

# 最新四年级心理健康手抄报内容(优秀8篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 四年级心理健康手抄报内容篇一

当雄伟的天安门，

让风云迎来东升的太阳。

历史的耳畔，

传来了礼炮的隆隆回响，

那排山倒海般的回响，

是中国沧桑巨变的回响。

一位巨人俯瞰着世界，

洪亮的声音，

全世界都听到了，

中华人民共和国成立了！当第一面五星红旗冉冉升起，

那胜利的旗帜，

在朗朗的空中迎风飘扬，

人民扬起了头颅，  
全世界都看到了，  
中国人民从此站起来了！

## 四年级心理健康手抄报内容篇二

看九州方圆，普天同庆；江河歌唱，遍地流芳。

社会稳定，人民幸福，改革开放谱新章。

新中国，如世界巨龙，屹立东方。

今朝如此辉煌，赖党政国策指方向。

忆峥嵘岁月，生灵涂炭；黎民多难，长夜茫茫。

枪林弹雨，出生入死，换得新生红太阳。

当珍惜，永葆河山赤，地久天长。

## 四年级心理健康手抄报内容篇三

母爱就像空气，阳光和水，拥有它就拥有了世上的珍宝，什么也不能换取，它让平凡的生活充满色彩，但没有它，即使有世上的珍宝，也不过是一堆货物而已。经历坎坷的朋友如是告诉我。

我的算不上风雨的人生中，有人始终情有独钟的呵护我，默默地听我倾诉，与我共同承担忧愁和痛苦，即使我在学习上有小许的成功，也会痴心地为我喝彩，她就是我敬爱的母亲——一位平凡的女人。

记不清母亲多少次叮咛嘱咐，总是告诫我做人的方方面面而不厌其烦，为我在成长的道路上铺满基石，我一次有一次被她的痴心不改而感动，纵观天下有几人能向母亲那样竭心竭力地关心我，呵护我。随清晨露水滴落的清脆响声，母亲吻上我脸庞的一刹那，母爱就降临到我身上。看着母亲那忙碌的身影，多想说声：妈妈，您辛苦了。但始终未能叫出来，也许您期待的也并不只是那只言片语，您更希望的是我努力取得的成功吧！

在母亲头上发现白发是几年前了，当我惊讶的叫出：“妈妈，您头上有白头发了。”母亲您也只是微笑了一下，竟连一声抱怨累的话语也没有。母亲，您几十年如一日，每天重复着相同的却有着不同内涵的事务。不是吗？孩儿我一天天地长大，懂的体贴您了，而您却还是一如既往地呵护我。而在儿将到外求学时，您一遍又一遍地叮嘱我要注意天气变化，注意随时加减衣服，一次又一次把我身上衣服皱折的地方扯平，当我乘坐的汽车将要消失在您的视线时，我发现您还依依不舍地站在那目送我的远去。“临行密密缝，意恐迟迟归。”您向我诠释得淋漓尽致。

老子曾训言：“上若善水，水善利万物而不争。”如果说有道德的人像水，那么，母亲就是水，母亲心地清澈如水，本性柔和如水，虚怀沉默如水。

母爱，并不轰轰烈烈，有的只是平凡中透出的暖意，炎热中透出丝丝凉意。也许在不经意间，你就获得了母爱。珍惜母爱那无微不至的关怀吧，那是我们应该得到的也是母亲值得骄傲的啊。但我们不在为母亲的唠叨而烦恼，不再对母亲应付了事时，天下的母亲们也该有了健康身体和愉快的心情吧！

在温馨的五月里，每个人都会很自然的想起一位伟大的人——我们亲爱的母亲。夜深了，抬头望见高挂夜空的月亮，顿时一种幸福的感觉上了心头，窗外月色就像妈妈慈祥和蔼的爱般温暖着每一个人心。

亲爱的妈妈，五月是专属于母亲的月份，但您并没有因为这专属于您的季节近了而变得轻松，还是忙进忙出的经营着家里的各种大、小事务。忙碌中，您总是不忘提醒我早点入眠，但我常没听您的话，继续看我的故事书。我知道您是为了我的健康着想，对不起！我不该让您操心的，我会好好爱惜我的身体！

我体会了您日夜忙碌的辛劳，本来想借着母亲节送份礼物给您，表达我对您的感激，但我想起老师说的话：“要孝顺、要让妈妈开心，行动和心意最重要，不需要靠金钱，也可以让妈妈开心。”因此，我会用我的真心陪伴您过这属于您的节日。

亲爱的妈妈，属于您的母亲节即将来临，我不送蛋糕，也不送康乃馨，我想送您一个温暖贴心的拥抱，来感谢您养育我长大的辛劳与付出，虽然这礼物与您给我的爱相比是那么的微不足道，但却有我对您最深的感谢，谢谢您，妈妈！

## 四年级心理健康手抄报内容篇四

### 四年级重阳节手抄报内容(文字)

九月九重阳节是中国传统四大祭祖节日之一。古人认为九九重阳是吉祥的日子。古人在九月农作物丰收之时祭天帝、祭祖，以谢天帝、祖先恩德的活动。这是重阳节作为秋季丰收祭祀活动而存在的原始形式。下面是小编给大家带来的四年级重阳节手抄报内容(文字)，供大家参考！

重阳节，起源于战国时代，原是一个欢乐的日子。古人将天地万物归为阴阳两类，阴代表黑暗，阳则代表光明、活力。奇数为阳，偶数为阴。九是奇数，因此属阳，九月初九，日月逢九，二阳相重，故称“重阳”。这一天，正值仲秋季节，天高气爽，是登高远眺，舒畅胸怀的好时光。中国历代许多文人雅士，每当此时，登上高处，一面饮菊花酒，一面吟诗取乐，留下无数诗篇。九月，严寒的冬关即将降临，人们开始添置冬装，他们也不忘在拜祭先人时烧纸衣，让先人在阴间过冬。这一来，重阳节便演变为扫墓及为先人焚化冬衣的节日。

## 一、赏菊

菊花，又叫黄花，属菊科，品种繁多。我国是菊花的故乡，自古培种菊花就很普遍。菊是长寿之花，又为文人们赞美作凌霜不屈的象征，所以人们爱它、赞它，故常举办大型的菊展。菊展自然多在重阳举行，因为菊与重阳关系太深了；因此，重阳又称菊花节，而菊花又称九花。赏菊也就成了重阳节习俗的组成部分。

## 二、登高

重阳最重要的节日活动之一，即是登高。故重阳节又叫“登高节”。登高所到之处，没有划一的规定，一般是登高山、登高塔。

## 三、佩茱萸·簪菊花

重阳节有佩茱萸的风俗，因此又被称为“茱萸节”。茱萸是重阳节的重要标志。重阳节时人们还喜欢佩戴菊花。茱萸雅号“辟邪翁”，菊花又名“延寿客”。

## 四、放纸鸢

按我国的传统习惯，放飞风筝多在清明。重阳放纸鸢可说是惠州民间特有习俗。

## 五、吃重阳糕

重阳的饮食之风，除前所述的饮茱萸、菊花酒，吃菊花食品之外，还有好些，其中最有名的就是吃糕。在北方，吃重阳糕之风尤盛。重阳糕又称花糕、菊糕、五色糕，制无定法，较为随意，有“糙花糕”、“细花糕”和“金钱花糕”。

## 六、饮菊酒

菊花，是我国名花，也是长寿名花。在“霜降之时，唯此草盛茂”，由于菊的独特品性，菊成为生命力的象征。菊花酒，在古代被看作是重阳必饮、祛灾祈福的“吉祥酒”。

由于菊花酒能疏风除热、养肝明目、消炎解毒，故具有较高的药用价值。明代医学家李时珍指出，菊花具有“治头风、明耳目、去痿痺、治百病”的功效。

## 七、敬老爱老

在民俗观念中，九九重阳，因为与“久久”同音，包含有生命长久、健康长寿的寓意。20世纪80年代开始，我国一些地方把夏历九月初九定为“老人节”，倡导全社会树立尊老、敬老、爱老、助老的风气。

### 1. 《重阳日上渚宫杨尚书》

【唐】李群玉

落帽台边菊半黄，行人惆怅对重阳。

荆州一见桓宣武，为趁悲秋入帝乡。

## 2. 《九月九日忆山东兄弟》

【唐】王维

独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。  
遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。

## 3. 《九日齐山登高》

【唐】杜牧

江涵秋影雁初飞，与客携壶上翠微。  
尘世难逢开口笑，菊花须插满头归。  
但将酩酊酬佳节，不作登临恨落晖。  
古往今来只如此，牛山何必独沾衣。

## 4. 《九月十日即事》

【唐】李白

昨日登高罢，今朝再举觞。  
菊花何太苦，遭此两重阳。

## 5. 《九月九日玄武山旅眺》

【唐】卢照邻

九月九日眺山川，归心归望积风烟。  
他乡共酌金花酒，万里同悲鸿雁天。

## 四年级心理健康手抄报内容篇五

上星期五，是学雷锋活动日。我们每个同学都带着老师叫我们提前准备好的工具；扫把、垃圾铲和垃圾袋等，在老师的带领下，高高兴兴地去清洁我们学校前面的街道。

一会儿，我们就来到了指定的地点，发现地上到处都是垃圾，不时还有尘土飞扬。看到这情景，我们马上就开始清洁了。

我们班的同学分成两组，一组扫商铺外面，另一组扫路边。容易扫的垃圾，我们就像“秋风扫落叶”一样扫进了垃圾铲，夹在缝中的，我们就只好用手捡了。有一个地方的垃圾非常脏，还发出臭味，好多同学都不敢扫，最后，我和我们组的几个同学自告奋勇，过去三下五除二就扫干净了。就在我们快扫完的时候，突然刮起一阵大风，扬起的沙尘，几乎让我们睁不开眼睛，停了一会儿，我们还是认认真真地扫完了，看着干净而整洁的街道，听着老师的赞美，我们都会心的笑了。

这次学雷锋活动，不但让我们为人民做了好事，而且使我们的的心灵更加美好！

## 四年级心理健康手抄报内容篇六

父亲一直被认为是家庭的顶梁柱。没有父亲在的家庭，就缺乏安全感。父亲总是为了养家奋斗奔波。父亲节就要来了，小编整理一些关于父亲节手抄报内容，希望大家认真阅读！

父亲一直为我做着坚强的后盾。我退缩了，他给我加油；我失败了，他给我鼓励……有时，我觉得爸爸不够关心我，可仔细一想，他为我做得还真不少啊！



刚上小学时，我对作文是完全没有概念的，老师让记一件事或一个人时，大多是用寥寥数笔和没心没肺的文字记个流水帐，应付了事。后来，有一天父亲突然提出来要看我的作文，看罢便边笑边摇头。从那以后，每次写完作文，父亲便会主动要求帮我修改修改，改好了才让我工工整整地抄在作文本上交老师。

大概是在二年级的时候，有一次老师布置的作文题目是《我和爸爸比童年》，主要是让我们通过对比明白新旧社会两重天，社会主义好，资本主义糟之类的道理。要我们倍加珍惜今天来之不易的幸福生活。长那么大，我从未听父亲给我讲过他的童年，于是就回家缠着他给我讲那过去的事情。父亲的故事很好听，有很多感人的情节，但到了我的笔下却又变成了没心没肺的流水帐。这样的作文自然首先就过不了父亲这一关。父亲把我写好的一页纸拿去修改，我则蹦着跳着到院子里找小伙伴们跳橡皮筋去了。

也许我从小就是个好大喜功的人吧，自从那篇作文被老师表扬和朗读了之后，我居然对那种受表扬后飘飘然的感觉上了瘾。为了让自己今后能不断地被老师表扬，我开始主动地要求父亲帮我修改作文。说是修改，但其实我基本上是让父亲在替我写作文。每次拿到作文题目后，我只是随便地胡乱划上两笔，便把草稿纸往父亲手上一推，说声：“改吧！”然后就自顾自地出去玩了。父亲居然毫无怨言，每次都一丝不苟地帮我修改，很多时候基本上等于给我重写一遍。

爸爸就这样默默地关心着我，默默地为我付出。老爸在我心中永远是最棒的！

“一、二、三、四……”我细心地一根根数着爸爸的白发。“爸爸，您怎么这么多白发？您才三十九岁呀！”我傻气地问爸爸。爸爸笑了笑，说：“傻孩子，这还用问吗？你自己想想看，爸爸为什么会有这么多白发呀？”

我认真地去想呀想……

啊!知道了：我们姊妹两个，父母一个个把我们拉扯大，送我们读书。在我小的时候，我每天就知道玩，玩心特别大。一天到晚，只知道玩，上学不用心，回家看电视。我的生活除了吃饭，其余都是玩，连梦也在玩。别的小朋友成绩一直上升，我的成绩看着看着往下降，爸爸的白发就看着看着一根根增加，那皱纹也消消地爬上了爸爸的额头。为了让我懂得学习的意义，爸爸总是不厌其烦地跟我讲读书的好处，讲他小时候读书的情形。可那时，我只把这些对我有用的话当成耳边风，左耳进右耳出。还暴躁地发脾气地叫嚷：“知道了，知道了!”瞧，我真是多么的不懂事呀，根本就不知道爸爸的辛苦。长大了，我刚刚懂得一点事了，可是爸爸有了腿疼病，爸爸的腿总是像冰一样的凉。每天我回到家，一阵阵心酸，我不听话的`眼泪一直拼命的往外涌出。爸爸那头上的黑发中夹的那一根根的银丝，仿佛在牵动着我的心。

想到这里，我羞愧满面，似乎成了爸爸面前的罪人。现在，我读书用心多了，决心不辜负爸爸的期望，取得好的成绩，让爸爸不再为我过多地操心了。

啊!知道了：我们姊妹两个，父母一个个把我们拉扯大，送我们读书。

在我小的时候，我每天就知道玩，玩心特别大。一天到晚，只知道玩，上学不用心，回家看电视。我的生活除了吃饭，其余都是玩，连梦也在玩。别的小朋友成绩一直上升，我的成绩看着看着往下降，爸爸的白发就看着看着一根根增加，那皱纹也消消地爬上了爸爸的额头。为了让我懂得学习的意义，爸爸总是不厌其烦地跟我讲读书的好处，讲他小时候读书的情形。可那时，我只把这些对我有用的话当成耳边风，左耳进右耳出。还暴躁地发脾气地叫嚷：“知道了，知道了!”瞧，我真是多么的不懂事呀，根本就不知道爸爸的辛苦。长大了，我刚刚懂得一点事了，可是爸爸有了腿疼病，爸爸

的腿总是像冰一样的凉。每天我回到家，一阵阵心酸，我不听话的眼泪一直拼命的往外涌出。爸爸那头上的黑发中夹的那一根根的银丝，仿佛在牵动着我的心。

## 四年级心理健康手抄报内容篇七

我把党来比母亲；

母亲只生了我的身，

党的光辉照我心。

旧社会鞭子抽我身，

母亲只会泪淋淋；

共产党号召我闹革命，

夺过鞭子揍敌人。

共产党号召我闹革命，

夺过鞭子，夺过鞭子揍敌人！

我把党来比母亲；

母亲只生了我的身，

党的光辉照我心，

党的光辉照我心

## 四年级心理健康手抄报内容篇八

植树节，大家种草栽花，一个个新的生命诞生了，它们将茁壮成长，成为一棵栋梁。下面是小编给大家带来的四年级植树节手抄报的字内容，欢迎大家阅读转发！

每年的3月12日是我国的植树节，其实这天是孙中山先生逝世的纪念日。确定这一天为植树节，一是从植树的季节考虑；二是为了纪念孙中山先生一生提倡植树造林的功绩。孙中山先生从小就喜爱植树，在他的故居至今仍生长着一棵已满百岁的檀香山酸豆树。这是1883年，年仅只有18岁的孙中山，千里迢迢从美国檀香山带回幼苗亲手栽种的，在他的精心培育下终于成材。

孙中山也是我国近代最早极力提倡植树造林的人。他亲自起草的政治文献《上李鸿章书》中提出，中国欲强，必须“急兴农学，讲究树艺”。辛亥革命以后，孙中山先生提出了在中国北部和中部大规模植树造林的计划。1924年，他在广州一次演讲中强调：我们防止水灾和旱灾的根本方法就是要不断植树造林，而且要造大规模的森林。

此外，他还在许多著作和演讲中，反复强调毁林的危害性和植树造林的重要性，并且身体力行，亲自植树。

- 1、咱们共植树，四海皆绿荫。
- 2、绿化美化净化靠你靠我靠他。
- 3、共植万顷绿地同撑一片蓝天。
- 4、爱林、造林，增进领土绿化，维护人类赖以生存的生态环境。

- 5、植树节，你也来奉献本人的一份力气，让地球长出漂亮的头发来！
- 6、既要金山银山更要碧水蓝天。
- 7、绿满校园怡人心，花开遍地笑常存。
- 8、请爱护每一棵树，否则我们看到的将是泛滥的洪水跟贫乏的沙漠。
- 9、放下千斤斧，快去勤植树！
- 10、保护人类环境营造绿色家园。
- 11、双木成林染尽江山，独苗虽绿怎抵风沙。
- 12、村有千棵杨，不用打柴郎。
- 13、植树在当代，得宜在下代。
- 14、双木成林染尽山河，独苗虽绿怎抵风沙。
- 15、眼前富，挑粪土；长远富，多栽树。
- 16、绿化环境，美化人生。
- 17、生儿生女靠教养，植树造林靠抚育。
- 18、生命在于绿色，盼望在于绿色。
- 19、植树不仅是312，而应当是365。
- 20、护花护草护绿人人有责；摘花伐木毁绿人人受责。
- 21、同顶一片蓝天共护一方水土。

- 22、绿色家园，人人共创；掩护树木，人人有责。
- 23、既要金山银山又要碧水青山有了碧水青山才有金山银山。
- 24、撒下一点绿色，播种一片绿意。
- 25、地球的保护伞——森林，失去它就带来无限的灾害。
- 26、你献一点绿，我献一点绿让绿成为生命主旋律。
- 27、山上没有树，庄稼保不住。
- 28、把绿色带到世界每一个角落，让绿色流入人们心中。
- 29、杨柳抽芽始于人，万物萌发祥于春。
- 30、冬天栽树树正眠，开春发芽长得欢。
- 31、红花绿柳虽禁得住风吹雨打，细枝嫩叶又怎奈到手脚残害。
- 32、水是生命之源，树是水的卫士。
- 33、无灾人养树，有灾树养人。
- 34、大力植树造林，禁止滥砍滥伐。
- 35、植树造林，利在当今，功在千秋。
- 36、清新氧气源于绿色健康生命源于自然。
- 37、要想富，多栽树。
- 38、一棵两棵三棵，棵棵皆成栋梁材。

39、三月十二植树节，大家都来种小树，一棵二棵三四棵，种下之后施施肥，小树才能变大树，人人都来动动手，绿化地球靠大家。

40、今天，播撒下一颗种子；来日，收成起一片绿色。

1、树木能调节气候，保持生态平衡，树木通过光合作用，吸进二氧化碳，吐出氧气，使空气清洁，新鲜。一亩树林放出的氧气够65人呼吸一辈子。

3、树林能减少噪音污染。40米宽的林带可减弱噪音10—15分贝。噪音的污染对人类的生活、学习、工作、休息等方面都造成了很大的危害，可以说然而人们的“敌人”。因此我们更要重视植树造林。噪音还可以使人类在长期的生活中听力减弱、耳聋、变傻，心脏、血压、神经等出现异常。甚至，还能让人在长期的噪音煎熬下死亡。这样树林就能使噪音减小四、五倍。

4、树木的分泌物能杀死细菌。空地每立方米空气中有3,4万个细菌，森林里只有300-400个。植树造林然而我们每个公民的义务，国家还专门规定了在三月十二日这天为植树节。植树造林对我们的学习、工作、生活等方面都有很大的好处。

5、树可以减低温度，和提高湿度。30度气温可以降到二十几度左右。

人类对自然资源的不合理开发利用，然而造成生态失衡的主要原因。乱砍滥伐、毁林开荒、过度放牧等，会破坏森林和草场，造成水土流失和土地荒漠化，使沙尘暴频繁出现。不合理的开发、占用土地，使耕地面积日益减少。现在，我们了解了植树造林这么多的好处，我们就更要自觉履行植树造林的义务，为创造我们美好的家园奠定基础。植树造林不仅对于人类的生存具有十分重要的环境效益，而且对于人类的生产和生活具有巨大的经济效益。