

文明健康手抄报内容 快乐学习健康成长 手抄报内容(优质5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

文明健康手抄报内容篇一

每个人都有自己的成长经历，或精彩或快乐或伤心……无论如何，它们属于你自己。当你细细回味，它依然记忆犹新。你会发现，每一步的成长都是一个故事。

在我刚开始学习写毛笔字的时候，每天都在白纸上画圈圈，练笔画，老师说这是写毛笔字的基本功，是必须要练的。但这种练习沉闷极了，沉闷的让我暴躁，还差点让我放弃。是妈妈对我的鼓励让我坚持了下去，让我明白：学习和传承书法是我自己选择的路，我一定要坚持走下去。我的老师教我从隶书入门。在我看来这隶书也没有楷书端正好看，可老师为什么偏偏要我从这学起呢？虽然我困惑，但是在练习中，我慢慢地静下了心，写字也越来越专注了。当我自己写的作品被老师挂在墙上，获得大家的欣赏和赞扬时，我才发现了隶书那种别样的、独特的美。那年的春节，我在老师的指导下，把自己所挥毫的春联贴在自家的大门上！看着泛着金光的春联，我的内心也泛起了一种小小的成就感。

书法让我领略了它的神奇。在隶书学习中我领略了《张迁碑》的方笔刚劲，《曹全碑》的圆润。我的书法作品在各种比赛中都获得了不错的成绩。当我开始学习我喜欢的楷书的时候，我对学习书法的内心早已没有了负担，而是成了一种激励和执着。一年又过去了，我在书法的学习中又更进了一步。春节又到了，大门口的春联由“蚕头雁尾”的隶书变为了端正

的楷书，我的成就感更强了。老师说，等练好了楷书，我又可以开始学另一种新的字体了，体验书法所带来的惊喜了，这真是让我充满了期待。

岁月不等人，时光不停留。我的成长经历却不会被岁月冲淡。我会把它一直放在记忆深处，就像精彩的故事，陪着我不断长大。等我长大了，仍然可以记起和回味。

文明健康手抄报内容篇二

一、如果一个人必须完成一件自己不喜欢的事，最好的办法就是尽快做好，然后结束。

二、别再让不适合的人带走最好的你。

三、危机感是依赖出来的，安全感是自强出来的。

四、若是踏上了荆棘路不要因为划破了手指就高喊委屈。

五、即使在疼痛中也不要忘了对胜利的渴望。

六、愿下辈子做一个活得轻松的人而不是一个活得清醒的人。

七、你还年轻不要愁，未来还要笑着走。

八、宁愿闭着眼流泪也不哭着向所有人倒苦水。

九、毕竟故事还长不要一个人急着去远方。

十、上帝让你再活一天并不是因为你需要，而是因为有人需要你。

十一、想太多只是因为在意太多喜欢太多。

十二、失而复得的东西不会有最初的珍贵。

十三、陪伴，就是不管你需不需要，我一直都在。

十四、我开始学会心平气和地接受现实的掠夺和馈赠。

十五、没有人可以和生活讨价还价，所以只要活着，就一定要努力。

十六、有什么难割舍人生最不缺代替者。

十七、没有在一起的就是不对的人，对的人，你是不会失去他的。

十八、谣言不能改变事实但它的可怕之处在于能扰乱人心。

十九、总把问题看得太透然后一个人孤闷很久不开口。

二十、时事惶惶而我相信未来总是温暖。

文明健康手抄报内容篇三

1、打开心灵的窗户，让阳光进入；敞开心扉，缔造美丽人生。

2、塑造阳光心态，体验美丽人生。

3、心灵是一扇窗，窗外的风景由你的心定

4、透视心灵，关注成长；触抚生命，助人自助；挖掘潜能，完善自我。

5、退一步海阔天空，让三分心平气和。

6、悲观者横向比天下，乐观者纵向攀人生

7、改变自己，从心开始。

- 8、把掌声送给每一次努力的自己
- 9、悦纳自我，肯定自我，欣赏自我，发展自我。
- 10、揭开心结，为心灵找到休憩的乐土
- 11、笑一笑，十年少；忧一忧，白了头
- 12、背向阳光我们只能看到阴影，面相阳光我们却能迎接光明
- 13、世界上没有比微笑更美的表情。
- 14、心理的健康就像一道菜，酸、甜、苦、辣、咸，全由自己来调味。
- 15、尺有所短、寸有所长，把握生命全过程，展示心中一片天。

文明健康手抄报内容篇四

很荣幸在这严热的暑期里能结识到这么多来自郴州市各地幼儿园园长和骨干教师们，也很感谢市教育局和郴州师范为我们提供了一个这么好的学习平台；让我们能再次走进久别的教室学习深造；又能让我们向更有经验的园长和骨干教师们学习，且相互交流沟通。通过这一段的理论学习，让我们切身感受到了很多，受益非浅。

虽然仅只有20天的'园长培训，但我对幼儿园园长这一职位有了新的认识：园长不仅肩负为人才培养奠基的艰巨任务，还是一所幼儿园的总策划者。要办好幼儿园、提高整体教育质量，关键在于园长，从某种意见上讲，一个好的园长就意味着一所好的幼儿园。在园中，园长的思想、行为和作风能影响全局，作为园长，她所担负的管理是整个园所的教育、保

育、后勤三方面的工作。首先园长要明确幼儿园的任务、性质、地位、作用、目标、职能等多方面的知识。

在教育中，要求不断地更新观念、教育教学模式，组织教师们开展各类教学业务活动和幼儿一日活动，做好与家长的沟通工作；在保育上，把好安全和卫生观，严格按照保育员手册执行，做好幼儿的个人][整洁卫生工作，并配合教师做好教育工作，真正地体现出保教结合的概念；在后勤上，做好园内的服务工作。针对这一系列的工作，园长必须建立一套正确可行的管理制度，同时一名园长还必须树立起正确几重观、发展观、教育观，一切以孩子为出发点，尽可能为全园幼儿提供良好学习游戏环境和高质量的教学水平，使他们在舒适的氛围中健康快乐的成长，也为他们入小学奠定坚实的基础。

教育不是一成不变的，社会在不断发展，人类也要跟上时代的步伐。随着科技和经济的不断进步，我们人类达到了前所未有的高峰，有得必有失，在某些方面也存在一些弊端。我们如何对待这些因发展而带来的问题呢？开展心理健康教育，实在是太必要了。注重中小学心理健康教育是避免各种突发事件，维护社会安定稳定，学校正常运作，学生家庭幸福的需要；注重中小学心理健康教育，是保证学生正常健康发展的需要；注重中小学心理健康教育，是青少年发展特点的需要；注重中小学心理健康教育，是当前社会变动时期的需要。作为教师一定要正视现实，做好心理准备，正确客观地实施教育方针，深入探讨根源，采取切实有效的措施，这样才是学生的心理健康的正确引导人。

德育包括政治、思想、道德和心理健康教育，这说明心理健康教育是很重要的。所谓心理健康教育，是根据心理活动的规律，采用各种方法和措施，以维护个体的心理健康及培养其良好的心理素质。心理健康与身体健康是统一的，要身体健康，还要心理健康，这样才是真正的健康。心理健康教育从内容上可分心理素质培养与心理健康维护两项任务。要帮

助学生形成自我调控能力，要帮助学生摆脱不利的心理状态，要有助于自我教育，要有助于生产劳动，要有助于医疗，要有助于各方面的应用。心理健康教育是很重要的，特别是对于中小學生。

心理学研究表明，每一个学生都有很大的潜能，都有可能成为优秀者，天才人物，主要是看后天的教育与影响。而我们作为教师，在平时的教学中应该注重发挥学生的潜能，为学生的发展创造必要的条件，让其充分的发挥出来。在课堂教学中，教师要注意观察学生的实际情况，有意识的培养学生的优势，并注意培养和克服学生的劣势。注意发挥学生的优势，可以促进学生的智力的开发，也要注意采取激励的办法，记得有位学者曾描述这样一个公式：学生的学习成绩=能力×激励，让学生看到自己的优势均，自信心增强了，就会促进智力的发民展，对于后进生，我们更要坚持发挥优势的原则来处理问题。，对后进生更应该要多看他们的优势，使用权其能够顺利发展。

文明健康手抄报内容篇五

心理健康格言：

- 1、伟大的胸怀，应该表现出这样的气概，用笑脸迎接悲惨的命运，用百倍的勇气来应付自己的不幸。
- 2、为他人服务是在比赛中脱颖而出的唯一办法。
- 3、不是所有春天都没有忧伤，不是所有的秋风都编织忧愁。
- 4、世界上有多少人就有多少颗心，每颗心都有自己独特的声音。
- 5、玫瑰就是玫瑰，莲花就是莲花，只要去看，不要比较。一味的比较最容易动摇我们的心态，改变我们的初衷，而比较

的结果，使人不是自卑，就是自傲，总之是流于平庸。

6、怨恨不一定会伤害别人，却一定会伤害自己。

7、人的眼睛，在失败的时候，方才睁了开来。

8、哀莫大于心死，击倒一个人的往往不是外在的力量，而是自己的内心。

9、一切都是暂时的，一切都会消逝。让失去的变为可爱。

10、一个人是在同周围环境的反抗中创造成功的。

11、应当耐心听取他人的意见，认真考虑指责你的人是否有道理。如果他有理，你就修正自己的错误；如果他理亏，就当没听见；若他是一个你敬重的人，可以通过讨论提出他不正确的地方。

12、尊重生命尊重他人也尊重自己，是生命进程中的伴随物，也是心理健康的一个条件。

13、人类的思维具有极大的惯性，思想的快车一旦跑偏，就会加速驶向悬崖。

14、倘若你有一个苹果，我也有一个苹果，而我们彼此交换这个苹果，那么你和我仍然是一个苹果。但是，倘若你有一种思想，我也有一种思想，而我们彼此交换这些思想，那么我们每个人各有两种思想。

15、如烟往事俱忘却，心底无私天地宽。

16、只要你有一颗平常心，就没有想不通的事。

17、嫉妒是一种恨。此种恨是对他人的幸福感到痛苦，对他人的灾殃感到快乐。

18、人，只要有一种信念，有所追求，什么艰苦都能忍受，什么环境也都能适应。

19、既然太阳上也有黑点，人世间的事情就更不可能没有缺陷。

20、一个人好象是一个分数，他的实际才能好比分子，而他对自己的估价好比分母，分母越大则分数越小。

21、健康的一半是心理健康。

22、人们越是看不起别人，自己越是容易被别人看不起。

23、仁善的话语或许很简短，很容易出口，但它们的影响却是无限深远的。

24、被人揭下面具是一种失败，自己揭下面具是一种胜利。