



新学期启航, 这些亲子相处方法可借鉴

星报讯(记者 祁琳) 作业缓交、不组织开学考、举办丰富多彩的校园活动缓解入学压力……新学期就要开始了,记者从合肥市教育局获悉,为帮助学生度过入学缓冲期,合肥市采取了多种措施,营造轻松愉悦的新学期入学氛围。那么关于家长如何关注并稳定孩子的身心状态,以便更好的进入新学期的学习的问题,教育部门也给出了建议。

放宽心,允许缓冲阶段。面对开学,出现烦躁、焦虑等情绪是正常的,这是对新阶段生活即将开始的自然反应。家长要理解并认识到它们是短期的、可调整的,通过积极的心理调适,可以有效缓解这些负面情绪。对于孩子状态的回归,家长不可操之过急,要允许他们开学后度过一段过渡缓冲期,慢慢适应新学期的生活。

调整作息,做好“收心”准备。为提前规避孩子开学后的不适感,家长可引导孩子养成规律的作息习惯,做到起居有序,一日三餐按时吃,逐步

向开学状态过渡。在孩子面前,家长尽量少玩手机、少看电视等,为孩子树立一个好榜样;制定一个与校园生活同步的活动时间表,让孩子尽快适应在校生活的时间规律,从松散的假期生活中走出来;让孩子保持一定量的体育运动;通过收拾文具用品等方式,帮助孩子进入学习状态。

多陪伴,接纳孩子的不良情绪。孩子可能会出现情绪低落等情况,家长要理解和接纳这种情绪。多陪陪孩子,引导孩子学会缓解情绪的方法,防止亲子冲突。

多引导,顺利开启新学期。家长可与孩子心平气和地聊一聊新学期的新目标,引导孩子更快适应学习生活。在设定目标的时候需要注意两点:一是计划要全方位。除了学习上的目标,生活方面的目标也可以适当设立。生活上的目标可以包括养成哪些好习惯、学习什么新技能等。二是需具备可实施性。应明确每个计划的执行时间、考量标准、每天完成数量。



教育资讯

合肥市行知实验中学 党徽闪耀家访路 师爱温暖学子心

为了深入了解学生的家庭情况和假期学业状态,手把手对学生进行学业指导和假期生活指导,让家校协同教育真正的落地生根,寒假期间,合肥市行知实验中学开展了“党建引领暖心家访”活动。

假期伊始,学校形成行政班子包班蹲点毕业班、党员教师分组深入七八年级的方式,精心规划家访路线。每到一户,教师们都与家长亲切交谈,详细了解学生的家庭环境、生活习惯和假期学习计划,认真倾听家长对学校教育工作的意见和建议。副校长彭道洋表示:“家访是学校教育的延伸,作为党员教师,我们更要发挥先锋模范作用,把教育的温暖传递到每一个家庭。”

吴静怡 李明

合肥市兴海苑小学 全省青少年编程普及活动获佳绩

近日,首届安徽省青少年编程普及活动圆满落幕,合肥市兴海苑小学学生在本次大赛中表现出色,取得2个省二等奖、1个省三等奖的优异成绩。

在比赛中,兴海苑小学的学子们凭借敏锐的思维和精湛的技艺,展现出卓越的风采,充分展示了学校在编程教育方面的丰硕成果。此次获奖是兴海苑小学在编程教育领域的一次重要突破,也是学校多年来注重学生科技创新教育、积极推广编程课程的见证。兴海苑小学将继续秉承“乐玩、乐学、乐创造”的教育理念,不断深化编程教育发展,为培养更多具备创新精神和科学素养的优秀人才贡献力量。王蕾

合肥市师范附属第二小学 2025年春季开学典礼隆重举行

2月14日,合肥市师范附属第二小学以“祥蛇献瑞启新程 砥砺前行正当时”为主题,紧扣“非遗传承”“新质生产力”“教联体”等关键词,隆重举行了2025年春季开学典礼。全体师生在前进中求作为,在突破中求发展,以满腔热情步入新学期。

在寒假实践中,二小学子感受着非遗的传承活力与无限魅力,仪式上,二(14)班情景剧《花木兰》带领着师生探寻古韵经典,畅享传统文化盛宴。二(5)班情景剧《大青树下的小学》也描绘出了盛世之下,民族团结的模样。坚定文化自信,弘扬以爱国主义为核心的民族精神,二小通过不断的实践活动探索,体现出其对教育精神的理解和传承。

张之方

“哪吒”点燃校园! 杨斌现身合肥兴华苑小学开学典礼



一起听央视86版《西游记》中哪吒这一角色的拍摄故事,一起唱《哪吒之歌》,请哪吒扮演者杨斌老师亲临指导……

2月13日,合肥市兴华苑小学以“传统文化新魅力,哪吒携手新学期”为主题开启新学期,央视86版《西游记》哪吒扮演者杨斌现身开学典礼现场,为2400多名师生分享了在《西游记》中“哪吒”这一角色的拍摄故事,并现场激情演唱《哪吒之歌》,与大家一起重温经典。少先队员代表汪小语同学上台为杨老师献上书法作品《德艺双馨》。杨斌老师来到兴华苑小学少年宫,观看戏曲社团的孩子

们演出,讲解戏曲的精神所在和艺术之美并手把手指导孩子们表演。

合肥市兴华苑小学党支部书记、校长张良才为典礼致辞。他鼓励全体师生要有哪吒的勇闯精神,脚踏“风火轮”,在新起点大步向前;手持“火尖枪”,在新学期瞄准目标;舞动“混天绫”,在新征程挥洒精彩。全体师生共同唱响校歌《兴小雏鹰》,用歌声抒发对校园的热爱。

同学们在感受传统文化新魅力的同时,也受到了哪吒精神的鼓舞,相信在传统文化的滋养下,合肥市兴华苑小学的全体师生将在新的学期里创造更好的成绩。李彩云

“神兽归笼”! 流感防护秘籍请收好

星报讯(记者 马冰璐) 随着新学期到来,“神兽”正式“归笼”。2月13日,合肥市疾控中心提醒,春季也是流感高峰期,开学季,请收好流感防护秘籍。

流感是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病。流感病毒容易变异,传染性很强,人群对流感病毒普遍易感,感染后往往全身症状较为明显,主要表现为急性起病、高热、头痛、全身肌肉酸痛、乏力等。儿童、老人、孕妇或患有哮喘、糖尿病、心脏病等慢性病的人群感染后发生重症的风险高,可导致肺炎、急性呼吸窘迫综合征(ARDS)、多器官功能不全等。

如何防范流感?接种流感疫苗是预防流感的最经济、有效的手段。流感病毒易发生变异,每年流感流行株可能发生变化,因此每年都需要

接种流感疫苗。通常接种流感疫苗2~4周后,可产生具有保护水平的抗体,因此应该在流感流行季来临之前,完成流感疫苗的接种。流感全年都可以发病,流行高峰主要在冬春季,接种流感疫苗的最佳时机是9月~10月。如果在流行季前未接种,也可在整个流行季节接种。

如何做好日常防护?保持良好的学习生活环境和个人卫生;在流感流行季时尽量避免出入人群密集型场所;勤洗手、戴口罩;咳嗽或打喷嚏时,用纸巾或屈肘遮住口鼻;定时打开房间的门窗,通风换气。

得了流感怎么处理?家长如发现孩子出现流感症状,应及时就医并告知学校,对于已经确诊流感的学龄儿童,听从医嘱,多休息,不建议带病上学。



合肥市信地城市广场幼儿园提前对校园环境进行全面清洁和消毒,对教室、寝室、食堂等重点场所进行安全隐患排查,确保新学期开学工作平稳有序。教室里,老师们用巧手将废旧材料变废为宝,制作出精美的墙饰和手工作品,将教室装扮得焕然一新;走廊上,老师们精心布置了以“新春”为主题的文化墙,红红的灯笼、喜庆的福字,营造出浓浓的节日氛围。

吴海波