

主管：国家卫生健康委员会

主办：国家卫生健康委人口文化发展中心 中国人口宣传教育中心

ISSN 1672-6502

CN 11-5125/R

青春期健康

Adolescent Health

2023 年
03 月

第 21 卷
第 3 期

总第 393 期



刊首语

因为青春 P01

青春视点

传统年画溯源与四大年画来历 P04

青春风采

人生如诗“袁神农” P46

文化疆域

鸟语花香的石崇固 P86

ISSN 1672-6502



9 771672 650237

定价：20 元 / 本 下半月刊 每月 15 日出版



06
2023

青春期健康

QINGCHUNQI JIANKANG

目次

总第 393 期

03

刊首语 / Preface

01 因为青春 / 杨军

青春辞典 / Youth Dictionary

02 编读往来

03 青春语录

青春视点 / Youth Viewpoint

· 特别关注 ·

04 传统年画溯源与四大年画来历 / 卞文志



P04

· 修身自律 ·

08 虚拟世界不可为所欲为，文学创作应有底线
/ 浅黛

青春护航 / Youth Escort

· 健康成长 ·

10 认识青春期糖尿病，早防是关键 / 孟昭群

12 预防骨质疏松应从青少年做起 / 张宝华



P12

14 生活压力添焦虑，重视睡眠多运动 / 钱军



P15

· 营养课堂 ·

16 了解青春期食育，拥有健康好未来 / 张桂荣

19 石磨豆花分外香 / 莫测

20 山中觅果鸡嗑子 / 伍建森



P20

CONTENTS

个案聚焦 / The Focused Case

- 22 家长会,教师应该做些什么 / 钟家
- 24 积极开展亲子阅读活动 / 刘乌日娜
- 25 摆脱心理负担,做阳光女孩 / 秦瑞波
- 26 积极开展体育教学工作,重视学生身心健康 / 汤哲
- 30 点名 / 刘刚君
- 31 知心老师进社区,教育合力促发展 / 范佳颖
- 34 英语学习如何促进特殊儿童教育 / 王亚雄
- 38 用信息技术提升学生自主学习的积极性 / 吴奕霖

健康中国 / Healthy China

- 40 冬春季节练长跑 / 颜士州
- 41 体育总局、中央编办、教育部、人力资源社会保障部关于在学校设置教练员岗位的实施意见 / 洛尘

青春风采 / Youth Charm

· 运动有道 ·

- 42 发展全民健身,提高国民体质 / 王海军



· 少年笔会 ·

- 44 太阳(组诗) / 黄昭龙
- 45 万家灯火普照,一盏心灯寄存 / 袁铭东
- 46 人生如诗“袁神农” / 陈睿明
- 47 教与不教,是个问题 / 王彦博

· 学习秘籍 ·

- 48 作文教学七步走 / 曾颖
- 50 教师资格证通关秘籍 / 李不延

· 男生女生 ·

- 52 你的青春我只送一程 / 刘欣森

· 风华正茂 ·

- 54 李德鑫:斩获世界技能大赛家具制作项目冠军的“00后” / 青山



· 初涉人生 ·

- 58 “95后”北京女孩林西:创意“手机装裱师” / 张东亮



咨询港湾 / Consulting Harbor

- 62 高三家长如何与孩子聊学习 / 邹蓉
- 64 一次心理危机干预辅导——在妈妈严格管教下的“受伤”女孩 / 李丹

青春期健康

QINGCHUNQI JIANKANG

目次

总第 393 期

03

文化疆域 / Cultural Territory

· 匠人匠心 ·

68 指尖上的安昌古镇 / 白英



P68



P69

· 文韬理略 ·

72 大学新生报到应独立完成还是家人陪同?

/ 李扬

· 见微知著 ·

74 评纪录片《伟人之根——周恩来的家庭家教家风故事》/ 过向宏



P74

· 开卷有益 ·

76 择一事，终一生
——读《我在故宫修文物》/ 甘武进

78 在不可能中探寻可能
——读阎真《活着之上》/ 左德浩



P78

· 论议论道 ·

80 让更多人听到你的声音 / 马亚伟

81 踏雪求学 / 赵秀坡

82 让心中多留些美好 / 马志国

83 塞万提斯：一生逆境，一生奋斗 / 新颜

· 人文地理 ·

84 延安星火再燎原 / 施崇伟

86 鸟语花香的石崇固 / 宋增芬

青春资讯 / Youth Information

88 四川大学着力加强马克思主义学院建设
/ 四川大学

广告招商 / Investment Promotion

90 《青春期健康》杂志（下半月刊）征稿启事

92 “少年笔会”专栏征稿

封二 《青春期健康》杂志封面人物征集启事

封三 《国际消费者权益日》