

上海市实验学校 2023 年暑期德育实践作业

各位同学：

暑假即将到来，为了能让同学们过一个安全、健康、快乐、有益的假期，今年学校围绕“学习二十大精神”、“家庭劳动教育”和即将到来的“第十一届科技节”等主题，精心设计了“暑期作业单”，使同学们在活动中传承红色基因，厚植家国情怀，提升社会责任感、创新精神和实践能力。请同学们按要求积极参与完成，具体内容如下：

“暑”于你的假期实践指南				
活动名称	活动内容	要求	对象	上传通道
学思想 见行动	1.十万少年看浦东	附件 1	初中	班长统一上交 (8 月 1 日)
	2.红领巾爱学习打卡	附件 2		
	3.“青浦高级中学杯”主题征文	附件 3	高中	班长统一上交 (8 月 1 日)
	4.“未来杯”社会实践项目大赛	附件 4		
	5.主题团日活动/雏鹰假日小队活动	附件 5	初中、高中	班级为单位 (7 月 10 日)
站未来 看未来	1. 现代化教室-学校-城市 创意设计活动	附件 6	全体	班级为单位 (8 月 25 日)
	2.logo 展示设计合影评比			返校日各班将作品交至艺术组
	3.美术作品征集			
重实践 暑期行	1.发扬志愿服务心	附件 7 详见下文 说明	初中	班级为单位 (7 月 30 日)
	2.定制暑期九宫格		全体	
	3.解锁传统新技能			
	4.致敬可爱劳动者			
	5.公共安全知识网上竞答	附件 8	中二、高一	自行完成

暑期个人实践作业要求说明	
1.发扬志愿服务心	参与社区或社会志愿者服务，用文字+照片记录你的实践过程，填在规定表格内。
2.定制暑期九宫格	郊游、运动、聚会……用镜头记录美好的盛夏时光，DIY 定制你的专属九宫格。
3.解锁传统新技能	这个暑假，走进非遗展馆（详情可参考“上海非遗展馆学子行”小程序），学习传统技能（布艺、曲艺、陶艺、剪纸等等），打开了解非遗、精读城市的新方式。
4.致敬可爱劳动者	人生在勤，勤则不匮。或是一场房间断舍离、一次家庭大扫除，或是一桌简易饭菜，一场默默地付出……用奋斗为假期添色。
注：以下内容均填写在下发的“暑假作业单”模板中，7 月 30 日前以 pdf 形式上交班长	

【友情提醒】

一、请同学们按时完成以上活动内容；班级要做好组织工作，按批次、按时间上传本班活动成果，具体要求见上表。（班级为单位统一打包压缩包：文件命名“班级+2023 暑假德育作业”，班长返校交至团队室负责老师处）

二、遵守《2023 暑期安全提示》，做好个人安全防护

三、学校面向全校学生、家长提供心理咨询服务，为大家的暑假心理健康保驾护航，有需要的学生、家长可以扫下方校级平台二维码进行咨询。此外，也可以拨打市级、区级青少年心理辅导 24 小时热线：

1、浦东新区青少年心理健康教育发展中心 24 小时心理咨询热线：4008206235

2、上海市心理热线：962525

3、上海青少年公共服务平台青小聊及热线：12355



上海市实验学校

2023 年 6 月 30 日