

让孩子自由地奔跑

——株洲经开区落实“双减”创新纪实

株洲日报·掌上株洲记者/王芳 通讯员/何勇 林婧

趣味阅读、数字游戏、创意画、打篮球、踢足球、弹古筝、学编程、打非洲鼓……走进株洲经开区中小校园，丰富多彩的课堂，大显神通的社团，孩子们在校园里自由自在地奔跑，脸上洋溢着幸福的笑，令往日活泼的校园拥有了更加别样的风景。

自“双减”政策实施以来，株洲经开区中小学积极探索课堂教学改革，纷纷拿出实招、硬招、真招，立足学校学情精准发力，进一步完善办学条件，提高教育教学质量；加强教育教学管理，提高作业管理水平；控制作业总量，减轻学生负担，加大投入提高课后服务水平。



▲在长郡云龙实验学校，孩子拨动尤克里里琴弦，脸上绽放着开心的笑容。



优化师资 课堂提效行之有“恒”

“春对夏，秋对冬，暮鼓对晨钟。观山对玩水，绿竹对苍松。冯妇虎，叶公龙，舞蝶对鸣蛩，衔泥双紫燕，课蜜几黄蜂……”云龙香江学校的二年级课堂里传来一阵悠扬的歌声，可这并不是上一节音乐课，而是学校进行改良提升的韵律阅读课堂。

课堂，是教育教学改革的主阵地，是落实“双减”的主阵地。在株洲经开区中小学，都在上演着课堂升级，系统化、序列化的教研工作也在不断优化中。该区建立“1+N”模式，以长郡云龙实验学校、长沙一中云龙实验学校两所优质品牌学校为1个核心，以其他9所中小小学为主体，组建学校发展共同体，努力做到区内优质教育资源共享，整体提升全区中小小学管理水平，促进教育优质均衡发展。充分发挥这两所学校近三年选聘的省内省外名优教师的示范及辐射作用，积极开展名师工作室活动，逐步提高全区教师队伍的专业素养和教育科研能力，建成了一支省市知名的学科教学和专业引领的“名师”队伍。

教研、师训工作是该区高度重视、重资投入、大力推进、多维考评的教育举措之一。该区坚持发挥教研的研究、管理、指导、服务功能，把教研工作层级分解，宏观把控区本教研、校本教研，组本教研的一致性、针对性和协同性，微观指导学科教研的深度和效度，推出一系列创新举措。

选聘名优特教师为区级兼职教研员，充分发挥教研员示范带头作用，积极开展专项调研、专题讲座、专业培训、学科教研等丰富多彩、卓有成效的主题教研活动，为全区教师补齐短板。建立健全兼职教研员考核制度，每年组织一次优秀兼职教研员评选活动，每年进行一次兼职教研员任职考核，根据学段、学科把兼职教研员划分为A、B、C三类，根据考核结果分别给予1—3万元不等的年度工作考核绩效奖金，以激发教研员活力。

以名师带团队成长，以名师带青年教师成长，以名师助推学科发展。株洲经开区建立的16个名师工作室，在全区教师队伍建设中起到了“孵化器”作用，助推了全区教师队伍整体素质的提升。同时，借力长郡云龙实验学校、长沙一中云龙实验学校的优质教育资源，每学期邀请区内知名教育专家开展教师培训；承办多项市级中小小学学科教研、主题特色活动，提升教研能力、深化教研水平，开展青年教师师徒结对、教师素养大赛、小课题研究、课堂视导、读书学习、名师工作室等活动，促进全区教师专业素养的整体提升的同时，更是通过持之以恒的常态师训活动，把课堂提效落到实处。

微团队、微主题、微课题、小切口、小步子、小成果……教师自主组建专业发展共同体，“微教研”也在积极开展中。株洲经开区教育局相关负责人称，该做法极大鼓舞学校和教师的教研热情，提高教研能力和品质，深入推进区域课程改革，推进“双减”政策背景下深度学习，全面提高课堂教学整体水平和实效。

深研教学 作业提质行之有“度”

家庭劳动作业、家庭体育运动作业探索在云田中学开展；结合学校花木特色文化让美泉小学的课后作业有了特色；“环境小卫士”“家务劳动小帮手”“玩转科技”等特色活动令百合小学的作业变得更加生动；课本表演剧、亲近大自然、数学纸牌游戏等特色作业令云龙香江学校的课外作业变得有趣了起来……

这不过是株洲经开区各小学开展“作业提质”的一个小小缩影。“作业提质”这门专项任务，令全区中小小学动起来，它们积极参与作业的研发和研究工作，让作业提质行之有“度”。

根据统一部署，全区各个学校统筹监控，加强学科组、年级组作业统筹，控制作业总量，划出作业量红线，其中小学一、二年级不布置书面家庭作业，小学三至六年级书面作业完成时间不超过60分钟；初中书面作业完成时间不超过90分钟。建立学习委员、家长“双举手”制度，即学习委员每天统计各科作业总量，如果总量过多，可以当即举手；当大多数孩子认为当天作业总量适度，而个别孩子在认真完成作业的前提下，在规定的睡眠时间仍无法完成当天作业的时候，家长可以群内“举手”申请当天的作业不完成或延后完成。

同时，根据学科特点分层布置基础类、提高类、拓展类、创新类、实践类作业，学生可以根据现有的基础和发展各取所需，在不同的作业层次中逐步内化自己的学习习惯，更高效地学习，以此减轻学生作业负担，提高作业质量。通过设计分层作业真正实施因材施教，通过改变评价和检测的方式了解学生真实的学习进度和学习收获，最终促进学生学会学习、爱学习、乐学习。

创新创新 课后服务行之有“方”

“我更喜欢《书声朗朗诵道德》这支舞蹈，它有一种书生气。”

“《遥望暮鼓桃花的少年》的民族舞更能吸引我。”

12月16日下午，是云龙长郡学校小学部1804班丁美文和李曼涵参加舞蹈社团的日子，她们走在去往社团教室的路上，小声地讨论各自的喜好。

“社团活动太棒了，我们都是通过选拔加入了校队。”四年级的谢瑜瑜、段博宇、许瀚轩三位同学刚参加完训练，满头大汗，脸上露着满足的笑。

“双减”实施以来，长郡云龙实验学校小学部十分注重篮球、足球、武术、田径等传统项目的梯队打造。从一、二年级兴趣课的开展，到中年级乙队社团的培养，再到高年级的校队俱乐部训练，从兴趣到逐渐发展为个人特长，学校打造了一个非常系统化的梯队社团服务体系，真正做到了让家长满意、让学生开心。

长郡云龙实验学校在课后服务中创新模式，运用在线选课、精准定位等方式实现“一生一课表”，满足了学生个性化课程选择的需求。学校小学部在探索课后服务开展的过程中，形成了课后服务的“一二三四”模式：“一套课表”“二三搭配”“四种类别”，即，一个年级1套课表；每周固定2天作业辅导、答疑，3天兴趣社团；共有“作业辅导、答疑”“兴趣拓展”“精品社团”“校队俱乐部”等四种类别的课后服务项目。学校通过学部统筹学生选课、年级组编排课程清单、教研组设计课程内容等多种管理渠道，为课后服务的顺利开展提供支撑。

长沙市一中云龙实验学校创新有方，学校根据学生特殊需求延长课后服务时间，对有特殊需求的学生提供延时托管服务，提供托管学生晚餐，初中课后服务向晚自习延伸。全面推行“托管+拓展”班级学生全覆盖，实现有需求的学生全覆盖。

“三搭桥小学以前属于农村学校，几乎没有家长有校外培训意识，在我们的特色课程里，孩子们的兴趣特长得到了发挥，更为家庭减轻了负担。”三搭桥小学校长王艳告诉记者，学校外聘了专业老师开设了机器人、古筝民乐、围棋等特色课程，满足学生多样化需求。

优质的课后服务、多彩的社团活动，在株洲经开区各个学校遍地开花。在株洲经开区龙头小学，学生们的课后服务以体育锻炼、作业辅导、主题阅读、社团活动相结合的模式，作业辅导与主题阅读采用双师课堂管理；云龙香江学校的足球社团，除了常规的社团活动，每周还有三次免费的集训，开展了校足球队、班级联赛等活动；西塘小学充分利用学校劳动实践基地，开展花木培育、蔬菜种植等劳动实践活动，让学生掌握必要的生活技能，体验劳动的艰辛和快乐。

按照“双减”政策要求，株洲经开区中小小学为提升课后服务的品质巧思巧用方法，以拓展学生学习空间，努力满足学生不同学习需求，实现“全人教育”梦想，为有课后服务需求的学生提供全覆盖服务。



▲竖笛课堂让孩子们体验到音乐的快乐。



▲玩中学，学中玩，孩子们沉浸在数学思维游戏中。



▲云龙香江学校的有声阅读课堂，有趣而生动。



▲三搭桥小学的孩子弹起了优雅的古琴。



▲机器人、乐高课堂令课后服务更加丰富。

携手共育 家校沟通行之有“道”

“通过此次家长会，让我对‘双减’政策、家庭教育的重要性和重要性有了全面的了解，今后一定和学校紧密配合，多陪伴孩子，加强孩子习惯的养成。”12月16日，刘女士在参加完西塘小学“共话双减、家校共育”的主题家长会后，深有感触。学校微信公众号推出《以爱熏陶、乐享双减》等多期家庭教育文章，每次她都认真阅读，她说这也是一种有效的家校沟通。

“双减”政策出台之后，直接影响的是学生，但与之直接关联的是教师和家长。“双减”之后，家长出现了极度轻松和极度焦虑两种心理状态，株洲经开区各学校通过网络宣传、家长课堂、在线交流等形式进行“双减”政策的宣传和指导。

云田学校推出面向家长的“双减”系列微课，就《“双减”政策下家长如何应对》等主题进行线上家庭教育指导；长郡云龙实验学校开展《理性看“双减”，协同筑未来》家长学校主题活动，引导家长树立正确的育儿理念、掌握正确的教育方法、更好地承担家庭教育中的职责。

“老师的压力会更大，这也是一种促进，让老师自身也要不断学习，更认真对待课堂，对待教学。”三搭桥小学校长王艳如是表示。

“对老师的要求更高，他们会想尽办法让自己的课堂更有趣，学校对这块也加强了考核，也就是让课堂与社团都不断丰富有效。而这些最终受益都落在了我们可爱的孩子身上，这才是真正的‘双减’。”长郡云龙实验学校小学部主任兼课程发展中心主任苏丽介绍。

随着“双减”开展，老师的工作时间延长、责任加重、压力加剧，降低职业倦怠、提升教师的幸福感是一个重要课题。株洲经开区教育局强调对于基层教师的信任、理解、尊重和善待，在人文关怀之外，更是积极引导教师从社会人的角度理解政策、从教育者的角度解读政策。各学校积极开展了分部门、分年级、分学科的“双减”政策研讨会，鼓励教师们从个人专业发展、教学效果落实、教育价值实现等方面理解政策，并用教师集体研讨出来的方法、路径形成校本化“双减”落实策略。

记者手记

东风起，搅活一池春水。乘着“双减”的东风，株洲经开区教育局将有温度的教育撒向了每一个角落，用实际行动落实了“为了孩子的一切，一切为了孩子，为了一切孩子”。

都说快乐童年，那自由地奔跑，那纯真的笑脸，都是最好的印证。“双减”减的是负担，增的是教学质量与教育关怀，在全新政策的阳光下，我们能到经开区的孩子们必将拥有一个健康、快乐的童年。

细观而归，善善从长。株洲经开区积极研究落实“双减”的策略和路径，制定《株洲经开区“双减”工作实施方案》《关于加强五项管理工作的通知》《株洲经开区中小小学校师德师风建设年活动方案》和《株洲经开区教育督导体制机制改革实施方案》等文件；共享国家“双减”监管平台；设立了“双减”“五项管理”“师德师风”举报电话，完善问责机制，进一步健全工作机制。

同时，区教育局还与各学校、各任课教师均签署了《株洲经开区中小小学减轻学生作业负担承诺书》《师德师风建设承诺书》等责任状，常态化关注学生的课堂学习状态，通过推门听课、视导课、巡导课、研讨课、亮相课、示范课等方式，多角度关注各中小小学学生在课堂上的参与度、投入度和学习效能，以观课议课活动促进教师成长，以课堂观察促进学生成长。学校教研管理部门也以关注教师常规课、关注学生学习状态为工作重点，以学促教、以学促评、以学促教改革。

成长之路没有标准答案，教育之行没有统一路径，株洲经开区在尊重人、爱护人、关注人的前提下，在努力办好人民满意教育的康庄大道上，扎实平稳，积极向上。

图片均由受访单位提供