

立足课堂 彰显特色

重庆市广益中学校 将“双减”贯彻到底



广益中学校园内师生常态化交流阅读心得

作为一所紧跟时代步伐的百年老校，广益中学秉承“增广学行，益国利民”的办学理念，深入解读“育人方式变革”“五项管理”“双减”等政策文件，推动优质作业资源共建共享，组建督导团队跟进课堂，为“双减”工作的有效实施奠定了坚实基础，凝聚了智慧力量。

重庆市广益中学校深切洞悉“双减”政策的背后是护航孩子健康成长、提升学生学习生活质量、促进学生全面发展、恢复教育良好生态的深刻精神。学校表示，未来，将坚持以“减负不减质”的理念引领，打造“以学导学”的高效课堂，开展丰富多彩的社团活动，开发特色多元的学行课程，促进学生健康快乐成长，培养有学有行有个性的现代人。

坚守课堂主阵地 确保减负不减质

课堂是教学主阵地，也是落实“双减”的主战场。广益中学认为，课堂上学生学会学好了，吸收消化了，学生作业负担就没有减不下来的理由，“课堂效益加码”才是落实“双减”的“硬”道理。在此思想指引下，广益中学在打造高质量的课堂上持续发力。

学校制定了教学、教研相关制度，常态化落实教学常规，强调备课要“三有四备”——眼中有学生、心中有“课标”、手中有“资源”，备课标与教材、备学法与教法、备作业与试题、备活动与评价；上课要“三优化四突出”——优化教与学的内容、过程、方法，突出素养能力、重点难点、精讲巧练、因材施教；作业要“三度四精五性”——量上要适度、次上减密度、质上讲梯度，要精选、精练、精批、精讲，要有针对性、层次性、综合性、迁移性、选择性。学校坚持以学生为主体的“以学导学”课堂教学模式，精心做好主题单元教学设计和导学案，力争每一堂课均为高效课堂，提高教学效率，让每个学生在校园内能够学得会、学得好、学得足，减轻学生学习负担。

学校制定了教育教学督导制度，分学段成立教育教学督导组，对教师教学、教研、课堂、作业布置等和学生安全、手机管理、读物、文明礼仪等方面进行常态化督导。

推门听课是教研的老办法，广益中学却抓出了新效果。学校执行“推门听课”的长效机制，随机进班，随堂听课。层层“推门听课”，现场“把脉

开方”，倒逼教师“照单”整改，达到了不错的效果。据学校相关负责人介绍，自“推门听课”开展以来，听课的督导人员与执教教师、听课教师面对面交流，切实分析，提出中肯意见，大到课堂的整体架构和设计思路，小到某个知识点的具体讲解，都让教师们受益匪浅。

提升作业质量是减轻作业负担的最关键，广益中学在学生作业“控量保质”上有“狠招”，也有“妙招”。学校充分发挥各学科备课组的集体智慧，分学科成立课堂作业指导组，把学生作业作为集体备课的重点，开展作业设计与提质研究，加强教师作业设计能力培训，定期组织开展作业设计展示、交流、评比活动。分学科、按单元进行导学案和作业设计，切实减轻学生的课业负担，科学有效地提高教育教学

质量。

值得一提的还有学校重视对作业布置的公示及监督管理。备课组每周统一作业内容，将作业安排填写在教务处下发的表格上，教务处统一审核，督导组每月一查。各班级每天的课后作业布置情况均要拍照上传，教务处安排人员审核，对超时量、超作业量等不符合要求的班级立即要求整改，从而将减轻学生作业负担真正落到实处。

定向越野智慧奔跑 开拓体育特色项目

随着“双减”政策的正式出台，学校在杜绝过度学科压力的同时，也支持和鼓励孩子们发展体育、艺术、科学

类，全面提升孩子们的综合素质。

以特长发展促精品项目、以精品项目建特色课程，体育与健康课程的教学一直是广益中学体育工作中的基础。在体育新课程标准中，学校根据地理位置、特色项目等需求打造校本教材，并将学校积淀百年的文化精髓融入到课程体系当中，对其进行广泛使用和深度开发，让学生在学习、练习相关体育知识与技能的同时，实现知校、爱校、兴校的德育目标。

对于学校体育校本课程的选材，广益中学将定向越野选定为体育特色项目进行重点打造。究其缘由，要从学校传承百年的校训“行远自迩，登高自卑”说起。据学校相关负责人介绍，校训中所蕴含的求索精神与越野项目中克服各种环境差异不停向前的竞争意识有所共鸣。“行远与登高”，正是定向越野项目竞赛历程的真实写照；“自迩与自卑”，又真正体现出了竞技体育中每一个终点都是下一个起点的哲学思想。以定向越野为主教材内容开发校本课程，可以更充分地结合学校自然环境，更有效地彰显学校办学特色，这也正是学校办学理念在立足于现实又依托于现实所追求的突破与升华。

学校根据定向越野项目特点，结合高中中学生的学习要求，创造性地增设答题环节，在指定位置寻找标志物的同时，可以设计各科目的试题，要求学生在完成解题之后才能前往下一站，这样的设置可以鼓励学习成绩好但缺乏锻炼的部分同学积极加入到身体素质锻炼的过程中来，真正做到广泛参与、学练结合。

此外，广益中学在进行定向越野校本课程打造的同时，还积极进行跨学科融合实践。2019年4月举行的重庆市地理教研活动中，地理学科和定向越野的跨学科联合教研活动在广益中学进行，地理教师和体育教师同上一堂课，利用定向越野项目来讲地图基础知识，为学生提供了一个复合型学习的平台。

创新学校社团活动 促进学生个性发展

在新时代教育评价改革和“双减”背景下，如何面向世界，培养个性人才？广益中学按照课程目标要求，积极探索和开设了丰富多彩的社团实践活动，呈现出百花齐放之势。

广益中学初中部美术教师秦妍介绍，学校引入版画、素描、插画、彩铅等特色美术社团课程，创新教学思路，在教学实践中探索出多种操作简单易于掌握的技法，让美术表现形式多样化，也让学生在较短的时间内就能将各种技法应用于绘画创作中，增强表达感受的能力，提高表现作品的技巧。

如今，美术社团已成为广益中学的亮丽品牌。不仅如此，学校还以兴趣特长、学科特色等角度组建了“街舞”“美食”“考古”“智创”“武术”“古筝”“啦啦操”等20多个兴趣社团和“文学”“文峰瞭望”“百草园”“合唱”“足球”等10多个学科社团。

一分耕耘一分收获。经过多年的努力，社团活动的蓬勃发展让学校收获了丰硕的成果。近年来，广益中学Galaxy舞蹈啦啦队在全国比赛中斩获冠军10个，音乐社团在区级艺术展演中获特等奖2个、一等奖1个、二等奖3个。此外，“智创社”“文峰瞭望社”“美术社”均获评重庆市优秀社团，更可喜的是“智创社”的陈军委同学获得第十三届重庆市青少年科技创新市长奖。

营造良好教育生态是一项长期的工程，广益中学校长章显林表示，学校将坚持聚焦“双减”政策，优化课程设置，改革教学方式，提高作业管理水平，全面提高教育质量，促进学生全面发展，朝着“为党育人，为国育才”的目标不断努力前行。

何霜 王凤 杜林燕
图片由重庆市广益中学校提供

提升城市品质 助力城市发展

林同棧国际 打造更具国际范的精品TOD

近日，市规局官网发布了《重庆市轨道交通6号线(含国博线)线路总体规划、示范站点TOD综合开发策划和城市设计方案征集评审结果公告》。其中，林同棧国际工程咨询(中国)有限公司(下称“林同棧国际”)等组成的联合体递交的方案，获得了评审第一名。

林同棧国际之所以能脱颖而出，与它在TOD领域规划设计的实力不无关系。在TOD领域深耕10多年来，林同棧国际不断创新、探索，通过又一个又一个项目，不仅助力重庆打造“轨道上的都市区”，还在全国布局，推动多个城市有机更新，提升城市形象，带动区域高质量发展。

初战告捷

全市首创“地面地下四层立体交通体系”

所谓TOD，即“以公共交通为导向”的城市发展模式，是国际上具有代表性的城市开发模式。近年来，重庆大力推进轨道TOD综合开发，打造“轨道上都市区”，将轨道场站打造为市民的交通中心、生活中心、商业中心和居住中心，打造围绕轨道站点的“一日生活圈”。

据了解，上述方案征集工作包含轨道交通6号线全线90公里的整体策划，和龙凤溪站、王家庄站、五里店站、刘家坪站等4个示范站点的综合开发策划及城市设计。

林同棧国际副总裁黄聰博士介绍说，他们为6号线全线策划了“巴山渝水新乐章，智引两江示范线”的形象定位，并以人气十足的场景设计，将空间与人的活动紧密联系起来，承

载人们对城市空间的美好记忆和未来发展展望。4个示范站点的设计因地制宜，各有侧重，亮点突出，解决了每个站点面临的现实困境，也重塑了良好的城市形象，形成了很好的社会、经济和生态效益，赢得了专家和评委的一致好评。

类似这种认可，林同棧国际其实不是第一次获得。“2007年，我们初次设计的TOD项目南坪中心交通枢纽工程，就在全市首创了‘地面地下四层立体交通体系’。”黄聰介绍，该项目分四层，其中地下负三层为车行隧道，负二层为轨道层，即轨道交通3号线南坪站，负一层为人行通道，而地面层则设有公交车站、出租车站等，方便人们出行。

“南坪中心交通枢纽工程重点突出了交通功能和城市功能的结合。”黄聰说，当时该项目规划占地面积小，现有路网杂乱、纵坡起伏较大；同时周边居民住宅、企事业单位较多，交通十分拥堵。设计人员于是采取挖掘地下空间、整合零碎空间的设计方案，并坚持零换乘和公交优先理念，解决区域交通拥堵问题，提升城市形象。然后，在此基础上，考虑项目辐射商业及市民游玩等因素，在负一层设人行通道，连接周边地下商业，而地面层配套城市公园，打造舒适宜人的城市环境。

初吃TOD“螃蟹”，林同棧国际尝到了甜头。2013年，南坪中心交通枢纽工程建成投用，获得业内人士和市民的广泛好评。

不断创新探索

项目已覆盖南京、广州、合肥等多个城市

2017年，随着TOD项目逐渐被市场接受，林同棧国际正式拉开快速发展大幕，将市场版图扩张到昆明、南京、广州、合肥等地。

国家级新区南京江北新区的柳州东路站TOD项目设计，是非常典



重庆轨道交通6号线示范站点TOD综合开发策划和城市设计方案

型的案例。该项目位于轨道交通3号线与规划轨道交通11号线交叉口处，东南距离南京主城区11公里，西南距离江北新区中心8.5公里，而四周有大量住宅。很多年轻人白天在城中心上班，晚上回到此地休息，当地被称为“睡城”。

问题也在这里，由于TOD项目开发周期长、投资大，开发商往往都需要搭配资金周转率高的住宅业态，缓解资金难题，而这个项目恰好没有开发住宅的基础。怎么办？

最终，经过10多次方案的修改，

多次磋商，业态成型，不仅效果没打折扣，还给开发商算了一笔实惠账，带动了区域经济发展。黄聰介绍，该项目建筑面积近40万平方米，将打造成交通换乘中心、区域商业中心、城市活力客厅、都市新地标，同时项目临江而建，主楼和塔楼错落有致，将形成一道美丽的城市天际线。

林同棧国际在过去10多年里，像这样不断创新、探索的TOD项目还有很多。比如涪陵北站枢纽TOD项目，它将围绕涪陵北站打造成辐射100万城区人口的城市门户。按规划，该项目占地0.74平方公里，但为了让设计更周全、方案更完备，林同棧国际团队研究的范围达到10.81平方公里。

“希望站在产城融合的角度，为涪陵做未来城市规划。”黄聰说，涪陵北站枢纽TOD项目将形成“一心、一环、两带、三片、多点”的空间规划结构。“一心”即涪陵北站交通核心；“一环”即以城市干道、生态绿地为骨架的城市生态环境道；“两带”即以公园、河流构成的城市景观带，以站前产业

区为基础的城市发展带；“三片”即以均安湖为核心的南部宜居片区，以城市空间站、精英教育为核心的站前商业片区，以中医院、康养为核心的北部宜居片区；“多点”即以城市有轨电车微型立体的交通枢纽站为基础，形成集商业、办公、休闲、娱乐、服务于一体的片区核心。

成立TOD产品中心 将做出更多具有国际范和重庆味的精品

今年9月，林同棧国际再次强化了TOD项目的布局——成立了TOD产品中心。

据了解，该中心业务主要覆盖TOD一体化咨询与设计、总体策划及产业策划、TOD片区统筹规划和城市设计，TOD建筑、交通场站、综合枢纽等建筑设计，TOD相关景观、交通设计，以及TOD专项规划、专项技术研究和控规调整等。

“TOD项目覆盖的专业广，我们成立专门的TOD产品中心，是为了强化公司内部和外部相关专业资源

整合，致力于提供市场、技术和模式层面均能落地的解决方案。”黄聰透露，该中心将推出四大核心产品，包括轨道站点及TOD圈层“站城一体化”城市设计，交通场站、交通枢纽综合开发设计，轨道车辆基地上盖综合开发设计，轨道沿线及站点周边用地策划及规划咨询等。

建轨道就是建城市，促进站城一体融合发展。市住建委发布消息，将对运营、在建以及即将开工建设轨道交通线路的98个场站进行TOD综合开发。黄聰表示，TOD产品中心将牢牢把握难得的发展机遇，结合林同棧国际已有的优势，树立创新思维和精品思维，加强核心竞争力塑造，发挥多资源整合的平台作用，加强多专业融合的人才建设，推动产学研并举的产品体系完善。在未来的TOD项目中，不仅要提出国际视野及前瞻性的思路，更应注重具有重庆特色的TOD综合开发规划策略；设计上把控重庆特有的轨道特征，充分利用地形高差，综合利用地下空间，打造具有强实施性的标杆项目。

梅吟 图片由林同棧国际提供



涪陵北站TOD一体化设计方案