期

2022年7月28日 星期四 漳州市教育局 联办



同心励学 成风化人

漳州新闻网:http://www.zznews.cn 专副刊部 责任编辑/冯思佳 吴明晖 电话:0596-2599851 E-mail:mnrbjyb@163.com

> 暑假,不少家长的"诉 苦"引发共鸣:暑假,孩子居

家无所事事,整天抱着手机, 怎么办?孩子不愿意上兴趣

班,也不听从大人安排,如何 进行沟通? 有媒体调查显 示,暑假有近50%的家庭,亲 子关系会亮起"红灯"。其中

最大的"破坏者",就在于玩

生活的关键期,却也是亲子

冲突的高发期。"漳州市第四

医院心理治疗师林雯雯表

示,多数孩子认为考试考完 放假了,就该好好放松,做自

己喜欢做的事情。可很多家

长希望孩子能利用暑假弥补

上学期学习的不足,甚至希

望"弯道超车"。因此,亲子

"家长要理解孩子的需

关系就越发紧张。

"暑假是亲子享受美好

与学这对矛盾。

芗城、龙文公办小学招生方案发布

本报讯(记者 陈晓云)7月25日, 芗城区发布2022年 公办小学一年级招生方案。遵循"人户一致",即适龄儿童 的户口与实际居住地均在施教区内,招收符合政策条件、年 满6周岁的适龄儿童,即2016年8月31日(含31日)前出生 的适龄儿童。

■芗城区8月8日-12日进行网络报名

芗城区今年继续实行网络报名。符合条件的适龄儿童 家长可于8月8日-12日进行网络报名。与往年相比,今年 有新建进修附小、松柏小学和湖滨小学三所学校开始招生。

8月3日,各小学向社会发布招生通告,8月8日-12日, 适龄儿童家长可关注"漳州教育微言"公众号(点击右下角 "便民服务",选择"招生管理系统"进入"2022年芗城区公 办小学一年级新生报名")进行网络报名。无法顺利网络报 名者,于8月15日-16日持相关材料到施教区所属学校进 行现场报名。

■芗城区个别施教区范围有变

芗城区属公办小学依据"免试就近入学"原则,按施教 区范围招生。

芗城实小、芗城二实小、东铺头中心小学、西桥中心小 学、闽南师大附小、进修附小这六所学校同一套房产六年内 只能有一位适龄儿童(合法生育的多子女家庭除外)在施教 区内的小学就读。

西桥中心小学和原市尾小学未纳入拆迁范围的芗城区 户籍适龄儿童报名方式不变,仍采用"学生自愿报名+随机 抽号"的办法安置,西桥中心小学安置到芗城实小公园校区 或龙师附小就读,学籍建立在西桥中心小学。原市尾小学 安置到南坑中心小学、玉兰学校、岳口小学、名流学校这四 所学校就读,学籍建立在市尾小学。

原渡头小学、前山小学施教区的适龄儿童可申请就读 芝山中心小学。

市尾小学和西湖片区已纳入拆迁范围但未安置的芗城

区户籍适龄儿童在施教区外租房,可持户口簿、拆迁协议和 租房协议等相关材料到租住地学校申请就读。

"中国女排娘家"基地项目拆迁户适龄儿童,原芗城区 属小学施教区内拆迁户由政府统一异地安置龙轴片区安置 房,在产权人不变的情况下,可到芗城实小新华校区申请登 记。倘若产权人发生变更,则该住房不再保留就读该校资 格,可就读通北中心小学。

另外,户口已迁入但未交房适龄儿童,可到户籍所属街 道办事处辖区内中心小学现场登记,其中进修附小、松柏小 学和湖滨小学三所新建学校可在本校登记,学校汇总后上 报教育局统筹安排。

■外县区户籍随迁子女不得跨校重复申请

外县区户籍随迁子女入学申请须提供如下材料:①外 具区户口簿:②其父(母)在2022年8月1日(不含1日)之前 签发的芗城区居住证;③其父(母)在芗城区务工的证明或

符合条件的外县区户籍随迁子女可申请就读居住地所 属施教区学校,不得跨校重复申请,不得提供虚假资料。父 (母)有购买施教区内住宅房产或能提供其近一年在芗城区 社保缴费满一年证明以及已有子女在该校就读,其子女同 等条件可优先录取。

芗城实小(含新华校区)、芗城二实小(含建元校区)、东 铺头中心小学、西桥中心小学、闽南师大附小、巷口中心小 学、金峰实验小学、进修附小这八所学校不接受外县区户籍 随迁子女入学申请,此类儿童可到具体接收学校申请就读。

当符合条件的外县区户籍随迁子女申请入学人数超 过学校学位余额时,学校采取随机抽号办法公平解决人 学。未被抽中的适龄儿童,调剂到有剩余学位的学校。 若不服从安排者,视为自动放弃在芗城区公办学校就读

又讯(记者 陈晓云)7月25日,龙文区2022年秋季小 学招生工作意见出炉。招生登记时间为8月1日—2日。

凡属施教区范围内的适龄儿童,对照招生条件类型,由其父 母或其他法定监护人向施教区内小学提出就学申请,填写 相应申请表格,并提交相关材料。

■漳州市实验小学龙文校区今秋开始招生

龙文区购买住宅房产业主子女遵循"人户一致"的原则 招生,同一套住宅房产六年内只能有一位适龄儿童就读(同 一学生家长合法生育的多子女除外)。产权要求:报名时提 供的产权证明,产权份额占比须达该住宅产权50%(不含)

值得关注的是,漳州市实验小学龙文校区今秋开始招 生,施教区范围为"九十九湾以东、石仓北路以西、北仓路以 南、长福路以北的区域及东屿社区(仅限原住民)"

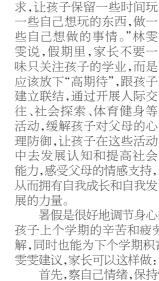
其中,施教区范围内居民小区:东裕花园(安置在东裕 花园的龙文区户籍且实际居住的适龄儿童)、国贸润园、三 盛璞悦湾、融信漳州公馆(融信壹号府)。东屿社区(仅限原 住民,不包括适龄儿童及其父母2014年5月31日后迁入或 寄户的)。

如报名人数超过计划招生数,则采取摇号招生。此外, 本施教区内符合条件的随迁子女,划入漳州市第二实验小 学龙江分校。

■随迁子女入学需在龙文区居住满半年及以上

龙文区非本区户籍随迁子女入学需提供如下材料:外 县区户口簿原件及其复印件;在龙文区居住满半年及以上, 持有居住证等相关有效证明材料;其父(母)在龙文区务工 的证明或经商办企业证照。

符合条件的非本区户籍随迁子女,可向暂住地施教区 内接收外来工子女就读的学校提出入学申请。当符合条件 的外县区户籍随迁子女申请人学人数超过学校学位余额 时,学校采取随机抽号办法公平解决入学。未被抽中的适 龄儿童,调剂到有剩余学位的学校。若不服从调剂者,视为 自动放弃在龙文区公办学校就读机会。



暑假是很好地调节身心的时期,家长引导得好, 孩子上个学期的辛苦和疲劳就可以在暑期得到缓 解,同时也能为下个学期积蓄身体和心理力量。林

首先,察自己情绪,保持情绪稳定。当觉察到自 身因为孩子的问题而产生情绪的时候,可以尝试先 做物理上的自我隔离:比如单独去房间呆一会儿,做 一下深呼吸,向朋友倾诉等,我们需要想想办法稳住 自身情绪之后再与孩子沟通。在沟通前,要先试着 接纳孩子当前的状态。当我们迫切想要去改变孩子 的时候,也是孩子最难改变的时候。在亲子关系冲 突中,我们要优先考虑的是人本身,而非效率。如果 暑期与孩子的互动中,确实让自己有情绪波动也不 妨坦诚表达。切忌不要去指责,因为指责只会增加 "怨恨",于事无补。

其次,不轻易惩罚。如果孩子沉迷手机或者网 络,家长不妨和孩子协商做好约定,制定一些条约: 每天玩多长时间手机?如果超过怎么处理?在哪些 场合不能玩手机?(饭桌、房间)约定书面化,并张贴 在家里的显眼处,让孩子时时刻刻可以看到。全家 人要共同遵守,形成良好的电子产品使用氛围。切 忌采用惩罚方式,比如没收手机等,如果在亲子关系 中加入"惩罚",或者频繁使用"惩罚",最终会让你和 孩子的关系越来越远,其至会让孩子做出过激的行 为。家长可以引导孩子做计划,丰富暑期生活,带孩 子出去旅行或者让孩子和朋友们结伴而行外出;参 加夏令营,可以交朋友,锻炼身体,学习技能;当志愿 者,去做对社会有意义的事;追随孩子自己的兴趣爱 好,如文学、爬山、篮球、游泳等,根据爱好去做时间 管理;去兼职,青春期的孩子对赚钱很有兴趣,增强

其社会体验。 再次,家长要以身作则,很多家长要求孩子做一 些事情,比如"你给我写作业去",但自己却在一边玩 手机,这个就容易给孩子造成"不服气"。建议父母 把玩手机追剧的时间错开来,不要"你玩手机,孩子

在写作业",尽量不让手机暴露在孩子眼前。 不管如何,父母要坚定暑假期间的督促和支 持。不是一味制止,多听取孩子的意见,不要把约定

变成命令和要求。 学生可以这么做:

首先,规律作息,合理安排时间。规律的作息和 安排可以给我们的内心带来秩序感和稳定感,也会 增强对生活的掌控感,减少负面的情绪。所以暑期 我们依然要尝试通过合理规划和安排自己的时间来 帮助维持情绪上的稳定,可以适当规划每天的生活, 做一个计划表,按照计划表到点就去做应该要做的 事情。具体执行过程中如果到点了不想去做,怎么 办?建议按照计划去行动,然后再去感受你做完这 些行动之后你的感受和开始时的感受有什么变化。 "你可能发现并没有那么难,久而久之,你也就会形 成习惯。"

其次,找到与电子产品的相处之道。人的体验 是需要有交替的,紧张压力之后的放松是最深刻,最 舒适的。在暑期我们也可以尝试在必要的学习和活 动之后,去适当使用电子产品,就像弹簧一样,需要 压紧一下有一定的压力,释放之后才能体会足够的 放松。如果想让电子产品使用带来足够的愉悦感和 放松,那就要学会与它的相处之道,不要整天沉迷, 也无需全部禁止,切忌不要让电子产品去控制你的

时间,而是要用你的时间去安排它。 再者,觉察情绪,调节负面情绪。假期受各种因 素影响,可能会让我们感到烦躁、焦虑,甚至迷茫。首 先要觉察到有这些情绪是很正常的,不要去否定和排 斥。情绪能够帮助我们了解自己的未被满足的心理 需求,可以采用一些其他的放松方式帮助自己缓解情 绪和压力,比如腹式呼吸、蝴蝶拍、正念冥想等,也可 以尝试转移注意力,寻找同伴支持等方式缓解情绪。

最后,保证安全是所有的前提。暑期最重要 的是要学会保证自己的安全,对一些危险的物品 和事情要有足够的警惕。如果对于安全与否无法 有自己确定的判断,可以寻求家人的帮助,帮我 们学会辨别。 ⊙本报记者 陈晓云

图①:炎炎夏日,孩子们最喜欢的就是 玩水。7月25日,市区某小区泳池的浅水 区,孩子在家长的陪伴下游泳戏水。

图②:四果汤是漳州必不可少的消暑

图③:7月24日,在奥体中心,孩子们

图④:逛逛夜古城,舔舔冰淇淋,心里美

滋滋。7月26日,在漳州古城,一位小朋友

⊙本组图片由 本报记者 严 洁 摄

正急切地想吃上一口妈妈手中的冰淇淋。

降温小吃,炎炎夏日来一碗最是清凉。7

月26日,在漳州古城小吃示范街,几个小

朋友正在享受美味四果汤。



参加泡泡大作战游戏,乐享清凉。















为了庄严的承诺

-写在"双减"政策实施一周年之际

蛙鸣蝉噪,绿荫下,孩童嬉笑探索野趣。 绳舞球跳,操场上,少年挥汗舒展肢体。 2022年的这个暑假,越来越多的孩子不 再沉浸"题海"、奔波于各类补习机构,而是 在经历更多彩的暑假生活,体验更多元的教 育实践。

时针拨回到一年前。

2021年7月24日,中共中央办公厅、国 务院办公厅发布《关于进一步减轻义务教育 阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》 (以下简称《意见》),明确"学生过重作业负担 和校外培训负担、家庭教育支出和家长相应 精力负担1年内有效减轻、3年内成效显著, 人民群众教育满意度明显提升"

这既是工作目标,也是对人民的庄严承

言出必行,行之必果;诺不轻许,许之 必做。如今,整整一年过去,"双减"成效有 目共睹,这场让教育回归育人本质的变革, 正越发深刻。

浓墨重彩,"双减"鸣锣

2021年的暑期,以《意见》的正式印发 为标志,注定在中国教育史上留下浓墨重 彩的一笔。

如同运笔前的起势,此前"双减"已现

3月6日,全国两会期间,习近平总书 记专程看望参加全国政协十三届四次会议 的医药卫生界、教育界委员,表示"培训乱 象,可以说是很难治理的顽瘴痼疾"。6月 7日,习近平总书记在青海省西宁市城西 区文汇路街道文亭巷社区,了解社区向青 少年提供公益性课后托管服务情况,强调 "学校不能把学生的课后时间全部推到社 会上去。学生基本的学习,学校里的老师

应该承担起来。不能在学校里不去做,反 而出去搞校外培训了,这样就本末倒置

其间,5月21日,中央全面深化改革委 员会第十九次会议审议通过《关于进一步 减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培 训负担的意见》,指出"义务教育最突出的 问题之一是中小学生负担太重,短视化、功 利化问题没有根本解决。特别是校外培训 机构无序发展,'校内减负、校外增负'现象

6月15日,教育部召开启动会,正式成 立校外教育培训监管司。会议指出:"这次 机构增设,充分体现了以习近平同志为核 心的党中央对校外教育培训监管工作的高 度重视,对新一代少年儿童的关怀,对于深 化校外教育培训改革具有重大意义。'

转眼入夏。在夏天的燥热中,7月24

日,新华社全文公布《意见》。

"落实立德树人根本任务,着眼建设 高质量教育体系,强化学校教育主阵地作 用,深化校外培训机构治理,坚决防止侵 害群众利益行为""全面压减作业总量和 时长,减轻学生过重作业负担""提升学校 课后服务水平,满足学生多样化需求""坚 持从严治理,全面规范校外培训行

人们尚未完全消化《意见》内容,最敏 感的资本市场已做出反应。

"校外培训机构迎来史上最严监管,学 科培训严禁资本化运作",在那些天被频繁 提起。

教育部很快明确,"双减"是2021年部 党组的"一号工程"和教育督导的"一号工 程",全力推动,要求校外教育培训监管司 以"钉钉子"的精神推动"双减"工作落地

8月30日,新学期开学前夕,教育部专 门举行新闻发布会,表示秋季学期要推动 "双减"落地见效。"对于全国中小学生来 说,今年的新学年和往年不太一样。"教育 部新闻发言人说。

(下转第11版)