中小学寒假安全温馨提示

尊敬的家长：

2025年寒假即将到来，我们制定了学生安全事项的工作提示，请您仔细阅读，教育、引导和陪伴孩子们度过一个平安、健康、快乐的假期。

一、做好健康管理

1.倡导“每个人都是自己健康第一责任人”的理念，坚持戴口罩、勤洗手等良好卫生习惯，在公共场所保持人际距离。注意防范流行疾病，做好健康监测。

2.不吃“三无”食品，不吃未清洗干净的食物，不喝生水。少吃高盐、高糖、油炸、熏制食品。

3.保证充足睡眠时间，小学生每天睡眠时间达到10小时，初中生达到9小时，高中生达到8小时。

4.选择安全运动项目，坚持适当体育锻炼，保持良好的、充沛的精力。

二、确保出行安全

5.关注天气预报及安全预警信息，学习安全知识，掌握应急技能，出行前采取必要防范措施。孩子外出时，家长要知晓去向、内容、同伴和返回时间，加强安全提醒。

6.严格遵守交通规则，到公共场所首先关注安全出口，讲秩序、不拥挤，服从指挥，避免踩踏。

7.雨雪天要慢行，不走积雪、积水覆盖和路况不清的路段。未满12周岁不骑自行车上马路，未满16周岁不骑电动车；行走或骑车时不看手机、不听音乐，不走机动车道。不坐超速、超载、酒驾、毒驾、疲劳驾的车辆，不坐三轮车、农用车等无客运资质的车辆，不顺搭陌生人的车辆。

8.不擅自到水边玩耍，不到河面滑冰。发现同伴溺水，立即寻求成人帮助，或打110、120电话报警求助，不盲目手拉手或下水施救。

9.参加冬令营、研学旅行等社会实践活动，事先知悉组织者、内容、线路、安全保障措施，不参加不合法、不安全的活动。

三、平安快乐过节

10.不擅自玩烟花爆竹、氢气球；不玩商品包装防腐剂、干燥剂等易燃易爆有毒物品。正确使用电、气；注意室内通风，防止煤气中毒。

11.树立科学家庭教育观念，遵循素质教育理念和未成年人身心发展规律，注重培养孩子良好思想品德、行为习惯和健康身心，促进其全面发展；尊重个体差异，理性确定孩子成长目标；多尊重多理解，加强平等沟通，讲究教育方式方法。留守儿童家长应定期与孩子保持联系，给予关心关爱。

12.教育引导孩子不玩“萝卜刀”、激光笔、“炸包玩具”、低俗手办、鼻吸能量棒、“死亡三秒”、拍“烟卡”、养“臭水”等存在安全风险、易引起不良行为倾向的产品或游戏。

13.不欺凌他人，不抽烟、喝酒、打牌、吸毒，不参与迷信、邪教、传销等活动，不沉迷手机、网络，不去网吧、酒吧以及歌舞娱乐场所，自觉抵制色情、暴力游戏。认识滥用含依托咪酯“上头电子烟”等新型毒品和“笑气”（又称一氧化二氮）等非列管物质的严重危害，注意防范“提神”“减肥”“不上瘾”“无毒害”等名义的引诱吸毒骗术。

14.防范电信、网络诈骗，不轻信网络信息，不传播谣言，不与陌生网友见面。

15.根据国家“双减”政策要求，校外培训机构不得占用国家法定节假日、休息日及寒暑假期组织学科类培训（含线下和线上），请以实际行动予以支持，切实减轻孩子校外培训负担，促进孩子全面发展和健康成长。

16.根据国家关于未成年人文身治理工作要求，未成年人的父母或者其他监护人对未成年人产生文身动机和行为的，应当及时劝阻，不得放任未成年人文身。请以实际行动予以支持，教育孩子充分认识文身可能产生的危害，增强自我保护的意识和能力，理性拒绝文身。

17.倡导文明风尚，积极乐观，尊老爱幼，多与父母、亲朋好友沟通交流，科学合理安排假期生活，积极参加志愿服务活动及其他健康有益的社会实践。

小学（中学）

年 月 日

中小学寒假安全责任告知

尊敬的家长：

您好！我校已于 月 日召开学生安全主题班会，向学生讲解《中小学寒假安全温馨提示》，告知安全要求。现召开家长会，将《中小学寒假安全温馨提示》讲解并印发给您，请您认真阅读，履行监护责任，共同做好孩子的安全防范工作。

校长签字（签章）：

学校（盖章）：

年 月 日

注：告知（提示）正反面印制，一式两份，学校留存一份、家长留存一份。学校另制签收表，在家长会上，由家长在签收表上签字签收。