

# 托管式夏令营让你的暑假全新全能

## 作业辅导 体能训练……全能少年夏令营开始报名了

暑假开始了,刚回笼的神兽又出笼,家长们做好应对了吗?如何能让假期过得充实而有意义?如何能让孩子远离手机、电脑、电子游戏?如何能让孩子按时完成作业?如何能让孩子在假期提升综合能力?

据不完全统计,受疫情影响,2020年上半年我国青少年的体质和体能有一定程度下降。“身体是革命的本钱”,暑期青少年体能储备依然重要。营在淄博·全能少年托管式夏令营实行军事化封闭管理,体能训练不同于传统体育课程的单调、乏味,我们强调以“安全+快乐+高效”为训练原则,最终实现以“体能+运动+营养”的系统化训练体系。

托管式夏令营最早源自美国,实行封闭式军事化管理,孩子在夏令营活动中得到家庭和不同的锻炼和经历,让孩子的综合素质得到提高,心性得到磨炼,让一个娇生惯养的“小皇帝”,变成一个吃苦耐劳的好少年。

### 营会亮点

#### 托管模式

独创托管式夏令营模式,兼顾课业和玩乐;假期让孩子按时完成作业的同时提升综合能力。

#### 作息安排

独特的“晨午晚”三段式作息安排

上午:暑期作业辅导,辅导孩子按时完成假期作业、答疑解惑;

下午:体能训练课程;  
晚上:男生、女生专属课程

#### 课程内容

七大核心板块,打造淄博首个托管式夏令营!

暑期作业辅导板块+习惯养成板块+感恩教育板块+体适能训练板块+劳动教育板块+实践技能提升板块+职业体验板块

#### 专业营地

夏令营营地选址淄博高新区中小学综合实践基地,基础设施配备齐全,给予孩子有趣、安全、可支持性的夏令营成长环境。保护每一个孩子的独特个性,同时,赋予孩子充足的自由与权利,打造全新构建理想的“全能少年托管式夏令营”。

#### 安全保障

暑期夏令营活动执行人员均具有丰富的实践教育经验,具有爱心、责任心、耐心的带队管理经验,确保活动安全有序;在过往的活动中无一例重大安全事故,以超好口碑得到家长和孩子的高度认可。

#### 活动内容

暑期作业辅导,熟悉的学习环境,齐全的配套设施。

丰富的管理经验,个性化作业辅导。别误会,我们不补课,我们邀请了专业学科素养老师辅导孩子完成暑假作业,不必担心作业完成的质量好不好,不必担心开学前狂补作业。

#### 体适能强化

青少年体能训练内容要以学习掌握体能训练的基础技术

### 营在淄博·全能少年托管式夏令营日程表

暑期作业辅导+习惯养成+感恩教育 体适能强化+劳动教育+实践技能提升+职业体验			
7:00-7:30	晨练		
7:30-8:00	早餐		
8:10-8:30	全科阅读		
时间	上午	下午	晚上
DAY1	抵达营地 开营仪式	军事技能训练	棋艺大比拼
DAY2	暑期 作业 辅导	力量训练 (搏击基础)	女孩 美食小当家
DAY3		速度训练	男孩 航空模拟飞行
DAY4		灵敏素质训练 (真趣味运动会)	女孩 插花艺术
DAY5		耐力训练 (徒步穿越) 野外生存技能	男孩 木匠之心
DAY6		农耕体验 果蔬采摘	一封家书——感恩教育
DAY7		我是今晚最亮的仔 ——荧光晚会	
			惜别离营

为主,建立动作的正确性、合理性,进行以技术为中心的全面体能训练。包括力量、速度、耐力、灵敏、柔韧、协调等素质训练,防止单一刺激和片面追求专项成绩。

#### 军事技能训练

通过军事化的行为训练,克服拖拉、懒惰的小习惯,学会独立生活的技能。

#### 力量训练

力量素质可分为一般力量和专项力量。适当的力量训练对青少年的肌肉及骨骼发育、维持身体姿势都能形成良好的影响。

#### 速度训练

一般分为反应速度、动作速度、位移速度。在青少年时期,速度素质的发展应以动作速率提高为主。

#### 灵敏素质训练

灵敏素质是一种十分复杂的反射,表现为对外界刺激所做出的迅速反应,包括神经反应过程。

#### 耐力训练

在青少年时期,由于心血管系统和呼吸系统尚未发育完善,较宜采用有氧耐力训练,可以刺激相关系统更好地发育,但负荷不宜过大。

#### 男生女生课堂

#### 女生专属

##### 烘焙体验 插花制作

有教育深度的课程体系为女孩赋予内心力量,让女孩们在安全的、体验式的环境中发现自我,做一个内心有光的女孩。

#### 男生专属

##### 飞行员体验 机械手臂

做一个自信阳光的男子汉,在遇到挫折时,不逃避、不退缩,用笑容去面对生活,善待自己和他人的,内心充满自信和阳光。

#### 营会信息

##### 时间

第一期:7月18日-7月24日  
第二期:8月8日-8月14日  
第三期:8月22日-8月28日

##### 建议年龄

淄博市内新学期二、三、四、五年级学生

活动费用:1580元/人  
咨询电话:0533-2270772

## 满山垃圾遍地“飞” 渣土车上路扬尘 个别村庄社区环境问题依旧

### 城乡环境大整治 精细管理大提升

文/图 记者 伊巍

晨报淄博7月8日讯 7月8日,记者跟随淄博市整治办分别到淄川、博山、沂源暗访城乡环境大整治精细管理大提升行动中存在的问题,暗访过程中,存在生活垃圾随意倾倒、大面积建筑垃圾露天存放、土地裸露、扬尘漫天等问题,有些村庄、社区疏于管理,导致环境污染问题存在。

7月8日上午9点,记者一行来到淄川区102省道与孝妇河立交桥交界处,施工现场道路积尘,车辆经过带起大片扬尘。周边建筑垃圾露天堆放,还有两处大型渣土堆,其中一处简单覆盖,另一处露天存放。

上午9点36分,记者途经淄川区山张社区,社区多处土地裸露,进入社区的道路未硬化,路面坑坑洼洼,车辆进出带起大片扬尘。这条未硬化的道路上,建



博山区万福路淄博琳赛姆新材料有限公司在建项目施工现场渣土车带起扬尘。



沂源县南崔线天润公司西侧,大片建筑垃圾露天存放。

筑材料随意放置在路边。社区里面距离居民楼不足20米处,大片渣土堆露天存放。建筑工地管理混乱,垃圾遍地。

上午10点15分,记者在淄川区昆仑镇晟地路南侧孝妇河施工现场看到,渣土堆露天存放,由于进出工地的道路未硬化,车辆经过时带起大片扬尘。工地现场无抑尘、降尘措施。晟地路路面保洁不及时,垃圾成片。

上午10点25分,记者沿张博路来到博山区白塔镇。生建公交站牌对面以南至白塔镇政府地段,许多建筑垃圾露天存放。

上午10点45分,记者来到博山区莲花山路淄博强大集团南侧,一辆垃圾清运车从山上开下来,带起大片扬尘。现场除了大面积土地裸露,周边大量建筑垃圾、生活垃圾随意倾倒,远远看去,垃圾满山遍地都是。有些建筑垃圾、生活垃圾倾倒的区域紧靠村民的家。有些村民刚刚盖的新房与周边的建筑垃圾和生活垃圾形成鲜明对比。

上午11点20分,记者乘坐的车辆途经博山区万福路淄博琳赛姆新材料有限公司在建项目

施工现场时,一辆正在作业的渣土车带起漫天扬尘。此处土地裸露,没有抑尘措施,施工工地门口冲淋设备形同虚设,扬尘严重。该项目以北路西石料厂大面积物料未覆盖,出入口保洁不到位,东侧车辆等待区土地裸露,未绿化硬化,没有防尘措施。由于路面积尘严重,记者乘坐的车辆倒车时,带起大片扬尘。

下午1点35分,记者来到沂源县刘家庄大桥桥西河岸,大片建筑垃圾和渣土露天存放。北刘家庄村桃园内大量生活垃圾随意倾倒。一名村民告诉记者,全村的垃圾倾倒在处,周边企业无法处理的垃圾也倾倒在处。过段时间,就会有人用土把垃圾埋起来,然后他们继续倾倒垃圾。

下午1点48分,记者在沂源县贾家庄青山高速桥下东北角处看到,大片生活垃圾随意倾倒,建筑渣土露天存放。此处两个废品回收站内杂乱不堪,摆放无序,管理混乱,视觉污染严重。

下午1点54分,记者来到沂源县南崔线天润公司西侧,大片建筑垃圾露天存放。