



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，守护自己的生命健康是每个小学生必须要学习的内容，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安全教育知识，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年暑假已经到来，首先感谢您长期以来对我校教育教学工作的支持和关心。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。

一、讲文明，学礼仪

在假期中请注重引导孩子思想品质和行为习惯的养成教育。

1.制定健康的暑假作息时间表，进行适当的体育锻炼，参与力所能及的家务劳动和公益活动；2.不做不符学生身份的事，如沉迷手机、电脑，进游乐场所等，经常进行礼仪和修养教育；3.有计划高质量地完成暑假作业；4.阅读一些符合年龄要求的课外书籍，使假期真正成为孩子新学期的加油站。

二、重安全，保平安

为孩子度过一个安全有意义的暑假，请家长一定配合学校做好以下工作：

1.加强交通安全教育。教育孩子外出时注意交通安全，遵守交通法规，严禁一年级孩子骑自行车，不乱闯红灯。放假期间，不要单独出门，确需外出，应征得家长同意；2.健康饮食，不宜多吃零食，更不要暴饮暴食，防止疾病产生和食物中毒事故的发生；3.加强防溺水、防雷电、防中暑安全教育。

三、多运动，强体质

社会实践活动与兴趣爱好培养对于孩子的成长起着非常重要的作用，多多参加相关活动有利于培养交际能力、统筹安排能力以及个人潜能的发挥等。

各位家长，暑假生活稍纵即逝，孩子的假期生活离不开您的指导、约束、教育和督促，多关注孩子的学习、生活，与他们多一点交流、给他们多一份关爱、对他们多一些理解和宽容，引导孩子度过一个充实、快乐而有意义的暑假，并能以充沛的精力和饱满的情绪迎接新学期的到来。

祝：暑期快乐，阖家安康！

广州市增城区碧桂园学校一年级组

2021年7月10日

制定一份暑期计划

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、课外阅读、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
	起床	
12:40-13:10	收看中央一台 “今日说法”	学习一些法律知识

定时收看新闻节目，请记录至少三条重大新闻。

时间	标题及重要内容

防溺水安全知识早知道

防溺水安全教育“六不一会”：

“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，不要游到深水区，即使带着救生圈也不安全；
- 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。

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

防雷电安全知识知多少

一、雷电对人的伤害方式。

归纳起来有四种形式，即：直接雷击、接触电压、旁侧闪击和跨步电压。

1.直接雷击：在雷电现象发生时，闪电直接袭击到人体，因为人是一个很好的导体，高达几万到十几万安培的雷电电流，由人的头顶部一直通过人体到两脚，流入到大地。人因此而遭到雷击，受到雷电的击伤，严重的甚至死亡。

2.接触电压：当雷电电流通过高大的物体，如高的建筑物、树木、金属构筑物等泄放下来时，强大的雷电电流，会在高大导体上产生高达几万到几十万伏的电压。人不小心触摸到这些物体时，受到这种触摸电压的袭击，发生触电事故。

3.旁侧闪击：当雷电击中一个物体时，强大的雷电电流，通过物体泄放到大地上。一般情况下，电流是最容易通过电阻小的通道穿流的。人体的电阻很小，如果人就在这雷击中的物体附近，雷电电流就会在人头顶部高度附近，将空气击穿，再经过人体泄放下来。使人遭受袭击。

4.跨步电压：当雷电从云中泄放到大地上时，就会产生一个电位场。电位的分布是越靠近地面雷击点的地方电位越高；远离雷击点的电位就低。如果在雷击时，人的两脚站的地点电位不同，这种电位差在人的两脚间就产生电压，也就有电流通过人的下肢。两腿之间的距离越大，跨步电压也就越大。

二、雷雨天预防措施。

1.在雷电交加时：感到皮肤刺痛或头发竖起，是雷电将至的先兆，应立即躲避。躲避不及，要立即贴近地面。受到雷击的人可能被烧伤或严重休克，但身上并不带电，可以安全地加以处理。

2.如果身处树木、楼房等高大物体，就应该马上离开：如果来不及离开高大的物体，应该找些干燥的绝缘物放在地下，坐在上面，采用下蹲的避雷姿势，注意双脚并拢。双手合拢切勿放在地面上。千万不可躺下，这时虽然高度降低了，却增大了“跨步电压”的危险。水能导电，所以潮湿的物体并不绝缘。

3.不要在山洞口、大石下或悬崖下躲避雷雨，因为这些地方会成为火花隙，电流从中通过时产生电弧可以伤人。但深邃的山洞很安全，应尽量往里面走。尽量躲到山洞深处，你的两脚也要并拢，身体也不可接触洞壁，同时也要把身上的带金属的物件，如手表、戒指、耳环、项链等物品摘下来，还有金属工具也要离开身体，把它们放到一

边。

4.远离铁栏及其他金属物体。并非直接的电击才足以致命。闪电击中导体后，电能是在瞬间释放出来的，向两旁射出的电弧远达好几米。此外，炽热的电光使四周空气急剧膨胀，产生冲击波。这些冲击波发出的声音，就是雷声。若在近处听到，强大的声波可能震伤肺部，严重时可把人震死。

5.雷雨时如果身在空旷的地方，应该马上蹲在地上，这样可减少遭雷击的危险。不要用手撑地，这样会扩大身体与地面接触的范围，增加遭雷击的危险。双手抱膝，胸口紧贴膝盖，尽量低头，因为头部最易遭雷击。

6.空旷地带、山顶上的孤树和孤立草棚等应该回避，因为它们易遭雷击。这时如在其中避雨是非常危险的，尤其是站在向两旁伸展很远的低枝下面。但是，事物是一分为二的，如果野外有片密林，一时又找不到其它避雷场所，那么也可以利用密林来避雷，因为密林各处遭受雷击的机会差不多。不要站在树林边缘，可以选择林中空地，双脚合拢，与四周各树保持差不多的距离。

7.原则上说，雷电期间应尽量回避未安装避雷设备的高大物体，如高塔、大吊车、开阔地的干草堆和帐篷等，也不要到山顶或山梁等制高点去。不要靠近避雷设备的任何部分。铁路、延伸很长的金属栏杆和其他庞大的金属物体等也应回避。

8.如果你在游泳池中游泳时，遇上雷雨则要赶快上岸离开。因为水面易遭雷击，况且在水中若受到雷击伤害，还增加溺水的危险。另外，尽可能不要待在没有避雷设备的船只上，特别是高桅杆的木帆船。

防中暑安全知识我知道

一、何为中暑？

现在正值盛夏时节，天气酷热，很容易引起中暑，这主要是因为人在高温环境中，体温调节失去平衡，肌体热量过度积蓄，水盐代谢紊乱造成。该病通常发生在夏季高温同时伴有高湿的天气下，中暑后轻则出现多汗、头昏、胸闷、心悸、恶心、呕吐等症状；严重的会出现昏厥或痉挛，威胁生命。

二、夏季如何预防中暑呢？

夏季预防中暑的4个小常识

1.喝水：大量出汗后，要及时补充水分。外出活动，尤其是高温作业，一定要保证充足的饮水。但切记，千万不要等口渴了才喝水，因为口渴已表示身体已经缺水了。最理想的是根据气温的高低，每天喝1.5至2升水。出汗较多时可适当补充一些盐水，弥补人体因出汗而失去的盐分。除了白开水，我们还可以考虑一下喝茶、喝奶、吃水果等。夏季人体容易缺钾，使人感到倦怠疲乏，含钾茶水是极好的消暑饮品。而乳制品即能补水，又能满足身体的营养之需，实在是个很不错的选择。最后，蔬果等想必也不用小编赘述了，桃子、杏、西瓜、甜瓜等水分含量为80%至90%，补水能力是超强的。

2.降温：夏季出门，最好躲避上午10时至下午4时这个时间段，外出一定要做好防护工作，如打遮阳伞、戴遮阳帽、戴太阳镜，准备充足的水和饮料；随身携带一些防暑降温药品，如十滴水、风油精等；衣服也尽量选用棉、麻、丝类等织物，少穿化纤品类衣服，以免大量出汗时不能及时散热，引起中暑。

外出活动时一旦有中暑的征兆，要立即采取措施，寻找阴凉通风之处，解开衣领，降低体温。

3.备药：夏天如果经常在外面，中暑的可能性高，最好随身携带以下药物以备不时之需：西洋参制剂（胶囊或含片、切片），针对气阴虚弱体质，即平常体虚乏力、口干咽干，有益气养阴功效；藿香正气软胶囊、藿香正气滴丸等，针对胃肠不调体质，有和胃清暑化湿的功效；人丹、十滴水，针对出现了中暑的先兆者，即在高温环境下出现头痛、头晕、口渴、多汗、无力等症状。

4.充足睡眠：在高温的天气，人的体力消耗较大，容易疲劳，所以要保证充足的睡眠，使大脑和其他系统得到充分的休息，使新的一天精神饱满，精力充沛，能有效防止中暑。

每天最好保证8小时睡眠，不要熬夜，最好在晚上21：30前睡觉，第二天6点起床，睡眠时不要对着风扇或空调直吹。中午可以小睡一会。有研究显示，白天睡觉能有效降低身体温度，而且中午最热时，选择睡眠可以有效避开高温天气，并能及时补充体力。

雅言雅行

学习内容：_____

学习心得：_____

照片张贴：

知道一些德育故事

2019全国“最美孝心少年”赵泽华

中央广播电视总台2019“寻找最美孝心少年”大型公益活动颁奖典礼在北京举行，西安市高陵区杨官寨小学二年级学生赵泽华从全国各地推荐的1000多名孝心少年中脱颖而出，荣膺2019全国“最美孝心少年”称号。今年8岁的赵泽华是本届“寻找最美孝心少年”大型公益活动最终获选的10位青少年中年龄最小的。

据了解，赵泽华学习成绩不错，弹琴也很棒，还获得搏击比

赛冠军。他的父母在西安市高陵区姬家街道杨官寨市场开了个包子店，其随父母在高陵区杨官寨小学就读。五岁半时，赵泽华开始正式擀包子皮，而且越擀速度越快，现在一个上午要擀五六百个包子皮，每小时大概能擀100-150个包子皮，比大人多擀50个。每天6点半起床，先帮爸爸擀包子皮一个小时，然后去上学……这样的日常可能大部分孩子都无法想象，恐怕家长也舍不得让孩子受这样的苦，可是，当人们问赵泽华“累不累”时，他却摇摇头说：“学习和劳动是快乐的。爸爸每天特别辛苦，半夜就起来忙了，我妈妈身体不好，腿老肿，所以我要给爸爸妈妈帮忙。”

我们都明白，感恩、独立、自强是一种可贵的品质，这种品质要从小培养。我们要学习赵泽华孝敬父母、热爱劳动、踏实肯干的精神，以实际行动自觉培育和践行社会主义核心价值观，争做新时代好少年。

故事启示

感恩是一种高尚的品德。会感恩是何等的珍贵，我们这个社会太需要这些了。只有学会了感恩，我们的才能以友善之心对待他人，尊重他人的劳动。只有学会了感恩，我们才会更珍惜拥有的一切。只有学会了感恩，我们才会有更远大的目标，成为一个对社会、对民族、对国家有用的人才。



雅言雅行

德育目标	自我评价	家长评价	这件事我坚持了多少天?
给长辈倒茶水	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
帮家长做家务	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
给父母拿拖鞋	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
给长辈夹菜	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
给长辈捶背	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
帮长辈提东西	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

德育照片粘贴处：【可以多张】

中秋·团圆



中秋节，又称月夕、秋节、仲秋节、八月节、八月会、追月节、玩月节、拜月节、女儿节或团圆节，是流行于中国众多民族与汉字文化圈诸国的传统文化节日，时在农历八月十五；因其恰值三秋之半，故名，也有些地方将中秋节定在八月十六。

中秋节始于唐朝初年，盛行于宋朝，至明清时，已成为与春节齐名的中国传统节日之一。受中华文化的影响，中秋节也是东亚和东南亚一些国家尤其是当地的华人华侨的传统节日。自2008年起中秋节被列为国家法定节假日。2006年5月20日，国务院列入首批国家级非物质文化遗产名录。

中秋节自古便有祭月、赏月、拜月、吃月饼、赏桂花、饮桂花酒等习俗，流传至今，经久不息。中秋节以月之圆兆人之团圆，为寄托思念故乡，思念亲人之情，祈盼丰收、幸福，成为丰富多彩、弥足珍贵的文化遗产。中秋节与端午节、春节、清明节并称为中国四大传统节日。

起源

关于中秋节的起源，说法较多。中秋一词，最早见于《周礼》，《礼记·月令》上说：“仲秋之月养衰老，行糜粥饮食。”

一说它起源于古代帝王的祭祀活动。《礼记》上记载：“天子春朝日，秋夕月”，夕月就是祭月亮，说明早在春秋时代，帝王就已开始祭月、拜月了。后来贵族官吏和文人学士也相继仿效，逐步传到民间。

二是中秋节的起源和农业生产有关。秋天是收获的季节。“秋”字的解释是：“庄稼成熟曰秋”。八月中秋，农作物和各种果品陆续成熟，农民为了庆祝丰收，表达喜悦的心情，就以“中秋”这天作为节日。“中秋”就是秋天中间的意思，农历的八月是秋季中间的一个月，十五日又是这个月中间的一天，所以中秋节可能是古人“秋报”遗传下来的习俗。

也有历史学家研究指出，中秋节起源应为隋末唐军于大业十三年八月十五日，唐军裴寂以圆月作为构思，成功发明月饼，并广发军中作为军饷，成功解决因大量吸收反隋义军而衍生之军粮问题。

节日别称

根据中国的历法，农历八月在秋季中间，为秋季的第二个月，称为“仲秋”，而八月十五又在“仲秋”之中，所以称“中秋”。

中秋节有许多别称：因节期在八月十五，所以称“八月节”、“八月半”；因中秋节的主要活动都是围绕“月”进行的，所以又俗称“月节”“月夕”；中秋节月亮圆满，象征团圆，因而又叫“团圆节”。在唐朝，中秋节还被称为“端正月”。

关于“团圆节”的记载最早见于明代。《西湖游览志余》中说：“八月十五谓中秋，民间以月饼相送，取团圆之意”。《帝京景物略》中又说：“八月十五祭月，其饼必圆，分瓜必牙错，瓣刻如莲花。……其有妇归宁者，是日必返夫家，曰团圆节也”。

传统活动

祭月、赏月、拜月

《礼记》早有记载“秋暮夕月”，意为拜祭月神，逢此时则要举行

迎寒和祭月，设香案。^[8]到了周代，每逢中秋夜都要举行迎寒和祭月。设大香案，摆上月饼、西瓜、苹果、红枣、李子、葡萄等祭品，其中月饼和西瓜是绝对不能少的，西瓜还要切成莲花状。在月下，将月亮神像放在月亮的那个方向，红烛高燃，全家人依次拜祭月亮，然后由当家主妇切开团圆月饼。切的人预先算好全家共有多少人，在家的，在外地的，都要算在一起，不能切多也不能切少，大小要一样。在少数民族中，同样盛行祭月的风习。

观潮

在古代，浙江一带除中秋赏月外，观潮可谓是又一中秋盛事。中秋观潮的风俗由来已久，早在汉代枚乘的《七发》赋中就有了相当详尽的记述。汉以后，中秋观潮之风更盛。明朱廷焕《增补武林旧事》和宋吴自牧《梦粱录》也有观潮记载。^[9]

燃灯

中秋之夜，有燃灯以助月色的风俗。如今湖广一带仍有用瓦片叠塔于塔上燃灯的节俗。江南一带则有制灯船的节俗。近代中秋燃灯之俗更盛。今人周云锦、何湘妃《闲情试说时节事》一文说：“广东张灯最盛，各家于节前十几天，就用竹条扎灯笼。

猜谜

中秋月圆夜在公共场所挂着许多灯笼，人们都聚集在一起，猜灯笼身上写的谜语，因为是大多数年轻男女喜爱的活动，同时在这些活动上也传出爱情佳话，因此中秋猜灯

谜也被衍生了一种男女相恋的形式。

吃月饼

中秋节赏月赏月和吃月饼是中国各地过中秋节的必备习俗，俗

话说：“八月十五月正圆，中秋月饼香又甜”。月饼一词，源于南宋吴自牧的《梦粱录》，那时仅是一种点心食品。到后来人们逐渐把赏月与月饼结合在一起，寓意家人团圆，寄托思念。同时，月饼也是中秋时节朋友间用来联络感情的重要礼物。

在福建厦门地区还有博饼的习俗，而且博饼被列为国家非物质文化遗产项目。

赏桂花、饮桂花酒

人们经常在中秋时吃月饼赏桂花，食用桂花制作的各种食品，以糕点、糖果最为多见。

中秋之夜，仰望着月中丹桂，闻着阵阵桂香，喝一杯桂花蜜酒，欢庆合家甜甜蜜蜜，已成为节日一种美的享受。到了现代，人们多是拿红酒代替。

玩花灯

中秋没有像元宵节那样的大型灯会，玩灯主要只是在家庭、儿童之间进行的。早在北宋《武林旧事》中，记载中秋夜节俗，就有“将‘一点红’灯放入江中漂流玩耍的活动。中秋玩花灯，多集中在南方。如佛山秋色会上，就有各种各式的彩灯：芝麻灯、蛋壳灯、刨花灯、稻草灯、鱼鳞灯、谷壳灯、瓜籽灯及鸟兽花树灯等。

在广州、香港等地，中秋夜要进行树中秋活动，树亦作竖，即将灯彩高竖起来之意。小孩子们在家长协助下用竹纸扎成兔仔灯、杨桃灯或正方形的灯，横挂在短竿中，再竖起于高杆上，高技起来，彩光闪耀，为中秋再添一景。孩子们多互相比赛，看谁竖得高，竖得多，灯彩最精巧。另外还有放天灯的，即孔明灯，用纸扎成大形的灯，灯下燃烛，热气上腾，使灯飞扬在空中，引人欢笑追逐。另外还有儿童手提的各式花灯在月下游嬉玩赏。

烧塔

南方广泛流传着烧瓦子灯（或称烧花塔、烧瓦塔、烧番塔）的游戏。如《中华全国风俗志》卷五记：江西“中秋夜，一般孩子于野外拾瓦片，堆成一圆塔形，有多孔。黄昏时于明月下置木柴塔中烧之。俟瓦片烧红，再泼以煤油，火上加油，霎时四野火红，照耀如昼。直至夜深，无人观看，始行泼息，是名烧瓦子灯”。广东潮州的烧瓦塔，也是以砖瓦砌成空心塔，填入树枝烧起火来。同时还燃烟堆，就是将草柴堆成堆，在拜月结束后烧燃。而在广西边疆一带的烧番塔，亦类似这种活动，但民间传说是为了纪念清代抗法名将刘永福将逃入塔中的番鬼（法国侵略者）烧死的英勇战斗。福建晋江亦有“烧塔仔”的活动。

传说这种习俗与反抗元兵的义举有关。元朝确立后，对汉人进行了血腥的统治，于是汉人便进行不屈的反抗，各地相约中秋节起事，在宝塔的顶层点火为号。类似于烽火台点火起事，这种反抗虽被镇压下去，却遗存了烧宝塔这一习俗。

雅行目录

德育目标	实践内容：
了解中秋节日由来	实践心得： 家长评价：
和家人一起了解本地节日习俗	
说出至少三个中秋祝福语	
列举中秋美食	

德育照片粘贴处：

读一本好书并推荐

一本好书：

书名：

所属类别： (励志、文学、科普等)

大概内容： (可绘画可文字描述)

我推荐的理由：

我的阅读照片：

坚持锻炼身体

“生命在于运动”，适当的体育锻炼有利于人体骨骼、肌肉的生长，增强心肺功能，改善血液循环系统、呼吸系统、消化系统的机能状况，有利于人体的生长发育，提高抗病能力，增强有机体的适应能力。最佳的锻炼方式是每天坚持运动，时间为一个小时左右。适合我们的运动方式有：慢跑、散步、游泳、爬山、骑车、跳绳、跳皮筋等等。如果你想身体强壮，运动吧！如果你想精神好、学习状态好，运动吧！同学们，你看运动有这么多的好处，赶快行动起来吧！

德育照片粘贴处：

后记

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，开学后以班为单位收齐交学校的德育处，学校将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：