

# 家校携手, 共建美丽家园

## ——崇贤二小开展家校互动周活动

金芳 孙燕华

为积极响应区委、区政府号召,全面推进“美丽余杭”建设工作,5月15日—5月19日,崇贤二小开展了主题为“家校携手,共建美丽家园”的家校互动周活动。

### 重视家访 家校关系更密切

作为联系家庭与学校的一条纽带,家访发挥了无可替代的作用,是学校与家庭共同教育好孩子的一道不可或缺的桥梁。通过家访能及时了解学生学习和生活的情况以及思想动态,让每一个学生不在学校却继续享受学校给予的关爱,耐心倾听家长对教师工作的反馈和建议,不仅取得了家长对学校 and 教师的理解和支持,同时还加深了教师与家长的感情。四目相对的谈话,有利于彼此信任;坦诚相见的交流,有利于深层互动。俗话说“情感是教育的桥梁”。所以家访能让教师和学生家长打成一片,感情亲切融洽,这样家长们就不再会有什么误会和责怨,教师们的工作也能更加得心应手。此外本次家访还进行了防溺水安全教育和“美丽余杭”建设活动宣传。



502班沈哲童同学的爸爸妈妈都在昆明做窗帘生意,班主任吴老师就通过视频进行家访,沈妈妈连声说:“吴老师、马老师,你们真好啊!感谢老师,这样我们在外地打工放心多了!”是的,家长和老师是紧密的合作伙伴,家访活动如彩虹架起家庭与学校沟通的桥梁,这是一件美丽的事!

### 开家长会 家长孩子共进步

本次家长会班主任和任课教师准备十分充分,活动形式多样,内容也很丰富,家长有所得、有所悟、有所获。

老师们向家长们介绍了学校近期的各项活动及所取得的成绩,也提出了几点建议。



204班董老师针对低年级学生的特点提出了“三个重视”:重视预习和听讲,重视课外阅读,重视写字和朗读。

家长们也各抒己见纷纷提出了自己的育儿心得。404班杨爸爸说:“我们要教给孩子的是观念,给孩子指引的是方向;我觉得对孩子的教育问题是建立在对孩子充分了解的基础上,我们要关注孩子的学习,更要关注孩子的心理健康。爸爸们一定要多陪陪孩子,多和孩子沟通,建立平等、和谐、快乐的亲子关系。”

通过家校携手,引领和帮助家长学习了优秀的家教经验;让家长进一步知道了学校的办学特色和办学理念;更加真切地了解孩子在学校的表现,进一步营造了良好的家校合作氛围,为共建和谐“美丽余杭”出一份力。

## 塘栖枇杷节, 红马甲成为一道亮丽风景

第十九届中国杭州塘栖枇杷节于5月18日正式开始,在来自四面八方的游客当中,活跃着许多身穿红马甲的青年志愿者。据了解,塘栖镇团委根据枇杷节需求,专门组织一批志愿者为市民、游客提供各类服务,帮市民排忧解难。

今年枇杷节期间,塘栖镇专门设置了3个集中销售区块,分别是塘栖镇S304运溪路南侧(西界河路向南延伸段)、西界河村城东临时菜场、圆满路西侧汽车总站对面三个区块。销售区块于5月15日正式进场,而和果农们一齐进场的还有身穿红马甲的志愿者们。这群志愿者主要来自塘栖成校,每个销售区每天5名志愿者值岗,主要负责果农摊位摆放引导、游客停车引导、现场秩序引导等



工作。

枇杷节期间,塘栖镇区内迎来大批中外游客,特别是周末期间,游客车辆达到高潮。青年志愿者们放弃休息时间,通过服务驿站、

景区微笑岗等平台,热情地为游客提供旅游咨询、指路、义务讲解、医疗救助、维护环境卫生等全面而周到的服务。而在较易堵塞的十字路口及重点路段上,“红马甲”们则帮助城管维护街面秩序,提前学会交通指挥手势,帮助交警疏导交通。

青年志愿者们加入,不仅展示了塘栖镇青年积极向上的良好形象,也让很多游客交口称赞。来自上海的王阿姨称赞道:“塘栖的志愿者真的好!我买了枇杷但篮子倒翻了,销售区里人多,我怕被踩烂了。结果志愿者们很主动地帮我捡起了枇杷,一个都没少。”据了解,塘栖枇杷节将持续至6月初,青年志愿者们也将一直为枇杷节的顺利举办保驾护航。  
曹国伟 孙燕华

## 炎炎夏日也需防“寒”

时至月末,塘栖的枇杷节也将近尾声,这意味着送走了酸甜可口的枇杷,我们将要迎接扑面而来的热浪。在炎热的夏日,空调风扇也成为我们生活必备的最佳伴侣。但这个伴侣在给我们带来凉爽的同时,也因为封闭的空间及内外较大的温差带来诸多疾病,现代医学将其称为空调综合征。

空调综合征因个人的适应能力不同而有差异。一般表现为畏冷不适、疲乏无力、四肢肌肉关节酸痛、头痛、腰痛,严重的还可引起四眼歪斜,对于“办公室低头族”更多的表现为头颈腰背及四肢酸痛。  
余杭安康软外中医门诊部贾宏洋医生表

示:这段时间由于大家逐渐开始对空调风扇的依赖,因颈肩腿腰痛来门诊部就诊的患者明显增多,尤其既往患有风湿性关节炎的病人更有复发趋势。特别像膝关节、颈腰椎等部位因长时间的受凉,风寒湿邪入侵,会导致血管和肌肉筋膜的收缩调节失控,肌肉粘连成块,寒湿停留在深部组织中,使局部产生强烈的疼痛感。因此,长期在空调环境里工作的人士,要特别注意保护自己的这些部位,适宜穿着裤装或衬衫较为合适;如果是穿裙装的白领女性,坐在电脑台前工作时要注意保护膝盖部位,防止受凉。在空调房久待的人,最好去户外跑跑步,锻炼一下,让自己出一身

透汗,但运动后不宜饮用冷水、洗冷水澡和钻进空调房。如果出现疼痛需要到正规的专业医疗机构就诊。

那么如何治疗呢?对此贾宏洋医生说:“治疗的方法有很多种,可以进行艾灸、拔罐、推拿、小针刀、毫针刺、银质针刺等疗法治疗。其中像艾灸、推拿、拔罐可以缓解短期疼痛,小针刀、毫针刺可以缓解反复发作的疼痛,如果是长期疼痛且久治不愈的患者,一般的口服止痛消炎活血化瘀药物就很难取得理想效果了,可以选择密集型银质针刺疗法进行治疗。”  
曹国伟