**2019年暑假给家长的建议**

尊敬的家长朋友们：

您好! 2019年暑假即将到来了！经过一学期紧张而充实的生活，孩子们要怎样度过一个快乐而充实的假期呢？朝阳区教委征集多名知名教育专家的建议，给家长提出九条核心建议，期望能给广大家长带来指导和帮助。

一、正确对待孩子的考试成绩，跟孩子耐心沟通，一起总结经验教训，坚定孩子学习的信心。

二、和孩子商量制定假期计划，兼顾休息和学习，家长要率先垂范，保证孩子生活作息有规律。

三、让孩子养成天天阅读的习惯，每天看一小时的优秀课外作品。

四、根据孩子年龄特点，让孩子承包一、两项力所能力的家务劳动，培养劳动意识，养成劳动习惯。

五、利用假期时间培养孩子一项业余爱好，如文艺、体育、科技等，要长期坚持。

六、允许孩子每天上网一小时，家长要给予正确指导，防止网瘾。

七、假期既要监督孩子按时独立完成作业，适当对下学期的课程进行预习，也要多给孩子休息的时间，让孩子玩好，休息好，做到“学的专心，玩的痛快”。

八、外出要注意安全，培养孩子遵守公共秩序、礼貌待人的好习惯，做个文明小公民。

九、家长要处处以身作则，给孩子起榜样作用，做到“以身立教”。

希望上述建议对于各位家长指导孩子的假期生活能够有所帮助，最后，预祝我们的孩子过一个愉快、平安而有意义的假期！

附： 北京市教育委员会关于做好2019年中小学生网上夏令营活动的通知

北 京 市 教 育 委 员 会

**北京市教育委员会关于做好2019年**

**中小学生网上夏令营活动的通知**

各区教委，燕山教委：

为引导全市中小学生度过一个愉快而有意义的暑假，为中小学生提供适宜、健康和优质的网络资源，教育引导中小学生绿色上网、文明上网，北京市教委举办2019年北京市中小学生网上夏令营活动。现将有关事项通知如下：

一、指导思想

以社会主义核心价值观为引领，面向全市中小学生，开展丰富多彩的网络互动活动，引导中小学生遵守网络行为规范，传播网络文明理念，展示网络文明风采，倡导文明健康的网络生活方式，过一个健康而有意义的暑假。

二、活动主题

弘扬爱国精神 与祖国共成长

三、活动时间

2019年7月13日—8月31日

四、活动内容

遵循中小学生成长规律，坚持寓教于乐原则，设计中小学生喜闻乐见、互动性强的网络主题活动内容与形式，开设红色传承立志向、快乐暑假我做主、勤于实践乐成长等3个活动版块共6个栏目。

2019年网上夏令营活动版块

|  |  |
| --- | --- |
| 活动版块 | 活动内容 |
| 红色传承立志向 | 我们学习新思想 |
| 网上重走长征路 |
| 快乐暑假我做主 | 优秀电影伴成长 |
| 泛舟书海读经典 |
| 勤于实践乐成长 | 安全知识记心间 |
| 阳光心灵润心田 |

（一）红色传承立志向

传承红色基因、树立报国志向。本版块旨在帮助广大中小学生牢固树立永远跟党走的理想信念，激发当好社会主义合格建设者和可靠接班人的使命担当，厚植红色基因，增强国家观念和爱国情感。引导中小学生忠于祖国、忠于人民，从小立志向、有梦想，努力成长为担当民族复兴大任的时代新人。本版块活动包括：

1.我们学习新思想

2019年，教育部、人民日报社、全国少工委联合在全国中小学开展“学习新思想，做好接班人”主题阅读活动，本栏目从活动推荐的阅读主题中精选出部分文章，帮助广大中小学生学习习近平新时代中国特色社会主义思想，牢固树立永远跟党走的理想信念，激发当好社会主义合格建设者和可靠接班人的使命担当。本栏目包括两个专题，一个是“走进新时代”专题，讲解新时代的新形势、新特点和新内涵；另一个是“从小学用典”专题，学习习近平总书记用过的典故。通过阅读学习，使中小学生深入了解新时代，学习新思想，做好接班人。

2.网上重走长征路

长征是中国共产党领导中国人民英勇革命的壮丽史诗,它向全中国和全世界宣告，中国共产党及其领导的人民军队，是一支不可战胜的力量。红军长征，铸就了伟大的长征精神。长征精神，是中国共产党人和人民军队革命风范的生动反映，是中华民族自强不息的民族品格的集中展示，是以爱国主义为核心的民族精神的最高体现。长征精神为中国革命不断从胜利走向胜利提供了强大精神动力。本栏目通过网上重走长征路的活动形式，引导中小学生回顾党的光辉历程，学习长征精神，传承长征精神。

（二）快乐暑假我做主

光影世界学本领，泛舟书海读经典。中华经典我诵读。本版块通过优秀电影伴成长和泛舟书海读经典两个栏目，引导广大中小学生合理安排假期时间、积极规划好自己丰富多彩的暑假生活，养成热爱阅读中华传统经典的好习惯，积极践行文明礼仪。本版块活动包括：

1.优秀电影伴成长

光影世界真奇妙，优秀电影伴成长。本栏目为中小学生推荐了内容丰富、形式活泼、寓教于乐的优秀影片，希望同学们通过观看电影，培养积极向上的情感和健康的审美情趣，感悟中华优秀传统文化和中华民族的悠久历史，了解世界文化和科技发展历史，学习英雄人物和先进人物的感人事迹，理解体会社会主义核心价值观的深刻内涵，自觉践行社会主义核心价值观！

2. 泛舟书海读经典

中华经典我诵读，分享阅读最快乐。书籍是人类最好的朋友，可以带给人们知识、智慧和力量。阅读经典能启迪人的思想、触碰人的心灵，让人仿佛置身于一片宁静的沃土。本栏目为同学们介绍了中华优秀经典图书，这些书目针对小学、初中和高中不同学段，包括文学类、人文类和科技类图书，同学们可以以这些书目为参考，选择自己喜欢的图书进行阅读。假期正是同学们自由阅读的大好时机，快来阅读经典并分享自己的好书，让自己的假期过得更有意义、更加充实。

（三）勤于实践乐成长

实践出真知，欢乐共成长。本版块通过安全知识记心间和阳光心灵润心田两个栏目，积极引导中小学学习安全自护知识，塑造坚忍不拔的意志品质，培育自尊自信、理性平和、积极向上的心态。本版块包括：

1.安全知识记心间

安全知识记心间，健康快乐每一天。多了解一项安全常识，就给同学们宝贵的生命和身体健康多一份保障。同学们在享受快乐假期的时候，也要注意自身的安全哦！下面是一个安全自护知识闯关答题游戏，请同学们来闯关吧！每过一关，你将获得一枚勋章。

2.阳光心灵润心田

塑造阳光心灵，创造幸福人生。一个心灵阳光的人，微笑将是他最经常的表情，不论发生什么，总会用理智的态度去接纳；一个心灵阳光的人，他将敢于展示自己、挑战自己，从而更好的把握机会，创造精彩的人生；一个心灵阳光的人，他会珍惜所有，懂得感恩，并让自己获得快乐。同学们，如果你想让自己变得更加阳光自信，每天快乐多一些，请走进“阳光心灵润心田”专题，共同学习积极心理学知识，塑造自己的阳光心灵。

五、参与方法

全市中小学生可以在2019年7月13日-8月31日期间，直接访问北京市中小学数字德育网（网址：moral.bjedu.cn），点击北京市2019年中小学生网上夏令营图标，用自己的教育ID号和密码登录网上夏令营，进入相应活动页面，按照页面提示，自主参加网上夏令营的各项活动。

六、工作要求

**（一）广泛宣传，积极动员。**各区和学校要结合实际情况做好动员宣传和组织工作，引导学生主动参加网上夏令营的各项活动，切实发挥网上夏令营活动的育人功能。各区要面向辖区中小学广泛宣传网上夏令营活动，将网上夏令营的具体内容和活动安排宣传到每所学校、每一名学生。各学校要积极与家长和学生沟通，将活动信息写入“暑假家长信”，让每一名学生都知道活动信息，引导学生积极参加网上夏令营的各项互动和实践活动。

**（二）精心组织，规范运行。**区教委要把网上夏令营活动纳入假期工作统筹安排，精心组织，督促落实。承担夏令营活动的有关部门要周密部署，落实好网上夏令营各项活动的组织工作。学校要组织好本校学生参与网上夏令营活动，要将参与网上夏令营活动做为学生暑假期间的一项必修内容。有条件的区和学校还可以在全市活动的基础上，结合各区和学校实际，组织各具特色的区级和校级网上夏令营活动。

**（三）强化监管，确保安全。**网络安全和信息安全是网上夏令营活动中最重要的环节。各区教委和学校要制定应急管理办法，确保网络安全畅通，保证学生网上夏令营活动的顺利进行；制定信息安全管理制度，全力保证网上活动运转安全有序。做到暑假期间栏目有人监管、活动组织有序、信息及时更新、页面浏览顺畅。各学校要积极开展学生的网络安全和信息安全教育，要求学生发布内容健康文明，引导学生做健康网络生活的主人。

市教委基础教育一处

2019年7月2日