重庆市渝北区教育委员会文件

渝北教发﹝2025﹞40号

重庆市渝北区教育委员会

关于渝北区第三届“阳光心育”心理健康 教育微课竞赛获奖情况的通报

各中小学：

为认真贯彻党的二十大精神，贯彻落实教育部等十七部门联合印发的《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023—2025年）》文件要求，进一步做好中小学生心理健康教育的科普与宣传工作，挖掘一线教师宝贵经验、整合典型案例，建设我区心理健康教育微课资源库，推进优质教学资源共建共享，根据《渝北区第三届“阳光心育”中小学心理健康教育微课竞赛的通知》要求，通过组织相关专家初评、复评和终评，全区共评出中小学一等奖32名，二等奖37名，三等奖51名，并评出优秀组织单位13个，现予以通报表彰。

希望获奖的单位和个人珍惜荣誉、再接再厉，坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的教育方针，坚持为党育人、为国育才，落实立德树人根本任务，认真贯彻落实教育部等十七部门《关于印发〈全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023-2025年）〉的通知》要求，切实把心理健康教育工作摆在更加突出位置，进一步加快我区大中小学心理健康教育一体化建设工作，全方位强化学生心理健康教育。

附件：1. 渝北区第三届“阳光心育”心理健康微课竞赛获奖名单

2. 渝北区第三届“阳光心育”心理健康微课竞赛优秀组织单位名单

重庆市渝北区教育委员会

2025年3月4日

附件1

渝北区第三届“阳光心育”心理健康微课竞赛获奖名单

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 学校 | 作者 | 作品名称 | 获奖等级 |
| 1 | 悦城小学 | 黄世蓉、刘 莉 | 微习惯——无负担习惯养成法 | 一等奖 |
| 2 | 渝开学校 | 王 思 | 兴趣搭配餐厅 | 一等奖 |
| 3 | 实验二中 | 糜 枫 | 阳光自我--小目标，大坚持 | 一等奖 |
| 4 | 重庆八中 | 何 涛 | 拒绝愧疚式教育-为爱松绑 | 一等奖 |
| 5 | 渝北区职业教育中心 | 曹 星、晏 莉 | 青春不孤单，交友正当时 | 一等奖 |
| 6 | 渝北区职业教育中心 | 谭本群 | 拒做咸鱼不躺平 | 一等奖 |
| 7 | 黄炎培中学 | 陈雪梅 | 内耗价值拍卖会 | 一等奖 |
| 8 | 重庆八中 | 赵 姣 | 我有后悔“药” | 一等奖 |
| 9 | 新牌坊小学校 | 刘晓红、杨 涛 | 学会赞美朋友多 | 一等奖 |
| 10 | 暨华中学 | 旷昌伟、陈洁琼 | 有效沟通 | 一等奖 |
| 11 | 双湖小学校 | 范 元 | 透视冰山 “语”爱同行 | 一等奖 |
| 12 | 渝北实验小学校 | 郭一帆、代静静 | 给生活一个暂停键 | 一等奖 |
| 13 | 同茂小学校 | 谭雪梅 | 期末了，家长怎么做 | 一等奖 |
| 14 | 两江中学 | 邓红英 | 阳光心态，有效沟通 | 一等奖 |
| 15 | 天堡寨小学 | 田 榆、朱 越 | 当愤怒来敲门 | 一等奖 |
| 16 | 巴蜀小学 | 古颖欣 | 快乐交友你可以 | 一等奖 |
| 17 | 渝北区职业教育中心 | 徐立志 | 阳光交往—开启友谊之门 | 一等奖 |
| 18 | 南华中学 | 冉欣欣 | 焦虑是一把双刃剑 | 一等奖 |
| 19 | 渝北区职业教育中心 | 杨家琼 | 热爱生命，向阳而生 | 一等奖 |
| 20 | 观月小学 | 朱孟春、李赟越 | 看见冰山之下的爱 | 一等奖 |
| 21 | 长安锦绣实验小学 | 黄守菊 | “丢脸”没什么大不了！——破除聚光灯效应 | 一等奖 |
| 22 | 空港佳园小学 | 鄢李琴 | 说说委屈的事 | 一等奖 |
| 23 | 实验中学 | 温小雪、路晓宁 | 心花“赞”放 | 一等奖 |
| 24 | 东原香山小学 | 张秋于 | 探寻 “3I”无限能量之旅 | 一等奖 |
| 25 | 汉渝路小学校 | 李秀华 罗杰 | 阳光交往 | 一等奖 |
| 26 | 渝北特校 | 吴 潇 | 不做拖拉大王 | 一等奖 |
| 27 | 渝北特校 | 王 妤 | 赢了输了没关系 | 一等奖 |
| 28 | 洛碛中心小学校 | 徐诗璐 | 找找自己的闪光点 | 一等奖 |
| 29 | 空港新城小学 | 夏 竹、王启瑞 | 驯“兽”高手——和拖延说再见 | 一等奖 |
| 30 | 数据谷中学 | 周怡廷 | 我们走直线奔目标 | 一等奖 |
| 31 | 龙头寺小学 | 龚 芮、龙富微 | 从“易怒猫”到“平和狮” | 一等奖 |
| 32 | 空港实验中学 | 段朝霞 | 以乐润心 心向朝阳 | 一等奖 |
| 33 | 数据谷中学 | 江 淼 | 规划未来职业，点亮精彩人生 | 二等奖 |
| 34 | 双湖小学校 | 蒋 燕、熊辉辉 | 打败社交小怪兽 | 二等奖 |
| 35 | 两江中学 | 杜泽瑞 | 和考试焦虑说byebye | 二等奖 |
| 36 | 暨华中学 | 陈洁琼、旷昌伟 | 我的情绪我做主 | 二等奖 |
| 37 | 空港佳园小学 | 汤 春 | 换位思考三部曲 | 二等奖 |
| 38 | 空港佳园小学 | 杨馥月 | 天使恶魔大变身 | 二等奖 |
| 39 | 渝北区职业教育中心 | 万丽红 | 重识学习，做更好的自己 | 二等奖 |
| 40 | 渝北区职业教育中心 | 李学芳、余彬涵 | 学会应对负面情绪 | 二等奖 |
| 41 | 渝北区职业教育中心 | 赖世林、邱 梅 | 学会时间管理，拥有高效人生 | 二等奖 |
| 42 | 渝北区职业教育中心 | 段群琴 | 微笑的魔力 | 二等奖 |
| 43 | 渝北区职业教育中心 | 柯 岚 | 驱散自卑阴霾，遇见更好的自己 | 二等奖 |
| 44 | 黄炎培中学 | 刘 霞 | 与压力共舞，向未来前行 | 二等奖 |
| 45 | 华蓥中学 | 萧茂林 | 阳光生命：自我关爱，绽放生命之花 | 二等奖 |
| 46 | 重庆八中 | 石 慧 | 倾听---助我成长 | 二等奖 |
| 47 | 华蓥中学 | 敖 欣 | 爱上人际交往——赞美的艺术 | 二等奖 |
| 48 | 两江人民小学 | 乐佳羽 | 递笑的“邮差” | 二等奖 |
| 49 | 东原香山小学 | 熊 令 | 心里话说出来更放松 | 二等奖 |
| 50 | 龙头寺小学 | 朱春梅 | 如何面对父母的唠叨 | 二等奖 |
| 51 | 南华中学 | 邓 敏 | 微习惯的力量 | 二等奖 |
| 52 | 南华中学 | 余江燕 | “阳光生命”解读青春期情绪波动的密码 | 二等奖 |
| 53 | 渝北实验小学校 | 叶晓丽 谭春蓉 | 你好，压力君 | 二等奖 |
| 54 | 空港新城人和街小学 | 吴道伦 | 打开“画”匣子 | 二等奖 |
| 55 | 东原香山小学 | 童勤娅 | 好好生气的魔法 | 二等奖 |
| 56 | 实验三小 | 张永松 | 做消灭烦恼的小勇士 | 二等奖 |
| 57 | 汉渝路小学校 | 王秀琼 | 生气汤 | 二等奖 |
| 58 | 空港新城小学 | 朱晓红、张林红 | 发现独一无二的我 | 二等奖 |
| 59 | 腾芳小学 | 刘浩然、石春秀 | “气”鼓鼓的小河豚 | 二等奖 |
| 60 | 腾芳小学 | 孙渝乔、冯 军 | 星际救援，专注力大挑战 | 二等奖 |
| 61 | 天堡寨小学 | 朱 越、田 榆 | 宝藏男孩女孩 | 二等奖 |
| 62 | 空港佳园小学 | 徐 欢、吴兴焰 | 生命常新，惜时生长 | 二等奖 |
| 63 | 空港实验中学 | 颜雪莲、张妙来 | 精神极简 治愈内耗 | 二等奖 |
| 64 | 渝北中学 | 倪晓燕 | 心理复原力：解锁你的内在力量 | 二等奖 |
| 65 | 渝北区职业教育中心 | 李晏军 | 有效沟通，点亮同伴关系的明灯 | 二等奖 |
| 66 | 渝北区职业教育中心 | 王 函 | 阳光生命-挫折中绽放的生命之花 | 二等奖 |
| 67 | 黄炎培中学 | 邓臣洁 | 闪闪发光的我们 | 二等奖 |
| 68 | 汉渝路小学校 | 李尚菊 | 快乐密码 | 二等奖 |
| 69 | 实验三小 | 叶少菊 | 悦纳交往 焕彩心情 | 二等奖 |
| 70 | 笃信实验学校 | 张 倩、钟 勇 | 点亮我的“逆光”时刻 | 三等奖 |
| 71 | 双湖小学校 | 李 珊、曹 洁 | 自信之旅——探索我的自信法宝 | 三等奖 |
| 72 | 双湖小学校 | 熊丽娜、蒋 倩 | 情绪小侦探 | 三等奖 |
| 73 | 宝圣湖小学 | 董 娜 | 职业梦想启明星 | 三等奖 |
| 74 | 空港新城人和街小学 | 汪万茹 | 小谣言看病记 | 三等奖 |
| 75 | 空港新城人和街小学 | 郑雪婷 | 老师，请您听我说 | 三等奖 |
| 76 | 渝北实验小学校 | 晏小淋、刘 畅 | 挫而不折 向阳生长 | 三等奖 |
| 77 | 两江中学 | 周洪阳 | 勇敢尝试让人生多一种可能 | 三等奖 |
| 78 | 巴蜀小学 | 彭青青 | 男生女生 快乐同行 | 三等奖 |
| 79 | 龙头寺小学 | 陈中飞、刘永松 | 树立运动目标，实现自我突破 | 三等奖 |
| 80 | 实验中学 | 邹雨阳、王 丽 | 应对逆境，追寻生命的彩虹 | 三等奖 |
| 81 | 黄炎培中学 | 江术兰 | Bye bye! 小拖延 | 三等奖 |
| 82 | 渝北区职业教育中心 | 陈 雪 | 学会规划 克服拖延 | 三等奖 |
| 83 | 新牌坊小学校 | 谭晓艳 | “红眼怪”，拿捏 | 三等奖 |
| 84 | 新牌坊小学校 | 谭雪亮、陈雪莲 | 阳光交往——一个好汉三个帮 | 三等奖 |
| 85 | 南方玫瑰城实验小学校 | 邢 艺、刘 琳 | 不讨好的勇气 | 三等奖 |
| 86 | 空港新城人和街小学 | 毛秋坪 | 闪闪发光的我 | 三等奖 |
| 87 | 玉峰山小学校 | 鞠林利 高润年 | 与“假努力”say goodbay | 三等奖 |
| 88 | 金鹏实验小学校 | 王玉龙 | 学习乐园的“寻宝地图”规划 | 三等奖 |
| 89 | 东原香山小学 | 张 静 | 烦恼来了有办法 | 三等奖 |
| 90 | 实验三小 | 王隐鑫 | 种下“阳光生命”的理想之树 | 三等奖 |
| 91 | 两江中学 | 谢 亚 | 迎考心旅 走出压力困境 | 三等奖 |
| 92 | 巴蜀小学 | 付红梅 | 阳光交往 点亮心灯 | 三等奖 |
| 93 | 空港佳园小学 | 匡 元、古 睿 | 情绪对对碰 | 三等奖 |
| 94 | 洛碛中心小学校 | 王建会 | 表扬与批评的艺术 | 三等奖 |
| 95 | 空港佳园小学 | 喻 瑶、冷玉娇 | 我喜欢我自己 | 三等奖 |
| 96 | 实验中学 | 廖纹静 | 掌握情绪密码，开启灿烂人生 | 三等奖 |
| 97 | 渝北区职业教育中心 | 徐路程、张 敏 | 如何正确对待抑郁情绪 | 三等奖 |
| 98 | 长安锦绣实验小学 | 吴蕾蕾 | 小小挫折，拿捏！ | 三等奖 |
| 99 | 渝北区职业教育中心 | 徐秋霞 | 做好情绪调节 塑造阳光自我 | 三等奖 |
| 100 | 渝北区职业教育中心 | 章梦雨 | 情绪自控，心向阳光 | 三等奖 |
| 101 | 统景初级中学 | 毛世琴 | 赋能成长 活出希望 | 三等奖 |
| 102 | 渝北区职业教育中心 | 何晓梅 | 快乐幸福密码——迪香式微笑 | 三等奖 |
| 103 | 黄炎培中学 | 袁 婷 | 做情绪的主人 | 三等奖 |
| 104 | 南华中学 | 周雪莹 | 感恩：幸福拼图的魔法药水 | 三等奖 |
| 105 | 华蓥中学 | 苟 洁 | 压力伴我成长 | 三等奖 |
| 106 | 南华中学 | 朱虹燕 | 端正人生态度 | 三等奖 |
| 107 | 南华中学 | 傅玉娟 | 用伯恩斯新情绪疗法调节自己的情绪 | 三等奖 |
| 108 | 立人小学 | 谢丹丹 | 奇妙的心理暗示 | 三等奖 |
| 109 | 龙山小学 | 邹映月、段丁予 | 伙伴“聚”给力 合作“争”胜利 | 三等奖 |
| 110 | 龙山小学 | 李亦男、隆 攀 | 心声共鸣，让心更近 | 三等奖 |
| 111 | 东原香山小学 | 唐 兴 | 我的职业梦想 | 三等奖 |
| 112 | 东原香山小学 | 李丹丹 | 从容应考：解锁焦虑密码 | 三等奖 |
| 113 | 实验三小 | 洪孝容 | 我的学习发动机 | 三等奖 |
| 114 | 渝北特校 | 刘帆鹭 | 我的情绪小怪兽 | 三等奖 |
| 115 | 两江小学 | 聂玉寒 | 远离“背后蛐蛐” | 三等奖 |
| 116 | 空港佳园小学 | 刘帮蓉、冯彩萍 | 有话好好说 | 三等奖 |
| 117 | 实验中学 | 吴怀琴 | 驱“摆烂”阴霾，拥阳光心态 | 三等奖 |
| 118 | 南华中学校 | 刁云风 | 阳光学涯，做时间的主人 | 三等奖 |
| 119 | 南华中学校 | 黄 莉 | 生命如山茶，灼灼其芳华 | 三等奖 |
| 120 | 南华中学校 | 李 婷 | 解锁性格密码，绽放自我光芒 | 三等奖 |

附件2

渝北区第三届“阳光心育”心理健康微课

竞赛优秀组织单位名单

重庆市第八中学校

重庆市南华中学校

重庆市两江中学校

重庆市华蓥中学校

重庆市渝北职业教育中心

渝北区黄炎培中学校

渝北区巴蜀小学校

渝北区第三实验小学校

渝北区新牌坊小学校

渝北区双湖小学校

渝北区汉渝路小学校

渝北区东原香山小学校

渝北区空港佳园小学校

|  |
| --- |
| 重庆市渝北区教育委员会 2025年3月4日印发 |