

主办单位:茂名市教育局 茂名日报社

# 教育部、中消协提示: 不盲目参加培训 让孩子们拥有健康、快乐的暑假

假期是孩子休息调整、自主发展的重要阶段;是家长与孩子亲密接触、共同成长的最佳时机。孩子的成长过程仅有学校教育和本课知识远远不够,需要实践和锻炼的东西太多,需要认识和接触自然、探索和认知自我。在此,教育部和中国消费者协会提醒广大学生家长:不盲目安排学生参加培训,让孩子们拥有健康安全、充实快乐的暑假。

## 合理安排假期生活

假期是孩子们翘首期盼的欢乐时光。希望您能够尊重孩子成长的科学规律,结合学校暑假安排,与孩子共同商量制定一份科学合理的暑假计划,多些亲子陪伴,多些体育锻炼,多些劳动体验和社会实践,不要盲目跟风报班培训,让孩子们在亲近自然和实践锻炼中度过暑假。

## 警惕培训安全风险

凡暑期开展学科类培训的机构,均属违规培训,其中绝大多数为“黑班级、黑机构”,请家长从孩子安全出发,主动远离。对于满足孩子兴趣特长的非学科类培训,既要合理安排培训时间,还要谨慎选择合规机构,特别要提醒家长高度关注诸如儿童舞蹈“下腰”动作等可能导致的伤害甚至瘫痪风险。

## 防范资金安全风险

家长缴纳培训费用,务必通过教育部全国校外教育培训监管与服务综合平台“校外培训家长端”APP完成;务必签订《中小学生校外培训服务合同(示范文本)》,索取正规发票,以备维权之需;务必控制额度,一次性缴费不要超过3个月或60课时,且不要超过5000元,切勿受“充值赠送”等方式诱惑,缴纳高额培训费。

## 主动参与监督举报

如发现违规培训问题线索,家长可通过国务院“互联网+督查”、教育部官网、“中国教育督导”微信公众号及各地开通的投诉举报渠道监督举报;如涉及违规收退费经济纠纷问题,还可通过全国12315平台进行投诉举报,也可向当地消协组织投诉反映,共同维护学生及家长的合法权益。(教育部官网)

## 市关工委联合市教育局关工委 考察电白家长学校 实验区建设工作

### 精神文明创建



■文/图 通讯员 许来仔 刘海志

本报讯 近日,市关工委主任林日娣率领市关工委、市教育局关工委相关人员到电白区考察全国规范化家长学校实践活动实验区建设工作。电白区委常委、二级调研员刘沅元,区关工委、区教育局、水东街道中心学校、电白一小、占鳌小学等相关负责人参加。

在占鳌小学,市考察组一边参观“区、局、街道、学校”开展创建家长学校展板,一边听取电白区教育局、占鳌小学、水东街道中心学校相关负责人对创建全国规范化家长学校实践活动实验区建设工作的做法和取得的成绩。

在座谈会上,刘沅元汇报了家长学校实验区建设工作情况。近年来,电白区委、区政府高度重视家长学校创建工作,全区通过创建208所家长学校,把家长学校创建工作作为振兴基教工作来抓,加强对家长学校队伍建设和培训,多层次多维度推进学生安全、学校安全工作,发挥家长学校作用,让学生健康成长。

通过实地参观和听取汇报,市考察组对电白区三年来创建工作表示充分肯定,认为电白区家长学校创建工作扎实,有成效,有特色。市考察组指出,家长学校是一个系统工程,办好家长学校是一项长期的任务,要有长期作战长期办学的理念和毅力。要形成共识,把家长学校作为新时期关工委工作、教育工作、社会稳定工作一并来抓。通过家长学校开展“好老师”“好家长”评比活动,继续深入“六步”教学模式和“3+N”工作模式,发挥“五老”的作用,强化宣传,努力做到“政府、社会、学校、家庭”四方同心不断推动家长学校高质量建设。

## 心理老师支招—— 怎样让孩子度过一个缤纷暑假?



### 未成年人 思想道德建设

陪伴是最好的教育。暑假期间,孩子怎样度过一个健康缤纷的假期?家长又如何帮助孩子、与孩子共同成长?来看看高州市高文小学心理老师的“殷殷说法”。

#### 学生篇

##### 合理规划,规律作息

做好假期计划,合理规划学习时间(德育作业、学科综合作业、暑假作业等合理安排,尽量不要积攒后完成),合理安排休闲娱乐时间。确保每天睡眠时间10小时。每天坚持锻炼半小时。

##### 锻炼身体,承担家务

选择一项自己喜爱的运动并每天坚持,希望大家做好体育锻炼打卡记录。运动不仅能让你收获健康的体魄,还能获得心理的满足感。除此之外,还可以在家积极参加家务劳动,这不仅能让你

你增长生活技能,还能回报父母,愉悦身心。

##### 主动沟通,调适情绪

当一些消极情绪出现时,一定要尝试将内心的想法表达出来。可以多跟父母聊聊天,也可以通过欣赏音乐、适度运动、阅读书籍等让自己放松下来。还可以和家人一起做做增长知识、增益智慧的小游戏,比如“飞花令”“成语接龙”等等,这样能缓解压力,保持积极的心态!

##### 享受美好,不忘安全

暑假居家也要常记安全小“妙招”,熟人、陌生人也要警惕。

#### 家长篇

##### 关注优点,树其信心

有些问题是孩子成长中的必经现象,父母应该抓大放小,因为教育孩子不是一朝一夕的事情。父母要去理解孩子,读懂他们的心理需要和愿望。每个孩子都有他的优点和缺点,父母们可以多关注孩子身上优点,多给予肯定,对于孩子积极的想法和做法,父母可以多给予支持和鼓励,帮助孩子学会



高州市高文小学开展预防性侵害教育。

接纳自我,提高自我评价,树立自信心。

##### 多点陪伴,增进感情

陪伴是最好的教育。孩子的成长更离不开父母的陪伴,建议家长每天在固定时间与孩子落实倾听“一刻钟行动”,或是一同进行体育锻炼、家务活动、亲子游戏

等,共度美好亲子时光,实现高质量的陪伴……让孩子和您一起身体更强壮、内心更强大!

##### 发现异常,及时干预

多关注孩子情绪,多与孩子沟通,多理解宽容孩子,多与孩子微笑。教会孩子遇到问题先尽力自己解决,同时学会咨询求助。(邹晓晴)

### 全国中小学生安全教育日

家校社同发力 守护中小学生安全

## 珍爱生命 谨防溺水

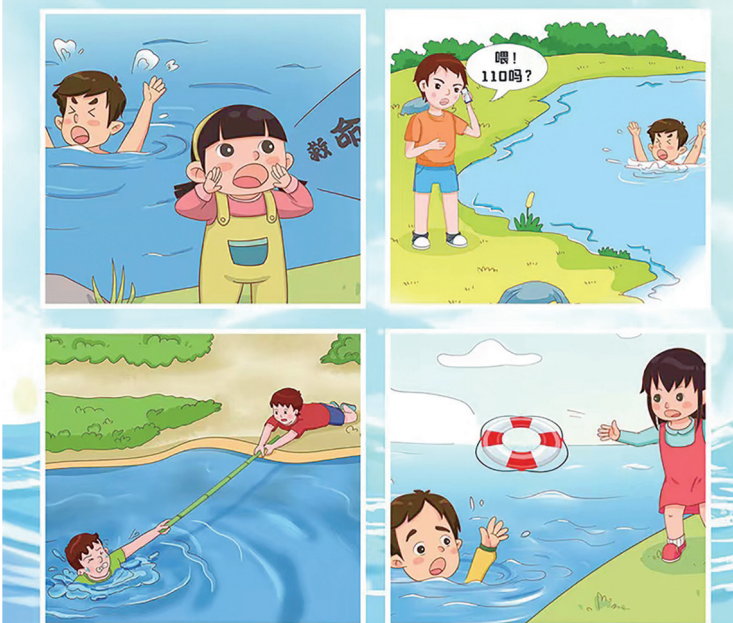


公安部治安管理局 教育部基础教育司

### 全国中小学生安全教育日

家校社同发力 守护中小学生安全

## 智慧救援保平安



公安部治安管理局 教育部基础教育司

### 全国中小学生安全教育日

家校社同发力 守护中小学生安全

## 不私自下水游泳



公安部治安管理局 教育部基础教育司