

开学了“双减”了 你有啥想说的

记者 王增阳

编者按：近日，中共中央办公厅、国务院办公厅印发《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》，简称“双减政策”。

“双减”政策，减什么？一是减轻义务教育阶段学生作业负担，二是坚决压减学科类校外培训；工作目

标：学生过重作业负担和校外培训负担、家庭教育支出和家长相应精力负担1年内有效减轻、3年内成效显著，人民群众教育满意度明显提升。两个目的：缓解教育焦虑和促进学生全面发展、健康成长。三个具体措施：管控作业；提升课后服务水平；规范校外培训行为。

随着疫情进入常态化防控阶段，许昌各地中小学相继开启开学季。作为“双减”后的首个新学年，如何落实“双减”成为当前许昌中小学新学期的热点，中小学生的学习和生活会有哪些变化？学校老师和家长们对“双减”政策有着怎样的看法？记者进行了相关采访。

一、“双减”下的新学期，有哪些新变化？许昌市各级中小学校有哪些具体实施和想法？

市学府街小学：自“双减”政策出台后，市学府街小学深入贯彻“减轻学生校内作业负担，减轻学生校外培训负担”的文件要求，切实提升学校的育人水平。该校以“落实‘双减’，提质增效”为主题，带领全体教师研读相关政策，探讨“双减”之下学校和教师该怎么做。

该校从三个方面解读“双减”政策：一、守好课堂主阵地。学校教育主阵地就在课堂，所以要向课堂要质量，要让真正的学习在课堂上真实发生。在“双减”之下，深入研究作业的类型和内容，各科教师都须在学生心中树立学科的价值，促进学生全面发展，百花齐放。二、做好课后服务。充分利用课后服务的时间，通过督促、辅导、答疑等方式，切实解决部分学生作业做不完、做不好、效率低等问题，利用课后服务聚焦学生素养培养，拓宽课后服务的形式与路径。三、专注教师发展，把教育教学与研究、培训、成长联系起来。

市许州路小学：该校教师严格执行课程计划，按照各学科课时量教学，不得以任何理由增减课程，要严格按照全市颁发的课程标准开展教学，不得随意加深教学内容，提高教学要求。该校将加强有效的教学研究，优选教学方法，提高课堂教学效率，落实培优辅差工作，促使学生全面发展。减轻学生负担，不等于降低教学要求，既要重视对“尖子生”的培养，组织他们参加多种活动，使他们的个性得到充分发展。又要特别重视对部分“差生”的个别辅导，及时帮助他们克服学习中的困难，迎头赶上。同样，作为老师要学会关爱每个学生，对学生要尊重、理解、宽容，关注学生的心理健康，通过谈心沟通，减轻学生的心理负担。

市毓秀路小学南海街校区(市南海街小学)：在新政策背景下，面对学生的成长需求以及家长的“教育焦虑”，一线教师们应该怎么做？新学期教育教学工作怎样开展？对此，市南海街小学提供了10点建议：

研究学情与教材，提高备课效率；组织深度学习，培养核心素养；充分利用课堂主阵地，提高作业质量；设计作业管理效能，提升课后作业的“质”；设计菜单作业，强化反馈功能；对学生进行多元评价；进行教学上的创新；参与到课后服务中去；进行更有针对性的家校共育；协调好职业角色和个人生活。



许昌市新东街学校开展足球教学。资料图片

二、新学期开始后，家长不用再长时间和孩子在家斗智斗勇，老师也有了更多新的工作内容。“双减”变化下，教师和家长如何看待和选择？

市新东街学校党支部书记、校长吴凯歌：“双减”政策不仅是对我国教育格局的重大调整，更是教育观念的大变革。作为基础教育全面落实“双减”的第一个学期，让“双减”更有效落地，我认为这是送给孩子们和家长们最好的“开学礼”。“双减”后学生如何实现全面发展，家长如何配合？教师如何适应教学新情况，学校如何落实好政策？这些问题，都需要我们用审慎的方案、积极的心态以及更好的协同来拉直。这必然对学校的管理能力、教师的教学能力提出更高的要求。“减”字背后，家长最期待的“增”，就是校内教育质量的提升。许昌市新东街学校定当努力探索新的教育路径，全面提升教学质量的同时，充分发挥社会资源力量，为学生开阔视野、全面发展、实践锻炼提供更多平台。

市新东街学校教师刘凯敏：学校是落实“双减”的主阵地。“双减”的推行是众望所归，我想，一所真正落实“双减”的学校，将是学生带着对学习的期待乐于奔赴的地方，也是老师带着对教育的情怀而乐于耕耘的地方。落实“双减”，学校教学工作的重中之重就是提高课堂教学效率，以此减轻学生课业负担。其次，学校要把作业布置纳入教研体系，集体研讨，优化作业布置方案，鼓励老师们设计有针对性、有实效的作业，根据学情设计分层作业、弹性作业，使学习能力水平不一的学生都能够“吃得饱”“吃得好”。再次，就是实现

义务教育阶段学校课后服务全覆盖，使学生回归校园，从根本上解决“校内减负、校外加压”现象。

市区某小学四年级学生家长陈梦龙：随着“双减”政策的出台和逐步落实，新学期感受到的最大变化就是更多的学生可以参与到学校组织的课后服务中。相较以往，家长在一定程度上得到解放。有时下班不能及时接孩子，有一些课程没有较好的方法进行辅导，现在这些问题在一定程度上得到了解决，学校帮家长减轻了很大的负担。延长了放学时间，家长变得更加从容，孩子们课后生活也会更丰富。但这并不意味着家长可以放手不管，更应该配合好学校和老师，真正使“双减”政策成为学生成长、成才的好政策。

市区某中学初二学生家长刘志国：以前别人都补课了，我们不补就怕落后，感觉很多家长跟我有着相同的想法。随着“双减”政策的实施，我们也许应该更加理性地对待校外培训。原先的情况是家长压力大，学生压力更大，但比起考出高分，我希望我的孩子能够健康、快乐地成长。现在，我和孩子沟通后，计划把更多的精力放在在校学习中，提高学习质量。但是也应该看到，中高考的竞争压力客观存在，许多家长的焦虑没有因为“双减”政策的出台而得到缓解，也许只有通过社会的发展和国家的引导，给更广大学生群体提供更多的成才选择，才能把学生从学业负担中解放出来。

“双减”怎么减？带你划重点

考试压力会降低吗？

- 1.小学一、二年级不进行纸笔考试，其他年级由学校每学期组织一次期末考试。
- 2.要合理控制考试难度，严禁超标超课标超教学进度命题。
- 3.考试结果不排名、不公布并以适当方式告知家长和学生。
- 4.初中期中期末考试不得与升学挂钩。

作业负担会减轻吗？

- 1.学校要确保小学一、二年级不布置家庭书面作业。
- 2.小学三至六年级书面作业平均完成时间不超过60分钟。
- 3.初中书面作业平均完成时间不超过90分钟。
- 4.杜绝重复性、惩罚性作业。
- 5.严禁给家长布置变相布置作业。
- 6.严禁要求家长检查、批改作业。
- 7.不得要求学生自批自改作业。
- 8.个别学生经努力仍完不成书面作业的，也应按时就寝。

放学时间有变化吗？

- 1.课后服务结束时间原则上不早于当地正常下班时间，对有特殊需要的学生提供延时托管服务。
- 2.初中学校工作日晚上可开设自习班。
- 3.不得利用课后服务时间讲新课。

教师能否“弹性上下班”？

- 1.可统筹安排教师“弹性上下班”。
- 2.对参加课后服务的教师给予相应的补助。
- 3.课后服务可以聘任退休教师、具备资质的社会专业人员或志愿者参与。
- 4.充分利用好少年、青少年活动中心等社会资源。

课堂教学进度难度有调整吗？

- 1.小学一年级要严格按照课程标准“零起点”教学。
- 2.积极探索实施入学适应期过渡性活动课程。
- 3.确保开齐开足开好国家规定课程，鼓励支持教师优化教学方式。
- 4.不得随意增减课时、改变难度、调整进度。

学校还能设置重点班吗？

- 1.义务教育学校不得以任何名义设置重点班。
- 2.切实做到均衡配置师资。
- 3.不得按考试成绩给学生调整分班、排座位、“贴标签”。

校外培训还能参加吗？

- 1.严禁超标超前培训，严禁非学科类培训机构从事学科类培训，严禁提供境外教育课程。
- 2.培训机构不得占用法定节假日、休息日及寒假期组织学科培训。
- 3.线上培训每课时不超过30分钟，课程间隔不少于10分钟，结束时间不晚于21点。
- 4.将义务教育阶段学科类校外培训纳入政府指导价管理。