、纵然马革裹尸也要仰天长笑，这是豪壮的选择；纵然一身清苦也要怡然自乐，这是高雅的选择；纵然烦事多多也要潇洒快乐，这是国庆节的选择！祝国庆快乐！

6、十一旅游快乐无限，出门一定注意安全，提前看好出游路线，车次站点做好记载，提前买票省得错过时间，日常生活用品一定带全，祝旅途愉快！

7、幸福的礼花炮绽放在天空，吉祥的鞭炮声响彻云霄，如意的鲜花摆满了街头，瑞祥的灯火五彩缤纷。国庆节，祝你全家快乐幸福安康！

8、金秋十月，国庆佳节，举国欢庆，无比喜悦。我的祝福充满诚意，愿你的生活充满诗意；我的问候有新意，愿你的家庭和谐称心如意。最后祝你婚姻美满春风得意，富贵生活事事满意！

9、花香，月圆，国庆到眼前；家庆，国庆，普天皆欢庆；情缘，人缘，与你真有缘；心愿，祝愿，随你心所愿；国庆来到，愿你爱情二厢情愿，事业天随人愿！

10、姑娘好像花儿一样，小伙儿心胸多宽广，为了开辟新天地，唤醒了沉睡的高山，让那河流改变了模样。这是美丽的祖国，是我生长的地方。

11、鲜花朵朵齐盛开，幽幽清香荡心神；旌旗飘摆精神抖，秋风习习国庆来；四面八方同来贺，华夏神州添荣光；和谐盛世万民喜，家家户户展笑颜；异口同声颂祖国，年年岁岁更繁荣；发份祝福传于你，绵绵情谊润你心；祝你国庆乐逍遥，惬意自在爽歪歪！

12、十月处金秋，国庆迎欢腾。国庆节，让我们放下心中的负担，消灭心中的依恋，迎接这个特殊的日子，同祖国共同庆祝这个盛宴，愿祖国繁荣强盛的同时，也祝你生活繁花似锦。国庆节快乐！

13、十月的秋天是收获的季节，十月的问候是真切的关怀，十月的我用最深情的手指敲击出最美的祝福送给远方的你，希望你快乐健康。

14、诉说中国的历史，有四大发明的荣耀；讴歌中华的今天，有神七上天的辉煌。唯有国家的昌盛，才能给民族以提升；唯有祖国的富强，才能给人民以尊严！

15、嘴里还有月饼香甜的回味，脑海里还留有嫦娥动人的妩媚，中秋佳节的喜庆刚过，今天又迎来了祖国华诞，祝你在普天同庆的节日里，能品尝到开心和愉快。

16、转眼又是这个熟悉的国庆节，我的祝福分分秒秒，我的关心时时刻刻，就在你的身边！愿我的祝福随轻风飘送，顺着柔水漂流，直达你的心扉，温馨我们的友谊！

17、十一一生一世牵手，良缘不离不弃相守。国庆佳节逢新婚，真情不渝结同心。美满姻缘海枯石烂，幸福伴侣天长地久。谨祝国庆新婚同快乐！

18、祖国美丽妖娆，阳光露出微笑，为你认真祈祷，愿你一切都好，忧愁统统丢掉，幸福决不能少，工资越来越高，永远青春不老。

19、金秋灿灿到十一，秋菊香香庆国庆，百花齐放同祝贺，祖国华诞吉祥伴；红旗飘飘迎十一，红歌声声贺国庆，中华儿女齐祝愿，祖国强大永安定，国庆节到了，愿我们的祖国更辉煌。

20、又到国庆节了，在这举国欢庆的日子里，希望你快乐如夕，永远幸福。国庆节快乐！

21、自己活得开开心心就是幸福，让别人过得开开心心也是幸福。幸福是丰富多采的，只你用心去体会，就会感觉到幸福！祝国庆快乐！

22、金秋十月，黄金周，国庆节，一连串的喜悦。秋天的美景，黄金周的繁华，到了国庆节的全民欢腾。衷心祝愿我们伟大的祖国更加强大，富饶！

23、国庆期间小客车上高速免费，温馨提醒，上高速前请自带夜壶，翔桶，姨妈巾，饮用水，方便面，棉被，移动电源，眼罩等必需品。

24、你一年才来一次，一次七天，还没玩热乎呢，眨眼间你就要走了，一想到你要走，我真舍不得，不过剩下一天还是要开心的过。别误会，我说的是假期。

25、哥们，稳住！头发不能乱，衣服穿好看，鞋子擦得光光亮，找准追逐新方向，挺胸做个男子汉，爱情浪潮后浪推前浪！加油兄弟！国庆快乐！

26、送你轻盈的风，愿你身心轻松；送你温柔的水，愿你生活甜美；送你幸运的运云，愿你遇到贵人；送你热情的焰火，愿你事业红红火火。国庆节快乐！

27、我为自己是一个中国人感到自豪，我要做一个传承与发展中国文化，做信仰高尚，精神充实，具有道德的中国人。

28、如果我是你眼中的一颗泪珠，我会顺着您的脸庞滑落到您的心灵深处。如果你是我眼中的一颗泪珠，我今生为不愿意失去您而宁肯不再哭。每逢佳节倍思亲，祝福远方的您十一国庆愉快幸福！

29、十一连理结同心，佳节鸳鸯齐比翼，双喜临门福无边，百年好合情似海。郎才女貌成佳偶，珠联璧合共白头。真诚恭祝：国庆快乐，新婚快乐。

30、国庆佳节到，天也渐渐凉了。外出注意添衣，晚间盖好被子。切记暴饮暴食，荤素要搭配着吃。娱乐要有节制，熬夜伤身心。国庆长假，愿你快乐，愿你健康！

31、国庆早上当你开机时，能见到我对你的祝福，希望一朵心中的玫瑰，能够为你带来一辈子的好运和幸福！国庆快乐！永远快乐！

32、快点慢点，踩准时点。国庆欢庆，普天同庆。人美景美，祖国最美。山好水好，生活美好。天大地大，快乐最大。祝福祈福，愿你幸福。你愿我愿，共同祝愿。

33、金秋十月，火红的季节；红旗飘飘，彤遍艳阳天；普天欢歌，同庆母亲节。各位亲爱的友友们，祝大家国庆节里幸福相拥，健康相随，快乐相伴，财运缠身！

34、真挚的友情如同美酒，越久越香醇；真挚的友情如同鲜花绽放，飘香四溢。即使很久没联系，也不会淡薄。朋友，在国庆来临之际，愿你快乐久久！

35、今年国庆，你被选为开心大使，放假期间请注意公众形象：只许微笑，不许皱眉；只许开心，不许郁闷；只许轻松，不许压抑；只许请客，不许赖账！

36、国庆到，彩旗飘，美酒倒，礼花耀，歌声嘹，斗志高，

人欢笑，乐淘淘，平安靠，如意抱，吉祥罩，幸福绕。祝：国庆快乐来报告！

37、风，来自快乐国度；雨，来自好运之都；脚，走出健康道路；心，收纳天地万物；思念，拨开迷雾；祝福，送来幸福。国庆到，愿你合家安康，幸福绵长！

38、月光静悄悄，秋阳黄橙橙；灯笼红彤彤，佳节喜盈盈；心情美滋滋，祝福乐淘淘。国庆佳节，问候送到，愿你幸福，一切都好！

39、蛟龙下海潭深渊，神舟太空观九天，世界关注咱强盛，满域全球共赞叹，奥运金牌多包揽，扬眉吐气谋发展，祖国昌盛我骄傲，幸福祥和保平安！国庆节到，祝福祖国鸿运无边！

40、给自己一个上进的心，给爱人一份美丽的情，给朋友一份真挚的问候，给节日一份快乐的心情，十一假期将至，祝你幸福度过每一天，愉悦十一！

## 四川九寨沟

九寨沟，因沟内有九个藏族寨子而得名。夏季的九寨沟笼罩在一片苍翠欲滴的景色当中，与五彩的海子构成一幅七彩斑斓的画卷，这个时候你可以去到五彩池赏盛放的杜鹃花，去诺日朗看壮观的瀑布。“九寨归来不看水”，是对九寨沟景色真实的诠释。泉、瀑、河、滩108个海子，构成一个个五彩斑斓的瑶池玉盆，飞动与静谧结合，刚烈与温柔相济，能见度高达20米。长海、剑岩、诺日朗、树正、扎如、黑海六大景观，呈“y”字形分布。翠海、叠瀑、彩林、雪峰、藏情、蓝冰，被誉为九寨沟“六绝”。

## 西湖

西湖在十月份虽然西湖的池塘里荷叶已经悄悄地消失，但是十月却可以感受到平湖秋月的味道。古代诗就有云，“万顷湖平长似镜，四时月好最宜秋”，在筑水轩平台是看西湖秋景的好去处。特别是在皓月当空的秋夜，一色湖光万顷秋景色，幽美静谧，同时也是赏月品茗的佳处。平湖秋月如今又多了八角亭、湖天一碧等特色建筑，让这里的景色更加的迷人和艳丽。

## 海拉尔

海拉尔是呼伦贝尔市的经济和文化中心，有“草原明珠”之称。这里的呼伦贝尔大草原是中国仍保持完美的草原之一，在天高云淡的季节里，你可以来到这里，或信马由缰或策马急驰，惬意十足。呼伦湖是中国五大淡水湖之一，鸟类资源丰富，在赏鸟之余，呼伦湖日出也是一道不可不看风景。

## 新疆那拉提草原

那拉提草原，北疆草原的精华所在。走进那拉提，一片繁花织锦的莽莽草原，泉眼密布，流水淙淙，犹如进入了另一个世界。那拉提还是世界四大草原之一的亚高山草甸植物区，自古以来就是著名的牧场，具有平展的河谷、高峻的山峰，深峡纵横、森林繁茂、草原舒展交相辉映。

## 西藏纳木错

纳木措，蒙古语称“腾格里诺尔”，藏语纳木错，意为天湖、灵湖或神湖，是藏传佛教的著名圣地，信徒们尊其为四大威猛湖之一。每个到过纳木措的人，整个灵魂都仿佛被纯净的湖水所洗涤。站在纳木错湖边，这世界上最高最美的神湖让人震撼，仿佛置身于一个蓝色的世界。淡蓝、浅蓝、灰蓝、宝蓝、深蓝以及深邃如墨一样的蓝黑，这由浅而深的蓝色，蓝得清澈，蓝得丰润，蓝得迷人，似乎包容了世界上一切的蓝色。

## 长白山

长白山不能错过的景致太多了，天池作为长白山最著名、最壮观的景点，是必须造访的，天池的水蓝得透彻，沉静清澈如碧玉一般，给人神秘莫测之感。走进长白山大峡谷，沿着密林栈道，看刀削斧劈的峡谷和碎石熔岩，仿佛看到了多年前熔岩翻滚，火山爆发的震撼场景。而在低山区白桦林中，风吹过时，树叶沙沙响动，演奏出一曲森林之歌。

## 黔阳古城

黔阳古城是全国保存最为完好的明清古城之一，古城三面环水，是湘楚苗地边陲重镇，素有“滇黔门户”和“湘西第一古镇”之称。

黔城古庙宇众多，尤为明清为盛。清同治十三年(公元1874年)县治建有的著名庙宇有先龙坛、玉皇阁、城隍庙、东岳庙、将军庙、马王庙、龙王庙、文庙、山川坛等数十座，今尚存的有万寿宫、先龙坛、文庙等。

## 凤凰古城

一座青山抱古城，一湾沱水绕城过，一条红红石板街，一排小巧吊脚楼，一道风雨古城墙，一座沧桑老城堡，一个奇绝奇梁洞，一座雄伟古石桥，一群闻名世界的人……一切，都美到极致，因此，才有了沈从文一曲《边城》，将他魂梦牵系的故土描绘得如诗如画、如梦如歌、荡气回肠。

## 水墨婺源

倒映水中的错落的村屋、河畔的垂柳，伴随着傍晚时分袅袅上升的炊烟，犹如一幅刚描绘好的水墨画。傍晚时分，行走在烟雨中，看袅袅的炊烟从白墙黑瓦中升起，仿如进入了一个桃源仙境、画里乡村。

