

2021年09月18日 星期六  
责编:刘文  
美编:言李懿  
校对:袁一平

### 疫情期间的“五小快乐” 九方小学四(1)班 沈小雅 证号:21031174887 指导老师:陈正巧

让人满心期待的暑假终于到了!这个暑假我有很多计划,跟妈妈一起去游泳馆游泳、去羽毛球馆打羽毛球、跟家人一起去上海旅游……可是,卷土重来的新冠肺炎疫情影响了我的美好计划按下了暂停键。

妈妈告诉我,为了阻止疫情传播,现在我们要开启“家里蹲”模式,全家人每天只能在家里活动。本以为我的快乐暑假会就此变得无聊且焦虑,可是当我们全家开始“家里蹲”后,我发现我们专属的快乐生活才正式拉开了序幕。

#### 第一乐:下棋之乐

傍晚吃过晚饭,我拉上爸爸妈妈一起去下棋。从斗兽棋到飞行棋,从五子棋到国际棋再到国际象棋……虽然下棋烧了我很多脑细胞,我输棋的次数也很多,但是我屡败屡战,毫不气馁。下棋的快乐让我回味无穷。

#### 第二乐:奥运之乐

这段时间恰巧赶上了东京奥运会。一有空,我们全家就聚在电视机前看奥运会。我和妹妹只要一看到有中国队参加比赛,就会一起大声喊:“中国队,加油!”别提有多兴奋了。杨倩的女子10米气步枪、朱雪莹的蹦床、全红婵10米台跳水……她们夺得金牌的喜悦与背后付出的努力激励着每一个中国人。

#### 第三乐:运动之乐

生命在于运动。“家里蹲”期间,怎么能少得了运动呢!我们家每个人都有自己喜欢的运动:爸爸喜欢打太极,奶奶喜欢跳广场舞,而我、妈妈还有妹妹喜欢跟着“天天跳绳”做综合的体能运动。里面有原地100米跑、敏捷摸球、开合跳、深蹲……内容非常丰富,我们跟着运动,不亦乐乎。我也用汗水证明了我也不想长成大胖妞的决心,嘿嘿!

#### 第四乐:音乐之乐

这段时间,我迷上了轻音乐,我最喜欢“天空之城”与“千与千寻”。每次做完作业,我会听上几首,放松心情。晚上睡觉前,伴随那悠悠的旋律,我很快就进入了甜蜜的梦乡。在这紧张的疫情期间,有了它的陪伴,我的内心不再焦虑和紧张,相反变得平静、温馨和快乐。

#### 第五乐:天伦之乐

疫情期间,平时工作忙的爸爸妈妈都不去公司上班啦!忙里偷闲的他们终于可以整天都在家陪伴我和妹妹。尽管只能待在家里,但是我们很满足。我和妹妹策划了好几个项目跟爸爸妈妈一起做:一起下棋、一起运动、一起看奥运、一起唱歌……与爱的人在一起,心在一起,这就是家,一个完整的家!

这就是疫情期间我的“五小快乐”,虽然短暂,但是美好!

### 我的妈妈

攸县东北街小学1701班 陈美善 证号:21071562495

我的妈妈,有一双炯炯有神的眼睛,高高鼻梁下面是一张能说会道的嘴。妈妈既节俭又宽容,为什么这么说呢,让我们看看吧!

妈妈很节俭,记得有一次,我吃饭时不小心把米饭掉在桌面上,正准备拿起垃圾桶,刚才还笑嘻嘻的妈妈一下子严肃起来,说道:“吃饭时要注意。”我不以为然地说:“这有什么,一粒饭值不了什么。”“不,你错了,这是多少人的劳动成果。稻

谷要种,同时也需要我精心的煮。你们不是学过,‘粒粒皆辛苦’吗?”我点点头,认真地把碗里的饭吃得一干二净。

妈妈也很宽容,我这次期中考试考得十分差,眼泪在眼眶里直打转,擦擦眼泪,准备回家挨骂。回到家,当我报出不理想的成绩时,没想到,得到的是来自妈妈的安慰,并且妈妈还帮我找出没考好的原因。

妈妈,我爱您!我爱您的节俭,爱您的宽容,谢谢您给我树立了好的榜样!

### 秋天来了

炎陵县城南小学1710班 袁雨泽 证号:21101872044 指导老师:罗景

夏天迈着沉重的脚步离开了,秋天踏着欢快的脚步,来到了人间。

秋天是魔术师,把世界都变成了金黄色。金黄的叶子掉在地上,仿佛给大地盖上了一张黄色的地毯。

秋天是铁扇公主,她扇走了夏天的炎

热,扇来了一片清凉。

秋天还是油画家,他画上了金黄的麦子、红红的苹果、金灿灿的玉米……各种各样的水果,五彩缤纷,农民伯伯擦着汗水,却流露出喜悦的笑容。

秋天真是一个美好的季节。

### 清明节

泰山学校1808班 易南希 证号:21040260209 指导老师:刘文利

“清明时节雨纷纷,路上行人欲断魂。”清明节是一个纪念已故先人的传统节日。每年清明节,天气大都是阴沉沉的,今年也不例外,灰暗的天空仿佛也映衬着人们伤感的心情。

吃过早饭,在爷爷的带领下,我们全家有的拿着扫把,有的扛着锄头,有的提着香烛、供品一起浩浩荡荡地来到了山上。

满山都是扫墓的人,他们把原本光秃秃的山装饰得五颜六色。我们来到了太姥姥的坟前,发现四周都长满了杂草,坟

前还有一些褪了色的纸盒、塑料袋等垃圾。“开始吧!”爷爷一声令下,我们便开始动手。有的拿起锄头除草,有的清扫枯枝、树叶,我则把五颜六色的纸花贴在了太姥姥的坟上,经过大家共同的努力,太姥姥的坟变得干干净净!一眼望去像穿着一件五彩的外衣,爷爷把供品放在坟前,点香祭拜、放鞭炮,祭拜完了我们就下山回家了。

回到家里,我看到桌上摆满了香喷喷、热气腾腾的饭菜,洗干净手,立马上桌大口大口地吃了起来。今天虽然很辛苦,但我却觉得意义非凡!

### 绘画作品



金黄银杏叶  
银海学校1905班 胡元迈  
证号:21040126509



好朋友  
天元小学1907班 曹田宇  
证号:21040251166



抗击疫情  
荷塘小学1912班 谢依念 证号:21010954430

### 爱上图书馆

栗雨小学1910班 车语凌 证号:21040150112 指导老师:杨双

图书馆是充满知识的地方,里面的书不但是我的老师,也是我的朋友,它既能教给我很多知识,也可以帮我解决很多难题。

记得一天,我和爷爷来到了文化园玩。突然,天空布满乌云,不一会儿,电闪雷鸣,下起了倾盆大雨,幸好旁边有一个图书馆,我们得以进去躲躲。

一走进图书馆,我就想到一个字——静,静得连根针掉在地上都能听见,静得可以听见自己的呼吸声!细细地听,才能听见大家看书翻页的声音。再往里

走走,哇!里面到处都是书,看得我眼花缭乱。爷爷说:“我们各自挑一本自己喜欢的书看看吧!”我挑了一本书后找了一个座位,专心致志地看了起来。这本书深深地吸引了我,我也不知道外面的雨是什么时候停的,直到妈妈打电话叫我们回家吃饭,我才知道3个小时已经不知不觉地过去了。爷爷见我很喜欢图书馆,就办了一张借书卡,让我把没看完的书借回家看。

从此,我爱上了图书馆,也就是这场雨,让我爱上了阅读。

辛酉年八月十二 2021/09/18 星期六  
今日16版 总第7202期  
株洲日报社主管、主办 国内统一刊号 CN43-0061



株洲晚报  
微信公众号



星少年  
微信公众号  
新闻热线 28829110  
广告热线 28835396

## “双减”:专家支招,校园实操

株洲晚报融媒体记者 成建梅 通讯员 郑奕

落实立德树人的根本任务,有效缓解家长的焦虑情绪,促进学生的全面发展、健康成长……新学期伊始,《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》(以下简称“双减”)成为焦点。

系列新举,对切实提升学校教育水平,持续规范校外培训,有效减轻义务教育阶段学生过重作业负担和校外培训负担,均提出了明确的要求和治理目标。

“对义务教育学校而言,是很大的挑战。对学校办学管理的要求更高了,对课堂教学效果的要求更强了,对育人质量的提升考察更全面了,对教学教研的要求更精细了……”

“要在大力提升教育教学质量的同时,全面压减作业总量和时长,减轻学生过重的作业负担……”

专家们各行己见,各中小学也迅速落地“双减”举措。近日,本报邀请本土教育专家针对“双减”谈看法、提举措。与此同时,作为“双减”主阵地的学校,也开始了积极地探索。



▲丰富的社团活动,活跃了校园生活。 王佳奕 供图

### 探讨1 “双减”来了 如何打造高效课堂?

●王迅:市学科带头人、省新世纪121创新人才工程人选。

“双减”政策要求大力提升教育教学质量,确保学生在校内就学好。要做好这一点,课堂教学是主阵地。

虽然实施了新课标、新教材,但从微观层面上观察课堂教学,还是不容乐观。有的学校还有许多难以改变的习惯,例如忽视学生的生活状态和课堂上的内心感受,漠视学生的成长需求;教学教研管理、课堂教学评价、教学方式仍然陈旧老套、缺乏变革,课堂低效或无效。这就导致课内低效课外补,学生盲目进行作业训练、题海战术,使新课程目标难以有效实现,教师也难有职业幸福感,学生逐渐失去学习兴趣。

整体提高学校课堂教学效率,我认为必须转变教师观念,组织有效教学,杜绝无效、低效课堂;改革备课方式,建构导学课堂,提升教学领导力。

我市现有8个深度学习项目实验区,55所中小学项目校,通过近几年的实践探索也取得了突出的效果,提升了课堂教学效率,改善了学校育人与教学管理的品质。

“针对作业管理,学校教务处制定了详细的制度。在语文、数学、英语课程教案中设置专栏,对每天布置的作业进行时间、难度、批改结果

### 探讨2 作业的“减”与“不减”

●张光明:市教育科学研究院中学英语教研员。

老师一句话,学生做很久。学生的时间很有限,我们要从各个角度去考量,慎重设计、布置和评价作业。

作业根据完成的场所可以分为课堂作业和课外作业。课外作业包括校内课外作业、社会课外作业和家庭作业。根据信息技术的使用可以分为线上作业和线下作业。根据完成的方式可以分为书面作业、口

### 行动 常规作业有梯度,特色作业有创意

“双减”新政下,荷塘区红旗路小学在行动。“每一份特色作业都是一个创新、一件作品、一份享受!”家长们纷纷点赞。

校长吴健介绍,关注学情,分层设计作业,作业减量不减质是学校“双减”探索的新举措之一。

该校遵循“常规作业有梯度,特色作业有创意”的管理机制,在作业布置时兼顾各班学生的个性发展,并注重作业内容多元有趣。作业布置后,学校采用校级、班级两级公布,行政干部蹲点年级一线督导的“2+1”监管模式,让作业的分层布置真正落到实处。

“针对作业管理,学校教务处制定了详细的制度。在语文、数学、英语课程教案中设置专栏,对每天布置的作业进行时间、难度、批改结果

头作业、活动、研究性学习、社会实践、研学、阅读、听书、看电视(其他媒体)、表演(朗诵、配音、话剧、戏剧等)等。在我看来,“双减”政策内的“进一步减轻义务教育阶段学生作业负担”所指的“作业”,既包括课堂的,也包括课外的,特别是指过重的家庭作业。

我认为,要减的作业应该包括这些:机械重复性的作业、惩罚性的作业、攀比性的作业、课外辅导资料上的作业、家长协助的作业、错题

集。坚决不减什么呢?不减必要的课业学习、不减阅读、不减文艺活动、不减良好学习生活习惯的养成,包括听书、听音乐、听诗歌、听外语、听故事。

我认为,完成作业并不一定是苦差事,要通过不同的作业方式,让学生体验到学习的快乐,体验到成功时精神上的愉悦。如果学生沉浸在学习的快乐之中,自然不会感觉到完成作业是一种压力,过重作业负担也就轻了。

化作业,让孩子们通过动手、动脑、动口的创作过程,学在其中,乐在其中。在数学课上学习了“认识钟表”后,一年级数学老师给孩子们布置了一个小任务——制作钟表,通过自己动手制作,孩子们对钟表有了更直观的认识与了解;学习了立体图形这部分内容后,老师又领着孩子们积极参与“趣味拼搭”,利用生活中收集的立体图形,通过画、剪、拼、粘等方式,制作出各式各样的精致作品,既激发了学生的学习兴趣,又进一步提高了学生的创新能力和实践能力,更好地实现了育人的目标和价值。

此外,我市已启动校外培训机构“整治规范月”活动,时间从9月10日至10月20日,确保“双减”工作落地见效。

校园记者在学校看到,老师们根据各学科教学内容精心设计了可说、可画、可拼、可摆、可创作的多元