没有补课班和题海,申城中小学生迎来"双减"后首个寒假

"非凡"的寒假作业让学生感悟幸福

■本报记者 张鹏

"双减"政策落地后的首个寒假 即将到来。没有学科类补课班,没有 如山的语数外试卷,孩子们的寒假应 该怎样度过?

透过中小学校的寒假作业单,记 者找到了答案——做一个"菜场达 人", 去寻找饭桌上的健康饮食理念 和人与人沟通的秘密; 选择身边最 喜欢或最容易找到的植物,记录下 植物的生长状态; 观看北京冬奥会, 记录下最喜欢的运动项目和运动 员,与父母按照"运动菜单"进行打 卡……孩子们的寒假时光,将被各类 综合实践、探究类作业、亲子劳动项 目以及体育运动"填满", 学生们直 呼"有趣!"

值得期待的寒假作业透露出这 样的讯号: 从生活点滴中感悟幸 福。家长们欣喜地发现,学校在落实 "双减"政策过程中, 育人理念正在 理,这种从生活小实验中掌握知识的

更鲜活! 花式作业让孩子在生 活中学习和成长

别人用过的餐具,你能接受吗? 菜场中有哪些外表丑陋、但营养丰富 的蔬菜?过了保质期的食物,就一定 不能吃了吗?宝山区鹿鸣学校自然教 选择。 师刘真君与全校学生制定了一场关于 "可持续食物"的约定:零外卖、丑食运 动、囤粮有道、临期食品、低碳拍档、循 环餐具、健康饮食……连续七天,刘真 君为学生们设计了七个主题活动邀 请学生和家长一同打卡。从校园里 走出来的学生将在这份作业单的指 引下走进家庭厨房,或同父母一起 走进菜市场,不仅来到了充满烟火 气息的生活现场, 更通过饭桌上的 人情世故, 感悟中国饮食文化的博 大精深。

嘉定区中科院上海实验学校的寒 假作业,则增添了几许探究的味道。 比如,请学生利用家中的食材制作一



宝山区鹿鸣学校制作的气候变化下食物零浪费活动打卡宣传单(部分)

式,为这株植物制作一份《生长日 记》。校长夏红梅说,看似"高大上"的 科学原理,往往就藏在生活中。相比 从科学书本上品读科学实验的文字原 方式,更符合孩子们的兴趣,更能满足 他们的好奇心。

当"双减"后的首个寒假与北京冬 奥会相遇,中小学生的寒假作业单上, "冬奥会"成为高频词。放假前,静安 区闸北第二中心小学为每位学生送 上一份"冬奥日历",鼓励学生们在 感悟冰雪运动之美的同时,不忘与家 人一同打卡运动,体育教师则为学生 提供每天运动的"菜单",供亲子参考

"美颜了"! 寒假作业单里藏着幸 福密码

浦东新区竹园小学校长娄华英 说,"双减"后的寒假作业,从内容到形 式和以往都有很大不同。"双减"试行 一个学期,学生的综合能力和跨学科 素养都有了明显的提升,下发的统一 标准版《寒假生活》已经满足不了学生 对学习的需求。因此,寒假作业也要 努力适应当前的教育背景,从主题系 列性、综合拓展性、体验研究性上动脑 种发酵类食品,用发面做面食、制作麦筋,尝试给寒假作业"美美颜"、甚至 芽糖、酒酿等。学生们还要选择一株 "变变脸"。老师们把寒假作业作为学

植物,每天通过拍照和文字记录的方 生一学期学习成果的展示、一学期学 习经历的汇总、一学期素养提升的汇 报,让寒假作业兼具学科知识性和生

> 记者发现,各个学校升级后的寒 假作业单中蕴藏着关注学生情绪、引 导学生学会幸福的密码。

> 寒假临近,徐汇区建襄小学的学 生们都收到一份主题为"幸福"的寒 假作业单,包含着"感幸福、寻幸福、 品幸福、惜幸福"等实践活动。学校 大队辅导员秦益丽举例说,邀请学生 记录所居住社区里的点滴变化,增添 生活愈加美好的幸福感。"作业单上 的活动均由学生自由选择是否完成、 完成哪些,在增加学生自主选择权的 同时,给予他们更多的自立概念。"秦

> 杨浦区打虎山路第一小学的作业 单上,一份特别的要求引人关注:"请 记录下每天的运动时间和作息时间, 每天进行睡眠打卡,并给出今天一天 的'心情指数'。"副校长苏旖告诉记 者,这两年学校特别关注学生的身心 健康,鼓励学生记录"心情指数"也 是引导他们学会自我情绪调节的方法

> 嘉定区华江中学则让家长和孩子 起通过线上线下参观考察、研学等 形式感受建党百年来祖国和家乡的巨 大变化,体会日新月异的美好生活。 比如,学校布置了探秘上海地铁14号 线、幸福"嘉速度"实践体验活动,通过 打卡地铁站点,让学生对轨交沿线站

点进行全方位观察、记录、思考,感受 地铁开通给沿线居民生活带来的变 化,进一步厚植学子爱党、爱国、爱家 乡的情怀。

更温情! 需亲子互动完成的作 业比例越来越高

随着寒假的脚步越来越近,不少 家长笑言心里有点"慌",没有学科 类补课班的"加持"和"消耗",从 表面上看,家长要面对"神兽"的时间 更长了,焦虑也就随之产生。对此,不 少一线校长直言,设计一份小小的寒假 作业单并非易事,"双减"后的第一个寒 假,对学校而言是个考验,对学生而言 是段经历,同时也是对学校"双减" 政策落地执行的一个考量。特别是要 考虑到疫情的影响, 亲子合作完成、 习惯养成类、阅读拓展类的寒假作业 比例增高。

中科院上海实验学校的寒假作业 就包括向长辈拜一次年、和父母做一 顿年夜饭、打扫一次家庭卫生、拍一张 全家福、做一次志愿服务等内容,并鼓 励学生通过视频和照片,记录下这五 个美好的瞬间。

徐汇区高安路一小的寒假体育作 业需要邀请家长参与其中,如"向长 辈学一个他们小时候玩过的传统游 戏,开学介绍同学一起玩一玩""和家 长一起锻炼提高"等,这份体育作业除 了锻炼体能外,还包含了采访调查、亲 子沟通、制定计划、记录统计等多方面

静安区闸北第二中心小学校长赵 蔚秋表示,寒假也是提升亲子关系的 良机,给予孩子更多的陪伴,将父母 的爱通过高质量的亲子交流和互相陪 伴进行传递,对孩子成长的重要性不 言而喻。"寒假不应成为家长的焦虑 和负担,而应成为孩子生活实践、学 习体验,和家长快乐互动的美好经 历。家长如果能根据自己孩子的实 际情况,有所侧重地引导孩子在自 己感兴趣的领域体验、探索实践, 给他们表达表现的机会,就能做到因 材施教。"

本报讯 (记者唐闻佳) 新春将至, 为营造卫生整 洁、文明有序、健康祥和的节日环境, 日前, 上海市爱 国卫生运动委员会办公室、市健康促进委员会办公室、 市新冠肺炎疫情防控工作领导小组环境整治组向全市 各行业、各单位和广大市民发出号召:努力践行"人人 是自己健康第一责任人"理念,积极参与爱国卫生运 动,合力筑牢群防群控、联防联控的疫情防线,共度新 春佳节。

迎新春,上海市爱卫办送上四个"人人"的爱国卫

环境清洁人人有责。营造卫生健康环境涉及千家万 户,需要社会各界和广大市民的积极参与,市爱卫办呼 吁各行各业以及市民朋友传承爱国卫生优良传统, 开展 卫生大扫除,清理卫生死角、清除垃圾杂物、清洁门前 环境,携手共创干净整洁的人居环境,以实际行动呵护 健康美丽家园。

健康行为人人遵守。当前,新冠疫情时有反复,防 疫工作不容松懈,健康行为"不可忘记",每个人都要 牢记防疫"三件套"、防护"五还要", 时刻保持安全防 护意识,坚持做好"戴口罩、勤洗手、常通风、一米 线、少聚集、种疫苗",当好自身健康第一责任人。市 健促办同时呼吁市民遵守《上海市民健康公约》,不乱 扔垃圾、不随地吐痰、不留弃狗屎、不吸食游烟, 主动 做到戒烟限酒,坚持适量运动,推广公筷公勺,保持心 态平和,过一个文明健康、绿色环保的新年。

卫生设施人人维护。各类企事业单位要积极履行社 会责任,全面落实好单位卫生管理制度,确保各类公共 卫生设施设备完好, 定时对便器洁具、各类扶手和把 手、废纸篓等重点部位保洁消杀,洗手液保持充足;持 续做好垃圾分类,投放点和垃圾桶应及时冲洗,投放结 束后及时关盖、密闭存储。居民家庭中要注意通风换 气,保持室内空气流通,做到垃圾分类投放、日产日 清,共同营造健康的生活环境。

"四害"防制人人参与。各行业要主动做好以消灭 越冬蚊虫为重点的虫害控制,结合环境清洁活动,消灭 越冬成蚊,清除室内外积水,对地下车库集水井坚持开 展蚊幼控制,防止蚊卵越冬;封堵室内所有直径大于 0.6厘米的孔、洞、缝,使老鼠"入室无门",在厨房、 仓库等重要场所布防粘鼠板,及时清除鼠征。如发现有 成蚊集聚或鼠类频繁活动的场所,可聘请专业机构进行 集中消杀。

今年1月20日至22日是冬季爱国卫生运动集中行 动日, 市爱卫办号召全民"动起来", 携手共治, 用健 康体魄拥抱幸福生活, 共建健康上海。

环境 健 康行 为 人遵 守 Ţ 合 生 施 护 害 防制

"五官科"牵手"红房子"启动出生缺陷防控联盟

本报讯 (记者唐闻佳)复旦大学附属 眼耳鼻喉科医院近日与复旦大学附属妇产 科医院签约,成为"红房子出生缺陷联盟" 共建单位,并携手启动出生缺陷防控联 盟。双方将在遗传咨询、人员培训、业务指 导、病例转诊、远程会诊、临床研究、大数据 平台建设等方面展开广泛深入合作。

复旦大学附属眼耳鼻喉科医院近年 成立了眼科遗传病精准诊治中心和遗传 性耳聋精准诊治中心,并推出了遗传咨询 门诊,由临床医生和遗传学家共同为患者 提供专业的疾病诊断和遗传咨询,并给予 个性化的健康指导、用药指导、生育和体现、早诊断、早干预。

此番出生缺陷联盟的建立还可以实 现"五官科""红房子"两家医院双向绿色 通道转诊。双方将充分发挥专业优势,为遗 传性耳聋、眼盲、耳面部畸形患者及家庭提 供专业的疾病诊断和遗传咨询,为有生育需 求的患者进行产前以及胚胎植入前遗传咨 询和干预(第三代试管婴儿),生育出健康宝 宝,从源头阻断遗传性疾病;复旦大学附属 妇产科医院筛查出的耳聋、眼盲、耳面部 畸形患儿,也可经绿色通道直接转诊至复 旦大学附属眼耳鼻喉科医院,实现早发

凝心聚力解民忧 深走实访谋发展 崇明区陈家镇积极开展"三走三听"大走访调研活动

近日来,陈家镇党政领导班子成员坚

持以人民为中心的发展思想,聚焦企业生 产经营面临的困境难题和基层群众的急难 愁盼问题,持续开展深入基层听建议、走进 企业听意见、人户访谈察民生的"三走三 听"大走访调研活动,全力促进经济平稳健 康发展,让人民群众有更多获得感、幸福 感、安全感。

零距离为企业服务:镇党委书记张振 斌、镇长施律等相关领导先后走访了卫洲合 作社、崇明特种电磁线厂、上海电科保护器 厂等多家企业,通过与企业主要负责人座 谈、走进生产车间的方式,详细了解了各项 扶持政策的落实情况、企业生产经营状况以 及项目进度等,也认真听取了企业建设情况 和当前面临的发展困境,并且针对当前生产 经营中的具体问题进行了重点交流,帮助企 业做大做强,推动经济高质量发展。

创建第一轮村容村貌优化提升项目,全

面提升农村人居环境水平,加快推进乡

力":根据区农村人居环境优化工程工作

推进会精神,紧紧围绕村庄清洁行动和

村容村貌优化提升奖补实施办法,加强

研究部署,贯彻落实上级工作要求,对三 个村的上报方案严格把关审核,明确创

建任务,确保创建成效。同时,镇环治办

和三村分别成立镇、村两级创建专班,加

强组织领导,细化任务分工,责任落实到

人,任务推进到点。建设过程中围绕创

突出真抓实干 迎难而上增强"内动

突出谋篇布局 上下联动增强"推动

村振兴建设。

面对面与基层单位沟通:镇领导班子 考察了村情村貌、人居环境,并入户走访, 大动力。 成员对镇下属基层单位开展了走访调研, 通过面对面交流,了解了居民生活状 实地察看了单位的全面建设,了解了各单 位工作情况、功能设置以及运新机制等。 镇党委委员王嫣倩深入陈家镇社区党群服 务中心的运行情况、存在的矛盾困难,提出 了针对性的意见建议;镇人大副主席张兴 区的建设情况,为社区发展建设指 华则走访了农技中心,听取了农技中心的 明了方向;镇党委委员、武装部长顾 建设情况,就如何推进乡村振兴,围绕产业 海荣在走访第五社区的过程中,针 发展、重大项目方面进行深入的探讨。

实事,让广大群众安居乐业、享受高品质的 委牵头,帮助该户申请低收入人群 美好生活,陈家镇党委加强与各村居的协 补助,让群众切实感受到党的温暖、 同配合作为推动基层工作深入有效开展的 重要抓手,对辖区的各个村居进行了集中 走访。党委副书记、镇长施律与镇人大主

人居环境大提升 村容村貌焕新颜

优化提升行动,鲁堰村、桑园村、秦山村 色的创建项目。桑园围绕5组张家埭,建 村通过公告栏、宣传屏、村广播、村民代

埭,打造村内"小三园"和微景观。秦山

村对河泾7组农户的宅前屋后,集中整治

违章搭建、乱堆物、乱养殖等现象,对庭

破解难点堵点,全面提升人居环境:

采用"一拆二建三疏导"的方式,解决张

2021年金山区张堰镇开展村容村貌 三个村分别结合实际,努力打造各具特 有柴火需求时,村统一上门补给。秦山

设庭院微景观,清理宅前屋后乱搭建,规 表大会等渠道向村民广泛宣传此次"六

划设计"小三园";鲁堰村集中打造以鲁 化"提升工作,先后多次开展清理整治活

院进行设计与美化,回收利用拆违后的 到环境美化中去,既让农户的口袋"鼓起

废砖、废瓦打造微景观,呈现美丽"小三 来",也让农户"动起来",从被动到主动

三个村在项目推进过程中,努力破解难 力":镇党政主要领导高度重视,分别亲

点、疏通堵点,真正为民办实事。桑园村 自带队多次对三个村打造核心区域的宅

旧路北段乱停车的问题。鲁堰村针对核 程创建提升等工作开展实地督导检查,

心区不规范养殖和大量柴火乱堆乱放等 并召开现场办公会,对存在问题提出整

堰公园为中心,重点优化顾家埭、沈家 动,大大改善了村容村貌。

况,并为他们生活中遇到的困难点及

镇党委副书记方全安走访裕鸿 谈话、座谈交流的方式,深入了解社 对发现某户居民经济收入较低且未 心贴心为群众解忧:为扎实办好民生 申请低收入的问题,现场建议由居 惠从党来。

站在生态岛建设20周年新的起 点,镇党政领导班子坚定信念,敢于 席杨裕琴先后走访了裕丰村、德云村等地, 担当,认真履职。接下来,全镇党员 干部将对基层、企业以及群众继续开展 "三走三听"大走访调研,通过坚持立行立 办、强化制度保障的方式解决问题,与建 设新崇明相结合,把走访调研激发出的工 作热情和进取精神转化为做好工作的强



在创建过程中,重视创建氛围宣传 引导。依托区融媒体中心加大对村容村 貌提升行动项目建设的宣传报道,让广 大群众知晓创建工作带来的实惠,形成 良好的舆论氛围。

张堰镇将继续做好下一批村容村貌 优化提升行动创建工作,绘好"路线图"。 明确"任务书"、列出"时间表"、指定"责 任人",提升农村人居环境"颜值"、擦亮



下一步,凉城新村街道党工委、办 事处将继续按照"高效率控新增、高效 率拆违建、高标准抓创建"的工作要求, 认真践行"人民城市人民建,人民城市 为人民"的重要理念,进一步巩固无违 建创建成果,推动违法建筑治理工作向 项办公布2021年上海市无违章建示范街 实提高创建工作的凝聚力。包括重点项 方米。拆除过程并非一帆风顺。拆除当 纵深发展,落实拆违创建工作和拆后整 治各项工作,为建设官居凉城做出更大



落实"双减"政策 做好民心工程

上海市浦东新区御桥小学持续做好课后服务相关工作

提出的减负政策,"双减"关乎学生全面发展和健 康成长。自"双减"政策出台以来,御桥小学紧紧 义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的 供应急服务,让家长更加放心、安心。 实施意见》,将"双减"和"课后服务"列为新学年 首要重点工作,将原来课后服务工作进行了优化 和升级,综合规划、全面实施、有效落实,不断提 升5+2学校课后服务水平。

为了进一步满足学生多样化需求,学校依据 "愿留尽留"的原则,结合学校学生实际情况,开 设了包含两段基础服务(15:30-16:30、16:30-17:30)、一段延时服务(17:30-18:00)的三段式 业认知"五大板块、讲座不仅获得了学生们的一

在第一时段基础服务中,各班任课老师将结 合作业情况,对学习有困难的学生进行个性化答 疑指导,同时有序组织学生进行课外阅读,基本 做到学生的书面作业不出校门。

在第二时段基础服务中,学校作为"全国学 校少年宫",为学生们精心打造了"六彩魔方"课 程,从"红色德育魔趣、紫色智慧魔创、粉色艺术 魔幻、蓝色科技魔笛、橙色健身魔兽、绿色探究魔 姓满 意 的 力"六个板块构建课程体系出发,开设了包含足 球、皮影戏、韶琴、衍纸、OM创新在内的40多门 课程,让学生向一种或者多种特长发展,以达成 每个孩子的 一专多能的育人目标。

第三时段延时服务充分体现了学校对有困 难家庭的人文关怀。开学初,学校通过单独发放

"双减"政策是教育部门针对义务教育阶段 告知书方式,登记学生们的详细信息,混班成立 延时看护班级;班主任制度的建设让交接工作、 请假等变得更加方便,学生的去向更加明晰。同 跟随并落实上海市教育委员会《关于进一步减轻 时,学校也为临时有困难无法按时接送的家长提

此外,在充实课后服务内容的同时,学校 分注重促进学校与家庭的交流沟通。2021年10 月初,学校与家委会共同开设了"成长360 家长 大讲堂",由家长利用自身的职业优势,为各班做 公益讲座,补充学校课程资源的不足。目前共有 近400位家长的讲座入选,内容涉及"劳动技 能"、"安全自护"、"科技眼界"、"传统节日"、"职 致好评,也使得家庭教育得到了突破性发展。

课后服务工作是一项利民的长期工作,学校

将不忘教育 初心,用情 用心用力, 力求将课后 服务工作做 成一个让百 "民心工 程",为共创 幸福童年砥

凝心聚力,

汇中村乡村振兴示范村建设按下加速键

近日,为全面实施乡村振兴战略,按时完成 奏,加快推进步伐。 第四批汇中村乡村振兴示范村创建工作,一场乡 村振兴创建启动会在汇中村召开。浦江镇党委 副书记、镇长徐颖峰,党委委员费文博,副镇长陈 跃出席启动会,推进办公室下设驻村工作组成员 以及群众工作组成员一同参与。徐颖峰、费文博

为推进办公室揭幕 浦江镇党委副书记、镇长徐颖峰会上强调, 明确工作方向,细化工作要求:结合汇中村示范 村创建整体的时间节点,从实际情况出发,将工 作内容细化到每一位成员,同时组与组之间团结 协作,共同推进各项工作落地见效。量化工作目 标,制定工作措施:围绕各小组的整体工作内容, 抓牢重点工作,量化工作指标,切实提高工作效 率,确保按时完成各关键节点工作。抓好项目落 地,稳步推进建设:抓好农业农村重大项目,同产 业单位对接好鱼类养殖、康养等项目落地,以优 质项目推动大治河南农业产业化、规模化、绿色 化。始于百姓需求,终于百姓满意:满足百姓对 于美好生活的向往,坚持农民在乡村振兴中的主 体地位,真正让百姓成为乡村振兴的参与者、支

持者和受益者。 党委委员费文博围绕党建引领乡村振兴, 叮嘱各成员要履行好职责义务。珍惜机会:认 真对待工作,把它当作一次展现自我价值、成长 和锻炼的机会。扛起责任:每一位组员的工作 都与整体示范村建设息息相关,要顶得住压力, 扛得起责任,在努力推进工作的同时,加强自身 学习。统筹兼顾:以汇中村乡村振兴示范村创 建为主,统筹兼顾其他工作内容,把握工作节

副镇长陈跃在会上指出,要规范工作程序:小 组成员要明确各自的职能分工,加快投入到工作 中。要加强统筹协调:压紧压实责任,确保工作质 量,群众工作要先做,为后续创建打好基础。要完 善例会制度:固定时间,每周汇报工作进度,抓紧 抓牢各个重要节点。要加快政策制定,关于汇中 村示范村建设中的相关政策要统一口径。

推进办公室主任陶佳瑛对驻村工作组、群众 工作组的人员情况、职能分工做了详细的阐述。 推进办公室实行双组长模式切实保障示范村建 设短平快推进,推进办公室下设六个工作小组, 分别为:产业发展组、规划建设组、风貌管控组、 乡村治理组、组织宣传组以及驻村工作组。驻村 工作组是推进创建工作的核心小组,由19名同志 组成,细分4个小组(规划建设组、风貌管控组、乡 村治理组、产业发展及内务管理组)。群众工作 组重点负责创建当中关于民房改造、庭院改造等 沟通对接工作



一套"走心"组合拳 打出"拆违"加速度 如何答好拆违这道民生"必答题"?这个街道的做法是

力":打造特色亮点,因地制宜精准施策: 问题,组织人员开展集中清理,承诺农户 改意见,推动创建落实。

镇名单,虹口区凉城新村街道榜上有 名! 作为一个典型的居住型社区街道, 凉城新村街道是如何完成这份满意答卷 的呢?

攻坚整治,守牢违法建筑零新增,街 道党工委班子充分认识到"无违建"创建 弹。综合执法保障、注重增强拆违创建的 情进行劝说,不断向其进行 工作是时代的必答卷、是市委、市政府贯 彻落实城市精细化管理重要指示的重要 举措,也是市、区两级高度重视的具有 "一票否决"地位的指标性工作。三年

违创建的推动力。强化应拆尽拆、注重增 不乱,第一时间保障现场安 强拆违创建的紧迫感。大力推进市场拆 全。同时,执法人员始终保 违、强势推进园区拆违、高压整治拆后反 持耐心,晓之以理、动之以 倍增力。"一居五岗"形成合力、联合执法保 政策宣传,宣讲法律法规。 障推进、难点小区攻坚克难。

打出"组合拳",始终将"居民满意" 终当天成功完成拆除。后 放在第一位。在推进"无违"创建工作 续,街道坚持拆建并举,经 来,街道拆违工作领导小组大力推进拆 中,街道和居委上下一心啃下过不少"硬 过与居民区沟通协商,在该 违整治工作,累计拆除各类违建110处、 骨头"。例如2020年12月29日,街道通 处增加5个停车位,缓解了 过整合力量、精心部署、联合破冰,拆除 该小区的停车难题,周边居 在工作开展过程中,街道坚持以"四 了存在二十余年的凉城二村90号-1号 民拍手叫好。

近日,市精细化办违法建筑治理专 准"联动,"走心"拆违。坚持党建引领、切 两层小楼的违法搭建,占地面积约90平 目、齐抓共管;广泛宣传、营造氛围;加强督 日,当事人纠集人员,试图阻挠执法人员 导、注重实效。健全工作机制、不断加强拆 执法。面对现场的乱局,执法人员临危 的努力。

鼓励以工代赈,引导村民积极参与:

突出真抓实干 迎难而上增强"内动

前屋后环境整治、精品路线打造、优化工

积极落实创建要求,鼓励各村采用以工

代赈的方式,鼓励示范埭上的村民参与

参与村庄环境优化工作中去。

拆除过程虽几次停顿,但最