

上海市延安中学 2022 年寒假告家长书

尊敬的家长：

衷心感谢您在过去一年中对学校工作的理解、支持与配合。

2022 年寒假将至，春节临近。上海市延安中学坚持立德树人根本任务，以喜迎二十大为主线，深入开展爱国主义教育、社会主义核心价值观教育和中华优秀传统文化教育，引导延安学子在寒假中参加线上实践活动，提高社会责任感、创新精神和实践能力，过一个安全、快乐、健康、有益的假期。

现将学校寒假工作安排及要求做如下说明，敬请关注和配合。

一、2022 年寒假日程安排

1 月 20 日	学生开始放寒假
2 月 16 日	学生返校
2 月 17 日	新学期开学

二、重点工作摘要

（一）学习与实践

1. 制定有针对性的学习计划，合理分配时间，认真完成各学科的寒假作业；坚持每天一小时的体育锻炼，养成良好的健身习惯，保持健康的身心状态；参加力所能及的家务劳动。（具体要求见各年级“寒假生活指导”）。

2. 以喜迎二十大为主线，结合“培育生命科学素养”特色，开展“‘六边形’文明小达人养成计划”2022 年长宁区未成年人寒假文明实践主题活动。主题活动围绕“爱国主义和核心价值观教育、传统文化传承、疫情防控宣传、劳动技能养成、资源节约引导、15 分钟幸福生活圈体验”主题分别设置六大板块，通过提交文字、图片、音频、视频等多种形式完成在线打卡任务。拟择优邀请全部按照要求完成打卡任务的未成年人参加后续“我与道德模范面对面”等相关活动。（具体内容见校园网）

（二）疫情防控要求（以上级最新要求为准）

当前疫情防控形势严峻，为了度过一个平安、健康、快乐的寒假及春节，我校严格执行上级要求，科学制定假期疫情防控工作方案，积极配合将具体政策落到实处、充分做好依据疫情形势动态调整防控措施的各项准备，不断完善高效、常态化的疫情防控工作系统，有序推进当前工作，合理谋划下阶段教学管理安排。现将有关要求告知如下：

1. 原则：非必要不离沪，鼓励在沪过节；不出境、不前往中高风险地区

（1）减少不必要的外出和人员流动，少去人员密集或相对封闭的场所，少

走亲访友或参加人数较多的聚会。

（2）保持高度警惕，切实做到思想不麻痹、防疫不懈怠、防护不放松。自觉坚持“防疫三件套”，即：佩戴口罩、保持社交距离、做好个人卫生；坚持做到“防护五还要”，即：口罩还要戴，社交距离还要留，咳嗽喷嚏还要遮，双手还要洗，窗户还要开。若同住人从国外入境回沪，在 7 天的自主健康观察期间牢记“六不得”，即不得搭乘地铁、公交、轮渡等公共交通工具；不得聚餐、外出堂食；不得在小区散步、遛宠物，以及外出观影、观戏、观展；不得会客、参加聚会和讲座等人群聚集性活动；不得前往商场、超市、办公楼、餐厅等人群密集场所；不得前往影剧院、棋牌室、KTV、剧本杀、密室逃脱等密闭环境，并且外出时要严格落实佩戴口罩等各种防护措施，与他人保持一定距离。

（3）寒假期间，学生若出现发热症状，应及时向班主任报备，并在家长陪同下及时就医，学校将做好发热学生跟踪记录工作，严格发热学生闭环管理。

（4）学生及家长同住人员出现确诊病例、无症状感染者、疑似病例、密切接触者等情况，家长应第一时间向学校报告。不得瞒报、迟报、不报，出现问题造成严重影响的，要追责。

2. 离沪要求

（1）确需离沪要严格执行报备制，请提前、如实、详细报备。

（2）出行要平安有序，做好路途个人防护，随身携带足量口罩等必要防疫物品，全程佩戴口罩，勤洗手，注意个人卫生。乘坐公共交通工具时尽量减少与他人交流，与同乘者尽量保持距离。

（3）出行务必提前了解目的地的疫情形势，严格遵守目的地的防控要求，了解目的地近期是否有病例或疫情发生，中高风险地区不得出行。

3. 返沪、返校要求

（1）从国内低风险地区返沪：按要求如实、认真地进行开学前 14 天自我健康管理，填写《健康状况信息登记表》。

（2）来自或途经国内疫情中高风险地区所在县（区、市及直辖市所在区）或当地政府宣布全域封闭管理地区的学生暂缓返校。

（3）个别来自或途经国内疫情中高风险地区的同学，应在抵沪后尽快且不得超过 12 小时向所在居村委和单位（或所住宾馆）报告，并按要求落实分类管理措施。

（4）学生返校前 14 天有外省市低风险地区旅居史，来沪返沪后 48 小时内进行一次核酸检测，核酸检测阴性报告方可申请入校。倡导学生来沪返沪后 24 小时内进行一次核酸检测。

（5）寒假期间，2 月 16 日之前学校不组织线下返校活动，学生不得进入校园。所有学生凭个人健康状况信息表、健康码、行程卡才能申请返校。

（三）寒假安全指导

2021 学年中小学生寒假安全提示

1. 加强疫情防控。非必要不离沪，不去人员密集场所，乘坐公共交通、乘电梯、到密闭场所时要佩戴口罩，外出回家先洗手，居家时要经常开窗通风，作息规律、加强锻炼、营养均衡。

2. 遵守交通法规。骑电动自行车时应当佩戴安全头盔。乘坐机动车须系好安全带。低温、雨雪、雾霾天气尽量少出门，若出门穿着色彩鲜艳的衣服。

3. 注意居家安全。不在飘窗或阳台上玩耍，不往窗外抛物，独自在家时不给陌生人开门。不使用“三无”电器，不在同一接线板上同时接插多种大功率电器，不用湿手触摸电源开关和电器。发现火情沉着应对，及时到室外拨打119。居家劳动时若使用刀具、燃气设备等应由家长指导，使用燃气时开窗通风，劳动结束，刀具应及时安全放置，燃气应及时关闭。

4. 注重自我保护。不去未成年人不适宜进入的营业性歌舞娱乐场所、互联网上网服务场所、酒吧等场所。不与陌生人交谈，不接受陌生人请喝或礼物，不坐陌生人车辆。不擅自进入轨道区间、在建工地、荒地、高压电线附近、停车场、危化品仓库等危险区域。不饮酒、不抽烟、不触碰违禁品。

5. 安全文明上网。遵守网络文明公约，不浏览低俗不良信息，不发表侮辱欺凌他人言论。严格控制上网时间，不沉溺虚拟空间，不随意添加陌生网友，不单独约见网友，注意个人及家庭信息的保密，不随意上传照片、住址、电话等信息。不随意打赏。

6. 遵守公共秩序。公共场所不嬉闹、不喧哗。乘自动扶梯抓好扶手，留意前方，注意脚下。遇到人流拥挤要镇定，注意躲避，避免下蹲或摔跤，不逆人流行走。遇到突发事件不慌张，要听从现场指挥或沿安全通道有序撤离。

7. 防范溺水事件。不在河边、亲水平台、工地水塘等区域玩耍，不捡拾掉入河道等水域的物品。低龄学生去游泳池游泳应有家长陪伴。发现落水者，立即寻求成人帮助，不盲目施救。

8. 遵守烟花爆竹燃放规定。不在外环线以内及外环线以外禁放区域燃放烟花爆竹。

9. 合规参加培训活动。选择有相应资质的培训机构，选择符合国家规范的培训项目和培训时间，选择已实施“银行定期划扣”等有效保障预付资金安全机制的机构，理性缴纳培训费用，拒绝缴纳长期费用。签订教育部示范文本，自觉抵制“一对一”等变相违规培训，依法维护合法权益。

10. 学会情绪管理。多与父母、家人、朋友沟通、交流，多与正直开朗、积极乐观的朋友交往。多理解宽容他人、多自我激励、多微笑，多自信，遇到挫折不气馁，相信天生我才必有用，开心过好每一天。

友情提示：寒假期间学生如遇意外伤害申请学生保险等事宜，请班主任老师及时与卫生室医生联系。另，寒假学校值班电话：**62900100 或 62901188**。

学校门口（北虹路到双流路南侧）临时停车时段为**正式开学后至放假前每周一到周五 6:50—7:50 及 15:30—18:30**。其余时段请遵守交通规则。

预祝您和孩子度过一个愉快、祥和、充实的寒假！祝您全家新春快乐！

上海市延安中学

学生发展中心

2022 年 1 月

上海市延安中学 2022 年寒假德育工作备忘录

1、寒假结束前上交材料

- (1) **个人健康状况信息表、健康码、行程卡**等返校前请交班主任；
- (2) 班、团支部 2022 年寒假活动反馈（发送至团委邮箱）；
- (3) 各学科的寒假作业；
- (4) 班、团支部的相关活动材料；
- (5) 《寒假致全国中小学生家长的一封信》家长回执。

2、2/16（周三）学生返校及开学前安排：

- (1) 2/16（周三），三个年级学生 13:00 进班级教室，领书、班会、寒假生活交流等；学生完成教室大扫除与宿舍大扫除工作。当天下午 16:00 检查教室大扫除情况（卫生室老师查），16:30 检查寝室大扫除情况（宿务老师查）。当天住宿生携带行李入住寝室，晚自习 18:30 在教室进行（各年级正常排值班老师）；
- (2) 高一、高二学生因身体原因不能住校，须由学生个人及家长向班主任提出申请，同时提供三级甲等医院的相关证明，并填写走读申请单，报年级组审核，开学两周内给学生反馈（学生走读申请超过两周需报学生发展中心审核），最后名单须送报学生发展中心审批并备案；高三学生提出住校申请，由年级组报送学生中心审批；
- (3) 当天学校不向家长开放，学生住宿物品一律从学校正门茅台路 1111 号送进，北虹路校门口不接受送学生物品。

3、2/17（周四）开学典礼，7:20 各班级操场集合，按照要求列队；7:35 新学年开学典礼。

如遇雨天，7:20 高二年级进多功能厅，其他年级进教室看转播，7:35 新学年开学典礼。