**西南大学临高实验中学**

**2023年春季学期开学指南**

亲爱的同学们：

校园芬芳春正浓，迎君归来谱新篇。

假期余额不足，温暖如期而至，新学期即将启航！西南大学临高实验中学春意盎然的校园等待着同学们的激情回归，你做好准备了吗？

青春在“窗外有风景、笔下有前途、低头是题海、抬头是鹏程”的校园美丽绽放，幸福的人生在西大临实的沃土里将继续茁壮成长。让我们继续携手同行，踔厉奋发、笃行不怠，一起迎接崭新的2023年春季学期。

为了做好春季开学疫情防控工作，最大程度保障同学们的生命健康安全，帮助同学们以最佳状态投入到新学期的学习生活中，我们特意为大家准备了这份“开学指南”，让我们共同拥抱新学期，开启新征程，追逐新梦想！

                                                         西南大学临高实验中学

                                                   2023年2月6日

**返校安排**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 2023年2月12日（周日）符合返学条件的学生按下述时间返校 | | |
| 错峰返校时间 | 年级 | 返校位置 |
| 15:30～16:15 | 初一，初二，高一 | 北门 |
| 16:15～17:00 | 初三，高二 | 北门 |

**返校准备**

**一、仪容仪表**

1.发型要求

（1）男生发型:不留长发，不剃光头;不烫发、不染发;做到前不扫眉、旁不遮耳、后不触领(衣领)。

（2）女生发型:前额刘海不过眉、不烫发、染发;不梳怪异发型，进入学校时不能披头散发。

2.服装要求

统一穿冬季或夏季校服，外套需要拉上拉链，要求学生服装整洁、无特殊情况统一穿运动鞋（如果有特殊情况需要提前和班主任报备，班主任向学生服务中心报备）

3.配饰要求

​（1）不涂脂，不抹粉，不纹眉，不描眼，不抹口红;

（2）不佩戴耳环、耳钉、耳坠、项链、戒指、手镯、手链、脚链等饰物;

（3）不纹身，不在身体上刻字;

（4）不留长指甲（指甲长度不得超过0.2毫米）不涂染装饰指甲。

**二、手机管控**

1.严禁学生携带手机(及手机附属设备充电器、充电宝、耳机等通讯工具）平板、MP4、电话手表等电子产品入校，更不得在学校宿舍教室等地给电子产品充电，如果因为充电发生危险事故应当追究学生相应的责任，一经发现学生携带手机等电子产品入校一律收缴由学校代为保管，毕业时方可归还并按照学校规章制度处理。

2.如果因特殊情况必须将携带手机等电子产品入校的需要提前告知班主任，并且入校时将手机等电子产品交给学生干部做好登记，离校前让班主任到学生服务中心领取，未主动上交，一经发现视为违规携带手机等电子产品，将按照学校规章制度严肃处理。

**三、作业整理**

（一）学科作业：各年级组、各班主任要组织学科教师督促学科代表于返校前完成学科作业检查，全体学生要提前完成并整理好学科作业。

（二）项目作业：参照节前发布的特色作业进行规整，例如音频等材料，建议：由各班的班干部利用班级电脑规整收集。

**提交时间**:在2023年2月12日18:50前将项目作业材料交到学生服务中心吴广超老师处。

**四、收心建议**

1.及时调整生物钟，开始按照上学时的要求规律作息和饮食；

2.心理状态调整：循序渐进地增加学习时间。新学期开始了，端正学习态度尤为重要。学会自我鼓励，在学习上知难而上，忘记以前不愉快的学习经历；

3.增强“仪式”感，计划新学期，熟悉新学年的学习内容和目标，感受到一定的学习压力，提起前进的劲头；

4.准备新学期的书籍和学习用具，通过提前准备学习用具来营造开学的氛围；

5.加强锻炼，起床后散散步、做做操，给身体一个缓冲期。

**温馨提示**

**一、防疫要求**

1.全体学生6号至12号间居家每日开展测量体温和新型冠状病毒感染相关临床症状观察等健康自测，出现发热、干咳、乏力、咽痛等症状，要检测抗原或核酸，经检测结果确认，感染病毒需如实报告学校延迟返校。12日返校时提供检测记录（电子档），以班级为单位收取。

2.师生返校后连续七天开展健康监测，尽量减少聚集性活动。

3.师生入校时测量体温，发现发热等症状时生及时采取留观等相应措施.

**二、安全提醒**

**入学前**

1.勤洗手使用肥皂或者洗手液，流动水冲洗，用一次性擦手纸或者干净毛巾擦手。咳嗽、打喷嚏等接触呼吸道分泌物应立即洗手。

2.勤通风每日开窗通风至少3次，每次20-30分钟。室外空气质量相对较差时，通风频率和时间适当减少。

3.出现呼吸道感染症状及时检查如出现咳嗽、流涕、发热等症状，应居家隔离休息，持续发热不退或症状加重时要及早到当地正规医疗机构就诊。

4.准备返校生活用品接到返校通知后，确保身体状况良好，备好学习和生活用品，带好身份证等重要证件。准备防控物品（一次性医用口罩(2周用量)、肥皂等。

5.遵守校规，不得提前返校按照学校正式通知时间返校，不得提前返校。

**入学返校途中**

1.饮食安全。返程中若需就餐，尽量选择不易受污染、包装完好健康的的食品（如单独包装面包等方便食品），不吃生冷食物、垃圾零食。

2.返程途中，注意保持手部卫生时刻保持手部卫生，接触公共交通工具的公共物品或者部位、咳嗽或者打喷嚏用手遮挡后纸巾擦拭干净，有条件情况下及时清洗。

3.清点随身行李学生返校时多数携带大量行李，在出发前以及乘坐交通工具时要及时清点随身行李。开学途中人流量比较大，也可能存在盗窃等不法分子，所以一旦发生丢失情况，不易寻回。

4.谨防诈骗街道客运站等客流量密集，闲杂人员多，一些不法分子抓住学生返校时间，利用学生心地善良、脸皮薄、提防不足的特点进行诈骗。对陌生人员推销的各项业务要提高警惕，不要轻信陌生人的搭讪。

5.乘坐正规运营车辆返校前提前规划好时间，离站时可使用公交、出租车等多种交通方式，不要乘坐无牌照车辆，不私自包车，最好结伴返校

**入学返校后**

1. 到达学校后，应自觉配合工作人员，佩戴好口罩、身份核验（穿戴完整的校服）信息登记（到班级联系班主任报到）等工作。排队时与其他同学保持1米以上的安全距离，避免拥挤，减少交谈。检查合格后方可进入校园。
2. 保持清洁卫生宿舍要勤通风，个人衣物、被褥要定期洗涤晾晒，宿舍每天清洁物体表面及地面。
3. 做好个人健康监测，定期适当运动在校期间，自觉按照学校规定进行健康监测，每天保持适量运动，选择人员稀疏或者开放空间进行室外运动。