

# 江北区华新实验小学 践行“阳光教育” 让学生乐享“双减”

“双减”和“五项管理”政策的落地，不仅是一项提高人民群众获得感和幸福感的惠民工程，更恰似春风化雨，唤醒了教育生态的回归。在“双减”下，重庆市江北区华新实验小学(以下简称“华新实验小学”)坚持“六年阳光教育，起步精彩人生”的办学理念，全面贯彻落实“双减”政策，以阳光课堂文化实践为立足点，创新作业设计改革，以减负增效，提高教学质量为着力点，深化运用“三级阶梯式”阳光校本课程体系整体育人，让师生乐享“双减”，共同成长，让阳光教育一路延伸……

## 作业设计一体化 切实减轻学生作业负担

为了促进减负提质，华新实验小学各学科组教师聚焦课堂，积极探索。华新实验小学副校长陈永杰介绍，学校要让每一个学科都成立学科共同体，集合众人才智，从学科自身特点出发，探究、实践“减负不减质”的妙招实招。

为此，学校以减负增效提质为目标，以教学为主渠道，以新课程实施为核心内容，从提高教学效率开始，向课堂40分钟要效益、要质量。设计研发出了“一体化”立体管理育人模式，用四个“一体化”探索课内外协同发展、家校互动、馆校联合的育人新模式。

具体而言，四个“一体化”指的是，学习过程的“一体化”、学习内容的“一体化”、学习时间“一体化”、参与人员“一体化”。

按照四个“一体化”育人模式，华新实验小学严格控制每日作业总量和时间，要求不把作业带回家。作业不再只是课后完成的任务，而是设计到课前、课中、课后中去，“一体化”地进行；在学习内容方面，无论语文、数学，还是英语，目前都是以单元为知识模块进行的知识呈现，针对学科核心素养结合单元知识点，从整体规划上将单元学习内容，进行“一体化”设计纳入课堂；在时间方面，将学生的学习时间进行合理分配，周末利用休息时间进行自主探究性的学习、体验性的学习，作为课堂学科融合方面的补充；在参与人员方面，即家—学—社，共同育人的过程。在学校，教师教好学生，将教材和知识的掌握留在学校



课后服务——孩子们正在开心地试船模

完成；放学后表达、生活、习惯、性格等体验性的教育在家里完成；然后充分利用社区服务和公共资源，建立馆校联合机制，让学生学习不脱离社会的参与。

在“双减”背景下，学生的各科作业总量有了明显减轻。同时，在提高作业的质量方面，华新实验小学的教师们力图通过多样性作业设计提升学生学习兴趣，优化作业质量。

据介绍，教师们设计多样性的“作业超市”供师生们选择，书面作业较传统形式而言也更为创新，力求适应“双减”背景下学生学习情况。以语文学科书面作业为例。不

仅局限于抄生字、片段练笔等传统形式，而是得到了进一步优化。如在四年级上《暮江吟》一诗的作业设计中，老师们将传统的古诗抄写作业，变为了诗画交融的综合性书面作业，学生在完成此项作业时，学习发生由传统的机械抄写为了诗歌审美的再创造。

## 阳光课堂精彩纷呈 提质增效助“双减”落地

课堂上为何传来了一声声“呱呱叫”？原来是，学生们在老师们的带领下和“青蛙朋友”一起探索的语

文奥妙。学校语文教师王孝利与柏雪，围绕《青蛙写诗》一课，运用了拟人化的教学手法，展现了趣味盎然的课堂。课堂上，学生们自读、互读、齐读、学写生字，展现了强烈的探索味。

这是华新实验小学在前不久举行的首届“阳光课堂文化节”中的精彩一课。

活动中，学校各学科教研团队围绕“如何让阳光课堂回归生态”这一主题，以追求“多彩开放、智慧灵动、平等自主、自信合作”的课堂生态为准则，采用“两把、两等、两关注”的标准来评价(即为把学的时留给学，把学方法交给学；师

生教学关系平等，生生学习机会均等；关注学生学习过程的差异，关注学生学习能力的增长)，从理论建构、教研赋能、学科教学等多个维度深入探讨课堂教学提质增效的路径与策略，落脚课堂主阵地，分别呈现在“双减”背景下“阳光课堂建构与实践”阶段性研究成果。

同时，学校与北师大教师教育研究中心合作，邀请北师大专家团队到校把脉诊断，为“阳光课堂”教学实践精准导航。在教学实践中，老师们将学习内容和生活实际、社会现实、科学发展、艺术创造等多元素结合，让学生们跳出教材，走出教室，创设一种多元化、动态化的激励评价机制，把学生个人评价和集体评价、即时评价和终结性评价、社会评价和学校评价结合起来，促使学生主动、自觉学习。学生们在学习中感受求知的愉悦、创造的欣喜，教学过程成为师生共享的幸福旅程。

据了解，华新实验小学首届“阳光课堂文化节”共有7个学科团队分享展示，先后开展7场专题研讨会，140多名专任教师全体卷入，呈现了14节现场课，9节课课，70余名教师参与沙龙论坛。本届课堂文化节，有效提升了教师团队的课堂教学研究能力，促进了阳光课堂质量建设。

此外，学校为深入贯彻落实江北区提出的“五个一点”，结合自身办学特色，构建了“博雅、兴趣、专长”三级阶梯式阳光校本课程体系，促进学生的全面发展 and 个性培养。

学校表示将继续围绕落实“双减”政策下，聚焦课堂“减负提质”突出问题，破解症结难题，细化任务命题。趁政策之东风，扬发展之帆，助力学生成长，办好人民满意的教

育，为把华新实验小学建成一所具有高质量、现代化、有特色、充满阳光气息的精品示范学校而奋斗。

谭艾 吴小西 王凤

图片由江北区华新实验小学提供

## 声音>>>

### 双减在行动 倾听“一线”声音

现在作业减少了很多，但是更有趣了。我很喜欢老师布置的一些实践性作业，还喜欢参加学校的各种社团活动，我最喜欢的就是绘画，老师教会我用画笔画出眼中的世界。

——三年级3班3.3班 向朵朵

孩子现在终于可以不被分数所捆绑了，可以有更多时间发现自己的爱好了。她喜欢跳舞，我们就鼓励她，这样一来孩子就会更自信了，并且学校的社团活动也非常丰富，给孩子也提供了很多的兴趣培养。

——三年级3班3.3班 向朵朵妈妈

双减之下，在保证减负的同时还要提升教学的质量，这对我们老师来说，是一项更大的挑战，也让我们肩上的责任变得更加有意义。因此我们更要学会因材施教，用更多样化的教学方式，让孩子们感受到学习的快乐。

——华新实验小学数学教师 吴景华

# 江北区洋河花园实验小学 “双减”注动力 促学生全面发展

2021年秋季开学后，江北区教委高位统筹“双减”工作，作业减负、课堂提质、“五个一点”课后服务项目等各项工作在区内各中小学如火如荼地开展。

在此背景下，江北区洋河花园实验小学(下称“洋河小学”)以“水润文化”为底色，“成全教育”为理念，坚持“成全每一个孩子”的办学理念，致力于把学校建成一所高质量、有特色、现代化的都市名校。

为系统全面地推动“双减”工作，洋河小学立足本校实际，做实课业负担“减法”，做足课堂效率“加法”，深入挖掘课后服务课程建设的“生长点”，打造丰富多彩的校园特色社团，满足学生多元成长需求，培养德智体美劳全面发展洋河“六一”少年。

## 改变教学关系 提升课堂效益

“双减”之下，作业数量减少了，作业时间缩短了，如何保障教育质量？提高课堂质量是破题关键。

洋河小学立足本校特色，构建“成全课堂”，全方位引领老师投身于研究课堂教学本身，不断向内挖潜，提升课堂效益，站稳守好课堂教学主阵地。

“成全课堂”是洋河小学基于“成全教育”理念和江北区“五要素合格课堂”要求提出的一种具有自身特色的课堂模式，其核心要素包括“具体情景、学情摸底、核心目标、方法指导、明确反馈”。

“请同学们思考一下，‘人闲桂花落，夜静春山空’这句诗里描写的场景，桂花一般都在9月、10月开，为什么一句却是‘春山空’不是‘秋山空’呢？”“因为‘春山空’听起来更有意境。”“因为诗人不是按照生活原本创作的风格。”……在洋河小学一节五年级的语文课上，孩子们围绕老师提出的问题展开了激烈的讨论和思考。

老师创设情景，抛出问题，引导学生自主思考发出自己的声音，根据学生的发言讨论，教师摸清学情，围绕大家的问题和疑点明确本堂课的教学目标，再由教师引导学生进行自主、合作、探索等活动，最后总结展示学习成果，一节课下来，如此反复循环推动师生逐步走



“成全课堂”实现高质量教学

向更加复杂、更加高级的认知。

打造“以学习者为中心”的课堂，将课堂还给学生，这便是“成全课堂”的内在逻辑。课堂气氛活跃，师生之间的互动灵活、及时、随机，学生学习的内生驱动力增强，实现学生真正意义上的减负。

## 完善成长课程 实现全面发展

回归教育的本质，促进教育的优质发展，实现教育均衡与公平，促进学生的全面发展是“双减”的

根本目的。

如何践行学生全面发展，洋河小学以重庆市德育品牌的“六一”成长教育课程回答了这一问题。

“六一”成长教育课程以“实现具有一身好品德、一副好身板、一些好技能、一堆好创意、一套好习惯、一群好伙伴”为育人目标。

为了实现“六一”育人目标，洋河小学构建符合学校文化理念的特色课程体系，开发了有自身特色的“六一成长”课程体系，根据课程目标将国家课程和校本课程划分为品行养成课程、健康生命课程和尚学修身课程三个类别。如品正

课程内容包括道德与法治、主题班会、年级活动等；健康生命课程内容包括体育、健康、研学旅行、生命课程等。

此外，洋河小学还致力于特色课程打造，学校水墨课程、合唱课程成绩名列全市乃至全国前茅。

去年秋季开学以来，洋河小学结合江北区教委提出的“五个一点”内容设计丰富的年级校本课程，开展多彩的社团活动。即“读一点名著”的年级阅读课程，“学一点艺术”的舞蹈、合唱、管乐社团，“做一点运动”的篮球、足球、田径社团，“搞一点家务”的家校合作课程和“搞一点实践”的校外延伸课程，培养德智体美劳全面发展洋河“六一”少年。

## 深化教研活动 激发内驱动力

研为教之本，教为研之行。在洋河小学校长杨静看来，“双减”要抓住研究这一核心，通过研究实现学校教育的系统性创新，从而提高学校教育的高质量。

“双减”之下，作业的研究和探索是落实减负提质的关键因素。作业的设计和实施方式，不仅是提升教育质量的重要领域，更是教师专业发展水平的重要标志之一。

“双减”工作启动以来，洋河小学各学科教研组开展深入研究，基于学科核心素养，坚持儿童立场，研讨作业减负的转变与价值，分享

作业设计的巧思与妙做，设计了丰富多彩的特色作业。

如三年级数学组老师针对“测量”这个单元，组织学生真正到操场上量一量、走一走、估一估，体验“1千米”有多长，加深对“1千米”长度观念的理解。

事实上，教育科研早已成为洋河小学的常态。学校针对具体教育教学以及学校整体工作都开展有专项研究。2020年，洋河小学正式成立科研发展处，这一“研发部门”带动全校教师从“事务型”向“研究型”转变。

学校明确“教研相融合”的课堂研究模式，积极推动学校“成全课堂”的实践研究，各个学科根据自己学科的实际问题，围绕成全课程开展了不同主题的课堂研究，并将研究成果以研究报告、课例分析、教学案例和教育故事等方式呈现出来，这些研究成果促成了学校的内部刊物《洋河科研》的发行，实现学科之间的广泛交流。

此外，研究工作还对两项市级课题的申报、“六一”德育品牌的创建、市级校本教研示范校的成功评选、部门工作、学校整体规划等起到了积极作用。

“通过研究形成‘双减’背景下减负提质的洋河智慧和经验，推动教师专业成长和学生的全面发展，在创新中实现学校高质量、有特色、现代化目标。”杨静说。

谭艾 吴小西 王玲美

图片由江北区洋河花园实验小学提供

## 声音>>>

这学期以来，作业基本在学校完成，作业类型也更多样更有趣了，而且学校考试不打分数、不排名，我们压力小了很多。每天课后服务是我们最期待的时间，和同学一起参加体育锻炼、学习唱歌跳舞，很愉快。

——五年级(2)班学生 李卓恩

孩子的生活发生了很大的变化，放学回家没有书面作业了，回家就看看课外书、做做运动，看着孩子的精气神都变好了。

一直以来，洋河小学都十分注重学生的全面发展，德智体美劳各方面都有课程，我们家长很放心。

——学生家长 王娟

学生负担降低，学习生活更愉快，张弛有度的“双减”生活让学生的生活质量更高了，家长的认可度提升，焦虑感下降，这是非常可喜的变化。

“双减”要提质增效，要向课堂要质量，教师的压力更大了。但有压力才有动力，只有将课堂的每一分钟都利用起来，才能真正实现让学生减负。

——语文教师 陈世玉