



CONTENTS 目录



主管：

国家卫生和计划生育委员会

主办：

国家卫生计生委人口文化发展中心
中国人口宣传教育中心

支持单位：

中国计划生育协会青春健康工作办公室

中国核心期刊（遴选）数据库收录期刊
《中文科技期刊数据库（全文版）》收录期刊
中国期刊网（知网）全文收录期刊
龙源期刊网全文数字化收录期刊
国家卫生计生委首届优秀期刊
二零一四年中国最美期刊

轻松阅读

快乐成长

助力健康中国



扫一扫，关注青春健康，
更多精彩尽在其中！

（凡本刊转载之作品，如三个月内未收到稿酬，
请作者与我编辑部联系）

卷首语 Preface

- 1 借来的火，点不亮自己的心 / 李茂中

青春视点 View point

青春辞典

- 6 读编往来
7 青春语录

特别关注

- 8 《加强中小学生欺凌综合治理方案》：让校园生活更温暖 / 舒华

法律档案

- 12 刑法案例
13 法的故事

黄灯慢行

- 14 让优秀传统文化引领青少年健康成长 / 老余

环球视野

- 16 芬兰教育：一场不竞争的学习经历 / 千叶

心灵密码 Heart sound

男生日记

- 18 青春孤寂 我们彼此相依 / 罗光太

女生秘密

- 22 春天来了，梦想还会远吗？ / 阿杜
24 所有吃过的苦 都会变成荣光 / 萍萍

少年笔会

- 26 梦想花开 / 刘晓文
27 爱的纪念日 / 高歌

专题策划 Special subject

- 29 当我十八岁 / 本期策划 赵曼
30 青春万岁 十八而志 / 连凯
31 写给十八岁的自己 / 周梦诚
34 十八岁，勇敢向前 / 沐曦



十八岁，意味着要有更多的责任去背负；十八岁，意味着要有更多的目标等待着被实现；十八岁，意味着要有更远的未知道路在等待着我们去探求。十八岁，太多太多……十八岁是分水岭，左边是过去的十八年来所有幼稚和梦想堆砌的美丽梦幻庄园，而右边，是我们即将踏上的、充满神奇和未知诱惑的、一条终点由自己决定的人生之路。

这就是十八岁，谁也抢不去，谁也夺不走。十八而志，青春万岁！

青春健康 Prime health

健康成长

- 37 跳绳，集娱乐与运动于一身的活动 / 钱琦
- 38 冬季补水，青少年不可少的保养课 / 高花兰
- 40 季节性鼻炎该如何预防与治疗 / 鸿君

青春良方

- 42 心酸的出名——变相的寻求关注 / 肖存利

咨询港湾

- 44 崩溃的男孩怎样自救（下） / 马志国

感动青春 Touching youth

走进崇高

- 46 走进崇高 利国利民 / 曹知文

经典回响

- 50 一个车夫 / 巴金

国学瑰宝

- 52 读《中庸》致中和 / 宋振中

青春论坛 Youth forum

初涉人生

- 56 薛振河：方块熊致力于少儿优质视频制作 / 刘燕

青春故事

- 58 潘粤明的青春故事：守得云开见“粤”明 / 李木子

论义论道

- 62 别在冬天砍树 / 程应峰
- 63 当草拔高了自己 / 张亚凌
- 64 最苦与最乐 / 梁启超
- 65 冬霜暖阳 / 钱红莉

PK 部落

- 66 读万卷书还是行万里路，更利于“求知”呢？ / 丰色

CONTENTS 目录



修身自律 Self discipline

见微知著

- 68 不食周粟 / 夏染沐
- 70 《元日》：爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏 / 顾雨辰

程门立雪

- 72 如果我是语文教师 / 周国平
- 73 做一个让学生瞧得起的老师——教师的四重境界 / 朱永新

律动身心

- 76 顾莹：从全国滑翔伞女子冠军到“荒野猎人” / 张东亮

混搭特区 Fashion zone

阅读视界

- 80 坚守心灵的淡定从容——读《愿人生从容》 / 古滕客

视听工厂

- 82 芳华灼灼 久而弥香——观电影《芳华》有感 / 李洪洋
- 84 中外摇滚：不同的风格同样的享受 / 致远

时尚盘点

- 86 就是要那一抹红 / 艳青

创意生活

- 88 做一朵你手中的棉花糖 / 千语

青春资讯 Youth information

- 90 长沙市雨花区：信息化促优质均衡发展
- 92 昆明少先队、中学共青团改革工作推进会召开
- 93 马鞍山团员青年积极投身抗雪保障第一线

广告招商 Investment promotion

- 28 “少年笔会”栏目征稿启事
- 36 【当我和世界不一样】专题征文启事
- 94 《青春期健康·青少版》杂志征稿启事
- 95 《青春期健康·家庭版》杂志征稿启事
- 96 《青春期健康》读者调查表

封二：《心存高远 脚踏实地》
封三：《健康中国 关爱青春》