



暑假来啦!幼儿园小朋友、小学生和初中生今天开始放暑假,普通高中7月13日、中等职业学校7月5日开始放假。在接下来的两个月里,我们希望所有的孩子过一个快乐的暑假、安全的暑假!

今天开始 进入暑假时间

做什么

作业+辅导班+旅游 学生过暑假套“模式”

对于很多小学生的家长而言,两个月的漫长暑假如何度过挺伤脑筋。有家长总结出了一个模式“写作业+上辅导班+旅游”,不少家长都表示,自己的孩子就是这么过来的。

□快报记者 黄艳

学校:一所小学的暑假作业

金陵中学河西分校小学部的孩子们拿到了老师设计的精美的读书卡,并推荐了一至五年级的必读书目,建议利用暑期阅读3-5本书。其中二年级推荐包括有:《安徒生童话》《格林童话》《日有所诵》三上。三年级:《夏洛的网》《爱的教育》《科学家的故事》《日有所诵》四上。四年级:《昆虫记》《伊索寓言》《水浒传》《日有所诵》五上。五年级:《鲁滨逊漂流记》《林肯传》《日有所诵》六上,读一点老舍、雨果、巴金的作品。学校还要求孩子们坚持运动、做家务,出去旅游时记下在旅途中的点滴感受。一些学校还布置了很潮的作业,让小朋友利用假期学会打字,学会上网搜索资料,而会上网的小朋友,还可以得到奖励可以上校园网学唱英文歌。

家长:先送辅导班再去旅游

“7月4日开始就可以把小麻烦送到辅导班托管了。”吴女士的儿子马上升三年级,因为暑假白天没人带,只能给孩子报了一个托管班,每天学几样才艺,吃一顿饭,到傍晚下班时再接。“其实在这种班里谈不上什么质量,但至少小孩是安全的。”吴女士的儿子最爱打游戏,如果放他一个人在家,连饭都可以不吃。放进托管班不会整天面对电脑,至少能对眼睛好一点。“我们单位都在排队请年假,要在暑假陪孩子出游一次。”吴女士说自己执行的就是“写作业+上辅导班+旅游”,晚上回家还要辅导孩子功课。她也想不出更好的办法去安排孩子的暑假。

一名老师孩子的暑假计划

7月份,每天6点多起床,打一个半小时羽毛球,再到少年宫下中国象棋,下午写一小时老师布置的作业,剩余时间自己阅读或锻炼。8月份仍保持每天锻炼时间不少于1小时,并且坚持阅读,写少量作业,全家出外旅游7天,再参加学校夏令营15天,学习理财知识,走进大学做实验等。这是南京同仁小学校长赵敏和自己即将升入小学五年级的儿子共同制订的暑期计划,与一般家长所订计划不同的是,她将锻炼和阅读当作每天的“必修课”,而且作息时间与上学时保持一致。

“其实在假期里没必要做大量的作业,一天一小时足够了,但一定要多参加社会实践和社团活动,也可以利用暑假时间,学习一项自己喜欢的体育或艺术特长。”赵敏认为锻炼非常重要,在校时每天锻炼一小时,在家也要坚持,才能保持良好的体力。阅读也是非常关键的,可以帮助学生了解更多的课外知识,一天阅读可以不限时,总时间依兴趣而定。

注意啥

据统计,近年来暑期少年儿童意外受伤率比平时增多三成,其中溺水、交通意外、摔伤是孩子们面对的主要威胁。如何才能预防意外发生,避免身体伤害?遇到紧急伤害,又该如何进行急救?为此,快报记者请教了江苏省人民医院儿科专家和社会学专家,结合一些经验教训,总结出一些儿童意外防范办法。

□快报记者 季铨 见习记者 仲茜

快报为您支招:如何防范暑期儿童意外伤害

家有小宝宝,马桶盖都要盖上

危险1:溺水

危险指数:★★★★★

身边事例:6月25日下午4点,六合区新篁镇童王村两名10岁男孩在村前的河道中被发现溺水身亡。两人上午刚考完最后一门考试,下午两个孩子相约出去玩,不料酿成悲剧。

预防:绝对不能让儿童单独去湖河、池塘游泳,选择安检合格、有专业救护人员的游泳场所。孩子在游乐场里的水上乐园游玩时,应有家长的陪同。如家中有小宝宝,应把马桶盖盖上,避免孩子跌入马桶。

急救:遇到溺水情况,要立即清除溺水儿童口、鼻腔内的水、泥及污物,然后将孩子背朝上、头下垂进行倒水。如果呼吸停止应立即进行人工呼吸,具体做法为:捏住其鼻孔,深吸一口气后,往嘴里缓缓吹气,待其胸廓稍有抬起时,放松其鼻孔,并用手掌压其胸部以助呼气,以每分钟16-20次频率反复并有节律地进行,直至恢复呼吸为止。

危险2:交通意外

危险指数:★★★★★

身边事例:6月27日晚10点20分,G50沪渝高速公路上发生了一起交通事故,一辆客车碰撞中央护栏后侧翻,死亡的7人中有4人还是孩子,这4个孩子是刚刚放暑假,准备去跟自己父母团聚的。

预防:暑假开始了,不少孩子会单独出门玩耍、旅游,无论是自己骑车还是坐车,交通安全必须时刻得到重视。家长一方面要加强教育,让孩子出行时要遵守交通规则;另外,要给孩子树立一个良好的榜样,带孩子出行时自身就要遵守交通规则。

急救:因为交通事故导致的创伤复杂,所以一旦出现应该立刻送往医院急救。在现场处理的时候,对于外出出血要及时用绷带或者宽布条包扎止血,有条件可以使用冷敷阻止内出血。绝对不要随意摆动头部,谨防创伤在颈部神经。

危险3:误食中毒

危险指数:★★★★★

身边事例:3月4日快报B1版有篇题为《路上捡到安眠药,他当糖分给小伙伴》的报道,当时,秦淮区实验小学一名二年级学生在上学路上捡到一盒安眠药,误把药品当成了糖果,还将“糖果”分给了同班10位同学一起享用。



本版漫画 张冰洁

所幸的是,老师及时发现才避免了更大意外的发生。

预防:家长要在平时加强教育,经常告诫孩子,不要随便服用药物、野果等物,同时应将药品存放在较为隐蔽之处。

急救:若发现孩子误服毒物,不管是否出现中毒症状,首先要设法使其将胃内毒物呕吐出来。可用筷子或其它细长物体触其口内咽部,能反射性地引起呕吐。再饮一些牛奶、鸡蛋清或凉开水,以稀释体内的毒物,减缓吸收过程,然后立即去医院治疗。

危险4:摔伤

危险指数:★★★★

身边事例:6月27日快报B6版有篇题为《女童爬上窗台 邻居及时“哄骗”》的报道,下关一幢居民楼里,住在四楼的一个五六岁大的小女孩趴在窗台上,晃来晃去,喊着要妈妈,十分危险。多亏楼下几位大妈发现后,哄骗女孩,让她往回爬。随后,家人赶到后才把她抱下来。

预防:如在户外游玩,家长要先检查器材是否牢固、地面是否平坦,特别是儿童在骑车、溜冰时,应给孩子戴上防护用具。而在家中,要经常检查家中的危险因素,如卷起的地毯,暴露的电线,栏杆间距宽大的阳台和楼道等。在洗手间,洗手盆前和楼梯等放上防滑垫。

急救:孩子摔伤后尽快冲洗伤口,并且用医用棉签蘸碘酒对伤口进行消毒清理,同时可用冰袋冷敷,收缩血管,防止淤血过多;一小时之后可对伤口进行热敷,目的是加快血液循环,迅速清除淤血。

危险5:烫伤

危险指数:★★★★

身边事例:去年暑假,秦淮区一个二年级的小女孩,在厨房里学炒菜,双手拿锅柄时掌心严重烫伤,满手水泡。上周末早上,一位老太给刚上幼儿园的小外孙倒了一碗豆浆,小外孙将碗碰倒,孩子胸前大面积烫伤。

预防:千万不要让儿童单独呆在厨房,特别是不要靠近燃气灶,尽量将暖瓶、电饭煲、热得快等热容器放在小孩子够不到的地方。

急救:如果烫伤处皮肤完好没有破裂,便可用凉水冲洗烫伤处,然后涂抹烫伤膏,如家中没有烫伤药膏,可涂抹些牙膏、蛋清或者金霉素眼药膏等,也可起到止痛、消肿的作用。如果烫伤至皮肤破裂,切不可浸泡凉水,应立即赶往医院治疗。

去哪玩

暑假 科技馆打响“人气战”

暑假了,孩子们去哪里玩?昨天,江苏科技馆、南京科技馆纷纷通报了暑期安排,一场激烈的人气大战就要开始咯。

□快报记者 胡玉梅

【南京科技馆】 7月推出“红色科技之旅”

平常,南京科技馆只对18周岁以下的未成年人免费开放,成年人的门票是40元/人;每个月第四个礼拜五都免费对外开放。

而今天,该馆全天免费开放。馆内有多项体验式项目,有的项目针对不同年龄、个头孩子分别进行。其中,飞机飞行体验、机械滚球特别受欢迎。

除了免费开放,南京科技馆还推出了“七月·红色科技之旅”。分别推出“万名儿童红色之旅”、“河南固始县科技夏令营南京站”、“南京市革命老区中小学生科技夏令营”等。7月15日、16日,江苏省少年儿童现场书画大赛也将在这里举行。

最让孩子们期待的,莫过于机器人大赛了。7月15日~17日,“南京科技馆杯”第六届全国青少年教育机器人奥林匹克竞赛将在科技馆三楼进行。“想参赛的中小学生们可以联系各自的学校,下载中国青少年科普教育俱乐部(<http://www.blues-tart.net/index.php>)报名表,来参与比赛,报名截止日期为7月9日。”该馆有关负责人说。

【江苏科技馆】 10个实验活动、8场科普剧

南京科技馆在想尽办法招揽人气的同时,江苏科技馆也推出了自己的“杀手锏”。该馆目前对外已经免费开放,暑期推出了一系列活动,7月份组织10项科普实验活动,8月份,推出8场科普剧。

具体日期	具体时间	实验主题
2011-7-2 (周六)	11:10-11:30	全国获奖实验课:《气压风暴》
	14:10-14:30	
2011-7-3 (周日)	11:10-11:30	欢乐趣味实验课:《热动力》
	14:10-14:30	
2011-7-9 (周六)	11:10-11:30	化学年专题实验课:《实验达人之碘与食物》
	14:10-14:30	
7月10日 (周日)	11:10-11:30	同行获奖实验课:《奇妙的声音》
	14:10-14:30	
7月16日 (周六)	11:10-11:30	欢乐趣味实验课:《温度的奥秘》
	14:10-14:30	
7月17日 (周日)	11:10-11:30	欢乐趣味实验课:《温度的奥秘》
	14:10-14:30	
7月23日 (周六)	11:10-11:30	全国获奖实验课:《电之初体验——趋肤效应》
	14:10-14:30	
7月24日 (周日)	11:10-11:30	欢乐趣味实验课:《影响力》
	14:10-14:30	
7月30日 (周六)	11:10-11:30	欢乐趣味实验课:《水的密度》
	14:10-14:30	
7月31日 (周日)	11:10-11:30	“八一”专题实验课:《“八一”起义铜枪壳》
	14:10-14:30	

具体日期	具体时间	活动主题
2011-8-6 (周六)	11:10-11:30	经典科普剧回顾:《神奇的魔法实验室一》
	14:10-14:30	
2011-8-7 (周日)	11:10-11:30	经典科普剧回顾:《地震来了》
	14:10-14:30	
8月13日 (周六)	11:10-11:30	全新科普剧首映:《珍邮疑案》
	14:10-14:30	
8月14日 (周日)	11:10-11:30	全新科普剧首映:《神奇的魔法实验室二》
	14:10-14:30	
8月20日 (周六)	11:10-11:30	小学生科普剧分享:《梦回三国》
	14:10-14:30	
8月21日 (周日)	11:10-11:30	小学生科普剧分享:《怪物史莱克与法克大人》
	14:10-14:30	
8月27日 (周六)	11:10-11:30	大学生科普剧展示:《炊事班新传》
	14:10-14:30	
8月28日 (周日)	11:10-11:30	大学生科普剧展示:《明日在线》
	14:10-14:30	