

云上 好时光 精彩梦未来

大司巷幼儿园大班举行毕业典礼

记者 潘燕佳 通讯员 潘秀静

本报讯 6月是放飞梦想的季节，对于市大司巷幼儿园大班的孩子们来说更是喜悦的日子。操场上，笑语不断，就连幼儿园里的一草一木都仿佛在诉说着小朋友们在此度过的每个幸福时光。此时的他们早已从当年哭鼻子的娃娃，成长为多才多艺、积极向上的学童。

22日上午，大司巷幼儿园举办了以“遇时光·梦未来”为主题的毕业典礼（图）。全园174名大班小朋友载歌载舞一起度过他们人生中第一个重要的仪式。因新冠肺炎疫情防控需要，该园此次毕业典礼以云直播方式向孩子们和家长们呈现。

即将成为一名小學生的孩子们，心中有对新生活的向往，也有对幼儿园、对老师和同伴的留恋。毕业典礼当天一大早，孩子们早早地来到活动场地，喜悦而留恋之情溢于言表。

毕业典礼在激情四射的舞蹈中拉开序幕。虽然舞台底下不似以往围满了观众，但9名表演者仍用欢快的舞蹈点燃了现场的气氛，也使在教室观看直播的孩子们仿佛身临其中，跟随音乐的节奏摇摆身体。

园长致辞中，李宁蓉园长给孩子们殷切寄语，语言质朴却感人至深，言语间抒发了对孩子们的依依惜别之情，寄托了对孩子们最美好的祝福和殷切的希望，也表达了浓浓的不舍之情。

伴随着主持人报幕声结束，背着尤克里里的王心贝与爸爸妈妈一起走上了舞台，为观众演唱了一首《蝴蝶飞呀》。尤克里里和手鼓、摇铃的默契配合，赢得小朋友们的阵阵掌声。很感谢幼儿园提供这样一个舞台让孩子展现自我的机会，也能让我们在孩子人生重要的仪式上，画上浓墨重彩的一笔。王心贝妈妈黄晓立告诉记者，这是孩子成长阶段的重要时刻，她很



感谢幼儿园让她和先生能参与其中，给孩子留下更多美好的回忆。

因特殊原因，家长未能参加孩子的毕业典礼，但为了能让家长实时参与到孩子成长过程中，该园以图片直播的形式，展示孩子在毕业典礼上的精彩表现，这也是大司巷幼儿园家校共育的重要体现之一。直播间内，访客人数不断上升，家长们纷纷进入直播间，留存下孩子成长的珍贵时刻。

在幼儿园的三年我感到无比快乐，虽然我即将升入小学，但还是很舍不得幼儿园的小朋友和老师。刚与搭档应瞳葵演奏完小提琴的李屹说。

池塘边的榕树上，知了在声声地叫着夏天。随着《童年》音乐声的响起，一群小朋友涌入教室内，她们一会坐在位置上认真听课，一会在操场上尽情嬉闹，一会儿与同桌窃窃私语。原来这是大班全体教师以音乐剧的形式，将孩子们在幼儿园里的精彩时光情景再现，孩子们的动作、神态也都被老师们模仿得惟妙惟肖。

表演素材都真实取自孩子们在校时的各种表现，在毕业典礼上通过音乐剧的方式展示，不仅是想让孩子

们长大后能回想起幼儿园的美好时光，也是在引导他们要做生活的有心人。生活中到处都充满了有趣、美的事物，只有善于发现，才能更好地享受生活。表演教师之一穆珍珍介绍。

演出接近尾声时，园长李宁蓉和副园长田伟华为即将毕业的小朋友们颁发了毕业证书，期盼每个孩子在今后的成长历程中都能保存这份美好的记忆。这是孩子们在人生中拿到的第一份毕业证书（图）。

大司巷幼儿园一直坚持以美育人，以爱润心，的办园宗旨，将美育的理念逐步贯彻到幼儿发展的各个领域，给每个班级每个孩子都创设了表达美的机会。从幼儿园游戏区展示的照片墙、孩子们用橡皮泥画成的毕业照、毕业典礼上颇具艺术审美个性的节目，无不体现了美育的教育理念，让美育之花芬芳绽放。



扫一扫 看视频

浅析广泛性焦虑障碍

通讯员 丁慧

医生，我总是手抖、嘴巴抖，心跳很快，心电图检查是好的，怎么回事？医生，我头晕，头颅CT检查是好的，但晕得难受，嘴巴也很干，到底什么问题？医生，因为疫情原因，我待在家没事做，总是很担心，怕自己也得新冠。因上述症状或其他临床症状来就诊的人中，医生会发现女性更常见，儿童和青少年也不少，那到底是怎么了呢？

今天要和大家说的就是广泛性焦虑障碍，是焦虑障碍中的一种，主要特征是对多种境遇的过分担心，同时伴有不安、肌肉紧张和行为的改变。有人说，我也总是惶惶不安，特别容易紧张，一紧张就手心出汗，控制不住，这是不是此病呢？

让我们先了解下广泛性焦虑障碍的临床表现。该病主要临床表现在心理和躯体两方面。心理表现有：担心、害怕性期待、易激惹、对声音敏感、坐立不安、注意力下降等；躯体表现涉及多个系统，主要来源于交感神经的过度活动和骨骼肌的紧张性增加，主要也是警觉性提高引起的各种表现，主要表现为：口干、过度通气、吞咽困难、胸闷、呼吸急促、胸部压迫感、心慌、出汗、尿频、尿急、痛经、耳鸣、眩晕、头痛、肌肉疼痛、颤抖、失眠、夜惊等等。此病至少需要持续6个月方可诊断。

焦虑是人类的基本情绪，适度的焦虑可以调动积极性，更加有利于工作和生活，但焦虑过度，则有可能使我们无法正常工作，甚至做出更加危险的事情，所以接下来讲一讲广泛性焦虑障碍如何治疗。

该病是一种慢性高复发的疾病，其发生常和生活应激事件相关，如人际关系问题、躯体疾病及工作问题等，故治疗除了药物治疗，还需要联合心理治疗。焦虑障碍急性期可以选用苯二氮卓类药物（大家常说的安定类药物）缓解焦虑，但因不良反应及耐受性等不建议长期使用，而很多新型抗抑郁药可作为首选，具体治疗方案则需和医生共同协商。另外，很多人认为我焦虑好了，是不是就可以马上停药了？这万万不可，因为贸然停药很可能引起病情复发，故首次发作一般需治疗半年到一年，停药也是缓慢停药至终止治疗。心理治疗方面主要是认知行为治疗，很多研究显示，该治疗的疗效和药物治疗相仿。另外，还有放松训练、精神动力学治疗等对此也有帮助。

公益 心晴 支持热线

13588612320(739320)

24小时开通

别样香囊致传统 端阳夏色共安康

市妇联送课到解放小学

通讯员 施笑颖

本报讯 传统佳节至，妇联赠雅礼。香囊承祝福，学艺享乐趣。22日下午，在端午节来临之际，市妇联“端阳有礼·手作时光”送课到解放小学，请手作名师为解小全体教师授课传艺，开展了“别样香囊致传统，端阳夏色共安康”香囊制作活动，带大家在穿针引线中体验民俗，致意传统。

端午佩戴香包是传统习俗，亲手制作香包就更有意义了。手作名师制作的香包款式新颖、色彩鲜艳，大家都被深深吸引，个个摩拳擦掌，跃跃欲试。

一把剪刀、一卷针线，外加几块花艺布料，这一堂香囊手工课材料就备齐了，教师和学生就位，手工DIY香囊就开课啦。教学在请教与互帮互助的愉快氛围中进行。手作名师一步一步

仔细教大家裁剪、缝针、装香料、扎流苏、封口，解放小学的教职工们认真学习。活动进行了两个多小时，但教师们还意犹未尽，沉浸在芳香中不愿离去。拿着自己亲手制作的香包，教师们别提多高兴了，纷纷拍照留影。

此次活动使全体教师感受到端午节的文化内涵，体会到祖国传统节日的独特魅力，也提高了教师对民族文化的认同感和自豪感。

公益广告

“珍爱生命、预防溺水” 牢记“六不一会”

不准私自下水游泳或到水边玩耍嬉戏，不擅自与同学结伴游泳，不在无家长或监护人带领的情况下游泳，不到无安全设施水域游泳，不到不熟悉的水域游泳，不盲目下水施救，并学会基本的应急自救、求助、报警方法。家长对孩子外出要“知去向、知同伴、知内容、知归时”。



永康市教育局 永康日报社 宣