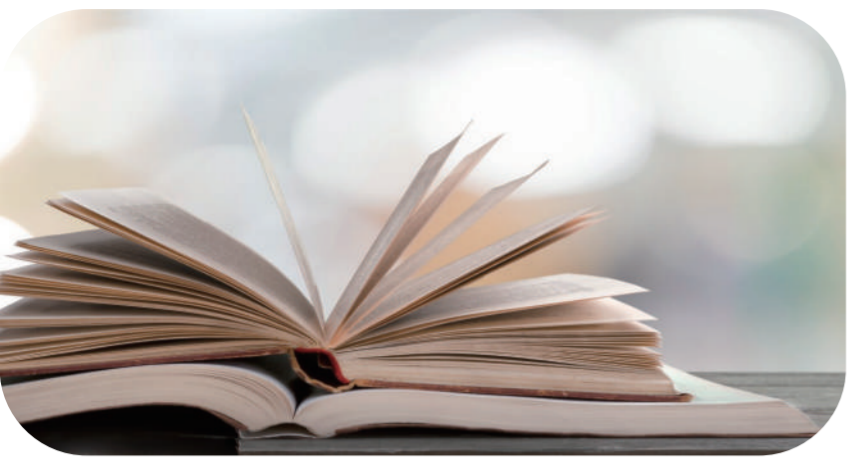


家长课堂



“双减”一周年看暑假生活新变化

“双减”政策提出一周年之际,今年孩子们的暑假有什么新变化?记者近期在湖北、辽宁、广东等地采访发现,这个暑假,越来越多的孩子们不再沉浸在“题海”,奔波于各类补习机构,而是在更多元的实践作业中期待收获,经历更多丰富多彩的暑假生活。

多元作业,“题海”压力减轻

对湖北省钟祥市实验小学五年级的王颖诺来说,与以往有些不一样的暑假生活已经拉开序幕。“语文、数学这种要写的暑假作业比以前明显少了,社会实践作业多了。”王颖诺解释道,“在家劳动或者跟父母一起运动,拍照片或提交视频,这样的作业有意思又轻松。”

“要跟家长学做饭,但这几天还没开始。”武汉市大兴第一实验小学三年级的吴皓宇也提到暑假作业的变化。他身边的同学插嘴说:“暑假才开始,我的语数作业马上就要做完啦!”

从钟祥市长寿路学校的一份学生暑期作业表中可以看到,除了语数英作业外,还有“德育活动”“体育锻炼”“艺术欣赏”“劳动实践”等内容,包括做志愿服务、跑步跳绳打球、阅读名著、体验社会职业……“不仅仅只考虑文化课,还要考虑孩子身心的全面发展,让孩子与家长有良好的亲子互动,身体得到锻炼,陶冶情操,自律自律地度过愉快的假期生活。”长寿路学校二年级语文老师郭老师说。

多彩暑期,兴趣与素养并存

记者在多地采访了解到,这个暑假,越来越多的孩子们穿梭在各种文体活动之间,或兴奋或安静,或刺激或平淡,感受着愈发丰富多彩的假期生活。早晨八点半,上完网球课的冯睿悦踏着滑板车,准备和妈妈一起离开训练场。这位穿着蓝色运动衫明黄色运动鞋,扎着马尾辫的女孩是武汉市青山区钢都小学的一名准小学生,她神采飞扬地演示着刚刚学到的动作:“像这样,挥拍!”

马睿悦的妈妈在一旁宠溺地看着说:“这个假期,还会带她去跳舞、学围棋、打羽毛球,主要根据她的爱好来,都是些非学科类的兴趣班,顺其自然就好。”

在武汉市少年儿童图书馆,武汉市第六十四中学七年级的刘凤歌正在练习一套《衡水体》字帖,桌上还放了几本外国名著,包括《呼啸山庄》《傲慢与偏见》等。小刘告诉记者,这个假期,她给自己定的任务就是把字练好看一点,多读一些文学作品。

多方合力,让暑期更加丰富

在孩子们灵动身影的背后,家长们的观念也逐步发生变化。“家长心态要放好,不能过于焦虑,要让孩子们自己去探索,走自己想走的路。”陪儿子参加冰壶夏令营的武汉市民严先生觉得,孩子身体健康最重要,要引导培养孩子的自主学习能力。

据了解,各地相关部门也持续推出青少年体育夏令营、青少年暑假社区托管等活动,促进学校教育、家庭教育和社会教育的有机衔接,让青少年学生度过一个文明、安全、快乐的暑假。

辽宁省朝阳市青少年宫主任高爱霞介绍,促“双减”暑假公益艺术实践体验营将于近期在青少年宫开营,孩子们不仅可以观看非物质文化遗产皮影戏演出并亲自动手实践,还能参与制陶、制作奶茶、创客、航海、收纳整理、烘焙等20种实践体验活动和项目。

同时,假期里引导孩子坚持规律作息;注意食品安全,尽量多吃蔬果,保持三餐规律;给孩子在家划功能区,如打游戏在哪里打、读书在哪里读、写作业在哪里写。规律的生活加上良好的环境,让孩子充实地度过暑假里的每一天。

据新华社

孩子外出 警惕这些交通风险

莫在地下车库玩耍 出行遵守交通规则 乘私家车遵守规定

暑假期间,孩子们外出机会增多,出行安全问题备受关注。根据少年儿童交通安全出行及交通行为风险特点,交警提醒广大家长让孩子远离这些风险行为,平安快乐地度过假期。

地下车库隐患大

现在许多小区都配有地下车库,伏天天炎热,凉爽的地下车库成了一些孩子的游乐场。如果低龄儿童“溜”到汽车后面玩耍,往往因为其身高不足而隐藏在汽车后视镜视角盲区里,车一旦动车,后果不堪设想。

交警提示,地下车库的用途是停车,驾驶人在开车驶入车库时,注意力往往集中在找车位上,对周边的一些环境可能不会那么警惕,再加上地下车库光线较暗,因此,孩子在车库内玩耍打闹存在诸多安全隐患,尤其是在汽车的前后位置玩耍更加危险。

马路不是游乐场

暑假期间,一些年龄稍大的孩子会与同学、伙伴相约外出玩耍,走路时难免打闹逗趣,横过马路时也往往只顾着交谈嬉闹,忽视了观察交通信号灯和过往车辆的情况,极易引发交通安全问题。另外,从停有车辆的道路侧过马路时,孩子们的注意力都被伙伴吸引,也会察觉不到路边停止的车辆是否即将起步,静止停放车辆外侧是否有车辆驶来。此外,一些年龄较小的孩子往往由家长带领出行,有的家长会跟在后面,孩



胡智伟



愉快的夏令营

妈妈给我报了《朔州日报》小记者站组织的三天两夜——“航天英雄军事”夏令营。

夏令营的第一天,教官把所有小记者平均分开,分成四个组,我们这一组共有13个人。我们给自己的组起了一个响亮的名字叫“突击队”,并喊出了让人上进的队呼——突出表现、争取第一。团建结束后,我们参观了飞机、滑翔机和跳伞,还亲手制作了一架飞机模型。这可真是一项大工程啊!我整整用了三个多小时的时间才将飞机模型拼装完成。傍晚,我们来到了一个环境优美、空气清新的“天然氧吧”——杏泉峪景区,这就是我们的第二站。在这里,我们度过了愉快的一天两夜,我们分组参加了好多难忘的活动,有划船、滑草、彩虹滑道、射箭、真人CS大战,还有其乐融融的篝火晚会。晚会结尾,璀璨的烟火在高空绽开,像一幅精美绝伦的画卷在空中展开,让我至今回味无穷。

在紧密配合、团结协作下,我们队最终以第一名的好成绩位居四队之首。教官为我们颁发了奖牌和奖状。每位队员不仅收获了荣誉和认可,更从活动中学到了“众人拾柴火焰高”的人生哲理。

不知不觉中,返程的日子就到了。坐在大巴车上,夏令营中的点点滴滴回旋在我眼前。这三天浓缩了很多内容,让我增长了很多书本之外的知识,也让我有机会登上了快速成长的阶梯,感谢这次夏令营带给我的感动和感悟,很期待下一次夏令营。

市二小三(1)班 郭奕麟(本报小记者)

枸杞采摘记

7月16日上午,我有幸参加了《朔州日报》小记者举办的采摘枸杞社会实践活动。

一大早我们乘车来到枸杞园,被眼前的景色迷住了。一粒粒熟透了的红枸杞像多彩的珍珠挂满了枝头。枸杞是那样饱满,那样精神,水灵灵的果实晶莹剔透。看着这些枸杞,我都不忍心采摘了。成熟的红枸杞,红彤彤的,鲜艳夺目,默默地汲取着大地的精华滋润着自己的身体,红的、亮的像晶莹剔透的红玛瑙。在枸杞园里,看到这些枸杞,你会情不自禁地摘一颗放进嘴里,那浓浓的甘甜,淡淡的清香,令你陶醉不已。

采摘园里的王老师,给我们讲解了有关枸杞的知识。王老师说,枸杞的营养价值非常高,可以生吃,也可以泡茶喝。枸杞的芽菜可以降低三高,枸杞的枝丫可以作药材。

今天我不只采摘了很多枸杞,也学到了很多有关枸杞的知识。这真是一次有意义的活动,我想赶快回家,让爸爸妈妈尝尝我亲自采摘的枸杞。

市四小三(9)班 杨莉泽(本报小记者)

走进枸杞园

今天是人伏的第一天,天气阴沉沉的,但对我们《朔州日报》小记者来说是一次完美的旅行。因为这次是户外活动。大巴车上飘扬着《孤勇者》等稚嫩歌声,不一会儿便到了目的地北曹村——枸杞王国。

田野中散发着泥土和青草的香气,我对这里并不陌生。上次小记者活动是采摘枸杞芽菜。它们也长大了,和我个头差不多的枸杞苗像士兵一样一排排站立着。鲜红的枸杞果像一个个红灯笼点缀其间。它圆鼓鼓的肚子仿佛一用劲就会捏爆。枸杞专家告诉我们枸杞的食用和功效。它含有大量的氨基酸、维生素,可以健脾、对促进血液循环、增强记忆力、保护眼睛等都有帮助。原来这里有枸杞六号和八号,从遥远的宁夏引进的品种。一百多亩的枸杞王国真是一望无际。

我一手挎包,一手小心翼翼地采摘枸杞。有的同学打打闹闹,有的同学一边摘一边吃,我也将一颗送入嘴里,甜中带着丝丝中药的味道。我心里想,多摘些回去和家人分享。随后我们来到了加工车间,了解了干枸杞的生产流程,高效的设备,流水线上才需几个工人就可以完成操作。

通过这次活动,我知道了原来小小的枸杞全身是宝,宁夏枸杞更是闻名遐迩。

朔城区四小二(16)班 刘进昱(本报小记者)



7月11日上午,向往已久的《朔州日报》小记者“航天英雄军事”夏令营如期开营啦!46名小记者和几位老师乘坐大巴车朝着夏令营的第一站——大同北岳机场“飞奔而去”。

一路上,我的心情无比激动,人还没到大同,心早已飘到大同去了。大概两个小时,终于到了北岳机场。

分好队后,我们来到北岳博物馆,航空学校的老师为我们科普一些关于飞机的相关知识,带我们参观了不同型号的飞机,介绍了飞机的构造,并为我们讲述了我国航空事业的发展历程,以及有趣的飞机数字称呼——洞、妖、两、三、四、五、六、拐、八、九、妖洞。随后,我们在教官和老师们的带领下参观了三个机库。机库里面停泊着不同的飞机,有初教六飞机、热气球、动力伞、滑翔机等,我最喜欢的是架红色的飞机。坐在上面威风凛凛,老师还为我拍了一张英姿飒爽的照片,俨然就是一名威武的“女飞行员”。参观完飞机之后,教官偷偷地点燃了烟雾弹,吓得我们抱头乱串,教官笑着夸奖我们说:“孩子们的反应好灵敏啊!”

下午的活动是亲手搭建飞机模型,我拿到的是一架直升机的零部件,搭建

收获满满的夏令营

7月11日早上,我们坐上了大巴车,向着“航天英雄军事”夏令营的活动地点大同驶去。

路途虽然遥远,但我并不孤单。一路上大家吃着零食聊着天,仿佛置身于一个温暖的大家庭。

第一天,我们去了大同北岳机场,参观了各种飞机,认识了飞机“身体”的不同部位,加深了我对不飞行机的印象。下午,我们拼装飞机模型,拼的过程中,我体会到了动手的快乐,明白了“付出才有回报”的道理。

第二天上午的活动很丰富,有滑草、彩虹滑道、射箭、竹筏等。我首先选择了射箭这个项目。拿了一把弓和一支箭,先把箭从箭孔穿过去,然后分开腿摆开架势,用力将弓拉开,闭上左眼,瞄准靶心,“三二一,放箭”,哇!我竟然命中了靶心,打出了10环的好成绩,我开心极了。我射了一次又一次,直到身边的同学催促,我才依依不舍地把弓放下。然后,我又来玩滑草的项目,扛起一口“大塑料料”背在背上,沿着陡峭的山坡往上爬。刚下过雨的小路,十分光滑,稍不留神就有“粉身碎骨”的危险。为了保证顺利上山,我像猴子一样手脚并用,成功地爬到了“山顶”,在教官的推动下,我又飞速地从高空飞了下来。好险啊!随着“着陆”的踏实感,我慢慢睁开了眼睛,一颗悬着的心终于“复位”了。随后,我们来到了湖边,穿上救生衣后,五六个人一起登上了一只竹筏,整齐地排成一竖排,双手搭在前一位同学的肩上,形成一道坚实的“人墙”。教官帮我们驾驶着小船,我们悠悠地欣赏着天然美景——水中的荷花穿过嫩绿色的荷叶,争相开放,像一个个落入人间的精灵,在偶尔游动的小鱼触碰下,翩翩起舞,美不胜收。

下午,我们玩了“激情60秒”的小游戏。教官将代表1—30数字的卡片放在地上并围成一个圈,每组队员要选派一名队员进入圈内,其余队员站在圈外帮助圈内伙伴指认卡片,但不能触碰任何一张卡片,否则,就犯规遭淘汰。指认准确由圈内人员将卡片递给教官,60秒内完成就算胜利。游戏看起来简单,做起来非常难,不仅考验我们的知识储备量,还考验团队的合作精神。经过快两个小时的角逐,我们队首先获得了成功,用时56秒。大家开心极了,跳着蹦着欢呼着。晚上,我们围着篝火跳起了舞,唱起了歌,玩得不亦乐乎。

第三天,是我们期待的真人CS大战。当教官拿出手枪、子弹塞到我们手中时,我们沸腾了。教官讲完游戏规则后,我们迫不及待地装弹上膛,开始行动了。进入丛林,我们找到适合的隐蔽点,将自己藏好。随着一声令下,战争开始了。一上午,我们穿梭于丛林中,享受着惊险刺激的游戏,丝毫没感觉到疲惫和饥饿。临近中午12点,在教官三番五次的催促下,我们才依依不舍地返回基地。

下午是一项名为“坎坷人生路”的游戏。开始我以为只是一场游戏而已,并没有引起足够的重视。但当我被同学们拉住,遭受教官打击的情况下,奋力向着目标爬行时,我再也不敢小觑它了。它的真正意义是要告诉我们——人生有很多困难,想要克服它取得最后胜利,取决于我们的态度和信念。只要努力向前,就能爬到终点。

这三天的活动,我收获了很多,知道了付出就有回报的道理,明白了团结的重要性,也树立了永不向困难低头的决心。我要带着这些收获走向人生的光明大道。

平鲁区最德学校四(2)班 胡姚



有趣的夏令营

感觉身体都要被抽空了,非常非常累。中午吃饭时,平时老被说成是小猫进食的我,竟然第一次吃了狼吞虎咽的气势。到了晚上,我们围着篝火载歌载舞,有趣的一天在欢歌笑语中结束了。

不知不觉,夏令营进入了第三天,也是最好玩的一天。我们玩了一个类似吃鸡的游戏。教练给我们每人分配一把枪和50颗软子子弹,这50颗子弹一半是在防守时候使用,另一半就是攻打“敌人”的时候使用。教官一声令下,我们便跑进丛林里,有的赶紧隐蔽起来,有的跑着找攻击的“制高点”,不一会儿,就听到了“砰砰砰……”的枪声,激烈的对抗战开始了。一上午我们都在紧张刺激的游戏中度过,游戏结束后,我才感觉脚火辣辣疼。

经过这次夏令营,我知道了团队合作的重要性,只有大家齐心协力,才能出色地完成工作。

市五小四(2)班 符铭(本报小记者)



人生的道路

今天是我第一次参加《朔州日报》小记者社会实践活动,我非常开心。

我们来到了北曹村,首先去了枸杞种植基地,在这里我认识了宁夏枸杞六号和八号的别称、收藏、食用和药用价值。明白了枸杞六号是通过晾晒收藏,枸杞八号可以直接冷冻备用,同时我还了解了枸杞中含有大量的氨基酸、维生素,对于保护眼睛,降三高有非常好的功效。

之后,我们在康熙恩师的雕像前,聆听了田侍郎和千古一帝康熙的故事,了解了康熙一拜三堂的历史文化和传统礼教。这样的教育我觉得非常好,我也要像康熙一样尊重老师、热爱学习。

朔城区四小五(12)班 徐鹏(本报小记者)



来到营地之后,我们便开始组织活动了。每一项活动都有它独特的难度,比如CS,每个人扛着枪打倒“敌人”的同时,也要打倒自己的依赖和恐惧,否则,几个回合就“牺牲”了。“向着目标发射”这是活动的精髓,也是我们人生的意义。这好比爸爸肩上的责任与重担,为了让我们过上幸福的日子一直努力奋斗。

还有一个项目是划船,这些船是用类似竹子的材料捆绑而成的竹筏,没有扶手,没有防护措施,站在上面胆战心惊。在教官的指挥下,我们努力划着桨,可那桨特别沉重,每划动一下,船才能挪动一点点。水的阻力也特别大,我们费了九牛二虎之力,小船只前进了几米远。不管怎样,我们不能停下来,否则就会在原地打转。人生的道路,也是如此。不管有多困难,我们都不能停下脚步,否则所有的努力都会白白浪费。

给我印象最深的是“坎坷人生路”这个活动。前面的人按着我的肩,后面的人扯着我的腿,我艰难地向着前方挪动。旁边还有人嘲笑我说我不行,也有人鼓励着给我喊加油。不管别人说什么,我坚定地向前爬,那里有我的生命目标。最后我终于冲破障碍爬到了终点,取得了胜利。这就好像人生道路上遇到的重重险阻一样,要有一颗坚强的心,不怕困难,不畏流言,才能勇往直前、战胜困难。穿越“坎坷人生路”之后,更加坚定了我在以后的人生道路上向着目标勇敢前进的决心。

人生的路虽然漫长,也会有艰辛,但我不怕,因为我已经成功地打败了内在的“敌人”。

朔城区一小二(3)班 王一诺

有意义的活动

今天是我第一次参加《朔州日报》小记者社会实践活动,我非常开心。

我们来到了北曹村,首先去了枸杞种植基地,在这里我认识了宁夏枸杞六号和八号的别称、收藏、食用和药用价值。明白了枸杞六号是通过晾晒收藏,枸杞八号可以直接冷冻备用,同时我还了解了枸杞中含有大量的氨基酸、维生素,对于保护眼睛,降三高有非常好的功效。

之后,我们在康熙恩师的雕像前,聆听了田侍郎和千古一帝康熙的故事,了解了康熙一拜三堂的历史文化和传统礼教。这样的教育我觉得非常好,我也要像康熙一样尊重老师、热爱学习。

朔城区四小五(12)班 徐鹏(本报小记者)



小盒子里,传送到一个用保鲜膜封住的地方,包裹,就好了。有人读到这里就会问,明明是来枸杞园的,为什么要说芽菜和芽菜呢,其实这些是枸杞苗,不过这些枸杞苗并不会开花结果,人工把它采摘上就做成了芽菜和芽茶。

到了最后的采摘枸杞环节。我们拿上自己的手提袋,专心致志地、一个挑着一个又大又饱满的枸杞,在这儿跳一下,那儿跳一下,半个多小时才摘了一半,别人已经摘了很多了。我们来的时候还尝了几个,吃出一股西红柿的味道。尹老师告诉我枸杞有枸杞六号和枸杞八号,我去问了问厂长,枸杞六号和枸杞八号颜色和形状有什么区别,厂长告诉我颜色和形状基本没有区别,但是枸杞六号是用来做干果的,而枸杞八号是用来做山果的,只是作用不同,颜色和形状上没有区别。

我们带着自己摘的枸杞,愉快地结束了今天的活动。

市九小四(3)班 白美熾(本报小记者)