■灯湖小学开学第一日，学子展现充满“牛劲”的精神面貌。通讯员供图

■开学日，怡海五小学子绽放快乐、幸福的笑容。通讯员供图

■怡海三小学生打开红包，收获满满祝福。通讯员供图

画“牛”写心愿 “犇”向新学期

桂城各校创意开学活动，让开学日“仪式感”满满

满怀新希望，“犇”向新学期。2月22日，新学期欣然而至，桂城学子们伴着春日暖阳，回到了阔别二十多天的校园。

桂城这场“开学盛宴”，有趣又精彩。可爱灵动的醒狮一蹦一跳地走进校园，和孩子们一起互动游戏；穿着汉服的萌娃齐齐参加开学典礼，“仪式感”满满；孩子们收获新春大红包，里面有种子、巧克力，还有老师写下的寄语；抱着新书本和新文具，学子们脸上洋溢着灿烂的笑容……

新学期，新征程。愿桂城学子以梦为马，不负韶华，迎着灿烂的阳光，朝着自己的目标努力前进！

现场直击

/ 灯湖六小 /

老师自制心愿树 让孩子浇灌梦想

“希望在新的一年里，在学习方面能每天进步一点。”“我希望疫情早日消退，能和家人们去更远的地方、更大的世界看看！”“希望我每次考试都能得第一！”开学首日，在举行了简单而庄重的升旗仪式后，灯湖六小各班举办主题班会，老师们让学生回顾春节的精彩瞬间，并让孩子们写下新年新心愿。

一个个美好的愿望通过孩子们的笔触落在心愿卡上，并贴到老师们自制的心愿树上，简单而又充满着希望。

心愿树这个设想，是由灯湖六小307班主任朱秀芬提出的。她说，每个人对未来一年都有自己的期待，孩子们也有很多想说想做的事，“设计一棵心愿树，让孩子们说出自己的目标，同时也让他们知道，只有不断浇灌心愿树，不断付出汗水，才能开花结果。”朱秀芬希望孩子们能朝着自己的目标和心愿一步一步地前进，努力实现自己的心愿。

/ 灯湖三小 /

孩子分享手工作业 增强环保意识

开学日当天，灯湖三小的孩子早早来到校门口，迫不及待排队进学校，皆因他们有精心制作的手工创意作业要和同学、老师们分享。原来，这是灯湖三小在假期进行的“3+X”寒假作业改革。

为了让孩子们在假期里能快乐学习，提质减负，灯湖三小特意开展“我的寒假作业我做主”活动，开出菜单式的主题性学科融合作业，每个年级设一个主题，每个主题下还有5个小主题，包括“我的中国年”“美化家居齐上阵”“我的年夜饭我做主”“科级小发明”“寻找先锋的故事”等，让孩子自选主题，并在开学典礼上评选班级十大“寒假作业小达人”。

401班翁玮滢分享的是一本自制菜谱。“想吃啥就吃啥，年夜饭由我做主！”翁玮滢在菜谱中推荐了色香味俱全的年夜饭菜式，兼具各地区的特色菜，图文并茂，每道菜有做法指导，还有推荐指数。而210班牛杼铄则展出了一个葫芦，还拍了介绍视频：“葫芦是有历史故事的物件，以前用来装酒、装水，现在改做花瓶。”细心的牛杼铄还利用开心果壳等废物制作花瓣，好看又环保，获得同学和老师夸赞。

■桂江小学老师为学生派发装有魔豆种子的红包。 珠江时报记者/戚伟雄 摄

■南海机关幼儿园小朋友身穿汉服带来节目表演。 珠江时报记者/黄永程 摄

■灯湖六小学生写下新年新心愿。 珠江时报记者/丁当 摄

■海三路小学醒狮进校园。 通讯员供图

相关链接

“收心法宝”让孩子快速进入开学状态

春节期间，大部分孩子生活没有规律，走亲戚串邻居，无论作息时间还是饮食，学习生活方面等都比较散漫和随意。一到开学，孩子就会无所适从，出现恐惧、提不起精神、起不了床、学习注意力不集中，甚至不想上学还想继续放假的情况……开学季，调整好孩子们的学习状态是很有必要的。收心不到位，学习就会带来负面影响。为此，记者根据桂城街道教育局给出的建议，整理了一份“收心法宝”供家长们参考，与孩子一起快速进入开学状态。

●调整好作息时间

假期期间，很多孩子生活变得松散，生物钟被打乱，养成了晚睡晚起的不良习惯。刚开学这几天，家长要提前督促孩子在规定时间休息，在规定时间起床，可以循序渐进地要求孩子每天早起半个或一个小时，两三天基本上就能调整过来。游戏该卸载的卸载掉，电视剧到时间该关掉的关掉，养成好的作息习惯对身体有好处，身体好精力充沛，才能更轻松地投入到学习当中。在这个过程当中，家长一定要起到督促监督的作用，让孩子学会自我管理、自我约束。

●制定新学年学习生活计划

新的学期开始了，要充分了解孩子学习上的不足和长处，让孩子充分了解新学期的学习任务，对新学期每门课程每一章节都有足够的了解和熟悉，查找上学期的不足之处，针对自己孩子的不足引导孩子做一个切实可行的学习生活计划，制定新学年的目标。针对薄弱环节，购买复习资料，制定月计划、周计划，让孩子有目标有规划地进行学习。每天从起床开始制定好每一项学习生活内容，并且严格按照计划去执行实施。一般可以从学习、社交活动、素质修养、体育锻炼等方面进行规划和设定目标。让孩子对新学年产生“仪式感”，迎接新的开始，以新的姿态挑战学习生活上又一个高峰。

●做好饮食调整，积极参加体育活动

春节期间大鱼大肉，饮食没有规律，体育活动也比较少，这让孩子容易变得肥胖，不爱活动。开学季饮食应以清淡为主，注重营养搭配，健康饮食。此外，可以利用晚饭后时间陪同孩子进行体育锻炼，让孩子精力充沛地投入到学校生活中，积极参加体育活动，以更阳光的姿态迎接新学年的生活。

●备齐学习资料和文具

新学年有的孩子可能要学习新的课程，需要新的文具和资料，提前准备好，检查文具是否有损坏和欠缺。及时添置全新的包书皮、文具盒、书包等，让孩子对新学年有新期待。

●家长要身教重于言教，以身作则

以上的“收心法宝”都要求家长以身作则，与孩子一起做好开学前的准备，调整好自己的作息时间和工作状态，在孩子面前放下手机多阅读，规律饮食，为孩子新学年的生活做好充分准备。

文/珠江时报记者 丁当
通讯员 邓付生