盛夏来临，世间万物进入了旺盛的生长季，而中小学生们期盼的暑假也如期而至。

根据《成都市教育局关于2023-2024学年中小学教学时间安排的通知》，义务教育学校将于7月6日开始放暑假，正式进入将近两个月的暑假。

而家长们早就未雨绸缪。根据美团数据显示，早在5月1日-5月23日期间，门票、住宿、交通等暑期文旅预定单量同比增长了63%。

在一些孩子的眼里，暑假不过是一段休憩期而已。但其实，它也是孩子成长中的一个重要阶段，是他们在常规教育之外开启另一种人生体验的机会，让他们有机会去尝试生命全面绽放的方式：管理家务、掌握户外生存技巧、做农活、学会一项新的技能、做社区志愿者……

暑假，是教育的延伸，是成长中的“练级”，是人生的探索，是青春的盛景。

孩子们在田野体验户外生活的快乐

成长“练级”，打开暑假的关键词

暑假关键词之一：探索

“研学游”是近年来风靡全国的旅游业态游，实践性研学、研究性研学、社会性研学等各种研学项目，既能增长见识又能丰富假期生活，以文化打卡、生活体验为特点的研学活动成为孩子们假期里的重要选项。

今年暑假来临之前，成都一款叫作“2024暑假亲子六日营”的研学游活动吸引了众多家长的注意。

这款研学游项目以“新探索、新发现”作为切入点，设置了“沉浸式熊猫义工体验”“带孩子去做一次‘小小考古学家’”和“跟着课本走成都”等活动，让孩子们深度探索城市魅力。

在体验做“熊猫义工”的日常安排里，孩子们可以参观大熊猫基地、近距离观察大熊猫生活，特别吸引他们的是可以给大熊猫清理圈舍、增加新竹子、捡拾竹香便便、亲手为大熊猫制作窝窝头；义工活动结束后，表现出色的参与者还将获得中国大熊猫保护研究中心认证颁发的“大熊猫爱心体验者证书”。

在“做一次‘小小考古学家’”的模拟考古体验中，孩子们可以“亲临”考古发掘现场，了解专业的考古知识并体验考古流程，还可以到青铜器制作工坊学习青铜器铸造知识，尝试亲手浇筑青铜器。

此外，孩子们还有机会参与川菜制作体验，换上工作服戴上厨师帽，化身川菜小厨师，跟随老师学习川菜烹饪知识，亲手制作一份美味的川菜。

“暑假是学生走出家门了解自然、历史和世界的大好时机，可以借此机会进行更多深度体验。”浙江大学旅游研究所副所长周永广说。

近年来，City Walk（城市漫步）火了。不少家长选择用City Walk的方式与孩子一起用脚步丈量城市。相较于走马观花式的游览，City Walk用脚步丈量城市，深度体验城市风貌、城市文化和城市民俗，成为暑期游的一个选项。

一个居住在北京的家庭把体验北京的自然、人文景观列入了暑期City Walk计划：“暑假不打算外出旅游，准备和孩子一起在自己生活的城市‘深度游’。”

City Walk并不局限于自己生活的城市。去年暑假，12岁的山东青岛女孩小林第一次来到广西桂林，和家人以City Walk方式探索了这座“山水甲天下”的城市。在历时3天的行程中，他们以“慢游”的方式感受了漓江的秀美、东西巷的热闹、古南门的历史厚重感……

“书上描绘的美景就在眼前，从前看过学过的一些知识点被激活了。”小林感叹道。

西安市社科院历史文化与旅游研究所所长周荣认为，City Walk这种旅游新业态已经成为旅游市场的一大热点，折射出近年来旅游产业升级发展和旅游消费模式的转变。

暑假关键词之二：游戏

参加研学夏令营，也是孩子们打开人生新体验的方式。

浙江某地的一个“7天夏令营”吸引了数百个少年加入，孩子们必须离开父母的庇护独立生活来面对平时无法获得的人生体验：洗衣做饭、搭帐篷、户外生存、种地、干农活……他们在大自然中与山林溪流对话，和植物、动物交朋友，通过对大自然的探索与观察，激发对大自然的好奇心和探索精神。在夏令营里，他们掌握了户外生存常识，同时在骑马、热气球、射箭、滑草、溜索、皮划艇、攀岩等各种趣味性活动中获得乐趣。

美国神经学家潘克塞普（Jaak Panksepp）说：“游戏是严肃的教育。”他认为，游戏的重要性不亚于“现实生活”，它对发挥人体的最佳功能来说是必不可少的，因为游戏能促进前额叶皮层的大脑联结发展，前额叶皮层负责良好判断、遵守规则和与他人融洽相处。当游戏的快乐和自由与创造力、想象力、身体活动及人际交往相结合时，大脑会得到良好的发展。

暑假，为孩子们提供了更多参与到游戏之中的宝贵时间，从而获得超越学校常规教育之外的“严肃的教育”的体验和智力滋养，对于孩子们来说弥足珍贵。

暑假学游泳

暑假关键词之三：挑战

暑假时间长，给了孩子们在学习之外调整状态、重拾挑战的机会。

骑行走完城市里的环城路、完成一份调查报告、学会一项技能（比如游泳、骑自行车、做家务）、成功实现减肥，甚至是养好一盆花、每天走完两万步、钓上一尾5斤重的大鱼……挑战无论大小，都可以让孩子们获得满满的成就感。

青岛小伙鲍连宇更是用亲身游历成为孩子们追捧的“传奇”。去年，他用16天时间爬完了衡山、天门山、峨眉山、青城山、华山、老君山、嵩山、恒山、泰山9座山，还顺带逛完了四川、河南、山西、山东4省省博，凭借这种堪称“特种兵旅游”天花板式的行程，鲍连宇登上了抖音同城热搜。

据大众网报道，徐州大学生李子涵利用周末和假期，打卡了连云港、南京、长沙、北京等10余座城市的近百个景点。

来自北京的16岁女孩甄欣，经过4天零10个小时的连续挑战，刷新了五岳联盟推出的“五岳特种兵”网红打卡活动。

这种“特种兵式旅游”体现了一种奔赴山海的青春浪漫主义，既是对少年人勇气和毅力的一种磨砺，也将成为他们在今后人生中一段难忘的回忆。

暑假关键词之四：兴趣

为了丰富暑期公共文化供给，各地围绕孩子们兴趣爱好在暑假期间推出了不少文体活动。

连续数年，武汉市开设暑期托管项目。团市委充分利用青少年活动基地开展了“青少年暑假社区托管”活动，提供10大类线上活动和丰富多彩的线下活动，每年为超过30万人次的青少年免费提供课程辅导、素质教育活动等服务。

2023年7月5日-8月23日期间，武汉市青少年暑假社区托管项目分两期对青少年开放。托管期间，以红色歌咏会、故事会、绘画、征文等形式开展理想信念教育；以知识讲座、趣味问答、国家安全基地打卡等形式开展国家安全教育；通过观看线上（线下）青少年精品戏剧戏曲演出、组织地方戏曲、陶艺、绘画、编织、剪纸等开展传统文化实践活动；结合武汉市在人工智能、航天航空等科技创新领域的成果，开展创新实践教育活动。

暑假社区托管项目服务对象，为全市相关社区托管室和商业（服务业）集聚区、企业（楼宇）园区托管室服务区域范围内的小学生，优先服务农村留守儿童、外来务工人员子女、城市中低收入家庭子女和双职工子女。

其中，“线上公益活动板块”打造了“系列博物馆”微课，通过线上老师讲解、实时互动、趣味动手三个环节的设置，让青少年轻松掌握多个中华传统文化的知识点，“社交类”课程将日常生活常识融入到魔术中，教会青少年10个生活小魔术，用简单的魔术道具、新奇的创意来感受生活中的“不可思议”，“公共课程”中的“法治在线”用短视频、动漫画、网上案例分享等形式，围绕儿童防校园暴力、防性侵、防拐卖、防意外伤害、防自然灾害、禁毒知识等方面，为未成年人普及法治安全知识。

线下活动则包括皮划艇训练营、非洲鼓训练营、棒球训练营、飞盘训练营、攻防箭训练营、冰球训练营、冰壶训练营等，丰富了孩子们的文体生活。

常州市则依托博物馆、图书馆和文化馆等公共文化服务平台，组织开展了近200项内容鲜活、形式新颖、吸引力强的“暑期活动”。

博物馆的“发现之旅”提供了数十项展览和社教活动，其中包括原创科普特展“常州博物馆藏精品昆虫展”，展示300多种共计800余件精品昆虫标本，以及“行走的博物馆”“为教办展”“寻访古老历史文化遗迹”等教育活动。

图书馆的“知识之旅”开设了80场阅读互动活动，并特别推出“七彩暑期阅读季”、志愿者活动、创课空间、第三空间、E路畅行四大主题，绘本故事、名家讲座、亲子手工DIY等精彩纷呈的活动。

利用暑假强化身体素质，通过有趣、专业的特色培训让孩子们爱上体育，帮他们度过一个快乐而充实的假期，是很多家长的愿望。

除了社会体育培训以外，近年来北京、上海等多地还在暑期开展了体育活动等内容，如上海选派数百名教练员向爱心暑托班配送体适能、足球、篮球、排球、乒乓球、羽毛球、击剑、武术、跆拳道、空手道、橄榄球、棋牌、跳绳、咏春拳、啦啦操、健身操、轮滑、旱地冰壶、飞镖、团队互动等多个项目的体育培训课程。

暑假关键词之五：社区

暑假是青少年增强本领、参与社会实践、提升青少年综合素质的好时机，而社区可以发挥区位优势为青少年成长搭设平台。

上海青年管理干部学院一位教授说：“上海要建设文化大都市，应该让社区居民尤其是青少年在多姿多彩的文化活动中健康成长，享受美好生活。”他认为，要构筑发挥社会化服务体系功能的“街坊生活圈”，社区应该拓展对青少年健康成长功能的各种服务样式。

广西南宁市的多个社区在暑假开展了社区教育公益培训班，英语、阅读写作、数学、国画、手工、毛笔书法、机器人、少儿编程、乒乓球、创意手工等课程全部免费向社区青少年开放。除公益课程外，社区还组织孩子们开展公益大扫除、家务活比赛、跳蚤市场、走进军营学习等主题活动。

武汉市江汉区某社区举行手工艺术“面人”讲座，特邀非遗传承人为孩子们讲课，手把手地教他们捏面人。

家长们表示，这项活动不仅锻炼了孩子们的动手能力，还让他们了解非遗，是一项很好的暑期活动。

在西安莲湖区的“绿芽成长”未成年人暑期社会实践活动中，孩子们戴着志愿者袖箍，在社区工作人员带领下参与社区治理活动，清理绿化带白色垃圾、捡烟头、擦拭健身器材、清理“野广告”。孩子们在活动中收获了劳动的快乐，增强团结意识，为社区建设贡献了自己的力量。

“绿芽成长”社会实践活动，内容包括“五老”进社区、壹基金壹乐园、科普课堂、国乐进社区、社会志愿服务5大部分，提高学生社会实践能力，促进他们的德、智、体、美、劳全面发展。以实践活动促进未成年人树立参加公益活动、奉献社会的理念，用丰富的趣味课堂扮亮他们的暑期生活。

孩子们在暑假跳蚤市场中找到乐趣

暑假艺术家进社区活动

曹烨/文

本版稿件未经授权严禁转载

主编：庄伟伟　责任编辑：萧世龙　联系电话：028-86757864　美术编辑：肖凤