

## 以特色课程为翼 告别“看护式”托管 这样的假期托管让人“爱”了

告别“看护式”托管,解锁成长新体验!近日,记者了解到,2026年寒假,沈阳多所小学以特色课程为翼,让假期托管焕发别样光彩。从方凌小学的中医药文化浸润,到东北英才学校的科技探索之旅,从朝阳一校沈北分校的多元素养培育,到和平大街第一小学的年味成长课堂,各校深耕“双减”政策内涵,将传统文化、科学实践、习惯养成融入托管服务。既破解了家长“看护难”的痛点,更让孩子们在沉浸式体验中收获知识、涵养品格,让寒假成为充满温度与惊喜的成长之旅,彰显沈阳幸福教育的生动实践。

### 方凌小学 岐黄润童心 本草伴成长



中医药特色寒假托管开营仪式。 学校供图

1月15日上午,方凌小学校园内药香隐隐,汉服翩翩。一场以“岐黄润童心 本草伴成长”为主题的中医药特色寒假托管开营仪式,在浓郁的传统氛围中拉开序幕。同学们身着汉服,头戴亲手制作的饰有灵芝、菊花等中医药元素的自创头饰,化身小小“中医传承人”,标志着寒假特色托管之旅正式启航。

为积极响应国家“双减”政策,切实破解学生假期“看护难”课题,方凌小学依托作为辽宁中医药大学附属学校的独特优势,深挖中医药文化资源,创新推出主题式寒假托管服务。本次活动不仅是简单的看护,更是学校践

行“三个健康”育人理念的生动实践,旨在通过沉浸式、项目化的特色学习,培育学生的核心素养、实践能力与文化自信。

学校党支部书记、校长王娟简要阐释了将中医药文化融入基础教育的深远意义,并强调:“我们希望通过亲手触摸、亲身感知,让中华优秀传统文化的种子在孩子们心中生根发芽,不仅学习知识,更滋养身心,达成‘三个健康’的全面成长。”

仪式上,学生代表张一一同学表达心声,将带着热爱与好奇探索中医药这份独特的文化。全体学生齐声诵读《中

医启蒙三字经》节选篇章,童声朗朗、古韵悠悠,展现了传统文化薪火相传的动人画面。沈河中医院现场赠送的中医药文化材料,更为活动提供了宝贵的专业资源。

在专业老师及志愿者的引导下,同学们饶有兴致地体验“望闻问切”,在模拟场景中学习把脉入门;动手制作具有健脾开胃功效的简易药膳茶饮;探寻身体上的神奇穴位,了解经络的奥妙;还初步接触了中医理念下的日常急救小知识。每一项体验都是一次与千年智慧的对话,一次对生命健康的启蒙认知。

### 东北英才学校 用寒假时光畅游科技海洋



充满探索乐趣的假期托管课堂。 学校供图

作为全国科学教育实验校,东北英才学校将科技优势融入2026年寒假托管课程,以AI智能教学与沉浸式科学实验的创新融合,打造充满探索乐趣的假期托管课堂!

马德堡半球紧紧相吸,两队学生拼尽全力也拉不开,直观展现大气压的神奇力量;静电飞花随电荷舞动,上演趣味十足的科学魔法;空气炮“嘭”的一响,气流的奥秘跃然眼前;火山喷发模拟实验中感受小苏打与柠檬酸的化学反应;显微镜下,微观世界的细节清晰

可见,勾起无限好奇;水火箭组装发射时,孩子们亲手解锁航天启蒙的乐趣。

温室大棚里,孩子们化身“小小农科家”,亲手栽种蔬菜,学习松土、播种、浇水的规范流程;监测棚内环境,调节通风与保温,理解“科技赋能农业”的奥秘;在老师指导下熟练使用农具,掌握测量土壤湿度的简易方法,记录蔬菜生长周期数据。

从动手操作到观察探究,从趣味演示到深度实践,多样化的科学课程让抽象知识变得可感可触。

### 寒假首日“段位绳” 串起家校社



孩子们在享受集体跳绳的快乐。 学校供图

本报讯 记者冯美琳报道 1月15日,沈阳铁路五校长白岛第一小学的“段位绳”跃出了校园,在社区的广场及各条甬路上,同步画下了一道崭新的育人弧线。学校30个班的近千名学生及家长,以及80名教职工共同参与了这场别开生面的社区体育活动。

在“双减”背景下,学校创新构建了“段位绳”五段位体系,将一分钟跳绳次数与心肺功能、协调性等健康指标科学对应。从“青铜段”的轻盈起步,到挑战“王者段”的卓越标准,每一段晋级都是体能可见的成长。寒假里,学生们每日十点在社区集体练习,也可以家庭自主练习,让学生在减负的同时实现体能的“加法”。这根不起眼的绳子,正以最直观的方式,记录着“双减”之下学生健康成长的坚实足迹。

“以前觉得跳绳是为了考试,现在能和同学们一起在社区锻炼,还能通过段位认证看到自己进步,觉得特别有意义!”五年级学生的这番话,道出了“双减”背景下成长评价的深层转变。当运动不再与考试压力捆绑,而是与清晰的段位目标、集体的锻炼氛围、社会的广泛认同相结合,体育便真正回归育人本质。

### 朝阳一校沈北分校 多元课程赋能寒假成长



一场充满仪式感的开班仪式。 学校供图

近日,朝阳一校沈北分校以一场充满仪式感的开班仪式,为参加寒假托管的同学们拉开了冬日成长的序幕。本次托管班以提升学生人文底蕴、科学精神、学会学习、健康生活、责任担当、实践创新六大核心素养为目标,吸引了众多学生报名参与,学校根据报名情况实行混班托管,让孩子们在集体中共同进步。

托管班精心构建“知识巩固+兴趣拓展+习惯养成”三位一体课程体系,开设了八大特色课程。国学晨读带领学生感受传统文化魅力,趣味英文通过互动

游戏提升语言兴趣,创意手工课上“柿柿如意”粘土制作等趣味活动,让孩子们在动手实践中激发创造力。此外,音乐鉴赏、硬笔书写、阳光体育、团队智创等课程,全面兼顾学生身心发展需求。

寒假托管不仅提供专业作业指导,巩固学科知识,更注重良好习惯培养,通过规律作息安排、专注学习训练,引导学生学会自我管理。“姓名接龙”“手势密码”等破冰游戏,让同学们快速熟悉彼此,课堂上互帮互助的场景随处可见。

### 和平大街第一小学 七彩寒假让年味与成长“齐奔腾”



让孩子们在校园度过一个安全、充实、快乐而有意义的假期。 学校供图

和平一校“和乐少年营”继续以“科学化、显温度”为核心,将马年元素与传统文化深度融合,让孩子们在校园里度过一个既安全、充实、快乐又有意义的假期。

今年的“七彩课程”涵盖“童馨阅读、ABC看世界、体能技巧、美艺创作、唱响旋律、科普探索、劳动实践”七大模块,在保留经典内容的基础上,更注重传统文化与学科知识的深度融合,让孩子们在运动与探索中涵养“龙马精神”。和平一校党总支书记、校长曹晶表

示,学校坚持做有温度的托管,打造七彩课程,融入马年文化并形成“假期托管资料包”,持续优化。她寄语孩子们心怀感恩、勇于探索、学会自律,做有担当的“和乐少年”。

扎根和平区“幸福教育”沃土,和平一校的“和乐少年营”已从“看护式”托管蝶变为“成长式”乐园。家长的安心托付、孩子的灿烂笑脸,正是对学校“让幸福惠及每一个孩子”教育理念的最好回应。

本报记者 冯美琳 高鹏