

1月22日起,随着乐山高中阶段学校放寒假,意味着乐山所有中小学正式开启寒假生活模式。根据市教育局安排,下学期(春季学期)将于2月16日开学。

当前,奥密克戎变异株在全球多国出现,我国外防输入、内防反弹的压力持续增大。按照省市相关要求,寒假、春节期间,家长和学生原则上不出川过节或开展旅行活动,不得到境外或国内中高风险地区,提倡就地过节,减少外出旅行、探亲访友。

为确保孩子们度过一个安全、健康、和谐的寒假和春节假期,日前,市教育局发布了《致学生家长寒假安全告知书》,一起来看看有哪些安全问题值得注意吧!

## 快乐过寒假 安全不放假

注意:原则上不出川过节或旅行

### 防疫不放松 加强体育锻炼

在节假日期间,孩子们应加强个人健康监测,做到戴口罩、常通风、勤洗手、一米线、不握手、用公筷,不随意丢弃废弃口罩,不购买来源不明的进口冷链食品,不从中高风险地区回国(境)外网购、海淘物品,选购清洗冷链食品时带手套,打开货物前用酒精对其包装进行消毒。

家长要督促孩子每天1小时的体育活动,加强体质健康,提高免疫能力。讲究个人和环境卫生,警惕各类冬春季传染病、流行性感冒或诺如病毒传染,遇有发热、咳嗽等身体不适症状务必及时就医。

病、流行性感冒或诺如病毒传染,遇有发热、咳嗽等身体不适症状务必及时就医。

寒假期间跨年、迎新等活动较多,禁止参加人流量过大的集会活动,过年不大会范围扎堆聚集。确因重要紧急情况和重大事项需出川或到境外或国内中高风险地区,大家务必向学校和所在社区报备,并持“四川天府健康码”——绿码通行,回乐后,严格落实14天集中隔离医学观察和至少两次核酸检测的管理要求。

### 牢记交通安全 坚持文明出行

过年期间要走亲访友,道路交通安全务必引起重视。家长要教育引导孩子安全文明出行,遵守交通法规,主动避让行驶车辆,不在公路上玩耍,不乘坐拖拉机、农用车、货运车等非客运车辆,不乘坐拼装车、报废车、黑野的等非法运营车辆,不乘坐超载、超速和安全性能较差的车辆。

注意,12岁以下儿童不得骑自行车或共享单车上路,16岁以下孩子不得骑电瓶车、摩托车上路。在乘坐水上交通工具或参加水上设施游乐时要遵守相关安全规

则,按提示、指示要求正确使用和穿戴安全救护用品。孩子不得在交通要道或有车辆出入地方玩滑板,铁路沿线的学生家长还要加强孩子铁路安全教育和爱路护路教育。

孩子外出应由家长陪同,未经同意不能私自外出、走亲访友、外宿或远游,坚决制止私自留宿在外。此外,家长还应教育引导孩子遇到被可疑人员劫持或被诱拐、绑架时,要保持冷静,不慌张不反抗,伺机脱逃或报警。

### 重视消防安全 不燃放烟花爆竹

据了解,1月1日至5月31日是四川省森林防火期,其中2月1日至5月31日为高火险期。因此,家长要带领孩子通过“乐山安全教育平台”,一起学习安全用电、用火、用气常识,并加强对孩子的森林防火火灾宣传教育,禁止带明火进入森林,不带火种上山,不玩火、不纵火。

今年,乐山禁止燃放烟花爆竹的区域进一步扩大,全市约50个乡镇(街道办事处)及其它重点场所纳入禁放区域,约占

全市辖区面积的60%。在过年期间,大家应积极响应低碳号召,严禁燃放烟花爆竹,做生态文明和环境保护的践行者。

如若要燃放烟花爆竹,家长要和孩子一起自觉遵守所在辖区烟花爆竹禁限放规定,依法、文明、安全、有序燃放,燃放烟花爆竹时须小心谨慎,做到不手持燃放,燃放地点应远离加油(气)站、储存罐等易燃易爆场所或物品,远离人群及居住区。

### 警惕居家安全 制定寒假计划

假期是孩子休息调整、自主发展的重要阶段。家长应尊重孩子成长的科学规律,不把假期当学期,给予孩子留白思考、创新探索的时间与空间。建议家长们目前应结合学校寒假安排,与孩子共同商量制定一份科学合理的寒假计划,培养孩子自我管理、自我发展的能力。

同时,督促孩子坚持每天早睡早起,按时认真完成假期作业,加强心理健康和挫折教育,鼓励孩子多看一些健康有益的书籍,拓展自身的知识面,提升自身素养,确保孩子平安、健康成长。

注意,当孩子单独留守在家时,家长一定要提醒孩子提高警惕,防止坏人诈骗及其他意外事件的发生。居家时,教育孩子不在飘窗、阳台、露台处玩耍,不往窗外抛物,不将身体探出窗外,不用湿手湿布等触碰家用电器,不随意拆卸电器,不随意给快递、检修等陌生人开门放行,不随意接受陌生人的礼物和食品。

家长应引导孩子多与父母、家人、同学、朋友等沟通交流,遇到自己无法解决的问题时,要学会寻求他人帮助,开心过好节假日的每一天。

### 安全文明上网 合理使用电子产品

现代家庭里大多数都有电脑、平板和手机等电子设备,家长应引导孩子科学、合理使用电脑、IPAD、手机和电视等电子产品设备,避免沉迷,严格把控孩子电子设备使用时间,小学生上网应在家长监护下进行,时间不超过1小时。

同时,家长应教育孩子文明上网,不浏览非法、暴力恐怖等网站,不在网上传播、观看不健康或不实的宣传报道和散布

有害信息。不沉迷于电子游戏,不进网吧等不适宜未成年人进入的场所。此外,加强自身和孩子电信网络诈骗知识的学习教育,在自己或孩子的手机上下载安装“国家反诈中心APP”,及时关注反诈信息,防止被诈骗。

快乐过寒假,安全不放假。大家一定要敲响安全警钟,家长们务必要切实承担起监护责任,确保孩子安全、健康、平安度假。

记者 张力

### 校园快递

#### 乐山立志达高级中学 召开2021年度总结大会

本报讯(陈子轩)1月17日,乐山立志达高级中学召开2021年度教职工总结大会。

总结会上,一段幽默走心的视频带领全校教职工回首了2021年的故事。随后,该校为高2023届、高2022届在2021年度考核为“优秀”的教师,2021年度学校工会积极分子、优秀工会小组长、优秀工会小组获奖个人和单位颁奖。最后,该校相关负责人对学校一年的建设与发展进行了全面总结,并展望了2022年的工作。

#### 乐山市特殊教育学校 教师自创课间操

本报讯(李雪静)近日,乐山市特殊教育学校大队辅导员、体育专业教师利用教师自学提升时间,为全体聋生部学生编排了一套新课间韵律操,整套操包括热身运动、力量耐力练习、爆发力练习和放松拉伸运动四个部分。

“这个操是一系列高效燃脂的动作,有利于提升学生的学习状态。”该校相关负责人表示,创新课间操,可以和传统课间操相结合,来激发学生的运动兴趣,让学生爱上运动,真正做到“双减”落地。

#### 乐山市草堂高中 组织学生开展社会实践

本报讯(张岚)1月22日,乐山市草堂高中组织学生志愿者在乐山财富广场开展有关疫情防控的社会实践活动。

活动中,志愿者们向来往的群众发放疫情防控知识宣传卡,对未戴口罩的路人及商户赠送口罩并普及疫情相关知识。在同学们的耐心宣传下,许多市民积极支持和配合,并表示会向亲戚朋友们进行宣传,自己也会少出门,少聚餐,出门规范佩戴口罩等,积极配合防疫工作,为疫情防控贡献自己的一份力量。

#### 乐山市嘉州学校 召开毕业班班主任总结会

本报讯(罗景芮)日前,乐山市嘉州学校召开九年级班主任工作总结会。

总结会上,该校相关负责人表示,中考是一场“整体仗”,只有协作配合才能共赢。寒假期间,要引导学生规划好假期时间,明确下学期的工作安排。同时,会议强调了毕业年级团队的责任与担当,并针对年级管理、班级规划、近期工作提出了全面要求。

## 大学生调研团队 赴乐山为宋笔代言

本报讯(记者 张力)乐山宋笔,是嘉州毛笔中的佼佼者。日前,四川师范大学宋笔制作技艺与历史文化调研团队到乐山对宋笔制作技艺市级非遗传承人李世荣老师进行采访与拍摄。

调研团队围绕宋笔的文化内涵、生存现状及发展困境等方面对李世荣老师进行采访。他细致深入地调研团队讲解了宋笔的历史文化渊源,工艺制作流程和产品特点。“一支宋笔的制作工艺繁复,周期长,故而价格较高。随着科技的进步,人们对毛笔等传统书写工具需求减少,导致宋笔销量日益减少,所产生的经济效益欠佳,继而在收徒方面存在困难、制作技艺面临失传。”李世荣老师表示,宋笔作为乐山市第二批非物质文化遗产,既是受乐山人民喜爱的书写工具,又是本地一张靓丽的文化名片。宋笔的发展,希望能够得到较好的保护与传承。

同时,调研团队对宋笔的制作技艺进行了翔实的记录,并就宋笔的保护与传承面临的问题,与乐山本地历史文化保护人士进行了交流与访谈。