

# 在“双减”中蝶变，向美而行

## ——镇安县“双减”工作调查

本报通讯员 刘明清 汤欣 郑学义



灵动课堂

坐落于旬河之滨、凤凰山下的镇安县黄家湾九年一贯制学校里，绿草如茵，干净整洁，活力四射。课堂交流中展示精彩灵动，操场上加油喝彩声此起彼伏，乐器室里琴声婉转悠扬……这一幕幕，正是镇安县中小学校在“双减”中蝶变、向美而行的一个缩影。

自“双减”政策实施以来，该县以“办人民满意教育”为宗旨，在优化课堂实效、加强作业管理、开展课后服务等各方面持续发力，大力推进“双减”工作落地落实落地。

### 灵动课堂，提质增效的源头活水

课堂教学是培养学生全面发展的主渠道，深化课堂教学改革，提高课堂教学效益是落实“双减”、实现减负提质的关键所在。镇安县制定了《“双减”背景下课堂教学基本要求》，及时召开“双减”课堂教学基本策略培训会，要求教师备课时做“加法”，丰富教学资源、深耕学情，教学中做“减法”，聚焦学科核心素养，避免教师“一言堂”，做到堂堂讲当堂练当堂会，实现课堂高效、课后轻负的终极目标。

如何让一节课既“营养”又“可口”，让学生既“吃得饱”，又“吃得好”，成为“双减”背景下课堂提质增效的突破口。茅坪回族镇初级中学积极探索“小组学习+信息技术”，创新开展“遵循五项原则、落实八个环节，做好两个评价”的“582”课堂模式，让学生在自主学习、交流研讨、展示分享中提高学习效率，课堂教学做到有趣味、有“营养”、有活力。

“去年秋季升入七年级后，远离父母寄宿学校，陌生的师生面孔，增多的学习科目让我有点不知所措。幸好，各科老师根据我们不同的知识基础，让我们掌握了适合自己的学习方法，课堂轻松活跃，我的自信心不断增强，快乐学习的感受是最棒的！”该校学生魏小军在“新学期话‘双减’”主题班会上这样说道。

灵动课堂，学生获益，师生共同成长，提质增效有了源头活水。黄家湾九年一贯制学校的一节研讨课上，高鹏飞老师通过沉浸式的朗读——情景化的表演——抒情化的演唱，引导学生深入进行诗词阅读体验，关注文本多样解读能力，增强主旨理解能力，提升语文学科核心素养。学生的自主学习能力让听课老师频频点头，“双减”课堂的魅力让听课者印象深刻。该校老师李菲评课时说：“这样的语文课，灵动而高效，老师是卓越的学习者和创新的实践者，要站在学生的角度去思考，把时间还给学生，把方法教给学生，思考与创新应该成为每位老师落实‘双减’的积极追求。”

今年以来，为进一步提高课堂教学效益，提升教学管理效能，促进教师专业成长，镇安县又深入推行“五长”推门听课制度和“三个资源库”建设，引导全县教师将精力和时间聚焦到课堂上，聚焦到教学上，形成了合力推进教育工作的良好局面和重视课堂教学、重视备课研究、重视相互学习的良好氛围，实现了教师整体素质和课堂教学质量“双提升”。

### 智慧作业，减量提质的不二法门

作业管理凸显智慧。镇安县教育局制定了中小学作业管理实施细则，要求各中小学校坚持落实课程计划，全面发展学生，推行作业公示、家校协同减负，班子包抓年级、追踪督查落实，优秀作业展评、正向激励引导四大策略，根据基础性、典型性和探究性原则，改作业单一形式为弹性分层，合理设置必做、鼓励做、选做三个层次，严格控制总量，坚持常态管理，做到减量提质。

作业分层抓实减负提质，作业展示激活管理效能。镇安县第二小学深入剖析教师专业水平、生源现状、学生家庭情况、学生住地环境等因素，制定了适合校情的减轻作业负

担工作方案，稳步统筹推进减量、提质、分层、融合“四步法”，既减轻了学生作业负担，又提升了作业质量，还激发了学生学习兴趣。定期开展作业展评，对作业设计、作业完成、作业批改等集中评比，激发作业管理内动力，让学生在精品作业中举一反三、触类旁通，达到“四两拨千斤”效果。“作业分层以后，我才发现原来英语我也能学得会，从基础开始，相信我一定能迎头赶上的。这不，我的英语作业在这次展评中还获得一等奖了呢！”六一班詹思琪高兴高采烈地对班主任周娅老师说。

作业设计体现个性，凸显趣味性、实效性、多样性。线上教学期间，各式各样的趣味性作业让中小学生学习生活丰富充实、精彩纷呈。如“书香助力抗疫、阅读伴我同行”“同心抗疫、以艺战疫”“致敬逆行者、弘扬爱国心”“居家抗击疫情、劳动励心志”“我为家人做道菜、满满亲情战疫情”“线上庆元旦、居家战新冠”等开放性、自主选择作业单，深受家长、学生好评。

“‘双减’之后，作业都是老师精挑细选的。每天的课外作业不到40分钟就完成了，课后可以看文学名著、打乒乓球、做游戏，我是越来越喜欢上学了。”黄家湾九年一贯制学校六年级学生王中颀坦言。

的确如此，“双减”实施后，学生的作业减少了，书包轻了，自主时间多了，学习效率高了，师生关系更融洽了，家校联系更和谐了。这些变化，无不激励着广大师生坚定落实“双减”的信心和决心。

### 课后服务，绽放光芒的快乐舞台

根据“5+2”课后服务要求，本着“减校外依赖、增校内主导”的目的，全县全面推行“1+N”课后服务模式：“1”指学业及作业答疑辅导，实现“作业不回家”的最终目标，“N”指德育主题活动、社团活动、阳光体育活动、阅读交流活动、校园

环境整治活动、综合实践活动等，努力满足学生不同的成长需求，将家长的“操心事”变成了“暖心事”。

家长赵弘彦说，自己有两个孩子，一个读九年级，一个读二年级，以前孩子的作业辅导对农村家庭来说如同“拦路虎”。“双减”之后，孩子的作业全部由老师在学校课后辅导完成，孩子学习起来更有劲了，家长再也不用为辅导孩子作业发愁了。

课后服务还有丰富多彩的社团活动，用兴趣点亮学生梦想，让孩子们在活动中享受乐趣，发扬特长，绽放快乐的光芒。柴坪镇九年一贯制学校将课后服务与乡村少年宫有机融合，开设了科技、书法、美术、体育、音乐、舞蹈、阅读等兴趣小组，打破班级界限，根据不同年龄段学生需求开展丰富多彩的社团活动。该校学生熊妮在练笔中写到：“双减以来，学习压力小了，活动时间多了，我参加的篮球社团棒极了，挥汗如雨的运动场让我变得阳光自信，更让我思维敏捷，注意力集中，我觉得自己各方面都在进步。”

“课后服务开展后，解决了我们‘接送难’的问题。在学校里，孩子不仅有老师辅导作业，还加入了舞蹈兴趣班，学得高效、玩得高兴，作为家长我们也轻松不少。”县城关小学门口，刚下班来接孩子的胡小琴女士这样说。

今年以来，镇安县还结合实际，利用地域资源扎实开展“普及一首乡土歌曲、举办一次演讲比赛、挖掘一项乡土文化、认识一位镇安名人、鉴赏一部优秀影片”5项活动，赋予课后服务更多地域文化特色，进一步提升了全县课后服务特色化发展水平。

“俯拾仰取皆收获，进而有再出发。今后，我们将继续以‘减负提质’为工作目标，以落实‘五长’推门听课制度、‘三个资源库’建设和‘五个一’活动为抓手，进一步关注师生成长幸福，打出更多的‘组合拳’，向善而为，向美而行，蝶变升级，为实现镇安教育事业高质量发展作出新的更大贡献。”县教科局局长朱荣纬这样说道。



特色作业

课后服务

# 商州籍百岁老红军刘军先

刘惜

4月19日，在重庆市江北区观音桥街道，商州籍老红军刘军先午后坐在窗边，看着窗外的风景和楼下经过的人。这一天是刘军先102岁生日，回顾自己百年来的人生经历，老人能记起的往事已屈指可数，但看到家中摆放的陈毅元帅像章，老人清楚地讲：“他是我们新四军的军长，我跟着他当过兵！”

1920年4月19日，刘军先出生于陕西省商县（今商州区）刘湾村。在他还很小的时候，父母和兄妹就相继离世，孤苦无依的他跟着堂伯生活，当起了放牛娃。

1937年1月，17岁的刘军先前往县城买东西，路上遇见一支红军队伍。当他听见周围有人说，红军好呀，红军是农民的军队，便

又惊喜地加入了红军，跟着部队奔赴华北抗日前线。

1937年9月25日，平型关伏击战打响，刘军先第一次走上战场，阻挡日军攻势。当时，刘军先与战友受命埋伏在平型关附近的老爷庙山上，早上7点多，日军进入了埋伏圈，听到指挥员一声令下，刘军先与战友们勇猛地冲出战壕。一时间，冲锋号与喊杀声响彻山谷，日军被突如其来的打击吓蒙了，见平坦的公路上无处躲藏，日军纷纷跳进路边的土坑里，反而成了红军战士的活靶子。身为新兵的刘军先端着枪奋力射击，杀敌无数。据记载，在平型关战役中，刘军先所在的部队负责伏击圈的“兜底”位置，占领蔡家峪、西沟村和东河南镇

一线阵地，断敌退路，为战争最终取得胜利起到了关键作用。

1938年5月，刘军先加入了中国共产党。后来，他又随黄克诚转战太行山，南下支援新四军，开辟苏北抗日根据地。这一段时间，刘军先作为连队副指导员，经常带领战友们打游击。一天晚上，部队攻打敌人的碉堡，因敌我力量悬殊太大，刘军先和战友们不得不撤退，就在这时，一颗敌人的子弹突然击中了刘军先的右腿。见刘军先无法行走，战友们便背起他一起撤离，但他不忍拖累战友，路过一个土坑时，强烈要求战友把他放在坑里，用东西盖上，让战友先撤。幸运的是，敌人没有发现刘军先，等敌人走后，刘军先一瘸一拐又追上了部队。后来，刘军先的腿伤虽然得到了治疗，却留下了终身残疾。1943年8月，他回到了后方工作。

1953年6月，刘军先退役，先后在上海、重庆工作，直到1980年离休。

“在我小时候，父亲就是一个非常忙碌的人，虽然我们都在上海，但他只有周末回家，所以很少见面。”刘军先的儿子刘继荣说。1965年刘军先调到重庆工作，次年，他和母亲也来到重庆生活。

经历百年风雨，如今102岁的刘军先依旧腰杆挺直。即使视力退化，记忆力也大不如前，他偶尔还会在儿子的帮助下，翻出以前的照片回忆往事。至今，他还记得1938年5月刚入党时，支部书记曾告诉他：“党员就是要冲锋在前！”这句话，刘军先牢记了一辈子，也践行了一辈子。他从不以革命功臣自居、计较个人名利，始终老老实实做人、踏踏实实做事。

刘军先说：“战争年代，能够活下来的战友太少了。每一次和老战友相聚，我们都怀着敬仰而又激动的心情怀念战场上牺牲的战友，为他们感到无上荣光。”

2021年，我第一次担任小学一年级的班主任工作。看着一个个活泼可爱的孩子，如何用科学的方法去管理、教育他们，我有点说不出的担忧和迷茫。

开学第二周的一天早上，上课铃声响了好几分钟，我们班一个小男孩匆匆走进教室。我很生气地问他：“你怎么现在才来？你都连续迟到5天了。”他呆呆地低着头，像一只受了惊吓的小鸟，一声不吭。放学后回到家里，孩子惊恐无助的眼神一直在我的脑海里闪现，我开始自责：作为一名班主任，在没有弄清事情的原委之前，怎么能这样对一个小孩子说话呢？于是，我作出了一个决定，一定要想方设法弄清楚这个小男孩经常迟到的原因。

第二天，小男孩果然又迟到了。这次我没有批评他，而是给他一个手势，示意他回到座位上，像平常一样开始上课。下课后，我也没有找他，像什么事情也没有发生一样。

又过了几天，他照样天天迟到。但是，我发现和以前有些不同，他进教室的时候额头上布满了大粒汗珠，气喘吁吁。我猜他一定是赶路来到学校的，开始纳闷：从他家到学校走路最多不过15分钟，为什么要跑着来呢？我觉得奇怪，便打电话给他的妈妈，他的妈妈告诉我，孩子天天不到7点就去学校了。

孩子不到7点就走了，8点40左右才到学校，这中间的时间他都干什么去了呢？我决定一探究竟。第二天，我特意早早来到他家附近等他，发现他在路边卖鱼的大鱼缸前驻足观望，迟迟不肯离去。难道这就是他迟到的原因？我百思不得其解。为了彻底弄清楚事情的真相，我利用早饭后空闲时间，特意去拜访了卖金鱼的老板。

卖金鱼的老板告诉我，小男孩和他是一个村里的，打小特别喜欢金鱼，只要他每天6点多一出门，小男孩就准时出现在鱼缸前。一开始，小男孩只是围着鱼缸欣赏金鱼游玩的乐趣，后来慢慢地帮他做些喂饲料、换水之类的事情，老板每次都催促他赶快去学校，不然会迟到的，可小男

## 迟到的金鱼

朱敏珍

孩总是不愿意离开。我问老板：“为什么男孩的家人不给他买一盆金鱼呢？”老板告诉我，小男孩好几次央求妈妈给他买一盆金鱼，都遭到妈妈严厉的训斥和责骂，小男孩甚至都不想上学了。卖金鱼的老板真诚地对我说：“小男孩的确是是个好孩子，就是家里的生活条件差了些，他爸爸前些年在煤矿里打工出了事故，落下了残疾。孩子命苦啊！我重点点的要好待他。”我沉重地点点头，告辞离去。

六一儿童节的前一天，学校搞完活动，我把小男孩单独叫到办公室，示意他坐下。小男孩怯生生地站在原地一动不动，我拉着他的小手，热情地对他讲：“别怕，老师今天要好好奖赏你，我们班今天在全校活动中得了第一名，你有特别大的功劳。你坐下，老师还想和你好好聊聊天呢！”看到我满脸的真诚，小男孩高兴地坐在我对面。我给他倒了一杯热茶，又打来一盆水亲自给他洗了洗脸，然后和他聊起了金鱼。小男孩告诉我，他打小就特别喜欢金鱼。我问他为什么喜欢金鱼，他说他喜欢金鱼的美丽，喜欢金鱼的自由，喜欢金鱼的无忧无虑，又说：“我要是有一盆金鱼，我们家就能过上年年有余的幸福生活了。”听了小男孩这番话，我如梦初醒，对他竖起大拇指，坚定地对他讲：“老师支持你！”

接着，我快速转过身，从书柜里取出事先准备好的一盆金鱼，双手捧到小男孩的面前，语重心长地对他说：“这是老师送你的。虽然这是一盆迟到的金鱼，但老师相信，你一定会和这盆金鱼一样，健康快乐地成长，老师也坚信，你们家一定能过上年年有余的幸福生活。”望着小男孩双手捧着金鱼渐渐远去的背影，我如释重负地笑了。

真情面对面



刘军先老人近照