

# 让孩子在阳光下自由快乐成长

## ——洛南县“双减”工作侧记

王江波



古城镇中心小学学生学习手鼓舞



石门镇中心小学学生展示自己的乐高作品



第五小学学生在校内读书角阅读自己喜欢的书籍



城关街办中心小学学生在进行舞蹈基本功训练

12月2日下午6时，洛南县石门镇一个农家小院里，小学二年级学生乔煜焱正与小伙伴们玩捉迷藏，他们脸上洋溢着幸福的笑容。“我们在学校就把作业写完了，回来后可以和小伙伴一起玩耍。”乔煜焱说。乔煜焱的妈妈乔营介绍，现在孩子放学回家有充足的时间做自己喜欢做的事，家长再也不用逼迫孩子写作业，这样既保障了睡眠时间，孩子的学习效率也提高了。乔煜焱快乐无忧的生活是洛南县扎实落实“双减”政策的一个缩影。

为全力推动“双减”落实落地，促进学生全面发展、健康成长，今年秋季入学以来，洛南县主动对标“双减”工作要求，“一镇一策”“一校一案”，依托“课后延时服务”，做好“校内”提质和“校外”减负，积极打好丰富课程内容、提高课堂效率、规范作业管理等育人组合拳，着力构建良好教育生态。

### 多彩活动，助力“双减”落地

在绿茵场上，学生们尽情挥洒汗水；在舞蹈教室，学生们随着音乐节奏做着舞蹈动作；在陶艺教室，学生们巧手捏造出一个个形态各异的作品……每天下午放学后，在洛南县第五小学，这一幕都已成为常态。校长张栋梁告诉记者：“按学校规定，15:50放学，16:00开始课后服务——先做作业再进行社团活动，作业十几分钟就完成了。”张栋梁解释，有些需要掌握的知识点在课堂上已经完成，课堂效率提高后，作业已经不是课后服务的必选项，“少而精”的作业让学生有更多时间去培养自己的爱好。

英语老师教美术，语文老师教手工，数学老师教剪纸……洛南县石门镇中心小学校长张栋梁笑着说：“在我们学校并非稀罕事。”学校在发挥教师特长的基础上，充分挖掘教师潜能，利用有限的教师资源，盘活课后服务这盘大棋。学校坚决落实中央“双减”文件精神，健全工作机制，强化学校育人主阵地作用，推行基础类、素质类和科普类3大板块课后服务，将放学后的“空窗期”提升为培养学生综合能力的“可为期”，努力营造良好教育生态。

“正身、开臂、悬肘、起笔、行笔、收笔……”在石门镇中心小学毛笔书法比赛的现场，学生们正在认真临摹《登鹳雀楼》，每一名参赛选手都写得有模有样。“参加书法比赛，不仅能培养我们正确的书写习惯，而且我们还能跟着老师一起领略中国书法的魅力，体验不一样的人文历史。几个月下来，我们已经深深爱上了书法练习。”参加书法比赛的学生你一言我一语表达自己的感受。据书法社团老师介绍，学校的社团活动，学生参与率已经达到100%，每一个孩子都在社团活动中实现了自我发展，全体教师也通过社团活动，不断发现和培养孩子的特长，美育教育在社团活动中得到了充分体现，“双减”下的学生，也真正做到了全面发展，多点开花。

石门镇中心小学全面推行“1+X”课后服务模式，在课后服务环节开设了足球、篮球、书法、绘画、乒乓球、韵律操、手指舞、乐高积木等特色社团10多个。社团活动以专业学科老师带头和有特长的老师自愿申请为主，定人定班服务。艺体活动开展一段时间后，老师们发现，课堂上开小差的学生少了，不少学生写字握笔更用力了，甚至平时不爱讲话的学生也慢慢开朗起来了。

### 优化服务，乐享“课后”时光

“老师，这个问题我们不会。”课后服务时间，洛南县麻坪中学七年级一班教室里，学习小组组长正在求助。英语教师胡敏珍走到他身边，看了看题目说：“在一般现在时疑问句中，主语是第三人称，要用does，动词必须还原……”被“点通”的学生迅速在笔记本上记录下来，不一会儿，老师和学生都露出了会心的笑容。

“双减”之后，师生在校时间大大增加，如何在“双减”中各得其所、各有精彩？在麻坪中学校长来建国看来，“双减”链接的是老师和学生两个主体，除了要努力提高课堂效率，精心设计学生作业之外，更重要的是做好课后服务，为学生幸福生活奠基的同时，教师也能从中体会到职业幸福。基于此，麻坪中学在不断推动“双减”落地的同时，将小组合作探究引入课后服务中来。通过小组合作探究，让学生发现问题，老师去解决问题。“小组合作探究将学生分为6人一组，按照男女比例和学生各学科优劣势组成小组，实现小组成员互相帮助、你追我赶的学习氛围。自从合作探究引入课后服务以来，学生的学习效率明显提高，老师在课后服务中只需讲解学生提出的疑点难点，学生也有更多时间去社团放松自己，提高自己。”胡敏珍说。

“学生应该是什么样，我们应该怎样努力？”是“双减”政策下洛南县第五小学校长张栋梁一直思考的问题。据他介绍，学校依托苏陕协作，建成了一所现代化水平较高的标准化学校，借助这一优势，学校建构“童心教育”课程体系，在课后服务中开展泥塑、舞蹈、合唱、足球等社团活动的同时，将“八仪四礼”的行为准则贯穿在教育教学的始终。张栋梁说：“培养孩子理解、宽容、谦让、诚实的待人态度和热情、大方、友好、礼貌的行为举止，是教育教学的重点工作之一。”学校开发以“文明伴我行”为主题的校本课程，通过开展礼仪教育、普及礼仪知识，促进学生综合素质提高。“我是文明五小人，文明礼仪我最棒，从小心中有梦想，长大为国立功劳。衣着整洁又大方，文明用语常在口，自己进校别父母，见到师长问声好……”老师们编写的《五小文明歌》，成为孩子们言行举止的标准。

### 作业管理，聚力“双减”提质

“作业负担事关学生的成长，绝非简单的课堂教学、学校教育问题。”洛南县城关街办中心小学校长张秀云说，“减负”问题的解决必然大幅度提高学生的幸福指数。城关街办中心小学从作业管理入手，以阳光作业、个性作业为抓手，推进学

生课业减负工作，走出了别具特色的“双减”之路。学校以符合学生年龄特点和学习规律，体现素质教育为导向，将作业设计纳入教研体系。通过设计分层作业、弹性作业和个性化作业，努力挖掘作业的趣味性、开放性、梯度性、探究性和实践性，让作业更好地发挥育人功能。学校在不断提升教育教学质量、为教师赋能、为课堂赋能的同时，在作业设计质量上想了不少“金点子”。学校门口公示栏里《作业公示表》的制定，将作业可视化、显性化、公开化，各科作业内容、预计完成时间、作业完成情况一目了然。做到了“周内书包不离校”，放学后学生可以轻松地挺起腰板回家。“这一举措，既能有效协调各学科的作业时长，也促进了学科间的均衡发展，确保学生在在校期间就能完成当天的作业，做到了‘减负’但不‘减质’。”张秀云介绍，除了作业公示，学校还在探索实行“无作业日”行动，每周星期五下午，学校都会举行“大社团”服务活动，作业量减少，让学生有更多的机会加入社团活动中来。老师还会布置一些有趣的课后实践作业，引导学生在家看书、观察，而不沉迷于网络和电视。

加大精准优质作业的布置；丰富非书面作业；增加拓展类、思考类、实践类作业；加大家校作业互动沟通；重视特殊学生的作业完成……城关街办中心小学的作业管理举措不仅为学校教育教学质量的提升打下基础，而且也化解了老师和家长对作业改革会影响学生学习成绩、学校教学质量的担忧。“孩子在学校就可以完成作业，回家后还非常认真地给我们讲在校所学内容，周末和晚上有更多时间陪孩子一起看书、锻炼或



第五小学美术社团老师指导学生完善绘画作品

者去公园走走。之前对“双减”后孩子学习成绩的担忧，现在看来都是多余的。”城关街办中心小学三年级学生胡宇桐的妈妈张女士告诉记者。

在石门镇中心小学，学校在“双减”落实过程中，严格要求一、二年级严禁布置书面作业，三至六年级的书面作业总量不超过一小时。

古城镇中心小学数学教研组创新知识学习渠道，在五年级开展了“爱数学、学数学、用数学”的数学趣味活动。学校通过设计笔算、抢答、挑战等环节，让学生畅游在数学的海洋。在学校操场，六年级学生设计的一幅幅精美的数学手抄报，不断激发着学生学习数学的热情，让他们在数学游戏和绘画中掌握数学知识，感受数学的魅力。

### 高效学习，“深耕”课堂教学

“在教学中，一定要让学校学习融入学生的生活，才能真正与学生的兴趣和认知相呼应。”洛南县第五小学副校长李成文说。在第五小学，教师的教育教学搭乘信息技术的高速快车，与互联网技术深度融合。学校立足教育信息化2.0行动计划，以“三个课堂”建设为抓手，助力教育教学提质增效。第五小学依托信息化建设的强大优势，通过“智慧教研、智慧课堂、智慧评价”，实现教育教学全流程信息化。在课堂上，通过高效课堂展示，让学生学足学好。在课下，学校建设的电子阅读台成为学生补充知识、拓宽视野的最佳渠道。在教研活动中，学校每周都组织教师赛课和教师评价，并通过教育信息化2.0系统实现赛课情况的上传和展示，方便每一名老师课后互相学习和交流。

在洛南县思源实验学校，学校紧紧围绕“减负增效”的核心，向40分钟要质量。通过“同课异构”活动让教师进行思想的交流，思维的碰撞。在活动中，老师围绕不同科目和内容进行发挥，课程讲解精彩纷呈，亮点频出。优美的意境、灵动的思维、有趣的练习，引导学生快乐获取知识，老师们的亮点环节赢得听课老师的纷纷点赞。博观而约取，厚积而薄发。在活动中，老师不断更新自己的教学方法，相互交流、相互学习，有效促进老师的专业成长。

“‘双减’减掉的是学生额外的作业负担，但对教师的教学策略和课堂效率提出了更高的要求。”张秀云说。为了提升课堂教学效率，城关街办中心小学制定了推门听课制度，听后即评，指导教学。每学期安排新进教师汇报课、各级名师示范课、同课异构教师研讨课。通过听、评、议、研、学等多种形式促进课堂教学质量提升，共建新型教学模式。

在“双减”背景下，洛南县各中小学校在“减量”不“减质”中，“深耕”课堂教学，让学生在高效课堂中健康成长。

### 家校共育，绘好“双减”同心圆

如何更好开展家校协同育人工作？家校怎样一起更好地做好“双减”这道必答题？城关街办中心小学副校长孙捷敏在《温暖点燃希望》中的一段话为家校共育做出了回答：“通过家访我深深地体会到，想要更好地全面了解学生，就必须深入到学生家庭中去，了解他们的生活环境。让学生能感受到老师的关注与重视，家访活动不仅促进教师和家长之间的沟通，也让家长随时了解孩子在校情况，并且可以指导家长如何配合学校，有利于形成教育合力，家校共育才能使得学生得到更好的进步。”

“良好的家庭教育不是单方面，而是双向互动的，它渗透于学生生活的方方面面，这也决定了学校和家庭必须密切配合，才能形成巨大的教育合力。”提起家校共育，张秀云有说不完的话。作为教育的主阵地，指导家庭教育是学校德育工作重要的组成部分。城关街办中心小学协助成立的家委会成为“家长学习共同体”，每年家长会、开学典礼以及节假日，通过家校协同工作，孩子们的成长有了多重护航。在此基础上，以省级家校共育示范基地为载体，运用心理学知识，引导教师开展家校共育工作，内容涵盖了行为养成、青春期教育、隔代养育、贫困生帮扶等问题。

“孩子今年上二年级，平时在学校的一些反常举动，班主任都会及时反馈给我们。在教育孩子方面，老师也经常给我们支招。除了这些，学校还通过家长会、家委会、家访、学校参观日等各种形式密切联系家长，家校交流沟通在城关街办中心小学早已经成常态。作为家长，我们非常感谢学校对孩子所做的一切，让我们也能在不断学习中，学会如何培养孩子健全的人格和正确的价值观。”城关街办中心小学刘钰钰的妈妈焦女士对家校共育理念频频点赞。



城关街办中心小学创新课间操形式，因为学生在课间跳绳操。