



# 序言

“连雨不知春去，一晴方觉夏深。”

当我们还沉浸在博雅教育、英语领先、全面发展的“素质教育”的快乐时光里，不知不觉又迎来了暑假。

回首这一学期，我校继续坚持以“落实《学生守则》教育，培育博学雅正少年”为主题进行德育教育。为了切实践行我校“博雅教育”，我们结合生活实际，去培养学生的“博爱、博览、博见、博艺、雅诵、雅言、雅行、雅正”。

为了培养学生的“博爱、雅行”，我们结合三八妇女节、母亲节、父亲节等开展了德育活动；为了培养学生的“博览、雅诵”，我们创设了书香校园、书香班级、书香家庭以及开展了“博览读书节”；为了培养学生的“博艺、雅言”，我们开展了雅韵艺术节、博采科技节、雅言课堂等活动；为了培养学生的“博见、雅正”，我们安排了“行走的课堂”的研学活动，举行了编程比赛，以及开展各种主题教育活动。

我校将继续实施“博雅教育”的教育理念，以“学会生存生活，学会做人做事”为核心，以“健全人格，全面发展”为目标，以“落实核心素养，培育博雅学子”为主题开展德育活动，力争把我们的学生培养成“通情达理、与众不同”的人。

“少成若天性，习惯成自然。”养成良好的习惯可以使我们终生受益，暑假来临，我们仍然要坚持，希望同学们制定好假期计划，围绕“安全、德育、传统节日、阅读、实践”来开展活动，让“博雅教育”习惯化，愿你我争做一名“博雅少年”。

踏进这所学校，希望你们“学会生存生活，学会做人做事”。走出这扇校门，你就是“通情达理、与众不同”的增碧学子。

同学们，暑假因为休息时间较长而快乐倍加，正是体现我们“四博四雅”的大好时机，收集一下你的一举一动、一言一行、所见所感吧！记录下来，让大家看到你的与众不同吧

## 附：博雅学子德育清单

### 1.制订一份假期计划

俗话说，“凡事预则立，不预则废”。快乐的暑假来了，小朋友们最开心了。为了让自己的暑假过得既开心又有意义，合理安排假期作息，保证适度睡眠，赶紧给自己制订一份暑假计划吧！

### 2.学习一项安全技能

安全高于一切，学会对自己生命健康的守护是每个小学生必须的学习内容，尤其在漫长暑假中防溺水、防火、防电、防踩踏等安全教育是重点内容，请同学认真学习防溺水，防触电，防踩踏安全教育学习。

### 3.知道一些德育故事

学校德育工作的全过程和学生日常生活的各个方面，渗透在智育、体育、美育和劳动教育之中，与其他活动互相促进、相辅相成，对促进学生的全面发展有着重要的作用。同样，在校外也贯彻我校实行德育的操行，渗透在学生生活的方方面面。让我们了解一些道德模范的故事，努力提高自己的道德品质。

### 4.了解一些传统节日

中国的传统节日形式多样，内容丰富，是我们中华民族悠久的历史文化的一个组成部分。传统节日的形成过程，是一个民族或国家的历史文化长期积淀凝聚的过程，都是从远古发展过来的。我国有四大传统节日：春节、元宵、端午、中秋。

### 5.阅读和推荐三本好书

书籍是人类进步的阶梯，阅读则是了解人生和获取知识的重要手段。利用暑假，自己选读三本有意义的、积极的书籍，可以是名著，并把书籍妥善保管，待开学后可放到本班图书角，供全班同学阅读，同时语文老师会利用课堂让同学们进行“好书我推荐”活动。

### 6.坚持做一些实践活动

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”参加社会实践能让我们体现生活，锻炼能力，还可以加深我们对社会的了解，培养我们的社会责任感。同学们可以选择坚持做一样家务，坚持做一项体育运动或者来一次远方的旅行，让自己达到“生活能自理、学习能自主、行为能自律、活动能自信”的要求，提高自己的综合素质。

# 致家长朋友的一封信

尊敬的家长朋友：

您好！2021年的暑假开始了。感谢您为孩子成长所做的不懈努力，感谢您对学校各项工作的理解、支持与配合！为持续开展对孩子的养成教育，让您的孩子过一个安全、愉快而有意义的暑假，请您接过教育的接力棒，指导、督促孩子安排好暑假生活。

## 一、放假及开学时间

根据市教育局的安排，今年暑假放假时间为7月12日—8月31日，下学期注册时间为8月31日，9月1日正式上课。为使您的孩子度过一个平安而充实的暑假，我们特提出如下建议，希望得到您的支持和配合。

二、教育子女增强“安全第一”意识，学会自我防范，自我保护的知识和本领，时时处处注意安全。

1.履行家长暑假期间孩子的监护义务，严格要求孩子做到“六不”：不私自下水游泳；不擅自与他人结伴游泳；不在无家长或老师带领的情况下游泳；不到无安全设施、无救护人员的水域游泳；不到不熟悉的水域游泳，未成年人不得擅自下水施救。特别要教育孩子遇到同伴溺水时避免盲目施救，要立即寻求成人的帮助。

2.教育孩子遵守交通法规，注意行路、骑车安全，严禁驾驶机动车辆和乘坐“无牌、无证、超载”的车船，防止交通事故的发生。

3.提醒孩子注意居家安全，特别是单独在家的时候，如：用电安全、用火安全、煤气安全等。

4.教育子女坚决抵制社会不良风气，禁止进入网吧、游戏机室、歌舞厅等娱乐场所，做一个讲文明，有道德的好孩子。

5.提醒孩子注意饮食卫生，防止“病从口入”；不暴饮暴食，不食不洁食物。

## 三、积极参加实践活动，过一个健康有意义的假期。

1.利用暑假期间走进大自然。

2.开展2021年暑假“好书伴我成长”读书活动。引导孩子多读书、读好书，陶冶孩子情操，提高人文素养。

3.培养孩子学会关爱家人，让子女做一些力所能及的家务劳动和公益活动。

4.加强体育锻炼。每天坚持锻炼一小时，提高身体素质。

5.练一手好字。每天坚持写好一个字，培养写一手好字的习惯。

## 四、合理安排生活，过一个有意义的假期。

首先督促、指导您的孩子认真、有计划地完成学校布置的德育作业、学科作业；其次鼓励孩子多看健康有益的影视节目和书刊；另外，有条件的带上孩子到乡村、郊外走走，体验不一样的生活，让您的孩子增长见识，开阔眼界。

为了孩子的进步和健康成长，恳请得到您的配合与支持！祝您全家身体健康，一切顺利！

广州市增城区碧桂园学校三年级组

2021年7月10日

## 制订一份假期计划

怎样才能让自己的暑假过得健康、充实而且有意义呢？暑假计划应该包括：学习、阅读、社会实践、运动、游戏等等。有了这些计划，不仅有利于促进学习目标的实现，在实施学习计划的过程中可以磨炼自己的意志，养成良好的学习习惯。请你根据自己的实际情况，来制定一个计划表吧！

| 时间 | 项目 | 具体内容 |
|----|----|------|
|    |    |      |
|    |    |      |
|    |    |      |
|    |    |      |
|    |    |      |
|    |    |      |
|    |    |      |
|    |    |      |
|    |    |      |
|    |    |      |
|    |    |      |
|    |    |      |
|    |    |      |
|    |    |      |



学安全知识

## 防溺水安全知识早知道

防溺水安全教育“六不一学会”：

“六不”

- 1.不准私自到河、塘、堰、水库等游泳、玩水等；
- 2.不擅自与同学结伴到河、塘、堰、水库等游泳、玩水等；
- 3.不在无家长或监护人带领的情况下游泳、玩水等；

- 4.不到无安全设施、无救护人员的水域游泳、玩水等；
- 5.不到不熟悉的水域游泳、玩水等；
- 6.遇到险情不盲目下水施救。

#### “一学会”

学会基本的应急自救、求助、报警方法。

### 夏季溺水急救措施：

#### 一、预防溺水的措施：

- 1.小学生应在成人带领下游泳，学会游泳；
- 2.不要独自在河边、山塘边玩耍；
- 3.不去非游泳区游泳；
- 4.不会游泳者，即使带着救生圈也不要游到深水区；
- 5.游泳前要做适当的准备活动，以防抽筋。

#### 二、溺水时的自救方法：

- 1.不要慌张，发现周围有人时立即呼救；
- 2.放松全身，让身体飘浮在水面上，将头部浮出水面，用脚踢水，防止体力丧失，等待救援；
- 3.身体下沉时，可将手掌向下压；
- 4.如果在水中突然抽筋，又无法靠岸时，立即求救。如周围无人，可深吸一口气潜入水中，伸直抽筋的那条腿，用手将脚趾向上扳，以解除抽筋。
- 5.遇到溺水者，不盲目施救。在有能力的前提下，采用科学的方法施救：  
方法一：可将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边；  
方法二：若没有救护器材，可入水直接救护。接近溺水者时要转动他的髋部，使其背向自己然后拖运。拖运时通常采用侧泳或仰泳拖运法。

**特别强调：**未成年人发现有人溺水，不能冒然下水营救，应立即大声呼救，或利用救生器材呼救。



## 防溺水安全知识顺口溜

伏天天气闷又热，游泳消暑图清凉；自然水域风险多，淤泥水草深坑藏；  
麻痹大意出事故，防溺水常识要多讲；水深水浅变化大，岸边湿滑难落脚；  
学生放假去游泳，家长陪护不能忘；同学打闹追逐跑，脚下一滑落水中；  
要去正规游泳场，安全卫生有保障；一旦发生溺水害，喊人救命没人听；  
下水之前先热身，没证不下深水池；不会游的更可怕，稍不留神要了命；  
身体状况要注意，发烧感冒游别想。千万注意防险情，安全牢牢记在心。

# 防火、防触电安全知识知多少

## 一、小学生预防火灾应注意的基本事项：

1.不玩火。有的小朋友对火感到新奇，常常背着家长和老师做玩火的游戏，这是十分危险的。玩火时，一旦火势蔓延或者留下未熄灭的火种，容易引起火灾。

2.爱护消防设施。为了预防火灾，防止火灾事故，居民楼、公共场所都设置了消防栓、灭火器等消防设施，还留有供火灾发生时人员疏散的安全通道，要自觉爱护消防设施，保证安全通道的畅通。

## 二、小学生在学校注意防火的基本措施：

1.不带火柴、打火机等火种进入校园，也不带汽油、爆竹等易燃易爆的物品进入校园，严禁在宿舍点蜡烛或蚊香。

2.不随意焚烧废纸等。打扫卫生时，要将枯枝落叶等垃圾送往垃圾池，不要采取点火烧掉的办法。

3.加强警觉性，发现同学带火种进校园，或在校园用火玩火，要及时向老师报告。

## 三、校园用电安全的注意事项：

1.教室、宿舍内的电灯、风扇要由专人管理，插头不要随便拔出与插入，防止触电事故的发生。

2.搞清洁的时候，把电源的总开关打开，切断电源。不用湿布抹开关、电线、电灯和光管。

3.不在学校的电闸周围玩耍，更不能用手触摸电闸。

4.遇到电路故障，发生断电情况时，立刻报告老师请电工维修，千万别自作主张去进行修理。

5.家里、学校的所有插座都是通电的，千万不要用手指、铁丝、钢笔等捅插座，这是非常危险的，很容易造成触电。

## 四、家中用电安全的注意事项：

1.家里各种电器的插头不要随便拔出与插入，防止触电事故的发生

2.帮助家庭搞清洁的时候，要小心谨慎，不用湿布抹开关、电灯、光管和家用电器。

3.遇到电路故障，发生断电情况时，一定要告知家长，千万别自己动手修理。

4.损坏的开关、插销、电线等应赶快修理或更换，不能将就使用。

5.电气设备不要乱拆、乱装，更不要乱接电线。

6.移动台灯、收音机、电视机等电器时，必须先断开电源，然后再移动。

## 五、户外防电安全的注意事项：

1.有高压电线的地方不能放风筝，因为风筝很容易落在电线上，极有可能引发触电。

2.不在变压器旁边逗留、玩耍，更不能因为淘气损坏变压器，这样是特别危险的。

3.在上学、放学的路上，发现地上有电线、电缆，千万不要走近，更不要伸手去拉，

以免触电。如果发现掉下的电线把人击倒，千万不要伸手拉他，否则不但救不了别人，自己也会触电。正确的方法是用干燥的木棍等绝缘体将电线拨开。

4.雷雨天气避免室外逗留，严禁在树下、高压电线旁、电线干、路灯旁等一些危险地方逗留、避雨。

## 防踩踏安全知识我知道

### 一、踩踏事故的预防

1.上下楼梯要按规则：靠右、慢行、礼让。做到：遵守秩序、轻声慢步、礼让右行，不能拥挤。

2.上下楼梯时，不系鞋带、不捡掉在地上的物品、不攀肩而行、不高声喧哗、不搞恶作剧（尖叫、乱喊、开玩笑）、不快跑乱窜。

3.要避免人员高峰期，可适当提前或延后上下楼。尤其是手上持有重物、身体有病或伤更应注意。

4.如有偶发事件发生，要沉着冷静，立即停止脚步，千万不能惊慌失措、高喊大叫、乱挤乱窜，不能往人多的地方去探究竟。

### 二、可能导致踩踏事故的原因

1.人群较为集中时，由于拥挤或不慎前面有人摔倒，后面人未留意，没有止步导致踩踏。

2.人群受到惊吓，产生恐慌，如听到尖叫声、爆炸声、其它刺耳的声音和突如其来的变故，出现惊慌失措的失控局面，在无组织无目的的逃生中，相互拥挤踩踏。

3.人群因过于激动（兴奋、愤怒等）而出现骚乱，易发生踩踏。

4.因好奇心驱使，专门找人多拥挤处去探索究竟，造成不必要的人员集中而导致踩踏。

5.在上下楼梯时，故意拥挤、起哄、恶作剧、打闹、推搡、突然停留和开玩笑等，特别在人多时，有上述情况发生，更容易发生踩踏事故。

### 三、踩踏事件安全脱险

1.在行进中，发现慌乱人群向自己方向涌来，应快速躲到一旁，等人群过去后再离开，千万不要让自己也混入慌乱的人群。

2.当身不由己混入混乱人群中时，一定要双脚站稳，抓住身边一件牢固物体（栏杆或柱子）或靠墙。或随人流慢慢移动，注意不被挤倒，时刻提高警惕，尽量不要受周围环境影晌，更不要无序乱挤。

3.在人群拥挤中前进时，要用一只手紧握另一手腕，手肘撑开，平放于胸前，微微向前弯腰，形成一定空间，以保持呼吸道通畅。

4.一旦被人挤倒在地，设法使身体蜷缩成球状，双手紧扣置于颈后，保护好头、颈、胸、腹部。

偶发事件、自然灾害有时不可避免地要发生，只要我们掌握一些必要的安全知识和

自救方法，面对偶发事件沉着冷静、处乱不惊、正确应对、服从指挥，便能化险为夷、转危为安，使事故的损失降到最低限度。

## 雅行目录

|               |            |
|---------------|------------|
| 德育目标          | 实践内容：_____ |
| 向同龄人宣传防溺水安全知识 | 实践心得：_____ |
| 在正规场所游泳       | 家长评价：_____ |
| 检查身边是否有溺水隐患   |            |

德育照片粘贴处：



故事阅读

## 奔跑女孩——路玉婷

路玉婷，女，15岁，居住在成都市西大街。现就读于成都市树德实验中学2013级7班。路玉婷的父亲很早就离开了她们到外地去了，她生活的家庭只有她、她妈妈和年近70岁的外婆。她小时候没有条件上幼儿园、学前班，五岁开始就能帮妈妈煮饭、拌菜、甚至洗衣服。路妈妈为了生计一直在外面给客户送机票。路玉婷的外婆身体很不好，年轻的时候曾出过车祸，留下了腿疾。工作的艰难和家庭的重任，让路妈妈积劳成疾，患了严重的慢性肾衰竭。2011年11月6日晚凌晨12点过，路妈妈突然昏迷。照顾母亲和外婆的重任落在路玉婷的肩上。在母亲住院期间，她正好上初三，白天上课，晚上照顾母亲。路妈妈想放弃治疗。路玉婷哭着劝妈妈，只要妈妈在，这才是她最大的幸福。母亲和外婆需要照顾，家里生计需要维持，于是路玉婷决定“退学”。学校知道了她的情况后作出决定，希望她不要退学，暂时休学回家照顾母亲，任何时候，只要她条件允许，她都可以回到学校继续学习。老师、同学，甚至家长们知道后，都很关照、帮助她。但路玉婷不希望大家捐款给她，她觉得她应该靠自己的双手，自食其力。除了课

业以及照顾家里以外，路玉婷还要给妈妈买药、熬中药，为了节约医药费，她都精打细算，每次医院开了药她都没有在医院取，而是骑车到各个药店了解价格，然后货比三家最后再决定去哪里买。休学期间，她在一家公司上班，每天早上7点就骑一个多小时的自行车往单位赶，她很珍惜这份工作，所以无论吹风下雨，都会按时上班，有几次还因路滑摔了跤。路妈妈在她的照顾下，身体有所好转了，路玉婷在休学一年后也回到了学校。她平日里要学习还要照料母亲和外婆，周末为了自己的妈妈和支撑起家庭，她仍然坚持上班，风里来雨里去，穿梭在城市里给人送机票。她说，再苦再累都不怕，只有外婆、妈妈身体健康，就很幸福。



故事启示

孝，是中华民族的传统美德。百善孝为先，这是民族历史上的佳话。要做一个好人，一个善良的人，一个成功的人，首先就要做到孝。失去了孝，就好比人已失去了心脏，只有一具躯壳立于世上，已失去了生命的价值，更何谈顶天立地、闯出一番天地。在这个炎热的暑假，就让我们行动起来，争做孝心好少年吧！

雅行目录

| 德育目标            |            |
|-----------------|------------|
| 主动给父母和客人端茶、倒水   | 实践内容：_____ |
| 饭后主动收拾碗筷并清洗餐具   | 实践心得：_____ |
| 参加聚会时让长辈先入座、夹菜  | 家长评价：_____ |
| 在家犯错误被父母批评时，不顶嘴 |            |

德育照片粘贴处：

## 【简介】

每年农历的七月七日，即七夕，七夕节是我国有悠久传统的民族节日，又称乞巧节、女儿节、少女节、七娘会、仙缘会、双七节、香桥会、仙桥会、天缘会、巧节会等。农历的七月七日这一天还有魁星节、晒书节、神仙节、七夕水、盘古王节（七月节）以及耕牛生日等节日名称。名称不同，其过节的民俗内容也不同。之所以有这么多的名称，这么多的不同过节方式，就是因为这个日子积淀了太多的感情因素和人们对生活诠释，所以难以放弃。纵观“七夕”在我国的发展史，凡是动乱时期它是最容易被人们淡化的，凡是安定时期又是最让人挂牵的。现在又到了重新挂牵“七夕”的时期了。



## 【民间传说故事】

七夕节始终和牛郎织女的传说相连，这是一个很美丽的，千古流传的爱情故事，成为我国四大民间爱情传说之一。

相传在很早以前，南阳城西牛家庄里有个聪明、忠厚的小伙子，父母早亡，只好跟着哥哥嫂子度日，嫂子马氏为人狠毒，经常虐待他，逼他干很多的活，一年秋天，嫂子逼他去放牛，给他九头牛，却让他等有了十头牛时才能回家，牛郎无奈只好赶着牛出了村。

牛郎独自一人赶着牛进了山，在草深林密的山上，他坐在树下伤心，不知道何时才能赶着十头牛回家，这时，有位须发皆白的老人出现在他的面前，问他为何伤心，当得知他的遭遇后，笑着对他说：“别难过，在伏牛山里有一头病倒的老牛，你去好好喂养它，等老牛病好以后，你就可以赶着它回家了。”

牛郎翻山越岭，走了很远的路，终于找到了那头有病的老牛，他看到老牛病得厉害，就去给老牛打来一捆捆草，一连喂了三天，老牛吃饱了，才抬起头告诉他：自己本是天上的灰牛大仙，因触犯了天规被贬下天来，摔坏了腿，无法动弹。自己的伤需要用百花的露水洗一个月才能好，牛郎不畏辛苦，细心地照料了老牛一个月，白天为老牛采花接露水治伤，晚上依偎在老牛身边睡觉，到老牛病好后，牛郎高高兴兴赶着十头牛回了家。

回家后，嫂子对他仍旧不好，曾几次要加害他，都被老牛设法相救，嫂子最后恼羞成怒把牛郎赶出家门，牛郎只要了那头老牛相随。

一天，天上的织女和诸仙女一起下凡游戏，在河里洗澡，牛郎在老牛的帮助下认识了织女，二人互生情意，后来织女便偷偷下凡，来到人间，做了牛郎的妻子。织女还把

从天上带来的天蚕分给大家，并教大家养蚕，抽丝，织出又光又亮的绸缎。

牛郎和织女结婚后，男耕女织，情深意重，他们生了一男一女两个孩子，一家人生活得很幸福。但是好景不长，这事很快便让天帝知道，王母娘娘亲自下凡来，强行把织女带回天上，恩爱夫妻被拆散。

牛郎上天无路，还是老牛告诉牛郎，在它死后，可以用它的皮做成鞋，穿着就可以上天。牛郎按照老牛的话做了，穿上牛皮做的鞋，拉着自己的儿女，一起腾云驾雾上天去追织女，眼见就要追到了，岂知王母娘娘拔下头上的金簪一挥，一道波涛汹涌的天河就出现了，牛郎和织女被隔在两岸，只能相对哭泣流泪。他们的忠贞爱情感动了喜鹊，千万只喜鹊飞来，搭成鹊桥，让牛郎织女走上鹊桥相会，王母娘娘对此也无奈，只好允许两人在每年七月七日于鹊桥相会。

后来，每到农历七月初七，相传牛郎织女鹊桥相会的日子，姑娘们就会来到花前月下，抬头仰望星空，寻找银河两边的牛郎星和织女星，希望能看到他们一年一度的相会，乞求上天能让自己能象织女那样心灵手巧，祈祷自己能有如意称心的美满婚姻，由此形成了中国七夕情人节。

### 【七夕节形成的历史】

“七夕”最早来源于人们对自然的崇拜。从历史文献上看，至少在三四千年前，随着人们对天文的认识和纺织技术的产生，有关牵牛星织女星的记载就有了。人们对星星的崇拜远不止是牵牛星和织女星，他们认为东西南北各有七颗代表方位的星星，合称二十八宿，其中以北斗七星最亮，可供夜间辨别方向。北斗七星的第一颗星叫魁星，又称魁首。后来，有了科举制度，中状元叫“大魁天下士”，读书人把七夕叫“魁星节”，又称“晒书节”，保持了最早七夕来源于星宿崇拜的痕迹。“七夕”也来源古代人们对时间的崇拜。“七”与“期”同音，月和日均是“七”，给人以时间感。古代中国人把日、月与水、火、木、金、土五大行星合在一起叫“七曜”。七数在民间表现在时间上阶段性，在计算时间时往往以“七七”为终局。旧北京在给亡人做道场时往往以做满“七七”为完满。以“七曜”计算现在的“星期”，在日语中尚有保留。“七”又与“吉”谐音，“七七”又有双吉之意，是个吉利的日子。在台湾，七月被称为“喜中带吉”月。因为喜字在草书中的形状好似连写的“七十七”，所以把七十七岁又称“喜寿”。“七夕”又是一种数字崇拜现象，古代民间把正月正、三月三、五月五、七月七、九月九再加上预示成双的二月二和三的倍数六月六这“七重”均列为吉庆日。“七”又是算盘每列的珠数，浪漫而又严谨，给人以神秘的美感。“七”与“妻”同音，于是七夕在很大程度上成了与女人相关的节日。七夕”即阴历七月初七夜，如今被称作“中国情人节”的传统节日，为什么定在七月七日夜呢？说起来，与湖南郴州还有些关系，郴州在汉初设为桂阳郡，在汉、魏、晋、南北朝及隋唐一些阶段就叫桂阳。桂阳是个出仙人与神话的地方，西汉即有《桂阳列仙传》，其中有个叫“成武丁”的成仙，很出名。《神仙传》、《列仙传》、《太平广记》、《中国神话人物辞典》都有其传，牛郎织女的相会日期，就是他透露出来的。南朝志怪小说集《续齐谐记》中记：“桂阳成武丁有仙道，常在人间，忽谓其弟曰：‘七月七日，织女当渡河，诸仙悉还宫；吾向已被召，不得

停，与尔别矣。’弟当问：‘织女何事渡河？兄当何还？’答曰：‘织女暂诣牵牛，吾去后三十年当还耳。’明旦，成武丁所在。世人至今犹云七月七日织女嫁牵牛。”茅盾先生在《中国神话研究》一书中，就引用了这个故事。

公元前208年，战国时项梁拥楚怀王孙熊心为怀王。公元前206年，项羽尊熊心为义帝，从彭城（今江苏徐州）迁都郴县。同年秋，楚怀王熊心在郴县过了异乡的第一个七夕节不久，就被项羽暗地派九江王英布追到郴州，将义帝杀害。现在郴州仍存义帝陵。据《中华长江文化大系》第二章 所载：现代学者研究，由牛郎织女神话形成的民俗节日，时间当在战国，地点则在楚国，楚怀王就曾置七夕，后来才流传为全国性的节日。“七夕节”是我国的一种民族文化精品，而七夕又与牛郎与织女的民间传说紧密相连，牛郎织女故事情节在春秋战国时已渐趋完整，老百姓为了把这个美好的爱情故事更好的传播和讲述出去，往往把自己当地的一些人名、地名以及自然景观等加入进去，以致于现在全国各地有着不同的版本和传说发源地的争论。如陕西、河南、山东、山西、湖南等地，如湖南桂东在春秋战国时代隶属于楚国，当地有流传了数千年关于牛郎织女在桂东仙缘桥七夕相会的传说。“七夕节”的习俗和“牛郎织女”在桂东仙缘桥上相会的故事，在当地流传的十分历史悠久。据说桂东仙缘桥十分神奇，直到现在，有胆量走完此桥的人，无任男女，没有找对象的，走过此桥后，必可找到美好姻缘，准备结婚的男女双双牵手走过此桥，结婚必会幸福美满百年好合，已结婚的男女感情不和时双双牵手走过此桥，必会和好如初。感情已经破裂的男女，双双牵手走过此桥，还可以破镜重圆等等。

### 【“七夕”的文化特征】

节庆是一种民俗文化现象、研究节庆文化应从这个节庆的文化精神、节庆用具、节庆用语、节庆饮食、节庆禁忌、节庆日期等方面内容入手。每个节庆均有自己的文化特征，我觉得七夕最大的特点就是一个“情”字，表达了中国人对夫妻情的态度和理想。老百姓说：“久别赛新婚”，宋朝秦观在《鹊桥仙》中说“两情若是久长时，又岂在朝朝暮暮！”反映了家庭与社会关系，道出了“千秋不仗片时争”的处世哲学。牛郎织女相会，满天的喜鹊都向天河扑去，互相咬着尾巴为他们搭桥，这是一幅壮丽的天人和谐的图画，善良和博爱的凯歌。中国人追求的是爱情的永久，而不是一时的欢娱；是情感的相互交流夫妻恩爱，而不是一时的男女相互吸引。

白居易在《长恨歌》中说“天长地久有时尽，此恨绵绵无绝期！”追求永恒，是七夕节庆文化的特征，我相信七夕这个传统节日也确实有它的永恒性，这是因为：

（1）只要能看到银河，人们就会联想到牛郎织女这个美丽的传说故事。七夕正值夏末秋初之时，白天巧云布天，夜晚星光灿烂，是人们在户外观天的好季节。近年来，由于城市化加速，街区照明亮度大，影响了观天的效果，但是，随着社会的进步，人们终究要追求“回归自然”。七夕到户外观天，会成为节日“时尚”的，七夕由于和天象联系在一起，使其具有长期的生命力。

（2）七夕歌颂的是夫妻恩爱，和谐稳定。只要有家庭存在，夫妻白头到老就是人生幸福的一大追求。社会竞争越激烈，夫妻之间的相互理解和相互支持越重要，现在讲

银婚、金婚、钻石婚……都是对夫妻生活的赞美。七夕的文化内涵与社会生活联系如此紧密，人们需要有一个展示夫妻情感和周边为其进行祝福的机会。所以七夕在当代更具时尚性。

（3）传统节日是中华文化的有效载体，中华的振兴必然要表现在文化的繁荣。七夕这个节日的综合性和独特性，是中华节庆文化的重要代表又是每年节庆周期链条中的重要一环，有了它才使得节庆文化丰富多彩，失去它就失去了节庆文化的完整性，所以它不会被人们忘记。七夕这个节日从先秦到现代，已经有了几千年的历史。在这几千年中由于历史的原因和社会的原因这个节日有兴有衰，历经风雨洗礼，不断变化发展，形成了能够满足民众生理和心理需求的传统节日，调节了人与人、人与社会、人与自然万物间的种种关系，是不可替代的宝贵精神财富。现在我们应该是一要尊重，二要研究，三要发展，使传统节日在凝聚中华民族凝聚力方面，发挥应有作用。

故事启示

体现对人生苦难的认识和反抗。一方面，揭示了残酷现实与美好人生的冲突。森严的等级秩序最终粉碎了织女做“人”的渴望，表达了人的生存与传统礼法、封建秩序之间不可调和的矛盾,反映了民众对现实人生的全面思考与深哀。另一方面,牛郎织女传说聚焦于社会对人的生活追求的压抑与破坏。爱的需求是个体生命的基本需求,但这一需求在现实生活中常因种种缘由受到阻挠。牛郎织女天河相隔，是民众对苦难现实的深刻感受。但是,主人公在残酷的现实面前没有退缩,而是与阻挠力量展开了勇敢地拼斗。

雅行目录

|                |            |
|----------------|------------|
| 德育目标           | 实践内容：_____ |
| 了解七夕节的由来       | 实践心得：_____ |
| 和家人一起了解本地七夕节习俗 | 家长评价：_____ |

德育照片粘贴处：

## 年年岁岁书香浓

每个同学和父母在暑假假里选择2-3本共同喜爱的书籍进行阅读。在读书中与父母交流读书的感受，在读书中增进与父母的感情。拍一张与父母同读书的照片，留住暖暖的亲情瞬间；写一写与父母同读的心得、感悟。

### 司马光警枕励志故事



司马光从小读书刻苦勤奋，他觉得自己记忆力不行，背课文记生字总是没有别人快，就暗自说：“让我下苦功，来增强记忆力吧！”于是，他试着对课文多念多背，别人背两遍三遍，他要背五遍六遍。

这样一来，时间就不够用了。放学后，也得挤出时间来读书。特别是晚上，玩耍一阵后，他便读起书来，这一读，读得很晚。到第二天，还要早早地起床，进行晨读。

由于晚上睡得迟，他常常睡过头，耽误了早晨读书。“用什么办法来解决这个问题呢？”他想让母亲来喊醒自己。但母亲心疼他，不想让他读书读得这么苦。

有一天，司马光看见后院一段圆木头，灵机一动，心里想：“有办法了！”司马光把圆木头擦干净，放在床上当枕头。他枕着圆木头睡，一翻身，圆木头就滚动，把他惊醒。这样，他就不会睡过头了。

一天，妈妈在床上发现了这根圆木头，正想扔掉，司马光说：“母亲，千万不要扔，这是我的警枕。”

母亲听他一解释，感动地说：“孩子，用功读书是好事，但也不要累坏了身体呀！”司马光回答：“母亲放心，孩儿不是小傻瓜，不会累坏身体的。”

司马光是个贪玩贪睡的孩子，为此他没少受先生的责罚和同伴的嘲笑，在先生的谆谆教诲下，他决心改掉贪睡的坏毛病，为了早早起床，他睡觉前喝了满满一肚子水，结果早上没有被憋醒，却尿了床。

于是聪明的司马光用园木头作了一个警枕，早上一翻身，头滑落在床板上，自然惊醒，从此他天天早早地起床读书，坚持不懈，终于成为了一个学识渊博的大文豪。

由于发奋学习，司马光15岁时已无书可读了。长大后，他当上宋朝大臣，主编了著名的编年史书《资治通鉴》。

#### 故事启示

司马光不拍遭罪，用喝水憋尿和木枕的方法来“自残”，让我们懂得了“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”“没有苦中苦，哪有甜上甜”的深刻道理。司马光，太值得我敬佩和学习了！

# 雅行目錄

|              |                                            |
|--------------|--------------------------------------------|
| 德育目標         | 實踐內容：_____<br>實踐心得：_____<br>_____<br>家長評價： |
| 每天堅持課外閱讀30分鐘 |                                            |
| 認真完成暑假作業     |                                            |
| 堅持寫周記        |                                            |
| 堅持看新聞        |                                            |
| 積累好詞好句       |                                            |

德育照片粘貼處：



## 故事閱讀

从前，有两个饥饿的人得到了一位长者的恩赐：一根鱼竿和一篓鲜活硕大的鱼。其中，一个人要了一篓鱼，另一个人要了一根鱼竿，于是他们分道扬镳了。得到鱼的人原地就用干柴搭起篝火煮起了鱼，他狼吞虎咽，还没有品出鲜鱼的肉香，转瞬间，连鱼带汤就被他吃了个精光，不久，他便饿死在空空的鱼篓旁。另一个人则提着鱼竿继续忍饥挨饿，一步步艰难地向海边走去，可当他已经看到不远处那片蔚蓝色的海洋时，他浑身的最后一点力气也使完了，他也只能眼巴巴地带着无尽的遗憾撒手人间。

又有两个饥饿的人，他们同样得到了长者恩赐的一根鱼竿和一篓鱼。只是他们并没有各奔东西，而是商定共同去找寻大海，他俩每次只煮一条鱼，他们经过遥远的跋涉，来到了海边，从此，两人开始了捕鱼为生的日子，几年后，他们盖起了房子，有了各自的家庭、子女，有了自己建造的渔船，过上了幸福安康的生活。

### 故事启示

一个人只顾眼前的利益，得到的终将是短暂的欢愉；一个人目标高远，但也要面对现实的生活。只有把理想和现实有机结合起来，才有可能成为一个成功之人。有时候，一个简单的道理，却足以给人意味深长的生命启示。

## 雅行目录

| 今日所做的家务事 | 做家务的感受及体会 |
|----------|-----------|
|          |           |
|          |           |
|          |           |
|          |           |

德育照片粘贴处：

### 练字篇 lianzipian

故事阅读

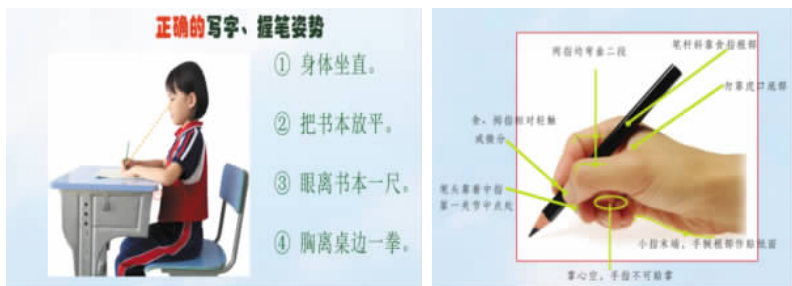
## 写得一手好字

王献之练字

晋代书法家王献之自小跟父亲王羲之学写字。有一次，他要父亲传授习字的秘诀，王羲之没有正面回答，而是指着院里的十八口水缸说：

“秘诀就在这些水缸中，你把这些水缸中的水写完就知道了。”

王献之心中不服，认为自己人虽小，字已经写得很不错了，下决心再练基本功，在父亲面前显示一下。他天天模仿父亲的字体，练习横、竖、点、撇、捺，足足练习了两年，才把自己写的字给父亲看。父亲笑而不语，母亲在一旁说：“有点像铁划了。”王献之又练了两年各种各样的钩，然后给父亲看，父亲还是不言不语，母亲说：“有点像



银钩了”。王献之这才开始练完整的字，足足又练了四年，才把写的字捧给父亲看。王羲之看后，在儿子写的“大”字下面加了一点，成了“太”字，因为他嫌王献之写的“大”字架势上紧下松。母亲看了王献之写的字，叹了口气说：“我儿练字三千日，只有这一点是像你父亲写的！”

王献之一听，呆住了，原来这一点正是父亲刚才加上去的。他的脸一下红到了耳根，惭愧极了，心想，原来与父亲比，自己还差得远呢！于是他又恭恭敬敬地去找父亲，向父亲讨教写字的秘诀。

王羲之看到儿子有了虚心学习的诚意，心里十分高兴，但表面上仍装着严肃的样子，指着窗外院子里的十八口水缸说：“秘诀就在这些水缸里。你把十八口水缸中的水写完字才会有骨架子。”

王献之由此得到启示，决心从头学起。他先练基本笔划，单是横、竖、点、撇、捺就练了两年；再练钩，又足足练了两年，这才开始练字。经过十多年坚持不懈的努力，王献之终于也像父亲一样，成了著名的书法家。

#### 故事启示

毛主席曾经说过，“世界上最怕的就是认真二字。”王献之在得到父亲的指点之后，决心从头学起，也就是从基本笔画练起。这证明了他的认真，做事一丝不苟。其次，练字用完十八缸水。这证明了他的坚持，在练字的道路上永不停驻。这些都是王献之为人踏实的反映，最后他用他的认真和坚持使自己青史留名了，在书法史上达到了他父亲王羲之的高度。

成功源于认真，卓越源于坚持，只要我们每天坚持练习书写，终会写得一手好字。

### 横平竖直写字，堂堂正正做人，一天一字：

|   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 泛 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 沾 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 酒 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 洲 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 沫 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 价 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

借

佳

伟

仰

巩

巧

攻

现

理

球

环

物

特

牺

牡

# 雅行目录

|           |                                                  |
|-----------|--------------------------------------------------|
| 德育目标      | 实践内容：21天养成书写好好习惯<br>实践心得：_____<br>_____<br>家长评价： |
| 阅读经典故事    |                                                  |
| 保持正确的书写姿势 |                                                  |
| 坚持每天练习一个字 |                                                  |

德育照片粘贴处：

## 暑假书目推荐

虽然暑假，我们热爱阅读、手不释卷的好习惯不能变，让我们手捧书本，做一个小小“书虫”吧！

## 推荐书目

学生阅读：《昆虫记》《大林和小林》《小王子》《伊索寓言》《魔法师的帽子》  
《妈妈的红沙发》

家长阅读：《发现孩子》 《奖励的恶果》

[illegible]

## 后记

亲爱的同学们：

德育作业可以规范你在假期中的行为，陶冶心智，开阔视野，锻炼自主、自立、自强意识，增强实践能力，你一定要有质有量地完成。开学后，学校将组织以班为单位收齐交到德育处，依据每个同学撰写的德育作业情况，组织评委评选出优秀德育作业，并评选出暑假“优秀德育标兵”。

### 家长对孩子假期的评语和新学期寄语

暑假评语：\_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

新学期寄语：\_\_\_\_\_

---

---

---

---