

揭阳市揭东区教育局

致全区广大家长的一封信

尊敬的家长朋友：

您好！玉鼠追冬去，金牛送春来。转眼间寒假已接近尾声，新的开学季即将到来。根据揭阳市寒假与开学安排，全区中小学开学时间定为2月22日（农历正月十一）。为保证孩子以最佳状态投入到新的学习生活中，区教育局在这里向各位家长提出如下倡议：

一、及早调整孩子学习状态

习惯了放假，孩子可能会对开学感到焦虑，甚至会产生逆反心理不想上学。为此，请家长们帮助孩子放平心态，引导孩子科学学习、自主学习，确保孩子每天在家学习的效率和质量，为开学打好基础；督促孩子调整作息時間，作息时间尽量与学校一致，缩短开学后的不适应期；指导孩子根据实际制订一份学习计划，确定新学期的学习目标，帮助孩子明确方向，更好地进入学习状态。

二、做好开学孩子安全教育

（一）加强疫情防护教育。要教育孩子外出回家要用洗手

液、流动水洗手，平时注意勤洗手；乘坐公共交通、乘电梯时要按要求佩戴一次性合规口罩；不扎堆、少聚集，尽量不去人员密集场所；在家要多开窗通风；返校前要备好口罩等防护用品。特别是目前仍在外地的学生要尽早返回揭阳，坚持每天测量体温，做好个人健康监测，如出现发热等疑似症状应及时就近到医院发热门诊就诊，并向学校报告相关情况。

（二）加强预防溺水教育。要教育孩子不在河边、工地水坑等区域玩耍；不捡拾掉入河道等水域的物品；不在河道边洗东西、钓鱼虾等；不在河道、湖泊等无安全设施、无救援人员的场所戏水或游泳；特别要教育孩子遇到同伴溺水时不可盲目手拉手施救，要智慧救援，立即寻求成人帮助，同时可向溺水者抛救生圈、泡沫板、救生绳等。

（三）加强交通安全教育。要教育孩子自觉遵守交通规则，不闯红灯、不翻越隔离栏；行走或骑车时不看手机、不听音乐；不在马路边或车辆盲区内玩耍打闹；未满12周岁时不得使用成人手机开启并骑行共享单车；乘车务必系好安全带。

（四）加强食品安全教育。要教育孩子生吃的蔬菜和水果要洗干净后再吃；不生吃肉类、海鲜等，加热熟透后才能食用；尽量少吃或不吃剩饭菜，如要食用一定要彻底加热，防止细菌性食物中毒；少吃油炸、烟熏、烧烤的食品。

（五）加强娱乐安全教育。要教育孩子不沉迷手机和电子游戏；不玩渲染暴力、色情等不健康网络游戏；不去网吧、酒

吧及歌舞娱乐场所；慎交网友，不与陌生网友见面，防范电信、网络诈骗。

三、配合学校加强孩子手机监管

随着手机的日益普及，学生使用手机对学校管理和学生成长带来诸多不利影响。为保护学生视力，让学生在学校专心学习，防止沉迷网络和游戏，近日教育部发布重要通知：中小學生原则上不得将个人手机带入校园；确有需求的，须经家长同意，提出书面申请，进校后将手机交由学校统一保管，禁止带入课堂。为促进孩子的身心健康发展，请各位家长认清孩子过度使用手机的危害性和加强管理的必要性，切实履行教育职责，大力支持、积极配合学校加强对孩子使用手机的监督管理，形成家校协同育人合力。

家长朋友们，守护孩子的健康成长是我们共同的责任，让我们携起手来，同心同向做好孩子生活、学习和健康安全的监护工作，帮助孩子顺利适应开学生活。最后，恭祝各位家长和顺致祥，幸福美满！

揭阳市揭东区教育局

2021年2月19日