

2022年暑期告家长书

各位家长：夏安！

2022年的暑假已经开始，我校将以“文文明明强国行，喜迎党的二十大”为主题，继续深入开展“文文明明幸福行”小公民道德建设工程，通过精彩纷呈的线上精神文化活动，加强思想政治引领，继续实施“强国复兴有我，青春向党齐奋进”之明理公民行动、“劳动创造幸福，勤勉努力爱我家”之匠心公民行动、“慧创新增学能，科技提升积学养”之慧创公民行动、“促进身心和谐，自律自觉伴成长”之健康公民行动和“习经典学传统，审美素养重感悟”之尚美公民行动等五育并举的公民行为内化行动，引导学生及其家庭合理规划好假期生活。

暑假里，我们将按照线上云游为主，线下小型多样、回归家庭初心，社区实践友好、活动空间安全的原则，更加注重协同育人，活动育人，法治育人。

我们将向您宣传贯彻未成年人保护领域的法律法规，以提高未成年人自我保护意识，护航孩子成长成才。我们会通过多种方式宣传《未成年人保护法》《家庭教育促进法》和《上海市未成年人保护条例》，开展送法千万家活动。希望您树立科学育儿理念和正确的成才观，督促子女合理规划好暑期学习生活、休息、娱乐、体育锻炼和劳动技能的时间，让孩子养成每天锻炼一小时的运动习惯，合理安排每日的作息時間。希望您履行监护职责，以身作则，关注孩子上网问题，培养其形成良好的上网习惯，预防子女沉迷网络。

为了避免因疫情长时间居家学习生活给子女带来的负面影响，积极构建亲密和谐的亲子关系，保持乐观向上的精神状态。我们将继续通过线上家校平台推送**家长慕课资源、上海家长学校暑期在线课堂专题课程**，开展家庭教育指导。如果您遇到亲子沟通问题请及时联系班主任或者通过“钉钉家长群”联系心理教师韩国华和徐佳祺。请您记下以下热线电话以备不时之需：上海市心理援助热线 12320-5、黄浦区 24 小时未成年人心理咨询热线：63036588、“12355”青少年公共服务热线。

希望您继续严格落实中央和市委市政府关于新冠肺炎疫情防控的决策部署，毫不

懈怠巩固打赢大上海保卫战的成果。加强疫情防范措施，提升家庭防护意识，以家庭为单位一起自觉开展健康监测；出现发热、呕吐、腹泻、咳嗽、皮疹等疑似症状，第一时间向班主任和社区报告，并及时到医院就诊。减少不必要的社交活动，减少非必要外出，外出时做好个人防护，在公共场所保持安全社交距离；自觉养成“三件套，五还要”等基本卫生习惯，确保自身健康安全。根据黄浦区教育系统暑假期间校园疫情防控工作要求，离沪学生要向班主任提前三天报备，经学校同意，填写《离沪人员信息表》后才能离沪；原则上不出境、不去高中低风险地区。【低风险区指中、高风险区所在县（市、区、旗）的其他地区。】离沪前应了解离沪与目的地的相关防疫要求，做好路途个人防护并严格遵守当地疫情规定，开学前 14 天开始在沪开展自我健康管理；返沪返校学生严格按照本市疫情防控要求执行。暑假期间学生要继续做好自我健康监测（每天填写“钉钉”表单），出现发热等异常症状时要及时就医。严格按照本市要求定期核酸或抗原检测，检测异常要及时报告学校。若处于高中低风险地区的学生不入校。

家长们，让我们家校携手共同优化育人环境，让孩子度过一个“安全、健康、快乐、勤勉、善美”的假期。

此致
敬礼！

上外附属大境中学 学生发展部

2022 年 7 月 10 日