



今天,达城多所学校都相继结束了史上最短学期,迎来了漫长的暑假。长达近两个月的时间是完全交给学生自己支配,还是早已被家长划分成了多个小块,每个小块都填塞进了满满的内容。暑假,到底应该怎么过,记者于日前采访了一些老师、幼儿园园长和小学校长,不妨听听他们给出的建议。



资料图片

暑假开启 家长别急于给娃加码

学校建议:内容丰富多彩的暑假生活更助成长

幼儿园 轻松愉快且保持作息时间表

记者采访了达川区南府幼稚园的吴明玲园长,她建议幼儿阶段的孩子应该度过一个轻松愉快且保持良好作息时间的暑假。

“暑假对于幼儿应该是轻松愉快的。”吴明玲说,因为幼儿园平日里对孩子有各项要求和规则,孩子们必须严格遵守,暑假好不容易可以缓口气,父母们应该尽量给他们创造轻松的环境。但是她强调,尽量不要打乱作息规律,起床、吃饭和睡觉的时间应和放假前保持一致。“良好的作息规律坚持下去,渐渐会成为一个良好的习惯,受益终身。”吴明玲说,在幼儿园培养成的好习惯一旦在假期被打乱,势必影响身心发育,所以家长们要宽严相济。

很多幼儿从小就开始上兴趣班,对此,吴明玲也建议可以适当选择一些幼儿感兴趣的兴趣班,正面引导孩子去学习。比如,告诉他们,在兴趣班可以结交新朋友,可以一起玩要,在玩耍中接受新知识,幼儿们也不会感到暑假枯燥。如果父母有时间,可以带孩子们出去旅游增长见识,给他们一个成长的平台和空间。多出去走走,看看世界,与人多打交道,孩子整个人都会很阳光,每天都洋溢着幸福,与人交往也会非常自信大方。

最后,吴明玲建议,尽管夏日炎炎,幼儿们也正处于身体发育阶段,家长可以在一天当中比较凉爽的时段把孩子带出去玩,爬山、走路、游泳等,达城也有一些室内的大型游乐场,可以带孩子们去玩。并且,无论是上兴趣班、找伙伴还是旅游,前提是让孩子在轻松的氛围下度过暑假。

中学生 建议每天学习时间不少于5个小时

中学生的暑假生活更加丰富多彩,记者为此采访了达州中学,他们对孩子度过一个安全、健康、愉快而有意义的假期也有一些建议给家长。

家长应该提醒孩子树立安全意识,要切实注意交通安全、消防安全、食品卫生安全和人身安全。另外,学校希望全体学生在假期做到生活有规律、学习有效果,认真完成老师布置的假期作业,不要出现临近开学时没日没夜赶做作业的情况。为此,学校要求学生在家每天的学习时间不少于5个小时,家长要帮助学生有意识地培养自学能力和自控能力,为下一阶段的学习积蓄力量。学生在假期中除了认真完成老师布置的书面作业之外,家长还应敦促他们做到“两少一多”,即少看电视、少玩电脑、多读书。制定科学合理的读书计划,多读书,读好书,每天阅读时间不少于一个小时。增长阅历,完善自我,鼓励学生参加各种读书活动和社会实践活动,提高社会适应能力。在道德品质方面,加强学生的思想道德教育、纪律法制教育,引导他们自觉遵守公共场所秩序和社会公德,自觉遵守各项法律法规。在校做个好学生,在家做个好孩子,在社会做个好公民。

在时间安排方面,督促学生合理安排暑假生活,制订好暑假计划及每天作息时间表,要鼓励孩子多做力所能及的家务劳动,并做到自己的事情自己做,让暑假成为学生进行有效劳动实践、养成良好劳动习惯的好时机。同时,一定要教育学生坚决抵制社会不良风气,远离黄、赌、毒,禁止进入网吧、游戏厅等娱乐场所;在家上网时,不登录、不浏览未成年人不宜的网站,自觉抵制不良信息的危害。祝孩子们过一个平安、快乐、健康、充实的暑假!

□ 本报记者 张黎丽



资料图片

小学生 品性培养和亲情沟通很重要

小学阶段,正是学生品性初成、身体成长、认知渐多的时期。通川区二小校长石强认为,融通暑假小学生特征,发挥家庭教育优势,对学生进行亲情沟通和道德培养,是十分重要的。

暑假期间,是学生独立生活和自主学习最佳时间段,要培养学生按计划安排的能力。家长和老师要引导孩子制定出合理科学的适合自己成长的暑假作息时间表,并按照计划实施。小学生要有一定的假期作业,家长要教育孩子自觉主动并有计划地完成。与此同时,家长要尽量抽出时间陪孩子学习,陪孩子玩耍,带孩子旅游,多进行亲情沟通。还应要求孩子承担力所能及的家务,学会为父母分担家务,增强热爱劳动的意识,培养自己的劳动能力和自食其力的品质。培养良好的道德品质,做遵纪守法、文明礼貌、懂得感恩的好孩子。

由于暑期漫长,孩子们好动,好奇心强,会被诸多不安全因素围绕。为此,石强建议家长一定

要加强对孩子的安全教育,教育孩子要对自己的生命负责少去或不去人多的公共场所,尤其是尽量不要去多发流感的地区旅游、探亲。养成饭后便后洗手的良好卫生习惯,不买无证商贩出售的食品。

家长尤其要高度重视的是,暑期是溺水伤亡事故多发季节,未经家长同意,孩子不能私自结伴外出游泳或到水边游玩。孩子不要在马路上嬉戏,横穿马路和闯红灯,过十字路口要注意过往车辆等。家长还要对孩子进行家用电器使用注意规范的教育,避免其直接操作危险性高的电器。对孩子上网给予必要的指导,不进网吧和游戏厅,绝对不浏览不健康网页。

此外,石强还建议,学校可以开展以“平安暑假,快乐成长”为主题的“读写画”活动,低中段年级可以用绘画、手抄报的形式展现快乐的暑假生活,高段年级以写的方式,展示对快乐假期生活的感悟。



资料图片