

编者按:

新学期的序章已然开启,当孩子们带着暑期的收获重返校园,那些关于成长与守护的温暖记忆仍历历在目。这个暑假,昭通社会各界携手为孩子们撑起了一片安全的成长晴空。站在新学期的起点,本报特别推出评论专版,围绕安全防护、托管照护、家庭教育等民生热点,回望暑假期间的育人实践,探讨家校社协同机制的完善路径。期待这份暑期的成长答卷,能够化作新学期的前行力量。

暑期三重奏：有度 有礼 有爱

陈 东

张弛有度过暑假

暑假期间,不少家庭陷入两种教育极端:一部分家长过度焦虑,早早为孩子报满各种补习班,把假期变成“第三学期”,孩子整日忙碌,身心俱疲;另一部分家长则放任孩子终日刷短视频、打游戏,生活作息颠倒,不看书、不运动,彻底“躺平”。这两种教育模式都不利于青少年的健康成长。

不少家长盲目跟风补课,生怕自家孩子落后,一味追求刷题以提高分数,忽略孩子的休息需求与兴趣培养。也有一部分家长认为假期就该彻底放松,疏于引导,致使孩子长期沉溺网络,不仅损害视力,还容易养成散漫懈怠的不良习惯。事实上,暑假既不是校园学习的终点,也不能成为无休止补习的“战场”,它是青少年课堂之外实现自主成长的黄金窗口期。

理想的暑期生活,应当劳逸结合、动静相宜。家长不妨放下分数焦虑,帮助孩子合理规划作息,鼓励孩子静下心来阅读课外书籍,走进田间地头参与劳动实践,亲近家乡的山水风光,发掘自身兴趣爱好。昭通拥有丰富的红色文化资源、绮丽的自然风光,家长可以带着孩子探访革命旧址、漫步山野林间,在行走中开阔眼界。学习不应局限于课本,劳动、观察、体验,都是重要的成长课程。

当然,松弛不等于放任自流。家长要引导孩子规律作息,管控电子产品使用时长,帮助孩子养成自律习惯。教育的比拼,从来不是短期补习的胜负,而是对长久学习能力与健全人格的培育。无休止地补课会透支孩子的学习兴趣,一味“躺平”则会虚度大好光阴,这两种做法都不可取。

暑期规划没有统一的标准答案,适合孩子自身的才是最好的。希望广大家长放平心态,拒绝盲目内卷,引导孩子学会自主安排时间,在阅读中丰盈内心、在实践中增长见识,让孩子们度过一段充实自在的夏日时光,在乐学善思中稳步成长。

文明随行润童心

暑期研学旅行与户外游玩成为昭通广大青少年假期的热门选择。许多家长趁着假期,带着孩子前往大山包、小草坝,走进镇雄鸡鸣三省大峡谷以及各类乡村景点开展研学活动。走出家门亲近自然,既能舒缓学业压力,又能开阔眼界。与此同时,出游过程中一些不文明现象也时有发生:随意丢弃垃圾、践踏植被,在文物古迹上乱涂乱画,在公共场所大声喧哗。

出门游玩,观的是风景,修的是素养。青少年正处于行为习惯养成的关键时期,每一次外出游玩都是一堂鲜活的文明实践课。不少家长只顾拍照游玩,忽视言传身教,看到孩子乱扔垃圾不加制止;还有的孩子在草坪上追逐打闹、破坏花草,缺乏有效引导。亲近自然不等于肆意打扰自然,享受风景不能留下一地杂乱。

倡导文明出游,要从少年抓起、从家庭做起。前往峡谷、山林徒步游玩,要自觉带走随身垃圾;游览红色景点,应当保持肃穆安静,爱护历史遗迹;野外游玩切勿玩火,不随意采摘野生植物,防范山林安全风险。学校及带队志愿者组织户外研学活动时,要提前宣讲文明出游准则,引导孩子们敬畏自然、爱护环境。

出游讲究劳逸结合,不必追求走马观花式打卡。依托昭通本地丰富的文旅资源,短途研学、民俗体验都是很好的选择,在行走中认识家乡山水,了解本土人文历史,厚植热爱故土的情怀。家长要做好示范表率,用自身文明举止潜移默化地影响孩子,引导孩子学会爱护环境、体谅他人。

美景引人奔赴,文明方能致远。暑期出游,愿广大青少年与文明同行,眼里有山水、心中有素养,把文明意识装进行囊,自觉守护绿水青山,让每一次户外出行都成为收获美好的成长之旅。

陪伴是最好的教育

暑假期间,不少家庭陷入亲子矛盾。昭通是劳务输出大市,许多父母常

年在外务工,难得趁着假期与孩子朝夕相处,却常常因一言不合便发生争吵。手机使用、作息管理、学习安排,往往成为引发冲突的导火索。有的家长习惯居高临下地说教,张口便是催促与指责;有的家长简单粗暴地禁止孩子玩手机,缺少耐心沟通;还有的家长平日里缺少陪伴,假期团聚又过分看重学习成绩,忽略了孩子的内心感受。种种家庭教育误区,不断拉大了亲子之间的情感隔阂。

家庭教育的核心从来不是管束,而是陪伴与理解。漫长暑期,正是修复亲子关系、涵养优良家风的有利时机。很多家长总想着纠正孩子的缺点,却很少静下心来倾听孩子的想法。青少年自尊心比较强,强硬管控只会催生逆反心理。与其一味禁止孩子使用手机,不如共同约定使用时长;与其单纯催促孩子学习,不如陪着孩子一起阅读、做家务、外出散步。

不少农村家庭面临亲子长期分离的现状,许多留守儿童和父母常年聚少离多。假期短暂团圆,更要珍惜难得的相处时光。外出务工的父母不妨放下焦虑,少一点说教,多一点陪伴;留在家里的监护人,要改变简单粗暴的沟通方式。良好的家风藏在日常小事里:一起做一道家常菜,结伴参与田间劳作,坐下来聊聊校园趣事、倾诉心中烦恼,在朝夕相处中拉近彼此距离。

管控手机使用、安排假期生活,需要和孩子平等协商,共同制订计划,尊重孩子的合理诉求。家长也要学会自我调整,不把生活压力转嫁到孩子身上,不拿自家孩子和旁人盲目攀比。教育是一场双向奔赴,家长学会换位思考,孩子才愿意敞开心扉。

暑假既是对亲子相处的考验,也是双方情感升温的契机。希望广大家长把握好这段时光,用温和沟通代替厉声指责,用高质量陪伴代替简单管控,涵养良好家风,搭建起顺畅的亲子连心桥,让孩子在理解与关爱中度过一个温暖又充实的暑假,在良好家庭教育的滋养下阳光成长。

办好有温度的暑期托管

杨朝宇

假期孩子谁来管,是牵动万千家庭的现实难题。2026年,昭通暑期托管交出亮眼答卷:全市建成1061个城乡服务点位,近2.3万名儿童从中受益,服务规模大幅增长,儿童暑期关爱服务正从“应急兜底”迈向“普惠提质”的新阶段。

规模扩容,是民生需求最直观的回。通过部门联动协作、进村入户摸排,全市托管点位遍地开花,学校主阵地不断建强,社区“儿童之家”扎实做好基层兜底。威信县多点联动开办公益托管班,大关县“鸽子花”暑托班精准覆盖务工人员集中区域,乡村学校托管人数逐年攀升……一个个鲜活的案例表明,公

益托管已走进乡镇村寨,成为群众信得过的暖心民生品牌。

提质增效,推动托管告别简单“看管”模式。昭通市打通需求摸排、志愿者招募、岗位匹配全链条,充分利用返乡大学生力量,按照专业特长精准定岗,并根据不同年龄段分层设置课程,兼顾课业辅导、美育实践与心理关怀。从“粗放值守”向“专业化服务”转变,暑托班不再局限于照看孩子,更成为他们培养兴趣、共同成长の暑期课堂。

更令人欣喜的是,昭通市托管服务的覆盖面不断扩大。在守住留守儿童关爱底线的基础上,托管服务主动向新就

业群体子女、进城务工家庭子女、低龄儿童延伸。工会、共青团等多方力量协同发力,破解各类群体的假期看护难题,彰显城市的民生温度。

打造民生品牌,更需要安全托底。依托严密的三级调度机制、经费保障体系以及常态化安全管控举措,昭通各县(市、区)把安全责任压实到每一个服务点位。办好暑期托管不是一项短期任务,未来仍需持续优化资源布局,补齐乡村托管点位短板,不断丰富课程供给,以久久为功的深耕细作,做实做细暑托关爱工程,为少年儿童打造一个平安充实的夏日港湾。

在反省中重塑家庭教育

牛露莹

述学校的趣事。这种情感联结的建立,往往始于父母全神贯注的那一刻。心理学研究显示,孩子通过观察父母的行为来构建人际关系模式,如果家长总是敷衍对待亲子时光,又怎能期待孩子学会真诚待人?

理解孩子行为背后的心理动机,比简单评判对错更重要。当孩子用玩偶排列“家庭成员”时,那个被放在角落的娃娃,可能正反映着他感受到的家庭关系的疏离;孩子选择说谎,常常是因为曾经因犯错遭受过严厉斥责。著名教育学家玛利亚·蒙台梭利曾说:“每个异常行为的孩子,都是在用错误的方式表达正当的需求。”与其纠结于“孩子为什么这么做”,不如思考“我的哪些行为促成了这个结果”。就像那位陪孩子练字时举起戒尺又最终放下的母亲,她意识到:惩罚虽然能换来一时的服从,却可能让孩子

将“学习”与“痛苦”画上等号。

教育的最高境界,是成为“活”的教科书。要求孩子感恩,自己就先给老人夹菜;希望孩子诚实,自己犯错时就坦然承认。正如福祿贝尔所言:“教育无他,唯爱与榜样而已。”

家庭教育没有完美模板,但需要三个关键要素:真诚的陪伴、用心的理解、一致的言行。成年人的世界总有忙乱与焦虑,但面对孩子时,我们需要保持一份清醒——他们是自带成长密码的种子。父母要做的,是提供阳光雨露,在杂草生长时适当修剪,同时忍受种子按照自己的节奏破土而出。这个过程固然考验耐心,但当我们放下“教育者”的权威面具,以真实却不完美的面貌与孩子共同成长,或许就能像那位母亲一样,在某个顿悟的刹那感慨:原来不是我们在塑造孩子,而是孩子在重塑我们。

如何让孩子在玩中学

张广玉

漫长的暑假,既是孩子放松身心、治愈成长的黄金时段,也是衔接学年、涵养习惯、积累知识的关键过渡期。但不少家长常常陷入两难:放任孩子肆意玩乐,容易荒废学业、打乱作息;过度补课刷题,把日程安排得满满当当,又会压抑孩子天性、消磨学习兴趣。其实,学习与玩乐并非对立关系,只要科学把握节奏、创新成长方式,便能实现快乐玩耍不松懈、潜移默化学新知,让孩子在玩中学、在乐中成长。

玩中学,关键在于跳出“唯书本论”的固化思维。不少人片面认为,只有伏案做题、诵读课本才算学习,玩耍便是浪费时间。事实上,成长的课堂从来不限于教室一隅,自然探索、户外运动、生活实践、趣味游戏,都是生动的教育载体。

把握好学与玩,关键在于守住学习底线,预留玩耍时间。假期要警惕两种极端状态:一是彻底“摆烂”,昼夜颠倒、沉迷电子产品,丢掉日积月累的学习习惯,滋生拖延懒散の性情,开学后陷入“假期综合征”,难以快速适应校园节奏;二是过度内卷,把暑假变成“第三学期”,补习班、作业、特长课层层叠加,让孩子身心俱疲,久而久之产生厌学情绪。科学的暑期安排,应当做到弹性有度、张弛结合:每天保障基础学习时间,完成作业巩固、阅读积累、知识预习,稳住学习状态;其余时间交由孩子自主支配,让他们

尽情拥抱自然、培养爱好、陪伴家人。

寓学于乐,重在把知识融入日常生活场景,让学习变得生动有趣。生活处处皆学问,家长要善于依托生活场景开展顺势教育,让学习自然发生。走进公园山野,引导孩子观察草木生长、昆虫百态,积累自然知识;外出游玩时,讲解风土人情与地域文化,拓宽孩子视野;居家生活中,通过做家务、整理物品等方式,培养孩子的责任意识和自理能力。此外,开展亲子小游戏、手工制作、科学小实验等活动,能让孩子在动手动脑中锻炼思维、收获新知。

好习惯,是实现玩中学的根本保障。玩中学绝非随心所欲,而是有规划、讲自律、有温度地成长。家长可以引导孩子自主制订暑期小计划,合理分配学习、运动与娱乐时间,拆解每日小目标,坚持每日阅读、适度学习、规律运动,杜绝拖延懈怠。与此同时,家长要学会适度放手,尊重孩子的兴趣选择,给予其足够的自主空间,让他们在自我管理中获得成就感、增强自律意识。

最好的成长,是劳逸结合、知行合一。暑假的意义,不在于超前学多少知识、刷多少习题,而在于保持学习热情、涵养良好习惯、丰盛精神世界。家长不妨放下焦虑,让孩子在快乐中探索、在体验中成长,度过一个既有欢声笑语又收获满满的充实暑假,为成长积蓄温暖而持久的力量。

以暖心托管破解假期看护难题

张清会

暑假一到,一道现实难题摆在许多家庭面前。不少父母白上班或外出务工,孩子放假在家无人照料,“假期看护难”成为实实在在的民生痛点。以往,不少孩子假期处于“放养”状态,要么独自在家玩手机,要么结伴四处玩耍,不仅存在安全隐患,也让家长始终放心不下。

令人欣喜的是,如今的暖心托管服务正在昭通各地落地生根。部分学校开办公益托管班,村(社区)依托新时代文明实践站开设假期课堂,大学生志愿者返乡提供免费看护服务。孩子们在这里可以完成作业、阅读书籍、参与趣味活动,度过一个安全充实、丰富多彩的假期。

办好暑期托管,核心是聚焦困难群体,重点关爱留守儿童。托管并非简单地“看住孩子”,更不能异化为变相补课。托管课堂应当因地制宜,结合各地

乡土特色,开展手工制作、户外劳动、红色小故事宣讲、趣味科普等活动,丰富孩子们的假期生活。针对交通不便的乡村,可以整合村级活动室、农家书屋等阵地,发动村干部、退休教师、返乡大学生组建志愿服务队伍,打造家门口的托管点位。

解决假期看护难题,需要多方协同发力。相关部门要持续健全政策保障体系,盘活学校、社区等公共资源;学校要主动扛起社会责任,有序开展公益托管服务;社会组织、志愿者要积极补充力量;外出务工家长要主动对接托管点位,配合各项管理。托管服务向前多延伸一步,家长的后顾之忧就减少一分。

暖心托管承载着无数家庭的期盼,希望社会各界携起手来,用心办好接地气、可持续的假期托管班,不让任何一名孩子陷入假期无人照管的困境,护航少年儿童健康快乐成长。

托管彰显民生服务的温度与担当

马荣旭

暑期既是孩子期盼的快乐时光,也是不少家庭需要面临的现实难题。昭通作为劳务输出大市,大量群众外出务工,导致农村留守儿童暑期缺少陪伴;城区众多双职工家庭难以兼顾孩子的管护,“假期看护难”成为不少家庭的共同困扰。托管不仅托举起孩子们的快乐假期,还彰显出基层治理的温度与担当。

托管首在精准破题。解决看护难题,关键在于因地制宜、就近就便。暑假期间,昭通市扎实做好留守儿童集中托管服务,切实打通暑期儿童关爱服务“最后一公里”。全市多部门协同联动,设立托管服务点位1061个,招募志愿者3369人,构建起覆盖城乡、普惠多元的暑期儿童守护体系,为超2万名儿童提供特色课程、户外研学等服务,护航青少年健康快乐成长。

托管重在内涵升级。托管绝非简单的“看管”,而是素质教育的延伸。从昭阳区的“共读一本书”主题阅读,到水富市的非遗手工课堂,再到威信县的红色文化研学,各地托管点开展的多元化教育,让孩子们告别了单调的假期生活,在自主选择、沉浸式体验中发掘兴趣、施展特长,找到属于自己的成长舞台,真正实现“玩中学、学中乐、乐中长”。

托管贵在多方协同、常态长效。这项民生工程离不开教体、民政、团委、妇联、工会等部门联动发力,也离不开教师、志愿者、本土乡贤等力量的广泛参与。托管服务要坚守公益底色,拒绝一味补课,突出素质培育,有效补齐家庭教育短板。乡村托管重点关注留守儿童情感缺失问题,加强心理关爱;城区托管聚焦双职工家庭的时间痛点,合理安排接送时间,着力缩小城乡儿童假期服务差距。

托得住当下,更要着眼长远,暖心托管的推进之路并非一帆风顺:部分托管点存在师资力量薄弱、活动形式单一等问题,部分偏远乡村的孩子尚未享受到这项服务。要让托管服务惠及更多家庭,需要政府、学校、社区和社会力量协同发力。一方面,要加大对托管服务的经费投入力度,充实师资队伍,丰富课程内容;另一方面,要鼓励爱心企业、志愿者参与其中,为托管服务注入更多活力。

小小托管班,承载大民生。持续把托管服务办细、办实、办好,不断织密未成年人关爱保护网,让乌蒙山乡的每一名孩子都能拥有安全充实、温暖丰盈的假期,以公共服务的温度托起群众稳稳的幸福。