

# 市教育局倡议暑假帮助孩子培养良好习惯 父母多陪伴 快乐过暑假

## 暑假托管好去处! 三亚共青学校开班

本报讯(记者 胡拥军)暑假期间家长和孩子的互动增多,是培养亲子关系的良好时机,也是对孩子进行各类教育的良好契机。日前,三亚市教育局发出暑期家庭教育倡议书,号召家长充分利用暑期陪孩子一起做一些有益的实践活动,帮助孩子培养良好习惯,丰富假期生活。

倡议书提出,父母是孩子的第一任老师,爱是孩子人生的第一堂课。希望家长更多关注孩子的身心健康,重视孩子的心理健康教育,通过积极的言传身教和科学的亲子互动方式,构建健康的家庭关系和亲子关系,给孩子满满的安全感和正能量。要提醒孩子做好假期规划和时间管理,科学引导孩子制定假期作息时间表,培养良好生活和学习习惯,科学分配学习时间,合理安排就寝时间,保证健康用眼、睡眠充足、生活规律,切实让孩子在暑假得到休整,以良好的身心状态迎接新学期的到来。家长要引导孩子积极参加户外体育活动,提高孩子对运动的兴趣,增强孩子身体素质。每天户外活动和体育锻炼不少于2小时,可安排形式多样的户外活动,运动过程中要注意做好防晒和安全措施,



近日,在三亚湾党群服务中心,孩子们在老师的指导下练习爵士舞。暑假期间,天涯区各党群服务中心联合市群艺馆开设多种公益课程培训班,让孩子们通过参加丰富多彩的文体活动,乐享假期生活。本报记者 刘琪成 摄

预防中暑和意外伤害。倡议书呼吁,阅读是一种价值巨大的自我教育方式。家长要鼓励孩子坚持阅读,养成良好的阅读习惯,让阅读成为一种生活方式;预习新课,孩子假期进行预习,开学后,带着问题去听课;让孩子坚持早读,在晨光中振奋精神,在书声中找到学习的动力;多劳

动,让孩子参与家务,通过洗碗、扫地、拖地、叠衣被、收纳整理家庭物品、做饭等劳动,锻炼孩子劳动能力,培养孩子生活自理意识和能力;家长要督促孩子在暑假期间合理作息,保证充足的睡眠时间,幼儿和小学生每天10小时,初中生每天9小时、高中生每天8小时。早睡早起不熬夜,保持健康身心状态。

此外,饮食习惯是影响孩子身体健康的重要因素,合理搭配饮食有利于促进发育期的孩子长高。家长要引导孩子养成健康饮食习惯,不偏食、不挑食,吃好早餐,合理选择零食,不暴饮暴食,不吃过期和无生产日期、无质量合格证、无生产厂家的“三无”食品,不吃“高油”“高盐”“高糖”等“三高”食品。

暑假期间,家长要教育孩子不独自到河边、海边玩耍,不去无安全防护的水库、河流、湖泊、池塘等野外水域游泳或戏水,防止溺水事故发生;注意交通安全、消防、旅游安全,独自居家时加强自我保护,不玩火,严禁高空抛物,熟记各类急救求助电话,遇到危险,及时求助;遵守各项疫情防控规定,规范佩戴口罩,保持安全社交距离。

根据托管学生的年龄段,今年三亚共青学校开设5个托管班,已有200余名6岁至12岁少年儿童参加。托管时间计划持续至8月20日,每周一至周四不仅开设课程辅导,还安排文化艺术、演讲口才、影视鉴赏、音乐剧表演、益智游戏、手工制作、科普知识、体育运动等特色课程,周五组织一场户外研学游学活动。

据悉,三亚共青学校固定教职工60多名,包括特色课程专业教师、团干部、志愿者、社工等,每个班级都配备一名班主任、一名副主任以及5名助教志愿者,以满足学生在校期间学习和生活需求。

### 反对浪费 崇尚节约

## 暑假托管班开展崇尚节约绘画活动 崇尚节约反对浪费从娃娃做起



孩子们在以“节约”为主题进行绘画。本报记者 胡拥军 摄

本报讯(记者 胡拥军)一粒米千滴汗,粒粒粮食汗珠换。7月21日,三亚市第九小学三亚湾校区围绕“制止餐饮浪费、崇尚勤俭节约”主题在托管学生中开展“过缤纷暑假、做有为少年”绘画活动。活动在节约粮食公益宣传片《一粒米的世界》中拉开序幕,孩子们从视频中感受一粒米从犁田、播种、锄草、收割到晒谷子的过程;观看后,孩子们齐声诵读古诗《悯农》,进一步理解“粒粒皆辛苦”的含义。活动中,老师倡导小朋友们在生活中应该反对浪费,崇尚节约,进一步提高“节约光荣、浪费可耻”的意识,懂得幸福生活来之不易,虽然生活好了,但是还要发扬勤俭节约的优良传统。

随后,小朋友们纷纷拿起画笔,用他们独特的笔触,画出一幅幅色彩鲜艳的作品,表达自己对节约的理解。

## 三亚市第五中学: 立德树人育文明 凝心聚力谱华章

本报记者 胡拥军

### 深化文明校园创建

校园文化是学校的灵魂。作为省级文明校园,三亚市第五中学积极开展文明校园创建工作,秉持“以德树人,以质立校,以一流的教育质量回报三亚人民”的办学理念,在校园文化建设方面积极探索,把师生作为校园文化建设的主体、欣赏主体、发展主体,持续守正创新,在不断积累中丰富学校文化内涵,在不断完善中前进发展。

校园是办学理念和校园文化建设的空间载体。市五中在校园文化建设中结合学校各功能区分布、学校实际和学

校特色,统一规划,将文化内容与校园环境有机融合起来,校园空间被赋予独特的文化内涵。

学校充分发挥校园板报、宣传橱窗、公众号、校刊等宣传平台作用,通过评比展示,大力宣传积极向上的校园文化。充分利用教室走廊、墙壁、校园文化墙等载体,陶冶学生情操、美化学生心灵、启迪学生智慧。加强少先队活动设施与场所的建设与管理,营造特色鲜明的社团活动环境,创建浓厚的文明校园氛围。

市五中重视学生的行为养成教育和思想道德教育。在德育工作方面建

立健全工作制度,形成由政教处负责、班主任主抓、学生会配合的管理模式,把行为养成、道德认知、情感体验和理想信念相结合,形成分层递进、有机衔接的教育序列,不断加强德育队伍建设,提高德育工作水平。拓展学生社团活动,每周开展不同主题的德育班会课、纪律卫生检查评比、国旗下讲话等活动,力争德育工作多样化,有效提升学生德育教育成效。

市五中严格执行国家和省级课程方案要求制定课程计划、注重校本课程、综合实践课程的开发与运用,走多元化的办学特色之路。学校由教师自

编且认真实施的校本课程有:《学校综合校本课程》《篮球校本课程》《国旗下的演讲》《田径校本课程》。学校组建的篮球社团经常开展特色活动,班级篮球联赛、女篮特色队、篮球技巧深造班等深受广大学生的欢迎。学校篮球文化氛围浓厚,成绩显著,于2018年荣获全国青少年校园篮球特色学校。除此之外,在日常教学中学校严格贯彻落实“双减”政策,坚持立德树人、五育并举,设置“1+N”的特色课后服务课程,涵盖了书法、乐器、篮球、舞蹈、田径、书画等特色课程,使学生充分彰显个性魅力,实现全面发展。

## 精美天涯

党的二十大报告中指出,统筹推动文明培育、文明实践、文明创建,推进城乡精神文明建设融合发展,在全社会弘扬劳动精神、奋斗精神、奉献精神、创造精神、勤俭节约精神,培育时代新风貌。今年以来,天涯区大力培育和践行社会主义核心价值观,深化群众性精神文明创建,推动社会公德、职业道德、家庭美德和个人品德建设,群众文明素质和城乡文明程度全面提升,城区治理现代化水平进一步提升,为助力打造“六个标杆”、建设“六个三亚”提供了强大的精神力量。

### 厚植文明“底色”,助力三亚创建全国文明城市

文明,是一座城市最亮的“底色”,也是最暖的“名片”。近日,副市长、天涯区委书记黄兴武主持召开天涯区2023年精神文明建设工作会议,要求进一步统一思想、明确目标、凝聚合力,全面推动天涯区精神文明建设高质量发展。

今年以来,为在全区进一步深化社会文明大行动,坚持全面全力全域全员助推三亚创建全国文明城市,天涯区委、区政府持续发力,将思想统一到市委、市政府的重大决策部署上,把助推三亚创建全国文明城市作为重点工作来抓,坚持“一把手”负总责,分管领导和部门领导负责任的创建工作机制,高标准高质量推进,掀起新一轮的创建工作热潮。

天涯区经常召开“创文”工作推进会议;包点单位领导下沉各村(社区、居)指导“创文”工作,督促整改落实;天涯区精神文明办在对“创文”标准全区范围进行覆盖性督察的同时,根据“创文”的有关要求及该区实际情况,制定了《创建全国文明城市实地考察点位职责分工表》《天涯区文明城市创建实地点位责任及问题清单》《天涯区创建全国文明城市重点点位信息表》等,线上线下结合组织“创文”培训,明确各部门工作职责,着力解决短板问题。

“这种‘创文’宣传形式特别好,一点也不单调乏味,既能玩到趣味游戏,还能学到很多有用的知识,也明白了城市精神文明建设和每个人都息息相关。”近日,在天涯区开展的“创文游戏进社区”活动中,居住在红旗街社区食品总公司小区的李大帝

参加完活动后说。

此外,天涯区还专门录制了文明创建倡议书,组织开展“创文宣传进社区”等活动,通过宣传展板、趣味小游戏、派发宣传折页等方式,让居民在轻松愉快的氛围中学习到更多“创文”知识。

天涯区还加强基层文化宣传阵地建设,建立精神文明建设宣传专栏,围绕百姓身边事,展示群众性精神文明建设风采。在重点点位设置公益广告加强宣传,今年以来共设置公益广告500余处。

### 提升文明素养,激活乡村新风尚

近日,天涯区南岛居新时代文明实践站对今年5月(第四十六期)“道德红黑榜”中荣登“标兵榜”的家庭发放了大米、食用油、纸巾及饮品等奖品和奖状,对先进进行奖励。本次荣登“标兵榜”的分别是南岛居第七网格居民高福军家庭和第八网格居民周克东家庭。上榜理由分别是帮助其他农户科学种植瓜菜,帮助残疾老人申请残疾证,且家庭和睦;“门前三包”到位,家里干净整洁。

天涯区还积极探索“积分制”,以“小积分”激发基层治理“大能量”。2021年以来,抱前村在全市范围内首创“积分制”——村民只要在推动乡村文明建设、打造诚信乡村、促进邻里和睦等方面有作为、有贡献,都可获得积分,并可凭攒到的积分兑换纸巾、大米、洗衣粉等物品,用“看得见的积分”获得“实实在在的实惠”。除兑换物品外,积分还与村民荣誉、信誉等挂钩,作为评优的依据。排名靠前的,在“优秀村民”“文明家庭”等先进典型评选中优先考虑。

截至目前,抱前村积分管理系统已覆盖全村80%以上的户数。积分



俯瞰景色优美的三亚湾。陈聪聪 摄

制实行以来,越来越多的村民主动参与村里组织的各项活动,自觉遵守村规民约,有效破除陈规陋习,提高了乡村文明程度。

### 弘扬志愿服务精神,凝聚文明向善力量

连日来,天涯区各村(社区、居)组织网格员和志愿者通过入户调查、街头随访等方式,向群众宣传、讲解三亚创建全国文明城市相关知识,将文明宣传的触角延伸至千家万户,进一步增强广大群众对“创文”工作的认同感、支持率和参与度。

志愿服务是社会文明进步的重要标志,是加强精神文明建设、培育和践行社会主义核心价值观的重要途径。天涯区利用初步建成的实践

## 文明之光耀天涯 ——天涯区精神文明建设工作侧记

岭社区新时代文明实践所等47个新时代文明实践阵地。初步建立起区(中心)、大社区(所)、村(站)三级组织架构,党委政府主要负责同志任新时代文明实践中心主任(所长、站长)和志愿服务总队队长(队长)。

### 五类新时代文明实践 活动奏响文明实践新乐章

“现在过斑马线,车辆会自然停下来,感觉很赞。”近日,市民王芳芳称赞道。

今年以来,天涯区按照新时代文明实践中心建设要求,持续开展五大类新时代文明实践,包括理论宣讲、市民教育、文化活动、科普宣传、健身活动等。

为深入学习宣传贯彻党的二十大精神,天涯区积极开展党的二十大精神宣讲进社区、进农村活动,将党的理论送入寻常百姓家;打造“身边榜样说”先进典型精神文明建设宣讲团宣讲服务,倡导群众向榜样学习,培育主流价值;根据节假日节点以及各类群体的需求,开展群众喜闻乐见的文化服务,不断凝聚群众,服务群众,打通联系群众的“最后一公里”。同时,将文明礼仪、移风易俗、卫生环保、崇尚科学等内容贯穿其中,提高广大人民群众的文明程度。

为精准聚焦群众需求,打造精准化、特色化、品牌化的新时代文明实践志愿服务项目,不断提升新时代文明实践志愿服务队伍的工作能力与实效,今年以来,在天涯区精神文明办的指导下,天涯区新时代文明实践中心先后开展“志愿服务,有你有我”志愿者识读培训主题活动、“以学促干 提质赋能”志愿服务项目设计培训等各类文明实践活动近60场(次)。

目前,天涯区通过实实在在的精神文明建设工作成果,让广大市民游客真切感受到文明城市的风采,收获了看得见、摸得着的获得感和幸福感。(黄世峰 赵小梅)