



# 双减「之后」

■本报记者 陈蔚林

**海南推进阳光快乐教育，打造中小学生『特色印记』**

12月17日，7点半的三亚天光大亮。邓莎和儿子用完早餐，骑着电动车往学校走，不出10分钟就能抵达校门。

邓莎是三亚市实验小学五年级的英语老师兼班主任，她的儿子在同一所学校读四年级。秋季学期开学，“双减”政策落地，学校取消了早读，母子俩因此可以比从前多睡近一个小时。

由于“家长”和“老师”的双重身份，邓莎觉得，“双减”就像一位“魔法师”，给她带来的改变体现在工作和生活的方方面面。这些改变，在她看来很有意思又值得深思。

比如，作业和考试的减少，让学生们欢呼雀跃，却让不少家长产生新的忧虑，不知如何检验孩子的学习情况。作为家长，她难以避免地向儿子的科任老师打探“军情”；作为班主任，她也开始频繁地回复学生家长同样的问题，需要按照政策要求及家长反馈，与年级长和各科任老师商讨，设计书面作业和考试之外的考察办法……

但最大的改变，终归还是体现在孩子身上——“双减”以后，负担轻了、笑容多了，作业大多能在学校完成，放学后可支配的课余时间充裕起来。最近一段时间，邓莎在微信朋友圈里分享的都是儿子练习街舞的视频，高难度的“托马斯回旋”完成度很高。

▼儋州市白马井镇藤根小学学生拿着卷尺测量计算菜圃面积。  
本报记者 陈若龙 摄

▼儋州市白马井镇藤根小学学生拿着卷尺测量计算菜圃面积。  
本报记者 陈若龙 摄

## A课堂变

从老师主导变为学生主动参与，课堂教学事半功倍

“Which school day do you like(你喜欢哪一种校园生活)？”英语课上，邓莎抛出问题，课堂开始活跃起来，学生们每6人分成一个小组，在组长的统筹下展开“头脑风暴”。

“双减”背景下，教学时间压缩，作业和考试减少，只有在加强课堂和作业设计上下功夫，才能切实提高课堂效率，提高教学质量。

在“双减”政策发布后，三亚市实验小学组织全体教师学习文件，并要求各学科通过集体备课等方式，整合学科教学内容，加大课堂改革力度，进一步推行“小组合作”的教学模式。

以邓莎的英语听说课为例，她将一节课分为“听前”“听中”“听后”等几个环节——听前，各小组围绕话题展开讨论；听中，各小组以齐读、分段读、分角色读等方式朗读课文；听后，各小组创设情境并再次组织讨论，最终选出代表展示小组讨论结果。

改革后的课堂，老师主导环节被最大限度地转化为学生展示的“秀场”。邓莎认为，这能真正让每个学生“动起来”，上课不再发呆、瞌睡、开小差，而是通过大量思考和表达来吃透课程内容。

也因为这一改革，她有了更多时间和精力观察学生，发现有的孩子善于统筹，安排小组活动有条不紊；有的孩子善于倾听，乐于采纳他人的意见；有的孩子善于表达，喜欢代表小组上台展示……每一个孩子都有自己的闪光点。

当下，“翻转”课堂，让学生做学习的主人，逐渐成为海南各中小学课堂改革的共同方向。

本学期以来，海南中学初中部全面铺开导学案教学模式，课前发放给学生预习的导学案，明晰地罗列着本课时的“学习目标”“自主学习内容”“合作探究任务”等内容。其中，“自主学习内容”扼要地列出需要掌握的核心知识，“合作探究任务”则列出多道填空题来考察学生的自学和预习效果。

“这种‘任务驱动’的学习模式，能让孩子从被动变为主动，把学习从课中移到课前，从无目的转为有目的，调动了学生学习的积极性和主动性，同时激发学生的求知欲、探索欲。”海南中学初中地理老师李霜说，学生带着认识和问题走进教室，对学科的兴趣更加浓厚，课堂教学更是事半功倍。

儋州市白马井镇藤根小学把课堂搬到了田园里——学生们看着灵动的鲤鱼作画，对着缤纷的花朵画习作，拿着卷尺丈量苗圃的长和宽，在纸上计算并体会“勾股定理”等数学概念的科学性……

“田园风光的四季变化，给孩子们提供了观察、体验和想象的丰富素材。”学生的变化让该校语文老师林柏感到欣喜，原来一提笔就犯难的学生，在写了几篇种植日记后，笔触变得生动起来，描述刚刚收获的花生“用手一捏就发出清脆的笑声”，描述刚刚成熟的水稻“像是披上金黄色的外套，被沉甸甸的稻穗压弯了腰”……

## B作业变

从一视同仁变分层、弹性和个性化，作业量少而精

“双减”以来，海南各中小学加强作业管理，进一步减轻义务教育阶段学生作业负担，确保小学一、二年级不布置书面家庭作业，小学其他年级学生每天书面作业完成时间平均不超过60分钟，初中生平均不超过90分钟。

按照学校要求，邓莎把作业设计成基础题、提高题、实践题等几个层次。其中，基础题为课标要求掌握的听说读写，每个学生都要完成并达标；提高题大多是思维导图的绘制和填空，学有余力的学生可自主归纳课程内容，以加深印象和理解；实践题主要是根据课程内容制作调查表、时间表等，有兴趣的学生可将其付诸实践。

“比如，这节课刚学完中西方校园生活差异，实践题的内容是让学生制定安排自己的校园时间，并以信件形式把安排告诉大家。”邓莎发现，这种分层、弹性和个性化的作业，让原本藏在作业本后面的学生变得鲜活起来——有的孩子在思维导图中画动漫人物，有的孩子在调查问卷上写实践体会……越来越多孩子从只做基础题到挑战提高题，再到追着老师要更有趣的实践作业。

学生追着要，老师给不给？邓莎说，那可不一定。“双减”政策明确要严控作业的总量和时长，学校一是以

科组为单位，每周讨论制定当前教学模块的分层作业；二是以年级为单位，统筹整合各科作业安排，确保分层合理、总量不超。

三亚市第九小学同样以年级为单位，多次开展集体备课和线上备课，为学生打造了内容丰富、层次分明的“作业超市”，让学生自主选择作业的形式、难度和数量，在控制作业总量和时长的同时确保学生“吃饱、吃好”。

为了帮助老师们顺利过渡，省教育厅还组织省教培院专业人员，制定了义务教育阶段语文等12个学科的作业设计与案例指引文件，对作业设计与布置、批改与反馈等作出明确要求和示范。邓莎认为，文件中的案例具体鲜活，可复制性强，对各中小学尤其是薄弱地区学校老师可谓雪中送炭。

作为班主任，邓莎每天放学前都会查看班级黑板的作业公示栏，确保学生各科书面作业的总时长控制在60分钟以内，发现哪个学科作业量大了，还得和科任老师协商酌情删减。

有的老师在布置作业前，还会自己先做一遍，确保作业量少而精。

“学校不仅会定期检查作业布置情况，还会随机向学生了解作业完成情况，无形中也给了我们更多压力和鞭策。”从教13年来，邓莎直言这次减负是“动了真格”。



在儋州市第二中学的课堂上，学生展示自己设计的机器人。本报记者 陈元才 摄



海口市玉沙实验学校学生正在参加特色校本课程。本报记者 张茂 摄



海口市英才小学滨江分校学生正在上非洲手鼓课。本报记者 陈若龙 摄

## C课后变

上不完的校外培训班变多样化的校内兴趣课

相较于老师们的“有准备之仗”，家长们面对“双减”多少有些手足无措。

本学期初，邓莎收到的家长信息比以往都多，内容不外乎“为什么要实施‘双减’”“‘双减’要减什么”“孩子的学习成绩如何检验”“课后服务是不是还讲课、补课”……

海南相关整治力度不断加强，学科类校外培训机构开始转型、停课甚至关张。有的家长感到头疼，孩子课余时间充裕了，却不知该干些什么。邓莎认为，家长只有主动了解“双减”，支持“双减”，才能配合学校对孩子作业、睡眠、读物、体质等方面加强管理。

作为一个小学生的母亲，邓莎充分理解家长的心情。她通过家访、电话、微信及家长会等形式，为家长详细解“双减”政策，并邀请他们到校参加课后服务开放日活动。

开放日当天，三亚市实验小学创客教室门庭若市。趣编程Scratch、3D one三维设计、童心制物机器人……“多彩信息”社团在这里开展的课后服务令家长们啧啧称赞。此外，该校还有其他近50个社团，提供涵盖自我与社会、语言与表达、运动与健康、音乐与旋律、数学与逻辑、科学与探索、空间与美术等内容的“七彩光”特色课后服务课程。

和三亚市实验小学一样，海南不少中小学的课后服务开展得有声有色。

在海口市滨海第九小学的人工智能教室里，孩子们搭建“火星车”，并通过编程实现不同的功能，比如插入蜂鸣器让“火星车”发出声响，插入传感器让“火星车”及时规避障碍。

该校四年级学生徐一菲自信地展示刚刚完成的“快乐星球”创意编程：“点击每个星球的图像，都会弹出这个星球的简介，外面的星球还会围绕里面的星球旋转。”她制作这个编程作品只用了两个课时。

课后服务课程既能“接地气”，也能“接天线”。在三亚市天涯区槟榔小学，98%以上学生都是黎族孩子。学校将黎族文化融入课后服务，在推广竹竿舞的基础上，又开设了黎陶技艺、黎族乐器等特色课程，请来“非遗”项目代表性传承人及民间文艺家等为学生授课。

在黎陶技艺传承人董小龙的指导下，该校五年级学生苏佳顺完成了自己的第一件黎陶作品，“越是了解这门技艺，就越舍不得它失传”。闻言，学吹黎族乐器“灼吧”的同学也凑过来：“‘灼吧’也不能失传，我们要把黎陶、‘灼吧’、竹竿舞这些黎族技艺带出海南！”

古老的旋律回荡校园，自制的火箭航模一飞冲天……孩子们用一张张笑脸，诠释他们对校园活动的喜爱，还有对未来的无限憧憬。

省教育厅基础教育处处长韩小雨表示，当前，“双减”政策在海南取得了明显成效，但仍然存在部分学校政策落实不够到位、课后服务师资相对薄弱等情况。海南教育系统将继续查找堵点、破解难题、补齐短板，带动各中小学在学科教育、文化知识灌输、教学时间上做减法，在阳光快乐教育、文化底蕴培养、教学质量上做加法。

她还表示，推进“双减”和阳光快乐教育，既要在教育侧发力，也需要社会各界形成合力，共同维护海南基础教育的良好生态，让“健康阳光、好学上进、勤劳诚信、文明朴实”的特色印记深深镌刻在每一个海南学生身上。

(本报海口12月21日讯)

## 深读

海南日报 融媒工作室

总策划：曹健 陈成智 齐松梅

执行总监：许世立

主编：孙婧

版面设计：张昕

检校：卫小林 原中倩

H5文案：许世立

H5摄像：陈若龙

H5配音：冯芷晨

H5制作：陈海冰

视频文案：孙婧

视频拍摄：陈若龙

视频剪辑：吴文惠

