

学会说不 沉着应付 缓和气氛 寻机求助 特警进校讲安全 向校园欺凌说不

□本报记者 孔琳

“要学会对欺凌说不！”近日，东风小学、简良小学等学校邀请到石家庄市公安特警支队女子特战队中队长蒋佳朗到校，上了一堂守护校园安全公开课，带学生认识校园欺凌，并学会应对策略，来看看英姿飒爽的女特警是怎么教学生对校园欺凌说不的吧。

在蒋佳朗的讲座中，她先带领同学们认识了什么是校园欺凌：在校内外，学生间一方（个体或群体）单次或多次蓄意或恶意通过肢体、语言及网络手段实施欺负、侮辱，造成另一方（个体或群体）身体伤害、财产损失或精神损失等的行为。

校园欺凌的种类有：人身欺凌；也叫肢体欺凌，包括冲撞、踢打、推拉、绊倒、拳打脚踢等。语言欺凌：当众嘲笑、辱骂以及给别人起侮辱性绰号、传闲话等。财产欺凌：故意损毁他人的衣物、文具或者讨要钱物的行为。社交欺凌：采取孤立，令其身边没有朋友等，以小团体孤立和排挤他人。网络欺凌：在网上发表对受害者不利的网络言论等进行恶搞。

讲座中，蒋佳朗还带同学们认识了同学之间的玩闹与校园欺凌的区别。其中，校园欺凌包含四个要素：它是故意的、它是不对等的、它很可能是持续性的、它具有针对性。一切违背对方意愿，通过行动或言语强迫对方完成某件事，或者引导、控制对方进入某种状态都是欺凌。

那同学们该如何提前预防校园欺凌呢？蒋佳朗强调了同学们需要注意的几点：杜绝盲目攀比，留神易发时



□蒋佳朗到简良小学进行讲座。（学校供图）

地，出行要呼朋引伴，无谓冲突要规避。

遇到校园欺凌，同学们该怎样应对？蒋佳朗给出的策略是：学会说不，沉着应付，缓和气氛，寻机求助。当自己受到欺凌时，在态度上，要勇敢坚定，挺胸抬头，不卑不亢，起到震慑作用。明确地告诉欺凌者停止他们的行为，然后走开。当受到欺凌时，最好不要表现出害怕或哭泣，这会让欺凌者觉得你很好欺负从而继续欺负你。同时，在心态上告诫自己要沉着冷静，找寻退路。如果被人围堵，要学会转移话题，找一些熟人、熟事来舒缓紧张的气氛，保证自身安全，并寻机向路过的同学、老师、警察或者成年人求助。

蒋佳朗给出了被欺凌时的具体应对方法：如果遭遇围攻，我们一定要三十六计，走为上，不要恋战。如果退



□蒋佳朗到四十六中进行讲座。（本人供图）

无可退，一定要尽量背靠墙壁，或者进入相对狭窄的巷道，避免腹背受敌的情况出现。如果被打倒在地，要双手抱头，护住头胸腹这些致命部位。事后我们一定要将情况第一时间向家长、老师如实报告，有必要可向公安机关进行举报，协助他们收集、固定相关证据，进行后续的处理。

蒋佳朗告诫道：低龄不是恶性犯罪的“免罪金牌”，我国法律明确规定，对于情节并非特别严重的校园欺凌行为，可按照治安管理予以处罚；但若情节极其严重，可能构成刑事犯罪。

“民警一直在守护学生的安全”，蒋佳朗呼吁同学们都行动起来，反对校园欺凌，建设文明校园，争做文明学生。

△小记者在行动之参观学习

漫步古城墙

石市鹿泉区第三实验小学二(2)班 李承泽(小记者)

这天，我们燕赵晚报小记者跟随晚报小记者训练营老师踏上了历史悠久的石家庄市正定古城墙。

古城墙高高耸立，砖石间透露出岁月的痕迹。我们沿着城墙漫步，欣赏着两边的风景，感受着古

城的韵味。一路上，老师耐心为我们讲解古城墙的历史和文化，让我对这里有了更深的了解和认识。

在参观过程中，我不仅学到许多知识，还感受到古城墙的魅力和韵味。这次参观研学让我更加热爱这片土地。

通过这次游古城墙的经历，我深深地感受到了中华文化的博大精深和历史的厚重。在未来的日子里，我会更加努力地学习，为传承和弘扬中华文化贡献自己的一份力量。

△校园简讯

新华路小学：法护未来 安全相伴

10月15日，新华路小学开展了少年儿童普法宣教活动。河北三和时代（石家庄）律师事务所律师李洁洋结合《未成年人保护法》《刑法》和实际案例等，讲解了法律的基本含义、交通法律法规、道路安全知识和预防青少年网络沉迷相关措施等，使学生明白了知法、懂法、用法的重要性。

本报记者 孔琳

宁安路小学：关爱学生 家长送锦旗

10月15日，宁安路小学一年级的两位老师收到家长送来的锦旗。转学生小海（化名）初到石家庄对新环境不适应，班主任王丽雪老师和语文王静老师了解情况后，带着小海和同学们做游戏，探讨学习中遇到的问题，说说悄悄话、心里话。小海心态发生变化，每天盼望着上学。家长感谢学校的用心，学校将继续携手家庭，助力每个孩子成为最好的自己。

本报记者 孔琳

翟营大街小学：专家讲座进校园

10月14日是世界标准日，翟营大街小学特邀河北省地质环境监测院的李梓瑶老师来校讲座。李老师深入浅出地讲解了我国水资源的现状，以及地下水检测的重要性、技术原理等，并阐述了标准化的力量。活动不仅加深了学生对水资源保护重要性的认识，也激发了他们对科学探索的热情和对社会责任的担当感。

本报记者 孔琳

53中：消除火灾隐患 共建平安校园

10月16日下午，长安区消防救援大队贾楠参谋一行来到石家庄市第五十三中学，对学校消防设施进行了安全检查。贾楠一行细致检查了灭火器、应急灯、消防通道，对学校结合自身消防设施实际采取的措施予以了肯定，并就消防档案管理等提出了中肯建议。此次检查，进一步提升了学校的安全防范意识，切实筑牢校园消防安全防护线。

本报记者 安迪

99中：首届秋运会圆满落幕

日前，石家庄市第九十九中学成功举办了2024年第一届秋季运动会。首届秋运会为期一天半，设有田径、球类、跳绳、拔河等多个传统竞技和团体比赛项目，在充分满足不同学生的运动兴趣和参与热情的同时，也为师生在这个秋天留下了无数难忘瞬间和美好回忆。

本报记者 安迪

△校园简讯

胜利大街小学：人人讲安全 个个会应急

为保证全校师生在突发地震时能快速、有序、高效应急避险，10月16日，胜利大街小学组织了一次防震应急疏散演练。演练不仅增强了全校师生在地震等自然灾害中的应对能力，也提高了学校的安全管理水平。

本报记者 安迪

长安东路小学：绽放花季 与法同行

10月16日，长安东路小学邀请河北瀛冀律师事务所律师赵娜到校，给六年级同学带来一节普法课。赵律师结合一些具体案例，让学生明白了法律的重要性，同学们纷纷表示要做一个知法、懂法、守法的人。活动强化了学生的法制观念和道德意识，为学生的健康成长提供了保障。

本报记者 孔琳

前杜北学校：珍惜每一粒粮食

10月16日是世界粮食日，前杜北学校各班召开班会，老师带领学生了解世界粮食日的由来，并号召学生：节约粮食从你我做起，从“光盘”行动开始。此外，学生还绘制出一张张精美的手抄报，号召身边的每个人都参与到节约粮食的行动中来。

本报记者 孔琳

荷园路小学：防火演练守平安

为加强消防安全教育，提高师生突发事件应对能力，10月15日上午，荷园路小学开展了一次防火疏散演练。此次演练进一步提高了师生的消防安全意识和逃生技能。今后，学校将继续做到警钟长

鸣，防患于未然，为孩子们安全、健康、快乐成长营造良好环境。

本报记者 安迪

长安四幼：节约粮食从娃娃抓起

10月14日—10月16日，长安区第四幼儿园以第44个“世界粮食日”为契机，对幼儿开展了一系列教育。活动中，老师利用实物标本、图片视频等多种形式，帮助孩子们了解世界粮食日的由来，认识粮食的重要性，引导孩子们珍惜当下幸福生活，爱惜粮食。

本报记者 安迪

四中路小学：科技小达人评选揭晓

近日，四中路小学“科技小达人”评选揭晓，55名、56名同学分获一、二等奖。四中路小学重视学生科技创新能力的教育和培养，9月底到10月初，学校举办了“科技小达人”评选活动，各班同学积极参加，共收到生活娱乐类作品、工程建筑类作品、航空科技类作品等210件，全面展示了同学们的奇思妙想和高超的动手能力。

本报记者 安迪

中华大街小学：魅力班级 文化绽放

10月15日，中华大街小学开展了班级文化建设评比活动。各班墙壁上贴满了同学们的创意画作和优秀作品，主题鲜明、彰显个性。活动中，小小解说员担任了展示与讲解的重要角色。活动不仅展示了同学们的无限创意和团队精神，也为校园增添了一道亮丽的风景线。

本报记者 孔琳 通讯员 李粟宇