



导读

B2版·B3版·

● 雪的千年印记
● 让「年味」在指尖生花

B4版·

● 冬日「暖」时光 托管「趣」成长
● 「家」期有约，爱与责任相伴

寒假哪里「趣」？社区护航成长



● 孩子们正在写春联



● 老师指导小朋友规范书写



● 小朋友在做游戏



书画名家和孩子们为大家送上新春祝福

寒假来临，如何让孩子在家门口度过一段美好的时光？对此，我市部分社区给出了这样的答案。

杜甫川社区：爱心课堂“托”起温暖

为丰富辖区未成年人的假期生活，提高孩子们的综合素质，杜甫川社区于寒假期间组织了一系列丰富多彩、寓教于乐的课程，旨在打造一个学习知识、拓展兴趣、增进友谊的平台。

本次假期课堂的时间为1月11日至22日，为期12天。开设绘画、硬笔书法、趣味英语、口才等4门兴趣课，现共有200余名孩子参与。

书法课上，专业书法老师针对不同年龄段的孩子，从书写姿势、握笔方式和基本笔画的书写规律入手，为孩子们讲解了硬笔书法的入门知识；口才课上，通过说书、快板、朗诵等表演形式，提升了孩子的语言表达能力和自信心，并了解到中华文化的博大精深，提升文化自信；绘画课激发了孩子的创造力和想象力，通过色彩和线条展现孩子的内心世界；趣味英语采用生动有趣的教学方式，如观看英文电影、学唱英文歌等，让孩子们在轻松愉快的氛围中掌握英语知识。

同时，该社区为解决家长接送难的问题，在课程期间提供托管服务，包含午餐及日常看护，得到了家长和孩子们的一致好评。不仅孩子们在活动中收获了知识、增长了见识，结交了许多新朋友。家长们也纷纷表示，这样的活动既解决了假期看护难的问题，又让孩子们度过了一个充实而有意义的假期。

杜甫川社区党总支书记宋伟表示，假期课堂活动的成功举办，离不开社区工作人员、“360帮帮团”志愿者和家长们共同努力。我们将继续总结经验，不断创新活动形式和内容，为孩子们提供更多优质的教育资源和服

阳光社区：伙伴计划 点亮“星”光

在这个快节奏的社会中，孤独症儿童常常被边缘化，像是在星空中闪烁而难以触及的星星。近日，新城街道阳光社区联合共青团宝塔区委、延安市委社会组织服务中心在杨家岭北苑小区开展共青团“伙伴计划”之“心”儿童社区融合主题活动。

活动中，志愿者们积极地与孤独症儿童进行游戏互动，结合游戏内容，融入相关康复教育内容，帮助他

们在游戏中学习，在学习中成长。游戏中，孩子们的笑容也感染了每一个人。透过这种互动，志愿者们体会到了这些孩子们的真诚与纯真。

此外，活动还设置了家长交流环节，为家长们提供一个分享经验、交流心得的平台，共同探讨孤独症儿童的康复教育之路。

南关社区：义写春联 传承文化

春节临近，为营造喜庆祥和的节日氛围，丰富社区青少年的文化生活，1月14日，南市街道南关社区携手延安民革画院、延安辰蒙书画共同举办了以“墨润宝塔送祝福 书赠春联暖万家”为主题的迎新春活动。

据了解，本次活动是由孩子们联手书画名家为社区居民义写春联，借此送上真挚的节日祝福。在完成创作后，居民络绎不绝地前来领取自己心仪的春联。

活动开始后，孩子们迫不及待地拿起毛笔，一笔一画，有模有样地书写着“福”字和春联，笔法虽然稚拙，但字里行间流露着对传统文化的热爱和向往。室内气氛热烈、墨香四溢。不一会儿，写满新春祝福的春联和“福”字就铺满了活动室，一派喜气洋洋的景象，让人感受到了新春的气息，营造出浓浓的年味。

参加活动的培植中学七年级(14)班韩宇航同学说：“我已经连续几年参加义写春联活动了，参加这样的活动不仅能感受到中国传统文化的文化气息，更能感受到中国汉字的魅力，以后我会更加努力学习知识，将中国文化继续发扬光大。”

社区关怀不打烊，暖心陪伴助成长。希望这些丰富多彩的活动能陪伴孩子们度过一个愉快又有意义的假期，助力他们身心健康全面发展。

(记者 徐晓婷 贺刚 通讯员 李凯 杨林)



合理安排孩子假期生活



我说教育

胡智伟

孩子们期盼已久的寒假已经到来。假期之中，家长不能阻止孩子享受“玩”的快乐，但是也不能放任孩子无限度地“玩”，不妨帮助孩子制订一份寒假计划，让孩子科学地安排时间，度过一个快乐而有意义的假期。

关注孩子心理变化

放假之后，孩子们的固定作息和学习节奏也随之消失。在学校，老师的指导、同学间的互动，以及来自课业的压力是孩子们学习的主要推动力。放假之后，这些激励因素的缺失，可能导致孩子失去对学习的兴趣和动力。此外，在校期间，由于学校的严格管理以及充实的学习任务，孩子们每天使用电子设备的时间不会太长。而放假期间，他们会有更多时间和机会使用电子娱乐设备。因此，家长需要特别关注，不要让孩子对电子设备产生依赖心理。

分段制订假期计划

寒假中间穿插着春节，回老家过年、走亲访友等各种活动也会占据部分时间，所以很多家长忽视为孩子制订一份寒假计划。其实寒假有计划非常重要，一来能养成孩子良好的生活习惯，二来可以让孩子懂得规划好自己的时间。

在假期初期，家长可以帮助孩子从学校

的学习模式过渡到假期的休闲模式，与孩子一起规划假期的活动和目标；在假期中期，欢度春节的同时，家长也应注重与孩子的沟通，鼓励他们维持适度的学习活动，如每天安排阅读时间或复习特定科目；而进入假期后期，家长可以引导孩子逐渐恢复到学校的作息时间表，针对即将开始的新学期，与孩子一起了解新的学习内容、讨论可能面对的困难，倾听孩子心中的期待，帮助他们调整情绪，准备好迎接新学期的挑战。

坚持规律生活作息

放假期间，家长可以和孩子设定一个相对固定的入睡及起床时间。为了让孩子规律进食，也可以让孩子参与一日三餐的准备工作，协助完成家务，增强孩子的自理能力和家庭责任感。此外，家中应避免储存过多零食。

家长可以按照学校要求，给孩子安排适量的学习内容，既可以巩固上学期所学知识，也可以适当预习下学期的学习内容。当然，家长切忌过度安排学习任务，如过多补课或要求孩子超额完成作业。假期不应该变成另一种形式的学校生活，过多的学习任务可能会让孩子感到有压力，使学习变得“低效”，甚至产生抵触情绪。在安排休闲娱乐的同时，家长可以定期组织一些寓教于乐的活动。比

如带孩子参加春节民俗活动、参观各类博物馆等，在潜移默化中提高孩子的知识广度、审美情趣、人文底蕴。

切忌沉迷电子产品

家长可以和孩子一起设定电子产品的使用时间，也可以尝试设立“无屏幕时间”，比如餐桌上或家庭活动时禁止使用电子设备。限制使用电子产品时，尽量不要强调“禁止”，而要多强调“可以做什么”，尤其是针对已经上初中或高中的孩子，一味“禁止”容易引发孩子的逆反情绪。家长可以鼓励孩子参加体育锻炼、户外活动和家庭亲子活动等，让孩子意识到远离电子产品，能够收获更多的快乐和成就。

家长不仅要关心孩子的身体健康及学业情况，更需要主动了解他们的内心感受和想法，关心他们情绪和社交情况的变化。面对孩子的情绪波动或行为改变，家长要做到多倾听、多理解、少评价、少说教，不要一味指责，要耐心找到孩子出现变化的原因，帮助他们学习合理表达情绪，处理生活、学业及社交方面的困难。

促进有益社交互动

对于年龄比较小、课业任务不是很重的孩子们来说，家长要尽量避免让孩子整天独处，应该鼓励孩子与朋友多交流，或者安排一些家庭和朋友圈的小聚会，帮助孩子维持和发展社交技能。

主 编/忽弋琛

本 版 编 辑 / 徐 晓 婷

视 觉 设 计 / 李 延 庆

组 版 / 王 艳

校 对 / 石 芳 蔚

电 话 : 0911-8216611

邮 箱 : czzk2021@163.com