



“双减”背景下

学校教育教学质量提升的实践与思考

——来自杭州市义务教育段学校的报告

杭州市教育科学研究院 编
杭州市教育学会
2022年1月



「双减」背景下学校教育教学质量提升的实践与思考

——来自杭州市义务教育段学校的报告

二〇二二年一月





『双减』背景下学校教育教学质量提升的实践与思考

——来自杭州市义务教育段学校的报告

二〇二二年一月

“双减”背景下

学校教育教学质量提升的实践与思考

——来自杭州市义务教育段学校的报告

杭州市教育科学研究院
杭州市教育学会 编
2022年1月

好的教育不应鼓励竞争

(代序)

审视当下的中国教育，毫不夸张地说，竞争已经像空气一样四处弥漫。为了赢在起跑线上，自从孩子孕育之时，家庭之间就开始了漫长的比拼：胎教、早教、名校，一个都不能少；兴趣班、辅导班、补习班，哪个也不可缺。学校里，更是处处有竞争，时时要竞争，人人在竞争。为了成为令人艳羡的“别人家的孩子”，大学竞争已经步步倒逼，从高中前移到了小学，孩子们在“做一题会一题”中领悟着“一题决定命运”的生存哲学，在“有来路，没退路；留退路，是绝路”的警句中强化着“要成功，先发疯，下定决心往前冲”的战斗信念。为了守住分数的命根，教师之间更是摆开了架势，各显着神通，变着花样打着“只要学不死，就往死里学”的励志鸡血，用尽脑子念着“作业考试化，考试高考化”的应试真经。为了完成地方政府下达的考核指标，学校自然只能铆足干劲往前赶，时间安排精细化，行为管理军事化，每月一大考，每周一小考，次次排名，人人对比，不得不被动地运转在学业竞争的齿链之中……

诚然，竞争就如同在群鱼中投放的一条鲶鱼，具有巨大的激励效应，但是，自然界优胜劣汰的丛林法则能够一成不变地套用于人类社会吗？更进一步，对于教育这项具有公益性、复杂性、长期性和延时性等特征，以促进个体身心全面发展为宗旨的特殊事业，我们是否应该从伦理和效益的角度进行评估，竞争在促进教育参与的相关主体自我成长、提高效率的同时，还有其它负面伤害吗？这些伤害有多大？实践表明，竞争确实是一把双刃剑，如果一旦尝到了通过外部的比拼来激发斗志的甜头，就很容易走上依赖、迷恋甚至偏执的恶性循环的不归路，就像吸食毒品的人只有通过不断地吸食毒品才能打起精神一样，竞争会越来越加码，阈值会越来越增大，反应会越来越迟钝，边际效用会越来越递减。处于囚徒困境之中，谁又敢轻易停下？于是，起跑线只会越来越前移，培训班势必越来越多上，水涨船高之后，所有的观众都不得不站立着观看，

每个人都投入得更多，而获得感并不比以前更多，最后的结果只能事与愿违，不可避免地陷入众人皆输的剧场悲剧。

没有竞争，学生会努力学吗？老师会认真教吗？教育质量能保证吗？20多年前就废除了教育评估系统的芬兰给出了答案，在多年的PISA测试中，他们以优良的学分量化产出值稳居世界前列。芬兰人笃定地认为：“教育的目的是学习，而非竞争”，“芬兰绝对不会用竞争来刺激质量”。是的，“真正的赢家，从来不竞争”（芬兰作家山穆利·帕洛南）。没有了考核和评比的压力，老师和学生完全生活在信任和友善的氛围中，反而可以回归教育的本质，更加自由地专注于学习和工作，而不必为了提高几个名次或者零点几的平均分去成倍地刷题，也不必为准备一次又一次的考试花费反复磨练的时间。

可能有人会说，只要注意场合、讲究时机、分清对象、把握分寸，竞争就能正常地发挥作用。但是，对于教育而言，尤其在“双减”背景之下，一定要小心谨慎地倡导竞争，大张旗鼓地鼓励合作，毕竟，“人的本质不是单个人所固有的抽象物，在其现实性上，它是一切社会关系的总和”（马克思），竞争固然是社会进步的重要动力，但合作才是人类生存的本质形态。教育如果一味鼓励竞争，学校、教师、学生、家长甚至整个社会都会像卡伦穿上了红舞鞋，不断地寻找抢跑的机会，不断地感到落后的威胁，不断地比拼“白加黑”“五加二”的时间投入，不断地增加“学而思”“新东方”的经济负担，从而陷入一场无休无止的教育军备竞赛之中，最终挤占了自由发展的时间，压缩了自主探索的空间，抑制了生活审美的情趣，弱化了实践创新的能力，透支了未来人生的希望。也许，提倡竞争的目的是让人变得更优秀，但结果可能事与愿违，反而培养了更多投机取巧的机会主义者、不择手段的利己主义者、赢者通吃的丛林主义者，因此，教育一定不能以培养“人上人”为目标，而应该尽量少竞争多合作，低竞争高合作，引导生命个体在自我的反思中升华与超越，鼓励师生群体在相互的成全中“拥有更饱满的意义、更珍贵的价值和更丰盈的人生”。

陈万勇（杭州市教育科学研究院）

目录 CONTENTS

上 篇

1. “双减”背景下义务教育学校“三提升”工作情况调研2

中 篇

- 2.革新教育生态 促使教育双回归——上城区“双减”工作经验调研
 上城区教育学院教育科学研究中心调研组24
- 3.拱墅区“双减”工作调研报告
 杭州市拱墅区教育研究院33
- 4.“双减政策”下学校破解的西湖行动
 西湖区教育发展研究院43
- 5.四路深化，数字协同：滨江区“双减”工作调研及后续行动
 杭州高新技术产业开发区（滨江）教育研究院51
- 6.钱塘区“双减”专项行动调研报告
 钱塘区教师教育学院59
- 7.系统集成·双减赋能：萧山区“双减”工作调研报告
 杭州市萧山区教育科研研究所68
- 8.优化作业 丰富课程 传承文化
 杭州市余杭区教育发展研究学院76
- 9.立足实际 育人为本 扎实推进——临平区“双减”工作调研情况汇报92

10.富阳区“双减”工作的经验、问题及对策	
富阳区教育发展研究中心	99
11.“双减”：我们的实践与思考——来自临安的调研报告	
调研组：陈明霞、童小庭、林丹、史幽鹤、陈光东	107
12.桐庐县义务段学校“双减”实施情况调研报告	
桐庐县教育科学研究室 江军平	117
13.淳安县“双减”工作现状的调研报告	
淳安县教育发展研究中心 卢远民 章荣华	125
14.建德市义务段学校“双减”实施情况调研报告	
建德市教育科学研究中心	139

下 篇

15.半张 A4 纸——双减背景下的作业优化设计	
杭州采荷第一小学教育教育集团 沈益强	148
16.基于“作业负担风向标”的作业公示制度	
浙江省教育科学研究院附属实验学校 唐宇红 周颖	157
17.淘玩 10 分钟：课间活动金都天长新样式	
杭州市金都天长小学 陆敏芳 沈俊	166
18.网格化管理：“双减”背景下作业管理的创新探索	
杭州市夏衍初级中学 陈晓菲	172
19.学博悟：技术赋能学后托管魔法学院新样态	
杭州师范大学第一附属小学 俞富根 俞水英	179
20.全息述评：基于核心素养的学生综合素质评价体系建设	
杭州采荷第三小学教育集团 黄升昊 杨欣.....	184

21.周末帮帮团：家庭互助共同体建设行动	
杭州市回族穆兴小学 金莹 周晨	193
22.作业博物馆：减负提质的育人新载体	
杭州市凤凰小学 缪华良 陈清梅	200
23.“大作业”改革：“作业减负”的校本创新实践	
杭州市大成实验学校 李建飞	205
24.一课一车一体系：小学家校协同教育的新路径	
杭州市卖鱼桥小学 周李萍	209
25.圆桌会 规划书 加油站：助力学生个性特长发展	
杭州市大关中学教育集团 章继钢 李雪玲	215
26.“加减乘除”：让“双减”高效落地	
杭州上海世界外国语中学 李强	221
27.第一学习场：“双减”视域下的“星教育”实践	
杭州市现代实验小学 张刚 边宁	227
28.构建基于整体生长的作业改革体系	
杭州市育才外国语学校 汤佳绮	234
29.“智库”作业：高质量校本作业的春晖路径	
杭州市春晖小学教育集团 田冰冰 来婉萍	241
30.“双减”背景下基于数据分析的分层作业管理	
杭州钱塘新区启源中学 郑宏超	247
31.“N+”促“双减”：农村小学的减负新样态	
萧山区浦阳镇中心小学 祝洪校 陶璐莎（执笔）	253
32.服务五育的素养空间为学后托管赋能	
萧山区世纪实验小学 丁水法	260

33.基于“五指”理念，系统设计校本作业的汇宇实践	
萧山区汇宇小学 盛莉芳	266
34.12345：“双减”背景下的村校文化共育新行动	
萧山区靖江第二小学 沈洋 韩铁飞	274
35.作业追踪制度：推进作业减负管理	
萧山区文博小学 周建阳 韩一娣	280
36.多元化作业设计与评价“双线并行”范式	
杭州市临平区临平第一中学 徐敏霞 王媚	284
37.基于“双减”的家校合作型项目式学习	
杭州师范大学附属未来科技城学校 王爱媛	293
38.场馆课程，让学习真实发生	
杭州市余杭区未来科技城海创小学 章献明 何君	299
39.建“六化”作业，促提质强校	
杭州市余杭区良渚第二中学 王卫华 栗志（执笔）	305
40.套餐·选餐·走班：X课程的探索与实践	
杭州市富阳区富春第四小学 叶根娟 屠益女	311
41.七彩3+4：“双减”背景下学生居家活动设计与实践	
杭州市富阳区胥口镇中心小学 徐明军	317
42.“双减”背景下“双15+”课堂改革的实践研究	
桐庐县旧县中心学校 吴火桂	321
43.元生态学习：袖珍小学学生身心健康成长的实践	
淳安县鸠坑乡中心小学 汪文晖 郑婷（执笔）	327
44.下姜学堂：乡村学生在牵手中走向内心丰盈	
淳安县枫树岭镇中心小学 姜军建 徐丽婷（执笔）	333

上
篇

“双减”背景下义务教育学校“三提升”工作情况调研¹

我市义务教育阶段学校全力贯彻教育部、省市有关“双减”工作精神，立足学校教育，积极探索、落实与创新工作方法，着力减轻学生过重课业负担，全面提升课后服务质量、作业管理质量、教育教学质量（简称“三提升”），积累了许多工作经验。在“双减”工作推进过百日之际，为更好地总结提炼“三提升”工作优秀经验，发现并推广校内“三提升”工作的新典型、新工作与新变化，了解遇到的新问题、新挑战，推进全市“双减”背景下义务教育学校“三提升”工作持续、优化、深入开展，由市教育局牵头，市教育科学研究院、市教育学会联合组织面向全市义务教育段学校开展本次调研。

一、调研概况

本次调研，涉及13个区县的义务教育段学校，实地走访学校85所，315位教科室主任、分管校长和教师、家长参与座谈，汇集了377份双减典型案例，约3.39万教师与23.67万家长参与了线上调研。参与调研情况的具体分布见表1。

表1 杭州市“双减”调研参与情况分布

区县	实地走访 (所)	座谈(人)	典型案例 (份)	教师问卷 (人)	家长问卷 (人)
上城区	4	20	68	5377	23012
拱墅区	3	32	46	3843	16639
西湖区	4	15	11	1591	18699
滨江区	5	20	2	1790	20087
钱塘区	4	19	9	3161	20875
萧山区	8	45	67	5369	41515
余杭区	4	41	58	4160	42246
临平区	9	40	7	16	354
富阳区	4	21	20	2822	22469
临安区	4	18	18	2873	16391
桐庐县	10	11	17	1487	67
淳安县	15	16	27	1467	14392
建德市	11	17	27	1	26
合计	85	315	377	33957	236772

¹ 本次调研由市教育局统筹，杭州市教育科学研究院、杭州市教育学会联合设计与组织，全市13个区县与所属义务教育段学校共同实施。本报告是在各区、县（市）提供的报告以及典型案例基础上，汇集而成，由杭州市教育科学研究院金卫国执笔，俞晓东审定。

除上述规定调研内容之外,部分区县还根据实际情况,开展了针对性专项调研,如上城、西湖、桐庐与淳安进行了专门的问卷调查,临平与富阳开展“双减”专项督导。在此基础上,各区县均对本区双减工作进行了总结,撰写了区域调研报告。

1. 线上调研的教师情况 参加本次线上调研的教师共 33957 人,分布在 13 个区县(图 1)。

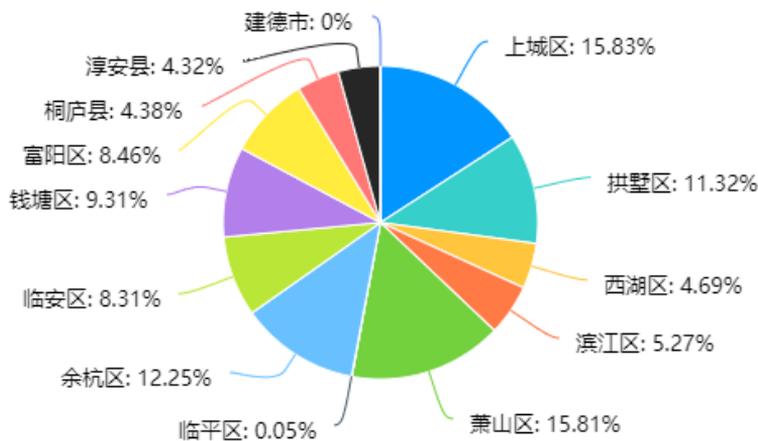


图 1 参与调研教师的区县分布图

其中,5 年以下教师居多,占 29.39%;其次是 6-10 年教龄教师,占 15.73%;第三多是教龄为 21-25 年的教师,占 14.58%(图 2)。

其中,小学教师(图 3)有 21545 人,占 63.45%;初中教师有 8754 人,占 25.78%;九年一贯制教师有 3419 人,占 10.07%。另外,有 31.51%的教师,其子女正处在义务教育阶段(图 4)。

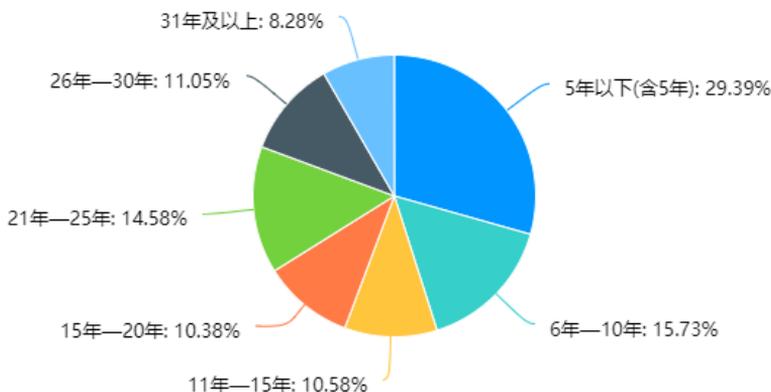


图 2 教师教龄分布图

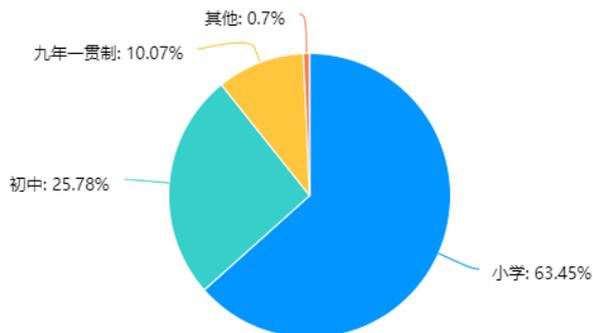


图3 教师所在学段分布

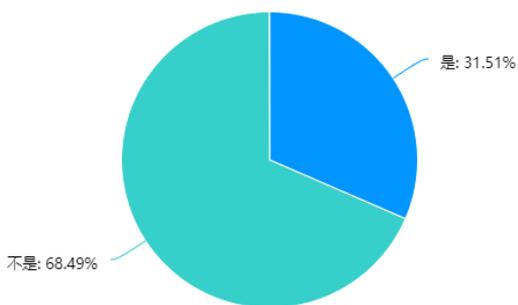


图4 参与教师的子女在义务教育段的比例

2. 线上调研的家长情况 参加本次线上调研的家长共 236772 人。由于家长线上调研遵循自愿原则，因此，各区参与情况并不统一，图 5 只能体现参与人数的分布。

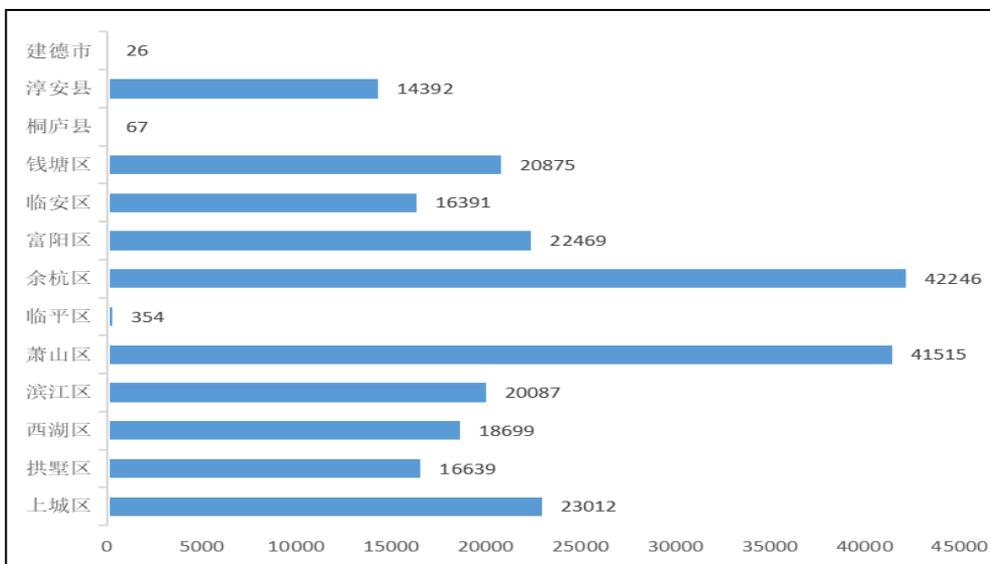


图5 参与调研家长的区县分布图

对参与线上调研的家长，其子女所在学段进行统计，可以发现参与情况随着其子女学段的提升而有所降低。

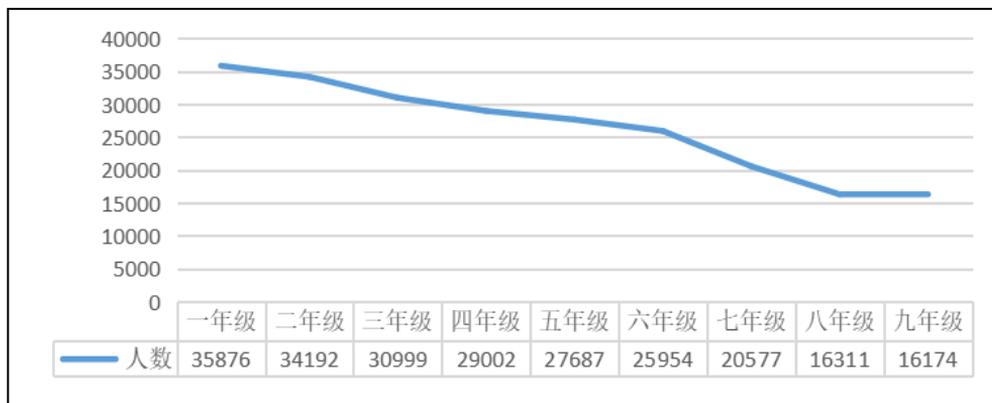


图6 参与调研家长子女学段分布图

3. 调研的基本过程 本次调研时间紧，任务重。调研主持单位及时制定调研计划，组织成立调研组，设计调研方案，统筹监测调研进程（表2），确保调研任务在规定时间内完成。

表2 杭州市“双减”调研进度表

序号	区县	成立调研组	确定调研计划	走访学校	集中座谈	问卷调查	书面访谈	形成区域报告	汇总典型案例	形成市域报告	形成文集
0	市本级										
1	上城										
2	拱墅										
...										
13	建德										

注：本表采用“钉钉”在线填写，完成一项填写一项。

二、经验与亮点

通过对学校提供的典型案例以及区域“双减”工作调研报告的分析与提炼发现，我市开展“双减”后“三提升”工作的经验与亮点，主要体现在以下四个方面。

（一）认识到位，全域推动双减走实走深

根据《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》的通知》和《浙江省教育厅等九部门关于进一步做好义务教育阶段学校课后服务工作的实施意见》等精神，市教育局通过全域走访调研、座谈反复研判，针对本市实际情况，仅“减轻作业负担”一项，就出台了8项政策文件（表3），全面扎紧“双减”执行制度，夯实“双减”执行到位。

表3 市本级出台与“双减”有关政策一览表

序号	内容	发布主体	文号	时间
1	关于进一步加强中小學生“五项管理”工作的通知	杭州市教育局办公室	杭教办基(2021)68号	6月1日
2	关于开展2021年杭州市小学生暑期托管服务试点工作的通知	杭州市教育局等五部门	杭教基(2021)4号	7月12日
3	关于进一步做好义务教育阶段学校课后服务工作的通知	杭州市教育局等九部门	杭教基(2021)5号	8月26日
4	关于加强青少年宫(活动中心)与义务教育阶段学校合作提升学校课后服务质量的指导意见	杭州市教育、共青团杭州市委	杭教基(2021)6号	9月26日
5	关于进一步规范初中学校作息时间和课后服务要求的通知	杭州市教育局办公室	杭教办基(2021)121号	9月27日
6	关于印发提高义务教育学校作业管理水平实施方案的通知	杭州市教育局	杭教基(2021)7号	10月8日
7	关于引进社会公共资源参与中小学课后服务的指导意见	杭州市教育局	杭教基(2021)8号	11月16日
8	关于开展全市义务教育段学生课业负担监测的通知	杭州市教育局办公室	杭教办基(2021)158号	12月6日

各区在市教育局统一部署下，因地制宜推进“双减”工作，并各具特色。如上城区委区政府连续召开区委常委会、区政府常委会、区教育工作领导小组等专题会议，成立上城区“双减”工作领导小组，内设1个综合组和6个专项组，研究制定了“减轻学生作业负担和校外培训负担”“提高学校教育教学质量”“提升作业管理质量”“提升课后服务质量”和“规范培训机构管理”等“1+4”双减文件，打出了全链条、全方位的“组合拳”，确保“双减”政策落地见效。淳安县委县政府制定了从助跑到奔跑再到领跑的“双减”工作思路，落实用好“时间表”，踏出“路线图”，培育“生态圈”的“三步走”工作路线，系统设计，调整公务员下午上班时间，确保学校放学时段交警、志愿者能够参与校门口的交通管理。萧山区教育局召开7次专题会议，指导学校落实“1+8+X”政策（“1”指总的实施方案，“8”指提高义务教育学校教育教学质量的实施意见、课后服务实施方案、师德师风建设方案、

校外培训机构专项治理行动方案等8个文件，“N”就是各相关部门联合印发若干配套文件），从而实现“两个回归”，即校长潜心回归学校管理、教师全心回归课堂教学。

通过线上问卷发现，教师与家长均认为“双减工作”很重要。在满分为10分“双减”重要性调查中，选择8分及以上的教师共有27665人(图7)，占81.76%；选择8分及以上的家长共有209588人(图8)，占88.52%，比教师的高出7个百分点。这些数据，充分说明了“双减”的必要性与时代性。

1. 家长对双减工作重要性的认识

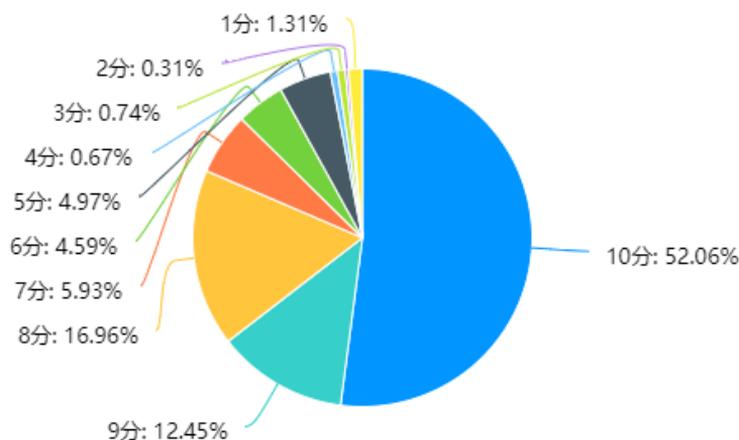


图7 教师对双减工作重要性的看法

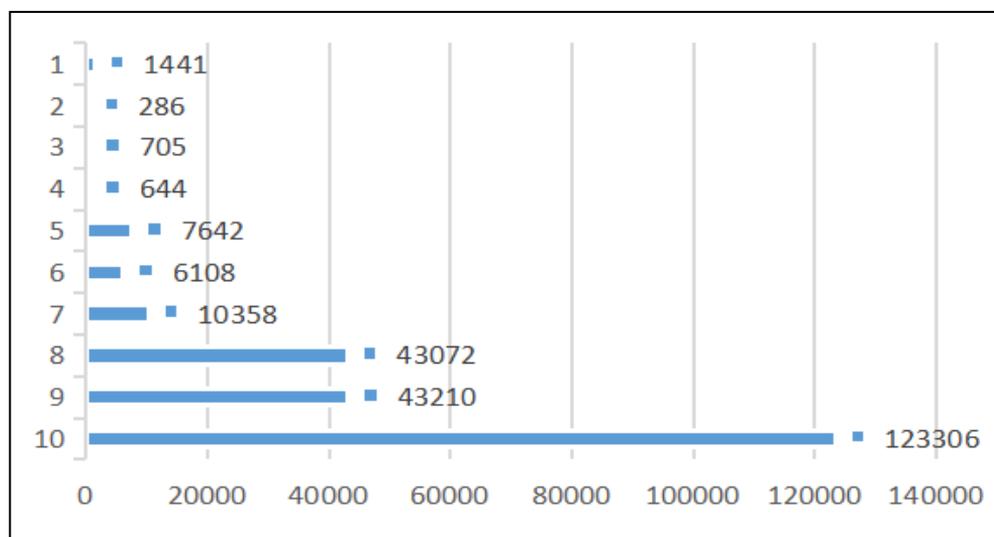


图8 家长对双减工作重要性的看法

（二）作业管理，全程提升课堂教学质量

作业管理，其背后是课堂教学；减轻作业负担，其本质是提升课堂教学质量。萧山区提出“教师全心回归课堂教学”，抓住了“双减”核心。在各区（县、市）提交的245份典型案例中，有四成涉及到作业类型、作业设计、作业管理等内容，基本形成了教师、学校、区域三级作业管理体系。

1. **作业纷呈，分类分层，适合不同学生。**临安区构建了“三环九步”的作业设计流程，“三环”即：集体备课——个性备课——集体修改；“九步骤”即：阅读教材、备课分工、分析安排；进度编写、课件制作、作业设计；阐述意图、质疑补充、修改定稿。萧山区全面加强“作业管理”，合理调控作业结构，如金惠初中实施“作业公示制度”、回澜小学设立“无作业日”、文博小学建立“作业追踪制度”等，完善了作业管理办法。上城区立足“重控量，重提质，重指导”，严控作业总量、丰富作业类型、提高作业设计质量，并以无作业日、免作业单、作业限行等形式，提升学生作业管理能力。拱墅区探索了作业数量与质量监控办法，如京都小学的“作业调查员”，拱宸桥小学的“作业管理天使”与“清澄小天使”，明珠实验学校的“周末作业执行列表”与“周末家校互通清单”，拱宸教育集团的《时间管理手册》，促进学生自我反思，形成良好的学习习惯。

2. **课堂转型，三名在线，适应不同需求。**滨江区提出了“四学三导”好课范式，由学生的问学、研学、辨学、用学等四个学习历程构成课堂教学基本流程，其中，教师的主要使命是：引导真学习、指导深学习、辅导会学习；同时提出了“三梯度·九要领”常态课优质学习标准。西湖区针对家长和孩子有疑问不知道找谁指导的问题，探索名师、名课、名校的“三名在线”系列课程的免费线上学习服务。

3. **教学质量，重新审视，蕴藏观念转变。**减轻过重作业负担，是治表；通过学校减负，撬动社会、家长对教育发展观、人才成长观的转变才是根本，破除“唯分数、唯升学、唯文凭、唯论文、唯帽子”的顽瘴痼疾，重塑基础教育生态。萧山区实施《中小学“美好成长”素质教育行动计划》，紧盯薄弱环节，着力打造“校校有块责任田”，鼓励学生“出力流汗”，全力推进“足球进校园”和“武术进校园”，倡导学生“能文能武”，落实“五育并举”。

（三）课后服务，全面丰富校园拓展活动

课后服务主要包括放学后托管服务、初中晚自习服务、免费线上学习服务、暑期托管服务，以及为在校学生配套提供的就餐服务等。各区（县、市）义务教育段学校在按照要求严格执行规定之外，因地制宜，丰富、优化了课后服务的内容与方式，倾全力做好课后服务工作。

1. **优化托管服务结构。**富阳区万市镇中心小学开设“1+2X+3C”序列化模式：

“1”一基础性托管（分层分组、作业团队、组内互助、教师辅导等）；“2X”一拓展性活动（校内拓展性活动、居家拓展性活动）；“3C”一多维化课堂（学校课堂、家庭课堂、社会课堂），致力于打造“4H”培养目标：身心健康（health）、兴趣爱好（hobby）、习惯培养（habit）、眼界见识（horizon）。钱塘区钱江小学，实施“1+2X+3T”模式：“1”指实现学生自主作业，采取1+N制管理，1名教师主管，多学科教师坐班或巡视；“2X”指培养兴趣爱好，推出走班“X”课程；“3T”指促进学生身心健康的活动与课程，以此实现学生在自主作业、兴趣活动、体育运动等方面实现了各个层面的“习惯培养”，为学生打造了4H服务暖心空间。桐庐县桐君小学课后服务实施1+X+Y+Z服务体系，与学校体艺活动相结合，分三段进行，第一时段20分钟体艺活动，第二时段60分钟的家庭作业指导完成，第三时段40分钟以班级为单位进行拓展自主课程学习。

2. 丰富托管服务内容。钱塘区下沙中学采取1+1+2+1的体育锻炼模式，即一次大课间365健康跑，一节体育选项课，两节基础体育课，一项体育社团活动。萧山区靖江二小以“家校合作”“党建联盟”的双组织方式，打造托管服务X课程的新型学习综合体，在“快乐周五”中，设置了“兴趣超市、私人定制、美善舞台、影院时空、自然学堂”五大项X个科目，让“双减5+2”模式真实落地而行。

3. 创新线上学习服务。西湖区提出的“三名在线”系列课程的免费线上学习服务，其中“名师在线”课程聚焦学科和家庭教育专题，由区域名师授课，双休日或晚间在线直播，为学生提供学习答疑辅导，并帮助家长解决孩子成长问题。“名课在线”课程聚焦教师专业提升，帮助教师精准把握教学目标和重点难点，优化教学设计，提升作业设计水平。“名校在线”课程聚焦校际优质均衡发展，城乡教育共同体学校采取“双师课堂”方式同步上课，共享优质教育资源。11月，“三名在线”课程被教育部基础教育司确定为全国第二批学校落实双减典型案例并在全国推广。

4. 充分引入社会资源。临平区挖掘中国棋院、新华书店、青少年宫、皇国山人工智能基地、区书法协会等社会机构的教育资源，充分运用社会力量（含志愿者、非遗传承人、具备资质的社会专业人员）参与课后服务，打造“1（基础性服务）+X（收费拓展性课程服务）+T（免费拓展性课程服务）”的课后服务模式。临安区“三个引导”吸纳各类资源参与课后服务：一是引导优秀家长参与，在广泛征求、充分遴选、认真培训、持证上岗的基础上吸纳200余名家长参与课后服务辅助，开设沙画、阅读、乐器、书法、航模、木工、陶艺、编程、足球等近300门拓展性社团课程，满足学生多样化的兴趣特长；二是引导镇街参与，让非遗项目、特色小镇、文旅资源进校活动，开设“耍碗”、剪纸、桃花纸制作、轮滑、攀岩、人工智能、劳动教育等特色社团类课程300余门；三是引导“第二课堂”参与，引导红色基地、党群中心、博物馆、图书馆等50个校外实践教育基地，开展进校宣讲活动，党政

干部、劳模、先锋榜样进课堂授课 70 余次，邀请院士、工匠、星火联盟成员、行业协会等进校开设科普、工艺、烘焙、跆拳道、乒乓等 100 余门公益课程。

（四）学校治理，全力构建系统服务保障

课后服务，倒逼学校治理进行全面升级迭代，使学校能够运用系统思维宏观设计课后服务，使课后服务纳入学校管理体系之中，与学校管理融为一体。各区、县（市）的主要经验表现在四个方面：

1. **作业管理制度创新。**余杭区瓶窑第二小学实施作业“三熔断”管理机制：校级熔断、班级熔断和家长熔断，以“三熔断”管理机制来保证学生作业控制在要求之内，保证学生充足的休息时间。临安区晨曦小学推出“6221”行动：“6”——“托管入班一点名登记—作业管理—课间活动—拓展服务—托管放学”六步运行流程；“2”——基础服务和拓展服务；“2”——“教师清单”和“家长讲堂”；“1”——各科精选精编一册作业本。

2. **教师管理方式创新。**拱墅区长寿桥小学、启航中学等为教师提供平价晚餐；大关中学增设每周四小时的“应急假”，灵活变通“坐班制”，减去教师请假顾虑。上城区为鼓励教师积极投身“课后服务”工作，准备“暖心餐”，开设“放松吧”，设立“弹性坐班制”，教师可享受“亲子假”“恋爱假”“幸福假”“零星假期”。如，滨江第一小学在不取消原来每月 8 小时“零星假”的基础上，推出了“弹弹乐”专属调休单，将托管教师的次数折算成可以弹性上下班的时间，4 小时抵半天，供教师急需时调休。桐庐县推出教师服务“三机制”：成立晚托“温馨自助餐”专班机构；推出课前服务“弹性督早”机制；搭建教师“微心愿”绿色平台。

3. **数字教育平台创新。**上城区创新开发“学后乐园”课后服务、“淘活动”平台、之江汇自主学习、数智学习平台“微学通过”3.0 版等系列教育平台，助力学生思维发展。“星级家长执照”家长成长数字空间系统、“尚学通”数字社会未来教育重点场景等两大项目成功入选全省教育领域数字化改革创新试点。

4. **公共空间育人创新。**“双减”实施以来，学生的晚托放学与下班高峰重叠，家长接送孩子的车辆大量聚集在校门口附近，加剧了城区道路的短时间拥堵现象。萧山城区学校通过“五隅共建”，重构校门口空间育人环境；通过“五域勾连”，整合校门口空间育人主体；通过“五育并举”，重塑校门口空间育人价值；通过“五誉融合”，重建校门口空间育人评价，打造了学校、家庭和社会综合育人的第三空间，建构了“双减”背景下校门口综合育人的第三间教室。

（五）满意认同，全员认同支持双减工作

“双减”，除了政策层面与管理层面的努力，最有发言权的应该是教师、家长与学生。本次调研，就“满意度”对教师、家长以及间接的对学生进行了线上调研。

总体来说，教师、家长与学生（间接）对我市“双减”工作持满意态度。

1. 教师对学校开展的双减工作基本持满意态度。在3.4万在线调研的教师中，选择“基本满意”与“非常满意”的教师有28271人，占83.26%；选择“基本不满意”与“非常不满意”的教师数仅占2.99%（见图9）

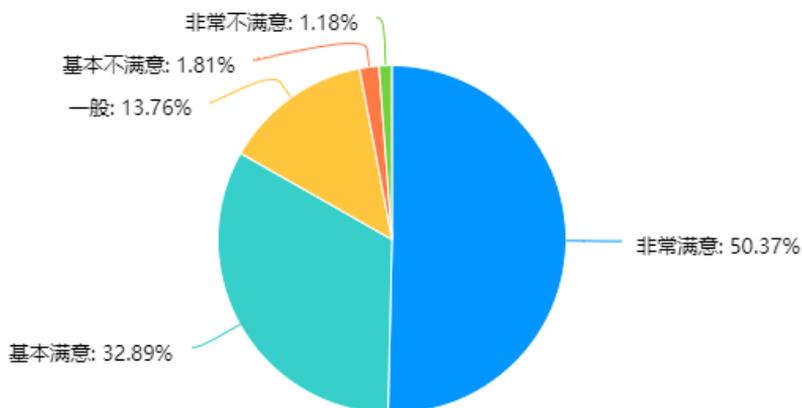


图9 教师对双减工作的满意度

2. 教师对“课后服务”“作业管理”最为认同。在作业管理、课后服务、提升课堂教学质量以及学校管理四个方面的双减工作中，教师认为学校做的比较好的依次为课后服务（占66.13%）、作业管理（占64.7%）、提升课堂教学质量（占44.9%）和学校管理（24.36%）（图10）。

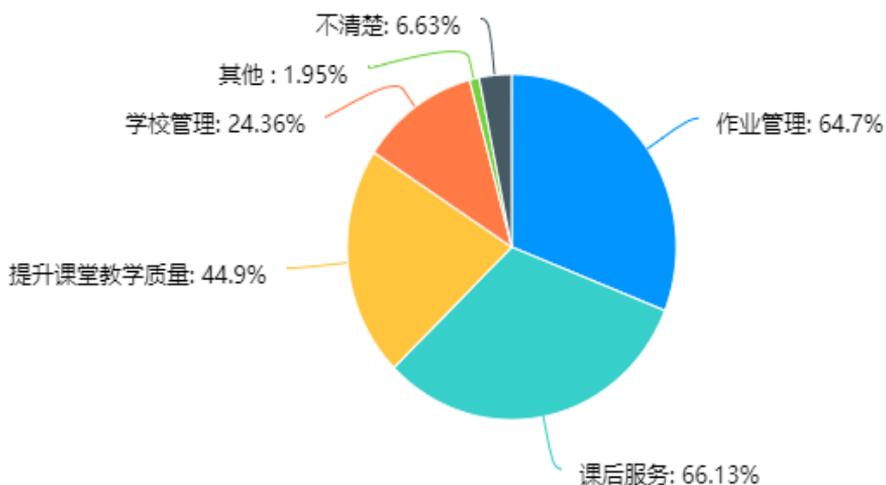


图10 教师对双减各项工作的认同

3. 家长对学校开展的双减工作基本持满意态度。在 23.68 万家长中，选择“基本满意”与“非常满意”的家长有 211711 人，占 89.42%；选择“基本不满意”与“非常不满意”的家长不足 2%（图 11）。

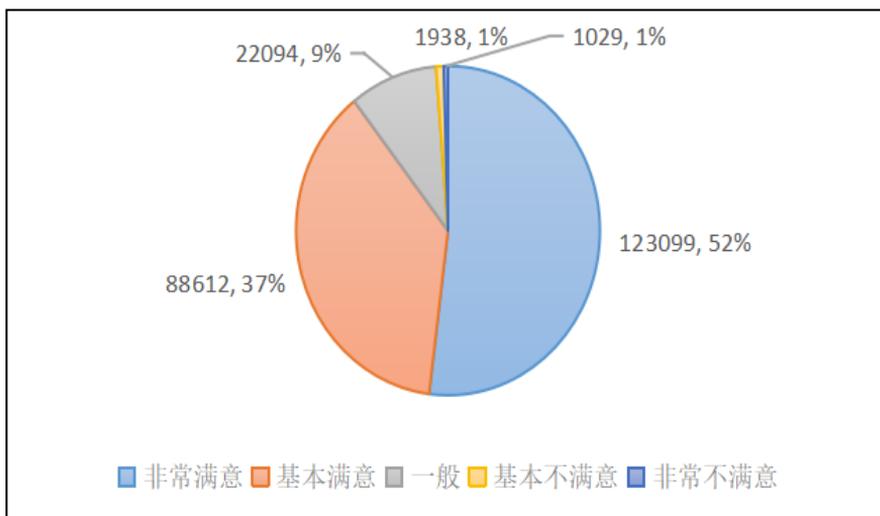


图 11 家长对双减工作的满意度

4. 家长对“作业管理”与“课后服务”最为认同。在作业管理、课后服务、教学质量以及学校管理四个方面的双减工作中，家长认为学校做的比较好的依次为作业管理（占 38%）、课后服务（占 24%）、教学质量（占 16%）和学校管理（13%）（图 12）。其中，排在首位的“作业管理”，与教师的看法略有不同，教师将课后服务排在首位。

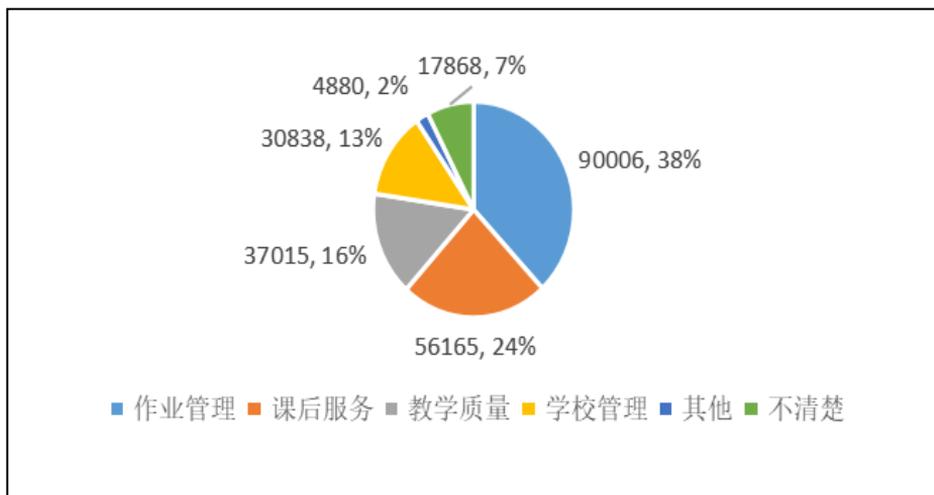


图 12 家长对双减各项工作的认同

5. 家长认为孩子对双减工作也持满意态度。本次调研，虽然没有直接面向学生展开线上调研，但是，通过家长间接了解了学生对双减工作的看法。通过调研发现，家长普遍觉得自己的孩子对学校开展的双减工作还是非常满意的。“喜欢”与“非常喜欢”的比例达到83%，还有16%的家长选择了“一般”；家长认为孩子对学校开展的双减工作觉得“不喜欢”的不到1%（图13）。

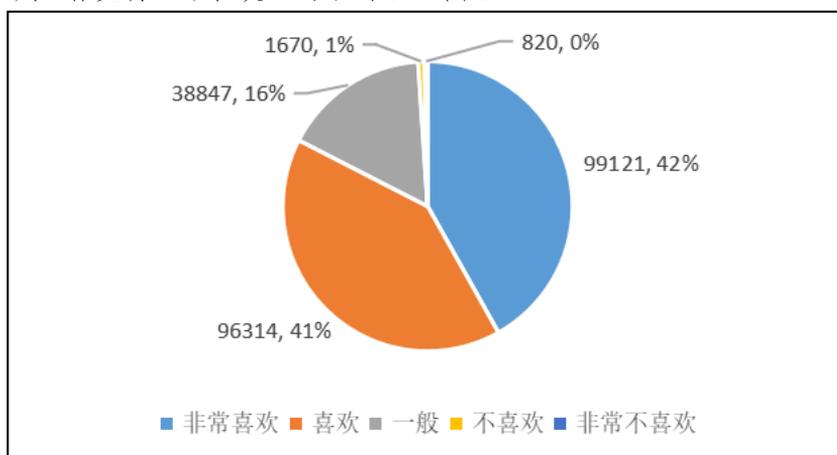


图13 家长认为“孩子对双减的态度”

三、问题与挑战

双减，作为一项系统工作，推进速度之快超乎一般。各层面以高度的“政治站位”，竭尽所能，全方位推进双减工作。自然，在推进过程中呈现了一些问题，也对学校管理、“三提升”提出了新的挑战。对调研材料的进一步梳理与归纳，发现挑战主要集中在以下五对关系的15个问题中：

（一）局部调整与系统设计的关系

双减，减的虽是“作业过重负担”和校外培训所带来的经济负责与心理负担，但随着“课后服务”的强力推进，师生在校时间的显著延长，学校的课程体系建设面临新的问题和挑战，基础性课程、拓展性课程和拓展性课后服务课程衔接问题突出，随之而来的就是“校园安全”“食品安全”“上下学交通安全”等风险也随之增加。因此，对于学校来说，思考的绝不能仅限于“作业管理”本身，亦或者是“课后服务”本身，应该拥有“系统设计”的战略思维，从整体视角，审视学校教育治理生态，解决随“双减”而来的各种问题：

1. 立足“五育并举”、指向核心素养的课程体系尚不够健全。在开齐开足开好国家课程的基础上，各地各校近年来积极开发拓展性课程，特别是课后服务开展以来，课后服务的拓展性课程不断丰富。但是，许多学校的拓展性课程碎片化、不系

统，特别是没有与核心素养的培养紧密联系，拓展性课程与课后服务的课程没有很好衔接。课后服务开展后，承载“X”课程的服务场地与师资严重不足，功能化教室缺乏，教学仪器设备缺位等问题显山露水。

2. 托管服务开始后，学校周边的交通问题突出。同时，城乡差距大，交通问题尤为明显。如农村小学学生回家时间步调不一致，校车二次服务出现问题，从站点到家的步行，成为安全管理的“盲区”。

（二）托管服务与专业发展的关系

虽然，托管服务的对象应该是“有需求的学生”，但是家长不是这样的理解。出于对学校的信任，再加上“1+X”的丰富性，家长理所当然的认为“托管服务”是一种“额外的学习”。因此，绝大多数家长选择让孩子参加了托管服务，如建德市托管服务覆盖率 84.70%，钱塘区小学生占 93.02%，初中生占 83.77%，萧山区占比 75%，参与初中晚自习占比 66%，西湖区占比近 90%，其中参加拓展性托管服务的学生占比近 60%，临平区占比超过 88.8%，桐庐县在 90%以上。托管服务学生的“高参与率”，意味着教师的“高参与率”，给专业教师的专业发展带来了莫大的困惑与阻碍：

3. 教师专业拓展面临压力。专注于国家基础性课程研究的教师，还需要具有与学科拓展活动无关的拓展性课程开发力和实施力，因此，教师的专业结构受到了挑战。

4. 教师专业发展受到精力牵制。托管服务，占据了教师用于教育教学研讨与反思的时间，并消耗了教师对于教育教学反思与研究的精力，因此，教师的专业发展受到了挑战。

5. 作业改革呼唤教师专业能力提升。“作业赋能，提质增效”是一项系统工程，以作业为突破口，使课堂教学从工具走向发展、从整齐走向个性、从知识走向能力、从碎片走向系统、从封闭走向开放、从单一走向多元、从判断走向增值需要教师的专业水平。

（三）额外投入与费用保障的关系

以中学教师为例，在校时间从 7:30-16:30 变成 8:00-21:00，由 8 小时变为 13 小时，时间增加 5 小时，在校工作时间增加 62.5%。这多出来的 5 小时工作时间，如何计算劳动报酬，出现了一些新问题：

6. 政府经费保障至今没有定论。省市政府均明确要求各地要制定课后服务经费

保障办法，采取财政补贴、服务性收费或代收费等多种方式保障经费，但至今相当部分区、县(市)还没有制定具体的实施办法，收费标准和教师报酬标准均不明确。

7. 学校后勤管理出现新问题。食堂员工因工作时间太长，早中晚餐连轴转，得不到休息，出现辞职现象。

8. 经费保障的长效机制尚未建立。短期内教师从情怀奉献的角度出发义务付出没有问题，但是长期超负荷的工作，劳动又没有得到相应的回报，工作热情和工作效能自然减退。教师在教育教学工作没有减轻的前提下，只得利用晚上时间备课与批改作业，再加上额外劳动没能得到及时的经济报酬，造成“身心俱疲”，影响教师身心健康。

(四) 刚性制度与柔性管理的关系

管理学中有“X理论”与“Y理论”，双减之后，部分学校开始增强对教师的关怀，设计了一些极具人性化的管理举措，比如“弹性上班”，这与本次调研的结果极其一致。调研发现(图14)，教师对学校管理的期望最大的是教师弹性上班(占81.69%)，其次是希望双减工作由志愿者参与(占49.51%)，再次是学生自愿参与托管(占34.14%)，而不是强制，值得注意的是教师还希望学校能够提供晚餐(占34.08%)。推及到面上，教师管理和教育教学管理面临难题：

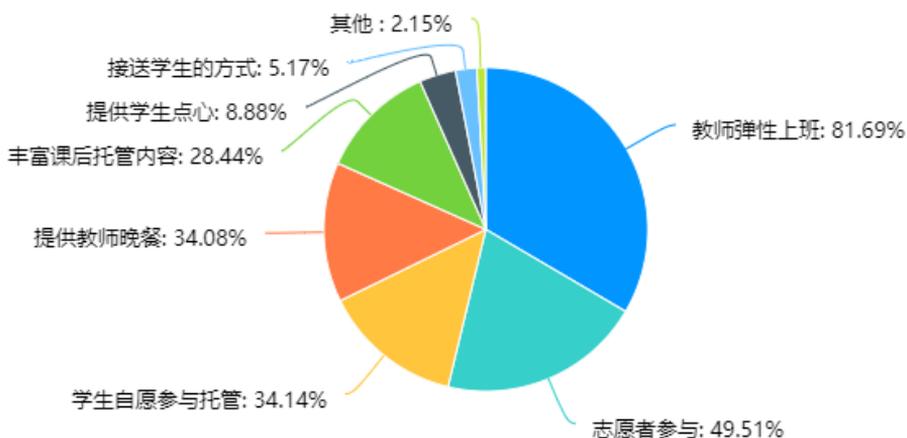


图14 教师对学校管理的期望

9. 课后服务面临学生管理压力。“双减”背景下，特别是课后服务延长了学生每天的在校生活，也相应地缩短了学生的社会生活。需要更深入研究如何提高课堂教学水平，更好激发学生的学习兴趣，提升学生的学习效能，加强学生研究性、实践性课程的学习。

10. 家长需求与学校个性化服务面临压力。“双减”开展以来，校外培训减少，家长、学生对个别化、差异化教学的需求增加，但学校班级规模大，教师负担重，关注个体、实施差异化教学的机会和能力都受到限制。

11. 教师管理如何适应“双减”新政？如何理解“弹性上班”，并设计一套适合学校实际的“弹性上班”制度？如何解决教师的“生活之忧”，如提供教师“晚餐”，为教师子女（如幼儿园小朋友）提供接送时间以及学习、活动空间。

12. 如何解决新的“城乡差异”？如萧山区南片的河上、楼塔、浦阳、进化，东片的益农、靖江、党湾等镇街，地理位置相对较偏，教师和其他资源普遍缺乏，这种“先天差异”使得双减背景下产生新的“城乡差异”。

（五）学校减负与家庭增负的关系

学校减负，家庭增负；周末减负，平时增负，不可否认，这些现象并没有随着“双减”的持续推进而消失，家长和孩子的升学焦虑依然存在，中考和高考的选拔性依然是压在父母孩子教师头上的“指挥棒”，“双减”效果的滞后性使得，尤其是家长在孩子学业上依然不敢放松。调研发现，在作业管理、课后服务、教学质量以及学校管理四个方面的双减工作中，家长认为还需要进一步优化的项目依次是（图15）作业管理（占31%）、课堂教学（26%）、课后服务（18%）和学校管理（7%），从中可以明显看出家长对学生的学业还是非常关注，课后服务却排在第三位，并不占据主导地位。家长与教师的担忧主要表现在：

13. 对有效作业的信心不足。学生在校内完成作业后，家长并不完全放心，老想着布置家庭作业。同时，部分教师的作业观念较为传统，担忧作业数量的减少会导致学业成绩的下降，总想着增加周末作业。

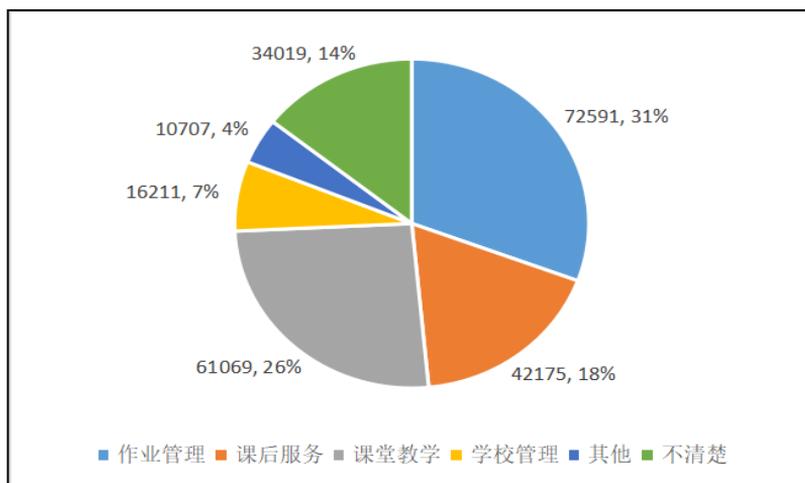


图15 家长对“学校优化项目”的基本看法

14. **对家庭活动的意识不强。**随着周末学科类培训班的取消，从理论上讲，家长和孩子获得了更多的亲子活动时间，然而部分学生双休日玩手机、打游戏的现象有所抬头，如何处理家校关系、亲子关系？长期积累的生活方式改变，家长根本没有准备好，如果开展家庭活动，如何与孩子有效沟通，如何帮助孩子养成良好的学习习惯，如果有效控制手机时间等诸多问题困扰着家长，造成少数家长焦虑不安，亲子关系恶化。

15. **家长与教师对政策延续的信心不足。**只要中高考不变，教师与家长心中以学科考试分数为质量标准的看法不敢有稍些松懈，轰轰烈烈的“双减”之后依然顾虑较多：课堂教学改革会不会走上死循环？作业设计会不会成为作业变相布置的代名词？课后服务拓展性课会不会成了校内的培训班？

四、对策与建议

在推进“双减”工作持续、稳步地往实里走、往深处落的同时，出现的一些新困难、新问题和矛盾，不能孤立地看待，局限于“头痛医痛，脚疼医疼”的“近视效应”，而应该持战略思维，宏观把控，整体设计，抓住“双减”的核心问题与主要矛盾——提升教育教学质量。目前校外培训机构清整工作已经卓有成效，家长与教师对“双减”工作认同度也很高，下一阶段应该从外部的清理走向教育内涵的发展。因此，如何强化学校教育“主阵地”，提升学校教育教学质量，当成为现在与将来“双减”的核心任务与主要任务。

（一）政府主导，合力打好“课后服务”持久战

政府主导之下的“双减”已取得阶段性成果。因此，“双减”的持续推进，依然需要政府主导，督促与协调各职能部门合力解决“课后服务”所带来的系列问题，如安全问题、教研问题、教师负担、经费保障等问题。目前，各职能部门既要重视“灰犀牛”式的突发性问题，也要关注“黑天鹅”式的延缓性问题。唯有如此，才能取得“双减”的全面胜利。为此，政府应该针对以下问题即时出台相关政策：

一是关注学后托管的交通问题。政府要搭建平台，帮助学校与交警交通、社区等部门的沟通，进一步解决课后托管所带来的学生接送的安全问题，尤其是农村学校晚自习后通校学生的安全问题，可以建立“报平安机制”，以确认学生安全返家。

二是充分调动各方资源。政府各部门要整合多方资源及力量，尤其是场馆、专业技术等部门的优秀资源，主动参与“课后服务”课程开发。对教师兴趣专长所蕴含的教育资源也需要深挖，在扩充拓展课程资源的同时促进教师放大自身的兴趣专

长，转移并推动教师将狭窄的工作视野为“美好教育”指导下的幸福生活内容，缓减教师“双减”所带来的工作压力与生活压力，避免产生新的“内卷”和“职业焦虑”。

三是研究并出台“教师弹性上班”新制度。人事部门应尽快制定并落实“教师弹性上班制”，缓减教师生活压力与心理压力。从调研可以发现，部分区县部分学校开始探索“弹性上班”，出台了一些切实可行的举措，但仅限于该校。因此，相关部门要尽快研制并出台“杭州市义务教育段学校教师弹性上班工作指引”，各区各校可以根据“工作指引”，结合学校实际，一校一策，制定适合学校自身的“教师弹性上班”工作制度，切实缓减教师的工作、生活与心理压力，使更多的教师有更多的精力投入到“双减”中来，投放到“课后服务”中来。

四是各级政府要重视并落实对教师课后托管服务劳务的支付制度。财政与发改委需要尽快出台“课后服务”劳务补贴标准。本学期的“课后服务”劳务补贴必须在年前落实到位，这涉及到教师对“课后服务”的“疲劳感”与“信任感”，还涉及到政府及各主管部门的“公信力”。

（二）精准设计，全力打好“作业管理”遭遇战

作业，是教师、学生、家长直接面对的矛盾载体，也是引起教师、学生、家长负担的最为直接的源头之一。“双减”与“五项管理”落地之后，教师全面展开对作业的研究，无论是作业的内容，还是形式，均了较大的改观，这从提交的245份典型案例中作业管理占40%以上就可见一般。然而，要使作业真正起到“减负提质”的作用，除了教师需要转变教学质量观，还须在作业的三个方面着力：

一是创新作业内容。作业之所以成为学生的负担，不外乎两个基本要素：难度与数量。太难的作业，给了学生过多的挫折感；简单的作业往往会与“机械反复”一同展示在学生面前，如此一来，使学生对作业的挑战性失去意义。因此，跨学科作业、长时作业、非学科作业、探究性作业、展示性作业、选择性作业、协商性作业等综合性作业内容的设计，就成为必然。

二是端正作业观念。知识导向的作业，还是素养导向的作业，这是摆在教师面前的一个基本选择。教师需要逐渐地接受素养导向的作业，而不仅仅是知识导向的作业。就现阶段而言，教师更多地应该研究“素养导向”的作业观与作业质量观。同时，教师需要将这种观念传递给学生，打破学生靠“刷题”来获得微弱增长的学科分数，而耗散了大量用于自身素质发展的时间，如挤占了体育、艺术、劳动及社

会活动的机会与时间。

三是培育作业兴趣。作业兴趣，或者是学习兴趣，对于学生的学习质量至关重要，每一位教师应该知晓“学习兴趣”的重要性。当“作业成为负担”时，也是学生丧失学习兴趣的时候。而这种学习兴趣，是需要教师在日常教学过程中进行的培育。“没有没有教学的教育，也没有没有教育的教学”，教师都明白这一道理，立德树人，就是强调在教学过程中教师还有“育人”的要求与责任，培育学生的学习（作业）兴趣，即是“立德树人”很为重要的一部分。

（三）精耕细研，倾力打好“教学质量”堡垒战

“双减”是一个工作术语，要让“双减”转变为一种教育术语或者是专业术语，其本质应该的是“课堂教学质量”。“双减”是问题导向，提升“课堂教学质量”是目的导向。一位合格的教师，其课堂教学质量理应达到教育目的所要求的；一位优秀的教师，一定是“第一（课堂）教学质量”可能覆盖“第二（作业辅导）教学质量”，即所谓的“轻负高质”。也就是说，如果第一教学质量过关的话，是不再需要第二教学质量辅助的，“作业负担”也自然不会存在。所以，学者们早以提出“素质教育的主阵地在课堂”，提高课堂教学质量，才是“双减”的根本。

一是注重课堂教学质量。临安区建议从“时间（结构）、教学设计、教学实施、学生参与”四个方面考量课堂教学质量。优化时间结构，如“35+10”的时间分配（上城），10分微课和“精彩30分钟”（西湖）的时间搭配等，形式多样的时间分配优化了“教学节奏”，有效促进课堂教学质量提升；重视教学设计，不能成为一种奢望。因一师资短缺引发的满工作量满负荷的教学工作运转，再加上“第一教学质量”欠佳所带来的繁重的作业批评与辅导，使教师对“教学设计”不再重视，凭经验教学成了常态，简单思考教代替了深入研究“学”，使教学设计成了一种摆设和“检查”的对象。因此，加强集体备课，增加课堂研讨时间，使教师投入到“课堂教学研究”中去，在研究中提升教学专业水平，从而提升“第一（课堂）教学时间”；再者就教学实施，这四十分钟的教学是“双减”的关键所在，教学方法、教学环节、学习支架、教学环境等，都促进课堂教学有效性的关键要素，教师要努力构建体现学生核心素养、有深度的课堂；最后就是“学生参与”课堂教学活动的时间与态度，教师需从学生行为习惯的培养、学习的关注度、学习的主动性等方面着力，让学生积极主动地参与学习。

二是尽可能给教师成长提供空间。提升课堂教学质量的关键在于教师，一方面

教师应有主动修炼的态度与自觉，努力提升自身课堂教学水平和激发学生学习兴趣提升学习效能的教育技术；另一方面教研部门要引导教师关注课堂教学的变革，尝试、研究、推广单元教学、项目化教学等被实践证明可以提高教学效率的课堂模式与教学方法。应更科学地设计课堂作业，将课堂教学和作业设计有机融合，借助作业管理平台等减少低水平的作业，将题目的“点对点”转化为“点对面”。同时要解决“双减”之后教师资源的严重不足，建立多方力量组合的有质量的教师队伍，如组织社会力量、家长群体等，以弥补教师力量的不足。

三是采取积极的教学管理。更新教育管理理念，快速适应新政变化，以教学研究和课堂改革为途径，全面提升课堂教学质量，推进教育均衡，办好家门口的每一所学校。首先是切实完善义务教育课程体系。一方面开齐开足开好国家基础课程，同时不断丰富和完善“五育并举”、指向核心素养培养的拓展性课程。其次是大力推进教学改革。一方面要切实提升课堂教学效率，鼓励开展“轻负担高质量”的教改实践，强化研究性、实践性教学，激发学生的学习自主性，强化作业的“诊断、激励”的功能，将课堂教学和作业设计有机融合，把作业转化为课堂教学的过程，将课后作业转化为课内作业。另一方面要强化个性化、差异化教学，加强学习辅导，推进因材施教。第三是推进优质资源共享。包括优质课程共享、师资共享，推进城乡教育均衡发展。建立优质教育资源库和案例库，加大各地各校课后服务、作业管理和推进教育教学改革的实践经验的交流分享。第四是进一步抓好教师培训。加大对教师专业发展的政策支持，进一步改进教师教育教学理念，提升教学能力。

（四）探索创新，竭力打好“素养评价”攻坚战

改变“唯分数、唯升学、唯文凭、唯论文、唯帽子”的评价现状，才能最终消除家长、教师和学生心中最后一点也是最“顽固”的一些顾虑。因此，完善且令人信服的“综合素养评价”的构建与实施，才是“双减”目的最终达成的根本所在，也是教育行政部门及学校需要关注的重点之一。从第一轮课改的“等级制评价”，到现在的“两考合一”中考改革并将初中学生综合素质评价与高中招生挂钩，成为升入各类高中、职业高中学校的前置条件，杭州教育一直在探寻“综合素养评价”。“双减”犹如一副“猛药”，为构建“综合素养评价”提供了基础环境，使教育生态展现出生机。

一是确立基于区域特色育人的素养目标。教育的根本任务是立德树人，培养德智体美劳全面发展的社会主义事业的建设者和接班人和人，培养具有爱国情怀、社会

责任、实践能力、创新精神的一代新人。为此，基础教育阶段学生的综合素养应该包含四个方面的内容（张绪培）：健康，这是基础，包括身体健康、心理健康与社会适应；教养，这是学生的外显行为，如公共空间、规则意识、不影响别人的意识等，具体包括行为习惯、诚实守信与现代文明；德性，这是一个人的“内核”，即道德的内核，包括爱人之心、社会责任、高雅情趣等；理想，这是一个人发展成长的“动力”所在，包括广泛兴趣、价值判断与远大理想。

二是重点开发学生综合素养评价指标及实施体系。综合素养评价是教育评价改革的必然。对于“综合素养评价”目前有一些零星研究并取得了一些成效，然而，其在整体教育评价中发挥的作用的并不大，因此，目前只能算作1.0版本，是一种初级尝试版，将来发展至少可见的还有2.0的实用版，和3.0的理想版。2.0的实用版，即综合素养评价与学科分数一起成为高中与大学招生参考的主要内容，其权重至少在1:1之上；3.0的理想版，是将学科成绩纳入综合素养评价之中，成为综合素养评价的内容之一，高一级学校录取权依据学生综合素养评价等第。

三是系统建构学生综合素养评价体系。建议教育行政部门痛下决心，建立与出台十二年一贯的学生“综合素养评价体系”，彻底扭转学校、教师、家长与社会所固有的“唯分数”的教育发展观与人才成长观，实现教育的“共同富裕”。

（五）技术辅导，通力打好“智慧教育”阵地战

现代科学技术辅导教育教学，促进学校教育教学变革，优化学与教的方式，全面提升教学质量，实现“智慧教育”，已成为现实。

一是继续扩大教育资源公共化。利用省、市、区、校多级平台，通过建立线上资源包、资源库，如杭州的“名师公开课”等，进一步实现教育资源的共享共用。

二是充分人工智能及信息技术。精准收集与分析学与教的行为，实现作业精准推送，从根本上减轻作业负担；静态化学与教过程，将不可逆的教学过程成为学生反复学习的资源，满足不同学习速度的学生学习的需要。

三是学校应充分探索与建设“现代科学技术支持下的学生心理危机识别与干预”机制。加强现代科学技术支持下的学生学习情绪管理的研究，通过各种活动培育学生积极学习情绪，为全面提升学校教育教学质量奠定基础。

（六）观念引导，聚力打好“生态重塑”外围战

树立科学的教育发展观、人才成长观、选人用人观，推动构建服务全民终身学习的教育体系，是“深化新时代教育评价改革”的指导思想之一，也应该是“双减”

的重要任务之一。以双减为牵引，推动“五育”并举，建设高质量发展的美好教育体系，需要精准分析基础教育改革的关键环节，重新建立良好的基础教育生态环境。

一是引导家长重树良好的质量观与发展观。通过家长学校、家长会、家委会、家访等多种渠道，对家长进行正面指导与引导，以典型案例、榜样现身说法等多种方式，对家长进行现象剖析，引导家长树立正确的教育观。

二是引导家长正确看待“课后托管服务”。“双减”之下，部分家长原本有时间接送，而现在让孩子在学校晚自习，当起了“甩手掌柜”，忽视了“亲子陪伴”的重要性。

三是多渠道发声，让正面舆论覆盖各类媒体平台。持久、反复的正面引导，有助于引导大众建立正确的社会舆论与观念形成。当然，办好家门口的学校和建立一套完善的“综合素养评价”制度是“硬核”，如此，家长与教师心中最后一点疑虑会“不攻而破”，教育的春天将滋润杭城的每一个学子。

中
篇

革新教育生态 促使教育双回归

——上城区“双减”工作经验调研

上城区教育学院教育科学研究中心调研组²

一、调研概况

长期以来，中小学生课业负担一直是各级教育行政部门、研究机构和社会舆论关注的热门话题。多年来，它就像一根弹簧，“减负”风一吹，按压即缩，且效果明显，但“风头”一过即刻强劲反弹。2021年7月，一场“减负”浪潮席卷全国，中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《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》，明确提出了强化学校教育主阵地作用、深化校外培训机构治理的“双减”方略。“减负”的问题再次备受社会各方关注。

在“双减”工作推进过百日之际，作为主阵地的中小学校，落实“双减”政策进展如何？取得了哪些宝贵经验？还存在哪些困难和问题？2021年11月16日至12月2日，上城区教育学院教育科学研究中心组建调研组，对全区“双减”工作进行了全面调研。本次调研历时半月余，采用走访学校、集中座谈、典型案例征集、问卷调查等方式，围绕“特色经验、困难或问题、对策建议”等主要内容，共走访学校4所，召开部分教学干部座谈会1场，征集典型案例68个，88所学校近12000名教师、数万家长参与问卷调查。

二、经验与亮点

“双减”政策出台后，上城区积极响应，全力贯彻国家、省市“双减”工作会议精神，紧扣“减负提质”的要求，立足政治高位，着眼关键环节，强化科学治理，努力实现学校办学水平整体提升，促进区域义务教育优质均衡发展，着力构建良好的教育生态，促使教育规律和育人主阵地的双回归。

（一）提高政治站位，全域推动“双减”走实走深

“双减”工作是贯彻党的教育方针的一项政治任务，是回应群众关切的一项民生工程，涉及面广，影响力大。“双减”文件下发后，上城区委、区政府迅速展开全面部署，强力推进。

1. 打好一套政策“组合拳”

上城区委区政府高度重视“双减”工作，积极回应人民关切，连续召开区委常委会，区政府常委会、区教育工作领导小组等专题会议，成立上城区“双减”工作

² 调研组成员：郑一峰、陈文松、贾海英、单瑛凡。报告执笔：贾海英。

领导小组，内设1个综合组和6个专项组，研究制定了“减轻学生作业负担和校外培训负担”“提高学校教育教学质量”和“规范培训机构管理”等“1+4”双减文件，打出了全链条、全方位的“组合拳”，确保“双减”政策落地见效。

2. 架设一条校内外“双轨道”

上城区以促进教育高质量发展为目标，坚持校内提升与校外减负“两手抓、两手硬”，扎实推进“双减”各项任务。一是落实学校主体责任，以“区域大课程”建设和“思维课堂”打造为突破点，以“多维举五育，标准促成长”的综合素质评价理念引导教学模式转变，努力实现课堂转型，向课堂要质量，向作业要质量，向课后服务要质量；二是校外组建“1+14”两级专班，集聚属地综治、教育等多条线力量合力攻坚。以“派单式”下发工作指令，精准调度街道专班和相关部门，完成1028家培训机构（含非学科类746）底数排摸和风险等级研判，学科类机构共完成8轮100%覆盖的巡查，平稳有序关停学科类机构72家，并在全市率先开展校外培训课程类别鉴定工作，有效化解涉众风险，最大限度地维护群众利益。

（二）紧盯关键环节，全面保障学生学足学好

上城教育坚持突出重点、破解难点，在三个关键节点上同时发力，抓好“三提”，充分保障学生在校内学足、学好。

1. 提升课堂教学质量

上城教育坚持以生为本，鼓励学校在精细化教学管理的基础上，开展高效课堂、教学方式等研究，不断提高课堂教学育人实效。

一是精细课堂教学管理。各中小学校都加强了“备课-巡课-研课”，让老师们互相学习，加强管理。如，丁兰第三小学每周两次巡课制度；勇进实验学校专家推门听课制度；时代小学提出了《课堂教学质量管理“十要十不要”》；濮家小学教育集团践行课堂留白，依据《留白课堂随堂听课评价细则》，把学习的主动权真正交给学生。

二是聚焦高效课堂建设。课堂育人价值重塑越来越被重视，激发学教智慧，打造高效课堂，成为“双减”背景下学校重点关注的问题。如，杭州笕弘实验学校“生长课堂”、四季青小学的“亲历课堂”、采荷第三小学的“三适课堂和采荷第一小学的“融创课堂”，以及紫阳小学的“问难论辩”讨论式课堂，等等，都试图以课堂转型为切入点，谋求高质量的课堂教学。

三是深度变革学习方式。越来越多的学校大力推进项目化学习研究，用项目化学习落实课堂学习的自主合作探究。如，丁蕙实验小学以项目化学习研究赋能主动学习，为“高质”提供动力；夏衍初级中学的“小先生课堂”和“项目学习”，提高学生自主学习主动性；彭汇小学采用微课、思维导图等信息技术融合课堂学教方式，

成效较明显。

2. 提升作业管理水平

立足“重控量，重提质，重指导”三重，严控作业总量、丰富作业类型、提高作业设计质量，不断强化作业育人功能。

一是“控”作业总量，明确时间筑底线。中小学通过建立健全作业管理、督导评估等制度，严控作业总量和时长。如，省教育科学研究院附属实验学校开展“作业健康码”公示制度研究，以红、黄、绿三色“作业负担风向标”监控作业总量与质量；建兰中学推进“减作业、增睡眠，减补习、增运动，减刷题、增实践”的“三减三增”行动，确保作业减负不减质；崇文实验学校发出“家长不在作业本上签名”倡议，陆续出台了《减负提质二十条规定》《作业批改管理制度》等管理制度；采荷第二小学制定作业管理制度21条，实施“三统三自三强”的“三三制”。

二是“提”作业质量，建立体系推分层。大多数学校以“基础+拓展”的模式满足不同层次学生的学习需求。基础性作业教师精选题型，学生人人必做，人人过关，掌握基础知识、培养基本技能。拓展性作业学生根据自身发展水平自主选择，实现差异性增长。如，惠兴中学提出的分层作业、校本化作业和“大单元”作业体系。

三是“强”作业指导，引领育人显价值。很多学校开展了作业设计研究，不断创新作业类型、拓宽作业设计内涵与外延，既注重作业设计的生活性与实践性，更关注作业对学生的美好品格、健康审美等方面的价值，切实发挥作业育人功能。如，凤凰小学开设“作业博物院”，持“作业即作品”的理念，展出了自建校以来四年间五个不同类别的近二百余件学生作业，体现了凤凰小学对“双减”政策的新思考和新探索，开创了减负育人的先河。

3. 提升课后服务品质

打造“三百”工程，设置2200余门特色社团类“X”课程，开展丰富多彩的科普、文体、艺术、劳动、阅读和综合素质拓展等活动，不断增强课后服务的吸引力和有效性。

一是百分百联动，打造“开心工程”。一是形成共享场地和“Y”课程资源的“双共享”模式。截止目前，全市103家场馆已分别与我区70余所中小学校共享共建，学生行走场馆达200余次，形成场馆、学校、学生多方联动互动的局面，实现社会公益场馆回归。二是建立“资源引进来，学生走出去”的“双循环”体系。邀请家长志愿者、社区工作者、社会专业人士等入校开课；组织学生走进社区场馆、第二课堂等体验各类活动，实现社区功能的回归。

二是百分百幸福，打造“暖心工程”。鼓励教师积极投身课后服务工作，准备“暖心餐”，开设“放松吧”，设立“弹性坐班制”。针对学有困、管有困、接有困

的“三困”学生，增加“临时托管”“延时托管”“短时托管”，提供个性化管理服务。为学生创制“休息牌”，凭“休息牌”走出教室休息、远望、运动等，放松心情，舒缓压力。如，滨江第一小学的“弹弹乐”专属调休单，将托管教师的次数折算成可以弹性上下班的时间，4小时抵半天，供教师急需时调休。据不完全统计，近三分之二参与“1”服务的学生使用过“休息牌”，切实满足课后服务动静相宜。

三是百分百满意，打造“舒心工程”。坚持普惠公益原则，基础托管全免费，特色托管按成本收费，学生每人每次收费控制在20元，极大缓解家长的经济压力。同时根据学校实际和家长意愿，在确保食品安全的前提下，提供水果点心特色服务。推行“星级家长执照”工程，倡导每周一天的家庭日，实现家庭教育的回归。如，大学路小学推出杭州首个“大学小新”家庭日活动；回族穆兴小学家长自发组建“周末帮帮团”的家校社联动互助团队。

（三）强化科学治理，全力促进区域教育优质均衡

“双减”工作，着眼学生健康成长和终身发展，聚焦教育结构和育人理念转变，必将推动高质量教育治理体系建设和良好教育生态形成，实现区域教育事业优质均衡发展。

1. 党建引领促行业新转型

上城区全方位加强校外培训机构党建引领，明确要求机构坚持立德树人根本任务，准确把握国家教育方针和机构办学方向，坚持“校外培训是学校教育的补充”定位，规范提升常态化治理水平，推动机构转型升级。目前，所有校外培训机构实现党组织建设、《章程》党建工作要求、场所党建氛围营造、党员固定日主题活动开展4个100%覆盖，相关做法被浙江日报、杭州日报、浙江教育报等20余家媒体报道，得到省市领导的批示肯定。

2. 资源重构拓发展新空间

上城教育积极应对城区新调整，通过重组一个区块的优质资源、跨区域融合优质资源、打造新教育品牌等途径，不断深化教育“新共同体”自我治理，构建了名校新校、名人名校、校企合作、院校合作、区域联合、普优协同、公民互助、跨学段校、教师联盟、集群智联等十大名校集群共同发展新模式，大大扩大优质教育资源惠及面，持续增强城市竞争力和政府治理能力。2021年9月新开办的杭州钱学森学校采用了“名人名校”模式，助力新校高起点办学。

3. 数字赋能助技术新升级

信息技术的迅速迭代，加速数字世界的诞生与升级，“数智”成为当下教育发展的“高频词”。上城教育努力创新、勇于实践，正逐步走出一条富有特色的教育现代化的“数字之路”。一是积极探索数字课堂。借国家级“基于教学改革、融合

信息技术的新颖教与学模式”实验区之势，对课堂教学进行量化评估和可视化呈现，助力精准教学。建立学校之江汇覆盖各个学科的数字教育资源体系，共享线上教学资源；二是加快建设数字家校。创新开发“学后乐园”课后服务、“淘活动”平台、数智学习平台“微学通过”3.0版等系列教育平台。“星级家长执照”家长成长数字空间系统、“尚学通”数字社会未来教育重点场景等两大项目成功入选全省教育领域数字化改革创新试点。

三、问题与挑战

上城教育的“双减”工作，总体开局良好、进展顺利、成效明显。各中小学依据校情、学情制定“一校一策”，做到“义务教育段全覆盖、所有学校全覆盖、有需求的学生全覆盖”，做实做优小学“1+X+Y”课后服务和“X+1”初中晚自习，100%满足学生、家庭、教师等多方需求。但是，在调研中，我们也发现，“双减”向中小学校提出了多方面的挑战，在推进过程中，不可避免地存在因观念跟不上、保障条件不充分、经验不足导致的诸多困难与问题。

（一）课堂教学管理的规程需要完善

总体而言，上城区各中小学课堂面貌积极向上，学生在课堂中注意力集中，参与面较大，有较民主愉悦的学习氛围。不过，调研发现，部分学校存在课表名称随意化、课堂教学忽视薄弱学生、教师教学水平校际差距大等问题。

1. 学校课表名称欠规范

在课表中仍然发现有学校的课表中存在表述不规范的现象。如，“道德与法治”写为“道法”，“美术”改为“书法”，“语文”改为“集体阅读”，“体育”改为“足球”，综合实践活动课程只有信息技术等情况。国家课程的名称不能随意更改，要有一定的严肃性，不能拿阶段性的教学内容替代课程名称。

2. 课堂分层教学落实不到位

分层教学是为了更好地满足学生的个别化发展，实施个性化教育，开展因材施教。但在实际课堂分层教学中，教师用“同一教案进不同的班级”的情况仍然存在，更有部分教师对薄弱学生的教学在课堂纪律、规则等管理上未能有效落实。

3. 教师理念新旧共存

上城区地域广，校际间差异大，教师水平参差不齐，新理念和旧传统共存，保守机械的教学理念在基层教学中仍然普遍存在。除此之外，部分学校的智慧教育“形成虚设”，未能有效发挥作用，技术与教学的深度融合还有很长的一段路要走。

（二）作业管理的长效机制有待健全

“双减”对作业管理的总体要求是“压总量、控时间、调结构、提质量”。上城教育在“压总量、控时间”上已达标，对“调结构、提质量”的初步探索也积累

了一些宝贵的经验。接下来，加强作业类型研究与布置的统筹，减少重复性、机械性作业将是上城教育下一阶段的工作重心。

1. 作业管理规范问题仍然存在

据调研，有部分教师在作业批改上比较随意，或未能全批全改，有些甚至没有反馈。有极个别学科仍存在“小练习”“小检测”的校内考试，且频次颇高。

2. 作业研发质量处于低水平阶段

从调研来看，以知识巩固与技能的反复训练为主的“低层次重复”的作业在目前的作业设计中还占据不少的比重，即使在理科作业中，题目也常集中出现在“知道”级别的认知类型，而对应“运用”“综合”等体现高阶思维水平的作业题目比较少。

3. 作业研发指导“不接地气”

不少学校定期组织开展作业设计展示、交流、评比活动，以充分调动教师积极性，提高教师作业设计能力。但教师普遍反映，作业设计能力培训“太高大上，理论很多，真正可操作的作业设计策略与方法很少。”以致教师作业设计能力提升效果不如预期。

（三）课后服务的供给侧结构性矛盾较为突出

“双减”政策颁布后，校外培训机构陷入崩塌，大量学生回归校园，家长对课后服务水平的期待值不断提高，甚至有家长希望学校能够承担起校外培训机构的“学科教学”补偿责任，家长的“不安”“焦虑”情绪较为浓厚，教师的“焦虑感”逐步上升。

1. 优质课程资源不足与社会多元化需求之间的矛盾

家长的高期待向学校的“X”课程建设提出了更高的要求，其吸引力需要进一步增强，但一些小学校、薄弱学校的现有资源不足以满足家长的多样化需求，这有赖于区域和学校双层发力，不断挖掘潜力，广开资源渠道。

2. 教师配备不足与非教学任务繁重之间的矛盾

学校普遍反映，“双减”任务繁杂，教师工作量剧增、负担重、压力大，教师原本用于备课、批改、研修的工作时间多被“繁杂的事务性工作”占据。相应地，一些与教学相关的工作反而得“见缝插针”或“放到晚上”，学校工作“一个萝卜1.5个坑甚至多个坑”的现象正逐渐成为“主流”。过多的非教学工作挤压了教师正常的“教学空间”，教师的时间、精力、技术水平以及情绪调节能力等，都面临很大的考验。

3. 课后服务经费不足与运营成本高昂之间的矛盾

自“双减”以来，广大教师展现出了强烈的社会责任感和教书育人的使命担当。

承担课后托管的教师，一天在校工作时间 10-12 个小时已是常态。遗憾地是，“靠情怀”难以支撑“双减”的可持续推进，民间要求“适当增加补贴”的呼声日渐高涨。除此之外，大量的“X”课程研发与实施，在材料、水电、场地、管理人员等方面也需要充足的资金支持。课程类型越丰富、课程质量越好，研发与实施成本也越高，但目前课后服务课程基本存在着成本与收费倒挂的现实。基础性托管不收费，“X”课程“入不敷出”，学校课后服务经费“捉襟见肘”。

四、对策与建议

“双减”作为一项国家政策，是义务教育改革的大方向、大思路、大动作，需要常抓不懈，久久为功。为确保“双减”工作持续、稳步地往实里走、往深处落，针对调研反映出的一些新困难、新问题和新矛盾，现提出如下四点对策建议。

（一）进一步提升推动水平

在教育的三大基本要素中，教师和学生作为“人”的要素，是最活跃的因子。因此，如何调动教师的主观能动性，激活其潜在的能量，发挥其最大的效能，在一定程度上决定着推动水平的高低。

1. 激发教师课堂教学创造性

要不断丰富教师个人专业成长通道和职业发展平台，组织开展“教师精品课程”“优秀作业设计”等遴选工作，充分调动教师投身课堂积极性，激发教师创造性，提高教育教学能力和课堂教学质量。切实发挥各级教研部门、各专业委员会、智库等机构或专业人士的引领作用，强化课堂教学改革研究与课堂教学指导。利用网络云平台，不断丰富优质课堂教学资源，促进共享共学，为学生自学和教师改进课堂教学提供支持服务。

2. 提高教师作业研发能力

进一步完善《上城区教育局关于进一步改进与加强中小学生学习管理工作的指导意见》，将作业设计作为区域教研、校本教研的重要内容，进一步规范作业设计、批改、诊断与反馈要求，充分发挥作业育人功能。加强作业设计专业引领，区、校两级要策划实操性强的作业设计培训项目，内容贴近校情、师情，方法灵活多样，注重鲜活实例的研判与剖析，让教师在“深度卷入”中习得技能、获得发展，真正做到“教有所需、学有所用”，不断提高作业设计质量。

（二）进一步着力扩充资源

“双减”的主要任务之一是尽最大可能努力满足学生的不同学习需求，挖掘潜力，开展丰富多彩的课后服务，更好地服务学生全面发展，提高学生综合素质。

1. 联动区域优质资源，盘活存量

建立校际优质教育资源共享机制和校际发展互助圈，突破优质教育资源校内单

维传递与共享的局限，让一些资源不足甚至匮乏的小学校、薄弱学校与名校或同类型学校联结联盟，实现借力发展或优势互补。

2. 拓展课后服务渠道，加大总量

统筹校外资源，充分发挥好青少年活动中心、科技馆、博物馆等校外活动场所的作用，进一步加强中小学校与社区、机关企事业单位、社会团体、高校等部门或专业机构的沟通协作，联合组织开展课后服务活动。

（三）进一步强化基础保障

“双减”作为一项系统性、长期性工程，“当下治”只是阶段性过程，实现“长久治”下的良好教育生态构筑才是其长远目标。“双减”工作的平稳、有序、全面推进需要各类基础性保障条件加持。

1. 配足配齐人力

要科学核算“双减”推行中需要的人力资源配置，探索引进非学科类校外教育机构或管理人员的“请进来”机制，邀请或聘任具相关专业特长的社会人士、大学生、退休教师、家长等志愿者担任课后服务教师；继续实行并优化教师“弹性上下班制”，积极探索并推广积分制“调休单”，化“零星假”为“整假”，不让“弹性上下班”流于形式，切实保障教师额定的工作时间，合理减轻教师工作负担，支持教师更加全身心地投入教书育人本职工作，纾解后顾之忧。

2. 适当增加课后服务经费

政府、教育行政部门要协调财政、人力资源和社会保障部门完善经费保障制度，加快落实并适当增加课后服务经费，可采取财政补贴、购买服务、服务性收费等方式，对参与课后服务的学校、单位和教师给予适当补助。基础性托管适当收取一定费用，同时适当提高“X”课程收费标准。学校管理人员、教师参与课后服务工作，可按照课时数计入工作量，纳入绩效考核范围。适当增加课后服务经费后，将更多优质的课程资源引入校园也会成为可能。

3. 优化课后服务管理机制

区域要进一步完善可视化智慧校园信息管理平台建设，优化课后服务管理流程，可以借鉴校外培训机构的市场化运作模式经验，设置“X”课程的收退费底线，优化路径，简化核查、审批程序，精简教师课后服务的诸多事务性工作。加强对进驻中小学的非学科类校外教育机构的日常监管，从资质审查、准入条件设定等方面保证非学科类校外教育机构参与课后服务的质量。

（四）进一步凝聚社会共识

“双减”工作要做好，需要家庭、学校和社会共同发力，建立健全家庭、学校和社会协同育人机制，明确“家校社”协同责任，齐心营造良好的育人氛围。

1. 家庭要切实履行好“第一个课堂”的责任

家长是孩子的第一任教师,家庭是孩子的“第一个课堂”。家长要精准领会“双减”精神,转变传统的家庭管教理念,掌握科学的家庭教育方法,处理好家庭的工学矛盾,理性认识并规划孩子的成长目标,学生“作业不带回家”后,不减陪伴,不减责任。

2. 学校要切实承担好“教育主阵地”的责任

学校要发挥主体作用,要有“明知山有虎,偏向虎山行”的勇气,以“双减”为契机,攻克管理、研修等机制上的顽瘴痼疾,帮助教师转变观念,完善教学管理规范,优化教学方式,提升学生在校“第二个课堂”的学习效率。

3. 社会要切实引导好“科学教育观”的责任

教育关乎千家万户,是全社会的事业,需要社会各方的关心、理解、支持与配合。要加强舆论宣传,引导全社会树立科学的教育观念,形成减负合力。社会各界要发挥好学生“第三个课堂”的实践育人功能,为家庭、学校利用校外资源、强化社会实践提供支持。

拱墅区“双减”工作调研报告

杭州市拱墅区教育研究院

教育是国之大计，党中央站在实现中华民族伟大复兴的战略高度，对“双减”工作作出重要部署。2021年秋季学期是全国中小学全面落实“双减”有关部署要求的第一个学期。为构建迈向教育现代化的良性区域教育生态，推动拱墅区“双减”工作的可持续发展，有必要在全面清晰地把握区域“双减”工作现状的基础上进行总结、分析与反思。为此，拱墅区教育研究院于2021年11月就本区域中学、小学“双减”工作状况进行了深度调研。

一、调研概况

（一）调研内容

本次调研拱墅区中小学为对象，重点研究以下四个方面：一是学校“双减”工作概况；二是学校“双减”工作的典型做法（围绕作业管理、课后服务、提升教育教学质量、双减背景下的学校治理、区域优质均衡发展等工作点）；三是学校“双减”的难点问题；四是针对上述问题的可行性建议。

（二）调研方法

调研组通过学校走访、座谈、问卷调查及书面访谈等方法开展“双减”工作调研活动。调研组实地走访了三所学校，听取了各校校长对本校“双减”工作概况的汇报，了解了学校落实“双减”政策过程中遇到的难点问题；并以32所样本学校为调研对象，召开了教师座谈会，听取了学校教科室主任对本校“双减”工作现状的介绍；也动员了义务教育阶段教师和家长填写调查问卷，以书面形式凝练“双减”工作的特色亮点，收到46个“双减”工作典型案例。

二、经验与亮点

本学期，拱墅区教育行政部门和区教育研究院开展了一系列卓有成效的工作，在学校和广大教师的共同努力下，推动了“双减”工作落地落实。

（一）区域发起“动员令”，吹响“双减”冲锋号

1. 成立双减小组，加强组织领导

根据区委、区政府关于“双减”工作有关决策部署，成立杭州市拱墅区教育局“双减”工作领导小组，并下发拱教局（2021）30号文件《关于成立拱墅区教育局“双减”工作领导小组的通知》，组织区域校园成立校内“双减”工作领导小组，

加强组织领导，强化宣传引导，严肃追责问责，加强风险管控。

2. 推进专项行动，治理校园安全

转发杭双减专班〔2021〕7号关于印发《“双减”背景下深入推进“护校安园”专项行动实施方案》的通知，监督各校园按照专项行动方案落细落实，进一步发挥学校“护校安园”工作组作用，扎实开展校园周边综合治理，营造“安全、有序、文明”的校园周边环境，形成“齐抓共管、共建共治”的校园周边安全治理体系。

3. 申报专项课题，应用研究成果

组织各校申报浙江省教育科学规划“双减专项”认定性课题。通过自愿申报、专家推荐、专家评审等程序，经杭州市教育科学规划领导小组批准，我区有四项课题被批准为杭州市教育科学规划“双减专项”备案课题。各课题组理论与实践相结合，积极将研究成果应用到“双减”工作中。

4. 征集精彩视频，推广“双减”经验

根据教育部基教司函〔2021〕43号和省厅《关于开展中小学落实“双减”短视频征集工作的通知》的要求，面向区域中小学开展落实“双减”短视频征集遴选工作，收到12个原创短视频，及时、充分展示我区各校“双减”做法，推广“双减”经验，宣传“双减”成效。

（二）各校亮出“组合拳”，“双减”成效初显现

1. 作业管理，实现作业减负提质

作业应着眼于完整人的培养，指向学生未来的可持续发展。各校创新机制，优化作业管理，切实发挥作业的育人功能。

（1）建章立制，保障作业管理的合法性

制度规范是优化作业管理的保障。文晖中学修订《文晖中学作业管理制度》，从作业的设计与布置、作业的时间与监控、作业的批改与反馈、作业的展示与交流等方面作出具体的规定。“增”大对于作业的研究，“减”少学生的负担，从制度上规范教师作业设计行为。

（2）规范设计，提高作业管理的科学性

减：减少机械化作业、重复性作业，作业精准化。大关中学严格执行“一科一本”政策，研究重难点和易错点，对学生可能存在和已经存在的问题，进行预设或者纠错，形成“跟进式”作业，将学生的课后作业时间发挥最大价值，将每一次练习和检测在发现问题上发挥最大功效。胜蓝实验小学通过橙果校本建立学生错题集、班级错题集，精准获取需求并进行作业布置。

加：增加拓展性作业、项目化作业，作业创意化。树人小学设计生活化作业，

将作业与生活相连接，激发学生兴趣。半山实验小学利用低段儿童爱玩的天性，把作业内容和游戏有效结合，让学生在玩中巩固知识，真正实现寓教于乐的目标。老师们根据拼音的学习特点设计了一系列创意化、游戏化作业。这些创意化作业改变了学生对作业的刻板印象和抵触情绪，让作业变成了一件快乐的事。

分：分水平布置、分特色布置，作业民主化。杭州上海世界外国语中学设立“作业超市”，学生自主选择。确定“1+N”的作业模式，“1”是一本必做作业本，“N”是选做作业本。让学生真正体验到适切的难度，不同的人做不同的作业。让学生真正体验到选择的自由，从被动做作业到主动选择作业。朝晖实验小学的新概念作业注重学生个体差异，体现“因材施教”。自主选择的“菜单式”作业模式，满足了不同学生的需求，使优等生“吃得好”，中等生“吃得饱”，后进生“吃得消”。

合：综合各科作业、师生合作互助，作业协同化。文澜小学由教研组统筹协调不同年级、不同学科作业数量，合理安排作业时间。浙江省教育科学研究院附属小学增开“小老师约题”活动，提供方法支架，激发学生设计作业的兴趣。组织学有余力的学生从“每日一题”“周练习”中选取题目，一般是题目难度较大，思维含量高的挑战题型，模仿教师讲解解题思路，录制视频亦可。同时，增设“作业加油站”“作业答疑站”，提供学习支架，调动学生主动参与作业的积极性。

（3）跟踪监控，保证作业管理的有效性

学生、教师、家长共同参与，建立学校、年级、学科、班级作业数量与质量监控办法，坚持作业公示和作业检查、批改。拱宸桥小学设置了“作业管理天使”——“清澄小天使”，即让学生自己来审察、省察作业量。“清澄小天使”记录自己各科的书面作业时间，教导处专人负责查看各班的作业量，并据此向每位班主任和任课教师反馈，为调整作业总量提供有效的科学依据。明珠实验学校针对部分学生周末作业要拖到周日下午或晚上才应付式完成的现状设计了“周末作业执行力表”或“周末家校互通清单”等表格，为家长的督促提供了强有力的支持保证。拱宸教育集团两校区每个学生手里都有一本《时间管理手册》，提供18个集团优秀品质关键词，学生每天选择当天自己做到的最主要的1项优秀品质，针对这项品质所依据的一件事或一个细节进行反思，用一句话进行表述并记录下来。学生反思自我管理，同时也是对自己的过程性评价，有利于养成良好的学习习惯。

2. 教学改革，提升教育教学质量

各校开展以学习者为中心，以核心素养为本的课堂教学改革，优化教学方式，提高课堂实效，为保障教育教学质量打下坚实的基础。

（1）践行校本研修新模式

校本研修是教师沟通研讨、互助分享、提高专业技能的平台。东园小学全体教师就“寻找双减滋补秘方”为主题开展了教师教学沙龙研讨活动。各个教研组分享了各自在教学过程中对“双减”的教育思考和实践操作。育才登云小学要求教师进行三备：预期学习结果进行单元整组是一备，构建单元视角结构化统一框架；规划学习任务采取手写备课是二备，形成因班施教的个性化教案；聚焦学习问题整理与反思是三备，根据实情自行调整教学方案。

（2）探索课堂教学新样式

改变学生学习方式。传统的学习方式制约了学生的发展，成为了课堂变革的屏障。和睦小学从“项目化学习”中借力，结合社区资源，开展了社区服务实践周学习。改变学生学习方式，要给学生留足充分的自主学习时间，促进学生知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观的整体发展。

改变教师教学行为。教师由过去的一言堂、满堂灌，变为启迪开导、点拨点评、谈心聊天，由过去仅仅停留于提分，转向到五育并举，立德树人，个性培养，全面发展。人民小学以“留白课堂建设”为抓手，促使教师关注课堂，反思教学，进一步提升教师课堂教学质量，提高校内教育教学效率。建新小学保证每节课8分钟课堂作业时间，及时检测课堂学习效果，通过有效的课堂评价可以帮助教师及时了解学情，根据学情调整教学节奏、教学环节。大成实验学校以“赋能、提质、增效”为目标，全力推进基于大数据精准教学的常态课堂改进行动，形成“一单三环六要素”的课堂新样式。拱宸教育集团实行全学科的学历史案课堂教学，促进学生深度学习。

3. 学后托管，丰富课程满足需求

学后托管服务实行3个多月来，各校积极探索尝试，优化学后托管服务，丰富学生课外生活，解决家长接送困难，减轻学生作业负担。

（1）“可选择”的学后托管方式

“可选择”是学后托管服务的一大特点，具体体现在两个方面：

一是自由搭配的学后托管方式。在学后托管的方式上，许多学校推出了“1”、“1+X”、“X”等多种搭配方式，家长和学生可以根据自己的需求进行选择。如青蓝小学设置“1类”、“1+X类”、“X类”三种晚托形式，在“1”课程中，学校设有“1vN”的基础托管服务和“1v1”的个性化指导。家长和学生可以根据自己的需求，选择1+1，1+X，X+1，X+X等多种搭配，多种形式，有机组合，能充分满足各类学生的需求，真正实现“一生一课表”。

青蓝小学“1+X”学后托管课表					
306班 林妍霖					
	周一	周二	周三	周四	周五
15:30—16:30	1v1	彩泥工坊	探索发现	1v1	1vN
16:30—17:30	创意手工	1vN	1vN	绘声绘演	1vN

图1 学生课表样图

二是个性化的选课报名。部分学校在开学前两周开设试听课程，供学生参考选课。如长江实验学校推出了学后托管体验课程，开学两周低学段家长可根据孩子的需求选择体验，帮助孩子做出更加理性的选择。文津小学则是在学校的公众号上介绍学后托管开设的课程，包括课程方案、开设时间以及收取费用等，供学生和家长参考选课。

(2) “成体系”的学后托管课程架构

学后托管不等于晚托班，课后服务与学校整体教育不是割裂的，拱墅区很多学校将课后服务纳入到办学整体工作、纳入学生健康成长的有效时空，着眼于整个育人体系，注重学后托管的课程顶层架构。如，青蓝小学围绕学校“经历伴随成长”的育人理念，架构了“三历”课后托管服务课程。整个课程分为两类：“1”课程和“X”课程。本学年提升了基础性晚托“1”的管理质量、优化了拓展类“X”课程的内容，实现课内培智和课外培能的全面提质，让每个青蓝学子都能得到全面而有个性地发展。

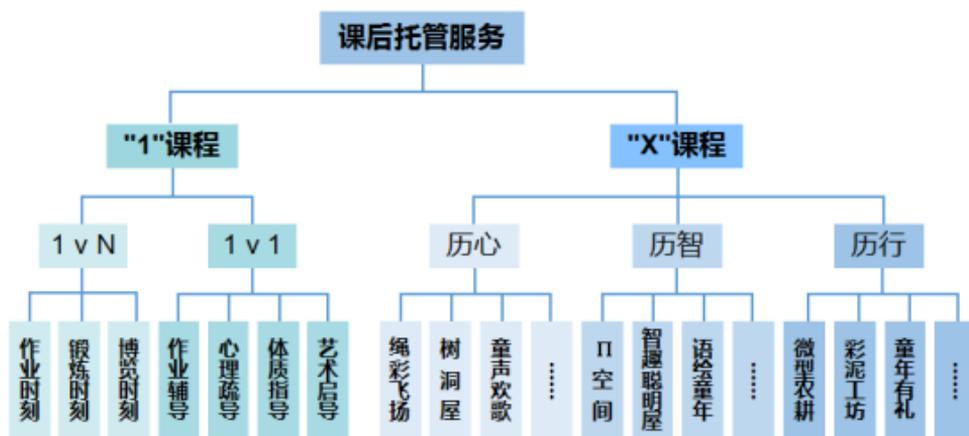


图2 课后托管服务整体架构

(3) “多样化”的学后托管课程内容

表 1 拱墅区学后托管 X 课程内容一览表

课程内容	数量（门）	具体内容
体育类	26	篮球、轮滑、排球、乒乓球、体能训练、网球、武术、羽毛球、足球、啦啦操、健美操、跆拳道、空手道、英式橄榄球、弓箭、高尔夫、飞镖、马术、旱地冰球、棒球、花样跳绳、自行车、体操、散打高手、射击、击剑
科技类	17	3d 打印笔、c++超能编程、电子电路、航模、好搭机器人、空模、室内 FPV 穿越机、图形化编程、智能硬件、STEAM 科创、Dashs 机器人编程、乐高机器人、科学小实验、大疆机甲、自然探索、线控飞机、代码部落
乐器类	16	gcr 摇滚乐团、笛子、交响乐团、葫芦丝、民乐、尤克里里、小提琴、古筝、二胡、琵琶、扬琴、吉他、打击乐、非洲鼓、陶笛、半音阶口琴
音乐与舞蹈类	10	少儿舞蹈、音乐律动、小歌手、合唱、街舞、中国舞、国标舞、音乐剧、古风民谣、爵士舞
劳技类	10	多彩中国结、剪纸艺术、手工制作、陶艺、黏土手工坊、篆刻、玩转雪花片、折纸乐、钻石贴画、巧手鲁班
棋类	4	国际象棋、围棋、中国象棋、跳棋
书法与美术类	18	儿童画、一点水彩、素描、水墨画、神奇油画棒、色彩绘画、黑白线描画、简笔画、动漫画、版画、创意速写、趣味平面设计、奇妙拼贴画、沙画、服装设计、软笔书法、硬笔书法、铅笔字
阅读类	6	绘本阅读、电影欣赏、玩转成语故事、我爱汉字、小赖带你游中国、美文鉴赏
表演类	12	口才与表演、小小主持人、演讲与口才、我是小主播、少儿魔术、英语趣味配音、京剧舞台、英语戏剧表演、故事大王、英语口语、朗读者、我爱皮影
其他类	13	E 商教育（情绪管理与情商培养）、玩转 24 点、头脑风暴、小仔儿说杭州话、全脑思维游戏、数独、红领巾领袖营、独立生存、趣味游戏、百变魔方、茶道、风味美食、烘焙 DIYA
合计		133

课程内容是课程的核心，也是学校育人目标达成的载体。各校在学后托管时段开设了丰富多彩的 X 课程。很多学校为了满足学生发展特长、兴趣培养的需要，把精品课程、特色课程纳入学后托管课程。如**半山实验小学**将学校的精品课程纳入“1+X 类”、“X 类”的托管课程体系，开设棋类课程——中国象棋、国际象棋、围棋；球类课程——篮球、乒乓球、足球；信息类课程——编程等。表 1 是拱墅区各校学后托管 X 课程汇总。

由表可知，区内各校开设体育类课程 26 门，科技类课程 17 门，乐器类课程 16 门，音乐与舞蹈类课程 10 门，劳技类课程 10 门，棋类课程 4 门，书法与美术

类课程 18 门，阅读类课程 6 门，表演类课程 12 门，其他类课程 13 门，共计 132 门课程。课程内容涵盖广泛，元素丰富，艺体类课程占比最高，其中不乏一些传统文化、非物质文化遗产课程，丰富多样的课程开设有助于激发学生兴趣，增强学生的文化认同。

（4）“科学化”的学后托管课程管理和评价

科学的课程管理和评价机制是学后托管课程质量的有力保障。区域很多学校注重学后托管课程的管理和评价，如安吉路实验学校通过数智化评价方式的运用，创新开展 X 课程的过程性评价、表现性评价、发展性评价，积极探索构建“五藤树”X 课程评价体系。学生可通过参加不同的 X 课程，用平时的作品、期末的表演及获奖，获得不同老师给予的赋分。通过“班级优化大师”将评价结果进行具象化呈现，学生进入电子班牌、电脑、一体机、手机等智能终端自己的账户，即可看到自己的“五藤树”生长阶段。

（5）“规范化”的学后托管师资引入和管理

师资是课后服务得以开展的重要保障。根据区域调研数据，70 所中小学中参与学后拓展性托管服务的教师大多为本校教师，占比 71.8%，外聘教师占比 28.2%，具体见图 3。

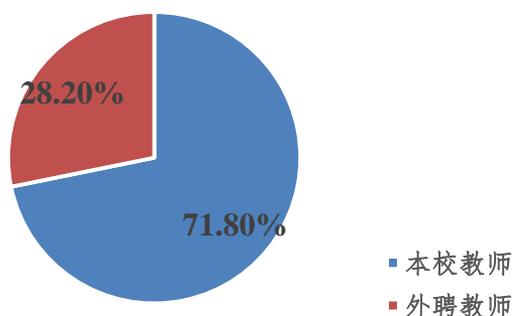


图 3 参加拓展性托管服务的教师情况

针对学校学后托管师资不足的问题，部分学校多种渠道引入校外师资开设课程，如安吉路实验学校聘请教育局公布的有资质教育机构推荐，或已经在市、区少年宫或品牌培训机构任教的教师。在对校外教师的管理上，安吉路实验学校进行了校外教师的资质及课程“准入证”考核，外聘教师在上课过程中，校内老师会对他们进行“随堂考”。同时，学校会委派一位相应学科的本校教师进行管理和“巡课”，学校还制定了《外聘教师管理办法》来规范外聘教师的行为。此外，许多学校也加强了对外聘教师的指导，对外聘教师进行专门的培训，并签订《安全责任书》，提高外聘教师的责任心和廉洁意识。此外，部分学校还招募了学生家长和大学生志愿者

参与到学后托管的教师队伍中。

4. 学校治理，多方协同保障“双减”

“双减”政策的落实对学校治理提出了新的挑战，各校认真解读“双减”文件，正确领会文件精神和教育内涵，借助多方力量协同保障“双减”实效。

关怀教师，激发动力

保障教师权益，激发教师活力是落实“双减”政策的重要举措。长寿桥小学、启航中学等多所为参与课后服务的教师提供平价晚餐，解决教师后顾之忧。大关中学一方面增设每周四小时的“应急假”，对灵活变通“坐班制”，减去教师请假顾虑；另一方面合理安排晚自修人员，学校领导、年轻教师一周轮到两次，大部分教师一周一次，较好地缓解部分教师的疲惫感和延长工作时间的抵触情绪。

改善安防，保障安全

守住校园安全底线，是落实“双减”政策的前提。德天实验小学开展了校园安保专项整治，进一步完善校园安全制度、排查校园安全隐患、强化安全管理各个环节，其中学后托管环节，学校完善了《学后托管校园安防细则》：细化门岗管理制度，严把进校第一关；强化管理及指导教师责任，提高课堂质量；发挥校医在托管期间的保障作用；行政值岗领导全面负责晚托期间的安全管理职能。

（3）家校共育，合作助力

加强沟通交流：卖鱼桥小学全面实施数字化家长学校建设，利用大数据、移动互联网、云计算等技术，精准了解家长教育需求，构建小学数字化家长学校“1+x”课程体系，“1”为普适性课程，“x”为个性化课程，注重家长使用体验，为家长提供卓越的家庭教育服务。景成实验学校提倡家庭科学育人。建立家长慧客厅、家长志愿者、校园开放日、家校直通车等机制，不断提高家庭教育指导有效性。发出“亲情一小时，阳光一整天”的倡议，引导家长把减下来的作业时间替换成每天“亲情一小时”和每周的“阳光一整天”，得到家长认同和支持。

增强指导引领：小河小学组织家长们开展《“双减”背景下的幸福家长时间管理》论坛活动，五位幸福家长用亲身经历给了与会家长们深深的启迪；浙江教育学院家庭教育所所长高亚兵教授分享陪伴“八步法”，让家长们对于“陪伴”有了新的理解。大关中学和浙江省儿童青少年心理健康工作委会、杭州市大运河青少年健康教育基地一起编写了《青少年心理及家长应对手册》，组织家长开展学习，智慧处理亲子矛盾。德胜小学每周都会在学校微信公众平台推送周末“双减”特刊，到目前为止，已经推出了亲子运动、亲子同游博物馆、亲子共赏佳片、亲子共读四期活动，后续还将陆续推出亲子劳动、亲子社会服务等。

三、问题与挑战

在区域统筹引领与学校、教师的共同努力下，拱墅区“双减”政策的落实初见

成效。但是，拱墅区的“双减”工作仍有若干问题值得思索。

（一）教师、家长作业观念难以转变

“双减”政策出台后，中小学积极落实，有效减少作业数量。部分教师的作业观念较为传统，担忧作业数量的减少会导致学业成绩的下降，试图增加周末作业。部分家长也怀有同样的忧虑，在学生校内完成作业后，试图为其布置家庭作业，未能真正减轻学生的作业负担。

（二）学校教育教学质量有待提高

“双减”政策增加了教师的管理时间，在一定程度上挤占了教师参加培训研讨、实现专业成长的时间，也压缩了教师日常工作中对学生进行辅导和答疑的时间。如何实现“双减”与提质强校的动态平衡成为困扰多位中学教师的难题。

（三）办学力量与托管需求不匹配

区域内学校之间办学力量和办学水平不均衡，部分学校面临缺少师资、物资等难题。课后托管 1+X 课程需要大量师资，其中 X 课程的师资需要更专业力量，部分学校力量较为欠缺，校内人员安排比较困难，外聘教师又存在一定安全隐患。此外，课后托管对学校基础设施提出了一定要求，部分学校缺少操场大灯、体育馆等设备设施，造成学生“摸黑”在操场开展社团活动的困境。

（四）切实减轻教师负担成为难题

“双减”之下，教师无疑是最辛苦的群体，甚至可以说是面临着“双增”的挑战。一是在校时间大幅度增加，管理时间进一步延长。以中学教师为例，在校时间从 7:30-16:30 变成 8:00-21:00，由 8 小时变为 13 小时，时间增加 5 小时，比例增加 62.5%；二是作业减负和课外培训减负的同时需要保证质量，教师必须提高课堂 45 分钟的质量，课前多花时间精心准备，课中提高容量节奏效率，课后精准纠错面批及时反馈等。

（五）家长家庭教育能力亟需增强

“双减”政策下，家庭教育备受重视。随着周末学科类培训班的取消，家长和孩子获得了更多亲子时间。“双减”是为了减轻孩子过重的学业负担，而不是减轻家长的责任。如何与孩子有效沟通，如何帮助孩子养成良好的学习习惯，提高时间管理能力等诸多问题困扰着家长，造成少数家长焦虑不安，亲子关系恶化。

四、对策与建议

（一）组织“双减”政策学习，共同转变育人理念

政策的学习是转变理念的起点。各校可以组织教师认真学习中共中央办公厅、国务院办公厅《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》和市、区教育局有关“双减”工作要求，深度解读“双减”政策，明确学校是育人

和实施“双减”的主体，通过学校公众平台、教工会、家长会、班会课等，让家长、教师、学生形式共识，深刻认识理解“双减”政策的重要性。

（二）加强作业设计研究，提升课堂教学效率

“双减”政策背景下，学校教育主阵地作用进一步加强。各校可以采取兼具操作性和科学性的策略，提升课堂教学效率。如开展作业设计研讨会，研读作业设计相关论著，顺应当前教学热点，学习先进作业设计理念。各科教师可以根据学科特色，以核心素养为目标，以学情为依据，从课堂学习实际出发，对各类资料进行精准选择，设计有高质量作业，真正达到减轻学生作业负担与提升课堂教学效率并行的目的。

（三）保障学校经费开支，筑牢校园安全防线

完善安全风险防范是持续推进“双减”工作的前提，保障学校经费开支有利于进一步筑牢安全防线。一方面，部分学校因师资不足，需支付报酬聘请校外教师承担课后托管的X课程，可以增加配套经费。另一方面，在校时间增加，学校必须增加空调、暖手保，增设操场大灯等，可以适当增加办公经费。

（四）建构科学评价体系，激励教师内生动力

教师是学校发展的恒动力，是落实“双减”的主力军。改变评价机制是激发教师动力的重要手段。在“双减”背景下，除了常规的教学检查之外，可以将教师的备课检查改为分项等级评定制，从教学目标制定适切、精准、教学环节设计匹配目标、环节展开预设学生情况、根据学生情况设计处理方案或关键问题、练习及作业设计适量、有价值、备课有分工、有共享、有个性化修改等方面进行等级评定，让教师的教学更有针对性，可行性，使得教学更加高效。改进激励机制是保障教师工作热情的有效做法。课后托管的X课程属于创造性劳动，可以为承担课后托管的教师提供合理的报酬或福利，如实施“弹性坐班”，减轻教师负担。

（五）完善家庭教育支持，提高家长教育能力

家庭是社会的基本细胞，家庭教育是实现“双减”目标的关键环节。“双减”对家长带来的变化是他们在周末有更多的时间和学生相处。如何实现高质量的陪伴，成为关键。可以通过专家讲座、家长论坛、亲子周末等活动进一步明确家长在家庭教育中的主体责任，充分发挥学校在家庭教育中的引导作用，提高家长教育能力，加快形成家庭教育社会支持网络。

“双减政策”下学校破解的西湖行动

西湖区教育发展研究院

今年7月24日，中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《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”）。“双减”本质就是营造良好的教育环境，克服功利化、短视化的教育行为，让教育回归初心，遵循教育规律，促进学生全面而有个性化的健康发展。这次“减负”要求学校大幅压减作业总量和时长，提高课后服务质量消减“剧场效应”带来的集体焦虑。

一、调研概况

双减政策落地三个多月来，进展如何？取得了哪些宝贵经验？遇到哪些困难和问题？我们通过四项活动或问卷开展了深入的调查和研究，具体情况如下：

（一）1场推进会

召开全区中小学课后服务工作推进会，安排了2所中学和2所小学发言，总结并推广优秀经验。据统计，全区参加基础性托管服务的学生占比近90%，参加拓展性托管服务的学生占比近60%，参加晚自习学生占比近80%；全区参与托管服务的小学教师占教师总数的81%，参与服务初中教师占比82%，在此基础上出台《关于进一步提升西湖区中小学课后服务质量的实施意见》。

（二）2次座谈会

组织部分校长召开座谈会，了解各校破解“双减工作”的亮点做法、经验，困难、问题；组织区域内德育专家、中小学校长和教师代表一起共话“双减”政策下的家庭教育指导。

1. **课后1+x满意度较高。**问卷显示，对于学校开展的1+x课后托管服务，有40.66%的学生表示非常满意，42.98%的家长表示非常满意；2.68%的学生表示不满意，1.99%的家长表示不满意。

2. **“双减”政策满意度高。**问卷显示，对于“双减政策”，有71.82%的家长表示非常满意或比较满意。他们感到满意的原因主要是认为该政策能够减轻孩子的校外培训负担以及作业负担，同时也减轻了家长的焦虑情绪。但是另一方面，有28.18%的家长表示不太满意，导致其不满意的原因主要是没有减轻家长的焦虑情绪，考试次数减少，无法掌握孩子学习情况以及家长认为该政策加剧了教育的不平衡性。

（三）1次学生问卷

面向学生开展五项管理问卷，共回收问卷58833份，其中小学45829份，中学13004份，重点关注学生的作业和睡眠情况，并在此基础上出台《西湖区教育局关

于进一步加强中小學生“五項管理”工作的通知》。

1. 作业时长。小学三至六年级學生问卷显示，这四个年级有超过 90%的學生能在半小时以内完成英语作业和科学作业，超过 70%的學生能在半小时以内完成数学作业，约有 62%的學生能在半小时以内完成语文作业（图 1）。分年级来看，各学科作业时间随着年级的增加均有所增加，最明显的是科学（图 2）。



图 1

图 2

2. 作业感受度。小学三至六年级作业感受度问卷显示，觉得“作业非常简单”的比例在科学、英语、数学、语文四个学科中依次减少，觉得“比较难”的比例在语文、数学、英语、科学四个学科中依次减少，可见學生普遍会觉得语文作业会比较难（见图 3）。以年级分类来看，随着年级的增加，四个学科作业感受有所下降，尤其是三年级到四年级，學生作业感受有较为明显的变化，而五年级到六年级则变化不大（见图 4）。

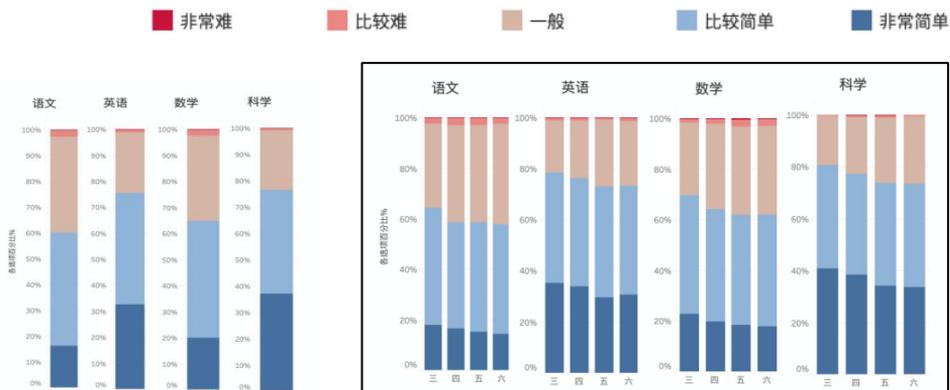


图 3

图 4

3. 睡眠时间。一至九級學生睡眠时间问卷显示，各級平均睡眠时间随着年級升高依次递减（见图 5），小学學生平均睡眠超过 8 个小时，但少于小学生应该

睡眠应达到 10 小时的文件要求。一年级学生的平均睡眠时间为 9.2 小时，六年级学生的平均睡眠时间为 8.84 小时，初一学生的平均睡眠时间为 8.2 小时，九年级学生的平均睡眠时间仅 7.8 小时。

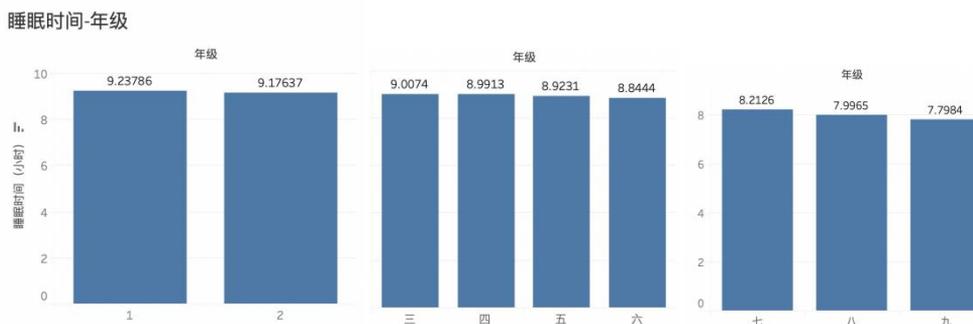


图 5

4. 睡眠质量。一至九年级学生睡眠质量问卷显示，随着年级的递增学生精气神状态在逐步下降。尤其是初中年级，随着年级递增较多学生感到活力不足，超过 30% 的九年级学生表示白天没有精神，容易困乏（见图 6）。

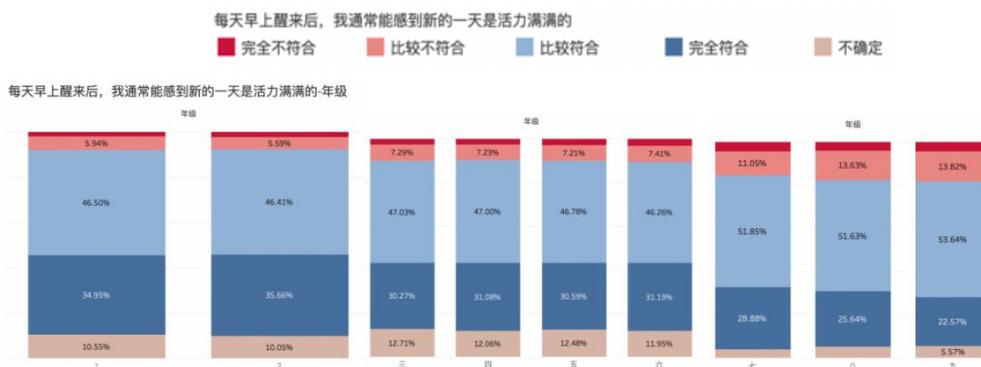


图 6

（四）4 所学校调研

现场走访 2 所初中 2 所小学，围绕“双减背景下学校有效管理和教学行为改进”主题开展了一校一周主题“坐诊式”的集中调研，研究院所有教研员和研究员全程参与、全方位诊断。

1. 教师“双减”认同度高。对于“双减”目的，约有 79.8% 教师认为是减轻学生过重的作业负担，58% 的老师认为是促进教育资源均衡，57% 的老师认为是提升学校教育教学质量和服务水平，56.5% 的老师认为是促进学生全面发展（见图 7）

2. 减轻“学生过重作业负担”路径明确。问卷显示，约 77% 的教师认为首要的是提高教师作业设计质量，65.5% 的教师认为是优化作业设计形式，61.5% 的老师认

为是压减作业总量和时长，44%的老师认为是量化各个年级的作业时间（见图8）

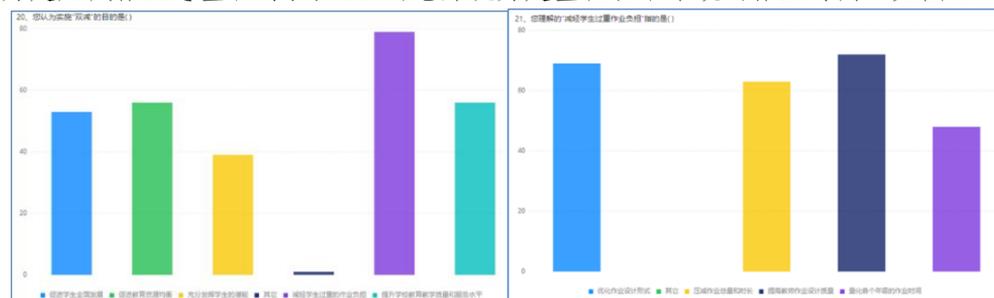


图 7

图 8

二、经验与亮点

西湖区教育局坚持把落实“双减”作为重大政治任务，坚持全面系统抓，突出重点抓，坚持早行动早落实。通过校级干部暑期集中培训，召开专题会议等形式解读文件宣讲“双减”精神，动员部署，确保西湖教师思想统一、行动一致。

1. 直击痛点，多措并举破解课后服务

目前，我区实现课后服务学校全覆盖、有课后服务需求的学生全覆盖。初中学校由本校教师承担晚自习服务工作，学生和教师参与的各项指标较开学初均有所提升，社会认可度高。由于课后服务涉及到学生的晚餐、放学路上安全等等因素，所以要把细节都做到位。

(1) 针对学业负担过重的痛点，减负不有行动。各学校在科学布置作业的前提下，通过小学的“1”和初中的晚自习时间落实清作业的工作。绝大多数小学的前1个小时以语数教师为主进班管理作业，初中晚自习也要求以本校教工为主，教师进行个别答疑和辅导。同时建立作业监测制度，多途径掌握作业管理情况。实现孩子在学校把作业基本完成，尽量不把作业带回家。如九莲小学提出的“减负不背包”的倡议，引发了家长和社会点赞热议。如杭十五中启动学生的学习力提升工程，通过微课培养学生的自主管理能力。例如“提升晚自习效率”、“高效的时间管理方法”、“送你错题整理的锦囊妙招”等，一节微课10分钟左右，由学生自主选择学习。

(2) 针对家长接送困难的痛点，组合随心配。前期调查中了解，5点半以后还有许多家长因工作等原因无法按时接送，为此区教育局鼓励各小学要尽可能开到6点甚至更晚，解决这些家庭的实际困难。如文新小学提出X·Y·Z——学后托管组合随心配，即作业托管+延时托管/兴趣托管，免除了不能及时接送孩子的家长的后顾之忧。

(3) 针对学生全面发展的焦虑，拓展资源链。区教育局要求各小学在指导学生高效完成作业的基础上，结合学校实际和周边资源，组织有特长的本校职工或校

外专业人员积极努力的开展丰富多彩且极具性价比的“X”课程。如保俶塔实验学校利用学校的航空航天创新实验室和机器人空间,开设航天科技课程和机器人课程;还有和中国湿地博物馆共同建设的之江二小的螃蟹博物馆、文新小学的贝壳博物馆、竞舟小学的蜗牛博物馆等等,都成为了孩子们选课时的“香饽饽”。

(4) 针对学生身心健康的焦虑,精彩30分钟。双减后初中生在校时间明显拉长,中晚餐都在学校就餐,身心健康问题亟需关注。如上泗中学,在保障学生每天体育锻炼1小时的前提下,在下午第三节课后增设了“精彩30分钟”时间,将学生分流至操场开展趣味体育锻炼、到图书馆自主阅读、到心理室开展团体心辅、到高光舞台开展才艺表演、聆听小微专题讲座等,舒缓学生的在校节奏,丰富校园生活。

2. 精准发力,各显神通变革教学管理

“双减”对学校提出了更高的要求。西湖区通过课程培育和项目化学习来撬动学教方式的变革,以精准教学的研究来保障双减政策的落地。设立教研员项目化学习工作坊,促进各学科项目化学习的学科探索的深入。形成学校及区域典型项目案例和资源库,辐射区域项目化学习的深入开展。从而努力提升学校教育教学的水平,让学生在学足学好,真正做到“减负不减质”。

(1) 作业研究先控量再提质。为切实保障学生的睡眠时间,严格控制作业总量。杭州市上泗中学研究制定了《杭州市上泗中学作业管理方案》,严把教辅资料征订关,杜绝私定、滥订教辅资料现象,并修订文印室管理制度,严控资料印制,从源头上进行遏制学业负担过重的势头;考虑不同层次学生的实际,优化作业设计促进学生差异发展。杭十五中教育集团采用“必做+选做”分层作业,尝试实施菜单式作业、单元整体作业和实践作业;根据学生学情,精选作业内容,科学设计创新作业方式。

(2) 课堂变革注元素会表达。“双减”要减下去,关键是课堂教学质量能“增”上来。杭州市三墩小学一直走在课堂学教方式变革的路上,在课堂中注入“自学”、“合学”、“展学”三个学习元素,将重难点的作业练习与课堂小队合作学习进行有效结合,落实课堂作业时间,聚焦性地解决学生的学习困难,充分发挥学生在课堂中的主体性、参与性以及学习有效性;杭州市九莲小学完善课堂评估量表,优化课堂学教方式,创新课堂教学模式,落实基于“九莲表达”的项目工程,推进“自学讨论展示”三元素课堂变革,促进学习真发生。

(3) 捆绑分层既公平又实效。分层走班可以使班级学生的学习水平基于同级,提升教学的针对性和有效性,老师基于A、B两个层级来分别备课和组织教学,能让学生在学真正的学足学好。杭州市紫金港中学根据学校实际将学生分为A、B两个层次,两个行政班级打通编排。即原来教1、2班的数学、科学老师,仍然教1、

2班集合分层后的A、B两个层次班，有利于减少分层或层间流动后，学生适应教师的时间；有利于教师对学生开展辅导和交作业；有利于增强教师队伍的凝聚力，不给老师贴标签；有利于教师的合作，有利于学校对教师的考核。

(4) 技术支撑强实效重赋能。“双减”并不是“一刀切”式的砍半，而在于向课堂要质量，向学习要效率。利用大数据+人工智能，打造精准化教学，借助技术支撑助推“双减”。杭州市文溪中学打造数字课堂样态，依托现代化科学技术，引进平台检测系统，基于数据全面分析，改进日常教学弊端，让技术赋能改变学教方式；并通过记录学生日常练习及测试中的错题，形成数据反馈，让重点与盲区一目了然，教师针对典型错误分层讲解，让数据赋能精准提升效率。

在杭州市提质强校工程试点学校“基于单元教学的作业设计”活动中，我区试点学校五个学科共有19位老师进入决赛，4位老师获杭州市一等奖。

3. 各司其职，家校协同引领家庭教育

双减背景下学生自主的时间明显增加，减出来的时间可以做些什么是一个新的命题。通过研讨，我们初步提炼了双减背景下的二十项家庭教育指导内容，通过政策宣讲、专家引领等方式逐一落地。我们安排了“名校长谈双减”的直播课，潘志平校长主讲《双减后家长的六个着力点》，家长在线收看达到2.2万人，缓解焦虑引领成长。

(1) 家庭回归高质量陪伴，言传身教。家庭教育是教育的根，学校教育替代不了家庭教育。“双减政策”就是要让家庭教育回归本源，回归到亲子陪伴、言传身教和立德树人上去，让好家风好家教成为伴随孩子一生的宝贵财富。家长不做“甩手掌柜”，要理解孩子，做好亲子沟通，提升孩子的自理能力和身体素质，并合理发展兴趣特长。杭州市省府路小学以“做一个健康的人”为主线，从身体健康和亲子陪伴两个主题开展家长学校培训。请西溪医院眼科主任进行保护视力讲座，高亚兵教授《家长如何更好地陪伴孩子做作业》的讲座，引导家长从关注孩子分数到关注身心健康。

(2) 学校落实高质量学习，学好学足。双减需要学校优化教学方式，强化教学管理，提升学生在校学习效率，确保学生在校学足学好。杭州市九莲小学倡导“减负不背包”举措，严控回家作业总量（一、二年级不布置书面回家作业，三至六年级不超60分钟），加强全科作业统筹，明确两长监控作业难度，班主任调控作业总量；提高作业设计质量，加强作业完成指导，践行“四精四必”做法（精选、精讲、精练、精批，有发必收、有收必批、有批必评、有评必补）。有效缓解家长因为作业问题而引发的焦虑传到。

(3) 区域营造高质量支持，三名在线。针对家长和孩子有疑问不知道找谁指导的问题，西湖教育尝试名师、名课、名校的“三名在线”系列课程的实施探索，

做强做优免费线上学习服务。“名师在线”课程聚焦学科和家庭教育专题，由区域名师授课，双休日或晚间在线直播，为学生提供学习答疑辅导，并帮助家长解决孩子成长问题。“名课在线”课程聚焦教师专业提升，帮助教师精准把握教学目标和重点难点，优化教学设计，提升作业设计水平。“名校在线”课程聚焦校际优质均衡发展，城乡教育共同体学校采取“双师课堂”方式同步上课，共享优质教育资源。11月，“三名在线”课程被教育部基础教育司确定为全国第二批学校落实双减典型案例并在全国推广。

三、问题与挑战

“双减”政策的落地，无疑是利国利民的好事，问卷和座谈都充分说明，“双减”政策在减轻学生负担的同时也缓解了家长的焦虑，但在推进过程中仍然存在一些极需要解决的问题。

1. **学生作业难度和时长的落实还需要机制保障。**问卷显示，目前各学科作业完成时间随着年级的升高均有所增加，小学生基本做到60分钟完成书面作业，但初中学生很难做到90分钟完成。尤其是九年级，中考压力还是迫使老师和家长未能真正落实双减的作业要求，即使学校减了家长还是接着布置。

2. **学校“x”课程师资不够，开发能力不足，质量堪忧。**虽然今年学校铆足了劲开足x课程，但明年估计会黔驴技穷，到时家长对课程的满意度就会明显下降，如果采用师资外聘，课时费以及课程质量监管问题如何突破？同时，学校开出课程后学生选课报名也是一个问题，急需一个选课报名的平台，否则学校教导处老师的工作量将会很大，还会让家长觉得报名不公平，甚至引发家长对“双减”政策的不满。

3. **课后服务拉长学生在校时间，安全保障落实有挑战。**特别是初中学校，增加晚自习意味着就要安排学生的晚餐，晚自习结束已经天黑，学生回家路上安全谁来保障。同时，政策的延续性需要政府保障，比如晚自习，前几年“想做又不能做”，现在是“必须做应该做”，希望上级部门能一以贯之。

4. **双减无形当中增加了教师负担，教师专业提升谁来保障？**双减后，老师普遍反映负担增加，个人时间相对减少无法钻研教材潜心磨课，尤其是初中教师没有时间设计和优化作业。“双减”后，学校原本周一和周五的校本培训时间也被大大压缩，教师培训质量堪忧。老师更没有时间和精力顾及家庭。

5. **家长教育观念由“培训班依赖”走向“学校依赖”的趋势。**学后托管推行后，有困难或者没有困难的家长纷纷给孩子报名参加晚托班，部分家长觉得反正学校可以兜底就当起了甩手掌柜，萌生出一种从“培训班依赖”走向“学校依赖”的危险信号；同时，双减后孩子在家时间明显增多，亲子互动时间也明显增加，这是一件好事但也存在亲子冲突加剧的可能，就像去年疫情宅家一样。

四、对策与建议

“双减”旨在建构教育的新生态，形成学校教育以**学科教育**为主、校外教育以**实践教育**为主、家庭教育以**生活教育**为主的教育体系新格局。“双减”政策的实施，不仅是我国教育改革深化的必然途径，也是教师教育观念的变革基点，更会带来学校生态的系统重塑，问题需要我们用智慧去解决。

1. 开发校本作业，建立区域资源库。各校要着力开发校本作业本，建议设置A4模板校本作业，当下要先限量再提升质量；同时，建设区域数据分析平台和题库，学校建立动态数据库全面记录学情，并通过平台推送个性作业。

2. 双轨组织架构，上下齐心攻克难。课程采用教研组、年级组“双轨并行”的推进模式，教研组全校“公转”，组长牵头指导综合学科教师开足丰富多彩的拓展课程；借助校外资源助力课程丰富，引进少年宫、社会实践基地等优质资源，丰富学生的学后托管课程体系；积极打造信息技术选课平台，让家长和孩子选课轻松、公开、透明。

3. 建立跟踪保障，筑牢学生健康线。晚自习工作的结束，并不意味着学校晚托工作的终止，需要由校内延伸到校外，由学校过渡到家庭。建议学校开展错峰放学，每位家长凭接送卡有序排队进校，与学生结对后有序离校。各班接送完成后，班主任向年级组长报告，年级组长向值日校长报告，确保每一个学生都有家长接回。同时，双减也拉长了学生的在校时间，建议中午适当增加学生自主活动的空间，让孩子享受午后阳光的沐浴。

4. 关心教工生活，弹性上下班机制。双减背景下的教师负担不言而喻，目前“双减”作为国家民生实事工程在推进，老师也都能理解，但是时间一长老师的倦怠就会显现。我们要进一步完善教师职工待遇，及时发放放学后托管费用；同时考虑到教师看病或接送自己孩子需要建立课节假机制，包括设立弹性上下班制度等，激励教师更好的工作。

5. 转变教育观念，行家校减负合力。双减要让家庭教育回归本源，回归到言传身教和立德树人上来，让好家风好家教成为伴随孩子一生的宝贵财富。所以学校和区域要发声，通过家长培训引导家长理解政策，不做“甩手掌柜”，开展区域家长沙龙或是俱乐部培训，帮助家长建立正确的育子理念和智慧的育子能力。同时，加强区域家庭教育指导教师的培训，提升教师指导家长开展家庭教育的能力和技巧，形成家校合力助推孩子健康成长。

四路深化，数字协同： 滨江区“双减”工作调研及后续行动

杭州高新技术产业开发区（滨江）教育研究院

摘要：调研发现，滨江区在推进“双减”百日行动中的主要经验是“突出三点，深化四路”，即突出“减作业”“提服务”“控培训”三重点，推进“1+X”课后服务升级、数字赋能作业改造、打造“白马湖”好课、实施“五全三色一环”校外治理四路行动，呈现了校长课题制、聚焦学改深化、升级课后服务、数字协同管理等区域亮点。针对“双减”推进中出现的作业深改难难点、常态课变革力度不足、教师负担增加、家长观念滞后等新问题，滨江区将在下阶段着力推进“白马湖”好作业建设、新常态课孵化、弹性上班扩面提质及数字化协同治理等新行动。

关键词：三点突破，四路深化，数字协同，服务升级

一、调研概况

11月中旬，在杭州市教科院的统筹安排下，滨江区教育局组织教育督导室、教育科、区教育研究院等部门，通过问卷调查、专题座谈、全区中小学经验总结交流及“课堂行”学校走访等方式，全面调研、诊断“双减”工作“百日”推进后的基本成效及新生问题。

调研的基本结论是，中央“双减”政策发布以来，滨江区高度重视，严格按照中央要求，区委常委会专题研究“双减”工作，出台《滨江区减轻学生作业负担和校外培训负担的实施办法》，区教育行政部门立足“减作业”“提服务”“控培训”三重点，突出“学改行动”“服务升级”“数字协同”区域模式，做实做细学校“双减”工作，坚持源头治理，综合施策，推进“双减”工作高质量深入。最近发布的浙江省2020年度教育现代化发展水平检测评估报告中显示，滨江区以总分87.94分位居全省第一，其中资源均衡、师资均衡、师生发展等指标为满分，实现全域优质均衡。

二、经验与亮点

（一）主要经验：推进“1+X”课后服务升级、数字赋能作业改造、打造“白马湖”好课、实施“五全三色一环”校外治理

1. 升级课后服务：推进“1+X”增效模式

2017年滨江区是省内首个实施课后服务的区域，在“双减”新政下，滨江区进一步改造升级课后服务升级模式。

滨江区 22 所小学（含九年一贯制）全面实施课后服务，实现三个全覆盖，整体采用“1+X”模式。全区小学生 31369 人，目前参加托管 24576 人，小学生参加课后服务比例为 78.3%。13 所初中（含九年一贯制）全面实行晚自习，普遍采用“X+1”模式。全区初中生 9821 人，目前参加晚自习学生 8112 名，初中生参加托管率达 82.59%。全区中小学教师参与课后托管积极性高，参与率达 95.2%。

我区致力于完善“一校一案”服务内容，提升课后服务水平，满足学生多样化需求。

一是立足“内培”，积极延伸、拓展校内课程资源。各中小学校，将原先的社团、拓展课、校本课程等课程资源，延伸到课后服务；同时充分挖掘校内资源，积极研发适合新的课后服务课程，丰富学生选择。如东冠小学的《亲子 5A 课程：周三无作业学生有成长》，以“周三亲子无作业日”为抓手，切实减轻学生作业任务量，丰富家庭亲子活动，以梦想教育、感恩情怀、健康运动、常规立志、实践活动、心灵相约为主题，开设了一系列的亲子项目化探究活动，每月一个大主题，每周围绕大主题，开展不同的亲子活动，培养学生的动手能力、自理能力和爱心。长河小学的《五日微课程：支持个性成长的双减新载体建构》，基于“五育融合”理念，在课后服务拓展时段开设“五日微课程”，以丰富而精短的课程吸引学生，根据学生需求和自己特长上报五日课程，围绕“五育”展开，构成了“科学、艺术、人文、体育、劳动”五大拓展性课后服务课程体系。

二是面向“外引”，深挖社会优质资源，多渠道引入校外课程，为学生拓展学习空间。与“白名单”上的非学科类社会培训机构合作，引进有需求的、有质量的课程，满足学生需求。如滨江实验小学的《三点半课程：双减落地的课后服务新样本》，凭借地理优势，引进区青少年活动中心的师资和课程资源，架构“1+X+N”的“三点半课后服务体系”，开设 30 余类共计 91 个项目的个性化课程。9 月，该校课后服务模式被央视《朝闻天下》栏目报道和肯定。

三是课后服务有新模式，基于学校实际、立足多元需求，面向多维发展。如丹枫实验小学的《丹枫样式：“T+X”型课后服务实践》，结合学校“生长教育”，融入“五力”（学习力、自育力、精神力、实践力、审美力）生长型课程理念，搭建“基础课程+拓展课程+研学课程”模型，构建多维度、立体化课程，推出“T+X”课后服务，内容上采用“作业管理+体质管理”、“体质管理+课程超市”、“作业管理+体质管理+兴趣延伸”等多样组合，满足学生不同层次、多样化需求，促进全面而有个性化的成长。

时间上，弹性安排，切实服务。如长河中学的《量身定制：基于多元需求的课

后服务尝试》，课后服务时间为每周一到周四 17:05—20:30，面向七至九年级，错峰放学，坚持学生“愿留尽留”原则。七、八年级每周一、三进行名著阅读，周二、四进行观看新闻或英文演讲视频等活动。九年级以体育锻炼为主。此外，各班级每周五根据本班班情，自主安排一次主题活动。为更好满足学生的阅读需求，学校图书馆还在每周一和每周三延长服务时间。据统计，区内各小学各校平均开设课后服务拓展课程 45 门，聚焦学生个性化成长，形成数量多、范围广、品质优的课程超市，推动学生素质发展，切实发挥育人作用。

此外，我区高度重视课后服务的育人作用和减负功能，积极完善课后服务工作机制和保障机制，全力提升服务质量。重点做好二个确保。一是确保课后服务时间有托底、有弹性。全区中小学校严格确保课后服务时间安排“5+2”。对有特殊需要的学生，学校确保提供“困难班”延时托管服务（困难班至少托管到 18:00）。无论是小学课后服务还是初中晚自习，均允许家长提早接学生回家。二是确保课后服务内容助力学生素质发展。各小学立足“内培外引”，积极延伸、拓展校内课程资源。深挖社会优质资源，多渠道引入校外课程，为学生拓展学习空间。各校基于学校实际、立足多元需求，面向多维发展，课后服务模式和课程丰富多彩。据统计，区内各小学各校平均开设课后服务拓展课程 45 门，聚焦学生个性化成长，形成数量多、范围广、品质优的课程超市，推动学生素质发展，切实发挥育人作用。初中课后服务普遍采用 X+1 模式，各校在正常教学时间后，开展体育锻炼、社团活动和德育主题等拓展活动，在集体晚餐后再参加学校晚自习，让学生校园生活劳逸结合、张弛有度，同时促进学生全面发展。

2. 改造作业功能：依托数字赋能

区内多校依托“学校大脑”、“校园电子作业资源库”等 AI 技术提高作业布置的有效性、精准性。全区初中数学、科学学科推广使用“作业扫描和智能诊断系统”辅助作业减负。

如春晖小学教育集团致力于系统建构、整体推进，固化来自不同学科教师的亮点作业，连点成线，促进各学科形成特色作业的“校本产品”资源库。学校集体研讨、组题，赋能智慧教学，建立“校园电子作业资源库”。依托作业资源库，根据学生的学情确定作业的难度与数量，实现分层作业推送；教师借助作业资源库，输入学生典型错题，平台收集和归纳的错题，生成错题集。通过数据的挖掘分析，可以有效地为教师提供教学反馈，开展针对性的巩固教学、纠错教学和补偿教学。为自己和新教师的教学减负提质；通过沉淀的学生错题数据形成学科知识图谱，精准开展学情分析，从资源库中寻找匹配点相关作业，实现个性化作业的智能组卷。

通过学生当前学情，为学生智能生成“最近发展区”的提升方案，让学生明确练习的目标，和实现目标的策略，从而促成“一生一案”。

着手引进网易有道合作项目，建立“课后管理平台+素质课程库+服务评价运营体系”的“滨江区课后服务数智化管理系统”，将全区学校的X部分服务课程都上平台系统，做优线下线上服务，打造多方共赢的数字化课后服务生态，提升服务效能。提供21世纪教育网、菁优网等优质学习资源，便利教师教研和学生自学。

全区初中数学、科学学科推广使用“作业扫描和智能诊断系统”辅助作业减负。初中晚自习均首先确保自主完成作业时间，落实教师指导学生完成作业，对学习有困难的学生进行补习辅导与答疑，确保作业减负功能落实到位。10月份调查反馈数据显示，家长对课后服务的满意率达到90%以上，几乎100%的家长认可课后服务和晚自习的减负功能。根据教育部基础教育管理监测平台数据，我区“双减”工作，学生和家长满意率均达97.8%以上。

目前，全区各校作业管理效果明显，各校作业时长控制100%达标。根据教育部基础教育管理监测平台数据，我区“双减”工作，学生和家长满意率均达97.8%以上。区内小学在普及“周三无作业日”基础上，涌现江南实验学校的《项目引领：小学低段“不背书包”》、滨文小学的《周三有约：让作业一故事形式展开》等创新实践案例。

3. 提质新常态课：建设“白马湖”好课

基于五育融合、转变课堂育人模式、提升常态课学与教的质量及效益，是“双减”落地的核心使命。在“课堂行”走访学校、师生家长座谈、在线问卷调查、大数据分析等调研基础上发现：转变课堂育人模式，培养学生主动学习、推进作业深度变革等话题，是实现轻负高质的关键点。

滨江区以“白马湖”好课为推进载体，区域推进高质量的义务段2.0新常态课建设，建构深化“双减”新政的滨江行动路径。基于“白马湖”好课区域提振义务段常态课学习质量，实施了基因提取、标准制定、范式推进及试点孵化四大行动，目前已初步形成了基本理论框架及区域推进模式。

①提取优质学习基因。借助16651份有效好课问卷调查及941节省市获奖优课回放观察，提炼出任务驱动、主动参与、敢于质疑、善于合作、智慧助学与创新应用六枚优质学习基因。

②研制优质学习标准。在揭示、提取好课优质学习基因的基础上，研制了“三梯度·九要领”课堂优质学习标准，作为常态课上学生学习的新一规则、新依据及新指南，引导属地义务段学生高质量地参与日常课堂学习，不断提升学习获得感，持

续发展适应未来社会生活及学习的综合胜任力

③推广“四学三导”范式。“四学三导”好课范式，是指在常态性学科教学课堂上，由学生的问学、研学、辨学、用学等四个学习历程构成课堂推进的主要模块，形成基于深度学习为特质的教学基本流程。

④学校试点+班级孵化。在学校自主申报、兼顾差异的基础上，确立区内十所中小学、五个实验班，作为孵化“白马湖”好课的试点。试点学校以“1+X”课题群的样式推进好课创生行动，实验班以全学科研究员共同参与“好课”孵化，以“白马湖”好课学习基因、学习标准、好课范式及好课策略等要素，推进高质量常态课的孵化创生，形成深度学改的样板班级、示范学校，以区块结盟为载体，初步实现试点突破、以点带面的“好课”燎原新格局。

随着“好课”创生行动的深入推进，学生主动学习、深度学习及丰富的校园生活，不断提升其美好成长体验度。教师从“作业布置”走向“作业研究”，从依赖经验、教案的教学走向“好课”重构，持续获得教学成就感。

依托区教育研究院的中小学教研员每学期覆盖全区各中小学的课堂行、送研入校等活动进行推进落实。

4. 深化校外治理：“五全三色一环”机制

校外培训机构的治理是“双减”工作的难点，在区委教育工作领导小组的统一指挥下，正有条不紊地推进。在根据“一企一案”基本排查下，形成“五全三色一环”深化机制。

“五全”工作，落实日常监管。一是在双减专班中，专项设立校外培训机构整治组，做到相关单位全体参与；二是明确我区校外培训监管部门责任清单，做到全员联动；三是落实所有的学科类培训机构“一企一案”，做到全面摸排；四是动员街道社区属地网格员和全区所有责任督学定点督查，做到全面监管，五是对红色预警（高风险）和橙色预警（中风险）机构进行每周风险研判，做到全面跟踪。“三色”预警，实施动态管控。红色预警每周实地走访，进行风险评估，每周上报动态关键数据；橙色预警每周抽取50%实地走访，进行风险评估，每周上报动态关键数据；蓝色预警每周根据网格员反馈情况进行抽查，形成周报制度。结合各类问题，初步从联合约谈、预警上浮、一企一案等方面设立整治机制。“两点”落地，及时形成闭环。第一“点”是全区责任督学任“业务网格员”，每人定点2个培训机构，每周蹲点督查，随时上报情况；第二“点”是每次检查中涉及参与违规培训的学生，在保护学生隐私的情况下，通过家校沟通，做好后续宣传教育工作。

（二）区域亮点：校长课题制、聚焦学改深化、课后服务升级、凸显数字管理

①校长课题制。区教育局要求全区校级干部围绕双减内组织“校级干部一人一课题”，目的是搭建区域到校级的双减工作网络，以此促进学校每条线都要围绕双减进行行动。

区2022年教科研课题立项将双减工作作为区域专项课题单列，各校不占评审指标可以送评，要求校级干部领衔申报，突出特色亮点。

②聚焦学改深化。通过“白马湖”好课孵化系统设计，推进新常态课2.0建设，从学习状态、学习方式、学习表现及学习增量四个维度，整体提升中小学生学习质量，以课堂增量，将“双减”工作落到核心处。

通过覆盖全区中小学的“课堂行”等举措，每学期进入每所学校进行推广、指导。

③课后服务升级。深化社团打造、精品课建设、教师弹性上班制试点，借助家校共治、校企联盟等路径，促进课后服务全面升级增效，推出“双减”深化的滨江名片。

④凸显数字管理。借助高新企业集聚、发达的区域优势，深化智慧教育平台路径，深入打造学校大脑，利用可视化检测、大数据分析，协同深化“双减”推进。

三、问题与挑战：作业改革浅表化、常态课变革力不足、教师负担明显深刻增加、家长观念滞后

（一）作业改革浅表散状

作业深改依然是难点，调研发现，不同学科、不同学段、不同学校、不同教师之间的作业深化改革情况依然不均衡、不充分：

①学段差异。相比较而言，小学段的各校各科的作业改革力度较大，成效也较明显，而初中段的改革基本是隔靴挠痒，放不开手脚。

②程度不同。比如，有些学校仅仅依照“双减”政策要求，在作业总量、总时间上作些调控，未曾作深层次的变革。

③局部改变。部分学科教师目前比较重视作业样式、形态的改变，比如应用、实践性作业比重在增加，但缺少从作业的新功能开发、作业管理、作业评价等整体上进一步系统性的探索。

（二）常态课变革力不足

“双减”的核心使命是深化课堂教学变革，提高常态课学习质量，重塑学校教育在社会中的自信。但课堂教学变革一直是一个积习难返的攻坚战，中国基础教育关于减负行动一直持续了半个世纪，这次依然。“双减”新政百日后的义务段常态课也未曾也多少实质性的改观。教师凭经验教学、按应试导向教学等现象普遍存在。

（三）教师负担明显增加

双减之后，师生之间的负担呈此长彼消现象，尤其是晚托管升级，初中段晚自习开设面全覆盖等行动的推进，导致教师在校时间明显延长、工作量陡然增加、心理焦虑感普遍增强等新负担、新问题出现，这一方面引发教师家庭新问题的出现，同时也影响到了普遍教师的身心健康。

（四）家长观念滞后混乱

“双减”政策推进后，尽管校外培训机构得以有效治理，同时学校也在积极推进丰富的社团生活、拓展性课程活动等晚托升级行动，然而家长群体呈现出了不同的“反应”：有积极响应新政，也有担心观望，仍有寻求门路“学习外包”的现象，总之“输在起跑线上”等根深蒂固的观念在部分家长中难以短时间扭转。

四、对策与建议：着力推进“白马湖”好作业建设、新常态课孵化、弹性上班扩面提质及数字化协同治理等新行动

（一）推进“白马湖”好作业建设

在前期把作业改革纳入每年度学会论文评审、课题申报专项等常态化举措的基础上，重点推进“白马湖”好作业建设的研究行动，探索义务段作业整体深改的区域路径。

“白马湖”好作业，是指依托学科大组、优秀教师群的力量，立足不同学科、学段、学校的特点，面向全科、全生、全课，融合探索以作业功能优化、样态研发为出发点，落脚作业方式、优质习惯培育为着力点，实现以作业促进学习能力提升的终极点，形成具有“三点一线多面”特质的义务段作业深改区域新经验。

“白马湖”好作业建设，将由研究院组织全体学科研究员、优秀教师及专家智库等力量，借助“一校一案”“一科一案”“一师一案”的“三案”推进策略，探索、建构“双减”背景下义务段学校作业深度改革的区域经验及范式。

（二）深化“白马湖”好课行动

在已有的“白马湖”好课系统建构基础上，提升基地学校、实验班试点的成功经验，在下阶段将侧重从区域性“好课”孵化机制探索、义务段学生学习方式整体深改行动等维度，增强常态课变革力度，提振常态课教学质量，并且将依托“基层经验+专家智慧”的路径，深入提炼高质量常态课创生的区域经验，打造“共同富裕”视角下的学生差异、全面、美好成长的滨江学改范式。

（三）推进弹性上班扩面提质

推广“弹性上班”试点学校的成功经验及范式，扩大弹性上班的学校覆盖面、教师受从面，同时将进一步提升弹性上班质量，从细节、关键点着手，制定相应的

弹性工作机制和教师的暖心服务项目，优化升级后勤服务，推行不同程度的“弹性上下班制度”，重视教师心理压力疏导。只有老师“减负”，才能真正有望实现“提质”。

（四）提升课后服务质量

在1+X课后课程的基础上，继续挖掘教师的特长承担部分课程任务，加强区内校际之间的X课程资源共享，挖掘区内优质价廉资源引入学校，以满足区域学生的课后成长需求。

（五）数字管理增强家校协同力

依据新颁布的《中华人民共和国家庭教育促进法》（中华人民共和国，2021年10月23日），借助高新技术产业发达的区域优势，建构多部门参与、家校协同治理的“双减”新监控新系统，建设优质的课后服务新生态。

高质量推进“双减”新政行动，是一个社会性的系统工程，需要政府主导、学校作为和家庭担当，共建促进新时代中小学生聪明、健康、美好成长的全新生态。

钱塘区“双减”专项行动调研报告

钱塘区教师教育学院

钱塘区根据中共中央办公厅、国务院办公厅于2021年7月印发《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》、杭州市教育局办公室《关于进一步规范初中学校作息时间和课后服务要求的通知》等相关文件的精神，区政府予以高度重视，立足区域实情，迅速组织行动，于10月13日发布了《杭州市钱塘区进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担工作方案》的通知（钱塘委教〔2020〕3号）组织健全，目标明确，落点清晰，行动具体，全面推进落实，已形成积极的社会效应。

钱塘区作为杭城未来发展的新高地，在开启“智涌钱塘·现代星城”新征程的同时，定位“美好教育先行区”，对标高品质教育的发展目标，全力以赴落实“双减”精神。在双减落实百日之际，我们开展多形式、多途径的调研，以全面了解各校的双减行动特色，以及在实施中存在的困惑、问题，为持续、优化、深入推进“双减”行动，以提高学校课堂、作业及课后服务质量，促进学生全面发展和健康成长。

一、调研概况

（一）调研内容

学校“双减”工作的行动方案、特色、经验，存在问题及建议对策。

（二）调研方法与样本

1. 调查方法

本次调研根据市教科院“关于开展我市“双减”工作调研的通知”的要求采取问卷满意度调查、走访学校、座谈、线上线下结合的作业管理经验交流、作业研究阶段成果展示交流等方式并用。

（1）实地走访学校 根据教师教育学院对学校双减工作的基本了解，有意向地选择有一定典型性的四所学校：文海实验学校（九年一贯制区域标杆学校）、金沙湖实验学校（民转公的学校）、新湾中学（江东片初中）、临江小学（江东片比较偏远的小学），由教师教育学院副院长带领4位教研员分成两组听取学校“双减”工作的特色介绍、存在问题及建议对策。

（2）集中座谈 召开19人参加的教科室主任座谈会，参与座谈会的学校占本区义务教育阶段学校总数的1/3以上，从较大范围听取学校“双减”工作的特色介绍、存在问题及建议对策。

(3) 书面征集案例 面向全区义务教育段学校展开典型案例征集工作,要求:针对作业管理、课后服务、提升教育教学质量、双减背景下的学校治理、区域优质均衡发展等工作点,凝练主题,阐述做法。

(4) 经验交流 组织专题作业经验交流:(义务段)“钱塘论坛”之研究视角下的作业阶段成果交流活动和中小学作业管理经验交流研讨会。

(5) 问卷调查 对学生的作业情况、学校课后服务等作问卷调查。

2. 调查样本

本次调查属于大样本调查,通过实地走访学校、集中座谈、书面征集案例、线上线下经验交流四种方式达到大样本调查,其中书面征集案例为义务段学校全部需要参与,“中小学作业管理经验交流研讨会”,作业管理经验是在义务段学校全纳征集的基础上选择15所学校参加现场的经验交流。

二、经验与亮点

我们对调查的数据、文献、现场经验交流、座谈等信息进行整理、归纳、分析,得出以下结论。

(一) 思想统一,配套机制跟进快

一是思想上有统一的清晰认识。随着中央“双减”意见发布,钱塘区委、区政府高度重视,主要领导专门作出批示,引导认真学习,抓好落实。从区域层面到学校层面均有专题学习会和培训会,形成从管理到教师个体协调一致,各级各部门及时认清“双减”工作的重要意义,迅速将思想和行动统一到中央的决策部署上来,打牢“双减”落地的思想基础。

二是管理上有组织的健全领导。钱塘区委、区政府切实承担起主体责任,组建区委副书记任组长的钱塘区“双减”工作领导小组,将18个区级相关部门主要负责人和7个街道主任纳为成员,下设工作专班。学校建立相应的管理组织,校长任组长,教学处主抓,各教研组分头落实。由此形成全区全面推动“双减”工作稳步前行。

三是制度上有完善的体系保障。制定《杭州市钱塘区进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担工作方案》《杭州市钱塘区义务教育阶段学校课后服务工作实施方案》《杭州市钱塘区“双减”工作专班运行管理制度》和《杭州市钱塘区校外培训监管部门责任清单》等一系列文件,强化巡查监督,定期通报情况,加大追责力度,确保有效落实。

(二) 深抓课堂,推进教学变革

“双减”政策已经全面落地,如何科学地减作业量,提作业的质,其紧密度最

大的是课堂，课堂改了，作业才能真正改到“核心”处。课堂是学生学习的阵地，是提升质量的主渠道，改进课堂教学，以推进学校课堂教学改革为突破口，95%（37/39）的学校参与课改行动，深化教学研究，丰富教学形式，提高了课堂教学的精准性和质感。

一是校校有课改方案，且持续迭代升级。自2019年以来，钱塘区着力课堂教学改革。第一步，要求义务段的每一所学校根据区通知要求、精神制定学校课改方案。第二步，区域层面组织系列提质助力活动，包括课改方案的审核、论证，召开专题活动，交流质量上乘的课改方案，举行一年一次的课改成果总结、考核评价、展示活动。在整个闭环式的操作中，每一环都邀请省市专家亲临活动现场指导、点评、讲座，以不断提高学校课改方案的质量。同时，根据评价结果予以资金上的不同额度的支持，为切实提高学校课堂教学质量提供智力、财力上的支持与保障。

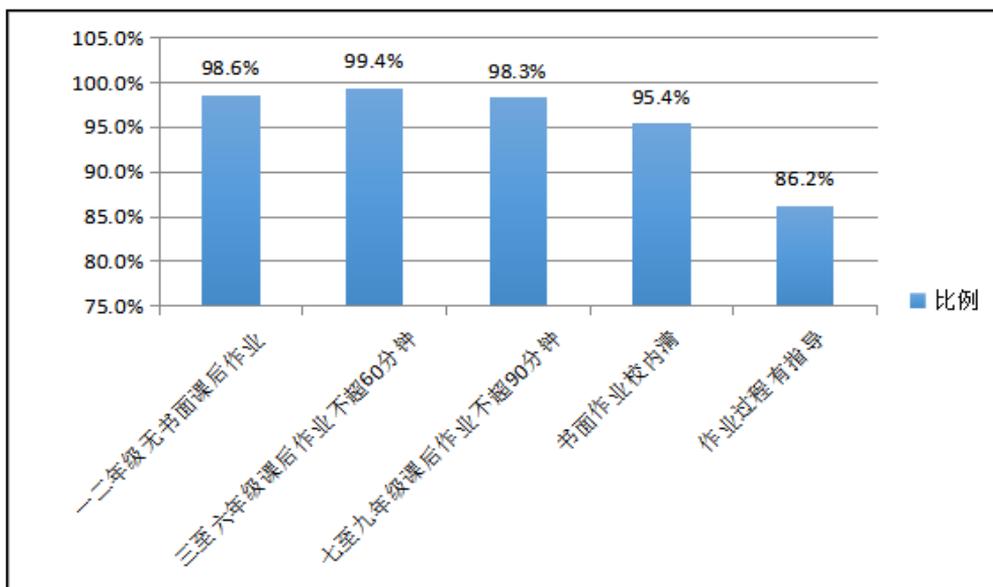
二是以研究的方式推进课堂教学的改革。边实践边总结边深化，于2021年形成《区域深化课堂教学改革推进机制的研究》，在省级立项，研究视角下的区域性课堂教学的改革，使课改更规范、科学，为区域引领课堂改革行向深处创造了更好的契机。

三是课堂教学研究在学校全面开花。统计了2019年—2021年义务段聚焦课堂改革的省市级课题立项情况，合计33项，其中省级15项。统计2020年—2021年义务段聚焦课堂改革的省市级课题成果获奖情况，合计19项，其中市一等奖7项，升级获奖3项。在杭州市“双减”专项课题立项备案中钱塘区占据7项。在全面推进课堂教学改革中，各校立足学校，从不同的视角切入，开展研究，有研究课堂教学结构的，有研究校本化实施的，有聚焦课堂特征的，有课堂新治理的，这些研究切实优化课堂教学，提升课堂教学质量。如：景苑中学的《八大金句：初中课堂教学新规则的实践探索》《启思·学思·省思：初中“三思”课堂的设计与实践研究》，钱江小学的《小学“学·疑”课堂范式的结构、策略与载体研究》，杭州市基础教研室附属学校的《基于学科核心素养的“启慧课堂”构建和实施》，教研员张育花老师负责的《区域推进国家德育课程校本化实施的实践研究》等，这些成果在省市级成果评审中获奖，并在区域内外产生了一定的影响力。

（三）落地作业改革，减量提质行动坚定

一是全面推行作业“三控四增两消除”机制。开展基于教学评一致的区域作业设计研究，指导学校开展基于校本化需求的作业开发，形成高效益的一校一本作业体系，作业要求得到落实（见表一）。

表一：钱塘区义务教育学生作业实施情况



二是开展不同层级多类型的专题交流活动。包括教育局组织的校长层面的夜学活动中交流各校应对、落实的学校行动方案；各学科教研员引领下的学科作业优化教学研讨活动；教师教育学院组织的钱塘学术节设置专项活动：作业研究成果交流与学校作业管理交流活动，在组织方式上，线上与线下结合，使每一所学校、更多的教师卷入其中学习。通过增强交流内容、频率，互学互促的区域氛围已经形成。

三是征集作业管理特色经验。在区域不同层级的管理、推动下，各校依据学校已有基础，创造性落实作业的减量提质。教师教育学院开展作业管理经验征集，对各校材料进行仔细审核，筛选出具有借鉴性、启示性的20所学校作业管理样本，通过现场交流及文字材料的汇编，传递到各个学校，为各校的作业管理进一步优化提供最及时的资料。

（四）因校制宜，优化学后托管服务

一是开辟了“1+T+X”学后托管新模式。以提高学校教育服务品质为目标建立学后托管服务两小时及假期托管服务（见表二），开辟“1+T+X”学后托管新模式，提供丰富的课程内容，引入社会资源及专业力量，为学生自主学习提供高品质服务。

表二：钱塘区学校学后托管服务情况统计

学校总数	提供学后托管		学生自主参与托管比例	
	学校数	比例	小学生	初中生
39	39	100%	93.02%	83.77%

二是课后托管服务校本特色鲜明。我区小学一、二年级已无书面家庭作业，小学其他年级每天书面作业完成时间小于60分钟，初中小于90分钟，基本实现了课堂作业“课内清”、书面作业“校内清”的目标。各校在实施中因地制宜，在追求丰富的基础上，强化育人功能，丰富学生的校园生活，提升学生的综合素养。如，钱江小学，实施“1+2X+3T”模式，“1”指实现学生自主作业，采取1+N制管理，1名教师主管，多学科教师坐班或巡视；“2X”指培养兴趣爱好，推出走班“X”课程；“3T”指促进学生身心健康的活动与课程，以此实现学生在自主作业、兴趣活动、体育运动等方面实现了各个层面的“习惯培养”，为学生打造了4H服务暖心空间。如，下沙中，推出形式多样的活动，体育锻炼，采取1+1+2+1的体育锻炼模式，即一次大课间365健康跑，一节体育选项课，两节基础体育课，一项体育社团活动。每天固定20分钟群文阅读实践，从阅读内容，阅读要求，阅读管理和阅读成果展示全面铺开。社团活动共计40多门课程，满足学生个性化成长需要。如，幸福河小学拓展性服务时段实施“活动一小时”，开发、优化出“智·探”、“创·玩”、“趣·仿”、“悦·动”四大类活动，以21项精品活动，引领106项个性活动，形成学校特有的托管服务公式：内容多元化+活动童趣化+机会无限化+评价幸福化+治理精细化=拓展性托管服务。

三是拓宽课后服务渠道。除了依托区青少年宫和社区四点半学校力量，引进退休教师、社会志愿者和专业人士到校为学生提供专业指导辅导外，我们还充分发挥钱塘区农业发达、高校云集、企业众多的特色，先后评选认定了杭州摩尔庄园等7个中小学劳动实践教育基地和龚老汉控股集团有限公司甲鱼养殖基地等7个中小学劳动研学旅行活动实践基地，认定了浙江财经大学和万事利丝绸工业博物馆等一批中小学劳动研学旅行活动实践基地，并组织第一批10所学校学生分批进入基地开展劳动教育研学实践体验活动，收到了良好的效果。同时，社会实践活动的开展，利用区域资源，双休日，节日等时间，对培养学生奉献精神与责任担当有了更多的实践经历。

政府的高度重视，领导到位，保障到位，学校积极落实到位，钱塘区实施“双减”工作扎实有序推进，其成效也是非常显著的。出了个别有较大社会影响力的典型案例，如幸福河小学的《聚焦“双减”护身心 落实“躺睡”促健康》获浙江省“首批‘双减’优秀实践案例，赢得了社会、家长的满意，自8月份以来，包含央视、人民日报、浙江教育报等31家国家级、省市区级媒体对幸福河小学的“双减”工作35次的媒体报道。

三、问题与挑战

“双减”政策实施以来，学校在区政府、教育局的保障管理下落地政策，通过多种路径、形式展开调查，遇到问题也是较多，具体见表三。

表三：钱塘区“双减”背景下的学校问题梳理

序号	主要困难和问题
1	教师工作时间加长，日工作量增加 25%，精力不济。
2	教师工作量增加，课改、培训、研讨时间不能保证，教学改革很难正常实施，影响教师专业发展。
3	学校提供学生充分个性化、多样化的活动能力缺乏，校内对应的非学业类教育资源缺乏，T\X 的服务品质不高。
4	可外聘和利用的校外资源、社会资源太少，学校开发资源的路径不够丰富，导致学校 T 和 X 部分以应付为主，无法保障学生品质活动。
5	家长认识不到位，对学校执行政策的干预太多，过于主管的举报和以满足自我认知为目的的不配合不响应，让学校及教师很无助。
6	学生学习评价方式，及考核形式不与中央政策相匹配，让学校不能无顾虑地投身到课改、教改和素质行动中。
7	学生自愿参加托管的一周一调整政策让学校组织管理的压力陡增，课程的动态设置成为困难点。
8

四、对策与建议

(一) 学生作业负担的减轻需要三个向度跟进

一是需要家校达成共识，有效化解家长之过虑。按照规范的要求，学校作业量得到统筹控制，学生作业压力得到缓解，校外培训的频次，尤其是学科类培训的要求明显减少，学生自主活动的时间增加。但是学生学习负担感受在一定程度上又有新的情况出现（见图 1）。27%的学生依然感受到学习的压力和负担，从调研看，主要表现为四方面原因（见图 2）。

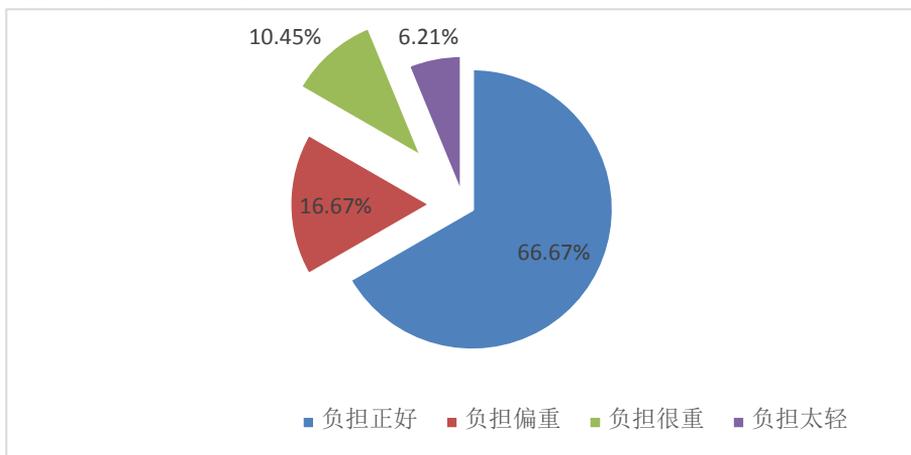


图 1：钱塘区学生学习负担感受情况调查统计

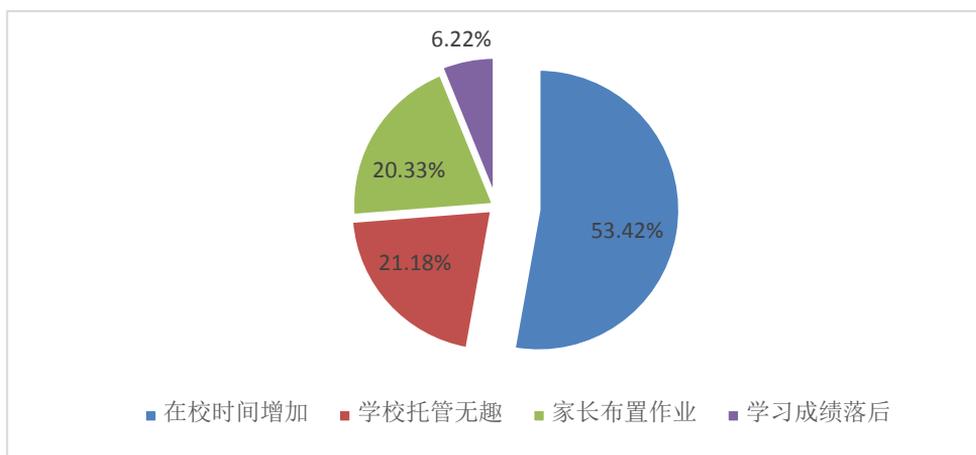


图 2：钱塘区学生学习负担归因调研结果分析

从问卷调研可见，托管两小时启动之后，学生在校时间明显加长，禁锢在学校的束缚感成为学生新的心理负担。

二是学校托管服务的方式上需要改进。要处理好“管”与“放”，两者之间需要寻找新的平衡，学校为方便管理单向采取强制性、统一性的活动存在比较普遍，如强行统一的阅读和机械活动，这给已经经历一天学习的学生造成新的压力。另一方面，家长脱离了作业和培训之后产生对学生的学业焦虑，家长开始了家庭性作业布置，新的作业负担又有产生。

三是需要进一步加强作业治理。“双减”政策其中一个目的是减轻学生过重的作业负担，我们从学校征集的案例及钱塘区的作业管理与作业研究成果展示活动看，作业的研究已被广泛重视，且初见成效。各校都开展了作业治理，在治理中偏重作业的优化设计，偏重量的控制，学校重管理，但在引领上有所欠缺。缺少对作业负担究竟来自哪些方面，缺少不同学生作业的能力的考虑，但是缺少了作业习惯的培养、作业的管理与评价的研究，特别是作业结果的分析与运用方面更是稀缺。

（二）教师的生活质量不可忽视

一是亟需破解教师工作疲态现状。学后托管后，教师的工作时间被大幅度延长，在“双减”政策背景下，学校面临着减负提质和学后托管的重要任务，成为落实政策的主阵地，责任更重，要求更高，压力更大。破解教师工作疲态，我们提出建议设置一周一日弹性工作机制，从时间上、心理上予以缓解、消解。

二是需要破解校本教研、学术活动时间难挤事实。我们建议家长一周一次参与托管服务，先行调查，根据家长资源，设计课程，家长参与学校托管服务，带来的好处是切身感受教师工作的不易之处，同时更重要的是发挥家长的特长、特色，丰富托管服务时段学生学习内容，更好地促进学生综合素质的发展。教师则可腾出一

定的时间开展校本教研、学术活动。我们认为以家长资源开发的课程(或主题活动)以班级为主,可控制规模,及活动、教育的覆盖面,以保障适合不同年龄的学生。

(三) 家长需深度了解“双减”

学校层面落实“双减”,目的是减轻学生过重的作业负担,如果家长片面理解“减作业”,势必造成部分家长的这不满意那不满意,部分家长甚至成为“甩手掌柜”,把学生教育的责任全部定位于学校,这将出现家长在孩子成长路上的“缺席”,如果“缺席”一旦成为事实、习惯那么其后果也是不容小觑的。建议主流媒体家长宣传,地方政府及学校开展相关活动,使家长通过不同的渠道、不同的层面真正认识“双减”的价值、目标定位,引导家长切实承担起必要的责任,与学校一起成为学生成长的“协作者”、“合作者”“助力者”。

(四) 学校需要把好拓展性托管服务时段课程质量关

如何设置合适的活动、课程保障学生享受高质量的托管?这是目前亟需解决的问题。我们认为需要考虑学生已有的学习时长,以运动、活动、实践为主,运动强身健体,活动与实践需凸显育人功能,不可为活动而活动,为实践而实践。可对学校已有的特色活动、拓展性课程进行改造,合理安排时间,创造性运用。另外,挖掘区域资源、家长资源统筹考虑、规划、设计、审核,形成适合学生的课程。

(五) 行政需要建立健全的社会化托管新机制

以校内作业减负,校外培训减负为主要方向的“双减”行动,呼吁学校教育服务水平的提高,保障作业减负增质。但是以学后托管为主要内容的学校服务新举措,造成学校的一些困境,我们认为需要行政层面出举措,建立健全的社会化托管服务新机制。由于学校在教育管理行动上的大包大揽,管理压力明显加大,教师工作负担加重,专业匹配度不能完全跟上,因为不同学科的教师其专业背景不同,有些专业并不适合在托管性服务时段发挥作用。另外,潜心深入的教学研究以及高质量的教育项目活动受制于时间和精力不能得到充分有效的开展,区域推荐教研和科研的响应度和参与度出现心有余而力不足的现象,不少学校反映教师在校工作时间已经达到10—11小时,使校本教研、科研活动时间、教师参与率得不到保障。这将对学生学业质量提升形成新的担忧和焦虑。

基于以上现象与思考,我们认为需要健全社会化的托管新机制,因此,一是要建立学后托管的社会性服务机制,政府主导,统筹公益组织、高校、社会实践基地、社会服务机构以及政府相关职能领域的托管服务资源,形成人力、物力、场地的资源采集。二是要统一规划社会性学后托管服务内容和方式,让社会服务力量参与学校的学后托管,发挥自身专业力量提供有效教育;让社会性实践场地有序规划,充分利用。三是考察认证专业化社会培训机构,设定条件,实施准入机制,确保优质

的社会教育服务品牌向学校输送托管服务。

（六）完善新时期教师专业发展新机制

在钱塘区全面推进名校名师培育和打造的过程中，关注全体教师的教育专业能力提升才能引导区域教育的均衡，才能保障学生获得公平而优质的教育服务。在减轻学生学业负担的同时，要求提高教育质量的目标要求下，倒逼每一位教师要变革，不仅要提升专业素养，也要丰富个人素养，以适应新时期教育的需要。需要教育行政部门更有力的落实举措：一是推动面向全体的教师教育教学创新指导，尤其致力于中老年的一线的普通教师，要面向全体、关注重点、主动服务；二是要发挥名优教师的帮带引领作用，引导主动承担，领衔变革，团队发展，着力将名师辐射普惠作用，引导队伍成长作为考核方向；三是要致力区域的优秀提质成果提炼与推广，不断通过优秀管理和改革经验总结，形成有效的分享与推广，跟进专业指导，切实提高教师的专业水平，为作业减量提质护航。

系统集成·双减赋能：萧山区“双减”工作调研报告

杭州市萧山区教育科研研究所

根据杭州教育局工作部署和杭州教科院调研安排，为更好地总结和提炼我区“双减”工作优秀经验，发现并推广校内“双减”工作的新典型、新工作与新变化，推进全区“双减”工作持续、优化、深入开展，2021年11月18日—12月5日，萧山区教科所通过“走访学校、集中座谈、问卷调查、书面访谈”等形式开展了“双减”工作调研。

一、调研综述

（一）“数”看双减：“双减”调研基本情况概述

萧山区现有义务教育学校（含校区）144所，在校学生15.02万人，教职工9147人。全区义务教育学校学后托管覆盖率100%，共开设班级3677个，惠及学生11.3万余人，其中小学段参加学后托管学生86477人，占比75%。初中学校于9月6日正式开始晚自习，开设覆盖率100%，开设班级1016个，参加学生26523人，占比66%。双减工作实施以来，萧山区小学生作业量压减1/3以上、初中生作业量压减1/4以上，学生参加校外学科类培训人数比上半年减少近八成。

（二）“变”中求治：“双减”重塑区域教育生态

“双减政策”落地萧山以来，主要收获了七大变化：一是区域层面，从“硬核管理”到“系统治理”；二是学校层面，从摸着石头“过河”到循着规律“搭桥”；三是教师层面，从“匆忙上阵”到“从容应对”；四是家长层面，从被裹挟着“奔跑”到在陪伴中“成长”；五是学生层面，从“797”到“5+2”；六是社会层面，从“驻足观望”到“寄予厚望”；七是培训机构，从“影子教育”到“素质教育”。萧山正在修复并重塑区域教育生态：“影子教育”得到遏制，“学校教育”回归本位，“家庭教育”得以加强。

（三）“例”出典型：“双减”学校样态与萧山范式

一是学校层面。面向全区义务教育段学校展开典型案例征集工作，征集学校典型案例共计67个，其中5个案例入选杭州双减典型案例30例。二是区域层面。新华网3月3日专题报道《杭州萧山：换回教育生态的“绿水青山”绘就教育品质的“金山银山”》，浙江教育报10月25日专题报道《杭州萧山区做好“双减”加减法》，中国教育报11月12日专题报道《做好“加法”，为“双减”筑牢地基》。

二、经验与亮点

（一）四方统筹，凝聚减负合力

统筹好学校、老师、学生、家长四方关系，将“双减”作为一项系统工程，明晰角色和定位，凝聚“双减”合力。

1. 学校：减“负担”而不是“负责”。强化学校教书育人主体功能。一是实施“一校一策”。区教育局召开7次专题会议，专题研究义务教育段学校课后服务工作。各校在结合“1+8+X”政策（“1”指总的实施方案，“8”指提高义务教育学校教育质量的实施意见、课后服务实施方案、师德师风建设方案、校外培训机构专项治理行动方案等8个文件，“N”就是各相关部门联合印发若干配套文件）举措的基础上，因地制宜，编制“一校一策”课后服务方案，明确制度要求、服务内容、责任分工、保障措施、激励办法等，为课后服务实施提供制度依据。二是实施“两个回归”。即校长潜心回归学校管理、教师全心回归课堂教学。全区教育人聚焦主责主业，坚持实干至上，全力提升学校办学水平，全面提高课堂教学质量，开创了教育发展的新局面。强化学校主渠道和课堂主阵地作用，深化教育教学改革，提升课堂教学质量，丰富课后服务供给，做到应教尽教，让学生在校内学足学好，从源头上减少了校外“加餐、加码”的需求和冲动。

2. 教师：减“数量”而不是“质量”。将教师作为作业减负第一责任人。一是减少作业数量。完善作业管理办法，加强学科组、年级组作业统筹，合理调控作业结构。今年以来，萧山区全面加强“作业管理”，严禁教师布置机械的、无效的作业，重复性的、惩罚性的作业，特别提出不能让“家庭作业成为家长作业”。如，金惠初中实施作业公示制度，每天16:30，各备课组会把每天布置的作业和作业需要时间公示在年级组的大厅内，确保课后书面作业的总时间控制在90分钟以内。回澜小学设立“无作业日”，学校将每周三设置为“无作业日”。据统计，义务教育段学生作业完成时间相较去年同期，小学生作业量压减率达37.6%，初中生压减率达25.4%，基本实现“作业不回家”“书包不离校”。二是提高作业质量。发挥作业诊断、巩固、学情分析等功能，系统设计符合年龄特点和学习规律、体现素质教育导向的基础性作业。集合教研组力量，各校在选题、编题上下功夫，突出典型性、启发性和系统性，作业内容达到举一反三的效果。例如，北干初中结合学生实际和充分利用现代技术，运用“智学网”等平台，精准把握学生知识的掌握情况和能力薄弱点，从而精心选择学生适合的作业，减少机械、无效、重复的训练。三是优化作业辅导。各校提升作业辅导质量，实施个性化分层辅导。对学科学习存在困难的学生做好辅导答疑，满足他们“学饱”的需求；对学有余力的学生创造条件、积极拓展求知空间，满足他们“学好”的愿望。例如，高桥小学在课后服务中划分不同层次的学习小组，提倡进行合作学习，同伴间互助学习，相互解决疑难。如，汇宇小学建立“学困生”跟踪档案，实行个别化辅导并酌情修正作业内容和作业量，确保作业在每个学生学习中的实际效能。所前二小在作业管理上做了加、减、乘、除

四则运算，从“规范作业常规，坚守教学底线”和“优化作业设计，力求精准高效”两个方面做足了文章。该校从制度规范入手，密切关注教师作业的设计与布置，让每一项作业，成为教师教学最有感觉得项目之一。文博小学以“作业追踪制度”推进作业减负管理，“让内容可追，让总量可控，让质量可见”，通过“线上线下融合、多方智慧共享、精准设置推进、有效监控保质”等举措，让文博作业成为双减行动的重要抓手。银河小学充分挖掘一线教师智慧，全力发动教师研发作业新路径，落实“双减”之实践性家庭作业，成为该校部分班级的重要策略，将学习与探究、作业与巩固，融合于动态性操练的实践之中，让作业活起来，让学生动起来，让智慧闪亮起来。

3. 学生：减“习题”而不是“主题”。本着学生成长“顺木之天，以致其性”的逻辑。把学生从书山题海中解放出来，回归到德智体美劳全面发展的主题，让学生在经历一个完整而快乐的学习过程后，还留有探索未知的兴趣和创造未来的愿望。为此，萧山区率先发布了实施《中小学“美好成长”素质教育行动计划》，落实“五育并举”，紧盯薄弱环节，着力打造“校校有块责任田”，鼓励学生“出力流汗”；全力推进“足球进校园”和“武术进校园”，倡导学生“能文能武”。全区义务教育阶段学校均开设“1+X”课程，“1”为基本服务，包括看护、指导完成作业、对学困生进行个别补习辅导与答疑等；“X”是拓展服务，为学有余力的学生拓展学习空间，包括开展文教融合教育、思维能力拓展、兴趣培养、科学探究、综合实践、社团活动等创新项目，由学生自主选择参加。如，长山小学开发了“新‘六艺’课程”（书艺、乐艺、数艺、体艺、文艺、园艺）。湖滨小学在实施双减中不断探索新路径，该校在10月份升级了“学后托管”服务包，除了常规的“学后托管”，更是将服务触角延伸，其中涉及的阅读、劳动、运动三项计划，为孩子们课余时间的有效利用奠定了基石，甚至，将趣味运动“跳皮筋”搬回了校园，让校园进一步彰显童真的活力。全区中小学均开设了“X”拓展服务，结合办学特色、学生学习和成长需求，积极开发设置丰富多彩的科普、文体、艺术、劳动、阅读、兴趣小组及社团活动，制定“一天一课表、一班一课表”，让学生放学不仅能够“留下来”，还能“留得有价值”。目前，全区总计开设1888个拓展类班级，学生参与率达70%。

4. 家长：减“陪练”而不是“陪伴”。“双减”，家长是最重要的变量，只有家长先从陪练的“赛道”上走下来，才能让陪伴重新成为亲子之间的主旋律，才能让孩子在宽松的家庭环境里幸福成长。萧山区针对家庭教育缺位、失位、越位的现状，主动作为，组织开展美好教育“家长云学堂”活动，截止目前，共开设主题家长云课37节，参与家长32万余人次；推出定制式微课60余个，惠及家长27万余人次。

（二）加减乘除，重塑教育生态

萧山区聚焦双减目标,通过做好加减乘除四则运算,重塑与修复区域教育生态。

1. 做好加法,全面加强学校课后服务工作。萧山区首先确立了课后服务“四个有利于”原则,即有利于实现学生在校完成书面作业,有利于发展学生的兴趣特长,有利于提高家长的获得感与幸福感,有利于构建良好的教育生态。围绕“四个有利于”,在小学段全面推行“1+X”暑期托管服务,全区6700余名学生自愿报名参加,共开设托管班526个,其中书法、绘画、阅读等兴趣类班级336个,有效减轻了家长的看管压力和焦虑情绪。秋季学期后,全面推行课后服务“5+2”模式,在服务时段和服务内容上进行延伸,实现课后服务小学和初中全覆盖、公办和民办全覆盖、教学日和双休日全覆盖、线上和线下全覆盖、基本服务和拓展服务全覆盖,努力构建起具有区域辨识度的高质量课后服务体系。

2. 做好减法,全面压减校外培训机构的违规行为。围绕校外培训机构治理难点,萧山区摸清底数、疏堵并重,做到“心中有账、手中有招、疏导有路”,为破解“压减”难题探索路径。根据“双减”政策实施前的数据,萧山区有学科类校外培训机构298家,其中营利性172家,非营利126家。“双减”政策实施后,机构总数减少182家,压减率达61%,其中营利性机构减少109家,压减率63.3%,营利性机构压减数量位列全省(市、区)第二,两个压减率居全省前列、杭州市第一。相较去年秋季学期参加学科类培训净减近八成。在省委教育工作领导小组“双减”工作专题会议上,萧山区的做法被作为经验推广。

3. 做好乘法,全面发挥数字化改革的乘数效应。通过数字赋能,不断拓宽落实“双减”工作的策略和路径。聚焦教学提质和课后服务两大主题,一方面,继续推进信息技术和教育教学的深度融合,利用人工智能、大数据等技术优势,积极开展差异化教学和个性化学习,提升教学效果和学习效率。另一方面,依托我区智慧教育大数据平台,汇聚各学段各类别的优质教育资源,供学生课后免费点播学习。同时,依托美好教育“云课堂”平台,通过在线课堂和微课点播等形式,满足学生双休日在家学习的需求。该平台下设线上推门听课、天天直播、优课资源库、同步课堂四个子栏目,同步建有空中课堂评课议课室,其中,天天直播子栏目自9月13日首播以来,注册教师21967人,注册学校及单位435所,注册学生182329人,总访问量达到266370人次

4. 做好除法,全面推进有偿补课的整除清零。“双减”政策落地,特别是对学科类培训全面收紧后,少部分学生和家長由于惯性,会继续找寻补课的出口,主要的方向就是学校教师。为此,萧山未雨绸缪、堵住缺口,在暑期进行了专题布置。今年是萧山“师德固本年”,建立了教育局、片区、学校三级工作专班,出台了师德师风建设专项治理方案,召开了全区师德师风建设推进会,向社会公布了举报电话,形成了多管齐下的共管共治局面。对于教师队伍中出现的违纪违规行为,坚持

“零容忍”“越往后越严厉”的态度，发现一起查处一起，直至撤销教师资格，形成警示震慑，有效遏制了教师“课上不讲课下讲”“同家长搞利益交换”等突出问题。

（三）一校一策，演绎各自精彩

1. 萧山区城区学校：打造第一窗口——“双减”背景下城区学校“校门口”公共空间综合育人实践

校门口处于学校和社会的“交接处”与“临界点”，是向外界展示萧山“美好教育”的第一窗口。“双减”实施以来，学生的晚托放学与下班高峰重叠，家长接送孩子的车辆大量聚集在校门口附近，加剧了城区道路的短时间拥堵现象。如何向外界打开“美好教育”一扇窗，建构校门口公共空间综合育人新模式，是破解“双减”背景下的焦点与难点的时代命题。萧山区城区学校通过“五隅共建”，重构校门口空间育人环境；通过“五域勾连”，整合校门口空间育人主体；通过“五育并举”，重塑校门口空间育人价值；通过“五誉融合”，重建校门口空间育人评价，打造了学校、家庭和社会综合育人的第三空间，建构了“双减”背景下校门口综合育人的第三间教室。

2. 萧山区崇文世纪城实验学校：解放儿童学习——基于时空重构的小学“双减”系统路径设计与实践

在“双减”政策背景下，学校如何撬动课程、教学、作业和评价的全方位改变，保证学生在校内能学足学好，减轻学生作业负担和课外培训负担？这是学校改革面临的重要问题。基于此，该校开展了“解放儿童学习：基于时空重构的小学‘双减’系统路径”研究，从六大方面扎实推进：提出了“润心启智·自由舒展·全面成长”的育人理念；营造了灵活开放的学习时空，减轻学生学习焦虑感和不适感；设计了让学生学足学好的课程体系，彻底减轻课后培训负担和家长焦虑；实施游戏·主题·项目螺旋进阶的教学模式；开发多元开放的评价方式，构建了“双减”导向的评价体系；加强制度建设，推进“和谐·有效·长久”的家校共育，从课程—教学—评价—保障全面落实“双减”政策。该运作体系是崇文多年办学经验在双肩背景下的进一步提升，全面彰显崇文主张，减轻了学生的作业负担和校外培训负担，提高了学生心理健康水平；教育焦虑显著降低，家庭的育儿胜任能力明显增强，为全面落实“双减”提供了理论实践参考。

3. 萧山区长山小学：绘制“新六艺地图”，构建“三点半”课程包

一是化整为零，系统设计，绘制“长小六艺地图”。学校在综合考虑学校现有特色、学生实际需求等基础上，对于学校原有的拓展课程进行了评定、筛选整体设置了“书艺、乐艺、数艺、体艺、文艺、园艺”六个类型的课程，绘制了“长小六艺

地图”，为学生提供更多的可供学生选择的六艺系列课程包。二是能力整合，自主申报，开发“三点半”课程包。学校组织教师分析个人特长及兴趣，依据拟开设的六艺课程采取自主报名的形式拟定所将要开设的课程活动内容。在此基础上结合学生的需要和年龄特征进行筛选，形成本校的六艺课程包内容。三是多元借力，平台集成，实现学后托学“最优化”。全校教师要形成合力，发挥潜力，积极投身建设“六艺”课程的开发和实施。同时也要充分利用学生、家长、社会机构等多方面的资源，寻求多方的合作和帮助，不断充实课程资源。

4. 萧山区回澜小学：“学习离合器”——基于“双减”政策建构课后育人活动新样态

回澜小学基于“学习离合器”的改革举措。一是从书面为主走向实践为主，聚焦作业理念。这源于回澜对于“作业”价值的理念重塑，在免去书面作业的同时，转而布置形式多样的探究、拓展、实践作业。回澜的经典好作业项目“周三无作业”，以“无作业日”的方式为孩子们打开了崭新的学习空间。二是从课时作业走向单元作业，凸显素养目标。提倡以“长短作业交互”的形式，从基础的课时作业逐渐走向全面的单元作业，从而凸显各学科的素养目标，全面提升学生的学习实践能力，激发学生自主学习及深度学习。如，学科短作业——课时作业，学科长作业——单元作业。三是从学科作业走向项目作业，融入生活。组织学生参与各类社会实践活动，融合学科教学，引入项目化学习活动，通过“现象中思、项目中学、解决中创”的作业形式提升学生的综合能力。

5. 萧山区临浦一小：主体经历：双减背景下“1+X”课程的开发与实践

“双减”政策是教育生态的重塑，面对晚托带来的暂时性师资短缺，教师工作量增大的情况，临浦一小统筹规划，整合资源，做好“X”课程，精心打造“四院——“守真文学院”“守真艺术学院”“守真科技学院”“守真体育学院”。“四院”的建设发展了学生各方面的兴趣和特长，使学生们个性得到张扬，为快乐阳光的人生奠定了基础。开设的社团如铜管乐、合唱社团、舞蹈社团、NOC人工智能社团、无人机社团、机器人社团、田径、篮球、足球社团都在晚托时间进行授课。一二年级托管时间较长，因此，将时间分为两个时段，将“X”穿插于课程中，一年级我们将体能课、足球课、绘画课穿插其中，二年级我们将写字课、篮球课、影视课穿插其中。主要是在临浦的有底蕴的培训资源作为师资。

6. 萧山区朝晖小学：搭配套餐 分类选学——“双减”背景下“1+X”课后托管走班模式的实践研究

该校贯彻落实“双减”政策，加强学校课后托管，为有效利用课后托管时间，从而达到教学能更有效服务于我们的孩子的学习行为，满足不同孩子不同的个性需求，不同孩子需要量身定制最合适他的教学，使其在最近发展的区域内学有所得。

在分类基础上推行“个性走班”，为不同学段的学生搭配合适的套餐类别，实现教学为学生量体裁衣，个性定制合适他们的套餐课程，自主选学。分类选学，把学生在课后托管的学习内容有的放矢地分成不同的类别，提供可供选择的学习模块，利用更加优化的学习方式，引导学生更有效的学习，实现“课后托管”的“私人订制”模式。

7. 新桐初级中学：构建分层、可选、按需、自主的作业布置方式

一是课后微测，精准作业布置。在学科分层的整体基调下，根据课后微测了解学生即时的学习状态，促进学生更为精准的选择作业。二是作业分层，提升巩固实效：根据学生的现状作业布置时对三个不同层次的学生设计三种层次的作业，给这三个层次的学生适宜的作业。三是作业可选，减少重复练习：作业分层为不同层次的学生提供了不同的作业，但在实际的操作过程中，同组的学生间和每天的学习间学生的学习情况都会有所不同，为此利用作业题库，根据知识构成让学生选择适合自己层次的作业。四是按需作业，强化薄弱练习：通过课后微测精准学习的薄弱点，在作业题库中按需要选择相应的知识进行练习，从而把更多的时间花在需要学习的地方，使学习更有效率。五是自主作业，全面提升水平：作业的负担最终源于学生对学习的兴趣，面对学有余力学生，在作业题库中提供相应的练习，在他们完成老师布置的基本作业的条件，供他们自主选择学习。

三、问题与挑战

1. 课后服务的费用保障及教师报酬没有落实到位。萧山区教育局也在积极跟区财政、区发改对接这项工作，希望能够尽快落实，给老师们一个定心丸。

2. 教师疲倦。随着课后服务工作的持续深入，义务阶段学校教师的工作时间延长，工作压力加大，工作精神负担加重，教师没有可以自由支配的时间，教研时间受到挤压，长此以往，非常不利于教师教育教学工作的开展。

3. 农村学校资源相对缺乏。对我区南片的河上、楼塔、浦阳、进化，东片的益农、靖江、党湾等镇街而言，地理位置相对较偏，教师和其他资源普遍缺乏，“X”课程的开设是一个大的问题。

四、对策与建议

（一）落实课后服务的经费保障

完善课后服务经费保障机制，通过财政补贴、服务性收费或代收费等方式筹措经费，建立健全以学校教师为主、校外专业人员或志愿者参与的课后服务师资队伍，完善参与教师和人员补助政策。建议地方财政部门将“双减”专项补贴纳入年度预算，并尽早出台学校服务性收费和代收费具体政策。

（二）加大一线教师的人文关怀

建议出台并实施“弹性上下班”及调休制度，实行弹性上下班要“张弛有度”，避免“弹”得过大，又没有相应的管理“补丁”，引发教师与其他社会群体之间的潜在矛盾。要优化“弹性”细节。实行弹性上下班要体恤教育教学和课后服务“多劳双优”教师的感受，避免出现“能者总劳、弱者少劳、懒者不劳”的不良现象，挫伤优秀教师的积极性。要考虑管理难度。实行弹性上下班，其复杂程度、管理难度非同一般，弄不好还会成为管理“烂账”。要综合考虑各种因素确定弹性尺度，在不过度增加学校管理难度的前提下进行。要科学评估校情、教情。每个学校的发展基础不同，实行教师弹性上下班的效果可能会不一样，甚至大相径庭。因此，要依据学校发展基础，科学评估校情、教情后再决定是否实行，切勿“一刀切”。

（三）关照农村学校的资源需求

建议增加对农村学校的教育资源有效供给。一是师资配备向农村学校适当倾斜。二是学校硬件建设，尤其是专业教室、活动场地等方面进一步加大投入力度。三是通过城乡结对，开展对农村学校的扶持力度。

优化作业 丰富课程 传承文化

——余杭区双减调研报告

杭州市余杭区教育发展研究院

2021年7月24日，中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《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》。双减就是减轻义务教育阶段①学生的校内作业负担；②学生的校外培训负担。

一、调研概况

双减实施100多天来，余杭区教育发展研究院科研部进行了调研，本次走访了2所初中，2所小学，座谈了41位教科室主任，收到学校上交来的典型案例58例，义务段近6000名教师及14000余名家长参与了调查问卷，基本情况如下：

（一）家校沟通：作业管理缺乏思考

主要体现在两方面：一是学科作业管理的不均衡，教研组长或者学科老师对作业相对认识到位那么作业生态就较好，反之亦然；二是学校作业管理缺乏系统性，学校对作业管理只针对某一学科或某一问题开展作业管理，缺乏学校顶层设计到基层实践的整体思考。

（二）作业过量：作业功能认知片面

之前，教师常常把作业当成是附属在课堂教学活动之后的巩固训练，主要起着弥补教学不足、巩固教学效果的作用。因此老师们对作业研究往往只有量的多少、作业的难易程度。学生作业量多，学习压力大，耽误学生必要的休息，出现作业焦虑，不利于学生身心健康。

（三）内容枯燥：作业形式单一割裂

在学校的作业设计中，老师们往往只关注书面作业的设计，而忽视诸如实践、探究作业、项目等多样化作业的类型。作业形式的单一，导致了学生知识、技能培养的碎片化与割裂倾向，为了达成某一知识与技能设计了针对性作业，教学仍然停留在知识技能层面。

二、经验与亮点

双减以来，各学校按照“一校一案”、“一校一品”落实作业管理的主体责任，健全了以校长为第一责任人的作业管理机制，全面重构学校的作业管理制度、重构学校课堂教学结构、重构课后服务管理制度，加强作业的全过程管理，提升作业育人功能，提升学校教育教学质量。主要作法及经验如下：

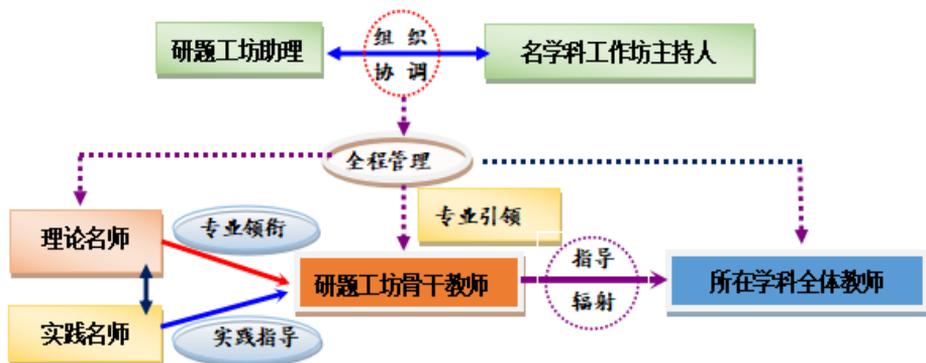
（一）优化作业设计 提高作业质量

各学校加强作业管理闭环，完善了作业管理细则，建立了作业校内公示制度、作业面批面改及时反馈制度，实行作业总量审核监管和质量定期评价制度。通过“作业指数”来调整各学科作业的比例，通过“熔断”机制保证学生充足的睡眠。把作业设计、批改、指导和反馈情况纳入对教师专业素养和教学实绩的综合考核评价。

1. 成立作业研究工作坊

各学校打造名师工作室，成立优秀教师团队，从根本上解决教师教学能力问题。同时，还邀请区级优秀教育专家来校指导，将教师素养提升放在重要位置。通过教师专业素养的提升，来优化作业设计。通过名师工作室、校本培训、教研活动等形式组织教师多形式、多元化、全方位的培训，并通过教师竞赛提升教师素养。

瓶窑一中组织优秀骨干教师分学科主题化开展作业系列研究和培训，形成“研题工坊”，互助协同式学习，职责明确的教师“命题”培训平台，给予学校教师思路指引、方法指导、操作建议。基于“骨干引领、同伴互助、资源共享”的方式，通过丰富多彩的研题活动，促进团队成员的命题素养的提升。



绿城育华翡翠城学校建立“琢玉工程”名师工作室，聘请特级教师专家引领，开学至今共开展活动19次，各教研组开展教学研讨至今89次。结合学校制定的“有效教学五确保”制度，从1VS1成长营、教研组、中层三个层面对备课、上课、作业设计、辅导、评价五个方面进行常态化、过程性管理，使理念落地成为可能。





2. 严格控制作业量

在学校作业管理体系下，可以发现老师对作业的要求不再是片面的要求，而是更关注作业设计的效能，基于这样的认识和制度，各学科校本作业也应运而生。双减政策落地，学生作业时间极大减少，作业减负的治本之策就是提高课堂教学效率。那么教师课堂教与学的方式又一次受到转变，精准、有效作业训练进课堂也是必然趋势。

黄湖小学定时定量，根据减负要求，每门学科只能有一本配套的作业本。回家作业一二年级不布置书面回家作业，三至六年级每天的回家作业控制在 60 分钟。建立回家作业公示制度，各科回家作业公示在教室固定位置，方便任课老师协调。不定时抽查在校完成率，并进行公布在校完成率，对完成率低的班级，了解原因。

“国庆”数学作业		
时间	作业	
10月1日 (周五)	《每日口算》20题	《每日一题》打卡内容：一张印刷难度、关于国庆节，抒发自己爱国情怀，并用语言表达自己的所思、所想家长做好视频。
10月2日 (周六)	《每日口算》20题	一张练习：1.完成《第一单元拔尖测评》2.订订群核对答案并订正，下午5点前发答案。
10月3日 (周日)	《每日口算》20题	把《第一单元拔尖测评》中的错题摘抄下来，再做一次。
10月4日 (周一)	《每日口算》20题	1. 撰写思维导图 2. 完成六道关于速率的易错题(用爱作业App批改)，如果错了，自己再出六道类似的题，再错再出，直到完全掌握。 3. 错题《每日一题》巩固打卡
10月5日 (周二)	《每日口算》20题	“双减”专题视频《每日一题》打卡，题目内容来源于10月4日的《易错题》，辛苦家长做好视频哦！
10月6日 (周三)	《每日口算》20题	一张练习：1.完成《第二单元拔尖测评》2.订订群核对答案并订正，下午5点前发答案。
10月7日 (周四)	《每日口算》20题	把《第二单元拔尖测评》中的错题摘抄下来，再做一次。
祝全国人民国庆节快乐！虽然忙碌日，但我们还是努力学习哦，将来的你会感谢今天努力的自己！		

2021年9月5日 对家长和学生进行《每日一题》调查

<p>《每日一题》调查表（家长版）</p> <p>_____(爸爸 妈妈 爷爷 奶奶 哥哥 姐姐 外公 外婆 其他家人)：_____学生：</p> <p>您好！我是数学霍老师，我们大部分同学已经参加过暑假组织的数学《每日一题》的实践活动，下面有一些与《每日一题》相关的问题，请您如实回答，便于我作进一步的调整和改進。特别感谢您宝贵的宝贵建议！</p> <p>(1) 您的孩子有参加《每日一题》活动吗？</p> <p>①有() ②没有()</p> <p>(2) 您觉得《每日一题》需要继续吗？</p> <p>①需要() ②不需要() 理由：_____</p> <p>(3) 您觉得《每日一题》对您孩子帮助大吗？</p> <p>①非常大() ②一般() ③不大() ④没有感觉()</p> <p>(4) 您参与孩子的《每日一题》的活动吗？</p> <p>①每次都参与() ②偶尔参与() ③不太参与() ④没有参与()</p> <p>不怎参与的家家长请填写原因：_____</p> <p>(5) 您对我们《每日一题》的操作方案，时间等方面有什么建议？</p> <p>(6) 《每日一题》有什么好处？_____</p> <p>(7) 在“双减”活动背景下，您对孩子在学习方面的学习、作业方面有什么建议和意见？</p>	<p>《每日一题》调查表（学生版）</p> <p>您好！我是数学霍老师，我们大部分同学已经参加过暑假组织的数学《每日一题》的实践活动，现在已经成为我们的每日家庭作业。下面有一些与《每日一题》相关的问题，请您如实回答，便于我作进一步的调整和改進，感谢您的参与哦！</p> <p>(1) 您喜欢参加《每日一题》活动吗？</p> <p>①喜欢() ②不喜欢()理由：_____ ③不知道()</p> <p>(2) 您觉得《每日一题》需要继续吗？</p> <p>①需要() ②不需要() 理由：_____</p> <p>(3) 您觉得《每日一题》对您帮助大吗？</p> <p>①非常大() ②一般() ③不大() ④没有感觉()</p> <p>(4) 哪位家长陪您一起进行《每日一题》的活动？</p> <p>①爸爸妈妈() ②爷爷奶奶() ③哥哥姐姐() ④其他() _____</p> <p>(5) 您的家长对您参加《每日一题》的态度如何？</p> <p>①很积极() ②需要提醒() ③不参与() ④不赞同()</p> <p>(6) 您觉得老师在班上(打)给您评价满意吗？</p> <p>①很满意() ②满意() ③一般() ④不满意()</p> <p>如果不怎么满意，您希望老师给您怎么评价？</p> <p>(7) 对于作业，你有什么样的建议？</p>
--	---

瓶窰第二小学实施作业“三熔断”管理机制。三熔断是指校级熔断，班级熔断，家长熔断，以“三熔断”管理机制来保证学生作业控制在要求之内，保证学生充足的休息时间。家长及时做好与班主任沟通工作，做好作业补交任务。

古墩路小学为了让作业效能可视，而引入了作业质量管理支持系统——作业

“AEI 指数”。学校通过构建一套多元的学习效果评价体系。学校相关负责人介绍说，在关注作业诊断结果的同时，他们还会向学生收集作业管理、作业情感、课外活动、体质健康等方面的信息，进行综合数据分析，得出学生的负担指数。“质量”与“负担”两个维度共同评价，帮助教师及时了解作业设计效能情况。

作业效能指数 =

学生作业诊断结果

学生作业负担指数

(AEI指数: Assignment Efficiency Index)

AEI 数值	AEI 级别	AEI类别及表示颜色		对学业负担影响情况	建议采取的措施
≥20	一级	优	绿色	作业负担轻，学生负担低，容易主动设计、作业设计质量高。	可继续目前的教学。
19.9-15.0	二级	良	黄色	作业负担较轻，在某些方面可能对学生负担产生积极影响。	可再下一阶段开始教学，但需再重新设计作业效能。
14.9-10.0	三级	轻度低效	橙色	作业效能一般，学生可能对作业有抵触情绪，学生身心可能出现疲劳反应。	对教学进行反思，优化设计，学习活动设计的效能应开展研究。
9.9-5.0	四级	中度低效	红色	作业效能较低，进一步加剧学生的学业负担，可能对学生的身心产生影响。	需改变目前的教學理念，对作业设计、学习设计开展深入反思。
4.9-0	五级	重度低效	紫色	作业效能低，学生负担较重，对学生的身心产生严重影响。	调整目前的教學理念，对作业设计、学习设计开展全面整改。

古墩路小学作业管理支持系统——AEI 作业效能指数

3. 以学生满意为宗旨

学校在充分调研学情、校情及听取民意的基础上，开设多类型课后服务，如基础班，特色班等，最大限度的满足不同学生个性发展需求，从而保证家长放心，学生舒心。

中泰中学为了摸清各班级各任课教师的作业布置情况，教务处结合“双减”政策，每月开展学生层面的作业调查与统计，单独设计了一份《作业情况反馈调查表》。每月在学生中开展问卷调查，了解各班级各任课老师的作业布置内容、作业量、批改、订正和二次批改情况。学校从宏观上进行调控，监督日常学生作业的布置和批改情况，及时纠正个别做法不到位的教师行为。

作业情况反馈调查表 班级 803

项目	语文	数学	英语	科学	社会	道法
1. 平时布置的作业有哪些	精彩练习 抄写	课业作业本	精彩练习	课业作业本 精彩练习	精彩练习	精彩练习
2. 平时布置的作业一般多少时间能完成	15分钟	12分钟	25分钟	30分钟	15分钟	15分钟
3. 布置的作业老师是否能及时批改	是	是	是	是	是	是
4. 批改后是否及时讲评	是	是	是	是	是	是
5. 是否要求订正	是	是	是	是	是	是
6. 订正后老师是否再次批改	是	是	是	是	是	是

中泰中学 教务处
2021.10

（二）丰富课程内容，提高课堂效率

1. 课后服务让课程增添新时间

一些学校从被动学习到主动学习，积极探索促进核心素养的项目学习作业，将项目化学习这样的长程作业融入学科教学中，让每个学生每个学期每个学科均有机会经历一次项目化学习，以拉动学生的高阶思维，提升学生运用知识的能力与意识。

古墩路小学从书面作业到实践作业，开展劳动教育实践作业，增强学生学以致用的社会性实践能力，从共同基础到差异发展，开设多样的体育、艺术、科技等社团学习活动，增加兴趣导向的实践学习。要科学利用课余时间。开设多样的社团学习活动，增加兴趣导向的实践学习。涉及体育、科技、美术、语言、音乐、思维等六个板块的社团体验学习课程。



2. 课后服务让课程丰富多彩

黄湖小学积极开展艺术教育。除国家课程之外，我校还开展了各项社团活动和艺术活动。我校成立苏绣社团，邀请黄湖苏绣传承人姚秀林女士进校教学。竹编老师莱莱带着竹子和手艺走进我们黄湖小学，他们的作品成了我校师生“争抢”的小艺术品了。



国家“双减”政策的出台，让百丈小学看到了“竹”课程新的希望，因此在开学初就做了相应“三增三促”，课后服务让“竹”课程增加新时间，学校将原拓展性课程时间进行调整，在不影响学生休息的情况下，在原有的40分钟基础上加上了课后服务的时间变成80分钟，让学生有充足的时间参与操作、学习、巩固技能

和展示交流。

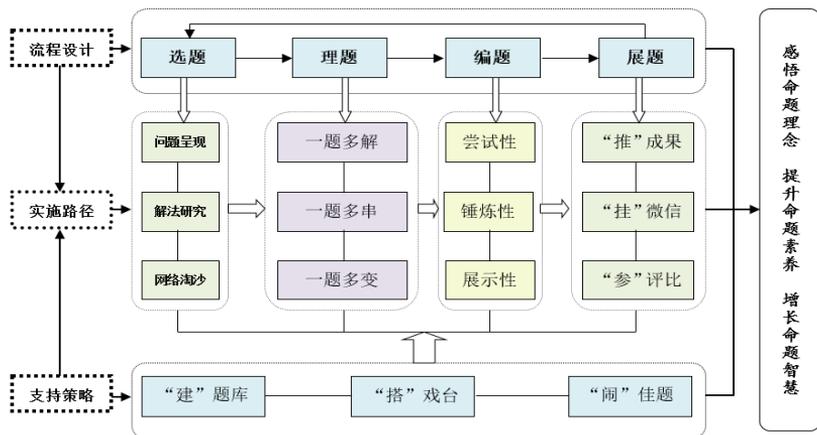


舟枕小学的“1+X”学后服务形式灵活，“1”是指学校提供的晚托服务，教师充分利用好学后服务时间，指导学生认真完成作业，对学习有困难的学生进行作业辅导与答疑。“X”是指学校安排的社团活动，开展丰富多彩的科普、文体、艺术、劳动、阅读、体育活动，满足学生多样化需求。

3. 课后服务让作业研究加强

围绕作业研究，一些学校教科室围绕作业管理这一主题，引导和组织各科备课组、教研组开展“以单导学”为主题的课堂教学研究，将作业单、学习单等引入课堂，探索和优化课堂教学模式和结构，切实减轻学生的学业负担，提升了课堂教学效率，提高教学质量。

瓶窑第一中学的“研题工坊”是教师互助协同式学习，职责明确的教师“命题”培训平台。“研题工坊”的内容是由教师所面临的“命好题”问题决定的，又是在一定的理论指导下进行的，是一种理论与实践紧密结合、切实能帮助教师命题能力提升的培训活动。



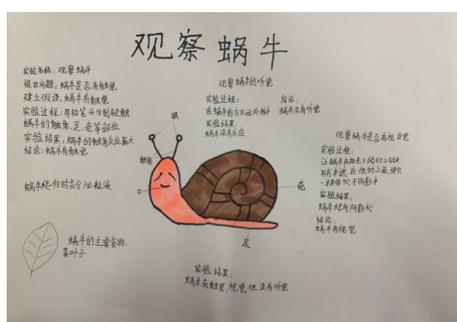
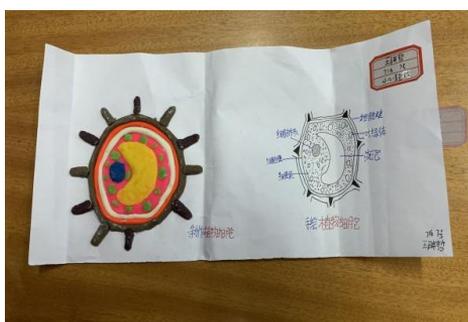
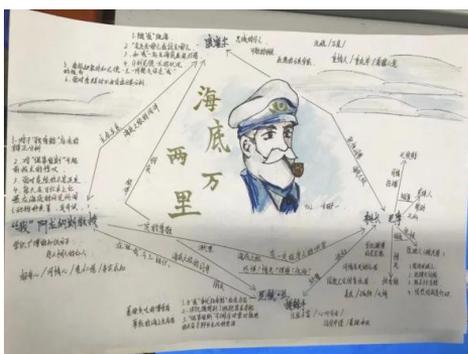
（三）优化作业设计，提高作业质量

作为数字经济发展的新高地，余杭依托大数据、人工智能等现代技术，积极打造“数智余杭”新未来。而“双减”政策实施以来，余杭区教育局也在推进作业改革上，充分念好“数智经”，通过数字赋能，推动作业设计、分层布置、智能批改和精准评价等环节的变革，从而实现教学效果的最大化和学习负担的最小化。

1. 优化设计建题库

只有优秀的作业设计，才能从源头上减轻学生的负担，提升教学实效。为此，余杭区要求各学校加强作业功能研究，强化作业的育人功能；要求教师应根据教学内容和学生实际，积极开发个性化作业、适合学生年龄特点的实践性作业和过程性作业，通过创新作业形式，减轻学生过重的课业负担，增强学习兴趣，体现因材施教的育人规律。

在太炎中学，语文学科以名著导读为突破点，根据文体特点建立了名著导读题库，精心搭建学习支架，系统设置驱动任务，以开展有效的阅读方法指导与专题探究分享。科学组则结合教学内容，开发出了拓展性作业题库，通过观察、设计、制作等驱动性任务，把理论知识与实践操作相结合，从而锻炼学生的观察和动手能力。



闲林中学教师在选题目时精选一些以 STS（科学、技术和社会）为背景资料的题目，使其真切感受到科学的实用性，科学就在我们身边，训练学生的逻辑思维。新课程标准的理念是“从生活走向科学，从科学走向社会”，如七年级学习了“动

植物的分类”后布置的国庆假期作业：制作完成自制植物分类检索表，通过学生的亲身实践，不仅让学生学会分类方法，认识了更多动植物，亲近了大自然。



“我们的作业资源库建设主要来自校本作业、单元作业以及拓展学习资源这三个方面。”良渚第二中学栗志老师说，建立好资源库以后，学生的作业就可以通过学校的大数据精准教学平台进行一对一地个性化布置。不同的学生会接收到不同的拓展学习资源，不会千篇一律地做同一个作业。这样就为学生作业的二次改进留下相关痕迹，也能提高学生的学习效率。



此外，余杭区的一些学校在设计预习作业时，还用上了“微课”视频。教师利用网络平台推送给学生，学生则能在课后按照要求来有目的、有计划地完成预习。当学生预习出现问题时，教师可以随时利用软件为学生及时提供指导，这样的预习能够最大限度地提高学生的学习效率。

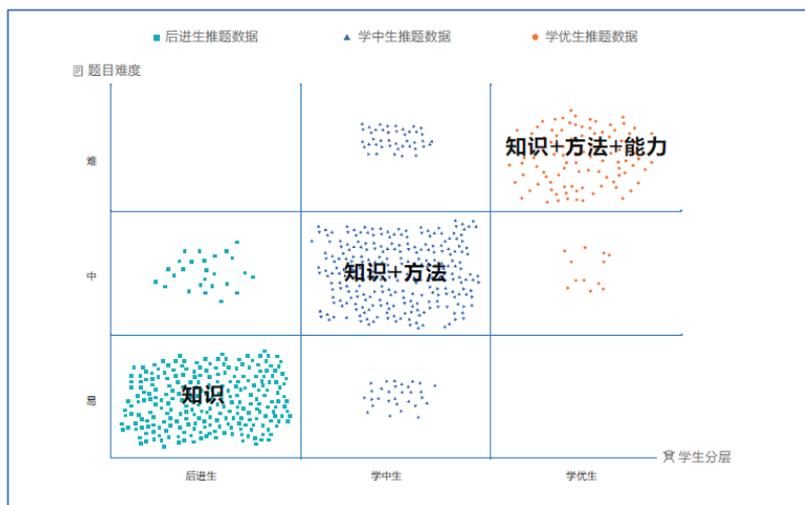
2. 分层布置有依据

以往，作业无法精准照顾到每个学生的实际情况，作业都是教材或教师布置的，

而不是学生自选的。面对不同水平的学生,实施无差异的作业,讲究“齐步走”“一刀切”,往往会导致学生“吃不饱”与“吃不了”现象的发生。这种作业布置的单向性不仅会严重地抑制学生的学习兴趣,还会制约学生的个性化发展。

教师根据分层作业的反馈情况,结合学生的答题情况,进行作业改进。学生可查看作答报告,包括得分情况及用时情况,同时可查看每道题作答结果及解析。余杭区的一些学校还依据学生的错误情况,推送相关的错题,引导学生举一反三精准突破。同时,通过数据平台的积累,帮助学生形成错题集,学生可以根据自己的需求借助错题巩固知识,实现自主学习。

以科大讯飞的智学网大数据分析为依托,良渚第二中学创建了数字化校本作业库。作业库对每个学生的目标达成情况都有统计和跟踪,还录入了一些学生做错的题目。教师根据学生错题、知识点分布、难易程度等,进行智能组卷,分层布置作业。系统会自动删除那些简单的、层次较低的作业,从而减轻了学生的学习负担。



此外,一些学校还将共性化资源转变为个性化资源,根据知识层次、“知识+方法”层次、“知识+方法+能力”层次等的不同,通过App端向学生推送少量的个性化习题或作业套餐,以实现作业在巩固教学效果上的增值。同时,也实现了作业布置的总量控制,避免人为因素的干扰。

3. 智能批改减负担

在仓前中学,学生收到教师推送的作业后,可以通过智能平板完成并提交作业。利用信息技术,教师只要提前输入答案,就可以由作业批改系统进行批改并统计数据。像学生的完成时间、答题速度、答题过程痕迹、错误情况汇总等都能及时地汇总给教师,以便他们根据作业情况进行有针对性地讲解。

过去,学生作业往往由教师人工批改,工作量大不说,而且很难进行及时地精

准反馈。传统作业对质量的评价只是与设定的标准答案作比对，扣字不扣意，非对即错，极大地挫伤了学生的积极性，抹杀了学生的创造性，并造成了学生思维的僵化。学生答题过程中的思维痕迹也很难做到精准的把握。

借助智慧教育平台，大禹小学研发的海量题库可实现快速组卷、精准审批、试卷分析和学习情况分析等功能。只要扫描学生的试卷，马上就可以生成一份测验报告，从而帮助教师更快地了解孩子们对知识点的掌握程度。通过积累批改过的作业和试卷等，还能自动生成一份针对薄弱点的个性化学习提升方案。

年级薄弱知识点分析

常见数量关系:购物与行程 (27.50%)

笔算——两位数乘两位数（进位） (22.50%)

因数中间或末尾有0的乘法 (8.90%)

积的变化规律 (8.40%)

笔算三位数乘两位数 (6.80%)

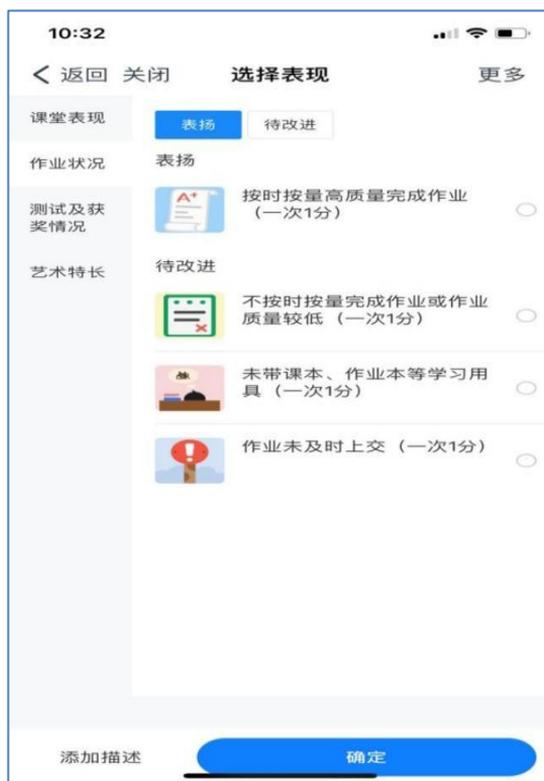
借助数字化赋能，余杭区有的教师还在批改作业时用上了文字、图形、声音以及视频等，将原本单一化的评价符号变得更加形象生动。师生之间还利用智能平板的“响应”功能，进行及时的线上互动。学生用文字、语音、图片等，向老师提问；教师则向学生发送作业的解析答案、优秀作业图片等，方便他们自查自纠。

4. 精准评价提效能

传统的作业评价往往采用打分制，评价方式单一。因为同样的错题，每个学生的错误点不同，以成绩为最终评判，缺乏科学性，也会打击学生的积极性。而且大部分教师的作业评价，只是一些简单的等次，诸如“优”“良”“中”“差”之类。有些作业虽然写了评语，但没有感染力，缺乏人情味，忽视了对学生发展的教育激励功能。

海创小学借助信息化手段，建立了“海创AI课堂”学习与评价系统。这一系统记录了教学的全过程。老师在课堂上是怎样教学的，又是怎样帮助学生在课堂里完成作业的，学生在课堂上是如何回答老师提出的问题的……都会被原原本本地记录下来，作为精准评价教学行为的“证据链”。

英特外国语学校利用评价赋能，实施多元评价，激励引领，本学期在钉钉系统添加了“作业综合评价系统”，及时、全面、客观地反映学生的作业情况。



事实上，在“双减”政策的推动下，余杭区各校充分利用大数据、数字化手段，加强学情监控分析，重视学生过程性学习数据的采集、统计和分析，改变以前主要依靠考试分数的判断方式，向精准评价要效益，以精准教学、高效作业为切入口，推动教育教学的全面改革，从而真正地把教学质量提上去，把学生负担减下来。

（四）传承优秀文化，丰富托管内容

1. 非遗文化推动晚托课程

我区有丰富的文化资源，如良渚玉文化、径山茶文化，百丈竹文化、五常武术文化等，一些学校引导学生积极投身于保护非物质文化遗产的行列中来，继承并发展非物质文化遗产的“匠人”精神，努力探索更多样化的形式，做到孩子们学习有进步、成长有指导、晚走有管护，打造课后服务发展的完整载体链，乐美·乐心，保证服务的空间和质量。

径山镇长乐中心小学在“双减”政策实施以来，为了进一步深化长乐草龙的研究，积极响应“非遗文化进课堂”推广计划，搭建了传承家乡“非遗—草龙”特色的平台，让学生全方位感受家乡的民俗，传承家乡“非遗”文化，努力打造“长乐草龙”非遗传承办学特色。



百丈镇中心小学将竹编、竹刻两门课程进行学生的分层，分别以初、中、高三级分类，低段学生刚进入课程学习后，通过非遗传承人方淼鑫和周有才对该同学制作的初始作品进行打分，合格者可以获得“百小竹刻初级传承人”、“百小竹编初级传承人”称号。



潘板小学为了传承民族传统文化，继承本地非物质文化遗产，我校依托地域优势，创立“茶文化”的德育特色品牌，组建“校百人茶艺队”，学校以传承和保护“茶文化”为重点，以丰富多彩、积极向上的少儿茶艺表演活动为载体，将少儿茶艺融入学校教育和学生生活，通过学生全方位、多角度的参与，进一步推动径山茶

文化薪火传承，传承非遗文化。



五常小学充分挖掘十八般武艺的非遗文化优秀元素，并融入学校艺术教育理念，让非遗与学科教育建设理念融合，根据小学生身心发展的不同阶段及对非遗的接受力与了解力，开发《五常十八般武艺课程》，通过每天课后托管时间，加强对十八般武艺的习得，增强体质的同时，加深对非遗的了解和认知，进一步增强民族自豪感。





2. 场馆共建助推学生个性发展

一些学校最大限度地优化学校教学资源，增强学生课外服务的可选择性，与良博院、中国美院、玉文化产业园开展合作，按照主题突出、功能健全、场地专用、特色明显等原则，开展共建课程。满足学生多样化需求，促进学生全面发展。

黄湖中心小学开展未来乡村特色活动的青山课程，由青山乡村志愿者服务中心运营，位于余杭区黄湖镇青山村，距离黄湖镇中心小学仅六公里路程，学校每个学期展开自然教育培训，比如昆虫课、土壤研究、水资源等一系列有趣的内容，唤醒孩子们对乡土的认知，致力于环境保护、融入自然。



良渚第二小学学校最大限度地优化学校教学资源，增强学生课外服务的可选择性，与良博院、中国美院、玉文化产业园开展合作，按照主题突出、功能健全、场地专用、特色明显等原则，开展共建课程。满足学生多样化需求，促进学生全面发展。

3. 模式创新保持学习兴趣

良渚第一小学在课程设置上将第一时段课后服务课程设置为作业辅导课，让学

生自主完成课后作业,任课老师为学生答疑解惑,1-3 年级学生鼓励不背书包回家,4-6 年级尽量不背书包回家。第二时段为“X”部分的拓展课程,为学生开设了包括人文修养、身心健康、艺术素养、科学探究、实践体验、国际理解等 85 门拓展课程,充分激发学生兴趣爱好,满足他们的课程需求。



沈括小学“1+T”采取模式:周一,学后托管特意统一采用“1+T”模式。“1”为学思活动;“T”为体育运动拓展课程,系全校师生集体在操场开展运动,主要分为跑操、广播操、体适能训练、跳绳练习四个板块,全体师生随着广播音乐和指令一起运动,切实保障国家要求的每天运动一小时的政策实施。

三、问题与挑战

上述的一些做法均来自我区的中小学的调研中,但是在调研的过程中也发现了一线教师的担忧和普遍存在的问题:

(一) 学生负担减下来了,老师的负担超负荷了

双减以来,教师们一直忙着自编作业,课后两个小时的辅导和课程开发,教师需要更细致更深入地揣摩教材,改进教学方法。可在托管制度下,教师的工作量大增,静心研究的时间严重缺乏,导致没有时间分析教材,研究学生,研究学科,导致课堂随意、效率不高。

(二) 课后两小时的课程开发有些力不从心

目前义务段的教师都是科班出身,只是精于自己的学科和专业,教自己的专业得心应手,而让其开发两小时后的其他课程,则显得极其吃力,且不得要领。

(三) 按当前的评价模式,教师担心学生考试成绩会不理想

双减后,学生成绩有波动,上级部门和家长会不会批评或投诉。还有具体落实到班级和任课老师,不同的班级和任课老师的执行力度是不一样的,也会造成学生成绩的更大差距,这样是不是影响双减工作的开展!

四、对策与建议

针对以上的问题与挑战,我们提出了以下建议:

建议一:增加学校教师编制;特招一批文艺技能科教师;从社会、离退休干部、

在校大学生中招聘一批延时服务义工；对于学校的品牌拓展课程，还可以充分利用好家长和社会资源，让专业优秀的外聘老师来上课。

建议二：教研机构要组织教师开展社团课程开设、作业创意与设计、学业与职业规划基本功培训。学校可采取学校补贴、全额出资，让教师利用寒暑假参加社会上的艺术培训班，也可以大学生顶岗实习，让教师带薪到艺术院校进修，进而解决社团课程师资不足、延时服务从有到优的问题。

建议三：教研及考试院研究核心素养导向下考试形式，发挥考试指挥棒导向作用，考出文化、价值观，考出素养。正确、辩证对待考试，研究出有理念引领、技术支撑、有信度、切实可行的一二年级期末非纸质考试形式；小学高段及初中建立熟题库，在命题立意、情景、设问上做文章，要“反套路”“反刷题”“反死记硬背”，让真搞课改、真实施“双减”的学校、教师考的更好！

“双减”是一项长期、复杂、系统的工程。“双减”仍在求索路上，“双减”只有进行时。学校“双减”实施由应然变为实然，由局部、偶然变为整体、必然。我区将继续探索并实施“精简”作业，提高课堂效率，丰富托管内容，努力让学生更轻松地完成作业，更愉悦地掌握知识，提高综合素养。

立足实际 育人为本 扎实推进

——临平区“双减”工作调研情况汇报

一、调研概况

临平区义务教育阶段学校全力贯彻教育部、省市有关“双减”工作精神，立足学校教育，积极探索、落实与创新“双减”工作方法，着力减轻学生过重课业负担，全面提升教育教学质量。为了更好地总结提炼“双减”工作优秀经验，推进区域“双减”工作持续、优化、深入开展，从11月19日至12月10日基教科、教育发展研究学院组队开展了全区“双减”工作的调研。

调研的对象是临平区义务教育阶段的学校、教师、学生及家长。期间走访了临平一中、塘栖二中、临平区实验小学等学校，听取了学校“双减”工作的特色介绍、存在问题及建议对策，并对一些亮点工作进行了视频记录。召开了一次部分副校长、教务主任、教科室主任座谈会，听取了学校“双减”工作的特色介绍、存在问题及建议对策，并邀请华东师大李政涛教授参与调研，并进行了有针对性的指导。采用问卷星开展了义务段教师、学生、家长对“双减”工作满意度的调查。面向临平区义务教育段学校展开典型案例征集工作，共收到典型案例28个。

二、经验与亮点

（一）行政层面率先在“双减”落实上实现“五个首创”

1. 首创校外培训机构课程认定办法，有效化解大批语言、素质类机构非正常关停风险。调研中了解到临平区原有学科类培训机构147家。现已压减义务段营利性学科类机构66家，压减率100%。完成市场监管部门变更、注销63家，办结率95.5%。完成民政部门修订章程后继续从事学科类培训50家，转型、注销非学科类25家。

2. 首创线上视频督查系统，实现线上线下双管控，得到丁狄刚副市长批示肯定。76家培训机构视频监控接入镇街和教育局视频监控平台，实现线上线下双管控全覆盖。8个镇街检查组和4个专班督查组累计检查培训机构4120家次，查处涉嫌违规机构93家次。

3. 首创区县级教培人才招聘会，召开教培行业人才转岗转业专场云聘会，力促教培人员再就业。例如举办了区教培行业人才转岗转业专场云聘会，50家学校、企业推出岗位780余个，报名人员1200余人。同时，通过选聘部分优秀教培人员从事课后管理、非学科培训，开放事业编制教师、编外教师招聘通道等举措，帮助其转岗分流。

4. 首创校外培训机构场地转租服务平台，委托贝壳找房科技有限公司研发并推

出“临培转”服务平台，帮助机构减负担。例如对157家中高风险和语言类培训机构进行“一对一”约谈，指导过渡方案，主动协调纠纷，实现80余家机构平稳过渡。预判易贝乐英语等机构非正常关停风险，提前介入牵线接盘机构，避免家长损失。

5. 首创“1+X+T”课后服务模式，引入优质社会资源，充分发挥本土文化及非遗文化资源优势。全面引入了劳动教育课程，充分利用课后服务时间组织引导学生开展学农种植、工艺制作、公益服务等多样态劳动实践，“一校一策”开发了劳动教育课程体系，打造劳动教育特色品牌。依托“标准校实验室+中心校实验室+基地实验室”三级体系，以皇国山人工智能教育基地为核心载体，提升课后服务品质，打造“AI人工智能教育”临平样板。

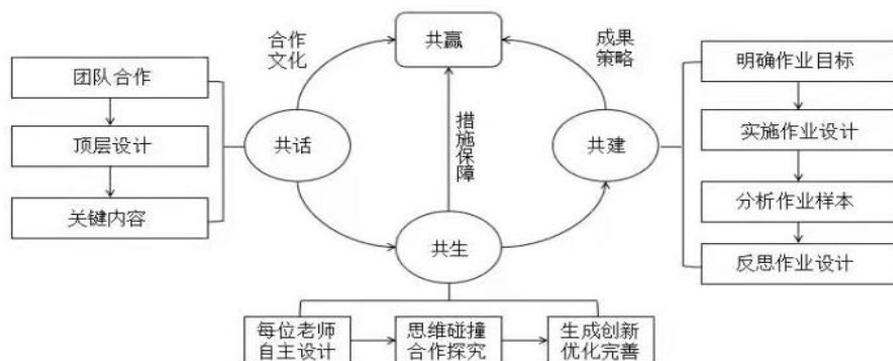
人民日报、光明日报、浙江新闻客户端、学习强国等多家主流媒体对临平区“双减”工作宣传报道28篇。临平教育发布微信公众号开设《“画”说“双减”》专栏6期，教育之江、杭州教育发布全文转载。

（二）教育研究部门多措并举，提高质量，确保“双减”落实有深度

1. 作业提质控量有新举措。针对中小学生学习负担普遍过重，全面加强作业管理和课后服务全覆盖，加强了与华师大基教研究所合作，评选了14所区级优秀作业改革先进学校，例如信达外国语学校“A4”校本作业改革经验。全区现有62428名小学生和22891名初中生参加课后服务，占比达91.7%，基本实现“作业不出校书包不回家”。

案例：“三共”机制：以作业改革为专题教研的共赢机制

临平三中语文教研组将教研重心下沉至语文备课组。各备课组以“共话——共生——共建”为教研文化，以“作业改革”为教研专题，积极发挥“共赢教研机制”的作用，深入推进作业改革研究。



2. 教学提质增效有新思路。通过国家“双减”工作监测平台，监督落实全区

47 所中小学“双减”和五项管理要求，达标率 100%。经过 5 轮区级集体备课专题研讨活动，各校制定了集体备课制度“一校一案”，强化教学研究，加强学科建设，打造高效课堂，让学生在校园内学足学好。例如临平一中的七年级数学集备活动形成区级示范。

临平区积极进行集体备课建设项目。从组织管理上做到了“五定”，即定主题、定时间、定地点、定主备、定领导参与者。从操作实施上做到了“三要”，即要加强课程标准的深入学习、要细化集备操作的基本流程、要促进学科组成员的深度参与。从成果输出上做到了“物化”，形成高质量的教案集、学案集等学科资源库。从质量监督上要做到“跟踪”听课，检查备课与上课内容的一致性。

临平区根据学科调研的情况，结合“飞行调研”“送教入校”工作，落实精准指导。送教入校工作，每年 2 次、每次 2 周。各学科教研员要深入了解学校的课后服务课程情况，帮助学校改善课后服务的课程体系，协助开发课后服务的学科课程。积极参与集体备课活动，帮助学校教师解读课程标准、教材与学生，协助教研组完善集体备课的运行机制。参与 A4 校本作业的开发过程，帮助学校教师提升作业的甄别力与设计力。

3. 课程提质促优有新抓手。加强学科建设，区域层面开始培育每年 100 个“学科建设精品项目”，建设 30 个“学科建设基地”。全面开齐开足开好综合实践、体育、艺术、劳动技术等课程，修订中小学生体育、艺术素养监测实施方案，召开劳动教育专家诊断指导会，开展多样态新时代劳动教育。如育才实验小学“七彩伢儿”新劳育、乾元小学“耕读”文化劳育活动等形成劳动教育新典范。

案例：星桥二小低年级“菜单式”体育课外课程

必修项		
序号	项目	运动要求及益处
1	每日完成跳绳单摇 300 个（2 组）	准备一根长度适合的跳绳，锻炼心肺功能，记忆力、强心运动，锻炼身体协调性。
2	每日完成仰卧起坐 30*2 组	仰卧于垫上，双腿稍分开，屈膝呈 90 度角左右，两手贴于头部两侧，家长帮助压住其踝关节，以固定下肢。要求坐起时两肘触及或超过双膝为完成一次，下去时两肩着垫。发展躯干肌肉力量。
3	每日完成广播操练习 2 组	跟着音乐，可以独自练习也可以与爸爸妈妈一起完广播操练习。锻炼身体协调性，对心肺功能和耐力水平都有很大促进作用。

4	每日完成立卧撑 10*3 组	先做一个俯卧撑，然后收腿，起跳，向上击掌一次，完成一次立卧撑。单纯的俯卧撑只能锻炼到手臂、肩、背的力量。而立卧撑在收腿时，还要靠腹部、腿部肌肉收缩，因此立卧撑是锻炼全身肌肉的运动。
5	每日完成平板支撑 30 秒*2 组	平板支撑是一种类似于俯卧撑的肌肉训练法，在练习时主要呈俯卧姿势，肘关节弯曲前臂紧贴地面，双脚踩地，保持头部、肩部、背部、跨步、踝部在同一平面。收紧腹部和臀部，平板支撑可以有效锻炼腹横肌。
6	坐位体前屈 2 组	坐于垫上，两脚向前伸直；两足跟并拢，手向前伸，手掌超过脚尖。
选修项		
序号	项目	运动要求及益处
1	10—15 分钟耐力跑 (亲子跑)	穿好运动鞋、运动服。跑步前需做好准备活动，跑后拉伸放松，与家长一起完成 10——15 分钟耐力跑。锻炼心肺功能与耐力、意志力。
2	各种姿势运球 200*5 组	准备篮球一个，一块篮球场地或空地，完成各种姿势运球。各种姿势运球可以锻炼手臂力量、上下肢协调能力，以及专注力。
3	足球传接球	准备足球一个，一块空旷的场地或草地，与爸爸或妈妈共同进行 2 人（3 人）传球练习。锻炼腿部力量、注意力与心肺功能。

（三）优化服务，彰显特色，学校在“双减”落实有广度

1. **做深做实 X 课程。**用课后服务的“加法”换学生负担的“减法”，化解“三点半”问题。调研中发现各校通过开展丰富多彩的科普、文体、艺术、劳动、阅读等多样化课后服务，让需要补短板的学生和学有余力的学生都能在校内“增值”，吸引众多学生由培训辅导转向学校学习。小学课后服务综合采取“1+X+T”模式，“1”即基础性服务，“X”即收费拓展性课程，“T”即特色拓展性课程。其中 X 课程共 2064 门，校内老师开发占比 86.4%。

2. **各校内培外引有举措。**在校内教师开发拓展课程的基础上，进一步拓宽了课后服务渠道，如提供杭州市公共资源参与课后服务课程资源白名单，充分发挥本土文化及 54 项非遗文化资源优势，引入中国棋院、新华书店、青少年宫、博物馆、皇国山人工智能基地、区书法协会等社会机构，社会力量参与课后服务人员 267 人，开设拓展类课程 280 余门。如小林小学依托超山“梅”文化打造梅花小导游课程、

SUN 研究性课程；星桥二小等学校打造“非遗黄口说”、扎染、花篮舞等精品课程；塘栖三小“水宝教我学 AI”等精品课程。

3. 关心关爱师生。问卷中教师对“双减”满意度高。座谈中老师们谈到学校统一安排下午点心时段，给参加课后服务的孩子及时补充能量。对有特殊需要的学生，学校均提供延时托管服务。根据疫情防控要求，各校实行错时放学，全力保障校园学生出行安全。临平区全覆盖发放学生安全提醒“反光贴”，“点亮”十万学生回家路，获《人民日报》及各大媒体点赞。各校探索教师弹性上下班制，保障教师必要的休息时间，开设晚托服务后老师们分 4 点和 6 点两批下班，减轻教师课后服务工作负担。

案例：信达学校：布袋设计删繁就简：从概括中提取元素

布艺袋设计与绘画有异曲同工之处，要对画面的整体性进行设计和把握。因此就需要从整体上入手，通过概括、提取元素之间的比例关系、对比关系，使布艺文化袋体现出整体美、和谐美。



图 删繁就简策略示意图

三、问题与挑战

(一) 减负工作对学校的作业管理机制提出了新挑战

作为义务段的学生，他们的学习意志还比较薄弱，作业的完成过程，需要学生把心理资源集中并指向于任务，意志承担着监控的职能，确保学生不受外界的干扰，直至问题解决。对那些认知水平不高、学习情感消极的同学来说，学习意志往往是薄弱的，在家作业时不能持久地集中精力投入到作业完成之中，有时会玩手机，影响作业的完成。这些都对作业的设计、评价、反馈和家长及家校合作提出了新的要求，需要学校探索适应本校学生实际的作业管理机制。

作为教师，如何根据不同学段、学科特点和课程标准，针对学生实际需要和完成能力，自主科学设计、布置作业。如何围绕学科核心素养着力开发“A4”校本作业。如何在控制作业量的基础上发展学生学科关键能力。如何根据学生实际布置弹性作业、个性化作业等分层作业。如何积极开发、布置项目学习作业和体育锻炼、艺术欣赏、科学探究、社会与劳动实践等不同类型的作业，都需要学校探索适应本校教师实际的作业管理机制。

（二）减负工作对教师的专业素养水平提出了新挑战

调研中欣喜地看到学校教师都认识到开展丰富多彩的课后服务，是进一步增强教育服务能力、帮助家长缓解接送孩子困难的民生工程，是减轻学生过重作业负担和校外培训负担的重要举措，也认识到开展丰富多彩的课后服务是主动占领教育阵地、促进学生健康成长、全面实现“五育并举”的重要途径。在实际操作中学校对如何不断丰富课后服务内容，拓展课后服务形式，如何提高课后服务质量，并在此基础上全面提升学校育人水平，需要提升相关的专业素养水平。

素养提升课程如何提升学生学科核心素养。体育、音乐、美术、表演艺术等课程如何培养学生的体艺特长，养成良好的锻炼习惯、积极的生活态度和高雅的审美情趣。实践活动课程如何增强学生社会责任感、探究精神和实践能力，如何引导学生体验生活、探究自然、了解社会，培养学生动手实践、服务社会、团结协作等综合应用的能力。智能科技课程如何培养学生乐于创新、勇于实践的能力。这些都对教师的专业素养水平提出了新挑战。

（三）减负工作对区域的学科建设要求提出了新挑战

调研中学校、老师都深刻地认识到减负的目的是育人，关键在课堂教学。学校如何根据学生对课程的需求，开设好各类课程，扩大课程供给能力，鼓励教师的开课积极性。如何充分挖掘当地课程资源，内培外引，开足拓展性服务课程。如何根据自身办学特色，充分考虑“五育并举”育人导向和自身办学特色，彰显学校个性。这些都对区域的学科建设提出了新挑战。

如何凸显作业设计在备课过程中的重要地位，加强对作业的目标、知识、技能等方面的研究。如何设计内容丰富、形式多样的分层作业、开放作业，提升学生解决问题的能力。如何通过对学生作业的诊断，提高课堂教学的针对性和有效性。如何通过布置科学、合理、有效的作业，实现对学生学习情况的动态诊断，帮助教师检测课堂教学效果，精准分析学情，改进教学方法，有效推动课堂教学提质增效。这些都对区域的学科建设提出了新挑战。

四、对策与建议

（一）建议实施校内作业公示制度，学校要以适当方式向学生、家长公示学生作业的数量及质量检查结果等信息，接受家长对作业布置情况的监督。强化集体备课制度，健全教师作业设计实施能力研修制度。切实提升教师作业设计实施水平，将作业设计与实施、批改与反馈作为校本教研的重点内容。构建家校协同制度。办好家长学校，加强对学生时间管理、作业习惯养成等方面的育人指导，引导家长履行好家庭教育责任，帮助学生养成良好的作业习惯。

（二）建议学校要多途径多举措培养本校教师的专业特长和兴趣爱好，统筹图书馆、实验室、专用教室、活动场地等校内场地设施，充分利用家长、退休教师、志愿者、网络优质课程、社区和社会等校外教育资源，借助青少年活动中心、劳技实践基地、综合实践活动基地、博物馆、展览馆、大剧院等校外教育场所，开发开设拓展性课程。教育发展研究院做好专业引领，开展课程建设与实施能力专项培训，提高教师的课程开发开设能力。完善学校管理制度，最大限度地调动教师参与课程建设的积极性、主动性和创造性。

（三）建议聚焦学科建设行动的关键环节，设立“1+N”的标准体系。“1”是指学科建设基地的总体性标准；“N”指的是各个学科建设优秀项目的细则性标准。在标准设置中，通过考评要素、权重赋分等调节不同学段的学科建设行动侧重点。学校要根据自身发展的总体需求，在对标自查的基础上，综合评估学校的优势学科与劣势学科，理清具体学科中的优势项目与薄弱项目，发挥教师团队力量，扬长补短。

富阳区“双减”工作的经验、问题及对策

富阳区教育发展研究中心

“双减”工作是事关义务教育高质量发展的基础工程，也是关系广大中小学生和家長切身利益的民心工程。我区义务教育阶段学校全力贯彻教育部、省市有关“双减”工作精神，立足学校教育，积极探索、落实与创新“双减”工作方法，着力减轻学生过重课业负担，全面提升教育教学质量。为迎接杭州市“双减”工作的调研，更好地总结提炼我区“双减”工作优秀经验，发现并推广我区学校“双减”工作的新典型、新工作与新变化，推进我区“双减”工作持续、优化、深入开展，2021年11月19日至29日，富阳区教育发展研究中心对我区义务教育段学校的“双减”工作进行了调研，以期通过深入的调研，更好地挖掘典型案例、总结优秀经验、提炼特色做法，发现“双减”工作开展过程中遇到的一些问题，进而为“双减”工作的可持续发展提供建议。

一、调研概况

根据杭州市教科院《关于开展我市“双减”工作调研的通知》精神，本次调研内容主要包括四个方面：一是学校“双减”工作概况；二是学校“双减”工作的典型做法；三是学校“双减”的难点问题；四是学校解决问题的建议对策。调研采取走访学校、集中座谈、问卷调查、书面访谈的方法。调研组实地走访了富春四小、富春七小、万市镇小、富春中学四所学校，听取四所学校的校长、教学副校长和教科室主任关于学校“双减”工作经验介绍，了解了学校“双减”工作推进过程中的问题困境与需要的支持对策。召开了六所初中学校教科室主任集中座谈会和十六所小学教学副校长集中座谈会，围绕“双减”工作亮点、存在问题和建议对策三方面展开深入座谈，挖掘典型、梳理问题、寻求对策。同时，本次调研对教师和家长开展了问卷调查，共收到教师回卷2822份，家长回卷22469份。对书面访谈学校提供的材料进行了分析和归类，并抽取部分学校进行电话回访，以进一步明确材料中提及的问题，从而确保调研材料的客观性。调研组还接收到学校及教师“双减”工作推进过程中的典型案例41个。

二、经验与亮点

富阳区教育局早在2018年9月就开始开展城区公办小学实施放学后托管服务试点工作；2019年春季，在全区公办小学开展放学后托管服务。2021年7月，“双减”政策实施后，学后托管工作在全区义务段学校展开，各校积极探索、落实“双减”、强化校内提质，形成了具有学校特质的典型做法。

（一）意识到位，政策落地及时

人的思想决定人的行为。正确的政策制订之后，执行和落实是关键，而意识决定政策能否执行和落实以及执行和落实到何种程度的关键因素。

1. 文件为纲，执行为上

富阳区教育局坚决贯彻落实有关“双减”工作的文件精神，以《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》为准绳，按照杭州市教育局的有关文件要求，发布《杭州市教育局关于落实“双减”政策进一步减轻义务教育学校学生作业负担的意见》。联动富阳区发改局、杭州市公安局富阳分局、富阳区民政局、富阳区财政局、富阳区人社局、富阳区总工会、共青团杭州市富阳区委员会、富阳区妇女联合会发布《杭州市富阳区教育局等九部门关于进一步做好义务教育阶段学校课后服务工作的通知》。区教育局对小学学后托管和初中学后托管提出了不同的服务模式。小学学后托管服务工作提出“以数字化改革为契机，让家长安心托管”的工作思路，全区小学实行“基础性+拓展性”服务的“1+X”课后服务模式。有条件的小学探索“完成作业+社团活动+延时看护”的“1+X+1”学后服务模式，实行“三档时间、按需定制”的托管服务。寄宿制初中学校周日起的教学日晚上基于学校自主、学生自愿的前提可开设自习班，满足学生自学指导、学业答疑的需求。区教育局提出强化学校教育主阵地作用，要求学校以切实减轻学校课业负担为突破口，提升课堂教育教学质量，深入探索减负提质增效的办学路径和策略，逐步完善“双减”工作的运行机制，推进学校内涵发展。

2. 多维联动，同向发力

富阳区义务教育段学校积极行动，认真落实“双减”工作要求，有效践行“课后服务工作”，严格落实五项管理。学校利用行政会、全体教师会、德育研讨会、教学研讨会等途径对教师做全面宣传，学习“双减”工作意见精神，提出减负不减质，课堂做“加法”，课后做“减法”的要求；通过开学典礼、国旗下讲话、主题班会等途径对学生做教育引导，遵守五项规定，认真上课，认真参加课后“1+X”活动，争做一个全面发展的好学生；通过家长会、告家长书、微信公众号、钉钉群等网络平台对家长做深入宣传，得到家长的理解和支持，要求家长减负不减“陪伴”不减“督促”。

（二）数字化支持，搭建托管管理平台

富阳区一批学校自主研发学后托管信息化管理系统，搭建数字化管理平台，提高学后托管服务的科学性和合理性，真正满足学生的个性化发展需求。

基于数据，开发拓展课程。学校利用信息化手段围绕学后托管开发信息管理系统，开展家长意愿和孩子需求的问卷调查，分析孩子的个性化需求。面向教师开展

基于自身兴趣特长的课程开发意向征求书。学校基于孩子的个性需求和教师的课程开发力，开发系列的“X”拓展课程。

基于数据，优化选课方式。借助数字科技对课后“X”课程的选课及托管工作进行有序推送和管理，提高办事效率。尤其是拓展性课程家长抢课环节，为保证公正公平，学校启用“轻松选课”功能，指向性地开启有权限选课的家长名单，确定报名时间段后家长根据孩子意愿进行在线“抢课”，运用抢课系统编排班级、发送通知等，提高了选课、编班、信息发布的效率。

基于数据，完善过程管理。管理平台对学生参加课程的签到和满意度进行数据分析，在学生参加课程一段时间后，信息系统在后台会生成拓展性课程出勤率和满意度的数据分析，以使学校及时了解学生对所选课程的参与度和满意度。根据多项数据的汇总分析对拓展性课程进行适度调整，达到不断优化的效果。

（三）基础性托管，联动统筹分层推进

学校在作业布置上兼顾基础题、巩固题、拓展题，做到量与效的结合，同时结合学生现有的认知能力和学情实际分层、分类、分组布置作业，既面向全体，又对不同程度学生有不同要求，以满足不同学生的需求。同时为了更好地统筹作业，学校设计班级作业总量统筹登记表和每日作业情况巡查表。班级作业总量统筹表包括“每门作业时长”“作业总时长”“分层作业情况”、“作业完成情况”，由托管的老师负责登记。每日作业情况巡查表包括“公示作业是否和实际作业一致”“总时长是否超过60分钟”“学科作业布置是否体现分层”“一二年级是否无书面作业”“3-6年级是都能在校基本完成作业”“是否存在上新课或集体补课情况”。动态关注每班的作业量和作业时长。

借助“班级优化大师”，通过“准备—计时—统计—反馈”“四个环节，培养学生在规定时间内有效完成作业的时间管理能力。准备：托管开始前让孩子根据作业公示作业准备好所需用品。计时：利用“班级优化大师”的倒计时功能计时。统计：利用班级优化大师的评价和统计功能，任课教师和家长可以通过手机端及时了解完成情况。反馈：对不能在规定时间内完成作业的同学及时了解情况，反馈给任课教师，及时微调作业。这些都成了我们的常规动作。

（四）拓展性课程，特色开发有序实施

为落实好《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》的相关要求，进一步提高学校教育服务水平，促进学生的全面发展和健康成长，富阳区义务段学校着力探索“X”课程的开发与实施，让学生在校园内开启兴趣特长的成长之旅。

1. 套餐·选餐·走班：X课程的探索与实践

富阳区富春第四小学为满足学生的多样化需求,为孩子的童年留一份美好回忆,以“选择性”“个性化”作为素质拓展课程建设的基本指导思想,通过立足校内师资、借用校外师资、挖掘家长资源,探索五天不重样的**套餐式**拓展性课程,为孩子的多样化发展提供了选择。学校根据学生拓展性课程自主预报名情况,开辟钉钉选课平台,设置38人为每个课程套餐的上限人数,**套餐式**推送课程套餐,确保学生选出自己心仪的课程套餐。学校以套餐为基础,根据课程性质和现有条件,合理安排上课场地。第一类课程,大空间活动,如足球、轮滑、田径等课程均在操场;第二类对场地有特殊要求,安排在各个功能教室,如乐高、舞蹈、虚拟机器人编程等;第三类对场地没有严格要求的课程在教室上课。课程的**走班制**实施让不同班级学生组合在一起,不仅可以充分满足学生个性化需求,还可以增强学生的互助合作,促进社会情感能力的发展。在实施过程中,学校教师、外聘教师、家长资源协同发挥作用,保障实施质量,合力打造X课程“快乐之旅”。

2. “1+2X+3C=4H”:“教育共富”路上的乡村教育

富阳区万市镇中心小学和南新小学结成教育发展共同体,深入贯彻落实“双减”政策要求,以学生发展为本,以课程创新为契机,开设学后托管服务项目,精心设计活动课程,实现有学后服务需求的学生全覆盖。学校设置拓展性课程以课程标准为指导纲领,关注核心素养,坚持科学性和基础性相统一,精准体现学科特点。学校开设“1+2X+3C”序列化模式,“1”——基础性托管(分层分组、作业团队、组内互助、教师辅导等);“2X”——拓展性活动(校内拓展性活动、居家拓展性活动);“3C”——多维化课堂(学校课堂、家庭课堂、社会课堂),致力于打造“4H”培养目标:身心健康(health)、兴趣爱好(hobby)、习惯培养(habit)、眼界见识(horizon)。学校共开设18个基础班,12个兴趣班,3个特长班,在很大层面上满足了家长的需求,也给学生提供了很好的发展平台。

3. “七彩3+4”:学生居家活动的设计与实施

富阳区胥口镇中心小学通过减轻过重课业负担,让学生回归愉快童年居家生活。学生没有了书面回家作业,在家有了更多的时间留白。如何更好地利用好家庭教育的阵地,提升学生素养,学校以“**七彩3+4,快乐过童年**”学生居家活动为家校沟通的连接点,引导孩子开展形式多样、内容丰富的居家活动,给孩子一个健康快乐的童年。“七彩3+4”中的“3”指**体育锻炼、家务劳动、经典阅读**,这三项为学生居家活动的基本项目,要求学生每天坚持完成;“4”指**素养练习、亲子活动、道德体验、社会(创新)实践**,这四项为自选项目,学生每天可选择其中一项尝试完成。为了更好地开展对学生居家活动的指引,让学生居家活动更富有成效,学校编制**七彩活动**记录本,要求学生每天对活动完成情况进行记录,并对自我表现以星级形式进行评价,让活动过程留痕,方便家长参与评价与管理,也可以让学生感受到参与

的乐趣。同时为了更好地体现评价激励导向功能，学校结合“七彩3+4”居家活动内容，制定“七彩锻炼之星”、“七彩劳动之星”、“七彩阅读之星”、“七彩才艺之星”、“七彩孝善之星”、“七彩创新之星”、“七彩亲子之星”等评选细则，开展对学生居家活动量化激励评价。

（五）强化作业管理，控量、提质融合推进

《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》明确提出要全面压减作业总量和时长。为真正落实“双减”精神，富阳区义务段学校积极行动，采取了一系列措施，以实现作业管理的规范、作业总量的减少、作业质量的提升，真正实现减负提质的目的。

1. 加强作业督查

学校出台作业管理正面负面两张清单，每天作业通过备课组、年级组审核并公示，任课教师在教室作业公示栏登记学科作业内容及完成时间，学科之间相互关照，各科老师每天下班前学校钉钉群“作业公示”文件夹中的登记当日作业，接受学校老师和领导的查阅。学校管理层通过定期检查、推门听课随查、学生座谈、问卷调查、作业互晒等形式对教师执行作业管理制度情况进行检查反馈，并将评价结果记入绩效考核。

2. 控制作业总量

全区义务段学校统筹安排各科书面作业，做好总量控制，小学一、二年级不布置家庭书面作业，三至六年级书面作业平均完成时间不超过60分钟，初中书面作业平均完成时间不超过90分钟。作业时间统一按学科顺序写在黑板右侧，自觉接受监督，不得私自布置额外书面作业。要求做到一是内容上保障“精品限量”——做完可以自主，不得随意加量；二是形式上保障“答疑”而非“上新课”“集体补课”；三是对于“应学未尽学”学生允许带少量作业回家，学生数控制在10%以内。

3. 加强作业研究

“提质减负”的关键在于课堂教学的质量和作业设计质量的提升，通过作业的“提质”实现学业的“减负”。学校以教研活动、集体备课、主题培训为载体，加强作业设计的研究，不断优化提升作业的质量。各学科教师根据学科特点，对不同阶段课型（如新授课、巩固课、单元复习课等）的作业设计、作业时间、作业评价等方面进行了深入研讨，并在研讨中逐步优化，引领教师从“教学评”一致的角度设计作业，提升课堂作业的质量和效率。

三、问题与挑战

学校在探索、优化学后托管服务、作业减负提质、拓展性课程的开发与实施的同时，也遇到了困境与挑战。

（一）“双减”工作的社会协同缺位

“双减”工作是一项复杂而艰巨的系统工程，学校、家庭、社会需要协同、统筹、共推，形成推动“双减”工作真正落地的强大合力。

1. 社会联动机制尚未建立

“落实教育优先发展战略、促进教育公平、提高教育质量，需要教育督导发挥更重要的保驾护航作用。”政府教育督导需要系统部署、联动协调、责任到位，形成教育督导机构为主、多部门齐抓共管的工作格局。但是在调研过程中，调研组发现：完整意义上的督导仅仅成为“督教”或“督校”，“双减”工作的督导成为教育部门内部的督导行为，其他部门协调配合、齐抓共管、联动共进的工作机制尚未建立，推动“双减”工作有效落实的社会合力尚未形成。

2. 托管服务引起新的安全问题

《意见》规定小学托管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，可以提供延时托管服务，切实解决好家长接学生的困难问题。但是学校反映，随着天气变冷，天黑时间提早，学生在校时间延长，从安全和健康的角度来说，都不太合理。农村小学学生的上下学有校车接送，托管服务开始后，学生回家的时间步调不一致，校车二次服务又不现实。原有的接送模式体系被打破，托管带来的校车接送批次增加，费用增加，这是仅靠教育部门和学校无法解决的问题。再者，校车的接送有固定的上下车站点，很多学生从站点到家还有一段步行的距离，这段距离成为安全管理的“盲区”，托管之后天黑步行给学生带来新的安全隐患。

3. 课后服务硬件和师资受限

在走访和座谈中学校都有提到课后服务场地不足，功能化教室缺乏，教学仪器设备缺位等问题。学生有发展个性特长的需求，学校有开发满足学生个性发展的活动项目或课程的设想，但是学校硬件设施的现状无法满足学校和教师的美好设想和学生的个性需求。

学校在开展“X”课程中，引进了一定的校外培训机构课程和师资，以补充校内的课程资源，但是校外培训教师没有经历过专业的教育教学培训，在管理学生的责任心与教育管理能力和水平方面存在差距，学校在课程实施过程中不得不配备一名在职教师进行协助管理，给学校托管师资造成了更大的压力。

4. 教师的托管服务经费缺位

在走访调研中学校反映，教师参加课后托管服务上班时长增加，教学压力增大，工作负荷加重。课后托管服务之前，教师4点半后的时间经常用于备课、批改作业或教学研讨，课后托管实施后，教师原来的教育教学工作没有减轻，原有的工作任务不得不推迟到托管工作结束后进行。初中学校还延用了教师晚上的时间。但是教

师的额外劳动并没有得到适度的经济回报。短期内教师从情怀奉献的角度出发义务付出没有问题，但是长期超负荷的工作，劳动又没有得到相应的回报，不利于教师工作热情的激发和工作效能的提升。

（二）家长对“双减”理解各执其词

“双减”政策实施后，家长对“双减”的理解，尤其是学后托管的理解和认识看法不一，各执其词。部分家长在“双减”后松了一口气，认为校外培训班取消了，孩子的学习辅导本身就是学校的事，学校的老师需要对孩子的学习承担起百分之百的责任，把“双减”托管作为“甩锅”学校的政策依据。另外一部分家长认为作业减负和考试难度情况不明，家长的期望和焦虑同在。目前学校都在严格执行作业量的规定，家长担心学生平时没有足够的练习量，考试时发挥不出应有实力，孩子回家没有作业或减少作业家长心里不踏实。

（三）教师的教研时空受到挤压

“双减”政策实施之前，教师的教育教学研讨活动主要安排在学生放学后的时段。“双减”政策实施后，学后托管占据了原来教师的教育教学研讨时间，加上教师培训和外出任务，原本限时限地的教研时空受到了很大的冲击。同时，课后托管消耗了教师对于教育教学反思与研究的一部分精力，多数学校反映研讨活动有效、高质的开展受到了一定程度的冲击。

同时，教师主要专注于国家基础性课程的研究，大部分教师只能局限于学科拓展活动的设计与实施，拓展性课程的开发与实施需要教师形成合力，共同研究、群策群力，但是教师的共研时间被学后托管挤压，教师感觉心有余而力不足。拓展性课程的开发需求与教师的课程开发能力形成了矛盾。

四、对策与建议

“减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担，是党中央、国务院作出的一项重大决策部署。”学校、家庭、社会需要形成紧密衔接的育人全链条，统筹各方资源力量，协同共进，为孩子的全面发展营造良好的教育生态。

（一）行政管理从“刚性”走向“柔性”

政府在执行“双减”政策过程中必须严格到位，政府教育督导委员会的监管职能应得到切实执行，便于形成社会合力，共同保障“双减”工作的切实落实。政府兑现由“双减”而推进的各类托管服务产生的经费，比如学校硬件设施的添补、校外培训资源的引进、教师附增劳动的报酬等等，部门协同的统筹职能必须刚性执行，不折不扣落实到位。教育行政部门在“双减”政策刚性执行的同时，建议实行柔性管理，实施因地区、学校、学段的不同采取精准施策的管理方略，做到城乡有别、学段有别、校际有别。建议行政主管部门还给学校更多的自主权，给予学校主动适

应变化、利用变化、制造变化的时间和空间,以使学校不断增强自身对变化的缓冲、适应、协调和创新能力。

（二）学校管理从“应急”走向“统筹”

在“双减”背景下,学校需要迅速转变理念、更新思路,增强落实“双减”工作的责任性和主动性,逐渐从应对上级行政主管部门的政策要求转向学校“双减”工作的统筹协调,重新梳理和确定办学思想,架构顶层设计,着眼学校的发展、学生的发展、教师的发展来系统性的规划、设计、落实“双减”工作。围绕教育教学质量提升、作业管理、课后服务、双减背景下的学校治理、区域优质均衡发展等工作点展开统筹布局、顶层规划和实践研究,科学、合理、持续地推动学校内涵发展,促进学生健康成长。

（三）业务管理从“粗放”走向“精准”

“双减”的背后是“增效”,教师如何提升课堂教学质量?如何提升作业设计的质量,更好地做到“减负增效”?这些问题需要教师做精准研究和持久探索。比如,“作业赋能,提质增效”是一项系统工程,是一门学问,也是一门科学,需要教师的专业水平和教育智慧。传统教育中作业的整齐划一、知识为上、割裂零散、过多过难、形式单一、枯燥乏趣等问题非一朝一夕或一份文件就能即刻生效解决。如何让作业在尊重学生生命个体、依托学科课程理念和课程标准的前提下从工具走向发展、从整齐走向个性、从知识走向能力、从碎片走向系统、从封闭走向开放、从单一走向多元、从判断走向增值需要教师的潜心研究和专业探索。

4. 家庭管理从“被动”走向“主动”

家长应当树立家庭是孩子成长过程中的第一个课堂、家长是孩子第一任老师的责任意识,承担对孩子实施家庭教育的主体责任,用正确思想、方法和行为教育孩子养成良好思想、品行和习惯。“双减”政策实施后,孩子居家的时间更多,家长应该成为亲子共处时光的主动规划者、指导者、执行者。家长可以与孩子共同规划居家计划,主动做孩子习惯养成的监督者、课外阅读的陪伴者、居家活动的协助者、问题处理的指导者、心理成长的倾听者和教师学校教育的支持者。在陪伴孩子成长的同时家长也应主动经历一场恒久而弥新的修行。

“双减”：我们的实践与思考

——来自临安的调研报告

调研组：陈明霞、童小庭、林丹、史幽鹤、陈光东

一、调研概况

为深入贯彻落实中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《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》（以下简称“意见”）精神，在“双减”工作推进已过百日之际，杭州市教育科学研究院带领我们开展了我区“双减”工作的调查研究。我区学校立足本校教育实际，积极探索、落实与创新“双减”工作方法，着力减轻学生过重课业负担，全面提升教育教学质量，积累了许多工作经验。我们对“双减”工作优秀经验进行总结提炼，助力于推进全区“双减”工作持续、优化、深入开展。

根据调研工作安排，我们组成了由区教育局分管领导为组长的调研领导小组和区科研部领衔的工作小组，采用下述方式进行调研：

★问卷调查：临安区按时完成了2873位教师和16391位家长参与的问卷调查。

★集中座谈：11月22日，召开了18位义务教育段学校教科室主任参与的座谈会。

★走访学校：11月24日，调研组走访了昌化一小、昌化二小等4所“双减”工作有特色的学校，听取学校“双减”工作的特色介绍、存在问题及建议对策。

★书面访谈：面向全区义务教育段学校展开典型案例征集工作，针对作业管理、课后服务、提升教育教学质量、双减背景下的学校治理、区域优质均衡发展等工作点，凝炼主题，阐述做法，收集了典型案例18份。

★专项访谈：与区教育局“双减”专班人员对接，了解当前我区“双减”工作推进的现状。

二、经验与亮点

“双减”工作推进三个月来，我区积极应对，努力作为，扎实开展。

（一）双减推进，有节有序

我区双减工作的推进，紧扣每个时间节点，有序地进行：

1. 快速启动，确保覆盖

8月29日上午，区教育局召开全区义务教育学校课后服务工作动员部署会，动员学校迎难而上、积极作为，于9月1日全面铺开课后服务。8月30日发出《致

临安区教育系统全体党员的倡议书》，切实发挥党支部的战斗堡垒作用，引导广大党员教师发挥先锋模范作用，积极投身课后服务工作。9月1日，全区义务教育学校实现放学后托管服务全覆盖，有需求的学生全覆盖。小学阶段围绕“五育并举”，开设体育、艺术、人工智能等特色社团类课程200余门，全区参与“学后托管”的小学共计47所，编定班级667个，参与托管服务教师2059人（占全体小学教师的98.5%），服务对象学生20205名（占全部学生的59.3%）。18所初中全部参与课后服务。参与到校晚自习的学生有13446人，参与管理服务的教师1119名。

2. 氛围营造，正向引导

全区广播、电视、报纸、爱临安等全媒体平台深入学校、社区，全方位、全流程跟踪报道。共计形成舆论报道63篇，促进全社会对双减工作尤其是课后服务的方针认同、政策理解和行动支持；截至10月10日16点，融媒体中心实地采制新闻22条，通过本地报纸、电视、广播、《爱临安》APP、《临安发布》传播，同时《爱临安》APP、《临安发布》、微博转发上级“双减”政策及区教育局微信，累计通过各新闻渠道发布“双减”信息99条。其中，浙江卫视录用2条，杭州电视台录用2条。杭州双减专报5篇。临安发布9篇，临安教育发布18篇。

此外，专班办公室发文设立热线电话8条，接受各类问题咨询。截止目前共接受咨询电话22个。一案一答复，及时化解家长焦虑情绪。

3. 试点先行，呈现样本

区教育局在两个全覆盖的基础上，选择十八所学校按照“发挥学科优势，发扬教师特长，整合各方资源”的策略对“1+X”中的拓展项目进行全周期设计和作业限时+分层布置等方面大胆先行，试错容错，逐步总结经验及问题。现已收集做法建议文章30篇。其中以“每日快讯”形式下发累积39期。在安全保障、课程设置、作业管理、放学组织、关爱教师、家校协同方面初步形成了临安样本。

（二）作业管理，有章有法

作业管理是“双减”工作中极为重要的一环，我区积极探索作业管理样式，小学段以“分层整合、形式创新、提质控量”为目标，中学段以“精准统筹、精细管理、精准评价”为目标，期待实现我们理想中的“轻负高质”，让教师从繁重的教学负担中解脱出来，教师专业得到发展，教得轻松；学生从沉重的学业负担中解放出来，学习能力得到培养，学得快乐。从“作业管理组织、作业设计流程、作业设计类型、作业评价方式”四个维度来阐述我区作业管理的“章法”。

1. “三长”体系：架构作业管理组织

“作业统筹”是指同一年级所有学科作业数量的统筹，同一年级同一学科作业

质量的统筹。在平行班学科教师合作的前提下，统筹作业方式，统筹作业数量，统筹作业内容。因为统筹，学生作业总量得到控制，作业质量得到提升，教师间恶性竞争得到避免。“团队合作”是“作业统筹”的前提，有合作教师才有“统筹”的能力与意愿。

学校为了更好地做好作业统筹管理工作，将此项工作纳入“三长”运行管理体系中，“三长”即年级组长、学科组长、教研组长，年级组长具体负责统筹本年级各门学科的作业总量；学科组长做好协调、分工等工作，重点抓本学科的作业设计、作业统筹、作业诊断、梯级评价四个环节；教研组长负责作业设计的相关教师培训、研讨等工作。

以作业总量统筹为例，晨曦小学东校区的做法是：根据《意见》中明确提出的小学三至六年级书面作业平均完成时间不超过60分钟的要求，在做到减负不减质的前提下，年级组长进行作业总量统筹。如三年级有语、数、英、科四门学科，每天的作业布置学科数最多不得超过三门，每门作业完成时间不超过20分，在布置前需每一位老师对作业量进行把控与预估。

2. “三环九步”：规范作业设计流程

“三环九步”作业设计凝聚了教师们的智慧与经验，有效地把握学生的共性，实现预设与生成的统一，加强教学目标在课堂教学中的落实。“三环”即：集体备课——个性备课——集体修改。“九步骤”即：阅读教材、备课分工、分析安排；进度编写、课件制作、作业设计；阐述意图、质疑补充、修改定稿。

第一环，开学初学科组成员集中进行“集体备课”。组长组织成员集体“阅读教材”，分析重点难点，了解教材编排意图和学生认知起点，罗列本单元的知识点和技能点，确定单元和各课的教学目标和重难点，形成各课教学提纲，设计配套层次性练习和单元综合题等。并对本册教材进行“备课分工”，如：课件制作，过关题，智慧题，单元整理题的设计，分工到每个成员。并对各课内容进行“分析安排”，从例题，尝试练习，课堂作业和回家作业都做了详细安排。

第二环，各学科组成员仔细分析个人所分工到的内容，进行“个性备课”。首先将所备内容进行“进度编写”，再进行各课“课件制作”，“练习设计”。

第三环，每日放学前，组内成员集中，对第二天要进行教学的内容进行“集体修改”。先由进行个性备课的老师“阐述意图”，其他成员“质疑补充”，充分发表个人见解，集体探讨，“修改定稿”。（见学科组备课图式）。



3. 百花齐放：优化作业设计类型

小学生喜欢解决自己感兴趣、高关注的问题，实践性作业融合了单元知识点，作业内容综合性高，且紧密生活实际。学生经历一个问题辨析、方案设计、主动探索、发现及解决问题的过程，不仅增强了分析思辨能力，更是将单元内各个单一独立的知识点进行融合、内化及运用，大大提高了知识巩固的效率，增强了知识应用能力。在整个作业过程中，老师仅仅是点拨者。学生不仅要会“写”知识，更要会“用”知识，“说”理由，“改”设想，这种创新的作业形式才能真正让学生将知识从学“懂”到学“通”，由学“活”到学“精”，在实践中发现作业真正的意义，从而改变学生固有的作业思维方式。

石镜小学的英语学科作业布置很好的体现了这一思维。关注“层·趣·合·思”，探寻“分一分、秀一秀、整一整、变一变”的有效形式，以求用“小切口”来优化和创新“双减”政策下的大变革。

4. 多维立体：丰富作业评价方式

课程视域下的作业设计，不仅强调目标导向、整体设计，还应针对学生作业情况进行针对性的反馈与评价。

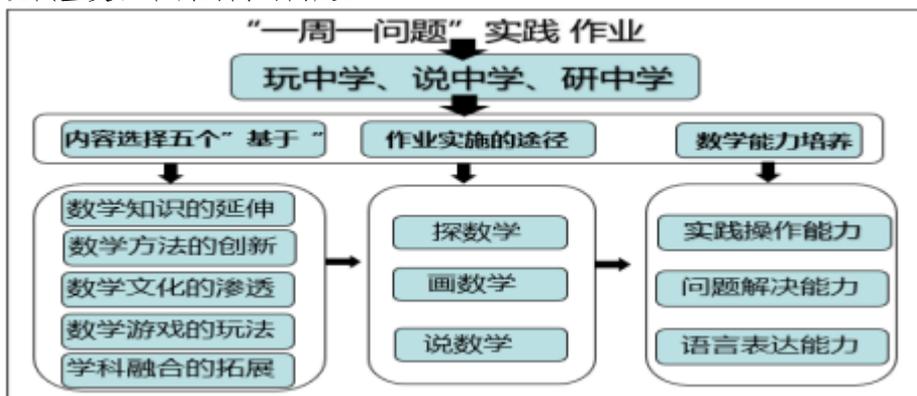
(1) “批·评·改”即时评价

具体做法是：日常作业由各任课教师采用拍照、描红等方式做好记录，每周学科组培训时间进行交流，单元练习分散及时，综合练习先练再合，流水批阅及时交流，统计数据分析改进。通过作业诊断，找到整个年级的薄弱环节，进行针对性跟进训练。通过作业诊断，了解了班级间差距，取长补短。

(2) “玩·说·研”综合评估

通过孩子的“玩·说·研”（见“一周一问题”实践路径图），教师能够非常清楚的知晓孩子是真懂还是“一知半解”，与其他作业诊断不一样，这类诊断方式不是简单的“对与错的”评定，更多地是看成孩子除知识以外的综合能力的展现，

这样的诊断不同的孩子表现是不一样的，特别是非智力因素的培养。同时也避免了作业机械重复、单调封闭的问题。



(3) “晨曦精灵”梯级评价

将学校的卡通人物形象“晨晨与“曦曦”衍化成“精灵”制成小卡片（“小精灵”），大卡片（“大精灵”），祝贺卡（“精灵贺卡”）。每次作业清楚、规范、正确的奖“小精灵”1个，集齐10个“小精灵”，就换1张长大了的“大精灵”，3张“大精灵”就奖1张“精灵贺卡”，在每周颁奖仪式时领取祝贺卡，并将结果纳入学校“晨曦精灵”综合评价中。

临安区的作业管理，以“双减”为契机，以切实减轻学生课业负担为突破口，以提高教育教学效率为重点，以改进义务教育阶段学校作业管理方法与作业设计质量为抓手，深入探索作业管理与作业设计质量的方法和途径，切实减轻学生过重课业负担，保障学生在校内学足学好，通过“个别试点，以点带面，全面开花”的方式全力推进“双减”工作落地见效。

(三) 课后服务，有声有色

为强化学校教育主阵地作用，满足学生多样化发展需求，全面增强课后服务吸引力，临安区各学校统筹安排、精心设计，努力将课后服务工作做细做实。

1. 课后服务体系巧架构

“双减”背景下的课后服务是为了减轻学生课业负担和课外培训负担而开设，提升学生的综合素养。各校都专门召开了“减负”工作会议，行政会议，全体教师会议着重讨论作业管理、课后服务管理等各项细则，讲明安排、应托尽托；精心部署、细心研判、制定策略，各项政策的制定，都为课后服务活动的顺利开展奠定基础。

2. 课后服务资源深整合

临安区“三个引导”吸纳各类资源参与课后服务。一是引导优秀家长参与。昌

化一小、科技城二小、晨曦小学等二十余所学校在广泛征求、充分遴选、认真培训、持证上岗的基础上吸纳两百余名家长参与课后服务辅助，开设沙画、阅读、乐器、书法、航模、木工、陶艺、编程、足球等近300门拓展性社团课程，满足学生多样化的兴趣特长，让孩子们在课后服务中发展兴趣，锻炼“百般武艺”。二是引导镇街参与。清凉峰镇、高虹镇、於潜镇、锦城街道、青山湖街道等镇街依托当地的非遗项目、特色小镇、文旅资源纷纷推荐开展进校活动，开设“耍碗”、剪纸、桃花纸制作、轮滑、攀岩、人工智能、劳动教育等特色社团类课程300余门。三是引导“第二课堂”参与。挖掘区域红色资源，引导红色基地、党群中心、博物馆、图书馆等50个校外实践教育基地，开展进校宣讲活动，党政干部、劳模、先锋榜样进课堂授课70余次。龙岗、湍口、岛石、颊口等十余所小学还邀请院士、工匠、星火联盟成员、行业协会等进校开设科普、工艺、烘焙、跆拳道、乒乓等100余门公益课程。

3. 课后服务内容呈多元

随着“双减”政策的出台和落地，以及课后服务工作的全面开展，怎样有效为孩子提供优质的课后服务，是每一所学校都在积极思考的问题。由于孩子从早上到学校，再到傍晚离校，在校时间比较长，身心也容易疲惫。如何在 not 增加学生额外负担的条件下，舒缓学生身心？很多学校在课后服务中遵循基本服务和拓展服务相结合的原则，积极思考将“童玩”游戏引入校园，以“童玩”激趣，以“童玩”启智，以“童玩”创想，充分优化学校原晚托模式，让“学时校园”变成孩子们的“学后乐园”。

4. 课后服务安全有保障

课后服务工作看似指多一个多小时，却也会带来很多相应的问题。如前来接孩子的家长会遇上晚高峰，或是学校门口会拥堵，又或是孩子在校时间太长，会疲劳、饥饿，各个学校都八仙过海，各显神通。如昌化一小持证上岗，实行家委会成员巡视制度；锦城六中抓好三心四维度，做好课后优服务；农林大附小课后小甜点，温暖你的胃。

（四）双减保障，有温有情

在“双减”工作推进的过程中，为保障其顺利实施，各部门都提供了大力的帮助，取得了良好的效果，呈现家、校、社联动合作新局面。

1. **家校共协作。**教育不是学校的“独角戏”，双减更不是意味着家长“躺平”，但教育的初心是不变的，让教育回归本真。与家长开展沟通，架起沟通之桥，通过家校合作，有助于家长更清楚的了解自己的孩子；通过家校合作，有助于培养学生的学习兴趣；通过家校合作，有助于教育内容的互补；通过家校合作，有助于家庭教育的科学性；和谐的家校合作关

系，有利于父母与子女之间的感情交流。如晨曦小学的家长讲堂。像这样的家校联动合作事例还有很多，比如，初中家长参与晚自习的管理，家长志愿者讲坛等，通过家长参与让家长和自己的孩子更近了，让孩子们认识平时生活中不一样的父母，给予学生榜样示范作用，同时也给予学生未来美好生活的展望。学校和家庭的互相配合，保护孩子健康成长和发展。学校教育是主体，是对学生进行素质教育的最重要场所；家庭教育是基础，是对学校教育的必要补充。

2. 跨部门协同。在专班机制中增设安全保障小组，由政法委、交通、公安、城管等部门组成，集中力量研究解决课后托管时段交通拥堵问题。

3. 大数据支持。城市大脑（交通指挥中心）在下午五点半至六点半和晚上八点至九点重点关注学校周边，随时处置突发情况。

4. 各层面参与。各义务教育学校组建由护校安园部门、教师、家长、志愿者组成的“三色马甲”维护队伍，全区每天在岗维护交通安全人员达2100余人。

交通执法部门延时长服务，精准对接一校一案，主动将两时段维护改为三时段。同时各镇街、社区均抽调政府工作人员、网格员同步参与学校周边各路口的交通引导，紧盯佩戴头盔等文明劝导。在学校集中的区域采用跨学校整合、分路段包干办法，确保托管后家长学生有序平安离校。

各部门开出多样文化“菜单”，丰富中小学生学习生活。区博物馆推出“团圆中秋玉兔下凡”宫灯制作体验活动、“片片银杏画秋意”写生活动、“重阳登高功成万里”主题活动、“小小考古学家”主题体验活动。区文化馆在保留公益课的基础上，每周一至周五晚上6:30-8:00推出少儿戏曲、青少年民间画、少儿礼仪与口才、少儿声乐、青少年戏剧社、少儿书法等不同门类的文化艺术类课程。区图书馆着力打造“悦读派”青少年阅读系列活动，开展优秀少儿电影展播、漫画训练营等活动，注重寓教于乐的同时，满足青少年阅读需求，从文化素质和科技修养等多方面提升少儿读者的综合素养。区妇联开设“美好家教”大讲堂，邀请专家老师开设双减背景下的家庭教育公益巡回讲座十场。区党群服务中心利用场地优势相继推出了瑜伽、乒乓球、少儿声乐、少儿围棋、儿童艺术绘画、少儿硬笔书法、趣味花艺、DIY贺卡制作、亲子手工DIY、红色影院观赏等活动。天目山管理局在9-10月开展面向本地和周边城市家庭的“你好大树（攀树课）”“跟着课本看奥秘”“自然科普公益课”等特色户外活动。

三、问题与挑战

（一）双减仓促开展，顶层设计缺失

“双减”令来得突然，学校要积极应对，不能等全部准备好了才进行。紧急启动，仓促上马的结果，必然会呈现参差不齐的状态，疲于应付的尴尬。不能对双减

进行顶层设计，必然会顾此失彼，会影响后续“双减”的深入推进。

（二）压力骤然增加，心理建设不足

课后服务学校以内部供给为主，增加了老师负担。“双减”对学校教学质量、服务内容提出了更高、更多元化的要求。学校必须而且已经在努力适应新要求，加强教师培训，更新教育观念、方法、评价方式，提高课堂教学质量、课后作业品质，努力做到学生负担真正减轻。但是学校人手面临难题，一方面，“双减”对老师备课、课堂设计、课堂效率、作业设计都提出了更高的要求，老师需要更多时间专注于研究教学。另一方面，学生在学校的时间增加了，老师、学校的工作内容、负担、压力都增大了，时间、精力更为分散。一天10多个小时，还有应付各种检查、各种活动、各类培训、各种会议等，有时连备课的时间都快没了。我们给学生减压、家长减压，也需要调节老师的压力。

（三）居家时间增多，家长陪伴缺位

从前期调研来看，在参与课后服务的家长当中有很大一部分家长对课后服务工作的性质认识上存在问题，目的比较功利，主要还是看中由老师指导完成作业辅导，类似于校外培训机构的文化课指导的替代品，甚至有部分家长投诉体艺老师参与管理，这样的功利思想如果不改变，容易导致后续工作的理想与现实脱节，会出现比较大的波动，部分家长会对课后服务工作心生不满，导致“好心办坏事”的结果。同时，对于课后服务后就回家的小学生而言，更加需要家长的陪伴，但是家长高质量的陪伴却往往缺失。

（四）“双减”何为，评价体系未建

根据“意见”精神，双减要落实“以学生为本”教育理念，进一步规范义务教育阶段学校教育教学管理，切实减轻学生过重作业负担，全面提高教育教学质量，提升学生学习有效性，促进学生健康成长。那么随着双减工作的推进，对于学校的育人情况如何来进行评价却没有及时跟进。很多家长和教师担心，“减”了作业，“减”了负担，那么学业成绩如何来保障呢？相应的评价体系要及时构建，才能提升学校、教师和家长对于“双减”的信心。

（五）聚焦作业服务，课堂关注不够

在调研中发现，现阶段，学校对于双减的关注和落实，重点聚焦到作业管理和课后服务，为此花费了大量的时间和精力。也有的观点是因为增加了课后服务的时间，把提高教育治理的希望寄托到了这个时间段，从而忽视了课堂教学的质量，这是舍本逐末的行为。务必提高认识：课堂才是教育教学的主阵地。

四、对策与建议

基于上述调研，“双减”工作要真正落实，于后期不断地调整，办好“人民满

意的教育”，调研组提出下述对策与建议：

（一）进一步构建长效机制，避免“野蛮生长”

“双减”三个月来，相关通讯报道满天飞，看出了社会的高度关注，更看出了教育部门和学校的努力。就临安来说，通过这些通讯报道，我们看到是大量的课后拓展型课程的开设，地方特色性课程的如雨后春笋般兴起，更让我们思考学校是否会落入课程贪求多而全，没有精而强的拳头产品，学生的获得感不强，甚至导致加重学生负担，将学生的作业延后至晚上，无疑让“双减”落空。综上所述，政府、教育主管部门和学校需要介入，需要科学合理规划，建立长效机制，把握“适度”，切实解决学生的作业困难。

（二）进一步关注师生心理安全，促进“常态发展”

“双减”无疑增加了学生和老师的在校时间，就初中来说，教师和学生早上7点多到校晚上8点返回。每天在校时间长达13个小时，教师长时间的负荷工作，不必说家庭的琐事要解决，不必说家里的父母要照顾，更不必说自己孩子需要父母的陪伴，仅仅就孩子的上下学接送和晚餐就是很大的问题。教师的负重前行带了巨大的精神压力，需要适当的心理调适，建立教师心理危机干预，工会组织教师活动，释放压力，建立弹性上班制，确保师生健康。学生长时间在校，需要适度调节，需要开展适度活动，上好体育课，调整教师与学生的沟通意识，让师生在安全状态下进行课堂活动，建设有温度的课堂教学。有的学校设置了“调休卡”，针对参与课后服务（晚自学管理）、班主任工作、大龄未婚等不同情况，老师们收到了一张或几张“暖心卡”，只要在不影响正常教育教学的情况下，老师可以在一定期限内凭借一张“暖心”卡调休半天，只能缓解老师们的部分工作压力。如果能够把五点后的课后服务委托给第三方机构，也许是更好的一种策略。

（三）进一步提升家长教育素养，促进“协同发展”

父母是孩子的一面镜子，家长的一言一行都将影响孩子。在“双减”背景下，部分家长认为，孩子在学校作业已经完成，回家无需管理，做起了甩手掌柜，有部分家长原本有时间进行放学接送，寻找各种理由，找借口，让孩子在学校晚自习，自己跳跳广场舞、跑跑步。殊不知晚托主要的目的是照顾没有时间接送的孩子。其实作为家长应该给孩子更多的陪伴，在陪伴中给孩子树立榜样，在陪伴中助力孩子习惯养成、品德养成；应该做好督促，督促孩子完成一些还没有完成的作业，比如小学的口头作业，初中的预习和巩固，督促孩子做一些实践作业，比如洗完，洗衣服，扫地等劳动教育，让孩子从他律走向自律；应该对教师多一点理解和善待，懂得“双减”红利的取得，是建立在教师辛苦劳动的基础之上，或许这就是对教师最大的支持，理解和善待应该就是自身修养的体现，更是尊师重教的体现。

（四）进一步建立综合评价机制，促进“统筹发展”

学校应从“减负”与“增效”、“严管”与“厚爱”、“考试”与“评价”、“抓好家常课”实现“堂堂清”“日日清”进行有效统筹，努力解决作业“量”与“质”的管控，强化教学设计和上课效率，优化教学分层，从源头解决问题，积极探索双减路径，优化学校管理，从根本上解放教师、解放学生。

（五）进一步提高课堂教学时间内的产出，促进“深度发展”

要想提高上课的效率，需从“时间结构、教学设计、教学的具体实施、学生的参与度”四个方面考量，改变以往通过增加时间的方法，校内增加课时，校外机构补课的现状，改变教学方法，精细教学设计流程和环节，提供学习支架，促进课堂教学的有效性，教师需从学生行为习惯的培养，学习的关注度，学习的主动性方面，让学生积极主动的参与，构建体现学生核心素养，有深度的课堂。只有这样学生才能有足够的自主支配时间，参与“双减”下的个体发展的拓展性课堂，所以说“双减”是推动学生内驱力的发展和教师自身素养的利剑，这样才能真正落实“双减”。

桐庐县义务段学校“双减”实施情况调研报告

桐庐县教育科学研究室 江军平

“双减”工作推进已过百日。为切实了解我县义务教育阶段学校全力贯彻教育部、省市有关“双减”工作精神，立足学校教育，积极探索、落实与创新“双减”工作新方法，着力减轻学生过重课业负担，全面提升教育教学质量，积累工作经验。为更好地总结提炼“双减”工作优秀经验，发现并推广校内“双减”工作的新典型、新工作与新变化，推进全县“双减”工作持续、优化、深入开展。根据杭州市教育科学研究院《关于开展我市“双减”工作调研的通知》要求，桐庐县教科室开展了全县义务段学校“双减”工作实施情况调查研究。

一、调研概括

（一）时间安排

本次调研时间紧任务重，自11月16日制定确定方案后，17日联系确定调研小组，18-19日开展了部分学校走访活动，22日开展了网络调查，24日之后通过座谈补充调研材料，11月29-12月5日整理资料，撰写报告。

（二）调查形式和主要内容

调查采取了个别访谈、集体座谈、问卷调查（市教科院组织的教师问卷调查³）、学校双减实施情况汇报（除此还收集整理了前期教科对小学阶段开展的“课后服务实施基本情况”表）和典型案例征集等。主要调查活动内容包括：

1. 学校“双减”工作概况。
2. 学校“双减”工作的典型做法（围绕作业管理、课后服务、提升教育教学质量、双减背景下的学校治理、区域优质均衡发展等工作点）。
3. 学校“双减”的难点问题。
4. 根据上述问题的想法与建议。

（三）实施基本情况

调查中实地走访学校10所（初中4所，小学6所），参与座谈学校11所（初中2所，小学9所）。走访人员主要涵盖了校长、教学副校长、教导主任、教科室主任、教研组长和部分班主任。收集双减实施情况表28份（全部小学），学校典型管理做法7个，案例17个。

³ 本期调研教师、家长量化指标参照市教科院调研报告，本报告未能列入。

二、经验与亮点

(一) 凝心聚力，进一步提升了教师责任心。

1. 积极宣传，提高站位。

桐庐县教育局和学校从不同层面召开了相关管理人员和教师会议，组织全体教师学习《杭州市教育局等九部门关于进一步做好义务教育阶段学校课后服务工作的通知》（杭教基〔2021〕5号）等“双减”工作的有关文件，领会精神实质，深刻理解和把握“双减”工作的重大意义。提高政治站位，制定县、校不同层面相关制度，落实到位。学校建立课后服务行政巡查制，年级组监督管理。桐庐县分水实验小学制定了“七个到位”的精细管理措施：“准备到位、点名到位、组织到位、管理到位、辅导到位、整理到位、接送到位”。指导教师课后服务结束后组织本班学生整理教室、排队离场，将学生带到校门口，再由家长接走，家长未及时到校接送的学生由指导教师移交学校保安集中管理直到家长到校接送等具体措施。当前，全县推行“5+2”课后服务参与率基本在90%以上，基本实现有需要的学生全覆盖。

2. 营造氛围，提升认同。

开展义务教育阶段学校课后服务，是深入贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的十九大精神，进一步增强教育服务能力、缓解家长接送孩子困难、减轻学生过重作业负担和校外培训负担的民生工程，也是主动占领教育阵地、促进学生健康成长、全面实现“五育并举”的重要途径。为提升家长认识，学校利用家长会、公众号、家长群等多种形式，向家长、学生宣传素质教育观、全面发展观，做好“双减”宣传工作，取得家长和社会的理解、支持和监督，形成合力，共同做好“双减”工作。如桐庐县春江小学采取微信推送“动静结合，让课后服务丰富、有效”、“‘双减’来了，春江小学给家长支招”等学习平台，向家长宣讲双减政策。迎春小学则通过家委会、家长会议解读了解双减政策，转变家长唯分数论思想。倡议、引导家长协同通过“劳动做好加法、互动做好减法、阅读做好乘法、仪式做好减法”等措施提升学生综合素养。

3. 人文关怀，强调合作。

为缓解双减对教师生活的影响，许多学校也尽量在排课、用餐等细节处予以考虑，减少矛盾。桐庐县迎春小学提出的“新形势下的办学思路——用心·用情·用力”，把“服务”树成迎春教育第一品牌，紧紧围绕“提质+快乐”为中心的课后服务理念。建立了教师服务“三机制”：成立晚托“温馨自助餐”专班机构；推出课前服务“弹性督早”机制；搭建教师“微心愿”绿色平台。营造关心关爱教师的人文环境，凝聚人心、弘扬“迎春精神”，切实提升教师幸福感，真正落实“以师为本”的发展理念。地处城郊的凤川小学则通过搭车教师与开车教师协调安排的细节

入手，减少教师后顾之忧。

（二）优化作业，进一步规范了教学管理。

为有效发挥作业在增强学生综合能力和改进教学方法中的积极作用，促进学生德智体美劳全面发展，学校和教育管理部门认真落实主体责任，制定具体管理办法，指导教师创新作业设计、布置和反馈，强化学生主体意识，提高学生完成作业的有效性。

1. 完善监督，明确责任。

调研中，所有学校都建立作业管理实施方案和作业管理机制，明确作业总量和提高作业设计质量的目标。通过成立作业管理专班，明确了学校、年级组、学科组和班级作业管理工作责任人。除了作业开展公示外，还通过《课后服务学生点名册》和《课后服务情况记录本》等载体接受家委会监督。桐庐县圆通小学施行了周一至周五周日学科轮流“无作业日”，建立了优秀作业评选、作业管理公示等制度。教务处制定班级学科作业登记表，保证了作业的数量（每门学科一份辅导资料）和质量，严格控制作业总量，有效杜绝了无故挪用、挤占学生自习课时间等现象。当前桐庐县各学校教导处、教研组和班主任分别协调统筹学校、年级、班级各学科教师科学合理布置作业普遍存在，有效把控了作业内容、形式和总量。

2. 加强研训，提升质量。

学校积极借助“双减”背景下教师作业设计与实施能力提升为载体的校本研修活动，让每位教师逐步提升各自的课堂教学能力与作业设计水平。通过优化作业设计，促进课堂向以“学”为主的新型课堂教学模式转型，减轻学生的作业量，提升作业质量，减轻学生负担和提升教师职业幸福感。桐庐县实验小学从作业管理“五关”改革入手，牢牢抓住实践“轻负高质”的牛鼻子。桐庐县分水实验小学以生为本，优化设计，转变作业方式，提升作业质量。创新了“以操作为主、以视听为辅、以表达为要、以实践为上”的开放性作业实施方式，同时又尝试“语文+科学+劳动+生活”跨学科作业的作业形式。2021年9月桐庐县有19项课题申报浙江省教育科学规划“双减专项”认定性课题申报，其中市教科院备案立项3项，其余也在县教科室指导下开展实践研究活动。

3. 强调差异，尊重个性。

自主设计作业最重要的就是教师要根据不同学段、学科特点和课程标准，针对根据学生学情，精选作业内容，自主科学设计、确定作业数量。桐庐县方埠初中基于“双减”开展了“三级同伴式”互助管理，实施课后学生自主管理。而凤川小学根据学生特点励鼓各教研组结合本学科特点，以项目化的形式设计作业，实施主题式、系列化作业，真正将“写作业”变为“做作业”。语文组利用种植蘑菇的实践

活动，布置以“神奇的蘑菇”为主题的作业：观察蘑菇的生长过程，撰写观察日记，收集与朗诵有关蘑菇的诗词，书写一首蘑菇的古诗词，分享自己种植蘑菇的真实感受。在世界阅读日前后，还布置了“读一本好书”的活动。各年级学生根据教师的阅读推荐，选择自己喜欢的书籍进行阅读，在《阅读成长册》上进行记录，并通过阅读课或午间阅读的时间在班内进行分享，或是制作好书推荐卡。

为做好学生的个性化辅导，桐庐县分水实验小学在“1+1”（1小时独立作业+1小时个性活动）的托管操作模式下，考虑孩子们的差异性，开辟了“内托+外辅——双轨住区式”学后托管新模式。组建“党员义务岗”作为住区管理制度，发挥“住区”教师的便利条件，鼓励同小区或者同村的教师，利用闲暇时间义务为本小区那部分在校内无法完成作业的孩子进行补充式辅导，共育孩子。

（三）科学统筹，进一步优化了课程设置。

义务教育学校全面推行放学后托管服务，针对“1+X”托管（基础性托管+拓展性托管）服务模式，丰富学生课余生活，助力学生全面成长。各校通过丰富课后服务内容、拓展课后服务形式、提高课后服务质量等开展了实践，为全面提升学校教育人水平，为学生健康成长、全面发展创造更好条件。

1. 合理规划，责任到人。

基于学习时间重新规划学习时间。城关初中通过改进下午作息时间表，中午休息时间稍作延长，下午放学至晚自习时段，设置借阅图书、体育锻炼等活动。圆通小学则根据学校开展课后服务的情况，通过完善学校教学活动安排，科学合理调整学校上下午课时、大课间活动等安排，确保早上到校时间、学生在校体育锻炼和休息时间等符合规范要求。

创新服务组织形式，提升服务质量。文正小学课后服务采用1+X型，“1”为基础作业辅导，要求作业在校完成，教师及时指导。“X”指丰富多彩的活动课程，主要包括体育健康类，艺术熏陶类，书香阅读类等等。“1+X”，一静一动，丰富了学生课余生活。桐君小学课后服务实施1+X+Y+Z服务体系，与学校体艺活动相结合，分三段进行，第一时段20分钟体艺活动，第二时段60分钟的家庭作业指导完成，第三时段40分钟以班级为单位进行拓展自主课程学习。

围绕培育目标，拓展学习内容。窄溪小学在基础性晚托中开展“1+x”学后托管活动，“1”表示至少40分钟的独立作业时间，指向“自主”能力的习得。“X”指最多20分钟的小组渔学时间，指向“共生”能力的发展。毕浦中学的“1+3+X：立足校本特色的课后服务课程设计”则是学校十大景点特色与学生能力个性需求而衍生出的三大主题拓展课型，即主题探究型——“访景观园”、设计创作型——“智慧融创”、职业体验型——“多彩扮演”。

2. 挖掘资源，丰富课程。

当前学校课后服务一般由本校教师承担，为进一步整合学校社团课程资源，根据需要实际聘请了退休教师、具备资质的社会专业人员或志愿者参与。叶浅予中学利用县社会资源，发挥纪念馆、非遗馆、青少年活动中心等校外活动场所在校后服务中的作用，确保课后服务师资力量。针对拓展性课程课后服务，学校又通过引进校外资源，与江南丝竹对接，引进名优教师进行民乐团教学。桐庐县科技城未来学校则通过完善课后服务课程体系，为学生提供丰富、自愿选择的服务内容，满足学生多样化学习需求。积极开展了无人机、坦克大战、遥控车台球、赛车模型和生态教室等科技类项目。春江小学开设中国舞、剪纸、游戏、口才、足球、游戏、拉丁、篆刻、科学实验、趣味编程、信奥、思维训练等满足学生个性化需求。深澳小学除邀请杭商院的3位学生每周二来校参加课后服务的拓展课实施外，还与深澳古村落的“百人百匠”协作建设，为课后拓展服务增添特色。

3. 拓宽渠道，提升质量。

城区学校利用地域优势，主动出击，积极加强社会教育资源的合作。洋洲小学利用社会资源开展活动，联系青少年活动中心到校开展拓展活动1-2次；方埠小学通常社团是2节课连在一起的，利用横村镇文体中心场地和教师进行羽毛球、篮球等训练。为贯彻落实《中共中央办公厅 国务院办公厅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》（中办发〔2021〕40号）精神，正确区分校外培训结构学科类和非学科类范围，防范发生假借非学科类培训项目实际开展学科类培训服务等逃避监管的行为，桐庐县教育局制定了《桐庐县进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担实施方案》，成立了桐庐县学科鉴定工作委员会。

（三）营造氛围，进一步增强了家校协同。

1. 完善家校社联动机制，加大家访力度。

学校建立教师全员家访制度，增加家访次数，丰富家访内容。定期召开多种形式的家长会、家长委员会，积极向家长、社会征询意见，不断改进工作方式方法，以取得“双减”工作实效。迎春小学、石阜小学根据防疫需要，结合家长需求，采取了“约访”措施，根据家长的时间和需求，约定时间来校访问。假期通过微信群、钉钉群引导教师学生和家长了解“双减”工作的紧迫性、重要性和必要性，传达上级文件精神，动员全体教师、家长统一思想，提高认识，积极稳妥推进“双减”工作。桐庐县分水实验小学通过微信公众号开设“上善双减专栏”回应和指导家长的需求。

2. 转变观念，增强家校协同合作载体建设。

学校利用家委会、家长会引导家长树立科学育儿观念,理性确定孩子成长预期,努力形成减负共识。进一步明晰家校育人责任,密切家校沟通,推进协同育人共同体建设,形成良好的互动协作机制。班主任利用家长微信群、钉钉群指导家长配合做好作业、睡眠、手机、读物、体质等“五项管理”,防止“校内减负、校外增负”现象发生,促进儿童全面健康发展。

学校除通过家长委员会、家长学校等多种渠道引导家长形成正确作业观外,还进一步加强了作业时间管理,关注孩子学习能力发展的引导,以及德体美劳等综合素养的培养。横村小学基于一是村社学习、活动资源非常有限,孩子过分依赖手机电视;二是爷爷奶奶隔代,外来务工子女多,劳动教育可成为家长管理、陪伴孩子的一个重要抓手;三是通过开展劳动教育,逐渐转变家长的唯分数论思想;四是家长通过指导孩子并一起参与家庭劳动,增进亲子关系等原因,制定了《劳动教育手册》,提供劳动菜单,人手一册,家校联系促进劳动习惯养成。

三、问题与挑战

双减政策的推进,课后服务的实施,在校时间的增长,缓解了众多家长的焦虑。但同时也将家长、社会的注意力进一步聚焦到了学校,让学校感到压力倍增。

(一)“交通, 师资, 场地, 资源”是双减后学校最大制约因素, 城乡表现上也有所差异。

随着双减的实施,“交通拥堵、体艺教师不足、场地不足”成了每个学校普遍提出的困难,其中乡村学校对课后服务的拓展性服务所需的“师资、资源”关注较高,城区学校对“交通、场地”的关注较高。课后服务完成后,大多学校都实施各年级放学时间错时,但仍与各单位的下班时间有重叠,导致学校门口及附近的各路段的拥堵,尤其是下雨天,拥堵时间长,路上车辆的暴增,安全问题值得思考。而作为城郊的学校,等到学生接送完毕,到家一般也要晚上7:00了。由于课后服务时间集中,拓展服务限定内容,经费所限,外聘教师较为困难,每个体艺教师在完成白天正常授课情况下,组织课后服务拓展课,倍感压力。

(二)学校教学质量压力进一步增大,基础辅导与拓展辅导的关系难以把握。

对学生的学习质量和教师的教学质量的评价改革是推进双减工作的一个重要难点。只要评价不变,学生心中、教师心中、家长心中或是社会的主流意识以考试分数为评价学生学习、教师教学、学校质量的一个重要指标,那么为了更好的“质量”,各项措施的推进必会困难重重。而分数评价又是现阶段绕不过的一道坎,经过一段时间轰轰烈烈的“双减”之后又会重新回到原样。调研中,当前学校对下列问题考顾虑较多。

1. 课堂教学改革会不会走上死循环?

2. 作业设计会不会成为作业变相布置的代名词？
3. 课后服务实施后，拓展性服务会不会成了校内的培训班？

（三）在校时长变长，对学生学习情绪、动力和生活等方面的负面影响的估计、准备存在担忧。

首先，由于当前的课后服务都以课务形式规定，增长学生在校时间实际是增长了学生在校学习时间。长时间的在校学习不仅增加了学习压力，而且也影响着身心健康，甚至会更早造成部分学生厌学倾向。其次，大班额班级整理留校作业辅导，导致原先辅导一个走一个的针对性辅导难以开展。第三，当前，乡村生活随季节、天气等自然变化影响还是较大，特别是冬季，学校放学时间与家庭生活时间冲突较大，加上交通不便，众多乡村学生放学后回家不仅太迟，而且也成了安全隐患。第四，乡村还有部分学生由于经济、交通和家庭需求等原因，课后服务参加难度大。同时，他们对开展课后服务后，担忧会扩大与其他同学的学习成绩，矛盾较大。以上担忧虽经学校努力，但有许多仍需社会各部门通力合作，共同解决。

四、对策与建议

（一）厘清目标，分层设计，优化服务设计。

科学安排晚托服务内容。对作业辅导与拓展性课程学习的把握，要有主次、分层的设计。转变以“课程”的形式将课后服务时间“被安排”，凸显学生一日学习的延伸性特点。

增加学生自主活动的时间。学校应合理安排学生下午放学后至晚自习开始前托管服务内容，积极开发自主性拓展性课程，组织学生开展丰富多彩的文体、艺术、劳动、阅读等活动。通过给学生安排一定的自主活动时间，开放学校体育场（馆）、图书馆、阅览室等，鼓励学生走出教室，开展文体活动、自读等；坚决避免一刀切将学生留在教室里自修、辅导。

（二）关注城乡，差异实施，减轻学校负担。

教师数量少，乡村学校缺少可利用校外资源，家离学校远，交通不便，如果一味从时间、晚托内容全面要求，困难不少，所以管理过程中不能一刀切。比如，高翔小学是一所6个班级，15名教师的农村小学，师资、设施薄弱，而且大多居家监护人缺乏指导孩子学习能力和时间，因此，学校在课后服务期间，主要采取了“学业辅导+个性发展”服务模式，保障基础课程落实质量。

（三）加强指导，科学统筹，提升教师幸福感。

学校是老师们工作的地方，也是老师们最坚强的后盾。“双减”政策下，老师们迎来新的压力，“双减”之后，教师家庭生活困扰问题，学校应多关心老师们的身心健康，在管理制度上更加人性化，不要让“高压”打掉老师的职业幸福感。“双

减”是全社会共同的责任，不是单靠老师就能落实好的。整个社会需对教育有正确的认识，多一些理解与温度，不要让“冷漠”寒了老师们炽热的心。教师权益保障也急需跟进，“实行弹性工作制”“晚托费用”的问题，特别是像玉华小学等寄宿制学校、旧县中心学校等特殊学校津贴政策，希望管理部门能确认收费和具体使用办法，进行有效落地，减少后顾之忧。

（四）改进评价，缓解焦虑，巩固双减成果。

在教学活动进一步聚集学校教育的情况下，教育管理部门更要清晰教学目标，改进教学评价，引导教学实施，做好教学评一致性，加快教育教学统筹协调，深化教学改革，努力改进评价方式，缓解教师压力。教学评价要突出考试“诊断学情教情、改进加强教学”功能，杜绝简单借助考试对学校、教师和学生个体教学效果的排序、考评等运用。重视学科组在教学质量评价的专业性运用，加强基于学科组的校本研修团队建设，开展学科教学、诊断、评价等在地研究，积累提高课堂效率、提高作业管理水平、提高课后服务质量的实践经验和方法，杜绝“双减”工作表面化、形式化。

“双减”工作事关中小学生健康成长，事关人民群众切身利益，同时也是广大家长关注的热点问题。桐庐县各校积极贯彻教育方针，坚持以学生发展为本，落实立德树人根本任务，把“双减”作为一项重要政治任务抓紧抓好，坚持素质教育，深化教改，多措并举提升校内教育教学质量，丰富课后服务供给，努力帮助家长解决放学后接送学生的实际困难，办好让人民满意的教育，促进学生全面发展和健康成长。

淳安县“双减”工作现状的调研报告

淳安县教育发展研究中心 卢远民 章荣华

【摘要】通过问卷星、学校上报材料的统计、座谈、访谈采集淳安县“双减”工作阶段性数据，利用统计学原理，采用X²检验等方式对数据进行统计分析。研究表明，该县义务教育阶段“双减”工作“三步走”行动纵向有力推进稳步、“减负提质”行动横向有方有特色、学校“双减”工作城乡之间有差别、师生对“双减”效能的个体评价有分歧。通过调研看到了亮点也发现了问题，并基于“双减”挑战提出了相应对策和建议。

【关键词】淳安县义教“双减”工作 调查研究

一、调研概况

（一）背景与目的

国家一直希望把孩子的过重课业负担减下来。2021年7月中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《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》¹，对“双减”工作进行全面部署，提出要提升学校课后服务水平，满足学生多样化需求。



图1 县域“双减”年度工作“三步走”示意图

“意见”下发后，淳安县第一时间召开专题会，向社会征求意见，研究和部署

“双减”工作，并推出“起好步”“开好局”“成好样”的年度“三步走”计划（图1）。

县教育局根据“三步走”的工作思路，制定《淳安县义务教育阶段“减负提质”教研工作实施指导意见》²，从五个方面推出一系列具体举措，让学校“双减”工作有理可依，有章可循。在政策的引领下，全县义务教育阶段学校及时跟进，全力贯彻上级有关“双减”工作精神，立足校情积极探索，不断实践，力求落实中有创新。

“双减”推进已有时日，在“双减”实践中各学校是否达成区域预设的目标、有哪些好的做法典型经验值得推广，以及存有哪些问题与困难，要通过相关的调研和论证来回答。

（二）对象与方法

采用分层抽样方式调查了县域内义务教育阶段学校师生和家长，以教师为主，学生、家长为辅。全县学校共有43所，其中初中9所、九年一贯制3所、小学31所，样本全部来自其中的师生或家长（表1）。

表1 调查样本的基本情况

样本属性	类别	问卷数（人）	所占比例	访谈数（人）	所占比例	总比例
性别	男	35	40.7%	18	36.0%	39.0%
	女	51	59.3%	32	64.0%	61.0%
身份	义教阶段教师	78（家长31）	90.7%	30	60.0%	79.4%
	家长或学生	8	9.3%	20	40.0%	20.6%
城乡	千岛湖镇	33	38.4%	28	56.0%	44.9%
	非千岛湖镇	53	61.6%	22	44.0%	55.1%
调研指向学校	小学	71	82.6%	31	62.0%	75.0%
	初中	15	17.4%	19	38.0%	25.0%

调查方式分为学校上报材料的统计、问卷、座谈、访谈四个层面进行；数据分析采用软件SPSS19.0。具体安排如下：

（1）学校上报材料统计：主要是实施“双减”工作以来的相关上报材料，以及开展开学工作检查和大教研调研所获取的数据。

（2）问卷：采用问卷星形式，共收集样本86人；调查问卷编制主要聚焦“双减”满意度，信度方面分行为参与、情感参与、认知参与三个量表进行设计。

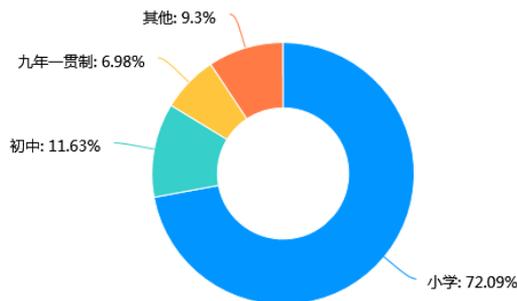


图2 问卷星样本的结构

(3) 座谈：分小学、初中和义务教育学校教科室负责人三层面进行，人数分别为14人、5人和11人，样本合计30人；内容主要是“作业管理”“课后服务”“提升教育教学质量”“双减背景下的学校治理”“区域优质均衡发展”等工作落实的情况和建议。

(4) 访谈：鉴于问卷调查中家长和学生参与少的状况，采取个别交流方式对义教阶段的学生和家长进行随访。样本数20人，内容主要是对“双减”认知、观感、参与及建议等。

二、经验与亮点

(一) 区域“三步走”行动纵向有力稳步推进

“双减”推动是自上而下的，要全面把握工作效能，需要首先了解顶层设计和部署情况。为此，对区域“三步走”行动计划落实情况作了相关的调研。

1. 区域推进自上而下的总体情况：纵向有力

调研中，以“你对全县‘双减’工作的了解情况”“从总体上看，你如何评价我县的‘双减’”“你所在学校做法介绍”等为题，通过三次座谈会共收集的主要热词十个，如提及“一校一案”“每日一报”的人达到100%。

表2 教师座谈会热评词与频次（样本：30人）

热评词	能重视	有思路	“三步走”计划	作息时间表	有特色	有困难	教育研究	一校一案	每日一报	要求高
点评人次	24	19	15	21	16	23	25	30	30	27
百分比	80.0%	63.3%	50.0%	70.0%	53.3%	76.7%	83.3%	100%	100%	90.0%
出现频次	39	34	28	25	27	45	46	48	71	36
人均频次	1.3	3.1	0.9	0.8	0.9	1.5	1.5	1.6	2.4	1.2

表2中，教师较为一致地评价：县委政府对这项工作极为重视，做到了科学部署。视体现点主要：县政府第一时间作了专题调研；收集整理教育内外的多层面建议，如调整公务员上班时间；召开全县义教学校校长会，推出“三步走”计划领航全局工作；教育部门及时出台指导意见，教研部门能结合大教研活动，开展“双减”调研，给予学校教育科研的支持；大多数学校能够积极推进“双减”工作，能立足县域旅游资源、乡土优势，不同程度地融合文旅、社群资源开展实践活动；工作要求高，教师普遍感受到来自内外部交互形成的压力。

2. 区域自校而上的反馈总体进度：如期推进

实施“双减”以来，在区域层面推出“每日一报”机制，收集到大量的有效资料。从43所义教学校每日上报的资料看（表3），除经典案例、每日一报未能如期全部报齐外（也有收集遗漏的可能），一校一案、作息时间调整、操作样式都在前4个月内完成。说明各校“双减”工作行动迅速、有力。

表3 全县43所义教学校工作情况

工作进度	一周内	第一个月	第二个月	第三个月	第四个月	完成率
制定“双减”方案	43					100%
作息时间表	43					100%
“双减”操作样式		5	14	21	3	100%
经典案例		1	2	7	12	51.20%
每日一报未完成情况	1	2 (2校)	4 (3校)	1	3 (2校)	6校

3. 区域“三步走”计划实施的主要特点：良好开端

区域“三步走”计划将具体内容分三个阶段操作：第一阶段是起好步，强组织助跑，八方呼应推出“时间表”；第二阶段是开好局，强特色奔跑，八仙过海踏出“路线图”；第三阶段是立好样，强研究领跑，八面来风培育“生态圈”。

调研中50.0%的教师反映，“三步走”给了学校清晰的阶段性目标（图1），实施中有以下特点：

（1）管理有方，目标明确。从助跑到奔跑再到领跑，区域“双减”工作景象清晰，用好“时间表”带动常规工作调整，进而踏出“路线图”，并通过加强教育科学研究，培育“生态圈”，形成示范辐射。

（2）推进有序，抓手明了。“三步走”聚焦重点，立足组织、特色、研究三个抓手逐个落实，夯实支撑点。比如“作息时间表”从全县层面一起调整，将公务员下午上班时间从2:00□5:30改为1:30□5:00，放学时段交警、志愿者一道参与校门口的交通管理。

（3）引领有力，作用明显。设立“八方呼应”“八仙过海”“八面来风”三个导向，力求形成群体合力效应。如，“双减”要求八方参与，八方是指党委政府、

文旅、教育局、县教师发展研究中心、学校、社区群团、家庭、培训机构，这既符合县域实际，也融合了县域文旅等资源优势。

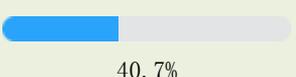
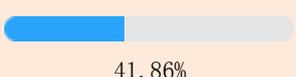
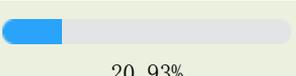
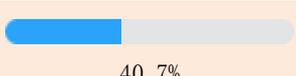
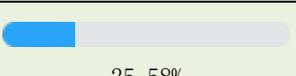
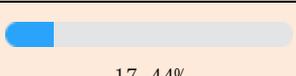
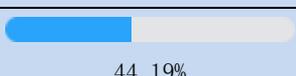
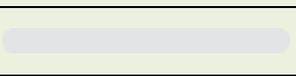
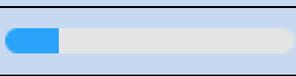
（二）区域“减负提质”行动横向有方有特色

学校是“双减”工作主阵地。调研围绕学校这一横向层面去做，重点了解各校落实“双减”精神的情况、工作安排的典型做法。

1. 对学校落实“双减”精神情况的调研：满意度高

问卷星设计围绕“双减”重要性认识、落实情况自评和学校总体满意度三个问题展开。三个问题分别指向教师的认知参与、行为参与和情感参与。通过调研，获取样本数 86 人，具体情况如表 4。

表 4 学校落实“双减”精神情况的调研统计表

1. 如果双减工作的重要性以 10 分为满分，您给双减工作的重要性打分情况（指向：重要性）			2. 您对学校开展双减工作是否满意（指向：满意度）（统计赋分：依次 5 1 分）		
选项	小计	比例	选项	小计	比例
10 分	35	 40.7%	非常满意	36	 41.86%
9 分	18	 20.93%	基本满意	35	 40.7%
8 分	22	 25.58%	一般	15	 17.44%
7 分	4	 4.65%	基本不满意	0	 0%
6 分	4	 4.65%	非常不满意	0	 0%
5 分	2	 2.33%	3. 您的学生作业管理符合双减要求吗（指向：自评）（统计赋分：依次 3 0 分）		
4 分	0	 0%	完全符合	38	 44.19%
3 分	1	 1.16%	符合	31	 36.05%
2 分	0	 0%	基本	16	 18.6%

		0%	符合		18.6%
1分	0	0%	不符合	1	1.16%
本题有效填写人次：86					

问卷获得了教师对“双减”工作多组数据，其中行为参与、情感参与、认知参与都属于质量性状资料。如表5，在对性状数据赋分处理的基础上，对表4数据采用软件SPSS19.0分析，获得了问卷星“双减”工作教师参与度的得分和各维度得分的描述统计数据³。

表5 问卷星“双减”工作教师参与度的得分和各维度得分的描述统计

调研内容	量表指向	样本数	n	最小值	最大值	均值	标准差	df	X ²	α _{0.01}
“双减”重要性	认知参与	86	10	0	35	4.24	1.758	2	30.05***	9.21
落实“双减”自评	行为参与	86	4	1	38	2.23	0.79	1	34.96***	6.63
“双减”满意度	情感参与	86	5	0	36	8.76	1.42	7	∞***	18.48

注：**表示 P<0.05，***表示 P<0.01

表5中，三组数据均采用X²检验。其中，“双减”重要性认知栏目，最大值35、最小值0、均值4.24，X²=30.05>α_{0.01}=9.21，具有极显著差异，即教师极认同“双减”的重要性；落实“双减”情况自评栏目，最大值38、最小值1、均值2.23，X²=34.96>α_{0.01}=6.63，具有极显著差异，即教师对“双减”作业管理评价的极肯定；学校“双减”总体满意度栏目，最大值36、最小值0、均值8.76，X²>α_{0.01}=18.48，具有极显著差异，即教师极认同学校“双减”工作。

综上所述，教师对学校管理总体上是极认同的，从一侧面表明区域学校在“双减”管理有方。

2. 学校“双减”推进状况与形成典型案例的情况：同步共进

问卷星有2个问题是指向学校“双减”工作推进状况。图3是关于“您学校在提升课堂教学质量方面的做法[多选题]”情况，其中“经常组织教师学习一些有效的教学理念与方法”达81.4%、“学校教学管理上有一些新制度匹配”达53.49%、“有统一的教改项目支撑”达51.16%。说明“双减”实施中，很多学校注重教师理念更新，为“双减”提供项目支撑，且有新制度的配套。

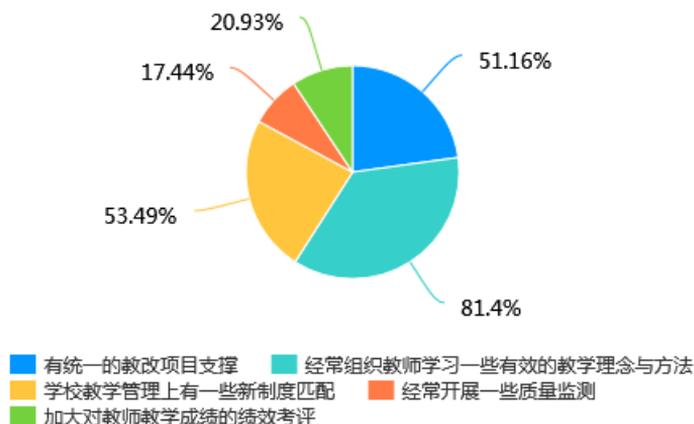


图3 学校在提升课堂教学质量方面的做法 [多选题]

图4是关于“您学校在双减工作中，对作业的形式和内容上有哪些改进[多选题]”情况，其中“减少了重复性作业”达73.26%、“增加了实践性作业”达53.49%，即便占比最低的“以题组形式整合作业”也达32.56%；虽本题所问只是从作业一个点看学校的工作改进情况，但一斑窥豹，综合所有数据表明，各学校所采取举措是多元有效的。

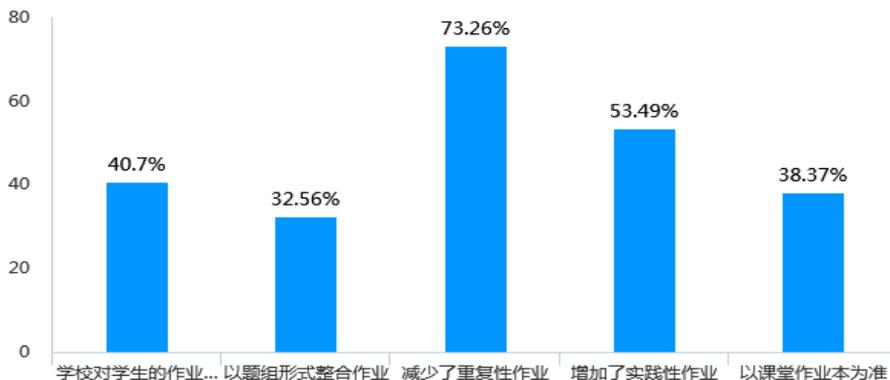


图4 学校对作业的形式和内容上改进情况

实践成果上，以典型案例作为评价项。从表3“典型案例”栏中可看出，前四个月（11月底）有22所学校有“双减”典型案例，这不包括12月初还有5所学校的5个，合计占比62.79%。27个典型案例来自九年一贯制2所、初中6所、小学19所，内容涵盖范围有：作业管理，如个性任务卡、作业编制；课堂教学，如元生态学习、打卡农场；评价改革，如守望式评语、增量评价；课后服务，如威酱坊、非遗竹马课程；双减保障，如挂帅研修、电子资源库；家校社协同育人，如炉

峰课堂、“千中家长说”；区域教育优质发展，如玩趣中心、下姜学堂等。

综上所述，区域学校在“双减”工作中形成了一些好做法，在实践中凝练形成的典型案例覆盖面广，有特色，可推广。

（三）区域学校“双减”工作城乡之间有差别

关于“区域学校城乡之间差异的影响因素”方面，主要是通过座谈、访谈和实地调研等方式进行。调研内容分为五方面：**1. 课程资源**。主要学校所处位置的乡土资源、管理要求、各种教育教学相关资源等；**2. 社会影响**。主要包括社会组织资源、社区群团的配合、家长的认同等；**3. 环境氛围**。主要是学校与学校之间影响、上级部门对学校的影响、培训机构分布与数量、区域之外的影响情况等；**4. 师生差异**。主要指教师业务能力与水平、学生群体差异等；**5. 保障水平**。主要包括制度层面、人力资源、教育研究支持程度、资金保障水平等。

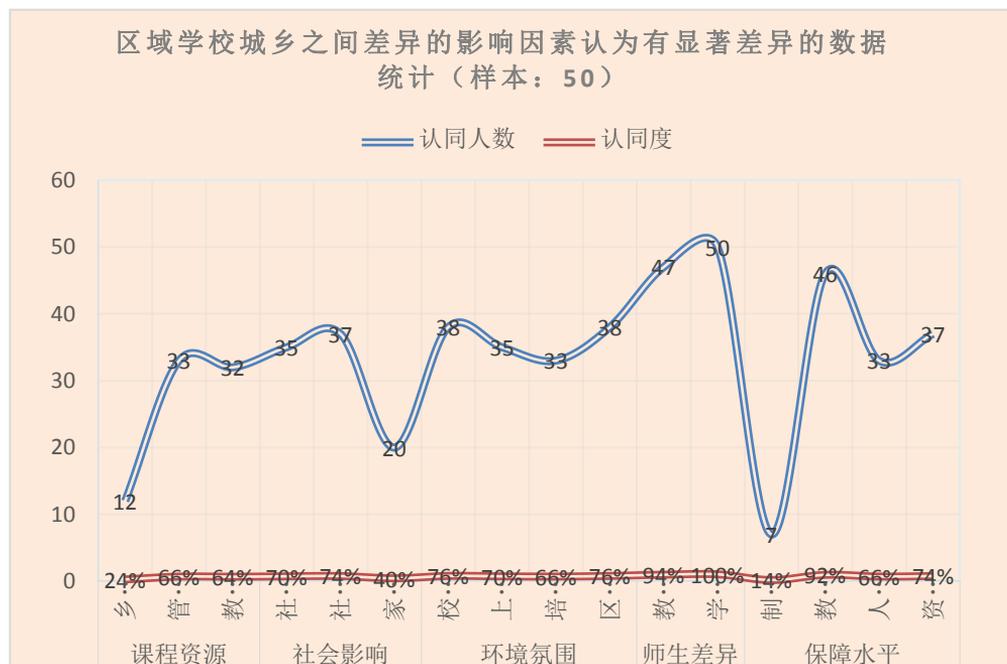


图5 区域学校城乡之间差异的影响因素中认为有显著差异的数据统计

座谈和访谈中，设置并提供“区域学校城乡之间差异的影响因素”方面的五大类（主要因子）16个子因子的问卷，每个子因子分“城乡之间差异显著”“城乡之间没有差异”“城乡之间各有优势说不清”“城乡之间没有差异”四个选项。图5是对访谈中认为有“显著差别”的统计情况，其中差异水平高的有教师方面94%、学生群体100%、教科研支持92%；认为差异水平低的是乡土资源24%、制度保障14%，这两个子因子也恰好是“城乡之间各有优势说不清”最高水平，分别为72%和80%。

（四）师生对“双减”效能的个体评价有分歧

关于“双减”效能，调研中发现受访者个体差异带来的话题侧重点选择、评价差异乃至分歧是明显的。个体差异主要体现在教师的任教学段、性别、教龄，学生和家长的家庭情况、学业水平，学校的类型（如是否寄宿）和“双减”侧重点等方面。

1. 教师个体评价意愿：参差不齐

表6是不同学段教师参与问卷星的情况。在参与的人数上，小学62人、初中10人、九年一贯制6人，占比分别为72.09%、11.63%、6.98%，占全县学段教师比分别为3.5%、0.87%、1.66%。



本次问卷以开放式、自愿性、真实度为原则，所参与的人是在没有压力条件下作答。虽然这其中有时间短的因素影响，但参与度依然可从一个侧面反映了教师个体的评价意愿。这种参与意愿一定程度上折射出教师的工作状况，以及对“双减”工作的关注度。这点也体现在教龄上，如图6是不同教龄参与度统计，教龄在5年以内占29.07%、6-10年的占27.91%，15年以上均小于10%，教龄从短到长呈现出明显的下降趋势。

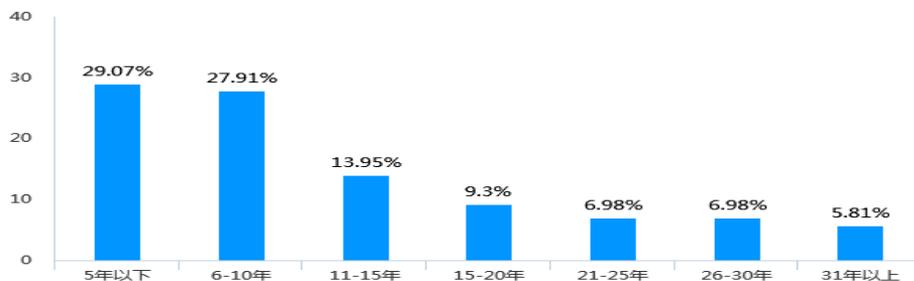


图6 不同教龄参与度统计

调研发现，“双减”工作还存在着教师性别上的差异，女教师更多的是去思考怎样把布置下来工作任务不折不扣做好，男教师中存在着这项工作怎样做得有意义、存在哪些问题、实践中怎样改进等方面的思考。

2. 学生及家长个体评价情况：各有考量

本次调研合计线下访谈学生 12 人及家长 8 人。图 7 是家长对周末作业量理解和孩子对“双减”看法的情况，其中，从家长层面看，当被问及“周末孩子作业的情况”时，表示作业不够、怕孩子玩手机要布置一点作业占比 62.50%，孩子没人管占比 37.50%，担心成绩下滑的有 75.00%；在孩子层面，75.00%的孩子表示“喜欢”，孩子对家长的兴趣班意向等了解的。调研显示，家长和成绩较好的孩子对“双减”存有一定的顾虑。

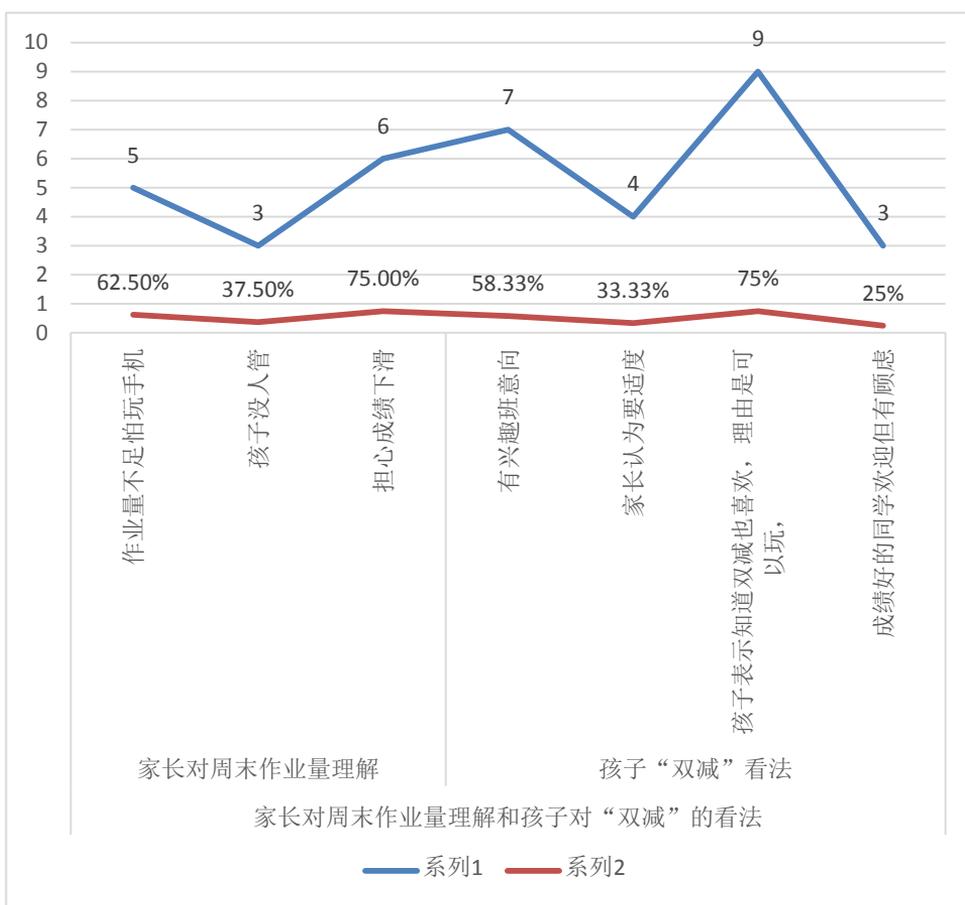


图 7 家长对周末作业量理解和孩子对“双减”看法的情况

3. 学校管理方式的影响：关联紧密

问卷结果表明，学校的管理方式也直接影响着“双减”的个体评价。图 8 是“您

觉得学校双减工作做的比较好的地方”的数据，其中作业管理和课后服务皆为占37.21%，提升课堂教学质量占13.95%。

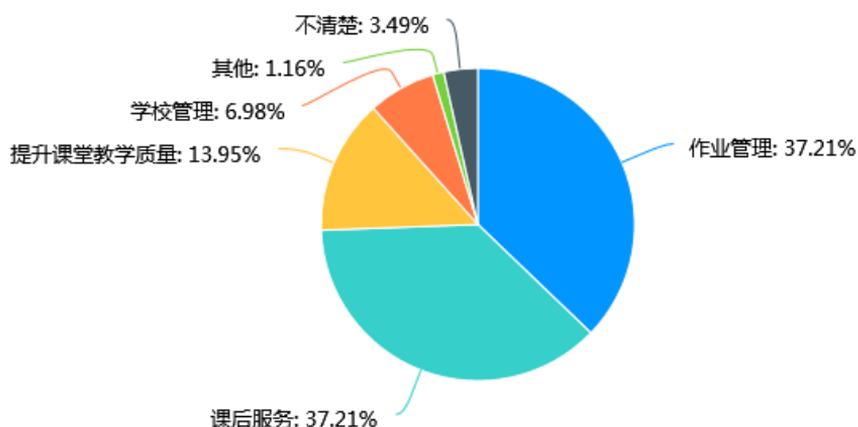


图8 教师对学校双减工作做的比较好的地方评价情况

图9是关于“课后服务背景下您最希望学校管理优化或制定的项目”的情况，“教师弹性上班”占53.49%高居榜首，“丰富课后托管”占15.12%、“提供教师晚餐”占10.47%、“志愿者参与”占8.14%。从中可看出，教师持有共识：“双减”工作还是要从教师侧去落实，而不是从学生侧找出路。

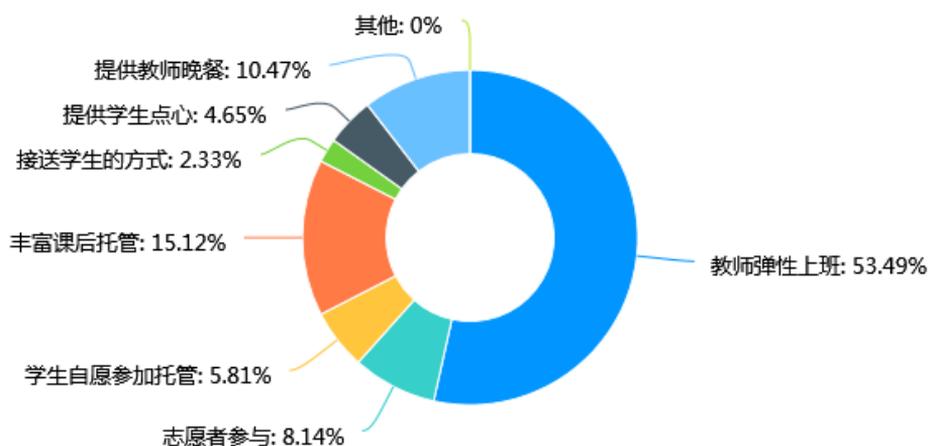


图9 课后服务背景下教师最希望学校管理优化或制定的项目的意向

图10是教师认为“影响双减工作推进的最主要因素”的情况，“区域统一监考”以38.37%排在第一，“家长的影响”排在第二，“教师观念问题”排第三。这三者排位恰好是教育紧密度极高的社会、家长和学校三个方面。

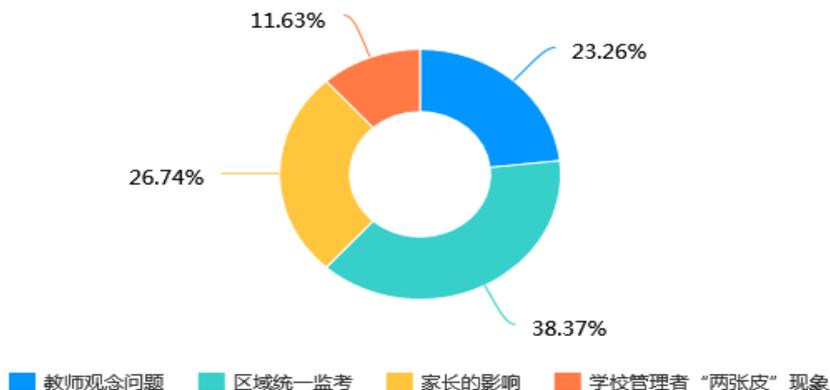


图 10 教师认为“影响双减工作推进的最主要因素”的情况

三、问题与挑战

通过调研，发现了一些亮点，也看到了一些明显的弱点，乃至隐秘的堵点、难点。所有这些都是汇聚成“双减”的挑战，也给“双减”以机遇。

（一）支撑乏力，普遍行进在“双减”的浅水区。

县域学校全面启动，但热闹共舞的背后是办法不多，支撑不足。一是“双减”工作带给学校诸多的新挑战，除图 5 中所提及的资金保障、人力支持、教科研支持外，如非寄宿制学校因管理样式的变化所感受的压力会更大一些。二是“双减”刚趟入深水区的边缘，破解问题的办法不多。总体状况是形式强于内容，对于第一学习空间、第一学习时间的课堂，有涉猎，但还鲜有实质性变革；动力上，大多停留在从上到下的外部推动的需要，还没真正转向到学校、教师的自身需求上来，有些仍是应付处置的，没有全局性布局，更谈不上系统集成。三是深水区实践所需的思考力、观察力、行动力、凝练力明显不足，“双减”考验着一所学校、一个教师的教育科研的支撑力。

（二）城乡差距，依然制约着“双减”的均衡性。

座谈中，几乎无一例外地认为，这种城乡差异更多的是城乡差距。差异原本是优势，但城乡社会经济发展上的差异，总体还是影响着学校的“双减”，其关键问题是：一是教育视野较狭窄，学校之间空间间隔远，参照样本单一，目标矮化；二是教育发展型短板，引领型的骨干教师占比偏小，压力传导衰减，有小富即安的心态，不敢有走在前列的想象，想法单一，得过且过；三是教育资源有差距，基础性不足，限制潜力释放，体现在研究上是异质性不强，做法单一，浅尝辄止。

（三）心力不足，群体性缺少“双减”的核心力。

调研发现，“双减”工作各校存在明显的共性短板，教师乃至学生普遍是心有

余而力不足。这背后的问题实质是：学校管理层面面对“双减”工作的制度设计与安排上思考不足，在实施中顾此失彼，尤其是人文性关怀往往不够；宣传引导上，不善于用时代教育的话语来解读“双减”的无尽意义，不善于用美好教育的语态讲好“双减”故事；操作体系上，“双减”没有围绕人文关心来重新组织，学校对教师和学生两个层面上均缺乏心理减负的本领，工作执行中缺乏教师或者学生可能真正关心的东西，缺少烟火气、家常味。

（四）评价缺位，尚未建构起“双减”的活生态。

从调研看，分数优先的局面依然是坚固的壁垒。图 10 表明，对影响“双减”工作的因素排名第一是区域统测，这反映出人们对唯分数的担忧。目前，从教育行政部门还没推出真正意义上的“双减”评价体系，导向不明，让很多学校边做边试，顾虑重重；因为评价未改，“双减”很容易成为变相延长学生在校学习时间，让教师拼消耗，尤其无法从思想根源上去消除那种肆意挥霍教师的教育热情的倾向；如只强调形成性过程评价、综合性多元评价，不能有效变革终结性评价，也难以形成“双减”的活生态。

四、对策与建议

通过调研，了解到了县域“双减”的基本情况，明细了影响“双减”的主要因素及相关问题。下一步要进一步加强“四则运算”，运出思路，算出门道，剔劣择优，促进区域“双减”迈向 2.0 时代。

（一）融合教育共富，区域深化推进力度切不能“减”。

淳安县以使命担当的站位，融入教育共富的理念，从顶层强力推进“双减”，“三步走”计划即将完成，下一步深度推进工作的力度仍不能减。要在继续夯实新常规、巩固已有成果的基础上，打出“组合拳”，加大制度配套、资金保障，促进社会资源教育使用等方面再上新台阶。同时，“双减”是多文化文本，要引导从宏观经济大背景下看“双减”担当，通过“双减”减轻孩子的课业负担、减少教育培训去践行底层逻辑，降低教育投资，展现教育共富的担当和情怀。

（二）聚焦持续发展，教育研究支持力度应明显“加”。

淳安“双减”良好的开局得益于教育人的合力付出，也有教育科研前期介入加强引导的一份功劳，体现出“双减”与教科研跟进成正相关。在“双减”进程中，全县组建“共建型”小学教共体 8 个、初中共同体 5 个，下一步要教育研究加大支持，引进县外教育智库，将教共体培育成“协作型”教育发展平台。同时，要创新县域教科研指导样式，建立“双减”研究驿站，开展“双减+共富”专项课题和论文评审，加力典型案例的打磨与推广，鼓励学校引领教师探究和推出更多的“双减”好经验。

（三）变革内部治理，教育管理转型升级要善于“乘”。

教育部门要同学校一道乘势而上，从校长队伍建设、管理理念和治理能力上下功夫，发挥校长主心骨、掌舵人的核心引领作用。要倡导学校理论建校，坚持正确方向，善于将差异变成资源，通过“双减”促发理念与方法的配套更新，乃至管理转型。鼓励学校给予学生宽松成长环境、应有的尊重和选择权。教师要从学生生活出发，融合职业意识，从关注学生学习能力转向学习本领，教学生在如何规则下赢、兼顾有尊严体面地输。

（四）建立关心机制，让教师拼消耗状况须尽快“除”。

学校是“双减”的主战场，课堂是“双减”的主渠道，教师是“双减”的主力军。要建立关心机制，把握教师工作特点落实工作要求，促进教师将职业生活与教育情怀相结合；要从心开始，注重情境性、激活组织，融入多种资源、打通循环；要善于借力教师的思维特质，为其提供更多建言献策渠道，释放人才优势；要用好青年教师的力量，充分把握专业成长、职业发展需求特点，提供更多的干事创业平台。

参考文献：

[1]中共中央办公厅、国务院办公厅.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,2021.07.

[2]淳安县教育局.淳安县义务教育阶段“减负提质”教研工作实施指导意见,2021.08.

[3]李红恩.国内高中生校本课程参与度调查研究[J].上海教育科研,2015,11:39-42.

[4]周兆麟、李瑜芝.数理统计[M],中国统计出版社,1985.3:152-163.

建德市义务段学校“双减”实施情况调研报告

建德市教育科学研究中心

为切实贯彻教育部、省市有关“双减”工作精神，了解我市义务教育学校落实“双减”工作情况，探索“双减”工作新方法，更好地总结和提炼学校“双减”工作的经验和亮点，根据杭州市教育科学研究院《关于开展我市“双减”工作调研的通知》要求，建德市教育科学研究中心在市教育局的领导下，开展了全市义务段学校“双减”工作调查研究工作。

一、调研概况

（一）制定调研方案

根据杭州市教育科学研究院《关于开展我市“双减”工作调研的通知》要求，我市教育科学研究中心制定了《建德市义务教育学校“双减”工作调研方案》，明确调研目标任务和时间节点。成立以分管副局长为首、由基础教育科和教育科学研究中心具体工作人员组成调研小组，负责本次调研工作的实施。

（二）有序推进调研

本次调研时间紧任务重，自11月16日成立调研小组后，17日制定确定方案，20日开始部分学校走访活动，包括重点调研1所小学和1所初中。24日之后通过座谈补充调研材料，11月25-12月6日整理资料，12月7日开始撰写调研报告。



（三）调研基本情况

调研中，调研工作小组及基础教育科、全体教研员全面深入调研小学1所（明珠小学）、初中1所（新安江第一初级中学），实地走访学校9所（初中3所，小学6所），参与座谈学校17所（初中5所，小学12所）。走访人员主要涵盖了校长、教学副校长、教导主任、教科室主任、教研组长和部分班主任、学生。收集学校“双减”工作总结及亮点做法27项。

二、经验与亮点

（一）提高认识，迅速落实“双减”工作

建德市高度重视“双减”工作，市委常委会召开专题会议学习研究中央、省市相关文件，市委教育工作领导小组多次召开“双减”工作会议，审议通过了“双减”工作“四方案一清单”，市教育局多次组织召开义务教育阶段校长会议、部门会议、培训机构会议，传达部署“双减”工作要求及任务。9月1日，全市义务教育阶段学校全部开展课后服务。陈根芳厅长调研检查我市开学工作，对我市学校迅速高效落实“双减”工作给予了充分的肯定。

1. 加强领导，成立专班。市级层面成立“双减”工作领导小组，下设一办六组。教育局详细制定推进全市“双减”工作方案，各个学校将“双减”工作列入学校新学期开学重点工作项目，形成了“市——局——校”三级管理网络，保障全市“双减”工作积极稳妥地推进。教育局安排督学进校督查双减工作落实，实行“每月一督”，时时有督导，促进学校课后服务的正常开展。

2. 多方研究，制定政策。召开“双减”工作会议进行专题研究，广泛听取各部门意见建议，形成并通过了建德市“双减”工作方案。在此基础上，召开义务段校长座谈会、教师座谈会及家长会，组织学习“双减”工作的有关文件，领会精神实质，深刻理解和把握“双减”工作的重大意义。各校制定学校落实“双减”工作的方案，扎实推进学校双减工作，在开展调研的过程中，已收集全市义务教育段48所学校落实“双减”的工作方案。

3. 家校协同，形成合力。为提升家长认识，学校利用家长会、公众号、家长群等多种形式，向家长、学生宣传素质教育观、全面发展观，做好“双减”宣传工作，取得家长和社会的理解、支持和监督，形成合力，共同做好“双减”工作。如明珠小学，在开学之前就召开了家委会会议，向家长代表征求意见，共同协商讨论学校落实“双减”工作的办法和举措。新安江第二小学在落实“双减”工作一段时间后，通过家长会让家长了解学校在“双减”工作中的做法，让家长看到孩子在“双减”背景下的变化，共同探讨优化“双减”措施，以转变家长教育观念，形成教育合力。

4. 选树典型，及时宣传。在推进“双减”工作的过程中，学校边实施，边总结，管理部门深入走访，发现典型，挖掘特色。为稳步推进“双减”工作落地、落实、落细，推广“双减”工作的好做法，好经验，建德教育公众号开辟《双减在行动》专栏，宣传报道双减工作中的经验做法，像新安江第一小学提出的“书包不离校，作业不回家”的做法，乾潭初级中学课后服务“三个度”提高学生满意度的做法等。同时，还将“双减”特色亮点的经验通过建德发布、杭州教育发布等媒体宣传，通过宣传营造良好的教育生态氛围。

由于前期工作落实到位，我市迅速落实“双减”工作，全市48所义务教育公办学校全部开展了课后服务工作，参与服务学生27726人，覆盖率84.70%，实现了课后服务学校全覆盖、有课后服务需求的学生全覆盖。

（二）科学统筹，保障课后服务开展

义务教育学校全面推行课后服务，针对“1+X”（基础性托管+拓展性托管）服务模式，丰富学生课余生活，助力学生全面成长。各校通过丰富课后服务内容、拓展课后服务形式、提高课后服务质量等开展了实践，为全面提升学校育人水平，为学生健康成长、全面发展创造更好条件。

1. 形式丰富，灵活安排

根据“双减”政策和课后服务的要求，大部分学校开展了“1+X”的模式。“1”为基础作业辅导，要求作业在校完成，教师及时指导。“X”指丰富多彩的活动课程，主要包括体育健康类，艺术熏陶类，书香阅读类等等。“1+X”，一静一动，丰富了学生课余生活。寿昌第一小学则开展“1+1+X”特色化课后服务：学生在教室做“1”个操（可阶段性更新，灵活多变），接着在教室完成规定课程“1”（自主作业时间）后，学校结合师资、办学特色等特点，增设特色课程，学生进社团享受“X”特色课程。

2. 责任到人，保证质量

要提高课后服务的正常开展，师资的安排是关键，全市约93%的义务教育段教师参与了课后服务工作。学校安排认真负责的教师参与课后服务工作确保全域有人，全程有人。明珠小学实行了“双师管理”制度，在课后服务的“1”时间里，安排了一名教师作为主班老师，全程管理学生完成当天的作业；而语、数、英、科等学科教师作为走班教师，形成流动岗，为有需要的学生进行答疑解惑，特色鲜明。

3. 加强管理，制度落实

坚持把安全管理放在课后服务的首位，各校切实加强安全管理，明确指导教师、家长职责，建立健全和落实放学与服务接送衔接、值班值勤、检查监督、管理教师交接班等课后托管服务工作的一系列制度措施。大同第一小学从做有温度的教育出发，配备完善的课后服务制度，包括值班教师工作职责、课后服务工作制度等，还建立了课后服务学生档案，做到班主任、课后服务教师、家长三方的“无缝衔接”。航头初级中学，根据学校实际制定《非住校生家长接送管理制度》、制作非住校生“接送牌”等，明确每个岗位的职责；大慈岩中心小学管好校门，上好车门，进好家门，通过“三门”无缝对接做好学生接送车管理，编织出一张安全防护网，保障课后服务工作落实落细。

4. 一校一策，暖心保障

“双减”背景下的课后服务是个新鲜事物，没有现成的经验可学，各校都是在实施的过程中，摸着石头过河，碰到问题及时解决，做到一校一策，学校能够解决的问题由学校主动解决。像实验小学，为参与课后服务的学生提供爱心牛奶活动，

解决了孩子中途肚子饿的问题；大部分学校的家长爱心护学岗，以及交警、城管等，在学生上放学时段，义务维持校门口的秩序，护送学生过马路，保障师生安全。因接送车到点时间部分家长不方便接送的，学校还联系各村党员老师或退休老师为中间接送人，进行无缝对接将学生送到家；为保障教师能够安心参与课后服务，全市各个学校都为参与托管的教师提供爱心晚餐，解决教师的后顾之忧。

5. 关键小事，助力双减

“双减”工作全面开展以来，市教育局党委紧随改革脉动，查摆学校短板，抓住关键小事，聚焦晚托后老师迟迟不能回家的难点、堵点问题，打造“安居计划”，积极改造教师公寓，让教师住得暖心舒心。全市率先在偏远的农村学校实施宿舍改造行动，投入160万元，改造宿舍4800平方米，保障双减工作顺利进行。如三河小学是建德市最偏远的农村学校之一，宿舍改造之后，实行宾馆式管理，拎包入住，24小时热水，家电齐全，还有共享厨房、共享健身房、谈心室等，俨然是一个温馨的小家，让忙碌一天的教师们得到最好的休息。全校13名教师，有10人就常住在这个小家里，安心地投入到“双减”工作中。

（三）五育并举，课后服务精彩纷呈

1. 按需定制，指向减负

在课后服务“1+X”的模式中，“1”为基础作业辅导，各校以生为本，把作业辅导做成了减负的“1”。新安江第一小学率先提出了“书包不离校，作业不进家”的理念，得到了省教育厅陈根芳厅长的点赞。通过课后服务时间，学科老师轮流看护，指导学生完成作业，对学习有困难的学生进行个别辅导与答疑，真正做到书包“不回家”“知识盲点不累积”，学生当天的书面作业全部在老师的指导下完成，当天学习的知识及时得到巩固，真正为孩子减负。

2. 一校一品，突显特色

在推进“双减”课后服务的“X”课程中，大部分学校都能依托学校原有的特色，在特色办学的基础上开发拓展性活动，形成一校一品，各具特色。

寿昌第一小学依托学校现有五育空间特色工坊资源，开设了五大类12项“X”拓展性活动项目，为学生提供“菜单式”个性化成长服务。上马小学“1”清作业，“X”强拓展，依托学校的竹文化特色，以“走班式拓展和一站式拓展”的形式，让孩子自主选择相应的拓展课程。大同第一小学提出了“书包不回家，特长带回家”的理念，围绕学校“畚韵·稻香·慧学”的办学目标，致力于传承畚韵文化，挖掘稻香元素，形成了“篮球、畚歌、民乐、编织、畚药”等特色课程，让学生在想学、乐学的氛围中将特长“带回家”。

在拓展课时间，寿昌第二小学的球场上孩子们你追我赶，欢声笑语，成为学校

一道美丽的风景线，实施课后服务以，学校的足球队员从原来的 80 多人增加到 120 多人，除了足球特色课程，还有航空、武术等特色课程也深受学生喜欢，浙江省非物质文化遗产项目天罡拳也进入了拓展课的课堂里。

3. 引进资源，丰富课程

当前学校课后服务一般由本校教师承担，为进一步整合学校拓展课程资源，学校主动出击，引用社会教育资源，提升拓展课质量。如明珠小学与青少年活动中心合作，协同开发课后服务课程，实行双人负责制，独具特色的“体验式学习”课程满足了学生差异化发展需求，受到学生和家長的一致好评。

4. 因地制宜，拓宽渠道

在“双减”政策的号召下，教育回归初心，有些学校利用学校周边资源，因地制宜地开展拓展活动，使学校的课后服务精彩纷呈。梅城南峰小学、莲花中心小学在拓展课中增设农耕课程，建设学校的劳动教育实践基地，充分整合劳动教育资源，以创造性的方式推动劳动素质教育落地、扎根、生长。学校还纷纷运用学校场馆，开设拓展课。像明镜小学开放了学校德文化馆、新安江第一小学开放了大坝文化馆等，更多的学校运用校史馆等，开展德育活动，拓宽课程渠道。

（四）聚焦课堂，优化教育教学管理

为切实做到优质轻负，市教育局出台中小学提质强校行动指导方案以及教学管理十项规定，围绕优化课程体系、深化教学改革、减轻学生过重的课业负担、完善教育评价机制、加强教育教学研究等方面进行顶层设计。学校落实主体责任，指导教师创新作业布置，强化学生主体意识，提高课堂效率。

1. 监管到位，提升作业质量

当前，落实“双减”严格执行作业管理规定首当其冲，教育局通过学科专家组，为全市义务段学校推荐适性作业（每科各选择稍难点的作业和容易的作业），确保作业的数量（每门学科一份辅导资料）和质量。学校协调统筹各学科教师科学合理布置作业，把握作业内容、形式和总量。梅城中心小学建立了作业总量调控和质量定期评价制度，班级作业指定专人记录，学校定期检查。学校开展无作业日，布置分层作业、弹性作业和个性化作业，设计探究性作业和实践性作业，跨学科综合性作业，做到让绝大多数学生能够在课后服务时间内完成作业。新安江第三初级中学设计星级分层作业，提升适性思维能力，实施分层渐进式作业，实现“量身定制，人人吃饱”、“针对差异，聚焦能力”、“有效教学，核心落地”，让作业适合每一个学生。

2. 注重研训，提高教师素养

市教育科学研究中心围绕“双减”，充分展开调研。初中、小学每月分别安排

一至两次集中调研，分段组织全体教研员到学校蹲点进行集中调研，或以学科组为单位，深入学校进行学科诊断式调研。积极开展轻负高质的课堂教学研究，组织开展了“教师命题说题”和作业设计比赛，开展主题式教研，聚焦到提升教师课堂教学的能力。

三、问题与挑战

“双减”政策的推进，课后服务的实施，在校时间的增长，缓解了众多家长的焦虑。但同时也将家长、社会的注意力进一步聚焦到了学校，让学校感到压力倍增。

（一）教师面临实际困难

根据统计，全市义务教育段约93%的教师参与了课后服务工作，对教师来说参与课后服务，工作量就增加了很多。如体艺老师，一般每周课时在18节左右，再加上每天的拓展课，倍感压力。尤其是班主任老师，基本上每天都要在校参与课后服务，即使没有安排课后服务，也要在放学时组织学生放学，冬令时实施后老师们到家6点以后，如果有偏远的农村学校，回到城区家里的时间还要更迟，特别是双教师家庭，可能会带来更多的困难。许多校长直言，从“双减”的课后服务实施以后，学校连开个全体教师会议的时间都没有了。尽管有“弹性上下班”的政策，但学校比较难操作。

（二）专业素养亟待加强

“双减”政策落实以来，教师每天的工作时间极大的增加，自主支配时间变少，疲于应付的状况时有发生。“双减”后教师没有更多的精力去研究教学，去进行作业设计，学校组织的校本研训次数大幅减少。调研中发现，有比较多的老师只是在按部就班地使用统一的作业本，作业形式单一，没有改编、选做和自行设计的针对性强的作业，部分城区学校有自行设计的作业但也质量不高。大部分教师坦言，在课后服务的时间一般只辅导任教学科，开设拓展课的能力不足，拓展课程质量不高。

（三）教学质量压力增大

在调研中，有较多的学校校长和教师顾虑“双减”课后服务的质量。作业总量下降后，参与课后服务的学生能在校完成作业，不参与课后服务的学生的作业需要家长进行监督完成，作业质量参差不齐，中下学生的知识得不到及时巩固。另外，对学生的学习质量和教师的教学质量的评价改革是推进双减工作的一个难点。只要评价指挥棒不变，各项措施的推进必会困难重重。一段时间的课后服务，使部分家长也很担忧。调研发现还存在“校内减负、校外增负”现象，还需加强家校沟通，理性帮助孩子确定成长目标，缓解家长焦虑情绪，为孩子成长营造良好教育环境。

（四）师生健康状况堪忧

由于当前的课后服务都以延长在校时间为主要形式，在原来的上学时间上增加

2小时。通常小学生早上7:00从家里出门,到晚上6:00到家,初中的学生早上6点多家里出门,到晚上9点到家,农村学校的学生每天出门时间更早,晚上到家时间更迟,这样长时间高强度的在校时间,而到家后的亲子沟通时间非常缺乏,极易引发身心健康隐患,甚至会造成部分学生的厌学及身心不健康。教师在如果繁重的负担下,身心健康也极大地受到影响。

(五) 保障有限制约双减

随着“双减”的实施,教师不足、场地不够成了每个学校普遍提出的困难。城区学校生源多,近几年来不断扩班挤占了很多专用教室,拓展活动缺场地;农村学校有场地,但教师数量少,体艺类教师更少,校外的资源也不缺乏,拓展课不丰富。课后服务结束时,学校门口及附近的各路段的拥堵,尤其是下雨天,路上车辆的暴增,拥堵时间长,学生上放学“两头黑”,安全问题值得思考。大部分校长反映,落实“双减”后,学校管理成本不断攀升,经费开支增加,特别是水电费大幅度增加,参与服务教师的晚餐经费增加,教师课后服务补贴没有到位,而生均公开经费没有增加,学校入不敷出。

四、对策与建议

为进一步推进全市“双减”工作更持续、优化、深入开展,需要明晰方向,跟进措施。

(一) 优化设计,做强“X”拓展活动

目前,学校的课后服务形式基本上采用“1+X”的形式,对作业辅导与拓展性课程学习的把握,要有主次、分层的设计,要避免将“1+X”简单作为一天课堂教学的延伸的补充,丰富课后服务的设计,可以有“1+1+X”、“1+X+Y”等不同的形式,服务形式不断丰富。增加学生自主活动的时间,增加学生对课后服务的自主选择权。尤其要做强“X”课程,组织学生开展丰富多彩的文体、艺术、劳动、阅读等活动,使拓展性活动成为孩子一天紧张学习之余的一个期待,让孩子把“特长”带回家,努力满足学生不同学习需求,力争校校有特色,生生有技能,全面提升学生素养。

(二) 丰富载体,拓宽课后服务途径

“双减”的主阵地在学校,但绝不仅是学校的事情,需要全社会共同关注。各级部门要高度重视目前双减过程中出现的问题,要尽最大可能解决困难,给师资,给场地,给政策,给经费。第一,开展教师培训,提升教师开发和实施拓展性课程的能力;第二,丰富师资来源,政府部门要提高教师编制,解决教师缺编问题。要让更多的社会工作人员、志愿者加入到双减课后服务的队伍中,或引进有资质的校外机构,弥补师资不足、特色教师少及教师任务繁重等不足;第三,校内外相结合,保障校内教学场地充足,还要开放社会场所如体育馆、图书馆、青少年活动中心、

社区等，弥补场地不足，拓展活动也不局限于校园中进行，拓展学生学习空间，丰富服务内容。政府要增加教育的投入，用于改善办学条件，要增加教师编制，以应对激增的工作量，要落实专项经费，保障教师合法权益。像“安居工程”解决了偏远农村学校教师住宿的后顾之忧，这样的暖心工程再多点，再快点。

（三）加强研究，真正落实减负提质

减负不减质，是“双减”应有之意。教研部门要转变研究方向，针对作业管理、课后服务、提升教育教学质量、双减背景下的学校治理、区域优质均衡发展等方面，加强双减的指导和引领，创新区域层面的教研方式，为教师成长搭平台，铺路子。学校层面要加强校本研究，结合学校和教师自身实际，不断夯实教学常规，探索轻负高质的课堂教学模式，加强学科教学研究，探寻、积累提高课堂效率、提高作业管理水平、提高课后服务质量的方法经验，杜绝“双减”工作表面化、形式化。要将学校双减工作中的难点、热点问题进行课题化研究，边研究边实践，边研究边改进，让课题研究真正服务教育教学，服务双减工作。

（四）改进评价，深化教育教学改革

评价是指挥棒。如何评价学校？如何评价教师？如何评价学生？怎么评价“双减”工作的落实？教育管理部门调整评价目标、评价内容、评价方式，要加快教育教学统筹协调，深化教学改革，做好顶层设计。要做好教学评一致性，突出考试“诊断学情教情、改进加强教学”的功能，要实施全面评价、过程评价，改变“唯分数论”。学校要不折不扣执行“双减”文件精神，切实减轻作业负担，让学生在学中乐，乐中学，学中获。

“双减”工作事关中小学生健康成长，是拓展学生学习空间、推进素质教育、落实立德树人根本任务的重要途径，需要全社会共同关注。在实施“双减”的过程中，我们不断加强研究，破解难点痛点，做出特色亮点，办出人民满意的教育。

下
篇

半张 A4 纸

——双减背景下的作业优化设计

杭州采荷第一小学教育集团 沈益强

一、学校概况

杭州市采荷第一小学自 1987 年建校以来,不断探索发展路径,创新管理模式。2008 年学校尝试走集团化办学之路,对采荷、双菱、钱江苑三个校区实施紧密型管理。2020 年,钱江苑校区更名为杭州市钱江新城实验小学,继续实行紧密型集团化管理。

集团始终紧紧围绕“关注孩子一生的发展”的办学宗旨,积极践行“向美而生与美同行”的美育化办学实践。提炼出有形的“荷文化”,不仅以荷花高洁、清雅的特质引领集团内涵发展,更是将“荷”作为一种文化意象所承载的“正直、自信、灵动”的品质,植根于采一每一个师生的心中。

集团牢牢坚守教学质量这一学校发展的生命线,打造思维课堂引领下的“融创课堂”,实现轻负高质,一直在区教学质量检测中名列前茅,连续十六年被评为江干区教学质量优秀学校,以过硬的教学质量树立口碑,赢得社会各界的广泛赞誉。

二、问题聚焦

多年来教育圈提倡的改革,减轻学生学业负担绝对是核心主题之一,但要真正落实起来,着实不易。在实际教学过程中,存在以下问题,导致学生负担过重:

(一) 依“本”施教,效率低下

实际教学中,教师把教材当成学生获取知识的唯一途径,没有根据学生真实的认知起点和已有的生活经验,把大量练习时间用在知识技能的单一操练上,使学生获得不到高效的学习经历。

(二) 题海战术、“作”而无效

长期以来,学校、教师在小学数学作业的布置方面存在着随“师”所欲、题海战术等。学生在这些问题中做着大量、盲目、重复、单一、无效的练习。

(三) 缺少分层,反馈单一

日常教学中作业的布置总是统一要求,没有根据学生之间存在着差异性,进行分层设计,而且反馈形式又过于单一,对于对应“慢而低效”的学生来说,不仅完成作业的时间长,而且难点积少成多,“畏难”情绪增加。

三、解决举措

那如何减轻学生过重的作业负担呢?又如何能在“双减”的背景提升学生的作业

该是（ ）。

这道习题检测学生是否掌握“余数相同是形成循环小数的原因”，由商是 $2.0\dot{3}5$ 可知，循环节为35。由算式可知，商“3”由“ $100\div$ 除数”得到，为了得到循环节，下个“3”也需由“ $100\div$ 除数”得到，所以虚线方框里只有是10，才能添0变成100，继续除得到商“3”。

(2) 重视错误，扩大效益

当前，“错误是重要的学习资源”、“暴露错误、捕捉错误、分析错误、利用错误，促进有效教学”等理念已经广大教师的共识。教师需要“预设错误、分析错误、利用错误”，使错误真正成为重要的学习资源，成为“轻负高质”的重要资源。

预设错误：教师在教学四年级下册《运算定律》后的，有意设计这样的习题： $7500\div 75+7500\div 25$ （正确率35.2%）。因为该习题结构与乘法分配律的结构非常相似，所以“ $7500\div 75+7500\div 25=7500\div (75+25)$ ”成为学生主要错误。

分析错误：错误的暴露成为教学的资源，也成为学生进步的资源，所以，第二天的讲评课围绕“ $7500\div 75+7500\div 25$ ”展开。教学流程如下：

主要问题	目的
问题一： $7500\div 75+7500\div 25=7500\div (75+25)$ 为什么这么做？	倾听学生真实想法，暴露元认知。
问题二：有哪些方法说明“ $7500\div 75+7500\div 25\neq 7500\div (75+25)$ ”	调用经验，反思解决过程
问题三：应该怎么做？	巩固方法，加深影响

利用错误：设计跟进练习，让错误作用最大化。在讲评课课后，教师设计以下习题，让学生再次再练习中感受三道习题的相似与不同，从而巩固不同类型问题的解决方法。如： $600\div 25+600\div 15$ $1500\div (15+10)$ $1\div 6+2\div 6+3\div 6$

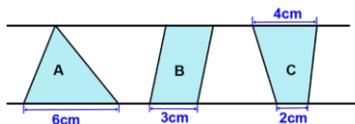
(3) 适当拓展，发展能力

学生存在个体差异，教师应为不同学习水平的学生提供适合的练习，如可以设计三个层面的题目。学生能力存在差异，练习的设计需满足不同层次学生需求，在保底的同时学有余力的同学也有能力上的提升和发展。因此，在设计练习时基于《课标》要求适度拓展。

如上完“三角形面和梯形面积”后我们设计这样的一道练习：

如图，平行线间的三个图形A、B、C的面积一样大吗？说明你的理由

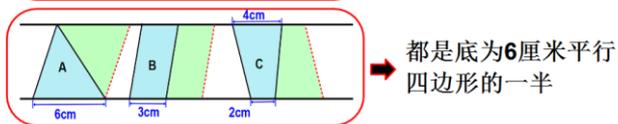
对于这样的一道题目，不同的学生可能会有不同的方法。



$S_{\text{三角形A}} = 6 \times 10 \div 2 = 30 (\text{cm}^2)$
 $S_{\text{平行四边形B}} = 3 \times 10 = 30 (\text{cm}^2)$
 $S_{\text{梯形C}} = (2+4) \times 10 \div 2 = 30 (\text{cm}^2)$
 → 假设高为10厘米

$S_{\text{三角形A}} = 6 \times h \div 2 = 3h (\text{cm}^2)$
 $S_{\text{平行四边形B}} = 3 \times h = 3h (\text{cm}^2)$
 $S_{\text{梯形C}} = (2+4) \times h \div 2 = 3h (\text{cm}^2)$
 → 假设高为h厘米

$S_{\text{梯形A}} = (0+6) \times h \div 2 = 6h \div 2 = 3h (\text{cm}^2)$
 $S_{\text{梯形B}} = (3+3) \times h \div 2 = 6h \div 2 = 3h (\text{cm}^2)$
 $S_{\text{梯形C}} = (2+4) \times h \div 2 = 6h \div 2 = 3h (\text{cm}^2)$
 → 利用梯形的万能公式



对于这样的题目,有些学生可能会假设具体的数据;有些学生可能会假设高为h厘米;有些学生可能会直接利用梯形的万能公式;也有学生可能利用画图,把三个图形都拼成一个底为6cm的大平行四边形,发现它们的面积都是大平行四边形面积的一半,满足了不同层次孩子的需求。

(4) 内容丰富, 分层设计

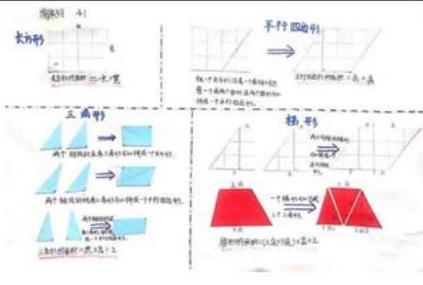
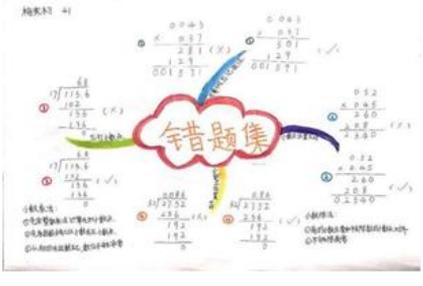
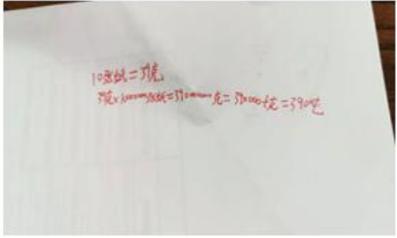
半张 A4 纸设计我们坚持“因材施教”, 使学生们摆脱了“题海战术”。

姓名		学号			
100464 每日一练 (45)					
A层(拔高题): 7, 8					
B层(进阶题): 5, 6					
C层(基础题): 1, 2, 3, 4					
1				600007201	
$15 \div () = () : 40 = 1.25 = \frac{()}{16} () \%$					
2				600007202	
抽样检测一种商品, 48 件合格, 2 件不合格, 这种商品的合格率是 ()					
3				600007203	
甲数除以乙数的商是 1.6, 甲数是乙数的 ()%。					
4				600007204	
某班有 15 名女同学和 25 名男同学。男同学占全班人数的 (), 女同学比男同学少 ()%。					
5				600007205	
一杯盐水 100 克, 含盐率 8%, 给杯中再倒入 150 克水, 搅拌均匀后, 此时盐水的含盐率是多少?					
6				600007206	
甲、乙两只电子小爬虫从 A 点出发, 匀速地沿着同一条轨道爬向 B 点, 甲用了 20 分钟, 乙比甲多用了 10 分钟。甲的速度比乙快百分之几?					
7				600007207	
一个计算器, 若卖 100 元, 可赚进价的 25%, 若卖 120 元, 则可以赚多少元					
8				600007208	
服装店有两套衣服, 售价都是 960 元, 但其中一套的售价比进价高 20%, 另一套的售价比进价低 20%。如果两套衣服都卖了, 店主是亏了还是赚了?					

让学有余力的学生获得自由发展的时间，一般学生也能得到充分练习，使学生的学习能力得到提高，促进其良好的学习习惯的养成。我们的“半张 A4 纸”作业分成 3 个等级（如上图），能力一般的学生可以完成 B、C 两个层次，学有余力的学生完成 A、B 两个层次，让每个孩子数学都得到不同的发展。

(5) 形式多样，综合提升

面对单一的、机械的、重复的作业，学生容易产生消极情绪，因此教师要设计灵活多样、具有挑战性的作业形式，激发求知欲、满足好奇心，在形式多样的作业中提升学生综合能力。

	样式展示		样式展示
例题探究		视频解说	
错题集结		阅读小报	
综合实践	<p>“一亿有多大”</p> <p>一、10 张 A4 的重量，20 张，50 张的重量分别为 39.5 克，82 克，210 克</p>  <p>二、一亿除以对应的张数</p>  		

我们“半张 A4 纸”除了每日一练外，还有例题探究、视频解说、单元的思维导图、阅读小报、综合实践等。

2. 使用方式

目前学生的使用方式只有笔头上的：答题、订正、整理、复习。教师利用作业

机扫描学生的每日一练，统计每天每日一练的完成情况，形成班级的学情分析，形成自己个性化的作业。能够借助大数据的技术，实现以下功能：

个性化错题	配套自批改答题卡，为每个学生收集整理日常错题，形成个性化练习册
精准推送	推送相关练习题，高效解决薄弱知识点，举一反三
在线解析	扫码观看错题解析，方便快捷
学情分析	使用 AI 技术，基于日常作业数据，为学生提供个性化的学情诊断
个性化作业	老师可针对不同层次学生布置个性化作业
拓展应用	典型错题集，全校共享，强化备考

(1) 学生使用方式

答题：①圈划标注关键词句；②所有题型，练习纸上保留解答过程。

订正：①订正及时，日日清；②订正必须不用颜色的笔；③订正必须有过程；④用不同标记对错题进行分析：如易错题用“○”来标记，经典题用“★”来标记，有疑问的题用“？”来标记，等等

整理（生成个性化错题本）：①准备好文件夹放“每日半张 A4 纸”；②按序号从小到大整理好，放置文件夹中；③每周生成一次个性化的错题本，重新做一做错题的相似题。

学生个性化作业

学校：杭州钱_____

班级：小学六年级(2016级)5班

姓名：徐芋谣



小学六年级(2016级)班 徐芋谣

1 题【600007310】 错：10人 来源：题外辅材 6000 P73

10. 老师带的钱准备买150本本子做奖品，他来到商店，发现正在搞活动，本子价格下降30%，他想：这下我至少可以买到200本本子了？他想得对吗？说明理由。

2 题【600007309】 错：2人 来源：题外辅材 6000 P73

9. 200g水加入多少克盐，恰好能配制成含盐率为20%的盐水？（注： $\frac{\text{盐的质量}}{\text{盐水的总质量}} \times 100\% = \text{含盐率}$ ）

3 题【600007308】 错：2人 来源：题外辅材 6000 P73

3. 商场促销活动，某种化妆品买四送一，相当于现价是原价的（ ）%。

复习：期末测试前，对“每日半张 A4 纸”的错误进行重点复习。

(2) 教师使用方式

① 统计分析

使用 AI 技术，基于日常作业数据，为学生提供个性化的学情诊断。通过作业机的扫描及时统计每日一练中的错题人数以及错题的学生名单。

1	题号：600007211	错题人数：37人	题目来源：题外辅材6000 P72
---	--------------	----------	-------------------

11. 服装店有两套衣服，售价都是960元，但其中一套的售价比进价高20%，另一套的售价比进价低20%。如果两套衣服都卖了，店主是亏了还是赚了？

② 典型讲解

教师通过作业机的扫描生成班级的错题集，展示学生的典型错题以及该题的一题多解，及时准确诊断出产生错误的原因。

查看全部错题

甲、乙两只电子小爬虫从 A 点出发，匀速地沿着同一条轨道爬向 B 点，甲用了 20 分钟，乙比甲多用了 10 分钟。甲的速度比乙快百分之几？

$20+10=30$ 分 20 分 $=3:2$

$(3-2) \div 2 = 50\%$ 答：50%

上一张 2/10 下一张

③ 精准推送

通过班级错题集，找出错误学生的名单以及该错题的相似题，高效解决薄弱知识点，举一反三。如：题号：600007211 的错误率非常高，教师给学生推送三道这样的相似题。

搜题_搜题结果 题号(600007211) X

共9题相似题 **第1题** 第2题 第3题

第1题 已经是复练题了 [通过本题获取相似题](#)

所属科目: 数学

知识点: 百分数的实际应用

【题目】
某服装店以每套600元卖出两套西服,一套价格比进价高20%,另一套比进价低20%,该店卖出这两套衣服能不能赚钱?

【解析】
先把第一套件的进价看成单位“1”,售价是进价的(1+20%),它对应的数量是600元,由此用除法求出进价,然后求出盈利多少钱;再把第二套的进价看成单位“1”,售价是进价的(1-20%),用除法求出进价,进而求出亏损了多少钱;再求出亏损与盈利的差即可。

“半张 A4 纸”的研究主要想借助现代化的技术进行作业的及时统计分析、典型讲解、精准的推送等实现作业“量”的减少,“质”的提高。

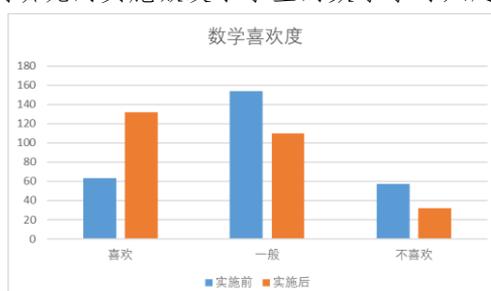
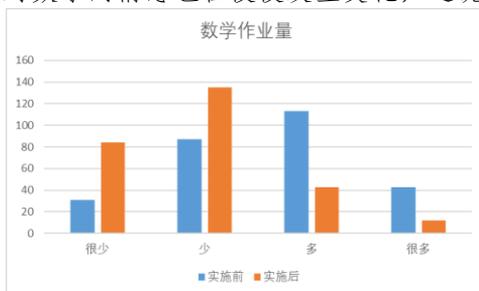
(一) 积累丰富的校本资源

通过研究,我们积累了6年级12个单元的整合教学设计、3个年级313份“每日半张A4纸”、12册108个微课材料,这些物化的成果都可作为校本资料,如:《经典练习》,在教学中不断传承、不断优化。

(二) 实现学生的轻负高质

1. 减轻学业负担, 增强学习兴趣

在实施过程中,我们统计发现学生的数学学业负担有显著的下降、数学学习兴趣有了显著提高,学生感觉课堂听懂了、作业变少且有趣了、薄弱环节有针对性,对数学的情感也在慢慢发生变化,这说明研究的实施激发了学生的数学学习兴趣。



2. 提升学业质量, 凸显减负提质

从近几年的4~6年级某一年级区学业水平抽测的结果来看,我校的数学成绩一直在原江干区教学质量检测中名列前茅。之所以我们的教学质量一直稳中有升,得

力于“半张 A4 纸”的实践研究，实现学生了“轻负高质”。

（三）促进教师专业成长

1. 数学命题能力提高

“每日半张 A4 纸”提升了教师对作业的认识。在日积月累的编制试题过程中，数学命题水平有了显著的提高。多校联合学业测试，课题组成员编制的试题受到广泛好评。

2. 科研能力水平加强

我们也在研究中不断的成长，近 2 年，我们数学组有多个杭州市课题立项如《三向整合：小学数学“轻负高质”的实践研究》、《三环五步：小学数学混合学习新样式》等等，这也说明我们的研究可到了专家们的认可。

通过“半张 A4 纸”的实践研究，我们促进了作业的精简性、精准性，实现了学生个性化的错题本，让作业更有实效性，同时也提升教师作业设计能力，实行了轻负高质。

参考文献：

1. 曹培英. 跨越断层，走出误区：“数学课程标准”核心词的解读与实践研究[M]. 上海：上海教育出版社，2017.
2. 袁晓萍. 学会向学生借智慧[M]. 浙江：浙江教育出版社
3. 陈芳 邵汉民. 单元整理设计 完善学习序列——以“三位数乘两位”的单元教学为例[J]. 教学月刊·小学版, 2019, (3):8-11
4. 潘红娟. 也谈错误资源的分析和利用[J]. 小学教学研究, 2017, (1):12-15

基于“作业负担风向标”的作业公示制度

浙江省教育科学研究院附属实验学校 唐宇红 周颖

自今年7月中共中央、国务院发布“双减”政策之后，浙江省教育科学研究院附属实验学校重新思考本校对作业管理的制度构建与操作实施。

一、学校概况

浙江省教育科学研究院附属实验学校是杭州市上城区教育局与浙江省教育科学研究院采用“院校合作”模式办学的一所九年一贯制学校。学校建设用地约21102 m²，建筑面积11340 m²，校园环境优美，精致典雅的建筑风格与生机盎然的园林绿化相协调，营造出宁静生动的学校氛围，是一所“净化、绿化、美化、文化”相结合的花园型学校。

学校创办于2010年，现有教学班30个，教师96人，学生1152人。学校秉承“多元融合、差异发展、精致和谐、活泼幸福”的宗旨、“和谐、求真、精致、创新”的校训、“勤奋、守纪、团结、活泼”的校风、“博学、协作、奉献、进取”的教风、“想学、能学、会学、乐学”的学风，走“科研兴校”之路。围绕“以生为本”、“以学定教”的教学理念，学校通过转化育人模式，开展基于主动学习的教学变革，办学质量得到显著提升，学生素质不断提高，学校品牌开始凸现。

学校先后获得“全国青少年足球特色学校”、“浙江省文明单位”、“浙江省教育科研先进集体”、“杭州市文明校园”、“杭州市美丽学校”、“杭州市绿色学校”、“杭州市依法治校示范校”、“杭州市智慧教育示范校”、“杭州市艺术特色学校”等荣誉。



二、问题聚焦：作业管理现状审视

1. 作业时长与作业量未实现有效控制，作业管理缺位

近几年一直提倡给学生“减负”，学校也实行了相应的作业管理机制，定期开展作业情况调查反馈，但学生作业负担一直是个模糊的概念。作业时长和作业量管理缺位——学生家长时有反映学生在家作业无法完成或在家作业严重影响睡眠时间情况。学生的作业“减负”成为一种美好却遥不可及的愿望。作业公示制度的制定与落地迫在眉睫。

2. 学科教师布置作业“各自为政”，缺乏协调统筹

作业时长和作业量的管理，关键在于年级内学科教师对作业布置的均衡协调，但目前学科教师布置作业往往“各自为政”，缺乏有效的沟通协调机制。相当一部分教师仍秉持着“为应试而教”的想法，选择“劳动密集型”题海战术以求保险，于是作业布置越来越多，给学生造成很大的学习负担。各科教师布置作业的协调机制亟待建立。

3. 传统作业布置指向考试与分数，缺少育人价值

传统作业布置往往以能否掌握知识点、能否在考试中得分为目的，缺乏对作业育人价值的关注。且长期以来，学生对于作业布置更是处于被动接受的状态，没有对自己的学习进行有意识地关注和思考。“双减”政策中明确指出要“发挥作业诊断、巩固、学情分析等功能，体现素质教育导向”。因此，关注学生成长与诉求、体现素养导向的作业管理方式势在必行。

三、解决举措：基于“作业负担风向标”实施作业公示制

1. 作业公示制度的构建

(1) 作业公示制度的实施框架

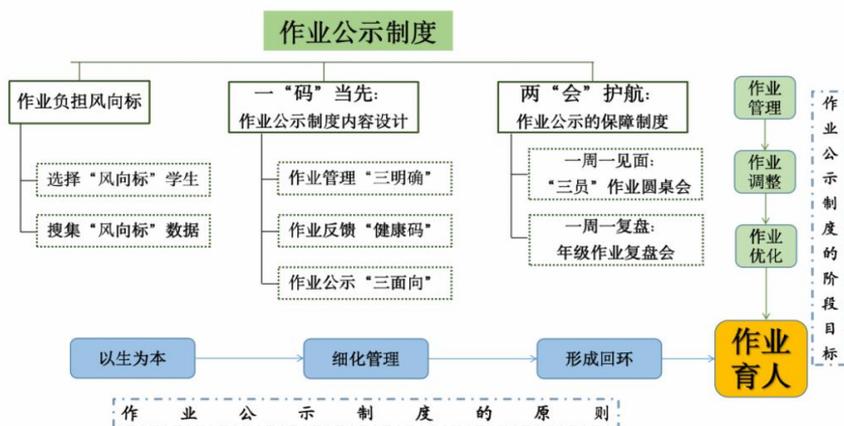


图 1: 基于“作业负担风向标”的作业公示制度的实践

学校围绕“双减”政策中的“减轻学生过重作业负担”，从“风向标”的使用、公示制度内容设计、公示保障制度三方面开展关于作业公示制度的实践研究。将“以学生为本”“精细化管理”和“形成回环”作为作业公示制度的管理原则，以“作业管理”为起点，目标指向促进“作业调整”和“作业优化”，最终瞄准“作业育人”。

(2) “作业负担风向标”的概念界定

“作业负担风向标”(下文简称“风向标”)是通过班内选出的、相对具有代表性的学生做作业所反馈的数据及相关信息,是用以帮助监测和判断学生作业负担轻重、为教师调控作业量和作业难度提供依据的重要指数。该指数可进一步为提高作业设计的质量提供参考。

2. 作业公示制度的实践操作

(1) “风向标”的操作

①选定“风向标”学生

“风向标”学生要从班级学生学习能力的多个层次中进行选择,每班的各层次均选出1人,几人共同作为班级作业负担的代表学生。学校在试点年级中以每班三个不同学习能力层次的“风向标”学生作为研究对象。

②搜集“风向标”数据

学校对各班“风向标”学生的相关数据和状况进行周监测,以反映班级与年级整体作业负担情况。每周以周五作为循环的起始日——学生记录从周五至下周四的作业情况。每周进行数据汇总,以“风向标”学生的日均值作为班级作业“健康码”的显示依据。搜集的数据主要用于引导教师根据“风向标”及时采取相应的作业管理措施和作业设计调整,最终实现学生的作业“减负”与学习“增值”。

图 2-3: “风向标”学生每周数据记录表

(2) —“码”当先: 作业公示制度的内容设计

①作业管理要求——“三明确”

根据教学部门根据相关文件制定学校的作业管理制度,明确各学科的作业管理要求,内容包括:

—明确作业布置要求——各学科教师需精选作业，避免机械重复，提高作业设计质量。

—明确预计作业时长——3-6 年级每周学科作业总时长日均不超过 60 分钟，7-9 年级每周学科作业总时长日均不超过 90 分钟。

—明确作业限行学科——周中每天有一门学科不能布置任何作业，即每天只需完成四门学科作业。

②作业反馈形式——“健康码”

在作业公示之后，学校还要针对性地向年级组和教研组提供作业情况反馈，促使年级组内教师协调各学科作业的组成结构，激励学科组教师提升作业设计的科学性。以作业反馈机制提升教师的自主作业管理能力，从而保证学生作业量和作业时长的压减落实。

—班级作业“健康码”

学校为每个班级的作业完成情况设置了“健康码”：

表 1：班级作业健康码显示规则

学段	作业健康码“绿码”	作业健康码“黄码”	作业健康码“红码”
3-6 年级	日均作业时长 40-60 分钟	日均作业时长小于 40 分钟	日均作业时长大于 60 分钟
7-9 年级	日均作业时长 70-90 分钟	日均作业时长小于 70 分钟	日均作业时长大于 90 分钟

—层次作业“健康码”

以平行的行政班为单位的班级“健康码”具有一定的局限性，它忽略了同一年级中不同能力层次的学生作业情况。因此还需呈现层次作业“健康码”，按照能力层次进行分类与均值计算（如图 4）。

	班级	作业健康码	作业时长日均值
五年级各班作业健康码	五（1）		46.00
	五（2）		42.75
	五（3）		37.58
	“风向标”层次	作业健康码	作业时长日均值
五年级风向标分层	风向标1日均值		37.08
	风向标2日均值		46.42
	风向标3日均值		27.50

图 4：年级层次作业“健康码”显示

③作业公示途径——“三面向”

搭建平台向三方进行作业公示。

一面向教师的“健康码”线上公示：教学部门将上一周汇总后的“风向标”情况，以健康码与图表数据形式向年级组和教研组的教师进行公示。

班级	作业健康码	班级	作业健康码
五（1）	黄色	七（1）	红色
五（2）	黄色	七（2）	红色
五（3）	绿色	七（3）	绿色
		七（4）	绿色

图 5-6: 试点年级各班作业健康码反馈

一面向家长的“二维码”门外公示：教学部门提供作业管理监督的“二维码”和监督电话（图 7），以保证家长能及时反馈学生作业的异常情况，反馈表内容涉及作业时长、作业批改和作业难度（图 8-9 以低中段为例），学校会根据反馈的情况介入干预。



图 7: 作业管理公示二维码

图 8-9: 学校低中段（3-5 年级）作业反馈表

一面向学生的“作业栏”黑板公示：在教室黑板上开辟一块区域作为“班级作业公示栏”，向学生公示当天的必做与选做作业，并提供教师的预计时长。作业“选做”项为学生提供了个性化作业需求；而教师预计时长的呈现不仅提醒教师控制作业布置时长，更为学生定下了作业完成的时长目标，为学生对作业效率的自我判断提供了参考值。

班级作业公示栏				今日
学科	作业		预计 时长	课表
	必做	选做		
语文	试卷16-21题	看书	20	数 科 社 英 语 体 音 美
数学				
英语	1. 听16.16.15 2. 背16.12		25	
科学	1. 作A P4	作AP43	20	
社会	1. 4页书→打下 一课	思维 导图	25	

图 10: 班级作业公示栏

(3) “两会”护航：作业公示保障制度

为了使作业公示制度切实落地，学校同步制定“三员”“两会”保障制度，定期监管作业公示制度的落实情况，不断推动作业公示制度的改革和完善。

①一周一见面：“三员”作业圆桌会

这是学校作业公示过程中的“学生端”工作保障机制。各年级每月需进行一次由“风向标”学生和其他学生代表组成的圆桌会。会上要求学生真实反馈切身体会，对作业布置提出意见。会后向教师反馈，促使教师在下阶段不断改进问题，真正做到“以生为本”，充分考虑学生感受。



图 11-12: 学生作业圆桌会交流

同时，学生也按学习能力有针对性地参与学校作业管理，按管理项目分为“三员”：“首席作业质量员”负责监督作业布置的质量，“作业负担监察员”负责反馈大部分同学作业的完成情况，而“好习惯宣讲员”通过在班级宣讲好习惯，提升同学们的作业效率。

表 2: 作业公示试点年级作业管理“三员”制名单

班级	首席作业质量员	作业负担督查员	好习惯宣讲员
501	孟*哲	陈*菡	王*睿
502	汤*雯	何*宁	周*晴
503	任*语	方*屹	于*琪
701	姚*楨	汤*哲	金*菲
702	任*羽	杜*儿	马*
703	王*颜	程*萱	沈*谦
704	郑*宇	胡*涵	袁*杰

②一周一复盘：年级作业复盘会

这是学校帮助年级内教师协调学科作业时长的管理机制。作业复盘会上作业管理部门向各年级组教师反馈“风向标”的数据和学生圆桌会的意见，并协调各学科下阶段作业布置。学科教师通过协调沟通解决学生作业负担问题。



图 13-14: 试点年级教师作业复盘会交流

2.对各学科提出作业时长协调的要求与方法指导

- (1) 规范学科作业布置的数量：各学科控制在 22 分钟左右。
- (2) 规范班级作业公示栏填写：作业分层布置，对不同能力层次的学生提出不同的作业要求；作业预计时长呈现，以大部分学生的学情为参考设定作业预计时长，从源头把控作业时长。
- (3) 各学科可以相互协调，在需要超时布置作业时在任课教师群里提出协调需求。
- (4) 严格规范作业限行制度，如需互换作业限行日，要向教导一处报备。

3.积极发挥作业管理促进学生学学习力提升的作用

作业管理的目的不仅是规范教师的作业布置，同时也可以促进学生的作业效率提升。

老师提出疑问：任课老师一般教两个平行班，此时一个班作业量达标，另一个班作业量超标，这样如何判断老师布置是否合适？

教学部门建议：作业管理不仅是对教师提出的规范要求，也可以被用于促进学生的学习力提升。两个任课老师相同的平行班出现差距，说明超标的班级作业完成效率是偏低的，教师可以借此鼓励该班学生提升作业速度，在学习力上追赶其他班级的步伐。

部门跟进措施：对于效率偏低的班级，可以由班主任专门开展班队活动，教授学生提高学习效率的办法；专门向该班好习惯宣讲员推送作业提速的好习惯建议，由他在班内进行宣传普及；定期跟踪该班作业速度的提升情况，根据具体问题再做干预；定期更换作业风向标学生，防止数据统计的偶然性情况。

图 15: 复盘会会议的部分纪要内容

四、效果影响：实践成效与社会影响

1. 学生作业负担减轻

根据学校阶段性问卷调查得知，75%以上学生认为作业量刚刚好（图 16），80% 的学生基本能在校完成作业（图 17）。在作业公示制度的实施推进下，学生的作业负担得到了切实的削减。

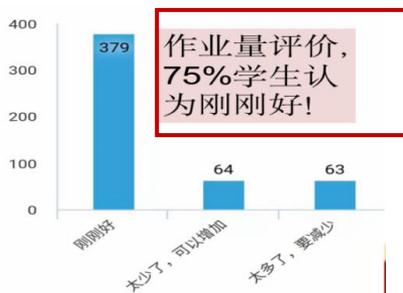


图 16: 关于作业量的评价数据

第5题 我对晚自习的感觉 [多选题]

选项	小计	比例
好, 学习效率更高了	157	59.02%
好, 我的作业基本完成了	213	80.08%
不好, 接送麻烦	11	4.14%
不好, 没什么用	7	2.63%
不好, 同学太吵了	4	1.5%
本题有效填写人次	266	

图 17: 关于作业情况的统计数据

2. 学生“自我管理”能力提高

学生通过作业公示制度的推行，直接参与到学校的作业管理中来。任课老师明显感觉到“风向标”学生在学习习惯与学习主动性方面得到了很大的进步。因此，学生圆桌会的形式能够积极促进学生的“自我管理”能力提升。不仅如此，在作业公示制度的全面推进过程中，学生对自我的评价也得到了明显提升，40%以上的学生认为自己进步了（图 18）。学校作业管理不仅指向对教师的作业布置规范，同时也惠及了学生“自我管理”能力的发展。

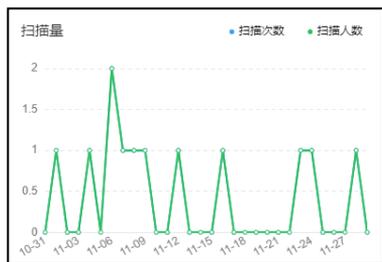
第3题 本学期以来, 总体感觉 [单选题]

选项	小计	比例
很好, 自己进步了	201	40.61%
一般, 跟原来差不多	264	53.33%
不好, 可能退步了	30	6.06%
本题有效填写人次	495	

图 18: 学生自我评价数据

3. 作业管理家长满意度提升

作业二维码公示，畅通了家长和学生的问题反馈路径，从二维码发布至今共收到问题反馈 10 条，部门负责人一一进行了电话回访及处理结果的后台回复，家长对学校作业管理的满意度得到明显提升。



高段 (6-9年级) 作业反馈表 编号: LB

138****8358 10月26日 13:14

学生年级: 六年级

学生班级: 1班

您要反馈的问题是什么?: 作业时长

出现问题的学科是什么?: 数学

消息描述: 作业少, 感觉时间被荒废了, 焦虑

审核已通过

快速回复: 您的问题已完成处理

备注: 家长, 您好! 感谢您的反馈, 孩子的问题已与班级数学老师进行沟通, 按照教育部的相关规定, 六年级每天书面作业完成时间平均不超过60分钟, 小学生在校内基本完成书面作业, 您可以鼓励孩子积极与老师当面沟通, 开展自主学习。我们也在进行调查的基础上, 要求老师在符合规定的情况下适当增减作业。如您还有不明确的问题, 请电话联系0571-81961305, 谢谢配合!

审核人: 管理员

审核时间: 2021/10/27 10:39

高段 (6-9年级) 作业反馈表 编号: LB

138****8358 10月26日 13:14

图 19: 作业公示二维码扫描量统计 图 20-21: 六年级家长反馈情况与学校部门反馈

4. 建立学科作业协调机制

自从作业公示制度推进以来, 任课教师之间的联系更紧密了。老师们在布置作业时关注作业栏中的其他学科时长, 发现问题能及时沟通。

5. 作业公示制度受到外界关注

“作业公示制度”从学生立场出发, 真正关注学生“发声”, 因此在实施过程中受到了多家媒体的关注, 其中都市快报 11 月 22 日发布了《老师布置多少作业, 质量高不高? 每周都由学生进行监督和评价》的报道(图 22), 重点宣传了学校“三员”作业圆桌会的开展实践; 杭州日报 12 月 2 日发布了《作业也有“健康码”每周公示》的报道(图 23), 重点宣传了学校作业公示制度对作业“健康码”的运用以及对作业质量提升的做法。



图 22: 都市快报 11 月 22 日报道



图 23: 杭州日报 12 月 2 日报道

淘玩 10 分钟：课间活动金都天长新样式

杭州市金都天长小学 陆敏芳 沈俊

一、学校概况

杭州市金都天长小学秉持“文化立校、和美育人”的办学理念，彰显“学得扎实、玩出名堂”校训，创新实践和美教育。学校勇立课改潮头，推行“选动式”基础性课程，探索“淘宝式”拓展性课程，研发“项目式”特色课程，形成了“和美立校，以美润德；和美施教，以美启智；和美育人，以美怡情”的办学模式。学校先后获评浙江省绿色学校、浙江省书香校园、浙江省红旗大队、浙江省书法教学实践基地、浙江省棋类项目先进学校、浙江省课外阅读先进学校、浙江省健康促进学校、杭州市美丽学校、杭州市文明校园、杭州市教育国际化示范校、杭州市智慧教育示范校、杭州市家长学校示范校、杭州市德育工作先进学校等荣誉称号，和美教育，和而不同，美美与共。

二、问题聚焦

“课间 10 分钟”去哪儿了

好玩是孩子的天性，纵观当下“课间 10 分钟”却普遍存在以下三种现象：**10 分钟缩水现象**——部分教师时间观念淡薄，随意拖堂，课间 10 分钟往往被压缩到了不足 5 分钟。**10 分钟闯祸现象**——小学生自控能力较弱，加之课间活动管理机制不完善，对学生规则意识培养不到位，导致意外伤害时有发生。**10 分钟无聊现象**——课间活动往往缺乏顶层设计，学生没东西可玩。更有甚者将学生“圈养”在教室里，课间变得“静悄悄”。看似碎片化的课间 10 分钟叠加起来，每天就有 1 小时左右，如何赋予“课间 10 分钟”以品质？

三、解决举措

“课间 10 分钟”价值何在

“双减”之下，各校积极探索“课堂提质”的举措，落实“作业提质”的要求，践行“课后服务提质”的诉求，上述举措有力提升了教育教学的实效。在此基础上，杭州市金都天长小学进一步思考：“双减”前后的“课间 10 分钟”有何不同？“课间 10 分钟”价值何在？

课间活动是减负新标志。减负之后课间“十分钟缩水”的现象明显减少，教师不再拖堂，把课间 10 分钟还给学生，保障孩子玩的权利，尊重孩子玩的自由，课间逐渐恢复了生机。课间有时间玩了，成为“双减”落地显性标志之一。

课间活动也是提质新路径。科学研究已表明，恰当的“玩”既能让学生放松身心，又有助于下一节课的高效学习。与此同时，我们需要正视课间“十分钟闯

祸现象”和“十分钟无聊现象”，学校针对课间活动有系统规划，让学生有东西可玩，让课间充满吸引力。有兴趣的玩，有保障的玩，有意义的玩，玩中学，学中玩，玩出新名堂，玩出高质量。

课间活动更是育人新阵地。中办、国办印发《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》，提出“科学利用课余时间”，要求“学校和家长要引导学生开展适宜的体育锻炼，开展阅读和文艺活动”，课间10分钟的重要性显而易见。秉持全时全育人的理念，课间活动亟待发挥其育人的阵地作用，助力儿童体质健康发展，直指当下儿童比较缺失的社会情感能力的培育，进一步探索学校育人内涵和机理。

“淘玩10分钟+”我们这样玩

杭州市金都天长小学是精致的盆景式校园，既有的硬件条件不利于学生充分开展淘玩活动，我们匠心设计，螺蛳壳里做道场，因地制宜地玩。我们提出“淘玩10分钟+”的概念，保证玩的时间，遵守玩的规则，丰富玩的选择，学中玩，玩中学。

《杭州市金都天长小学作息时间表》“减负”前后两个版本

2021年9			2020年9		
午别	时间	项 目	午别	时间	项 目
上午	8:20-8:55	第一节课	上午	8:20-9:00	第一节课
	9:05-9:40	第二节课		9:10-9:50	第二节课
	9:45-10:15	阳光大课间(30分钟)		10:00-10:15	阳光大课间(15分钟)
	10:15-10:55	(眼保健操)第三节课		10:15-11:00	(眼保健操)第三节课
	11:05-11:40	第四节课		11:10-11:50	第四节课
中午	11:40-12:40	淘玩午间(60分钟)	中午	12:00-12:40	午休(40分钟)
下午	12:55-1:00	眼保健操	下午	12:55-1:00	眼保健操
	1:00-1:15	谈话与整理		1:00-1:15	谈话与整理
	1:20-1:55	第五节课		1:20-2:00	第五节课
	2:05-2:45	第六节课(眼保健操)		2:10-2:50	第六节课(眼保健操)
	2:50-3:20	阳光大课间(30分钟)		3:00-3:20	阳光大课间(20分钟)
	3:30-5:30	“1+X”课后服务		3:30-5:30	“1+X”课后服务
备注	每月1日、15日无作业日				

图1：“减负”前后作息表对比

1. 时间可淘：自由选择，有度地玩。用足用好“10分钟”，又不完全拘泥于课间“10分钟”，将“学”与“玩”的时间再优化。为充分利用午饭后的闲暇时光，学校对作息表进行微调（图1），每节课从40分钟调整为35分钟，让位淘玩，除常规的课间10分钟外，保证上午下午各30分钟阳光大课间，午间有1小时左右自

主淘玩时间。课后服务“1+X”作业高效完成后的自主时间，学生亦可三五成群地玩，不亦乐乎。每月1日和15日为学校固定的无作业日，学生更是有充裕的时间玩。综上所述，既有短时淘玩(两节课间10分钟)，也有长时淘玩(上下午阳光课间30分钟、午间60分钟)，更有延时淘玩(无作业日/家庭日放学后几个小时)，多种时间段，供学生自由淘选，因人而异，在适度地玩中解放儿童天性。



图 2: “淘空间”新场域创生

2. 场域可淘：自治管理，有序地玩。通过绘制学生课间活动动态图，查看楼层平面图发现，每一层厕所转角处都有 20 平方米的独立空间，另外两栋教学楼间的连廊，平时学生走动比较少，也是理想的“淘”空间。根据测算每个项目所需的空间大小，合理搭建多样化淘玩新场景（图 2）。在转角独立空间设置“运动角”；在走廊起点设置“图书漂流架”；在连廊设置“蹦跳区”；在一楼小操场设置“弈棋台”和“传统游戏点”。多元时空，全新场域，吸引学生走出教室，满足个性化需求。同时，高年级学生在各个淘玩区域自制文明游戏的倡议书，对玩具的存放、公物的爱护等提出建设性意见，大家制定游戏规则，大家遵守游戏规则，民主自治的校园文化得到彰显。

3. 玩法可淘：自主合作，有趣地玩。学校围绕“心、体、礼、乐、习”人格五要素，各年级组开展淘玩活动大讨论，同时面向全体学生开展课间活动调查问卷，尊重学生多元诉求，形成了融传统与现代的、丰富多样的课间活动项目，玩出智慧，玩出名堂，玩出健康，玩出情谊（图 3）。

一是短时型，可淘玩传统玩意。“跳房子”“挑小棒”“踩高跷”“滚铁环”等传统游戏，穿越时空，带领孩子回到父母辈的童年旧时光，大小伙伴同玩同乐。围棋、象棋、华容道等让孩子在弈棋之余感受中华传统文化的博大精深。重拾传统游戏被遗失的美好，突围电子产品的束缚。

二是长时型，可淘玩亚运项目。利用中午 1 小时开展“淘亚运”活动：“羽球健将”“趣味篮球”“足球联赛”“活力乒乓”……鼓励孩子们走出教室，走进场馆，提前感受“中国新时代·杭州新亚运”的魅力。大球带动眼球，有效调节眼部肌肉，

改善视力状况。



图 3：“双 11”淘玩日盛况

三是延时型，可淘玩项目研究。学校即小社会，用心观察捕捉校园里发生的一切，一书一花一树皆可成为淘玩的媒介（图 4）。无作业日暨家庭日，我们倡导将玩的时间拉长，将微项目研究带回家，和家人一起有滋有味继续玩，玩出名堂。因为“柚”你，童满校园。丹桂飘香，银杏树叶纷纷飘落，柚子树硕果累累……“柚子节”如约而至，通过与“柚”相识、“柚”见成长、“柚”心制作等选择性学习环链，探究“小柚子”里的“大学问”。根据时令不同，橘子红了、银杏黄了、腊梅香了……就

地取材，开展微项目探究。合作交流，取长补短，玩出新名堂，结交新伙伴，“淘玩 10 分钟+”是发展学生社会情感技能的重要时空。漂流读书节，书香满园。让图书室的书籍真正流



图 4：丰富多彩的校园节日集锦

动起来，与无声的书籍为友。门厅的“移动书柜”、每层走廊的“偶遇书吧”、每个教室的“好书排行榜”，孩子们就地取“书”，亲子共读，教师伴读，独立静默阅读，伙伴交换阅读，徜徉书海，丰盈精神。充分挖掘“10分钟+”丰富内涵，与书为友、与自然为友，与师生为友，促进儿童人格健康和谐发展。

“淘玩10分钟+”还可以更好玩

学中玩，玩中学。学校着力开展“三项行动”，实现从“课间10分钟——淘玩10分钟——淘玩10分钟+”的迭代升级，力求“学得更扎实 玩出新名堂”。



图 5：“淘玩十分钟+”好课间减负提质金字塔

行动一：“学与玩”金字塔结构化。全员参与式培训，促进价值理念认同，系统建构“淘玩10分钟+”好课间减负提质金字塔。着力从“好课间提质”深入探讨，不同时段玩法不同，雨天晴天玩法有所不同，春夏秋冬四季玩法又不尽相同，运用结构化思维，从时间可淘、场域可淘、玩法可淘三个维度系统架构“淘玩10分钟+”减负提质金字塔，细分时间玩得有度，细分场域玩得有序，细分玩法玩得有趣，逐步形成“三有三可”淘玩10分钟选动课间金都天长新样式（图5）。促淘玩10分钟+好课间减负提质“金字塔”更新迭代，动态完善。

行动二：“学与玩”双要素课程化。抓住“学”和“玩”两个要素，研发新型微课程。“淘玩节微课程”——随着“淘玩10分钟+”的深入人心，淘玩日、淘学日、柚子节、银杏节等一系列校园节日应运而生。有机整合趣味传统游戏和现代亚运项目，用好课间、午休、课后服务“1+X”、无作业日等碎片化时间，系统研发淘玩节微课程。“淘学节微课程”——力求对核心素养进行校本化表达，除了让课

间“10分钟+”可选动，逐步走向学科深入，积极探索学科微项目研究，“和美校园升降机”“和美校门我设计”等项目淘玩成果层出不穷，真正玩出名堂，学以致用让校园生活变得更美好。“学”与“玩”两者相互促进，最终有机相融于“淘学宝”课程群。

行动三：“学与玩”指向于个性化。创设多种途径展示“学与玩”的成果。和美展厅——淘玩主题秀、班级玩品展、个人淘玩专场极力彰显学生个性发展。和美电台——每个同学皆有机会站在聚光灯下，面对全校师生阐述自己的“淘玩”创作理念与畅想。童真秀舞台——校园吉尼斯挑战赛热度不减，琴棋书画，吹拉弹唱，各显神通。在自由的空气中，在温暖的土壤中，播撒下“会玩的种子”，助力每个孩子个性扬长补短，留下童年的美好记忆。

四、效果影响

经过一个学期的创新实践，“淘玩10分钟+”选动课间金都天长新样式荣膺杭州市上城区“双减”优秀案例一等奖。可复制、可借鉴、可操作的校本化有益探索，得到获得了教育同行的广泛认可，也得到了学生的热情回应，成为校园生活民主治理的重要路径之一。家长们也纷纷点赞：“金都淘玩真有趣，围棋游戏滚铁环，这边笑来那边跳，师生一起乐融融，淘宝有个双十一，金都天天淘玩日，一起比比谁热闹”。通过学生和家长的“双减”专项调研问卷，满意度近100%。“和美双减盛会”为学生的多元发展搭建展示平台，被浙江电视台钱江频道、西湖明珠频道、《都市快报》、《钱江晚报》等新闻媒体报道转载，杭州青少亚运频道“名校有约”专栏对我校的“双减”特色做法进行专题报道和微信推送。截至目前学校共计239次被省市级媒体宣传报道，取得了不俗的社会反响。高质量的课间淘玩成为减负的新标识，高质量的课间淘玩也是提质的新路径，高质量的课间淘玩更是育人的新阵地。如何让“淘玩10分钟+”成效最大化，金都天长将再思考，再探索，再行动……希冀让孩子在校园继续愉悦的童年生活！

网格化管理：“双减”背景下作业管理的创新探索

杭州市夏衍初级中学 陈晓菲

一、学校概况

杭州市夏衍初级中学，秉承夏公精神，信守“厚土植根，坚韧生长”的办学理念，崇尚“抓紧向上，弥坚弥高”的校园精神，坚持“培根固本，互动共生”的教风和“张弛有度，灵动舒展”的学风。

全体师生能展现“上下求索，追慕美好”的校风，我们的教师能有培根铸魂启智润心的教育意识，能有互动共生的教学能力；学生在老师教育下能有张弛有度的自我管理力，有灵动舒展的高阶思维力。为教育培养具有仁爱之心、高远之境、优雅之态、求索之势的夏初教师。为学生打造“红色基因鲜明”“教学质量一流”“特色项目突出”的师生为本、文化为基、放眼世界、拥抱未来的现代化公办优质初中。为社会培育具有“文化理解力、社会参与力、自主行动力和创意生活力”的夏初少年。

二、问题聚焦

连续三年“区域学生学习状态及成长环境问卷调查”显示：我校作业总量偏大、日均作业时长偏长、作业难易度偏高；教师对作业管理、作业评价的满意度偏低。

学生、家长、教师的作业管理问卷调查与抽样座谈表明：学生，作业负担重，难题磨心志；家长，监管欠方法，耗时激矛盾；教师，减量不放心，指导难分身；三方均期望学校在作业上加强管理，更好地发挥作业效能。

三、解决举措

我校实践网格化管理，探索作业管理的校本化新样态，明确教研组、备课组、教师、学生、家长在作业管理中职能，集结网格资源，构建从作业设计、作业布置到作业指导的网格化管理闭环，从而实现作业提质、控量、增效的目标。

（一）“网格化管理”与“传统型管理”比较

1. “传统型管理”的缺陷

以班级“学情”决定“设计”与“实施”。很多教师能设计出好的作业题，却缺乏设计高质量学科作业体系的意识和能力。

以作业“评价”反观“设计”与“实施”。通过检查学生作业本，反观作业设

计、批改、指导环节，管理滞后，成效有限。

2. “网格化管理”的优势

教研组、备课组、教师、学生、家长，强化职能，形成网格横线。

设计、布置、批改、指导，细化流程，形成网格纵线。

作业标准体系，“托管作业清”模式，“小先生课堂”，作业公示信号灯、家校“作业一件事”二维码、学生“作业幸福可见卡”、AI智能监测，组合抓手，集结网格资源。

（二）“网格化管理”的目的

依托学校管理体系以及数字化平台，集成并共享家校资源，通过各职能部门责任化的横向网格，与实施流程化的纵向网格，交互融合，形成网格化闭环，共同提升作业管理效能。

（三）网格化作业管理实践

1. 提质：作业设计网格化管理

（1）作业研修制度：量表导向，自测预估

我校采用以周为单位的集体备课“四备十环”制度。单设作业专项研讨，形成“借助‘夏初·资源库’，教师分工设计（一次建构）——集体研讨（二次建构）——主备人修改（三次建构）——教研组审核——教导处审批——“夏初在线”平台公示（师生、家长和班级可视）——布置作业（实施）——批改、讲评、二次批改——集体研讨，重难点复盘——主备人整改（四次建构），更新资源库”的基本流程。

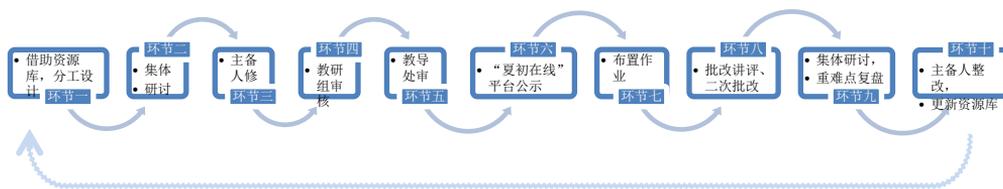


图1 “四备十环”集体备课流程图示

其中，每个环节以“支架量表”为抓手，要求教师第一次建构后，自己先完成该项作业，衡量作业难易度、测量完成用时，对照《夏初·作业标准体系（第一版）》，比照作业类型，自测作业目标达成度。

表1 【__年级 __ (学科)】**中学
2021 学年第一学期教学&辅导设计实施管理量表

备课时间	__月__日	周次	第__周	执教时段	__月__日至__月__日	教学单元	第__单元
一、大单元教学·知识结构体系 (温馨提示:本表格可依据学科特性优化修改。)							
(梳理)	(细化)	(具化)	(定位)	(方法)	(落实与提升)		
单元知识点	任务目标	教学内容	对应章节篇目	学教策略	课堂	作业	
二、本周辅导计划							
具体内容				辅导对象			

表2 “三为作业”设计实施管理上报公示表

备课时间		教学周次	第__周	执教时段	__月__日-__月__日		
周一							
课题	第__单元第__课《_____》						
作业目标							
序号	分层	作业内容(出处)	作业来源	页码	题号	难度评估	预估用长
1	培优生		<input type="checkbox"/> 选用 <input type="checkbox"/> 改编 <input type="checkbox"/> 原创			<input type="checkbox"/> 难 <input type="checkbox"/> 中 <input type="checkbox"/> 易	__分钟
2	目标生		<input type="checkbox"/> 选用 <input type="checkbox"/> 改编 <input type="checkbox"/> 原创			<input type="checkbox"/> 难 <input type="checkbox"/> 中 <input type="checkbox"/> 易	__分钟
3	加油生		<input type="checkbox"/> 选用 <input type="checkbox"/> 改编 <input type="checkbox"/> 原创			<input type="checkbox"/> 难 <input type="checkbox"/> 中 <input type="checkbox"/> 易	__分钟

(2) 作业标准体系: 质检审核, 审批付梓

结合布鲁姆教育目标分类学理论和 SOLO 分类评价理论, 综合各学科课程标准、教材和作业的目标、特点、功能及价值取向, 考虑实操性, 学校课程部拟定《单元作业设计评价表(试行版)》。

除配套的作业本以外的其他作业, 均由备课组在集体备课时对照评价表自评, 再由教研组审核, 经教导处审批, 方可由备课组长负责, 前往油印室印刷, 其他教师不可私自印刷作业, 一方面通过控制印刷量来控制作业总量, 另一方面通过印刷规则保障作业质量。

表3 单元作业设计评价表（试行版）

备课时间	___月___日	周次	第___周	执教时段	___月___日至___月___日	教学单元	第___单元					
类型指向	说明					周一	周二	周三	周四	周五		
巩固型作业	主要功能是巩固和强化课堂所学知识、技能和方法，题型一般包括选择题、填空题、填表题、简答题和计算题等。											
养成型作业	在每个单元结束之后，引导学生参照所给的问题或线索整理知识，以问题的形式联系本单元知识、技能和方法，形成并建构知识结构，培养学生良好的习惯和素养。											
实践型作业	包括完成实践性任务，也包括解释、解决实践中的问题，以及在时间情境中的练习。包括实验设计、调查、实践、讨论、上网查找、撰写调查报告、小论文等。											
诊断型作业	着眼学生知识水平、能力水平、思维水平、学习态度和解题障碍的发现和评判，找出学习与课程目标之间的茶具，加强学习过程和质量的监控，从而增强自我反思我自主发展的力度。											
展示型作业	要求学生运用已获得知识和技能，对自己的实践、实验、模型或示范性作品进行交流的作业。如主题突出的专题、颇有见地的章末小结、制作精巧的实物模型、精心绘制的图表、模拟产品展示、线束的多媒体演示、小先生课堂等。											

（3）作业三方评价：诊断考绩，制度驱动

学校对备课组实行“每月检查、每季考绩，每期评估”的考评机制。

每月，学校集中组织各学科校内的市区级名师、二层次骨干教师、特聘教研员等，对本教研组的当月的作业设计质量、作业设计总量、作业规范、作业二次评改等四个维度进行检查反馈。

每季度，学校通过“班级作业比色卡”，考核班级作业效能。“作业量低于年级平均水平”、“作业质量高于年级平均水平”、“学生平均成绩高于年级平均水平”三个指标，构成“红色：0项符合”、“橙色：1项符合”、“黄色：2项符合”、“绿色：3项符合”四色考绩等次。

班级	绿色	黄色	橙色	红色
	3项符合	2项符合	1项符合	0项符合
701班				
702班				
703班				
704班				
705班				
706班				
707班				
708班				
709班				
710班				

图2 班级作业比色卡

每学期，“夏初师苑”开展作业第三方评估，每学科邀请专家、兄弟学校教研组长或名师二层次骨干等，对本季度的作业设计开展评估，通过“夏初大讲堂”汇报+点评的方式评估，或者通过审阅集体备课成果的方式评估。以第三方的客观立场，评估各备课组设计的作业质量。

2. 控量：作业布置网格化管理

（1）源头控量，流程化监测

学校统一学科作业量标准：语数英科社书面作业日均半小时，每天1门学科“作业限行（无书面作业）”。

集体备课“四备十环”制度，保障作业设计在“教师先做——备课组研讨——教研组审核——教导处审批——备课组长统一付梓油印”这5方责任人与5个环节，对作业量进行衡量与控制。

通过备课组对作业形式、作业内容进行研究；各年级围绕作业难度、预期效果等统整各科作业；班级围绕作业时间、作业总量统筹各学科的作业布置。围绕“提质、减负、增效”的目标，遵循“教、学、评”一致性原则，在集体备课中把作业研究纳入必修内容。

规范作业设计流程，依据课标、教材和学情确定单元目标和课时目标，确定作业目标；根据作业目标逐一设计作业题目，可选用、改编，鼓励原创等方式设计作业任务；教师先试水做题，预估难易程度、能力层级和用时等相关指标；依据作业目标设计作业评价指标和方式。合理布置，进一步优化作业分层。

注重作业整体性设计，重视课前、课中、课后学习之间的知识衔接与逻辑联系，实现作业的诊断、反馈、巩固、矫正等评价功能，整体设计单元或章节作业，通过

“小先生”课堂、“作业清零课”有序巩固。

创新探究性作业设计，均衡各科作业，控制作业量。备课组的作业设计从知识本位走向素养本位，从学习过程的整体和学生主体参与的视角来研究作业。

(2) 学程控量，数字化监测

学校通过教室“希沃电子屏”系统自带的“班级优化大师”APP，实现作业学程数字化监测。晚托期间，学生自行将完成的作业上交讲台值日班长处，同时触屏单击“希沃电子屏”上自己的“姓名”，然后点击所完成的“学科作业”即可。学校管理人员、该班授课教师、家长，均可通过手机端APP，免费了解作业完成量（角色不同，权限不同），管理者可通过电脑端，选择学科和统计时长，导出统计分析报表。



图3 晚托作业学程数字化监测

(3) 反馈控量，可视化监测

学生反馈：每生一张“智学网”《作业幸福可见卡》，如学生“晚托期间完成所有书面作业”，则通过填涂3道选择题，记录当天总作业量、半小时外学科作业、作业满意度。

家长反馈：固定的问卷星“家校互通一件事”二维码，家长可随时向学校、班级、教师反馈作业问题。

年级组每周通过智能扫描、系统自动导出统计结果。班级、年级组、学校，根据家长和学生的反馈，动态了解作业量的实控情况。

3. 增效：作业指导网格化管理

(1) “托管作业清”，触发积极体验

学校探索“12345，托管作业清”模式，将“托管”分为5个时间段：晚餐前，“体育运动半小时”，“两门学科各半小时的作业辅导”；晚餐后，“二选一走班学科分层指导”，“翻牌作业个辅·小先生课堂”，“X自选课程”。

作业辅导时间的保障、自选分层提升辅导针对性，书面作业校内清零的目标、作业进程动态显示、5分钟作业收缴等措施，均指向学生积极的作业体验，触发学生作业体验中的愉悦感、成功感。

(2) “小先生课堂”，翻转指导主体

“学后托管”第4个时间段，是“夏初·小先生课堂”。经过自主报名、科任教师审核、晚托教师复核的学生，在完成书面作业后，可以申请到自己班级门口的“辅导区”担任“答疑小先生”。班内同学可以领取黑板上的磁铁“提问卡”（便于排队），去辅导区向“小先生”请教问题。

作业指导主体的转变，一方面，解决了作业辅导师资不足的问题；另一方面，实现生生互助，为“提问者”答疑解惑的同时，“答疑小先生”加深了题目的理解、锻炼语言表达能力。

(3) “AI智能分析”，提升个辅时效

学校通过“智学网”，实现人工智能的过程化作业大数据采集分析。基于手机、扫描仪的智能终端设备实现随堂练习、课后作业等过程性教学数据采集，全学科基础题型智能批改，终端统计分析。知识图谱的个性化学习分析和推荐。通过学生学习大数据分析，实现个性化、基于知识图谱的学习诊断，帮助学生挖掘错题根源，学生也可自主选择推送的针对性的微课解析和习题资源，开展个体化补习。

四、管理成效

网格化管理实施满三个月，通过与本学期初的学生、家长、教师作业管理问卷的二次调查比较和抽样学生的跟进式座谈，我们了解到：

其一，学生作业总量得到了有效的控制，98.77%的学生“绝大多数日子，能在晚托期间完成所有书面作业”，100%的学生认为学校的作业管理促使养成按时求质的作业习惯。36.79%的学生为自己增设了教师布置作业以外的自主作业，如好书阅读、练字、社会实践、手工艺等。

其二，教师，99.01%的教师认为网格化的作业管理，减轻了教师的作业设计负担，也有助于作业质量的提升。

其三，86.21%的教师和89.33%家长的家长认为，学生的作业习惯有了明显的改善。

其四，学生、家长和教师对作业的满意度均有明显提升，教师对学校作业管理的满意度也有了明显提升。

当然，一定程度上解决作业“控量求质”问题的同时，也遇到了新的问题，有待进一步思考，如：如何引导学生的“作业后”时间？如何完善“作业质量评价标准”？

“网格化管理”，是对作业管理创新的校本化探索。五育并举，减负提质，作业管理，只有起点，没有终点！

学·博·悟：技术赋能学后托管魔法学院新样态

杭州师范大学第一附属小学 俞富根 俞水英

一、学校概况

杭州师范大学第一附属小学创办于1906年，坐落于吴山脚下、西子湖畔。前身为杭州府官立小学堂，距今已有116年的历史，是一所具有原创性教育思想的百年名校，是省内最早对接高校的附属小学；拥有浙江省内第一座“浙江省校园博物馆学习中心”；是国内最早实践“项目制学习”的学校；是全国最早建立“思政教育研究院”的学校。

学校围绕“承百年文脉·育完整儿童”的办学宗旨，在“整体优化·适性发展”教育理念引领下推进“场境学习”教学改革，实现“正行·好学·乐玩·善交”的育人目标，将学校打造成“顺应天性、培育人性、发展个性”的教育“百花园”，学校先后荣获全国国际象棋训练基地、浙江省教学研究示范单位、杭州市实验学校等全国、省市荣誉。

二、问题聚焦：学后托管魔法学院创建缘起

杭州师范大学第一附属小学于2018年9月3日在杭州市首开学后托管服务工作，切实解决小学生放学后“活动难、接送难、管理难”等矛盾。双减背景下，为了将学后托管服务从管牢、管好向管精转变，实现学生作业不离校、书包不回家，杭师附小的学后托管服务基于技术赋能实现课程和服务平台的升级迭代。

杭师附小学后托管服务课程从“X”课程向“1+X”、“学·博·悟”课程升级迭代。因其千变万化课程组合模式，解决了多元化课程选择和迷你校园之间的矛盾，更因其“技术赋能·玩法多样、在线监管·家校互通、选择多元·无穷组合”等特点，被学生和家长戏称学后托管的“魔法学院”。

三、解决举措

附小学后托管魔法学院从兴趣拓展“博”课程（即X课程）、学业辅导“学”课程再到项目学习“悟”课程的三级课程迭代；探索管理平台创新、社会联动创新、白名单构建创新，实现学后托管“学得好、留得住、托的牢”的办学新机制。

（一）魔法规划托管课程

“学·博·悟”三类课程呈现学习任务由单一向多元、由单学科向跨学科转变的特点。“学”课程是指功课加油站，课程目标是学生能在教师辅导下学科作业学得好，并基于附小特色资源在“学”课程中拓展城隍山攀登、巧手折纸活动。“博”课程指国家课程校本化实施的延续、优质培训机构精品课程的嫁接，课程目标是学

生在校内外专业课程导师指导下拓展兴趣特长，让学生在学后托管留得住。“悟”课程是指基于校园博物馆资源的项目化课程创新，目标是学生托的牢。实现满足不同学习水平的学生与家长对学后托管从管的好向管的精的差异需求。

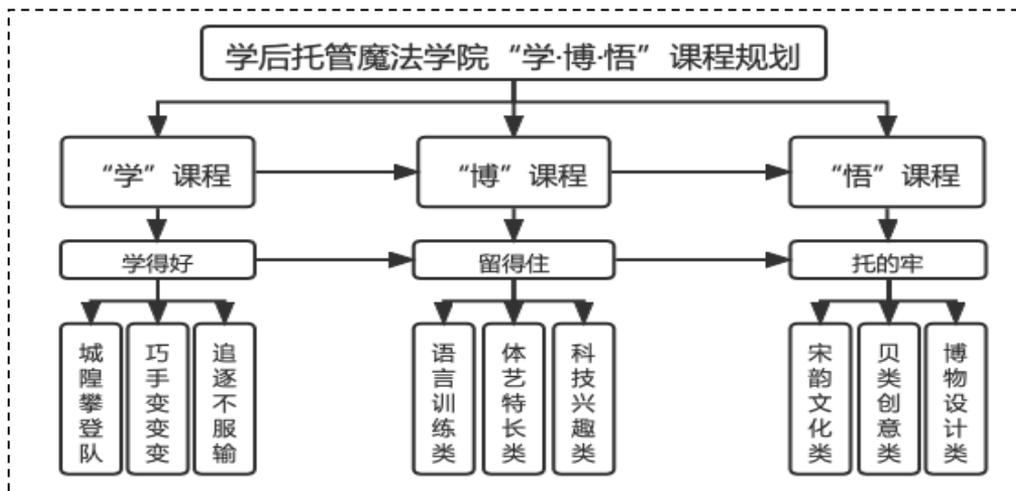


图 1:杭师附小学后托管魔法学院课程设置规划图

1. 体系架构，指向五育并举

杭师附小倡导学术治校理念，建设“一站五馆六院”学术体系，一站是杭师大青年博士工作站；五馆是指五座校园微型博物馆。六院是指六所附小研究院，分别是：思政研究院、少年军事研究院、体适能研究院、婴音少年文学院、少年艺术研究院、少年科学研究院，依托五馆六院架构指向五育并举的多元课程资源。

如表 1 所示，杭师附小开设的国家课程校本化课程有国际象棋、曲棍球、飞盘、戏剧、古筝、街舞等等极富特色的体育走班、艺术特色课程，并将这些课程延伸进入学后托管课程之中，形成立德树人类、语言训练类、体艺特长类、科技兴趣类等四大学后托管的“博”课程体系。此外，杭师附小基于校园博物馆资源，将岳飞拳、宋韵博物馆、少年军事家、贝类王国……搬进学后托管课程。

表 1: 基于研究院内容的主题课程资源建设表

课程指向	导师团队	对应课程项目	课程资源	研究院
立德树人类	杭师大教授 姚立娟	岳飞故事、潜水艇历史 中国货币、我爱科学家	场馆、课程、 博物馆、教授	思政 研究院
	省军区主任 赖林军	谁是最可爱的人、党和人 民心连心	博物馆、课程、 视频、iPad	少年军事 研究院
	杭州之声 总监金波 特级教师孔晓玲	小主播、小外交家	课程、师资、教学设 计、评价模式、作家、 教师	婴音少年 文学院
语言表达类	作家张婴音 作家胡曙霞	戏剧、课本剧、 博物馆小小解说员	剧本、课程、教学设 计、作家	

艺术表演类	总导演黄克敏	街舞、古筝、鼓乐队、小歌手、小螺号制作	博物馆、器乐、课程、歌唱家、	少年艺术研究院
艺术技能类	中国美院教授 西泠印社书画家 赵茂祥	书法篆刻、手工泥塑、国画、鹦鹉螺雕塑、贝类拼贴画、贝类风铃	博物馆、书画家 课程、教学设计 画廊、评价方式	
体育健身类	岳家拳总教练 张开明	岳飞拳、宋韵游艺馆 飞盘、曲棍球、国象	拳师、教练、课程、 场馆、教学设计、展 示空间	体适能研究院
科技兴趣类	浙江自然博物院 教授钱周兴	小牛顿、贝类分类馆、贝类养殖箱	模型、课程、博物馆、 项目	少年科学研究院

2. 博物空间，拓展育人模式

杭师附小建设有五座微型校园博物馆，构建基于博物空间设计项目化学习课程，指向学生五育成长的学习方式，拓展学生的成长新样态。如图2所示。博物馆学习空间根据学生年龄段的特点，分别开发符合低龄儿童的活动课程有最可爱的人、射击小冠军、投壶设计师、贝壳拼贴画与贝壳显微镜等。高段学生思维发展水平、动手实践能力以及问题解决水平有更高发展，设计开发博物馆设计、贝类家园、___博物馆倡议书、我的零花钱、小小纳税人、小小中药师等不同类别的项目课程。

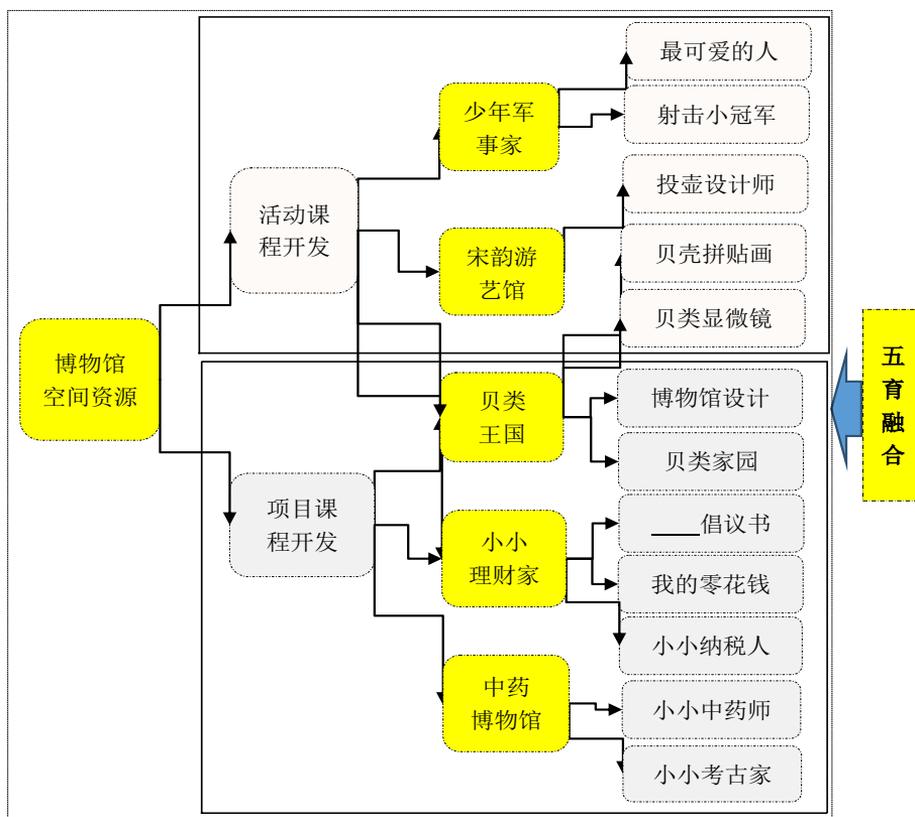


图 2:基于博物馆空间的课程资源建设

（二）魔法组合，满足个性发展

为了能够满足课程选择、时段选择、师资选择、时间选择等因素适合每位学生发展和家长需求，杭师附小探索不同课程组合的无穷变化，形成三种九类组合方式：单选“学”课程、单选“博”课程、单选“悟”课程；复选“学+博”课程、“博+学”课程、“学+悟”课程、“悟+学”课程、“博+博”、“博+悟”课程等。三类九种不同组合配置在每周五天的不同时段，学生可单选一周的其中一天、两天、三天、四天、或者全选，可以选择某一天中任何时段的某一个课程，直接产生杭师附小课后托管“魔法学院”无穷组合的魔法服务……

例如，我们每天提供 15 门“博·悟”课程选择，也就是每天有 15 种单选模式、9 种双选模式，也就是每天的课程组合至少有 135 种组合形式；每周五天形成 575 种“博·悟”课程组合形式，每一位学生每周五天中又可任选 25 种组合中的一种，这样全校一周中形成一万多种组合结果。

（三）技术赋能管理创新

如图 3 所示，基于双减背景下的学后托管课程，杭师附小以“儿童人格健康发展、自由健康快乐成长”为主题构建模块化、系列化、个性化的“学·博·悟”学后托管课程，并通过智能化信息技术处理能力打通家校沟通屏障优化多主体评价功能，实现双减增效的学后托管育人目标。



图 3: 杭师附小学后托管一站式服务管理平台架构图

1. 一站式管理平台的创新

杭师附小学后托管一站式服务管理平台实现 13647 管理模式。1 是指一站式学后服务管理平台；3 是指该平台有教师端、家长端和巡课端，教师端实现在线课表呈现、学生到课考勤等，家长端可了解课程信息并完成选课及参与多过程评价；

巡课端实现在线学生考勤、教师授课监管评估等。一站式学后托管服务管理平台展现教育由社会、学校、家庭共担，管理有目标、过程、评估全见，育人目标指向德智体美劳拓展全覆盖，海量数据与沟通实现智能信息提供的全景式处理。

2. 基金会深度合作的创新

2020年杭师附小加入中国蔡崇信基金会体育项目发展基地学校，国家退役曲棍球运动员加入学后托管导师团。他们带领杭师附小学后托管项目课程学生开展系统、规范、持久的教学。2021年3月成立全国首支少儿校园曲棍球校队，成为学后托管项目获得长足发展的有力见证。此外中国美院教授领衔的中国少儿国画项目和书法项目、省退役运动员引领的冰壶运动和击剑运动、专业团队指导的编程课程等等，拓宽了学生视野、提升了综合素养。

3. 白名单附小构建的创新

杭师附小自2018年开学后托管以来，始终倡导让学生在专业导师指导下发展兴趣特长，让附小学后托管成为留得住、托的牢的专业成长营。杭师附小先后联合蔡崇信基金会、中国美院、西泠印社、杭州击剑馆、浙江传媒大学、NBG篮球中心等成立杭师附小学后托管合作团队，由他们派遣教师、提供课程为学生开设学后托管服务。为提高外聘教师教学管理水平，尝试学后托管课程白名单机制，通过一站式学后托管服务平台开展过程性评估、家长在线评价等，对优秀教师与合作单位进行宣传、表彰等形式进行激励，形成附小构建的合作白名单单位。

四、效果影响：学后托管“魔法学院”的实践成效

1. **魔法学院在国家省市获首肯。**杭师附小学后托管新样态实践经验在中国教育电视台、浙江省教育报、杭州教育杂志等专业媒体和刊物上报道和发表；在浙江省教育厅教研室、上城区学后托管专题会议上作主题分享和介绍；在省市教育局学后托管现场会上经验介绍，均获得很高的赞誉。

2. **技术赋能助推学后托管智能化管理。**如图所示，该平台能对学后托管每一天每一个课程实施情况进行实时监控，还能对每周的课程结果进行展示。该平台目前已经初步具备上联区教育局平台，下阶段正在探讨联结妇联、志愿者服务平台、校外培训机构及师资平台，未来的一站式学后托管服务管理平台会实现社会联动、政府联动、教育资源联动功能。



3. **开发学后托管博物微课程群。**附小学后托管“魔法学院”包含SDG专项课程、校园博物馆课程、国家课程校本化实施延伸项目等数十门之多。2021年附小参与阿里巴巴SDG课程研发学后托管课程6门，该课程已经在杭州市三所重点名校推广实施，每一门课程传播面达到一千人次以上，正拟向全国推广过程中。

全息述评：基于核心素养的学生综合素质评价体系建设

杭州采荷第三小学教育集团 黄升昊 杨欣

一、学校概况

杭州采荷第三小学教育集团，有采荷、江锦和笕正三个校区，学生 2400 余人，教职工 179 人。集团有浙江省特级教师 1 人，浙江省教坛新秀 2 人，区市名师、教坛新秀、骨干教师 80 余人。集团践行“学习，让我们成为更好的自己”的理念，让每一个孩子摘到梦想中的星星。近年来，集团积极探索办学新模式，以“第三教育空间”为平台，“精准教学研究”为抓手，深化课程改革，努力建成“学生向往、教师幸福、社会满意”的现代化高品质学校！集团先后被授予“全国青少年足球学校”“全国少先队活动课程基地学校”“浙江省现代化学学校”“浙江省文明单位”“浙江省数字资源基地校”“浙江省数字校园示范校”“浙江省精准教学实验学校”等八十余项省市区级综合荣誉。

二、问题聚焦

1. 教育改革呼唤评价研究

评价指挥棒决定教学导向！2020 年 10 月 13 日，中共中央、国务院印发《深化新时代教育评价改革总体方案》；2021 年 8 月 30 日，教育部印发《关于加强义务教育学校考试管理的通知》。“双减”工作的扎实落地，评价改革是其中的重要一环。

2. 评价方式亟待不断改进

一直以来，教师习惯了纸笔测评，对学生综合素养的考察内容和考查方式不够重视，评价素养还有很大的提升空间。在传统测评中，教师偏重语数学科，没有发挥主体协同，缺少全方位设计，以单一纸质测评代替了用展演、活动、综合实践激发孩子不同潜力，更缺少为孩子未来成长提供动力支持。

三、解决举措

基于以上思考，本学年开始，在“双减”背景下，学校开始探索基于综合素质评价理念的全息述评学生评价体系。进一步加大评价改革力度，取消单元测试、期中测试，变为定期学习评估，从检测学习结果转变为了解学习状态；从单一唯分数论转向多元学习行为分析；从向家长汇报学习成绩，转为个性化反馈学习效能，帮助家长和学生反思不足，进而提供有针对性的学习建议。

1. 构建全息述评体系

全息述评研究是建立在“全息视野”的基础上，利用学校的大数据和“数字童年”智慧教育平台，以及独特的“视界期待”，将学生成长的过程和改变以全景的方式展现出来。采取“学科+评价、评价+技术”的方式，进一步改进评价量规和评价标准的制定，促进“教-学-评”形成闭环，构成一个推进“五育融合”的综合评价体系，体现“全员、全科、全程”等特点。



学业述评不同于以往的学业评价，它更关注评价的观察性、连续性和记录性，其包括“述”和“评”两个方面，“述”是多元补充、描述学生的成长发展过程，“评”是反馈学生的成长发展过程。两者相辅相成，彼此融合。

(1) 核心素养的校本化阐述

教育是全面培养公民核心素养的事业。学校以“立德树人”为导向，以“全员、全科、全程”为目标，围绕“让每个孩子摘到梦想中的星星”的办学愿景，培养“尚德、博学、健体、和雅”的现代公民，构建“生命力、学习力、创造力”的“三力”学业述评体系，关注全体学生的人文底蕴、创新实践、科学精神、学会学习、健康生活和责任担当的意识，逐步探索出具有采三特色的校本评价机制，注重过程性评价与结果性评价、自评与他评相结合，纸笔评价与非纸笔测评相融合，完善综合评价体系，从而激发学生的内驱力，促进学习综合素养的提升。（见图1）

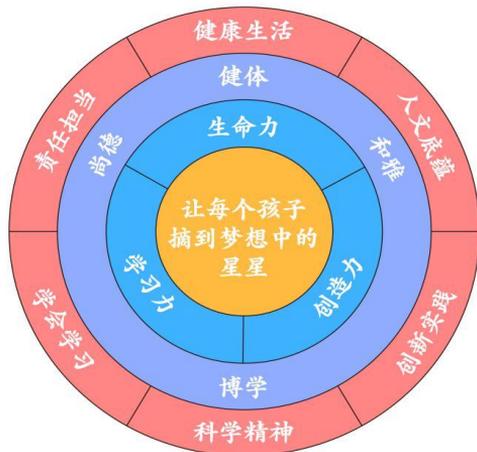


图1 采三学子综合素养（核心素养）发展目标

(2) 综合述评体系的顶层设计

学校在设计 and 实施学业述评体系时，重点进行了顶层架构，自上而下引领教师进行实践探索，带着目标去实践，实践之中得新知，不断深化综合述

评的改革和创新，使评价具有时代性，永葆效度和活力。（见图2）。

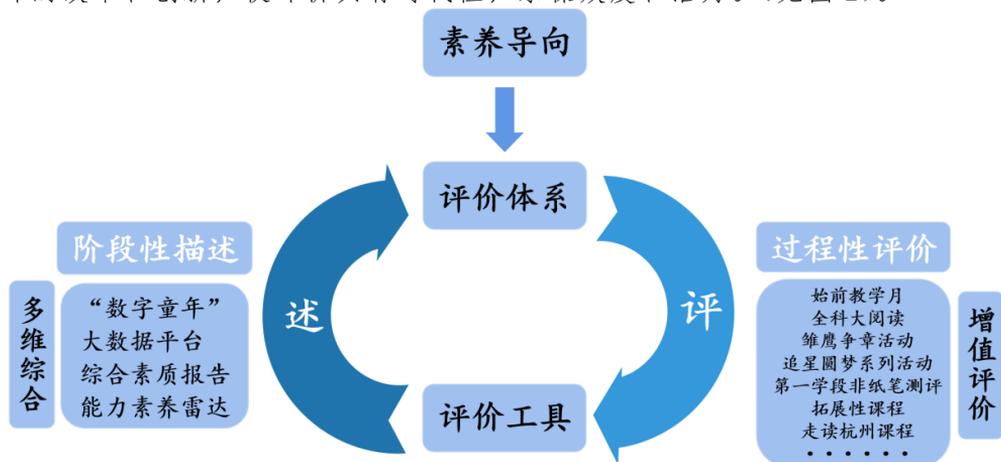


图2 采三全息述评体系的顶层设计

十年来，学校的综合评价迭代发展，努力将素养检测渗透在项目任务或游戏活动中。从单一维度的评价方式走向了全程化的评价模式，并且在“评”的基础上，创新性地强调了“述”的重要性和可操作性，将活动课程化，将评价系统化。借助智能技术观察学生综合运用所学知识解决问题、完成任务的过程，逐步形成可视化的学业述评体系。

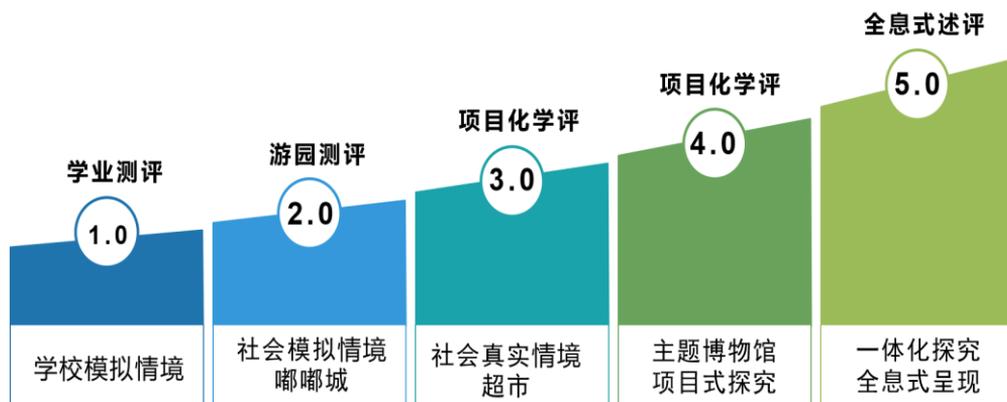


图3 集团综合性评价迭代发展过程

2. 研发评价载体——《采三学子综合评价手册》

学生的成长不仅要在大数据支撑下的智慧平台中呈现，也需要有纸质化的评价报告。学校采用数字平台+报告手册相结合的形式呈现。

第一，可以“动”的评价手册。一张张“孤立分离”的过程性评价单装订进了一本“活页成长册”里，过程性评价单不断叠加，让学生的成长和评价可视化、连续化、有层次。

第二，可以“连”的评价护照。每个孩子的表现有独一无二的素养雷达图，这就像是学生的学习护照，各项能力指标“连”起来形成了清楚、立体的能力画像，形象直观地展示学生各项素养能力的发展。

第三，可以“扫”的期末评语。学校将以学科成绩为主要的传统报告单换成了兼具“视听觉一体化”的综合素养报告单。“扫一扫二维码”即可听取同学和老师对孩子的个性化评价与寄语。（见图4）

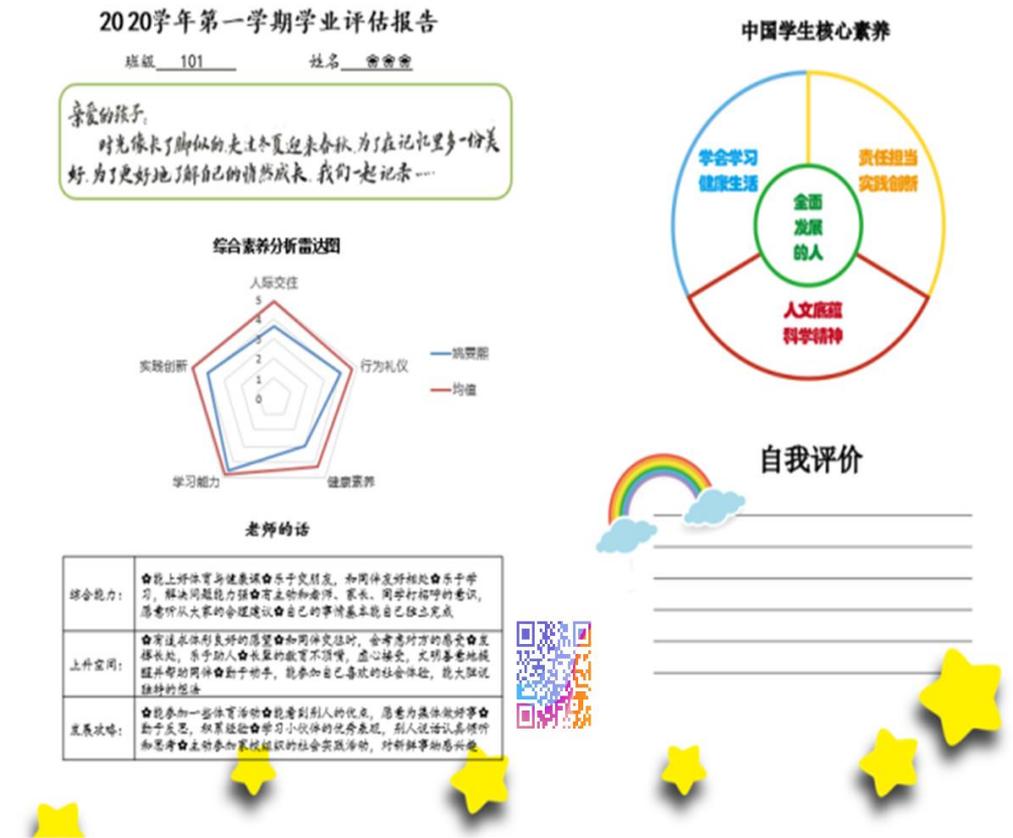


图4 综合评价手册

3. 改进评价方法，多维度培养学生整体发展

(1) 评价融入日常：学科关键能力关注全程述评

为综合考察学生各项能力发展状况，在设计评价载体时将各科学科能力融入日常各项活动中。通过教学、德育的各项活动来考察学生的素养发展，甚至附加学生日常表现，以实现学科关键能力的全程述评。（见图5）

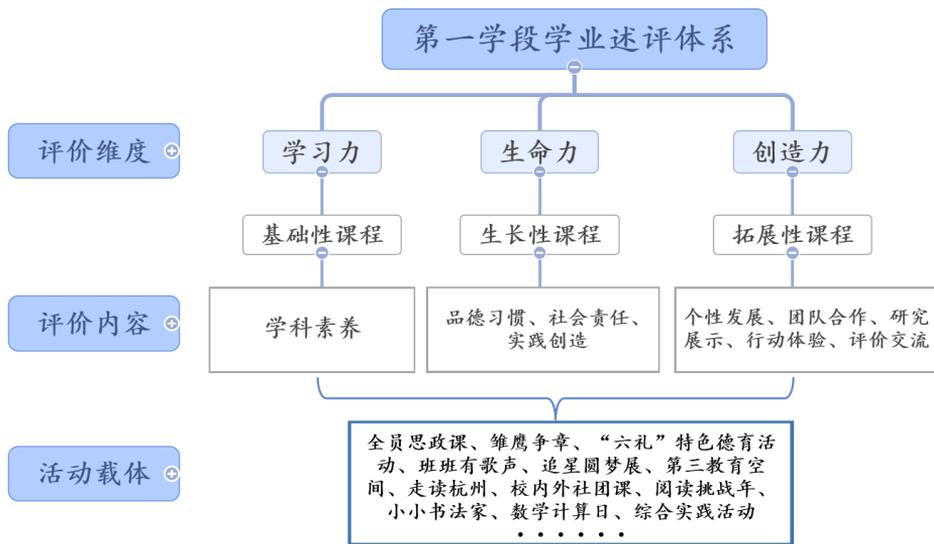


图5 “三力”评价下的评价内容和活动载体

(2) “学情登记”：让每一处学习都有迹可循

在采三，每个老师都有一本独一无二的“秘籍”——学情登记本，上面详尽地记录了每个学生每天的上课表现、知识技能的掌握情况，学习习惯与态度等。这些数据是学生学习最真实、最详尽的记录和最原生态的学习过程，老师们将其作为课堂教学的依据，探求更适合学生的教学内容和方法。（见图6）

班级: 601	教师: 祝艳		
姓名	积累	1-4单元拼音、基础	5-8单元拼音、基础
许宇凡	100	错的比较多, 请自行从1-4单元的拼音卷中梳理	缝隙 还差78单元, 错误较多, 需自行整理
周晨博	100	惊叹 单薄 等词识得东风雨 废话	潮流 解散 余音绕梁
项宸逸	100	背《月光曲》想象的那一段	100
沈嘉乐	认真审题	疙瘩 大步流星 忘乎所以 胜日寻芳泗水滨 等词识得东风雨 呻吟 迷蒙 优雅 幽雅	差 酱油 和真 火焰 陶醉 费裁 进步 舍身求法的人.....
章卓乐	还未交, 稍后反馈	笨拙 政府 粉身碎骨 曹植 祖宗疆土...	袖子 包裹 黍 目睹 差78
王胜涛	100	100	火焰 谬矣 惟妙惟肖 答客问 惟有民魂 惟有他发扬起来
李有哲	100	错的比较多, 请自行从1-4单元的拼音卷中梳理	差78单元, 错误较多, 需自行整理 缝隙 宿雨 喇叭 叫 赤
阮钰蕙	100	100	100
许嘉蕙	100	错的比较多, 请自行从1-4单元的拼音卷中梳理	100 五谷的 黍
刘振霖	100	100	100
胡一轩	100	100	100
张辰浩	100	100	100
高睿泽	100	100	100
周凡睿	100	提供, 供的读音未掌握, 基础指导帮查断音的方法	100

405班Unit 4-5学习积分								
课定作业量	1-4单元过关率	识字	课文背诵	My Room 小量制作	TWL 读本测查	书写练习	英语日小竞赛	
(满分: 400)	(满分: 100)	(满分: 100)	中文: 背诵 400 英文: 背诵 400 中文: 背诵 400 英文: 背诵 400	中文: 背诵 400 英文: 背诵 400 中文: 背诵 400 英文: 背诵 400	中文: 背诵 400 英文: 背诵 400 中文: 背诵 400 英文: 背诵 400	(满分: 100)	英语日小竞赛 中文: 背诵 400 英文: 背诵 400 中文: 背诵 400 英文: 背诵 400	
1	49	88	13.5	2	4	2	5.5	10
2	50	88	1.5	4	2	2	2.5	8
3	47	90	1.5	2	2	2	4	8
4	43	67	5	4	2	4	4	9
5	56	95	10.5	4	2	2	4.5	12
6	53	85	5.5	4	2	1	3	7
7	57	96	7.5	4	2	2	6	14
8	54	94	9	4	2	4	5.5	16
9	46	88	6.5	2	2	2	0.5	10
10	54	91	15	2	2	2	3.5	10
11	53	84	7	2	2	2	6	8
12	51	73	10.5	2	2	2	6	14
13	41	82	7	4	1	2	3.5	10
14	57	98	15	6	2	4	4.5	12
15	52	85	6.5	0	2	0	6	9
16	46	91	3.5	6	2	2	8	11
17	54	94	9.5	2	1	1	5	11
18	39	69	5.5	2	2	1	5	5
19	47	86	2	4	1	1	5	8
20	49	88	4.5	2	2	0	3.5	11
21	56	90	12.5	4	2	2	3.5	13
22	44	94	1.5	2	2	2	1	8
23	51	83	11.5	4	2	4	7	16
24	43	61	2.5	0	1	1	2.5	8
25	58	94	10	4	2	2	4.5	16
27	53	84	8	2	2	4	4	10
28	56	100	17	4	4	4	5.5	18
29	59	94	16	6	2	4	5.5	18
30	59	95	18	6	4	2	4.5	16
31	58	94	20	6	4	2	5.5	18
32	54	77	11.5	2	2	2	4.5	14
33	40	98	20	4	2	2	5.5	13
34	58	88	12.5	2	2	2	7	10
35	53	82	12	2	2	2	7	9
36	56	88	14.5	2	4	4	4.5	14
37	55	94	13.5	2	2	4	7	10
38	59	98	14	4	2	2	2.5	10
39	60	98	14	4	4	2	4.5	13
40	56	88	4.5	4	1	2	3	8
41	60	100	15.5	4	4	2	5.5	14
42	55	92	5.5	2	2	2	8	12
43	50	86	4.5	6	2	2	4.5	16



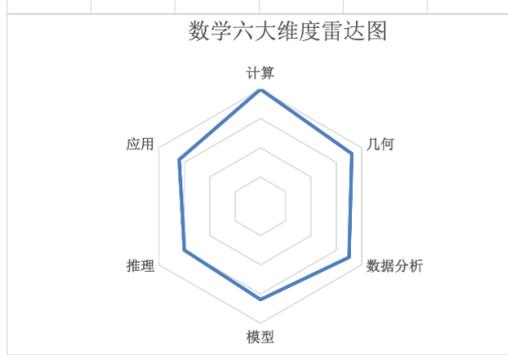
图6 采荷三小 学情记录

教师根据学生作业中出现的知识点错误进行登记,对溯源学生的错因有所依据,而不是单纯的凭借教师的经验。这既是对学生的反馈,可以根据错误进行精准的改进,更是对教师的教学进行指导,及时发现教学中的漏洞,并及时弥补。

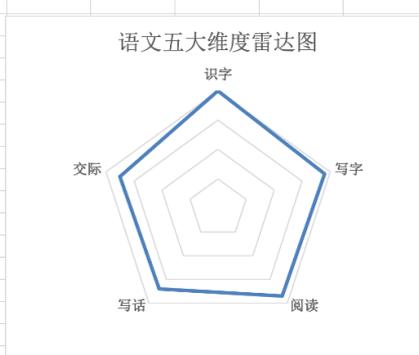
(3) 加强横向对比: 形成各学科素养的能力雷达图

在全员卷入、全程参与的基础上,学校和教师进一步深化全科述评的要求。“全息述评”并非是完全意义上抛弃笔试测评,而是从单一的试卷转换成全学科融合的综合评价。测评之后会形成每位学生的学科素养雷达图,通过横向对比和分析,找出学生个性化发展的“超车区”和“慢车区”,帮助教师和学生更好地进行教学和学习。

510班黄紫峻数学六大维度分布					
计算	几何	数据分析	模型	推理	应用
20	18	17.5	16	15	16



510班黄紫峻语文五大维度分布				
识字	写字	阅读	写话	交际
20	19	18.5	17	17.5



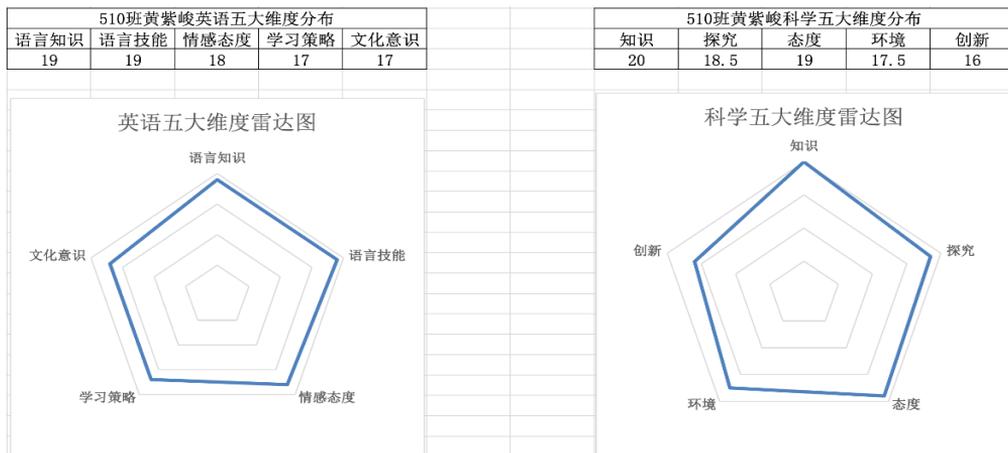


图7 各学科素养雷达图

(4) 开展多维融评：记录和描述每个学生的“数字童年”

孩子从一年级学习到六年级，应该是怎么样的成长样态？采荷三小利用信息技术，基于IRS系统，建立“数字童年”智慧教育平台，为每一位学生搭建了成长数据库。学业成绩、雏鹰争章、过程性作业、阶段性测评甚至体检数据都一一记录在每个孩子的成长平台中。评价的过程倡导“自动高效、私人定制”。只要扫描该学生的二维码就可以实时录入过程性评，而系统的大数据会自动与该生信息保持同步，师生和家长可以同步查阅学生六年来的成长过程。

我校将拓展性课程也纳入学校的整体评价体系中。历经11年，我校自主研发了140余门拓展性课程。学生在拓展课程中的表现都会被记录在成长平台中。同时，结合地理优势，我校还指导学生开展了项目式主题研究——走读杭州。每周挤出半天的时间，让孩子们走出校园，走向社会实践。将所学知识与生活实际联系起来，激发每一位孩子的潜能……爱家乡爱祖国的情感，学生的社会交往能力、合作交流能力和自主探究能力都在活动中得以提升。每次活动结束后，孩子们在活动中的表现和收获也会记录在平台中，成为综合评价的一部分。



四、效果影响

1. 评价结果助力教学变革

以评诊学，优化学习方式。基于大数据，家长可以全面呈现了学生某个阶段的学习情况。《报告册》生成后，学校还会组织家校沟通会，指导家长了解数据，以便正确看待学生当下的学习情况，并对未来的学习进行预测。

以评促教，推动课堂变革。随着评价改革不断深入，教师的评价观也在发生转变。基于综合素养评价的反馈数据，教研组打造“精准教学”和“精准助学”的骨干团队，不断开展命题设计和跟进教学的实践研究，以评价促进教育教学方式的变革和创新。

以评驱研，深化科研过程。学校基于大数据，变教学问题为教研主题，实现教学活动从“经验主义”到“实证主义”，形成校本评价体系下的各个学科的特色评价体系。以评价改进学校管理，以评价引领教与学，以评价深化教科研建设，最终实现“学—教—评—研”四位一体。

2. 评价改革扩大社会影响

评价改革取得阶段性成果。多维融评和数字童年我校坚持了多年，研究成果得到时任浙江省副省长陈岳冲先生的重要批示，同时《数字童年——多维评价》被评为教育部典型案例。



评价助推教学质量高位增长。正是因为不断坚持评价改革，坚持多样评价，采三的孩子不仅学习成绩优异，更能全面发展。我校连续十年教学质量考核优秀，“数字童年”被教育部认定为优秀数字应用案例。在区抽样数据显示，我校在社会认可度、学习方式多样化的调查中均位于全区名列前茅。



每个学生都是一座金矿，每个学生都能成为学习的主人。“全息述评”旨在唤醒学生的内驱力，让他们得到最好的发展，让老师和家长看见每个学生的不同成长，同时也让学生在自我成长中享受成长的满足感。

周末帮帮团：家庭互助共同体建设行动

杭州市回族穆兴小学 金莹 周晨

一、学校概况

杭州市回族穆兴小学创办于1914年，是一所具有逾百年历史的公办小学，设穆兴、小营两个校区，共29个教学班。

学校以“和合多元”为办学理念，致力于培养“至善和心、益智好学、健体尚美、开合纳新”的学生。近年来，学校从德育活动开展、民族课程培育、校园文化建设等方面进行实践，逐步实现学生发展有特色、教师团队有活力、课程建设有品质、校园文化有韵味，努力把学校办成“老百姓家门口的好学校”。

学校先后荣获浙江省区域推进校本教研协作研究基地学校、浙江省健康促进学校、杭州市文明学校、杭州市小班化教育实验基地、杭州市智慧教育示范建设学校、杭州市绿色学校、上城区“行走德育”示范基地、上城区作业改革基地学校等荣誉。

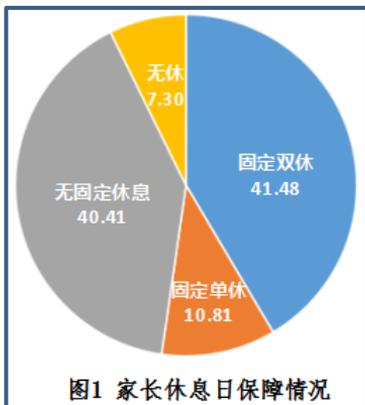


二、问题聚焦：亲子陪伴的现实困境

《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》的出台，在把双休日还给家庭、还给孩子的同时，也使双休日亲子陪伴成为家长面临的新挑战。

我校面向全体家长开展了学生家庭周末安排情况的调查，结果显示学生双休日度过方式不容乐观，双休日亲子陪伴正成为家庭教育新矛盾，主要表现在亲子陪伴

时间不足、家长陪伴能力不强、亲子活动资源不多等方面（见图1、2）。这样的现实困境仅靠家长一己之力无法破解，需要家校社三方形成合力共同解决。



三、解决举措：家庭互助共同体的构建实施

我校是一所地处市中心的公办小学，相对集中的学生家庭居住情况、和谐良好的家校关系和校园周边丰富的城市资源使家长以家庭互助的方式“组团带娃”具备现实可能。学校探索“一爸一妈带一群娃”的周末亲子陪伴新模式，促进儿童全面发展，提升家长陪伴能力，以达到家校社合力落实“双减”的目的。

“周末帮帮团”是指以家庭互助为主要形式进行周末亲子陪伴的家庭群体。家长在学校的倡导下，以若干户家庭为单位自发组建团队，在假期中以轮值的方式陪伴该团队中所有家庭的孩子。它并非家庭在数量上的简单叠加，而是一个具有共同愿景、共同角色和共同责任的组织。“周末帮帮团”从家庭、学校、社会三个维度建立协同体系，通过家庭的自主互助激发内驱力，保障孩子“有人陪”；通过学校的专业指导产生牵引力，引导孩子“有事做”；通过社会的资源共建提供支持力，实现孩子“有处去”（见图3）。



图3 “周末帮帮团”三方联动体系

《中华人民共和国家庭教育促进法》在总则中明确指出“家庭教育，是指父母或者其他监护人为促进未成年人全面健康成长，对其实施的道德品质、身体素质、生活技能、文化修养、行为习惯等方面的培育、引导和影响”。基于以上五个维度，学校设计研发学业互助团、素养拓展团和实践成长团三大实施载体，为“周末帮帮团”开展亲子陪伴活动提供内容支撑。家长进行周末亲子陪伴时可以根据具体情况灵活选择，每个团队的活动内容和同一个团队每个周末的活动内容都可以不同，实现个性化订制和菜单式选择（见图4）。

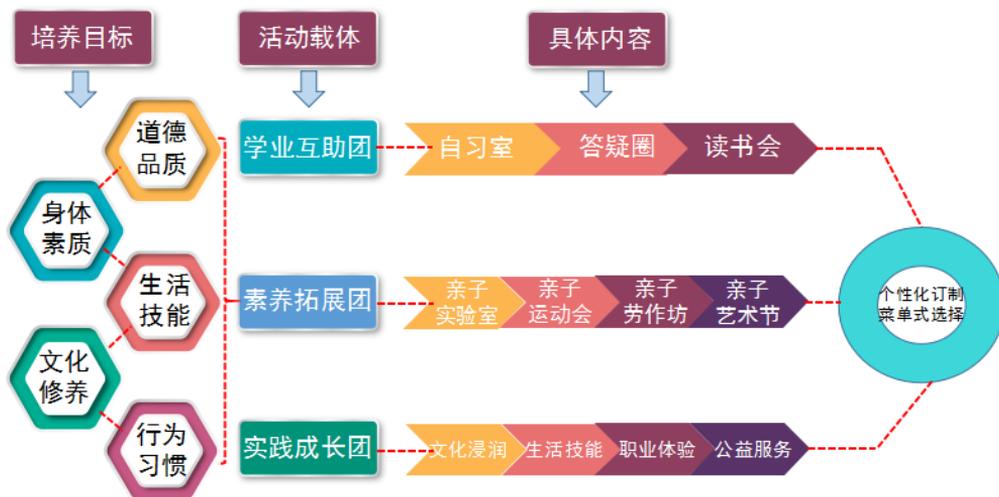


图4 “周末帮帮团”目标载体框架

（一）学业互助团：实现自主学习

“自习室”是孩子们在家长陪伴下的自主学习活动，由团队内一位家长组织，在家里或适合学习的场域自主完成学科作业。作业前，做好当天作业的简单计划；然后通过独立思考、复习回顾、查阅资料等方式自主完成作业；最后进行检查与错题整理。家长以不影响孩子学习为前提，可安排阅读、编织或文案工作等陪伴在侧，对作业进度、过程管理进行适时提醒。

“答疑圈”指学生之间开展答疑解惑的互助学习活动。孩子合作探讨独立作业时产生的问题和遇到的难题，在积极互动中寻求解决办法，通过互助仍无法解决的待返校后请教老师。学生在互助学习中既锻炼了思维能力和问题解决能力，也从同伴身上学习优良的学习习惯和学习品质，实现儿童的自我反思与成长。期间，家长不参与学习内容的具体指导，只进行观察、引导，并及时给予鼓励。

“读书会”是在家长带领下的集体阅读交流分享活动，地点可以是家庭、书店、图书馆等空间。沉浸式阅读，营造静心读书的氛围；交流式阅读，增进亲子间、同伴间的沟通，分享独特的阅读感悟；推荐式阅读，家长、孩子轮流担任导读员，推荐优秀读物，拓展阅读的内容和种类；创新式阅读，通过朗读、接读、演读等多种

形式，再现书本中的经典片段，增强阅读的趣味性。

（二）素养拓展团：促进全面发展

1. 亲子实验室

学校科学组每学期向各年级推送若干个家庭实验项目并附操作攻略。“生命小实验”以植物生长、蚕宝宝发育等科学观察为主题，走近神秘的生命世界；“化学小实验”以可乐、蛋壳、醋等物品为实验材料，感受奇妙的化学变化；“物理小实验”以气球、纸张、筷子等为研究对象，探索身边的物理现象；“创客小实验”以项目驱动学生动手动脑，解锁有趣的创客空间。所附攻略从材料准备、实验微课、记录评价等多个维度提供专业指导，具备一般科学常识的家长即可操作实施。

2. 亲子运动会

学校体育组根据国家体质健康标准，结合学生的身心特点和兴趣爱好，为“周末帮帮团”量身定制有趣有益、简单易行的体育活动，主要分为体能锻炼、趣味竞赛、益智游戏三大类。通过跳绳、跑步、仰卧起坐等项目，锻炼身体素质，不断提升体能；通过球类、飞盘等家庭趣味小竞赛，学习掌握体育技能，保护视力；通过棋类活动，发展逻辑思维，培养专注力。

3. 亲子劳作坊

学校将校内劳动课程与家庭劳动实践相结合，提倡每月过一次“家庭劳动日”，为不同年龄阶段的学生推送不同的家务劳动小任务。低年级以清洁、整理、收纳为主，在长辈的指导下整理书包、叠被子、洗红领巾、打扫房间，家长通过照片记录劳动过程，纵向观察孩子劳动成果的变化，见证宝贝的成长；中高年级以烹饪、编织、缝纫为主，包饺子、做蛋挞、钉纽扣、套被套、做一道菜、当一天家，孩子通过“劳动手账”“劳动日记”图文并茂地记录自己的劳动经历，展示记录劳动技能的发展。

4. 亲子艺术节

我校学生因家庭条件等因素的制约，参加专业艺术培训的机会不多。“周末帮帮团”以小型艺术活动的形式为孩子创造感受艺术熏陶的机会。校艺术组为学生家庭提供丰富多彩的活动锦囊，涵盖观电影、看戏剧、赏艺展、学非遗、创作品等。尤其是创作品板块，紧密联系生活，不同年段以“四季之美”“家乡之味”“节日之乐”等为主题，开展绘画、手工、歌舞、曲艺等多种活动，让家长和孩子共同经历艺术之旅，感受艺术之趣。

（三）实践成长团：践行社会责任

学校充分挖掘周边的社会实践资源，以步行一公里为半径，对周边场馆资源进行梳理和重构，编织成一张学生社会实践的活动网图，使原本零散、单一的活动资

源成为功能聚焦、载体丰富的育人场域。

表 1. “周末帮帮团”实践成长团社会活动网图

实践主题	实践目标	实践场域
文化浸润	通过红卷系列场馆参观,了解红色革命史,爱国卫生运动,宣讲红色故事,激发爱党、爱国、爱家乡的情感;了解钱学森的故事,学习科学家的爱国情怀和探源精神。	中共杭州小组纪念馆 毛主席视察小营巷纪念馆 爱国卫生运动纪念馆 钱学森故居
	通过走访活动,认识杭州的中华老字号,品尝代表性传统点心,进一步加强对于杭州本土文化的认识,感受传统文化的魅力。	河坊街历史街区
	了解中医药知识,认识常见的中药材和制作器具,学习简单的中医健身动作,感受中医药文化的博大精深,形成健康生活的理念。	五柳巷中医药特色街区 朝庆会堂 方回孝堂
	感受不同书店的风貌,了解书籍的分类与整理;通过沉浸式阅读,品味书香;了解线上借阅流程,学习借阅书籍。	新华书店 南宋书房
生活技能	了解超市购物的时间、流程,向家长请教购物诀窍,合理规划购物开支,购买家庭常用物品与食品,学习现金与电子两种支付方式,学会理性消费。	世纪联华超市
	认识常见的各类食材,向家长请教买菜诀窍,科学设计菜品,合理规划买菜开支,购买相应食材。	清源普农农贸市场
	了解杭州市民卡的功能与办理流程,学习线下与线上两种市民卡使用方法,感受科技发展给城市居民生活带来的便利。	杭州市民卡服务中心
职业体验	通过咨询、实践体验,明晰医院看病流程,了解医务工作者的工作态度,树立尊重医务工作者的意识,文明就医。	浙一医院 浙二医院 杭州市第三人民医院
	通过实地走访,了解环卫工人的工作时间与内容,感受“城市美容师”工作的艰辛;清洁城市绿化带,美化环境;树立劳动光荣,保护环境的意识。	环卫所
	通过访谈,走近“城市里的蚂蚁”,了解快递分拣、配送流程;体验快递配送全过程,感受快递员工作的不易。	快递站
公益服务	了解餐厅店工作时间与服务流程,参与购买、清洗、烹饪、送餐中的一项体验,知道美味佳肴背后的劳动付出;树立节约粮食的意识,日常用餐做到光盘。	餐饮店
	通过访谈了解头发日常洗护知识,学习根据不同发质选购洗发水;通过相互洗发吹发,学习正确的洗护手法;养成良好的个人卫生习惯。	理发室
	了解小红车的借还流程;通过擦洗小红车的公益劳动,树立爱护公共设施,做文明小市民的意识。	杭州城市共享单车站点
公益服务	聆听讲解学习垃圾分类,认识城市垃圾分类的重要性;参与社区垃圾分类宣传,践行垃圾分类,养成良好生活习惯。	红卷健康生活馆
	通过为老人做志愿阅读者的实践活动,丰富老人的生活,从小树立尊敬老人的意识,弘扬中华民族尊老的优秀传统。	社区养老服务中心

“周末帮帮团”社会实践活动网图围绕文化浸润、生活技能、职业体验、公益服务四大主题,引导学生了解生活,学会生活,热爱生活,感受作为一个公民的社会责任和使命担当,在真实的社会生活中形成世界观、人生观、价值观的正向融合。

为保障“周末帮帮团”的有序运作,学校组建“父母值日生”“教师指导员”“邻里志愿者”三支队伍,形成家庭互助、学校导助、社会襄助三大机制,促进家庭、学校、社会三方合力的形成。

“父母值日生”以规章制度的形式明确了父母在家庭互助共同体中的陪伴职责。学校建立《“周末帮帮团”章程》，明确了值日家长的责任和义务，确保家庭互助共同体的规范运作；每个团队基于团队内家庭实际情况建立《“周末帮帮团”家长公约》，形成具体可操作的行为契约，从而成为团队内家长共同遵守的亲子陪伴行为准则。学校章程与团队公约相结合，使家庭互助式的亲子陪伴得以顺利运行。

“教师指导员”导助团队以党团员教师、家庭教育骨干教师、班主任等为主要成员，根据教师的年龄、性别、学科背景、经验特长等情况分为6组，每2-3人为一组，对应指导一个年级的亲子陪伴活动。其主要任务是家长提供内容、过程、评价的全程指导，使家长得到触手可及的亲子陪伴策略支持。

“邻里志愿者”机制旨在充分挖掘开发学校附近可供学生家庭开展活动的场地和资源，积极寻求社会联动。这里的“邻里”不仅仅指个体的人，更大意义上指的是分布在学校周边的机构场馆。学校积极走访周边企事业单位、机构场馆，建立场馆联系人制度，并将社区工作人员、场馆责任人、商店经营者等聘任为“周末帮帮团”的邻里志愿者，家长需要带孩子在这些场馆开展活动可以直接向志愿者进行预约，并请他们提供活动协助；学校还定期召开“三力合一”例会，邀请家长代表和志愿者进行交流，对活动开展提出意见建议。同时，学校也鼓励“周末帮帮团”为志愿者所在单位提供垃圾分类实践、新冠疫苗接种宣传、公共自行车擦洗等服务，践行了家庭对社会的责任贡献，通过互动实现双赢。

四、效果影响：亲子陪伴的品质提升

（一）儿童素养得到发展

“周末帮帮团”通过家庭互助共享，不仅使周末校外时段亲子陪伴时空得到保障，也使学生的闲暇生活得到丰富、综合素养得到发展。关于活动成效的调查显示家长普遍认为孩子参加周末帮帮团收获良多（见图5）。从师生访谈中了解到，通过在活动中自发地记录感受、拍摄照片、制作作品，学生自信地展示自己的成长。

选项	比例
(1)丰富了双休日生活	72.73%
(2)拓展了孩子的眼界	67.33%
(3)提升了交往沟通能力	55.47%
(4)培养了社会参与意识	66.87%
(5)身体健康，心情愉悦	64.1%

图5 “周末帮帮团”促进学生发展的调查数据

（二）家长能力得到提升

通过“周末帮帮团”家庭互助共同体建设，我校家长进一步明确了陪伴角色，

强化了陪伴意识，树立了“家长是孩子成长第一导师”的理念。问卷调查显示，家长普遍认为自己的家庭教育理念和家庭教育能力得到提升，对“周末帮帮团”的满意率高达 99.68%。本年度有 30 余位家长在各级各类会议中进行了“周末帮帮团”建设经验交流。

（三）家校社合力逐渐形成

“周末帮帮团”通过亲子陪伴新生态的培育，使学校、家庭、社会统一了对“双减”的认识，实现了在学生成长中的密切联动，形成“1+1+1>3”的强大合力，从而促进全社会共同拥护“双减”、共同落实“双减”良好氛围的形成。



图6 “周末帮帮团”活动经验宣传推广

“周末帮帮团”自成立以来得到了广泛的社会关注，形成了良好的社会反响，“学习强国”平台等媒体对其经验进行宣传推广（见图 6）。社会各界的肯定与支持，进一步增强了学校以家庭互助体共同建设为着力点提升亲子陪伴质量、将“双减”落到实处的信心。

作业博物馆：减负提质的育人新载体

杭州市凤凰小学 缪华良 陈清梅

一、学校概况

杭州市凤凰小学创建于2017年8月，濒临钱塘江，背依凤凰山。以“有滋有味、纯粹童年”为办学理念，坚持“有温度、有故事、有美感、有人性，办儿童喜欢的学校；学术化、数智化、优质化、个性化，办国际水准的学校”的办学愿景。以“诚毅博正”为校训，确立“正行、好学、乐创、趣玩、善交”的育人目标，着力打造馨悦校园、作品校园、书者校园、清廉校园、数智校园的“五味校园”。

学校为中国新样态学校联盟实验校、全国“五育融合”实践联盟校成员单位。学校自创办以来，先后荣获浙江省标准化学校、浙江省健康促进学校铜奖、杭州市第五批国际化示范学校、杭州市第二批教师发展示范学校、杭州市2020年教育改革创新年度学校、杭州市示范教研室等荣誉。

二、问题聚焦

作业应实现学生发展的多元性以及素质发展的主导性价值，尤其需要发挥育人功能，审视当下，作业价值异化的现象突出：

1. **教师视作业为手段。**如有的教师视作业是提分的手段；有的教师把作业作为惩罚或变相体罚学生的手段；也有的教师把作业作为自己转嫁课堂教学压力的手段。教师对作业缺少研究的意识，不能站在“作业育人”的高度正确认识。

2. **学生视作业为负担。**具体表现为两个方面：价值缺失，学生视作业为任务；过程缺失，学生视作业为压力。学生对作业缺少“作品”的意识，不能站在“作业是自己最好的劳动成果”的角度正确理解。

三、解决举措

在“双减”背景下，关注作业的研究与设计，提升教师的学习设计能力，加强作业的过程性关注，真正发挥作业的育人价值，探索减负提质综合性的作业评价，学校“作业博物馆”应运而生。

（一）理念与价值

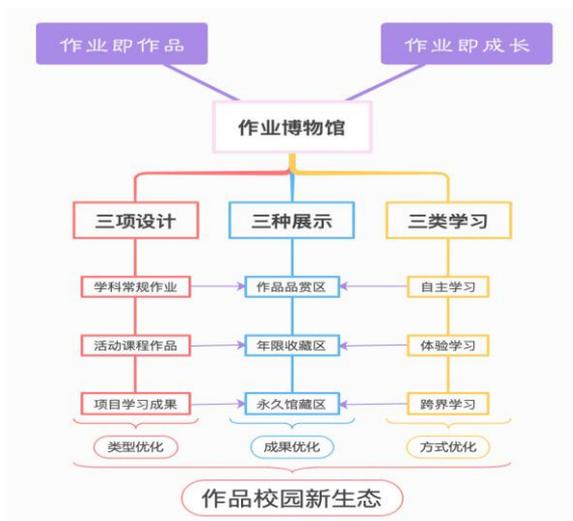
作业博物馆，就是征集、典藏、陈列和研究自学校创建以来学生的作业，进行分类展示，分享交流。通过作业全平台的展示，分享优质作业，收藏精品作业，创新育人场域，让作业减负有效落地。作业博物馆，意在成为学生成长的一个平台，教师作业设计突破的一种载体，学校文化创生的一条路径。这背后，基于学校对作业的两种价值思考：

1. **作业即作品**。2017年学校成立之初，我们就提出了“作业即作品”的理念，视作业为教师精心设计送给学生的礼物。作业作品化，让作业指向于能力素养与思维品质的可视化表达，让作业成为学生的一件件“学习成果”。学生“做作业”的过程，就是经历体验、探索、实践的学习过程，学生带着“作品化”的想法去完成作业，不会敷衍了事，不会应付任务，认真对待，贯穿始终。



2. **作业即成长**。作业是学生课堂之外的另一种学习，贯穿于学生整个学习的历程，适合于不同个体差异不同能力层级的学生，这需要作业具有多样性、层次性、选择性。教师根据作业的不同类型、不同功能探索多样化的作业设计，弹性分层、跨界融合、素养为本，让作业激发学生学习的兴趣，体会收获的快乐，好作业带来榜样的力量，成为学生追求的目标与方向。

（二）思考与架构



图：作业博物馆的架构图

在“作业即作品”“作业即成长”的理念下，学校创生“作业博物馆”育人新载体，实现作业育人新探索，实现作品校园的新生态。

优化作业设计的三条路径，着力探索学科常规作业、活动课程作业、项目学习成果，促教师对作业的设计从单纯的作业走向作品化成果化的系统思考。优化作业的三种展示方式，分区域与年限的收藏展示设作品赏析区、年限收藏区、永久馆藏区，促学生正确认识作业的价值，激发正确作业的行为。优化作业与学习的三种联

结方式，让学生自主学习、体验学习、跨界学习，促学习方式的转型提升，让作业真正走向育人价值的实践。

（三）实践与经验

1. 分级展示，优化作业即作品的价值认识。作业博物馆共展出 203 件“作品”，



这些作品按照收藏与展示的年限，分成三个区域：作品欣赏区、年限收藏区、永久馆藏区。作品欣赏区以展示优秀常规性作业为主，两周一轮换，以年级组、教研组申报的方式进行展出。年限收藏区，收藏的是学生基于一个主题下的作品化的作业，收藏的年限一般以 1—3 年为主，收藏后可由学生拿回。永久馆藏区的作业，收藏的是学生最具作品化的作业成果，这些作品由学校永久性收藏。2020 年 9 月，学校发起了“节俭食育”的号召，502 班飞鹰小队的队员们想设计一个智能设备，设立浪费行为的警戒线，督促同学们更好的“光盘”。

在科学毛老师的指导下，进行了“餐后智能测重系统”的项目化学习。项目组成员有分工有合作，擅长画画的，就承包设备的美工；爱好编程的，就负责技术称重的攻坚克难；善于表达的，项目的整体阐述、流程设计就当仁不让，每个人的优势特长得到最大限度的发挥。8 个人，历经 2 个月的研究，最终小队项目合作的成果《餐后智能测重系统——校园节约粮食好帮手》在 2020 年度全国项目式学习优秀项目展评活动中荣获了二等奖，这件成果就在永久馆藏区珍藏。

学校给作业展示的学生颁发“正行卡”，由校长亲自颁发《作业收藏证》，这使自己的作业进入作业博物馆展示与收藏，成为凤凰学子的骄傲与最大的荣耀。学生有了学习目标，自发组织、自觉加入生成一个个项目学习团队，学习的兴趣日益浓厚。当作业走向一件件作品、一个个成果时，学生爱上了作业，作业更有了价值。

2. 分项设计，优化作业即作品的系统思考。

在作业博物馆，有设计巧妙的餐后智能测重系统、充满童趣与艺术性的陶瓷摆件、剪纸的印花 T 恤、印有好玩 slogan 的陶瓷杯……这些宝藏藏品分为三类，指向于学校对作业的三种设计：一是学科类常规作业。学生日常的作业抄写，课堂作业本，草稿本，装订



成册的练笔作文，甚至是数学的每周一练。二是活动课程作品。学生以伙伴或小组为单位，把学校的活动课程，如“启蒙启志启程”月课程，“毅学武学农学”周课程，“江桥汇”日课程以活页作业方式呈现。三是项目学习成果。学生团队持续深度探究的学科项目化作业，如五年级的学生在学习了中国传统文化“剪纸”后，结合绘本《老鼠嫁女》，做了杯子、抱枕、作业本、衣服等系列剪纸周边产品。学生在大量的情境化学习中获得直接经验，将感受、收获用各种方式进行记录，最终成为学习成果。

从作业到作品，再走向成果，基于学校对作业的整体思考。关注学生的个体差异，针对不同能力层级的学生精心设计，弹性分层，自我评估，选择适恰，伙伴协作是对作业的系统架构。关注作业的内容，从一项作业延展为一科作业，多维扩展为多科作业。关注作业的时长，从短频快作业到一月一研究作业，甚至是延时半年甚至是一年的项目长作业。关注作业的形式，从纸质作业，到活页作业，再至电子化作业，让学生可选择，乐挑战，辅以增值性评价助学生成长型思维习成。近些年，学校出现了许多“搞事情”团队，学生找到了兴趣点，找到了一群“志同道合”的朋友，学习变得有滋有味。

3. 分类学习，优化作业即作品的实践育人。作业博物馆的展台上，有六十多本封面各异的书，书的作者是学校的学生。这些原创的作品，有科幻、悬疑等各种类型的小说，也有绘本作品、数学史研究等，那是学校六年级的学生历时一年完成的



“写书大业”。学校从 2018 年就发起小作家写书计划，校长亲任指导者。学生坚持写作，一年下来，写出的成品最少 3 万字，多则 11 万字。一份书稿，从构思到成品，学生要经历“研究书名搭建提纲框架”“黔驴技穷的瓶颈期”“创作后的反复打磨”，直至最终成书。在这一过程中，学生沉浸在创作之中，经历挫折、失败，学会坚持，解决问题，最终拥有自己的作品。

这种历时一年的作业“经历”，基于学校对作业背后的三种学生学习方式的转型：指向于学生个体反思性的自主学习、指向于多学科互通的体验学习、指向于多场域交互的跨界学习。学校以五育融合为方向，聚焦作业背后的学习方式变革，倡导教师对作业的精心设计，如布置“基础作业””整体作业“荣誉作业”促学生自主学习，特制四单式（孝悌单、英才单、研学单、艺体单）作业助力体验学习，研发脑图作业，数智赋能升级作业，让作业交互可视。促进教师作业研究专业化，开发设计高质量的作业资源，促进教师提升评价素养，把好作业的选择与布

置。

四、效果影响

作业博物馆自今年10月中旬成立至今，反响很大，社会各界媒体纷纷报道，肯定学校此项行动，成为了学校作业减负研究的一张金名片。

1. **教师更专注于提高作业设计的质量。**作业设计撬动教师更为关注学生的学习设计，教师从不同的方向与维度进行实践性研究，如基于翻转课堂理论，进行前置性学习以预习微课压减预习作业的研究；依据能力分层的课堂学习支架，促进学生合作学习和个别化学习研究；协同式设计阶梯式课堂作业、学程式假期作业和实践式素养作业，着力于学生核心素养培养和高阶思维发展；数智赋能的增值性作业评价课题研究等，校园里学术研究的氛围浓郁。

2. **作业即作品的实践范式影响渐远。**从2021年8月以来，学校已经接待全国二十余批次近两千人来访学习，各界媒体宣传平台报道40余次。缪华良校长受邀参加“双减背景下作业设计与管理”浙江教研论坛，凤凰小学的案例样本，引起了全国同行的极大关注，线上参与线下参训人次达70万。10月21-23日，学校承办全国生态好教育联盟凤凰论坛，凤凰双减工作实效和学校办学新样态引起巨大反响。“让作业回归本源，真正发挥育人价值”的报道上了“学习强国”，中央人民广播电台、人民日报公众号、澎湃新闻、浙江卫视、浙江新闻联播等媒体近日做了多种形式的专题报道。



3. **发挥作业育人的价值追求得到彰显。**在“双减”背景下，凤凰小学“作业博物馆”的实践，成为学生自主学习成长的新平台，实现作业育人的新载体，开启了减负育人的校本探索。我们追求作业即作品的育人实践，让其成为学生创新学习提升的新基地，成为教师作业设计提升的新突破，成为校园文化品质提升的新亮点。

“大作业”改革：“作业减负”的校本创新实践

杭州市大成实验学校 李建飞

一、学校概况

杭州市大成实验学校是一所具有影响力的九年一贯制公办优质学校，前身为杭州四中分校。系浙江省大数据精准教学项目实验学校、杭州市智慧教育示范学校、杭州市人民满意学校、杭州市文明学校。近些年来，学校围绕“静心做自然的教育”的核心主张，提出“为了每个生命自然生长和幸福成长”的办学理念和“培养学生自主习惯、自信品质和美好心灵，做幸福完整的人”的育人愿景，坚持儿童立场、学为中心，以“大作业”改革为支点，全力推进常态课堂改进行动，积极探寻“大作业”视域下“作业减负”的创新实践路径，持续撬动常态课堂从教为中心向学为中心转型，促进了深度学习在课堂内外的真实发生和“双减”政策在学校的真正落地。

二、问题聚焦

学生过重课业负担是基础教育改革发展遇到的一大顽疾，而作业是其主要来源之一。过去各级部门曾出台不少的减负政策，然而每次之后效果往往都不尽人意。从学校层面看，我认为最容易忽视的有两大问题：一是重量轻质。好多时候停留在作业减量的“外围战”，聚焦作业质量和学习效能的“攻坚战”较少；二是视野狭窄。关注课内作业的较少，关注教学全过程的更少，习惯于“头痛医头、脚痛医脚”的老套路，缺乏“跳出作业看作业”的勇气和智慧。

三、解决举措

为了破解这些问题，我们感到“双减”政策之下迫切需要建立一种由表及里、内外兼修的“大作业”平台，把课外作业与课前预习、课内学习统整起来，把作业与备课、上课、辅导、考试等常规环节联动起来，把作业减负与五育并举融合起来，打好“提质增效”的“组合拳”，从而彻底打破“校内减负、校外增负”“越减负负担越重”的怪圈和尴尬，不断推动作业回归有效的教与学，使之成为教师精心准备送给学生的“礼物”。我们的主要做法：

1. 丰富作业内涵，优化作业设计。

学校对“作业”重新定义，创新提出“大作业”的概念。所谓“大作业”指的是学生在课内与课外进行的一切有意义的学习任务或活动。它包括课内与课外作业，课内作业分为课前预习型、课中任务型、课后诊断型作业，课外作业又分为学科作业、自主作业和个性化作业三类。学校从备课、教研、规范入手，引导老师从“量、

质、形”三个维度，优化作业设计，构建高质量作业体系。围绕学情，设置目标，精准设计预习型作业；围绕问题，利用活动，精准设计任务型作业；围绕目标，借力数据，精准设计诊断型作业。同时，强化“精编精选、分层先做、纠错面批”的课外作业规范，引导老师“跳进题海”，留给學生少而精的学科作业。推行“学生申报、班级表决、教师确认、动态调整”的自主作业制度。鼓励老师设计口头型、口袋型、实践型等个性化作业。

2. 技术赋能课堂，提升作业实效。

学校以“赋能、提质、增效”为目标，全力推进基于大数据精准教学的常态课堂改进行动，形成“一单三环六要素”的课堂新样式。“一单”指的是“学习单（导学案）”，即“大作业”的具体呈现形式；“三环”则是指课前预习、课中共学和课后延学三大环节，体现以学习为中心的理念；“六要素”是指目标、问题、活动、技术、检测、评价六大促进深度学习的核心行为要素，指向基于核心素养的深度学习。明晰课前、课中、课后智能应用场景，利用智能2.0学习平台，把课前预习型作业、课中任务型作业、课后诊断型作业、课外作业有效整合、有机融入。课前将预习作业以学习单等形式推送给学生，课中利用任务型作业组织学习活动，课后用诊断型作业进行检测反馈，并利用大数据精准布置课外作业，从而有效提升课堂学习效能，促进学生差异化、个性化学习。

3. 重构教学常规，强化作业监督。

学校以“一单三环六要素”为主线，制定、实施《杭州市大成实验学校教师教学新常规》，明确备课、上课、作业、考试、辅导五环节的规范和底线。建立期中、期末教学常规（备课、作业）视导、自查、评优、反馈、展示、免检六个制度，引导老师备好良心课、上好常态课、研好作业课。以学习单、导学案、课堂观察量表为载体，推动备课、作业等常规要求落实落细。设置《教学常规教师自查表》，引导教师自我评价、自觉提升。从严控制考试次数，杜绝密集考试，强化“考试为教学服务而不是教学为考试服务”的意识。完善课外资料征订审批制度，倒逼教师着力有效备课和有效作业研究。倡导课后补偿性个别辅导和作业面批。在各个班级设立作业协调员，在各教室设置作业公示栏，在各班级每个小组设立学科代表，课程教学处定期座谈检查反馈，确保各个学科课外作业适量、均衡、适合学生学习能力。

4. 抓实学习习惯，提高作业兴趣。

学校根据九年一贯制的实际，结合不同年段学生的特点，制定并实施《杭州市大成实验学校学生自主学习习惯八条》。在初中和小学高年段，提出“课前重预习”、“课后勤复习”“先复习后作业”“自己再留作业”等习惯要求；在低年段提出“专注”“独立”“动脑”“整理”等习惯要求。学校把自主学习习惯养成作为学校主抓的四大常规之一。同时，把预习、复习等环节纳入导学案和学习单的设计，为学生

提供学习支架，引导老师关注分数背后习惯、思维、兴趣的培养。建立作业评价激励机制，开展学生作业之星、优秀作业展示，假期“特别作业”评优活动。构建九年一贯、五育融合的“两类别”“三主题”“六模块”的“大成课程”，实施“润泽教室”德育创新项目，塑造学生健全的人格和自主的习惯，唤醒学生内心深处的学习兴趣和热情。

为保障“大作业”视域下“作业减负”校本创新实践取得实效，我们采取了五大行动策略：

一是顶层设计。围绕教育主张、育人目标，确定课堂模型愿景，设计导学案和学习单模板，制定课堂观察量表、学习小组评价表，出台《教师教学新常规》，完善质量评价等教学规章制度。二是价值引领。开设“大成讲坛”，实行校长带头讲、教师上台讲、专家引领讲的“三讲”制度，让教师明确学校倡导什么、追求什么、选择什么。三是点面结合。点上实行骨干先行，以实验小组45名核心成员为主体；面上以教研组为单位，引导教师全员参与。四是课题带动。建立由2个市规划课题、市重点教研课题领衔的校主干课题下，由14个子课题组成的子课题网，其中作业研究课题5个。五是研修支撑。创新“四题五化一重点”研修模式，开展有效作业研修活动，以问题、主题、课题、专题为线索，推动教学常规规范化、听课开课常态化、教学问题教研化、教研主题科研化、校本培训专题化。六是减缓压力。建立老师上班弹性制、调休制、人文假等贴心制度，开展教工俱乐部、集体生日、精简会议等暖心服务，创设办公、运动、人际等舒心环境，千方百计减缓教师的压力。

在“大作业”改革的校本创新实践中，我们深切地感受到“双减”是一场牵一发而动全身的变革，需要学校通盘考虑、系统谋划。首先，要有大视野。树立“大作业”理念，站在比分数更高的层面，放眼教学常规全过程，建设高质量作业体系。其次，要有大手笔。“作业减负”关键在于打好“提质增效”的“组合拳”，其底线在常规，重心在课堂，基础在课程，保障在教师。第三，要有大格局。遵循教育常识和教育规律，摒弃浮躁焦虑、急功近利的心态，立足校情、持续优化，建构常态化的“作业减负”长效机制。

四、效果影响

在“双减”政策之下，我校“大作业”视域下“作业减负”的校本创新实践，已取得阶段性成效，社会效应渐显。

一是提升课内外作业效度。根据学校期中常规视导数据表明，各学科课外作业总量略有下降，整体压力适中，但学生写作业的热情却得到了提升，学生的作业质量也有了明显的改善。学生预习能力、自主学习、及时复习和动手实践能力得到加强。家长对常态课堂、作业管理、课后服务的满意度显著提升。

二是促成高质量作业体系。教师从课前“备作业”开始，到课中“上作业”，

课后“改作业”，再到课外“研作业”，实现了学情在教学常规各环节的良性循环。不仅规范教师作业设计流程，提升教师作业设计能力，而且拓宽教师作业改进视野，让课内外作业更精准、更有质量、更适合每个层次的学生。

三是扩大了学校的影响力。“大作业”视域下的“作业减负”创新校本实践推动了学校的内涵发展，学校课改成果《“一单三环六要素”：指向深度学习的智慧课堂“大成样式”》被评为 2021 杭州市智慧教育优秀成果，入选中国教育科学论坛。学校“双减”实践经验在杭报集团《每日商报》刊发，杭州网等媒体对我校的“双减”工作进行报道，吸引了杭州市富阳区中学校长研修团等兄弟学校来校交流，受到高度肯定。

一课一车一体系：小学家校协同教育的新路径

杭州市卖鱼桥小学 周李萍

一、学校概况

杭州市卖鱼桥小学创办于1925年，是一所具有较高社会声誉，赢得百姓口碑的百年名校。目前有文汇、湖墅、两个核心校区，集团所属还有位于运河文化客厅的文津小学、万达广场商圈的星澜小学、半山区域的桃源小学，是杭州市体量最大的优质集团学校。学校一直在探索国家基础性课程和学校拓展性课程的有效融合，从“尊重差异、赏识个体、因材施教、多元发展”的光谱教育出发，建构了适合学生多元发展、多元选择、多元评价的光谱课程，立志打造“朝向未来的风向标学校”。

顺应新时代的新需求，学校于2020年成立全国首家公办小学全纳教育中心，专设家庭教育指导站，全面推进省级课题“家校社医”四位一体育人载体的研究，不断推动学校德育工作的全面、个性、融合发展，成就每一个孩子的更多可能。

二、问题聚焦

近年来，小学生心理健康堪忧。特别是双减政策实施以来，亲子相处时间增多，亲子冲突频发，造成亲子关系紧张。针对现状，我们认为最主要的原因是家庭教育和学校教育存在不足：家长对孩子过分溺爱，存在教育孩子片面化；父母不和、留守、单亲家庭对孩子的负面影响；当孩子出现行为和心理偏差时，部分家长不愿配合。基于以上我校多年的实践与思考，结合2021年《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》中提到的“完善家校社协同机制，努力形成减负共识”，我们认为十分有必要联动“家校”力量协同育人，提供切实有效的育人路径帮助孩子健康成长。

三、解决举措

（一）智慧家长课程，家校赋能共成长

1. 利用“互联网+”思维，精准了解家长教育需求

我校于2020年6月由全纳教育中心全面实施数字化家长学校建设，从家长课程建设为切入口，特别是“双减”政策以来，运用“互联网+”思维，利用大数据、移动互联网、云计算等技术，构建小学数字化家长学校“1+x”课程体系，“1”为普适性课程，“x”为个性化课程，注重家长使用体验，为家长提供卓越的家庭教育服务。

围绕家庭教育实践而展开的事实、价值与策略的总和，大致包括以下三个方面。

1. 儿童成长环境建设：父母自身素质提高，家庭文明建设，家庭学习文化建设，家

风继承与发展，邻里关系维护，家庭与社区互动等。2. 和谐家校社医关系建设：了解学校办学理念，协同家校关系，处理家校矛盾，合理参与学校活动，利用社会资源等。3. 家庭教育指导能力建设：知晓与认同国家基本的教育方针政策，读懂孩子能力，家庭生活设计与儿童生活指导，学习辅导能力，学习评价能力等。

学校在家长课程设计前通过云技术采集到不同年级家长在家庭教育上的困惑，再进行大数据分析，根据家长教育目标和孩子年龄特点，结合家长教育特征，遵照国家的相关要求，充分利用“之江汇”的优质家长教育资源，开发出优质家庭教育课程，包含亲子关系、习惯养成、情绪管理、品格发展、人际交往、学习动力等多个维度研发出课程系列：

年级	课程主题		1（普适性课程）	X(个性化课程)
一、二年级	我伴孩子快乐学习	心理准备是基础	1. 我是“小麦苗”-走进校园。 2. 做好衔接平稳过渡。 3. 熟悉心理助学习。	我们开一次家庭会议（经验分享）
		学习习惯初养成	1. 做时间管理小达人。 2. 体育锻炼的指导。 3. 独立能力的培养。	聊聊时间管理（经验分享） 我的时间我做主（浙江家长学校）
		亲子阅读快乐行	1. 陪伴孩子养成认真阅读的好习惯。 2. 亲子阅读方法指导。 3. 亲子阅读之我见。	亲子阅读之我见（线上论坛直播）
		学习方法重指	1. 正确认识兴趣班。 2. 科学辅导孩子作业。 3. 做一个“坚定”的家长。	如何辅导孩子写作（钉钉公开课）
三、四年级	我与孩子共同成长	让“我”感受你的爱	1. 与孩子有效沟通。 2. 在孩子面前说正确的话。 3. 温暖有效的亲子陪伴。	赞美卡（钉钉公开课）
		情绪管理来挑战	1. 正确有效地管理自己的情绪。 2. 树立家庭原则，做一个“智慧”的家长。	情绪特工队（浙江家长学校）

五、六年级	我助 孩子 健康 成长	平安童年要守护	1. 走近青春期 2. 居家、外出安全教育。	了解青春期 (钉钉公开课)
		心理“断乳”莫忽视	1. 孩子不听话的“背后”。 2. “行走天下”，遵循规则，知法懂法。 3. 家庭中的正面管教——做一个“柔软”的家长。	亲子沟通 ABC(浙江家长学校；
		走近中学初体验	1. 熟悉中学学习生活。 2. 掌握升学的方式方法。	说说我的初 中学校(线上 亲子论坛)

2. “1+x”课程全面推进，线上线下深度融合

“1”课程是一名合格家长应知应会的内容，如国家教育方针政策、学校相关的办学理念、家长最基本要求。“x”课程是指家长迫切需要解决的问题。在保证完成“1”课程的同时，要尽可能地照顾到“x”课程，做到“菜单式”和“订单式”有机结合。

(1)“1”课程：即普适性课程。主要通过《智慧育儿课程》、智慧育儿论坛、家长成长慕课、专家公开课等载体线上线下逐步推进。课程根据学生的年龄和身心特点，关注普遍存在的共性问题 and 个别儿童存在的特殊性问题，通过线上线下同步推进的方式，帮助家长学习科学的家庭教育方法。以智慧家长课程为例，该课程主要在一年级重点实施，二—六年级同步推进。课程在新生家长会上启动，每月安排一次，家长将利用1年的时间进行研修，完成三大主题9次必修课和若干选修课，最终在第二学期五月完成全部课程，取得结业证书。

(2)“x”课程：即个性化家长课程。主要通过家长主题沙龙、家长成长俱乐部、儿童学习效率提升营等载体为家庭提供多样化的学习成长平台。

①主题沙龙。根据家长育儿需求，学校邀请儿童医院生长发育科的医生进校开展主题沙龙；学校为特殊学生群体定期定向开设“个性课程”。先后有杭师大附属医院骆宏博士、方妍彤主任医生、杭州第七人民医院巫江丽主任医生、杭师大心理科学研究院张行博士走进家长学校，进行“如何提升学生的专注力”、“如何提升学生学习力”、“小学生常见心理问题的识别”、“解密儿童专注力”等讲座。通过家长心理科普课程，增强家长对学校认同感。

②家长成长俱乐部。联合专家为家长们设计了《家长自我成长系列课程》。招收x名种子家长，由导师带领种子家长学习如何成为父母教练，如何带领孩子一起

成长。导师团成员有家庭教育专家、资深班主任、青少年儿童门诊主任医生、特殊教育专家等。目前已经有两期种子家长顺利结业，家长们把科学的育儿方法不断进行正向的传播，营造了家校协同的良好氛围。这些线下的个性化课程我们都将转化成数字化，在学校分平台进行共享，满足有需求家长的个性化学习。

③儿童学习效率提升营。“双减”政策下，更加考验孩子的学习效率。学校全纳教育中心与杭师大附属医院儿童青少年联合门诊合作开发并实施“小学生学习效率提升”项目。连续四周的亲子课程帮助家长为孩子营造有趣有爱有成就的环境，并习得具体支持方法和工具，去帮助孩子提升学习效率。从首期 20 组家庭后续跟踪来看，在家校协同下，孩子在时间管理、作业速度、收纳整理诸多方面都有了 20%-50% 的提升。

（二）“家校直通车”，打造家校无障碍沟通新样态

“双减”政策下家长对于孩子的学业及自我效能提升有比较多的焦虑和困惑，学校全纳教育中心在学校公众号上设立了“家校直通车”，通过电子邮件和热线电话的等方式提供本校家长育儿指导和心理援助服务，由学校心理教师和医院心理咨询师一起进行专业指导。接到家长求助后，启动“学生的个别化精准支持”方案，组建学生成长支持群，汇聚家长、班主任、主任、校长及教育专家，并联动区学生心理成长中心的老师们来共同“会诊”，解决孩子成长问题。



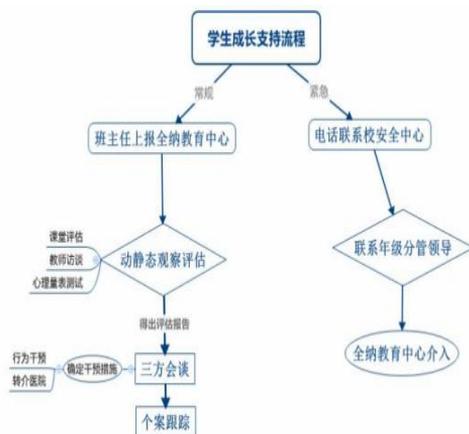
疫情期间，收到一个三年级学生的妈妈发的求助邮件。主要是亲子关系比较紧张，孩子甚至产生呕吐的情况。经过多方研讨，学校为家长提供适合的干预方案并进行专业指导。在团队的指导下，家长尝试改变自己的教育方式，一周左右亲子关系就慢慢缓和，两周后，妈妈和孩子的情绪都有了很大的改善。像这样的学生成长支持群有十几个，在协同支持学生的同时也给家长进行心理科普，学生转变明显。



学生成长支持群

(三) 构建完善的支持体系，给予学生专业精准支持

根据学生的个体差异，实行面向全体学生、部分学生、个体学生进行专业精准支持。为了能更及时、有效、有针对地对有特殊需求的学生进行有效干预，学校全纳教育中心梳理出本校学生成长支持模型。常规模型：第一步，班主任发现班级学生有情绪行为异常，多次教育无效后填写学生情况表上报全纳中心；第二步，全纳中心协同专家进班课堂观察，与班主任访谈，进行心理量表测评，并作出评估报告。第三步，进行学校、家长、专家等多方谈话。第四步，制定个别化教育计划，跟踪指导。紧急模型：若学生突发情绪和行为问题，严重影响课堂教学，那就需要第一时间打电话给校安全中心老师，再联系各年级分管领导和专职心理教师跟进指导。从支持的 100 个学生跟踪来看，85% 得到明显改善，个性化的支持服务为孩子的健康成长保驾护航。



四、效果影响

（一）成就每一个孩子的更多可能

“家校协同”共营育人期间，不断拓展家校联动活动的深度和广度，共计年级团辅课 15 场，学生成长研讨会 94 次，转介学生 20 人，学生心理健康线上线下同步广播 42 次，亲子成长加油站 43 次，其中 15 节在学习强国刊发，智慧育儿故事推送 50 个，个案咨询 100 余次，感统训练 80 次。尤其是在色码学生支持系统持续运作下，紧急干预红黄码学生情绪行为 60 次，超过 20 名学生行为表现有显著改善。将心理健康引入家庭教育，学生家长逐渐转变教育理念，学生的心理健康得到显著改善，对学校认同感与日俱增，家校合作更为高效。

（二）提供“双减”下多样化“家校协同”实践样态

该项目被评为 2020 年拱墅区中小学十大德育品牌；入选 2021 市心理健康教育 20 个重点项目，课题送省立项；入选全国“立德树人落实机制”优秀案例；“家校协同”支持个案集结成《小学生教育问答手册》和《智慧育儿故事 30 则》。工作经验在全国、省市区各级论坛中多次进行主题分享，各级媒体报道 30 余次。不断推动学校德育工作的全面、个性、融合发展，并辐射带动区域内家长不断提升育儿技能，进而为落实“双减”背景下“家校协同”提供多样化的实践样态。

圆桌会·规划书·加油站：助力学生个性特长发展

杭州市大关中学教育集团 章继钢 李雪玲

一、学校概况

杭州市大关中学教育集团是杭州市拱墅区优质公办初中，学生基础、特长爱好、学习能力等方面存在很大差异。学校以“敦本务实、弘毅致远”为校训，秉承“让每一个生命都收获成功”的办学理念，从学生的心理和思想的成长规律、个性发展的差异出发，建设多元、适切的课程，培养勤于学习、乐于合作、敢于担当、勇于超越的成功学子。在“双减”背景下，进一步完善学生成长助力系统，形成家校共育合力，让“双减”工作真正落地。

二、问题聚焦

双减背景下，对学校管理和家庭教育都提出了新的要求。但当前一般学校管理缺乏系统数据记录与及时反馈，各教育要素缺乏协调无法形成教育合力，忽视学生的主体性，导致学生成长过程中出现了“成长助力滞后性的无助、成长助力割裂性的无力、成长助力盲目性的无奈”的现状。为了破解这一难题，学校秉持育人为本和科技赋能的理念，运用大数据手段，通过“三方圆桌会、青春规划书和成长加油站”三个载体助力学生个性特长的发展。

三、解决举措

基于成长助力系统中特长平台的数据诊断结果，教师和家长定期召开三方圆桌会，和孩子一起商量、讨论，共同制定适合他们的青春规划书，并为其提供成长加油站助力个性的发展。

（一）三方圆桌会

1. **操作定义。**学校（包括相关领导和教师）、家长和孩子三方共同参与的交流谈话。学校通过推行这个模式，对学生的个性化成长进行系统规划。根据需要，召开三方圆桌会谈，约谈相关家长和孩子。学校专门设立了一个会谈室，会谈室里布置的十分温馨，中间摆放一张小圆桌，所以参加会谈的学校相关领导和师生以及家长围坐在圆桌周围，这样就消除了级别身份所带来的交流障碍，营造了一种非常平等和谐的交流氛围。

2. **操作流程。**参加会谈三方的人员构成如下。学校方面：学校相关领导和教师代表（一般以班主任为主）；家长方面：父母或其他家长代表。以上两个方面的人员组成学生个体的个性化成长助力团队。学生方面：学生本人（必要时，会邀请班委和被约谈学生比较要好的同学参加）。会谈的流程一般分四步：

(1) 分析学情。在会谈前，学校会提前在学生成长大数据库中调取受约谈学生的成长档案，结合学生成长档案，三方一起进行详细的学情分析。这里的学情是广义上的学情，不局限于狭义的知识学习情况，即指学生在德智体美劳等方面的综合表现。学生的综合表现信息只是起到辅助作用，学校会根据此次约谈的主要目标，重点筛选部分相关信息。

(2) 互补信息。在以上学情分析的基础上，再进行信息补充。学校方面，由参加约谈的相关领导和教师根据平时对学生的了解和尚未进入大数据系统的学生近况，进行信息补充。家长方面，重点是对学生在家里的表现进行补充说明。在学生成长大数据中，尽管也会包含一些家长对孩子的评价，但还是会有一些疏漏的信息。学生方面，在学校提供的成长档案相关信息的基础上，进行自我评价补充。

(3) 诊断优劣。经过以上两个步骤，被约谈学生的个人信息已经基本齐备。在此基础上，共同诊断出学生的优缺点。必要时，以图表的形式，生动直观地呈现学生的优势和短板。

(4) 规划未来。约谈的最后一步便是制定成长计划，规划学生的未来。了解了学生的信息，知道了学生的优势和短板，在学校领导和教师的指导下，和家长以及学生一起充分研究讨论，确定学生未来发展的方向和具体实施的计划。学生的成长规划包括远期成长规划和近期成长规划。

3. 案例举样。作为全国青少年篮球特色学校，初一入学为每个新生都进行了全方位、多元化的体能测试，除了硬性指标上的身高体重，还包括耐力训练、反应能力、篮球技巧等多项指标。

【案例 1】学生陈××的体能改进

2018 年篮球队新生测试诊断表

姓名/年级	陈同学/初一	评价
身高	153cm	身体偏矮小，弹跳爆发力较强，临场反应能力优良，耐力有待提高。
体重	42kg	
体重指数 BMI	17.2	
肺活量	3560	
引体向上	0	
1000 米耐力测试	4' 25"	
摸高纵跳	285cm	
一分钟罚球线定点投篮	4/10	
半场 V 型上篮	17 秒	
一分钟跳绳	177	
一次性俯卧撑	10	
灵活性反应	优	

篮球教练陈老师根据诊断表，学校通过三方圆桌会，给予书面的诊断反馈，并且开展一对一的面谈，有的放矢地指出存在的问题和努力的方向。在球队中，陈同学的身高和体重是劣势，作为全队最矮小的队员，要求他首先要在饮食上积极补充，另外坚持每日的篮球队体能训练，同时更要大力提高弹跳能力和反应力度，弥补身高上的劣势。通过三桌圆桌会的精准诊断，使学生能够得到成长。

4. 操作建议。尽管学生成长大数据运营情况良好，信息录入比较及时全面。但总有疏漏之处，而且，很多自我评价的信息相对隐秘，更需要学生自己提供说明。而作为被约谈学生所在班级的班委和同学，可以提供一些更直观更具体更及时的信息。因为涉及到学生成长的因素很多，一次约谈很难解决所有问题，所以，每次约谈都会确定主题，选定促进学生某一个方面个性化成长作为约谈的主要目的。一次聚焦一个方面，解决一个问题，这样的交流往往更高效。

（二）青春规划书

根据三方圆桌会的诊断结果，提供育人行为改进的具体措施，每个家长可以此为据，结合自己的家庭情况，和孩子一起商量、讨论，制定适合孩子的青春规划书。

1. 操作定义。青春规划书是基于某个阶段的学生各项大数据指标，对个体作出有明确方向性判断与规划的方法，帮助孩子更好地认识自我，收获成长。让孩子参与到对自己的青春规划之中，可以更加全面地了解自己的各方面知识、能力和素养，并且可以根据调整阶段性的发展目标，取长补短，有的放矢地选择社团课程、体育活动等。并对其计划做建设性的指导与长期的监督，需要学校、家长、个人三方共同跟踪助力。

2. 实施方式。青春规划书的实施方式主要可以浓缩为“认知、引导”，即进行自我认知建立、引导学生进行自我规划。



图1 青春规划书的实施

3. 案例举样。三方圆桌会后，在陈教练的专业指导下，学生陈××制定了自己的青春规划书，明确了短期训练计划和目标。

【案例2】学生陈××的青春规划书

学生陈××30min/日训练计划表

时长	训练项目
10分钟	摸高纵跳
10分钟	三步上篮
5分钟	跨步垂直跳高
5分钟	拉伸放松

阶段目标达成情况如下表：

	身高	体重	体重指数 BMI	肺活量	引体向上	1000米耐 力测试	摸高纵跳	一分钟罚 球线定点 投篮	半场V型 上篮	一分钟跳 绳	一次性俯 卧撑
初一	158cm	42kg	17.2	3560	0	4'25"	285cm	4/10	17秒	177个	10个
初二	168cm	48kg	18.2	5100	10个	3'40"	300cm	7/12	14.5秒	190个	25个
初三	180cm	58kg	17.9	5700	17个	3'21"	310cm	8/13	13.2秒	200个	30个

经过一年的篮球队特训，2019年测试诊断发现，陈同学长高10厘米，耐力进步巨大，弹跳力保持优秀水平。同时，由于他过人的反应能力和爆发力，篮球教练陈老师安排他为队里的控球后卫。初二伊始，体能测试发现，陈同学的各项指标都有了极大的进步。初三时期，陈同学的身高突破至180公分，在弹跳力与耐力稳步上升的同时，篮球技巧也精进不少。

4. 操作建议。学生的成长不是一成不变的，同理，对于孩子的评价也不应该长期停留在某个阶段。“青春规划书”提倡对学生要有阶段性的评价与规划，以动态变化和发展式的眼光看待学生在各个方面的改变。每个孩子拥有不一样的成功轨迹，不一样的个性特点，不一样的优缺点……对应的成长规划自然也应该是独特且个性化的。也只有这样，才能对其发展有精准化的预判和调整。

（三）成长加油站

1. 操作定义。三方圆桌会和青春规划书完成之后，为实现针对性指导和个性化成长，学校为学生提供了可选择的30门个性成长课程和社团的选择。帮助学生实现扬长而针对性的提升。成长加油站不是普适的，也不存在哪一个最好，都是在特定情况下期望能达到特定目标的最有效的方案。

2. 实施方式。针对不同学生的个体反馈，对应不同的加油站改进方式，通过制定系列的实施策略、具体内容和目标的达成来助力学生健康成长。学生成长发展不是一蹴而就的，在成长加油站的实践过程中，需要定期对学生情况进行评估，反馈不同时期成长发展的实践成效，助力学生长效发展。在实施过程中，将根据外界发展特点，如学生心理变化等进行实时调整，以达到灵活使用、主动适应的目的。

3. 案例举样

【案例3】学生杨××的助力成长加油站之旅

站次	目标	具体内容	完成情况
第一站	体育锻炼打卡	根据杨同学的身体状况，体育老师专门为其量身定制了体育锻炼的动作、内容在合理范围内，帮助其锻炼体魄	完成，刚开始是家长的监督，渐渐的能够主动积极的完成体育锻炼。
第二站	音乐素养提升	通过与音乐老师的沟通，班主任积极推荐杨同学参加学校的音乐社团——合唱团利用其嗓音的特色，培养他音乐的兴趣及自豪感	完成，参加合唱团并每次积极参加排练，渐渐的成为男高音的中坚力量
第三者	班级卫生委员	通过班主任的鼓励，杨自荐并通过选举担任班级的卫生委员，积极参与班级管理，增强班级荣誉感，使命感	完成，每天认真负责的管理班级卫生，在此过程中，渐渐实现了自身价值，赢得同学信任，得到同学肯定学会与同学沟通。
第四站	作业完成打卡	任课老师根据孩子的具体情况，因地制宜的布置个性化作业，从少量到合理。班主任每天监督练字一面	完成，刚开始，需要父母、老师监督，在渐渐完成并受到老师鼓励表扬后，能够主动积极练字及完成个性化作业

杨××同学通过半个学期的努力，在成长加油站的助力下，在体育方面，能够完成力所能及的体育锻炼，并积极参与；音乐方面，合唱的天赋得到开发，自信心有了极大的提升，在班级里成为了文艺积极分子；沟通方面，在担任班干部后，能够完成班干部的工作，并且渐渐得到同学任课后，在其他方面也高标准要求自己，在老师、同学、家长的帮助下，学会了与同学进行沟通。综合评定从期中的2A3P1E变为3A3P。当然，在此过程中，通过成长助力系统的大数据分析，在成长图谱上我们可以看到杨××同学还存在的不足，例如动手能力还所有欠缺，思维拓展能力不足等，接下来我们需要调整助力成长加油站内容，帮助杨同学德智体美劳全面发展。

(4) 操作建议

在成长加油站助力发展的过程中，杨同学也存在反复的过程，比如体育锻炼不

坚持、作业完成度及优秀率不好的情况，这时家长及老师的监督起到了很大作用，体育锻炼每天家长会将锻炼情况反馈给体育老师，体育老师根据每天的情况适当的对接下来的训练进行调整。在实践中，建议教师能够尽量完整、详实的记录学生发展的整个过程，同时，能够督促家长很好的融合进实施过程。

四、效果影响

（一）激发了学生的成长活力

学生的个性特长得到了正向的张扬，综合素质得到了明显的提高。一大批学生也找到了自己的闪光点，增强了自信。近三年，学生有 449 人次在全国、省市区比赛中获奖，中考特色班录取学生 96 人。学校在体育、科技、艺术等方面形成特色，成为全国体育联盟优秀学校、全国篮球教育基地学校、全国 STEM 领航学校、省先进家长学校、省“千校结好”特色学校、省市区艺术节组织奖等。

（二）形成了特色的成长助力

实现数据驱动的人才培养方式变革，教育教学从经验化到技术化，挖掘数据背后的信息，为学校教育改革的重要支撑。从碎片化到系统化，通过研究初中生成长助力系统以及该系统各要素之间的相互关系，最终达到优化实现学生的成长目标。从统一化到个别化，学校在评估学生优势潜能和最佳学习方式的基础上，提供私人订制教育，从一群人到一个人的教育，让每个学生都得到发展。

（三）提升了学校的影响力

杭州市教科院、上海市教科院普通教育研究所开展了杭州市中心城区初二学生课业负担及家长满意度调查研究中，各个项目均值均大于全市均值，与其他学校相比存在明显的优势，获得家长的信任和满意。研究成果具有广泛影响力，出版了一本著作，近百篇论文在省市区获奖或发表在核心期刊上。课题研究成果得到浙江电视台、中国教育在线、学习强国等重要媒体的报道。学校已成为杭城公办初中教育金名片，被评为省首批现代化学校。

“加减乘除”：让“双减”高效落地

杭州上海世界外国语中学 李强

一、学校概况

杭州上海世界外国语中学与杭州上海世界外国语小学、上海市世界外国语中、小学均属均瑶集团。在“让世界走进学校，让学生走向世界”的理念引领下，秉持“爱心、优雅、大气”的校训，坚持“积极参与，努力实践”的教育教学理念，借助上世外教育集团强大的教育资源，不仅提供优质的传统优势课程和中外融合课程，学生还可依据自己兴趣、学习能力自由选择特色课程。传统课程将确保学生享受学校高品质的基础教育，中外融合课程将确保学生受益中西教育各自优势，学校特色课程将让学生的个性化特长得到充分彰显。在上海世外中学成功的办校经验之下，形成了杭州世外中学的双语特色课程，并与杭州世外小学的双语课程有机衔接，积极打造高质量、有特色、国际化中学课程体系。培养具有“中国心，世界眼”的走向世界的现代中国人，办一所“回归教育本真，激扬孩子生命，传承中国智慧，并肩世界教育”的一流精品名校。

二、问题聚焦

长期以来，教育资源内卷化比较严重，为服务于国家战略需求和社会主义现代化建设，培养学生的创新精神、创新能力和综合素质显得尤为重要。为此，中央提出在义务教育阶段实施“双减”，这意味着“双减”政策已经上升为国家战略。各地对“双减”政策也积极响应，认识一致，即：减负增效，促进学生全面健康成长。但真正落实需要积极面对、科学谋划、标本兼治、系统推进。

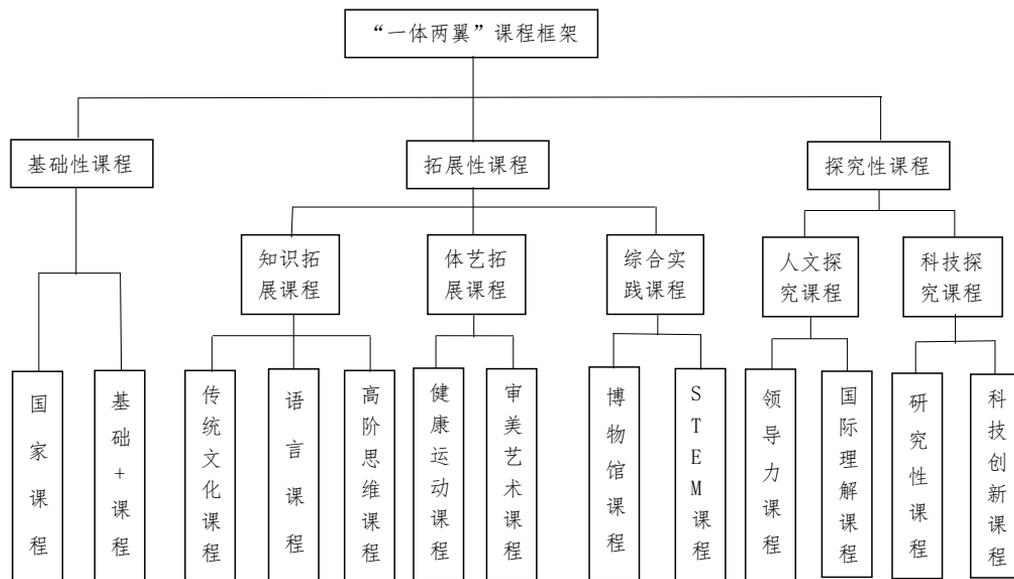
三、解决措施

（一）教法改革做“加法”

积极开展教学研究。开展高质量的学科教学研究，特别是要加强作业设计研究。学校成立“梧桐树名师”工作室，每学科外聘专家指导学科组活动和青年教师的专业发展，专家每月来校至少两次，从备课、上课、作业设计、命题能力、学科活动的设计多方面针对性指导。同时利用专家优质资源，安排教师出去学习交流，让教师得到更多的学习锻炼机会。“名师工作室”以点带面，辐射引领学科建设，加强了队伍专业化建设，特别是大大提升了教师们追求成为一名优秀教师的理想信念。

系统建构学校课程。作业时间减下来了，需要用丰富多彩的课程来充实学生第二课堂，研发和实施满足学生多样化成长需求的校本课程很必要。学校建构了“双减”背景下的“一体两翼”的新课程体系，以基础性课程为一体，以拓展性课程、

探究性课程为两翼。



总之，教育的更新、迭代是需要研发过程的，需要专业的研发者，减负提质，从时间到精力都要加大投入。

（二）学生作业做“减法”

减负的目标不仅是减负，还包括“提质”。作业量减了，但是育人的质量要提上去，这就要求教师在作业设计的质量上下真功夫。学生作业要达到巩固或者提升的效果，不是为了作业而作业。

一是明确作业设计多元化、层次性。人生而自由，是因为有选择的权力。作业需要“看人点单”，学困生“管饱”，学优生“吃好”。首先关注学情，实现作业分层。比如在作业设计时针对不同层次的学生制定基础、发展、创造三个目标，基础的相对比较容易，在关心弱势学生的前提下为他们提供巩固学习的保障；发展性作业略有坡度，给中等学生思考的空间；创造性作业比较难，引领优秀学生发展思维能力。其次设立“作业超市”，自主选择。确定“1+N”的作业模式，“1”是一本必做作业本，“N”是选做作业本。让学生真正体验到适切的难度，不同的人做不同的作业。让学生真正体验到选择的自由，从被动做作业到主动选择作业。

二是提升学校“作业设计能力”。老师如何占有资料又超越资料，如何博观而约取，炼出好作业的“金丹”？研为教而生，作业设计这一块的研究要重视，其实这是一处金矿，值得好好挖一挖。作业好不好，谁说了算？作业的主体是学生，教师是掌勺的大厨，上级部门有指挥棒，家长也应该有发言权。学校开展“我心目中的好作业”“好作业我来设计”“好作业评选”活动，开展“好作业展示活动”，大家都来关心作业，研究作业，邀请业内行家诊断指导，让更多

的好作业出现在展板上、墙壁上。见贤思齐，耳濡目染，真正让作业负担减下来，质量提上去，让作业设计质量与完成质量成为“双减”的助推器。

三是减轻对教师事务性的工作打扰。“双减”在减学生作业的同时，不能一味的增加教师的负担，教师的负担该减的也要减。因为过去家长觉得课堂不足还可以课外补，现在如果是课外不补的话，责任和压力就会都由课堂来承担。这就对课堂教学提出了更高的要求，教师要更讲究方式方法，提高教学水平和能力，学校要解放学科教师的教学精力，将主要的精力都用于提高教学质量上来，让教师心无旁骛的投入到教育教学工作中。所以在管理工作中，能用组织结构解决的问题，就不用制度；能用制度解决的问题，就不写进周工作安排；能写进周工作安排的就不发微信；能用发信息解决的就不开会；要开会就尽量直面教育教学中的问题研究。

（三）工作效率做“乘法”

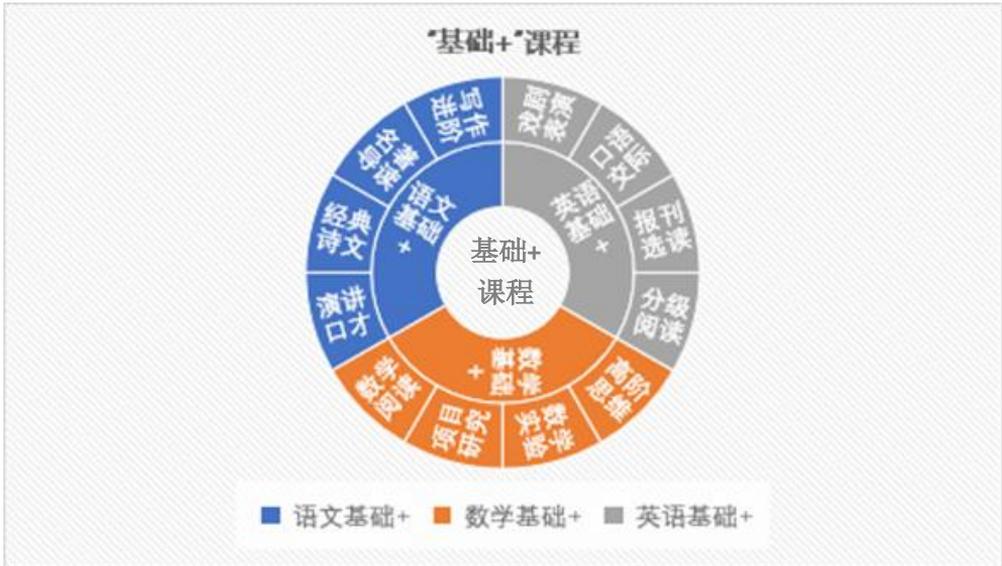
此次“双减”工作，对于追求品质的学校将是一次重大发展机遇。因为：工作效能=工作抓手×工作方法。明确工作抓手及切实有效的方法非常重要。我们主要从以下四个方面入手：

特色德育激活。在学校“让世界走进学校，让学生走向世界”的理念引领下，举办科技节、艺术节、英语节、体育节、读书节、电影节等系列特色德育活动，开展“杭州世外好少年”“双减示范好教师”评比等活动，创设宽松愉悦的学习环境。

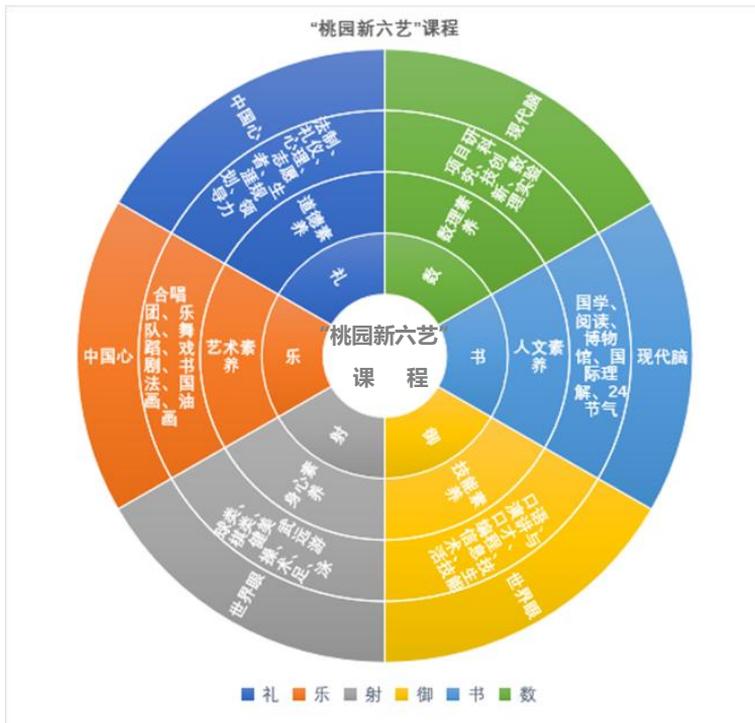
项目研修提质。制订《学科教学指导手册》，在此基础上，结合教师培养、课堂教学、作业设计，分学科制订学科项目研修方案。通过抓项目，带动教师发展、学生发展，螺旋提升学术研究水平，进一步促进师生全面发展。如：数学开展“学为中心”的“共生课堂”建设，“学为中心”围绕课堂的四个环节：引入—创设情境，激发求学；生成—合作探究，组内互学；巩固—实践体验，培养会学；小结—体验反刍，反馈所学。以激发学习兴趣、培养学习方法、提升学习能力、考查学习效果等“四学”为中心的数学学科项目研修。

优质课程滋养。学生校外培训负担减轻了，学校应该担起什么责任呢？我们认为应该在学校课程建设上进行一些有益的探索，让学生不出校门就能得到优质课程的滋养。在国家基础课程上着力打造学科“基础+”课程，让学业成绩更加优秀。紧紧围绕学生培养目标，在拓展课程基础上精心打造“新六艺”主旨课程，根据学生个性化发展需求和意愿，学校、家庭、学生三方互动，设计了个性化订制课程70多门，供学生选修，每周一、周四四下午各两节，让好教育在适宜的情境中生长，让学生素养更加全面。根据强基工程所提倡的拔尖

人才早期培养的指导思想，对于学有余力的同学，学校开设人文探究、科技探究课程，让学生能力更加突出。



科学评价激励。制订特色德育工作、项目研修工作、课程建设工作诊断清单和评价细则。一月一诊断，诊断指标简单明了，力求月月精进。一学期一评价，以评推进，以评促改革。



（四）学生负担做“除法”

学生负担不完全是学习量的多少，更应该是学生学习心理负担的轻重。为此，我们认识到：学生负担 = $\frac{\text{学习量}}{\text{兴趣}}$ 。一天只有 24 小时，学习量绝对是个恒量，但学习兴趣是个变量。我们不仅要在恒量上做文章，更应该要在变量上做文章。举两个极端的例子，当兴趣无穷大的时候，一天 24 小时学习也是个恒量，恒量除以无穷大等于零，学习负担为零。反过来，当兴趣为零时，哪怕做一个题目也是恒量，恒量除以零等于无穷大，学习负担无穷大。说白了“负担”是一种心理感受，好的作业能让孩子上瘾，从“牛不喝水强按头”变到“作业有意思，一点都不累”。

那么怎样才能提高学生学习兴趣呢？我们认为关键是教师的“人格魅力、业务水平、教育情怀”。因为当教师有很强的人格魅力，学生才会亲其师；当教师有很高的业务水平，学生才会信其道；当教师有深厚的教育情怀，学生才会乐其道。如果学生能亲其师、信其道、乐其道，那么学生的学习兴趣自然会很大。所以，学校聘请专家高位引领，开展师德师风建设，提升教师成为一名优秀教师的理想信念。聘请名师走进来专业引领，扎实开展校内学科项目研修，提倡教师在工作中研究，在研究中工作，不断提升教师的业务水平。积极倡导教师热爱教师这门职业，对工作付出最大的热情，对学生付出真爱。为此，学校打造了“以名师工作室为点，辐射引领学科建设；以师德和师能建设为线，贯穿教师培养始终；以继续教育培训为面，覆盖各学科教师培训；以教师成长共同体为体，构建灵动的“点、线、面、体”相结合的有机的教师培养范式。

四、效果影响

促进了内涵提升。为配套双减工作推进，学校出台了学科教学指导手册、学生作业量控制办法、学生评教制度、学生俱乐部课程评教制度。教师也一改以往的工作方法，而是向班级文化建设、“三方慧谈”、更多的参与听课评课、“四精四必”作业制度要效能。

激发了研修热情。校内作业量减下来，校外不允许补课，倒逼教师只有向教研要质量。本学期，校“梧桐名师工作室”开展了约 30 余次活动；多次参加上世外教育集团各类培训活动；定期学科诊断分析有深度、有效度。在工作中研究，在研究中工作的氛围日益浓厚。

催生了高效课堂。向科研要质量，向课堂要效率，新秀课、汇报课、试上课等课课精彩。我们现在的课堂，师生互动的多了、学生实践、体验、生成的多了、积极主动发言的多了。短短半年，教师有 12 人次在市、区各级各类课堂教学比赛中荣获一等奖、二等奖。

活跃了校园文化。科技节、艺术节、英语节、电影节、欧美文化周、口语大赛、Swift Playgrounds 创意比赛、研学考察、社团活动等丰富多彩。每周还有四节俱乐部课程，涵盖 70 多个门类。

“双减”工作只有起点，没有终点，只有更好，没有最好。我们力求以“双减”为契机，开展教育教学改革研究，提升学校教育教学内涵，在实践中不断开拓创新，进一步提升学校办学品质。

第一学习场：“双减”视域下的“星教育”实践

杭州市现代实验小学 张刚 边宁

一、学校概况

杭州市现代实验小学创办于2005年8月，学校现有三个校区36个班级，在校学生1185名，教师96人。学校一直秉承“民族情怀·国际视野·现代品质”整体相融的办学思想，以“星教育哲学”引领师生“做最好的自己，绽放生命的精彩”，努力办好老百姓家门口的好学校。近年来，学校践行“一体两翼”发展战略：“一”是三校区以一个办学理念、文化引领下的学校整体发展。校园文化架构中，以整体办学思路为统领，三个校区基于不同年段学生成长特点，各具特色发展——六校区“童真童趣”校园探秘所、二校区“运动和阅读”学习场、现代城校区“中国心、世界范”大舞台。在双减的背景下，积极顺应教育治理现代化的需要，落实好义务教育阶段的“双减”政策，构建“美好教育”，努力践行老百姓家门口“有温度的教育”，为运河边的孩子筑一个幸福的童年。

二、问题聚焦

学校地处老城区，学习空间和场域受限，现代团队一直在寻找学校的新发展路径：学校的优良传统不能丢，义务教育改革又势在必行，怎样求得传承与创新的守恒之道？双减的核心要义，就是要让教育回归学校，发挥学校的育人主阵地作用。如何高质量、有内涵地引领学校发展？

“星教育”哲学倡导教育是点亮星光的事业，做每个学生可持续发展的“基础”，为每个孩子的生命绽放积蓄力量，让现代校园成为星光灿烂的地方。因此，在双减背景下，学校提出“打造第一学习场：“双减”视域下的“星教育”新实践。

三、解决举措

（一）立足“现代星”，为孩子提供多元课程选择

学校整合三校区的优势资源，在原有特色课程的基础上开设了“儿童诗”、“创客”、“快乐体操”等多元化发展课程，让孩子们可以根据自己的兴趣，找到绽放自我的舞台。

学校课后育人体系立足于满足学生个性化、差别化、实践性学习需求，满足学生多样化学习与发展需求。新学期，课后服务开设“XD·星视界学堂”，寓意星少年开拓视野、提升眼界、促进综合素养发展的学堂。课后服务采用“1+X”的模式，涵盖了非学科类的所有课程，语言、艺术、美育、科技、运动、棋类、趣味编程。引进优质的教育资源，比如快乐体操，邀请了原国家女子体操队副队长、世界冠军

何宁。棋类和和钱江棋院合作，民乐课程邀请浙江民乐团老师授课，书法课程有省市书法家协会的成员担任指导教师。

“现代·星课程”结构框架图



(二) 培养“少年星”，为孩子搭设全面学习空间

以劳动教育为双减赋能，学校开展浙江省教科规划重点课题《现代三项：城市小学劳动教育载体创新与实践》实践研究。立足校情，统筹学校、家庭与社会的力量，积极突破城市小学劳动教育困境，五育融合，互融互促，引领孩子们在劳动中发现美好，获得成长，形成正确的价值观。

学校鼓励学生参加劳动，现代城校区“桃花源”是学生们的劳动实践基地。播种、浇水、施肥、除草……每一项都由学生自己来完成。恰逢“爱鸟周”，正是桃花源收获成果的时节，大队部围绕“该不该阻止小鸟偷吃天台上的农作物”这一问题组织了辩论会。孩子们展开了激烈的辩论，有的建议在天台安装网罩，有的建议立个稻草人，有的则说用声波驱鸟。最后，孩子们达成了共识：将种植的农作物油菜和小麦一半的收获留给小鸟，另一半加以保护留给自己收割。一方面，引导孩子们体验生命成长的过程和价值，收获自己的劳动果实；另一方面，引领学生体会到人与自然要和谐相处，共生共荣。学校以劳动促进学生探究式、项目式学习：从“课本”到“生活”，在劳动中发展学生身心。从“认知”到“实践”，在劳动中回归教育本真。



01 提出问题
如何有效与鸟儿共生？
如何保护田野里的麦子和油菜籽？

02 实地考察
同学们分成几个小队根据学校提供的表单进行实地考察。

03 提出“驱鸟”方案
各小队派出队员代表发言，分享“驱鸟”方案

04 讨论总结
学会“人·自然·社会”互融互生。

双减，学生的负担减下来了，但要通过“扩空间、增课程、强实践”，打造多元学习场景，满足学生学习成长的需求。校园的硬件是固化的，但学习空间是活化的，孩子的学习活动会在这个空间中发生。在学校可用空间受限的情况下，善于挖掘已有空间潜力，实现再优化再利用，发挥第一学习场的育人效应，努力把空间利用到极致。

儿童民艺馆：双减背景下更应该注重教学方式和学习方式的改变。我们把美术教材非遗单元的内容“搬到了儿童民艺馆，陶艺、剪纸、绘画、皮影、书法，让孩子们沉浸式体验艺术作品，让校内场景式学习、场馆沉浸式学习成为了可能。



现代书屋：把校园老旧的门厅改造成了极具书香气息的开放式现代书屋，成为了孩子们随时可阅读和分享的学习场。



现代星少年大舞台：是英语课本剧和艺术特长孩子们学习展示的空间。

现代大棋盘：是孩子们课间、午间大棋盘对弈最喜欢的场所，国际象棋特级大师谢军专程来到校园和孩子们分享“经典棋局”。



智慧生态劳动教育学习空间：楼道上的育苗机，水培箱、气雾培植柜，有学生会丈量植物生长的过程。

在四季的校园草木间、朝晖银杏林：诗社的学生在和自然对话，创作诗歌。杭州市现代实验小学将课程、教学、管理、师生发展融为一体，帮助孩子们成长为“美



德少年”、“健康少年”、“智慧少年”。

现代亚运定向赛道：为解决校园没有环形跑道，学生运动场地空间不足，依据教学楼周边道路，设计“迎杭州亚运”校园定向运动图，优化跑操线路 198 条，丰富孩子们的运动选择，为校园跑操赋予新内涵。同时，适时调整场地规格：按比例缩小球场规格，降低篮球架以及创设小足球场地进行使用。结合场地空间规划旱地冰球、跳房子、空竹、竹竿舞等场地，推出一班一品特色项目 36 项，满足不同年龄层次学生运动需求。



现代全员运动会：对传统的学校运动会进行改革，变身为每个孩子都参与的运动会。变体育运动为健康活动；变纯竞技体育活动为有趣有效的竞赛运动；变少数人参与为全员参与。活力啦啦操、快乐体操、竹竿舞、跳跳球、空竹等一班一品体育特色项目。50m 全员名次跑、投包入筐、齐心协力毛毛虫、红军不怕远征难、搬运“地球”、旋风跑、穿越火线、战地大营救、仰卧起坐大比拼……200 人集体平板支撑、1200 人脚脚相连连成“最牛大长腿”！全员运动会上，所有孩子们都是最靓的仔。



（三）树立“启明星”，为孩子成长家校协力赋能

1. 加强学校教师的作业联动管理

学校各备课组以“减负提质”为立足点，设计实效低负、形式多样的作业，激发学生的学习兴趣，切实做好学生学业“减负”。同时，学校实行学科组、年级组作业交叉管理模式，细化教师作业管理项目，从作业设计、作业布置、作业批改到作业讲评、作业辅导，作业评价，落实到每个环节。



(1) 学科作业“联动”

除单一学科作业外，学校还以“主题周作业单”的形式推出学科整合作业，减轻重复作业，改变学生的学习方式，提高综合能力的同时，真正实现“减负提质”。

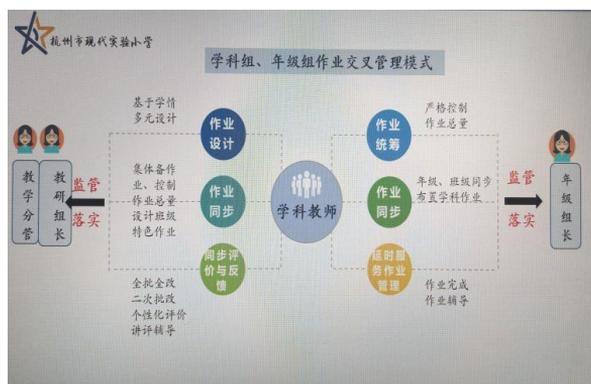
以四年级“一叶知秋”主题周作业单为例，四上年级的各学科都涉及到了跟树叶相关的学习内容。语文学科是跟树叶有关的诗歌；数学学科计算一片叶子的面积；科学学科学习树叶的分类；美术学科制作树叶拼贴画；音乐学科学唱《杨柳青》。在年级组长引领下，四年级教师合作研究，打破学科内容之间以及学科与学科之间的边界，为学生设计了一个开放的主题周作业学习体系。

四年级“一叶知秋”主题周作业单



(2) 作业布置“联动”

为了协调好每一个年级的作业，宏观调控作业量，各个年级每天中午在年级群公布各学科作业，年级组长严格控制作业时间，年级、班级同步布置学科作业，第二天统一进行作业反馈，及时把握普遍性的问题，每天做到三个统一：统一整合、统一布置；统一反馈。



2. 加强家校沟通密切合作

以“双减”为主线，开展“家校协同慧谈”，推进协同育人共同体建设，树立正确育儿理念，理性看待孩子成长差异。引导家长不仅关注孩子品德、学习习惯养成，还要关注睡眠、锻炼、阅读等品质提升。使家长和老师对“双减”的认识更清晰，方向更明确，家校更协同，为着孩子全面、健康成长一起奔跑。

学校会定期向家长征集校园建设意见，不定期邀请家委会商洽重点、难点工作、民生实项目。开设“星家长”学堂介绍教育理念，评选“星家庭”传承优良家风。学校五项管理咖啡慧谈促协同家长会、“星家长”双减十条倡议、家长开放日活动，成长节、星家长学堂等载体增进家校沟通，杭州市现代实验小学才能像一颗“启明星”，引导现代孩子们做最好的自己，绽放生命的精彩。

四、效果影响

（一）树立新理念

学校将“双减”和教育治理整体统筹起来，进一步完善校园教育管理体系和治理能力，促进学校内涵式、高质量发展。无论是提升课堂教学质量，还是作业布置更加科学合理、学校课后服务基本满足学生需要，都需要学校以“立德树人”为核心，“五育并举”为载体，积极探索五育融合、协同发展新路径。

（二）促进新成长

通过打造第一学习场，将学校有限空间被“无限”利用起来，学生不再拘于教室之中，校园成了孩子们的成长栖息地、第一学习场。进入校门门厅的上顶布置了一片“宇宙苍穹”，两边是中国棋艺和传统书画展。旧教室被改造成儿童民艺馆，废弃的屋顶变身为“空中农场”，就连楼道、护栏都变身为智慧生态劳动学习空间。

近年来，学校开发了“儿童皮影”、“物语课程”等50多门拓展性课程，涵盖德智体美劳五大方向。学校成立了星少年文学院、科学院，下设若干个分院，学生担任院长，一年学习，两年出成果。学生在第一学习场得到锻炼和成长，参加各类竞赛获奖达1000余人次。自打造“第一学习场”开展“星教育”新实践后，学校丰富多彩的活动更具吸引力，两年来参加课外培训的人数下降了近四成。特别是“双减”后，学校课后服务覆盖率达到100%，学生参加课后服务“XD星视界”课程有1367人次，占全校学生数的115.3%，66门“X”拓展课程被学生秒抢，学校成了最吸引孩子的地方。

（三）面向新未来

“双减”视域下的“星教育”新实践有力推动了学校高质量发展。近年来，学校获得全国新时代学校美育劳动教育数字资源建设与应用试点学校、浙江省劳动教

育实验学校、浙江省数字家长学校、浙江省体育特色学校、杭州市“清廉学校”示范点、杭州市智慧教育示范校、杭州市智力运动先进共建学校、杭州市少先队示范队室、杭州市精品课程等三十余项荣誉称号。办学声誉和影响力进一步增强，逐渐成为了老百姓家门口精致、温暖的省、市一流美好小学。面向未来，学校将积极引进优质的教育资源，从学生年龄特点出发培育更多的“第一学习场”，努力让不同需求的孩子在校内丰富多彩的课程和探究实践中“吃饱”、“吃好”，积极发现孩子的天赋和潜能，让每个学生都成为一颗闪亮的星星。

构建基于整体生长的作业改革体系

杭州市育才外国语学校 汤佳绮

一、学校概况

学校一直致力于办人民满意的学校，本着“为每一位孩子的幸福人生奠基”的教育理念，以人为本，立德树人。立足学校实际，落实全体师生、全域发展、全程保障的“三全目标”，努力探索以学生终生发展为导向的个性化育人模式。学校共26个班、900多名学生、70多位教师。今年，学校在“双减政策”的背景之下，根据《浙江省义务教育阶段学校作业管理指导意见》，我校重新梳理了作业管理的内容，积极建构立足于整体发展的作业管理体系，主要从学生的全面发展、学习的科学路径、学生的个体需求、学习的精准诊断几个维度，体现作业设计的学科融合性、全程参与性、全员辅导性、评改同步性，基于整体生长的视域，全面实施“双减”之下的作业改革，制定了《杭州市育才外国语学校五项管理手册》《杭州市育才外国语学校作业管理手册》，编制了《杭州市育才外国语学校作业案例集》等。努力探寻“双减”之下作业改革的新途径。

二、问题聚焦

问题一：作业训练“机械反复”使之“无味”。没有从“育人”的高度审视学生的学习，作业布置多从完成教学任务的角度思考，知识巩固性作业占据比例很高，对于不同学生的需求来说，作业会深感“无味”，因此，如何剔除作业内容中机械重复性作业需要一个科学的认识和辨别。

问题二：作业布置“拿来主义”使之“无趣”。根据“双减”政策，规定了不同学段学生完成回家作业的时间，引发了多门学科如何共享这一单位时间这一问题。每门学科都从教辅资料中“拿来”布置作业，不考虑不同学生对作业的感受度，会感到很“无趣”。因而，从教研组到备课组都需要一个推陈出新、颠覆蜕变的磨合过程。

问题三：作业评价“毫无章法”使之“无效”。带来了学生作业负担的加重，关键在于作业评价“无的放矢”。对于作业从时间的控制、内容的优化等改变，如真实地落地需要有评价跟进，从尝试创新到形成文化需要长期监控的过程。

三、解决举措

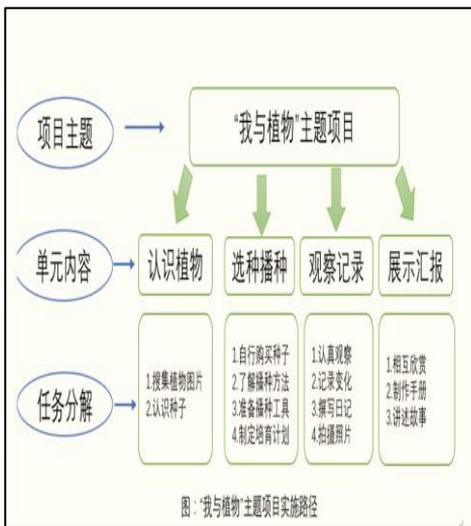
（一）立足全面发展，“三味一体”实现作业融合全科整体性

根据《指导意见》中提出的彰显作业的育人导向，促进学生德智体美劳全面发展。我校以项目化作业为载体，打通学科壁垒，通过任务驱动促进学生自主运用

各学科的能力，设计自主设计、自主探究、自主展示的跨学科的项目化作业，提升综合素养。

1. “学子味”的校园作业——让活动变成学习资源

校园的各种文化节和活动日都应该是学生综合能力展示舞台。“双减”之下，学校的行政团队和教研团队对学校的各种活动做了全面梳理和整合。从活动中寻找学科融合的亮点，精心设计校园学习生活等方面的项目作业。如跳蚤书市中的好书推荐，我与植物共成长，春秋游大探秘等，从课内走向课外，将教材中的学习要求以项目化的形式细化落实，通过各种研学单、调查记录单等丰富了作业形式，真正通过实践活动提升学生的综合素养。



图：种植活动主题作业

图：各年级的实践日研学单

2. “书香味”的家庭作业——让书籍变成学习伙伴

“双减”之下的作业改革，不仅仅是作业容量的减少，更多要思考的是如何重新定义作业，如何拓展作业的空间和形式。学校根据教材中的必读书目和校本必读书目，在低段设置了“亲子悦读吧”作业，中高段设置了“静享悦读吧”作业，真正让阅读回归成长，从繁重的作业压力中释放，尽享阅读人生。

第()周
班级 姓名

读一则童话

记一些成语

背一首古诗

*三年一套同步经典阅读：《新语文读本》(修订版) 1—6册

*一年一本诗词国学经典：《弟子规》《三字经》《小学生必背古诗词》

*一个学期一个阅读主题：绘本；童话；科普；成语；神话；寓言。

3. “传统味”的社会作业——让生活变成学习营地

传统节日蕴含着丰富的文化内涵，各教研组共同设计研发与传统节日相融合的作业设计内容，是链接中国传统文化和学科知识的桥梁。可以作为学校假期作业的创编载体，通过对于传统节日的筛选，尽量融合学科知识，通过一系列的传统节日探究作业，激发学生对中国文化的探究兴趣，也提升了解决问题的能力。



表：传统节日中的特色活动列表

节日	小任务	评价方式
儿童节	写下自己的小心愿	制作心愿卡, 父母参评
母亲节	制作孝心卡, 为妈妈服务	妈妈\教师参评
端午节	读一读有关的古诗, 制作香袋	香袋展示会
国庆节	读一首送给祖国妈妈的诗 配上一幅献给祖国妈妈的画	生生互评 师生互评
劳动节	劳动技能大比拼 说说自己的拿手技能	生生互评 师生互评 家长参评
教师节	约定师生结, 写下自己的进步的决心	师生互评

图：一年级传统节日探究作业列表

(二) 探索科学路径，“532 机制”实现作业关注全程整体性

“双减”之下，学校各教研团队努力将作业作为学习活动的一部分，根据教学全过程中特定的学习环节，精心设计相配备的作业，形成递进螺旋式的作业链，打破了原有的碎片化作业设计方式。根据作业完成的时间段以及巩固的目标进行整体性的梳理和归类，成为学科教研组特色化的作业文化。

1. “五阶段”规划，统筹为先

开学初每个教研组和备课组不仅要备教案还需要同步备好作业，将本学期的作业从预习、课堂、单元、假期等学习节点制定相应的作业，一组一规范、一组一亮点，同时设置弹性作业的内容，实施个性化的分层教学。在统一的规定作业的前提下，允许根据学情适当调整。在作业计划中全面考量作业设计的有效性和科学性。

	课前作业	课堂作业	课后作业	周末作业	长假期作业
四年级	1. 完成预习单 (预习板块设计: 熟读课文、字词通关、整体感知、初感表达) 2. 资料搜集单 (根据课程要求)	1. 订正部分预习单 2. 课后习题 3. 渗透《课堂作业本》	1. 完成《课堂作业本》剩余内容 2. 弹性选择以下作业: (1) 读《小古文(第一册)》、《中国神话故事》、《古希腊神话》、《世界经典神话》 (2) 小练笔(根据课文内容设计) (3) 字词听写 (4) 精选精练 (5) (5) 习作的修改与订正	弹性选择以下作业: 1. 听写字词 2. 精选精练 3. 小作文(结合征文、校园活动、学生目标达成的薄弱点设计题目) 4. 课外阅读(摘记、批注、思维导图等形式) 5. 综合实践类作业	1. 诵读经典读本 2. ☆阅读必读或推荐书目 3. 设计习作单(根据本学段学生的兴趣以及能力需求设计) 4. 精选阅读训练
五年级	1. 指导难字, 完成《生抄本》 2. 完成预习单 (预习板块设计: 熟读课文、字词通关、整体感知、初感表达) 3. 资料搜集单 (根据课程要求)	1. 渗透《课堂作业本》 2. 订正部分预习单	1. 完成《课堂作业本》剩余内容 2. 字词听写 3. 习作的修改与订正 4. 弹性选择以下作业: (1) 小练笔(文后练笔+作业本练笔) (2) 阅读专项(一个单元设计2张, 参考选文《语文花开》、《阅读力测评》) (3) 精选精练	1. 单元基础专项 2. 阅读专项(自制+21天阅读) 3. 弹性选择以下作业: (1) 小作文(结合征文、校园活动、学生目标达成的薄弱点设计题目) (2) 课外阅读(摘记、批注、思维导图等形式) (3) 综合实践类作业	1. 诵读经典读本 2. ☆阅读必读或推荐书目 3. 设计习作单(根据本学段学生的兴趣以及能力需求设计) 4. 课外阅读
六年级	3. 指导难字, 完成《生抄本》 4. 完成预习单 (预习板块设计: 熟读课文、字词通关、整体感知、初感表达) 5. 资料搜集单 (根据课程要求)	2. 课后习题 3. 渗透《课堂作业本》 4. 订正部分预习单	3. 完成《课堂作业本》剩余内容 4. 弹性选择以下作业: (6) 读本温故《小古文(下册)》、《小学阶段诗词汇总》 (7) 小练笔(根据课文内容设计) (8) 阅读练习单(一个单元设计2张, 参考选文《语文花开》、《阅读力测评》) (9) 字词听写 (10) 精选精练	弹性选择以下作业: 1. 精选精练(参考《复习21》刷题完成) 2. 小作文(结合征文、校园活动、学生目标达成的薄弱点设计题目) 3. 读书笔记(与经典书目的阅读相结合) 4. 学科实践类的作业	4. 诵读经典读本 5. ☆阅读必读或推荐书目 6. 设计习作单(根据本学段学生的兴趣以及能力需求设计) 7. 读书笔记

图: 四年级至六年级“五阶段”的作业设计

2. “三时段”精练, 特色定制

根据预习任务、随堂任务、课后任务三个学习阶段以“课”为单位的作业设计基本框架。目前备课组将预习作业做了精选, 制定了相应的预习单, 尽量避免机械化作业。课中设计相应的学习单或者合理利用教材和作业本中的习题。课后适当拓展, 通过项目化作业进行巩固和迁移。

3. “两形态”巩固, 自主巩固

根据政策要求, 小学各年级不得组织单元考试。我校教研组将单元巩固设计为“自我巩固大实践”, 命题的主体由单一的教师变为师生共同命题, 将原先单元卷的考查内容分板块、分层次地进行自我巩固, 在生活中运用数学知识解决问题。同时取消了期中测试, 以学科项目制活动为抓手, 通过“自我监测大闯关”等项目主题活动, 分成不同维度综合考量学生的学业水平。

自我巩固大实践																							
主题	十万个小朋友手拉手有多长？	走十万里，需要多长时间？	我家的小区面积有多大？																				
内容	<p>探究活动 403 手拉手</p> <p>活动主题 十万个小朋友手拉手有多长？</p> <p>测量方式 通过测量每个人的手臂长度并相加，测量总长度。先算 100 人，再乘以 1000，得到 10 万个小朋友的总长度。</p> <p>推算过程 我的手臂长度是 1.5 米，班里同学的手臂长度，有的比 1.5 米长，有的比 1.5 米短，我与同桌（同学）比肩比肩站，单位长度选择 1 米或 0.5 米或 1 米或 0.5 米，每人手拉手，站成一排，共站 10 人，站成一排，用尺子量出总长度，再乘以 1000，得到 10000 米或 100000 米，相当于 10 万公里。</p>	<p>探究活动《任选其一，记录》 物物事换算</p> <p>活动主题 走十万里，需要多长时间？</p> <p>测量方式</p> <table border="1"> <tr> <th>物类</th> <th>换算方法</th> <th>换算结果</th> <th>换算过程</th> </tr> <tr> <td>100 米</td> <td>100 米 ÷ 1.5 米</td> <td>66.67 分钟</td> <td>100 米 ÷ 1.5 米 = 66.67 分钟</td> </tr> <tr> <td>1000 米</td> <td>1000 米 ÷ 1.5 米</td> <td>666.67 分钟</td> <td>1000 米 ÷ 1.5 米 = 666.67 分钟</td> </tr> <tr> <td>10000 米</td> <td>10000 米 ÷ 1.5 米</td> <td>6666.67 分钟</td> <td>10000 米 ÷ 1.5 米 = 6666.67 分钟</td> </tr> <tr> <td>100000 米</td> <td>100000 米 ÷ 1.5 米</td> <td>66666.67 分钟</td> <td>100000 米 ÷ 1.5 米 = 66666.67 分钟</td> </tr> </table>	物类	换算方法	换算结果	换算过程	100 米	100 米 ÷ 1.5 米	66.67 分钟	100 米 ÷ 1.5 米 = 66.67 分钟	1000 米	1000 米 ÷ 1.5 米	666.67 分钟	1000 米 ÷ 1.5 米 = 666.67 分钟	10000 米	10000 米 ÷ 1.5 米	6666.67 分钟	10000 米 ÷ 1.5 米 = 6666.67 分钟	100000 米	100000 米 ÷ 1.5 米	66666.67 分钟	100000 米 ÷ 1.5 米 = 66666.67 分钟	<p>探究活动《任选其一，记录》</p> <p>活动主题 我家的小区面积有多大？</p> <p>测量方式</p>  <p>1. 先测量一步的距离，再测量出 50 步、100 步的距离。 2. 用步数乘以一步的距离，得到我家小区的面积。</p>
物类	换算方法	换算结果	换算过程																				
100 米	100 米 ÷ 1.5 米	66.67 分钟	100 米 ÷ 1.5 米 = 66.67 分钟																				
1000 米	1000 米 ÷ 1.5 米	666.67 分钟	1000 米 ÷ 1.5 米 = 666.67 分钟																				
10000 米	10000 米 ÷ 1.5 米	6666.67 分钟	10000 米 ÷ 1.5 米 = 6666.67 分钟																				
100000 米	100000 米 ÷ 1.5 米	66666.67 分钟	100000 米 ÷ 1.5 米 = 66666.67 分钟																				

图：中段数学“自我巩固大实践”作业举例

评价维度	一年级评价项目	二年级评价项目
人文积淀	我会诵读 我会思考 我会表达	我会诵读 我会思考 我会表达
理性思维	我会计时 我会观察 我会安排	我会测量 我会计时 我会汇报
健康生活	我会做操 我会排队	我会跳跃 我会做操
自我管理	我会整理 我会分类	我会合作 我会打扫
审美情趣	我会唱歌 我会画画	我会唱歌 我会画画

图：第一学段“自我监测大闯关”作业维度分类

（三）满足个体需求，“免做权”实现作业赋能全员整体性

学生有差异，但是作业的要求却无止境，本次作业改革就是要改变这一现象，以“学为中心”，系统整治、生态构建，让学生在作业中拥有自主权。我校根据学生学习能力的不同层次，给予学生作业“免做权”，让其有更多的时间和精力去补充适合自己的作业。

1. “免做作业”实现“乐做作业”

学校针对两类学生提供“免做作业权”，第一类是“优等生”可以使用，把时间用于自主选择的作业；第二类是“加油生”可以使用，不会因为做不出题而浪费时间或者抄写作业，而是选择教师提供的第二层级的作业。让学生都享受学习的成就感。

2. “免作业日”创造“自主空间”

我校开始推行“周二学生无作业日”制度，要求所有教师在周二不得布置任何形式的书面或口头作业，一方面是为减轻学生课业负担，另一方面也是为学生预留更多的时间学会自主学习，自我管理。学校还要求各班主任及科任教师加强对学生自主管理的指导与评价，让“无作业日”真正成为学生提高自主学习和自我管理能力的有效途径。

（四）力求精准诊断，“四查四评”体现作业评改同步整体性

我校建立了较为完善的作业布置、批改，反馈和评价的有效制度。加强过程性监管，运用多元评价，发挥好作业的诊断作用。

“四检查”主要是指教师个人查、随堂听课随机查、阶段组内互查、期中期末抽查。通过多种检查方式对作业的布置和批改进行不定时的反馈，为作业评价提供依据

，同时作为教师业务评价的重要指标。

杭州市育才外国语学校教师“双减”作业检查记录表（年级：）

检查项目	1. 教龄在3年以下的要求手写备课，教龄在4-5年的要求详案，其他教师备课自主（上学期获教学质量奖免检）。						
	2. 反思：要求至少三分之一的教案有教学反思，倡导“一课一得”。						
	3. 作业量以每天《家校联系本》记录与家长反馈为参考，一二年级不布置书面家庭作业，三至六年级书面作业平均完成时间不超过60分钟。						
	4. 作业本完成量要求与教学进度统一，全做全批，二次批改及时。						
教师姓名	备课 (手写/集体)	个性修改量 (占%)	教学反思数 (占%)	作业量 (是否符合双减要求)	作业批改(未及时订正/批改的) 标出班级、学号与页码	过程性评价(是否和标准统一) 是否真实、及时、有效	亮点

“四评价”主要是指学生谈话了解、家长钉钉问卷评、教师互评、调研团队评，树立典型样态，推广优秀经验，对不重视作业批改的老师责令整改反思。不断促进老师相互学习、相互督促，共同提升作业的有效性。

四、效果影响

我校基于整体，重视作业的育人价值、教学融合、分层指导、监督反馈的整体关联，基于“以生为本”的理念，为学生综合能力的运用、综合素养的提升，创造更为科学有效的作业平台，真正实现减作业、增质量轻负高质目标。

1. “一测多能”，创学科融合大作业

通过作业的创新，力求打通学科壁垒，由从项目化、主题性的设计方向通过实践作业的设计，链接课内知识和课外活动，我们努力设计助力学生发展的作业，让学习过程成为学生认识自身优势、找到发展方向、增加自信、生成正确学习预期、促进学生个体成长的动力。让他们在作业之后弄主动实践、主体探索、积极思考，中获取知识、提升素养、体验成功。真实提升全面素养。

2. “一标多层”，供个性发展多选择

作业改革立足于学生自身的学习经历，实践经验表明，有效作业一定是伴随学生的成长，我们力求作业内容选择符合学生心理需求，作业载体设计适宜学生操作

和实践，作业评价方式体现学生的个性分层，作业固化的成果随着学生的学不断修正和改变的，作业难度也根据学习主体的变化进行相应的升级。

3. “一规多样”，呈学科特性新样态

在作业设计中根据“双减”政策的规范化要求，重新梳理作业体系，制定了每个年度每个学科的作业规定，在统一科学的规划下，允许根据学科特性进行人性化设计、合理化选择、適切性实施，使教师设计作业的能力都得以充分地提高，同时有效提升了教师对于学习成果创新的热情与实效，使教师向“学习型”“研究型”“专家型”方向发展。

4. “一评多维”，丰评价监控全面化

不断开发适合作业改革的个性化、適切性、多维度的评价体系。通过实践经验，让多维度、规范化的新型评价匹配作业改革实践操作的动态化，针对作业改革的全过程做全方位的评价，根据不同的作业属性采用多维度的评价。关注作业实施有效性、关注教师作业设计的专业性，关注学生完成作业的参与性和能力提升点，通过全方位的评价保证作业改革顺利持续地推进。

“智库”作业：高质量校本作业的春晖路径

杭州市春晖小学教育集团 田冰冰 来婉萍

一、学校概况

杭州市春晖小学教育集团是滨江区首批“新名校”教育集团。学校秉持“让每一个生命出彩”的建校宗旨，践行“创建生命成长的教育共同体”的办学理念，培养“有教养、有学识、有格局、有韧性”的阳光少年。学校将发挥改革先锋标杆定位，以灵活的机制，更加融洽的资源整合，注入公办的严谨治学与民办机制的灵活深入，将二者优势充分整合，致力于把春晖小学教育集团建设成立足滨江、服务杭州、辐射全国、走向世界的学术型小学。

学校推动从“被动执行视角”向“兴趣研究视角”转变，从作业管理，到作业研究，以研究的视角，致力于学生作业常态优质的改变，让双减政策成为提高教学效能的引擎，成为改善学业生活质量的有效路径。

二、问题聚焦

目前，在双减政策下，还有不少老师在作业布置上存在一些困境：

1. **各科各课各自为政。**学科教师在给学生布置作业时，往往单兵作战，只考虑本学科的作业，导致各学科作业总量和作业形式缺乏有效统筹，十分容易作业“超载”。

2. **总量总时总是在变。**各个学科缺乏统筹，学生每天做的作业的总量和作业花费总时长也在不断变化中，不利于学生对于作业时间的合理规划。

3. **随人随科随心所欲。**不少教师在布置作业时，缺乏对作业内容和形式的研究，缺失对不同学生学习能力差异的考虑，以主观判断为主。

三、解决举措

1. 智库开发：全科灵活多样“作业包”

“智库”作业是师生、专家共同研究建设的一套建研用评一体化平台，其核心作用在于科学勾画学生作业画像，使作业最大化趋向于学习。它不仅包含作业资源“库”，更包含为建设一套班科协调性、科目全科性、形式多样性、布置精准性、批改智能化的“智”能作业融合平台。春晖小学教育集团致力于系统建构、整体推进，固化来自不同学科教师的亮点作业，连点成线，促进各学科形成特色作业的“校本产品”资源库。

(1) 学科作业，形成学科作业校本资源库。学校借助专注于中小学题库资源的“菁优网”，给每位老师提供专属账号。学科老师借助海量题库，对应科目资源，

组题，赋能智慧教学，形成学科作业校本资源库。

(2) 阅读作业，形成小学全学科阅读书目单。每月定期推进小学全学科阅读书单，借助教研组的整体研究给出全学科阅读推荐，改善学生阅读格局。



创新作业形态举措：全学科阅读书目单（1-6月）

一月全学科阅读书目			二月全学科阅读书目			三月全学科阅读书目		
类别	书名	出版社	类别	书名	出版社	类别	书名	出版社
语文	《明天会远足》	人民教育出版社	语文	《小碧唾唾呼噜》	春风文艺出版社	语文	《安徒生童话》	上海文化出版社
数学	《我家漂亮的尺子》	长春出版社	数学	《数学帮帮忙》	新蕾出版社	数学	《天哪！数学原来可以这样学》	湖南人民出版社
英语	《We're going on a bearhunt》	Walker Books	英语	《the very hungry caterpillar》	Phi Lane1	英语	《Big Book of English Words》	北京联合出版公司
科学	《冰雪中的生命》	中国福利会出版社	科学	《奇妙博物馆》	文汇出版社	科学	《中国儿童百科全书》	中国大百科全书出版社
音乐	《大脚丫系列全四部》	河北教育出版社	音乐	《织毛线球的猫》	长江少年儿童出版社	音乐	《魔法跳绳术》	长江少年儿童出版社
美术	《点》	北京联合出版有限公司	美术	《艾玛画画》	河北教育出版社	美术	《阿罗有支彩色笔》	接力出版社
体育	《足球迷罗里》	湖北少年儿童出版社	体育	《奥运会》	安徽教育出版社	体育	《儿童足球百科》	中国大百科全书出版社
班主任	《小兔兔找朋友》	明天出版社	班主任	《我要更专心》	化学工业出版社	班主任	《我要更勇敢》	化学工业出版社
四月全学科阅读书目			五月全学科阅读书目			六月全学科阅读书目		
类别	书名	出版社	类别	书名	出版社	类别	书名	出版社
语文	《字字一定有办法》	明天出版社	语文	《写给儿童的中国历史》	新世界出版社	语文	《小黑鱼》	南海出版公司
数学	《数学真奇妙》	电子工业出版社	数学	《马小跳玩数学》	吉林美术出版社	数学	《汪汪的生日派对》	长春出版社
英语	《Play with me》	Penguin	英语	《MAKE WAY FOR DUCKLINGS》	Puffin	英语	《Brown Bear, Brown Bear, What Do You See?》	PuffinNew Ed
科学	《和爸爸一起去海边》	新星出版社	科学	《给孩子的旅行书》	接力出版社	科学	《你能数到10的100次方吗?》	贵州人民出版社
音乐	《我的第一本乐器启蒙书》	北京科学技术出版社	音乐	《我的第一本古典音乐启蒙书》	北京科学技术出版社	音乐	《天鹅湖》	北京科学技术出版社
美术	《半子带给孩子的音乐和艺术故事：美术启蒙书》	北京联合出版有限公司	美术	《在牛肚子里旅行》	中国福利会出版社	美术	《彩虹色的花》	二十一世纪出版社
体育	《DK人体百科》	中国大百科全书出版社	体育	《学会保护自己 运动安全篇：危险游戏》	浙江少年儿童出版社	体育	《我们的身体》	未来出版社
班主任	《小公民幸福成长系列》	湖北美术出版社	班主任	《偷偷走的时间呢》	北京少年儿童出版社	班主任	《不是第一名也没关系》	新疆青少年出版社



创新作业形态举措：全学科阅读书目单（7-12月）

七月全学科阅读书目			八月全学科阅读书目			九月全学科阅读书目		
类别	书名	出版社	类别	书名	出版社	类别	书名	出版社
语文	《你会写字吗》	新疆青少年出版社	语文	《董桂梅：影响孩子一生的主题阅读》	江苏文艺出版社	语文	《荷花镇的早市》	二十一世纪出版社
数学	《爸爸婚礼》	化学工业出版社	数学	《数学帮帮忙互动版》系列	新蕾出版社	数学	《我是数学迷》	外语教学与研究出版社
英语	《MY DAD》《MY MUM》	Random House UK	英语	《Goodnight, Gonia!》	G. P. Putnam's Sons Books for Young Readers	英语	《David goes to school》	Scholastic
科学	《一粒梅的旅行》	南海出版公司	科学	《甜薯博士的棉花糖探险》	中信出版社	科学	《消防车去营救》	南海出版社
音乐	《不来梅的音乐家》	长江少年儿童出版社	音乐	《了不起的音乐家》	中信出版社	音乐	《我不是大小了》	吉林美术出版社
美术	《颜色战争》	北京科学技术出版社	美术	《神奇的色彩女王》	河北教育出版社	美术	《自己的颜色》	南海出版社
体育	《揭秘运动会》	陕西人民教育出版社	体育	《动物运动会》	连环画出版社	体育	《踢踢踢足球》	海燕出版社
班主任	《妈妈，我真的生气了》	化学工业出版社	班主任	《我能管好我自己》	知识出版社	班主任	《我们班全是班长-我的第一日记》	江苏少年儿童出版社
十月全学科阅读书目			十一月全学科阅读书目			十二月全学科阅读书目		
类别	书名	出版社	类别	书名	出版社	类别	书名	出版社
语文	《小星星的大月饼》	中信出版社	语文	《信信》	明天出版社	语文	《这就是二十四气》	海豚出版社
数学	《魔力数学日》	大象出版社	数学	《魔力数学1》	大象出版社	数学	《玩出聪明脑 数独》	广东旅游出版社
英语	《The doorbell rang》	Greenmillow Books	英语	《A Tree is Nice》	HarperCollins	英语	《不一样的卡梅拉》英文版 (1-12)》	二十一世纪出版社
科学	《皮联国的火麻饼》	北京科学技术出版社	科学	《牙齿大国的新鲜事》	北京科学技术出版社	科学	《肚子里有个火车站》	接力出版社
音乐	《别放弃，小琴童》	北京科学技术出版社	音乐	《新学堂歌》	上海音乐出版社	音乐	《约翰·丹佛自然音乐绘本》	中国城市出版社
美术	《精致艺术绘本-纸浆画绘本馆》	江苏教育出版社	美术	《中国传统动画美术大师手绘版》(9册)	人民邮电出版社	美术	《颜色里的中国画》	中信出版社
体育	《学会保护自己 居家安全篇：小鬼当家》	浙江少年儿童出版社	体育	《学会保护自己 户外安全篇：电灯惊魂》	浙江少年儿童出版社	体育	《学会保护自己 运动安全篇：危险游戏》	浙江少年儿童出版社
班主任	《手是用来打人的》(儿童好品德系列, 全5册)	贵州教育出版社	班主任	《把坏脾气收起来》	北京科学技术出版社	班主任	《逃家小兔》	明天出版社

(3) 劳动作业，形成“宅家小公民”劳动作业体系。学校德育组以“校务劳动”“家务劳动”“社会劳动”为主轴的劳动课程作业的研究，丰富学生劳动作业安排的整体思考，让每个学段劳有所得。



创新作业形态：“宅家小公民”家务劳动课程



(4) 节日作业，形成节日课程系列设计实践活动。德育组通过多年的行动积累和整体设计，将每年重要的节日和纪念日，按照八个类目整体统整，让行动能够连点成线，逐年强化实施。



创新作业类型：节日课程系列实践行动



(5) 无作业日，形成周三亲子主题家庭会议话题集。每周三的“无书面作业日”，学校德育中心整体规划亲子主题家庭会议日的“议题”，倡导每一个家庭，把亲子互动成为习惯。



创新作业形态：亲子主题家庭会议日

年级	一年级	二年级	三年级	四年级	五年级	六年级						
关键词	幼小衔接	习惯素养	中段起步	习惯素养	亲子沟通	小升初衔接						
主题论坛	多样形式的亲子阅读	教会孩子在家合理安排时间	低年级学生文明礼貌习惯的培养	低年级学生自信心增强策略	克服“三年级效应”之培养专注力	中段好习惯再巩固之生活自理、有序过渡	别让学习负担压垮了孩子	懂得体谅孩子的成长心事	换个角度看孩子	成功是成功之母	叛逆的青春期你发现好了吗	幼小衔接,你准备好了吗?
	培养孩子在家良好的阅读习惯	在家坚持良好的行为习惯	低年级学生良好的学习习惯的培养	低年级学生独立思考能力的培养策略	克服“三年级效应”之如何去表扬	中段好习惯再巩固之学得扎实、学得快乐	如何度过强化孩子良好习惯的关键期	让孩子学会保护自己,关爱他人	孩子的烦恼你知道吗?	良好的个性需要培养	当“青春期”撞上“更年期”的相处策略	家庭如何助力毕业考?
	在阅读中增进亲子感情	培养孩子良好的交际能力	低年级学生良好的劳动和卫生习惯的培养	低年级学生解决问题的能力培养策略	克服“三年级效应”之学习去放手	中段好习惯再巩固之同伴交往、阅读和思维变化新方法	在家如何培养孩子走向社会的桥梁	家庭是孩子走向社会的桥梁	爱需要经营	合理疏导不良情绪	帮助孩子初步树立人生规划	小学毕业后的暑假,我们可以做什么?

(6) 微课欣赏，形成拓展学科教材的知识链接群。校内微课资源众筹众创，利用新技术，资源延伸，把社会变成学生成长的“大课堂”。“之江汇”网络同步课程7门，“之江汇”网络学后托管课程2门，学科综合类的微课80多节登上学习强国。学生可以根据自身的需求，反复观看微课程，他们可以决定自己学习的方式和学习时间，实现线上线下融合的差异化教学。

2. 总量协调：确保作业上限“天花板”

量减，来自于集体改变，更来自于精准管理。学校课程部通过常态作业监控来敦促各年级的总量控制，用“班科协调家庭作业实践安排表”来整体调控高年级各学科作业布置的“整体运营”。

(春晖班科协调家庭作业实践安排表)

教师及科目	周一	周二	周三	周四	周五	周末
英语教师	15分钟			15分钟		10分钟
语文教师	25分钟	30分钟		15分钟		30分钟
数学教师	20分钟	20分钟		15分钟		20分钟
科学/音乐/美术教师				科学15分钟	音乐20分钟 科学30分钟	
德育班主任		10分钟	亲子主题会议			
总时长	60分钟	60分钟	40分钟	60分钟	50分钟	60分钟+

学校设置以各班班主任为第一负责人，进行班科作业的整体协调。同时要求，科任老师要有“互让”意识。每日班级的整体作业单上，首位布置作业老师留有余

地,末位布置作业的老师让路减量,由班主任负责整体作业的促进整体作业量的“不超载。”

3. 同步实施:积极促进作业“效率板”

学科教研中,展开对各学科常见作业类型的作业时速调研,以抽样调查的形式邀请家长反馈每天学生作业总时长,精准把握对于不同学科中不同层次学生的作业常态速度,要做到心中有数,行动控制。特别是关照后5%的学生的作业负担,确保不让作业成为压弯学生当日休息的最后一根“稻草”。

4. 人工+智能:作业推送批改“驾驶舱”

学校借助专注于中小学题库资源的“菁优网”,海量题库,对应科目资源,组题,赋能智慧教学。

(1) 分层作业有序推送。学生作业的分层,是一种隐性分层,而且也是一种动态分层。根据学生的学情确定作业的难度与数量,搭架子,分梯度,设计AB套餐回家作业纸。学科教师根据当天学生学习情况,调整题库“作业”。组内教师集体研究,分工协作,以一个单元为时间单位,系统化选编、改编、创编具有校本特色的学习力检测作业。

(2) 作业形式科学设计。作业形式结合学生的实际,除布置一定量的家庭书面作业外,加强作业形式的灵活性和趣味性,调动学生的学习积极性和创造力。既要有练习型、准备型作业,也要有扩展型、创造型作业。除书面作业外,要鼓励编制口语交际作业、综合实践作业、实验操作作业,逐步实现作业形式的多样化和个性化。

5. 作业画像:精准分析学情“错题本”


杭州市春晖小学教育集团校本作业




语文要素

品读有新鲜感的词句,学会运用。

1. 想象画面,填写有新鲜感的词语。

() 的服装 () 的墙壁 () 的枝干

() 的国旗 () 的铜钟 () 的东风

2. 读下面的句子,关注加点的词语,完成练习。

(1) 湿润的东风走过荒野,在竹林中吹着口笛。

句子中这些加点的词语,把_____当作_____来写,运用了_____的修辞手法,生动形象地写出了东风_____的特点,读起来让人觉得特别有趣。



(1) 错题本整理。教师借助“菁优网”校本题库资源，教师输入学生典型错题，平台收集和归纳的错题，生成错题集。通过数据的挖掘分析，可以有效地为教师提供教学反馈，开展针对性的巩固教学、纠错教学和补偿教学。为自己和新教师的教学减负提质。

(2) 学科知识图谱。通过沉淀的学生错题数据形成学科知识图谱，精准开展学情分析，从资源库中寻找匹配点相关作业，实现个性化作业的智能组卷。通过学生当前学情，为学生智能生成“最近发展区”的提升方案，让学生明确练习的目标，和实现目标的策略，从而促成“一生一案”。

四、效果影响

1. 减负：学生高质量学习

有效处理作业的“轻负担”与“高质量”、丰富性和系统性、基础性和层次性之间的关系，以作业研究促进学生学习方式的转变，发挥作业的检验、激励和导向功能，使学生在作业过程中学会学习、学会合作、学会创造，强化知识与知识、知识与生活、知识与不同学科之间的联系，撬动减负，促进每一位孩子提升学生的综合能力，发展学生的核心素养。

2. 提升：教师高能力研题

教师在进行作业研究的做成中，离不开科学有效的作业研究学习课程标准、研究教学要求、研究教材、研究学生、研究试题，从而精准把握作业中作业的类型、背景材料的选择、作业题干与题肢的编制、设问的立意和答案的设置等进行深入的思考与研究，在实践、积累和研究中，教学观念不断更新，教学策略不断优化，使得教学更有针对性、更加精准，提升教师的研题能力。

3. 生成：春晖“双减”新路径

春晖联动师生、专家打造“智库”作业平台，其核心作用在于科学勾画学生作业画像，使作业最大化趋向于学习。它不仅包含作业资源“库”，更包含为建设一套班科协调性、科目全科性、形式多样性、布置精准性、批改智能化的“智”能作业融合平台，推动从“被动执行视角”向“兴趣研究视角”转变，从作业管理，到作业研究，以研究的视角，致力于学生作业常态优质的改变。

“双减”背景下基于数据分析的分层作业管理

杭州钱塘新区启源中学 郑宏超

一、学校概况

杭州钱塘新区启源中学于2020年9月创办，是紧密型教育集团文海教育集团中的成员校。我校和集团的办学理念一脉相承，发展总目标和集团一致，“为每一位学生完美成长提供有效帮助，为每一位教师杰出发展创设有效机制，努力使我校成为九年制义务教育领域全面实施素质教育的一个典范”，目标是把我校办成个性化、专业化、现代化的省内外一流学校。本学期，在“双减”政策背景下，我校严格落实“双减”政策，认真学习相关政策，借用数据分析的智慧教育平台，在思维型理论的指导下，进行基于数据分析的分层作业管理，力求达到减负提质。

二、问题聚焦

当前不合理的作业设计与管理现象：①作业设计缺少分层与科学评价②作业设计缺少数据和资源支撑③作业设计大多重复和机械性活动④作业设计纬度单一缺少思维深度。

因此，在“双减”背景下，我们要反思作业到底该如何设计与管理，分层作业设计与管理势在必行，要做到：①克服“拿来主义”的作业，关注“教学一作业一评价”的一致性。②减少仅仅训练意义的作业，把握不同学习时间的作业的功能与特点。③关注“有批改无分析”现象，将作业作为形成性测试，发挥作业的诊断与补偿功能，并通过校本研修提高教师作业设计能力。④探索项目学习作业，在真实问题解决的过程中展开“灵动的学习”，促进学生“完整的成长”。

三、解决举措

（一）基于教育目标分类理论与思维型理论，设计分层基础进阶作业

教育目标分类理论由布鲁姆提出，他认为在认知领域内教育目标分为记忆、理解、应用、分析、评价、创造。

思维型理论主要由胡卫平专家团队提出，该理论指出，思维型理论由五大原理构成，即动机激发、认知冲突、自主建构、自我监控、应用迁移。思维型理论教学要素有创设情境、提出问题、自主探究、合作交流、总结反思、应用迁移。



(基础作业设计层级结构图)

基于此两大理论，我们给作业分层进阶设计下了一个定义：对不同层次的学生设计识记与理解、迁移与综合、探究与创新的进阶式作业，体现学生思维水平的发展与提升。教研组、备课组先进行分层作业研究，然后根据不同层次学生的情况，选编、改编、创编符合学习规律、体现核心素养的分层作业。

1. 基础作业进阶设计

(1) 识记与理解

识记性作业，指的是需要记忆积累的最基础的作业。理解性习题，指的是理解知识中的概念和规律的作业。教师在设计此类作业时要涉及知识技能性内容，打好基础，为后面能力的提升做准备。识记与理解类作业是作业设计中的第一层级，在思维层次中属于低等层次，因此会有较多的基础知识。

(2) 迁移与综合

迁移性作业，指的是能够运用单一的知识和方法解决另一真实情景问题的作业。综合性作业，指的是习题中综合了几个不同领域知识的作业。学生在完成识记与理解性作业后，完成迁移与综合性作业，思维水平能够得到较大的提升。迁移与综合类作业是作业设计中的第二层级，在思维层次中属于中等层次。

(3) 拓展与创新

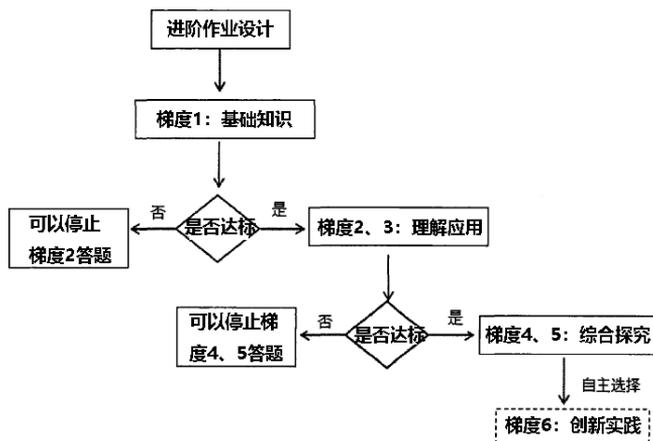
探究性作业，指的是提出问题，并在问题的基础上收集证据，进而对证据做出解释，将结果进行交流讨论的作业。创新性作业，指的是教师布置运用创造性和创造性想象解决问题的作业。学生通过此类作业的完成提升思维水平、学习品质与核心素养。拓展与创新类作业是作业设计中的第三层级，在思维层次中属于高等层次。

我校的校本作业设计较好地运用了“智慧教育云平台”，教师先登录此平台。登录进去后可以看到校本作业的“内容制作”，在下方会出现教材第几章第几节的相关知识点内容，而且还会出现每一节的校本作业由哪位老师设计，非常直观明确。

在校本作业的选题上，此平台也能提供很多帮助。教师选好相关章节后，就可

同的三个层级的作业，然后再变成 PDF 文档，完成校本作业的印刷。

当然不同学科的方式有所不同，比如我校科学组就是把识记与理解、迁移与综合、拓展与创新三个层级拆成了六个层级：识记、理解、迁移、综合、拓展、创新。科学组的思维进阶式作业以必做题和选做题的形式呈现。学生分层完成。必做题采用由易到难分为梯度 1（识记）、梯度 2（理解）、梯度 3（应用）、梯度 4（综合）、梯度 5（拓展）、梯度 6（创新）。命制策略主要是根据作业层级水平的划分来组织试题，梯度 1 为【蜻蜓点水——基础知识】。主要是书本中的简单习题，主要是基本概念和基本公式等的应用。梯度 2、梯度 3 为【小试牛刀——理解应用】。主要是在基础知识掌握的基础上适当对知识点进行变形，考察方式灵活，目的是让学生尽量熟练对知识点的简单运用。梯度 4、梯度 5 为【初出茅庐——综合探究】。有一定的难度，题量少，主要锻炼学生的知识迁移能力。梯度 6 为【大显身手——创新实践】此部分为选做题为附加部分，由学有余力的学生选择性完成。



（二）基于作业数据分析，完成精准作业推送

教育信息化是教育现代化的基本内涵和显著特征，是信息时代教育发展的必由之路，发挥着不可替代的关键作用，已经成为促进教育公平、提高教育质量、推动教育改革的有力抓手和有效手段，教育信息化必将带来教育理念的创新和教学模式的深刻革命。

精准作业推送流程如下：

作业的数据分析不需要学生使用平板等电子产品，学生和原来一样，在纸质校本作业本上纸笔答题，老师在作业本上批阅作业，留下批改痕迹，如下图是教师在纸质作业本上批改的痕迹，教师批阅完整个班级的作业后，通过 OCR 扫描识别技术快速采集批阅信息，然后在平台上形成数据分析。

在数据分析中，我们可以清楚地了解此题的错误率有 90.5%，错误的学生有 39

人，点开学生名单，可以清楚地看到有哪些学生此题做错，点开答案解析，还能看到具体的解答过程，非常方便直观，给老师的教学带来了很大的方便。

学生作业批阅完成后，平台会统计每位学生作业的错题数量及内容，并针对每一位学生的错题收集数据，如下图是某位学生的错题收集，该生在本单元共错了8题。

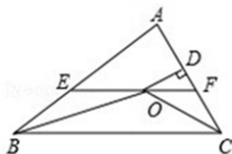
收集完某位学生的错题之后，平台可以导出该生的错题推送。如以下就是一位学生的精准作业推送的部分内容。

错题题号	第4题	第8题	第10题	第14题	第16题
得分/满分	0.0/3.0	0.0/3.0	0.0/3.0	2.0/4.0	2.0/4.0
试题难度	简单题	中等题	中等题	简单题	中等题

错题题号	第21题	第22题	第23题
得分/满分	8.0/10.0	6.0/12.0	0.0/12.0
试题难度	中等题	中等题	中等题

错题巩固

【考查方向】平行线的性质；三角形的面积；等腰三角形的判定与性质；角平分线的性质
如图，在 $\triangle ABC$ 中， $\angle ABC$ 和 $\angle ACB$ 的平分线相交于点 O ，过 O 点作 $EF \parallel BC$ 交 AB 于点 E ，交 AC 于点 F ，过点 O 作 $OD \perp AC$ 于 D ，下列四个结论：① $EF = BE + CF$ ；② $\angle BOC = 90^\circ - \frac{1}{2}\angle A$ ；③点 O 到 $\triangle ABC$ 各边的距离相等；④设 $OD = m$ ， $AE + AF = n$ ，则 $S_{\triangle AEF} = \frac{1}{2}mn$ 。其中正确的结论有_____（填写序号）



这样就不同于以往学生的作业都一样，没有差别对待，这样的精准作业推送，更能体现学生的差异性，对于学生学习能力的提升也更为有效。

四、效果影响

1. 通过智慧教育平台进行校本思维型进阶作业的分层设计，大大减轻了老师的负担。

2. 通过智慧教育平台进行校本思维型进阶作业的分层设计,学生能够拥有个性化作业,针对自己学习能力与水平的作业更能体现自身的成长与进步,更能实现因材施教,高效教学。

3. 通过人工智能作业数据采集,实时发现并解决班级共性问题,提升教学效率,帮助学生自主解决个性化问题,提升学生个性化自主学习能力,教师和学生能够及时发现并解决个性化问题。

4. 利用人工智能数据分析,大幅减轻老师数据分析的负担,能够更好地靶向教研,通过数据分析,教师能够更精准地挖掘教学重难点,优化教学过程,为教学活动提供前瞻性指引。

5. 通过作业数据分析,教师可以随时查看作业设计效果和进度,查看作业反馈,实时统计和分析班级、个人的作业完成率和完成结果。

总之,智慧教育云平台通过全方位多维度的数据分析,为教师提“备、教、改、辅、研、管”的全场景教学服务,提升教学效率和精准度,优化教学模式,帮助学生提升自主学习有效性。教师通过查看学生学习轨迹,可对学生的错题学情进行分析,然后教师可根据人工智能对学生的薄弱知识点进行剖析,为学生提供科学的学习规划,从而使其有效学习,教师的工作效率和学生的学习效率都得到了一定提升。

“N+”促“双减”：农村小学的减负新样态

萧山区浦阳镇中心小学 祝洪校 陶璐莎（执笔）

一、学校概况

萧山区浦阳镇中心小学初创于1914年，期间几经易址更名，于2014年9月搬迁至新校区。近年来，学校秉持“追求幸福的教育，打造幸福的校园”的办学理念，在“知书知礼、唯美为真”的校训指引下，努力为学生的健康发展营造充满爱意的育人环境。通过代代浦小人的共同努力，学校各项工作稳步推进，先后获得“浙江省义务教育标准化学校”、“杭州市农村示范小学”、“杭州市人民满意学校”、“杭州市智慧教育示范建设学校”、“杭州市足球特色学校”、“萧山区文明单位”、“萧山区绿色学校”等二十多项荣誉。

二、问题聚焦

今年7月24日，中共中央办公厅、国务院办公厅印发，针对义务教育阶段学生的减负减压政策——《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》，其中明确提出，一是要全面压减作业总量和时长，二是全面规范校外培训行为，消除学科类校外培训中的各种乱象。2021年秋季，杭州市教育局又进一步发文要求落实。面对突如其来的变化，学生如何减负不减质？晚托如何安排不糟心？家长如何省心更放心？教师如何工作更幸福？……一连串的问题直接摆在学校管理者的面前！

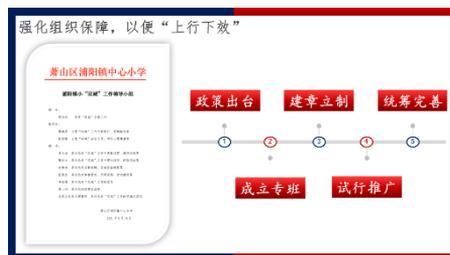
三、解决举措

“双减”政策实施以来，浦阳镇小全体教师积极思考与实践，引领全校学生将“双减”政策落实、落细，从学校、教师、学生、家长等各个层面达成共识，凝聚科学育人的合力，共同探索出一条“双减”背景下的高品质教育发展之路。

（一）学校“N+”，建章立制“凝心剂”

1. 强化组织保障，以便“上行下效”

期初，当“双减”政策一出来，我校第一时间成立了“双减”工作专班，强化了组织保障。同时各部门多头联动：教导处及时学习文件，与片区兄弟学校统一了学生在校作息时间表，合理安排了晚托服务；同时加强了作业管理，制定了作业管理制度；严格落实义务教育课程标准，规范教育教学秩序，设置了集体备课环节，建立每周一次的



“集中备课制度”。德育处完善“双值”评价方案，还引入了“小思徽章”、“摩天轮阅读”等第三方教育评价，通过改变学生评价标准引领教师育人观念的转变。总务处统筹安排教室，为课后托管服务最优化提供最佳方案……



2. 优化工作节奏，合理配置时间

相比城区学校，农村学校的学生早晚接送时间上受到很大限制。此外，受到交通、家长上班等影响，学生早上到校时间一直普遍较早。为充分保证学生的睡眠时间，规定学生早上7点40分以后到校，个别学生提前来校的，我们每天安排值周教师7点10分进行晨间托管服务。这样做一方面解决了部分家长“上班早、送孩子上学也早”的现实问题，另一方面也解决了学生晨间监管脱节的问题。此外，因上课时间的延迟，我们将大课间时间提前至早上8点至8点40分，充分保证了学生每天必需的体育锻炼时间。

（二）教师“N+”，多措并举的“暖心剂”

1. 完善体制机制，增加人文关怀

在推进“双减”过程中，针对课后托管服务全面开展后教师工作时间的延长班级和压力骤增的实际，我校积极探索，出台各种关心关爱教师的新举措，提升服务效能，消除教师顾虑，解决教师的后顾之忧。

建立弹性上下班机制。我们利用“错峰编排”，实行“两班制”的弹性下班制度，让老师们感受到了温暖，教师弹性工作制以完成固定的工作时长、规定的工作任务和维持正常教学秩序为前提，以学校统筹安排为主、教师个人调节为辅。以往我们下班时间都是在4点半以后，开设晚托服务后老师们分“4点以后”和“5点左右”两批次下班，让教师不再害怕因为长时间的工作疲劳而成为一种心理“负担”，从时间管理上也给予教师适度的自由与完全的信任。

增设“亲情假”。在规定的教师离校时间前，允许积极参加课后服务且当天无拓展性服务任务的老师提前20分钟离校，每周2次。

为了加强对教师们的关爱，学校还设置“调休条”、“心情假”制度，安排参加课后服务的老师每月可享受一次半天的调休假：教师请假前自主调整好课务和班级管理，且不影响教师的日常考勤，给予教师自主选择权与满满幸福感。对于超工

作时长和承担其他工作任务的教师，学校还将在评优推先等方面予以优先考虑。



此外，对于路途遥远或家住城区的特殊教师，考虑晚托结束后乘公交车相对时间会比较久，一旦遇特殊天气，回家又比较困难的实际，学校特地为有需要的教师提供了“温馨宿舍”，以供不时之需。

2. 规范入校事务，减轻教师负担

根据省市区统筹规范社会事务进校园活动要求，建立清单，从严控制进校项目；统筹规范精简报表填写工作；调整已经开展的事务性工作的学校完成度要求，切实减轻教师非教学负担。全面梳理、整合教师常规工作，大幅压减非必要的各类工作例会，我校全体教师例会已精简为一月一次，其他事务均以QQ群电子及纸质通知，倡导小组简短碰头会。统筹优化安排，让教师回归教学。

3. 营造幸福环境，释放工作压力

教师的一天是快节奏、高强度的。为了提升教师在校工作时的幸福指数，学校工会为此也是“用尽心思、下足功夫”。

创建午间“休憩站”。学校茶艺室和阅览室作为“休憩站”每周二、四中午开放，为老师们准备了咖啡、红茶、绿茶等饮品茶点，根据教师的需求添置了棋类、书法、等各类休闲活动器具，让老师们可以利用课余时间休憩，舒缓情绪，释放压力。

举行教工趣味运动会。“双减”之下后，上下奔忙，如何减压，？唯有释放。金秋10月，暖阳高照，

学校开展了主题为“共筑亚运梦，唱响劳动美”的趣味运动会：设置了“30米运粮忙”、“一圈到底”、“旋风收割机”、“趣味插秧乐”、“车轮滚滚”五个团体项目。老师们在各项比赛中奋力拼搏、展现自我，大家在一片欢声笑语中，凝聚起力量，愉悦了身心，收获了健康，既增进了同事情谊，又舒缓了工作压力。

4. 增强后勤保障，推出贴心服务



暖心食堂，服务至上，你点我烧，保“胃”教师。学校推出“贴心净菜”服务，解决老师新常态下班时间带来的无暇应对家务问题。晚托后，教师下班回家后都要6、7点钟，若再去买菜、洗菜、烧饭，吃上晚饭起码还要再等上一个多小时。一天的高强度工作加上下班路上的奔波，教师们早已疲惫不堪……这个现实问题引起了学校的重视。经过班子商议，我们于“双减”第二周便启动了“贴心净菜”服务，食堂每周都会设计好“一周菜单”，供老师们自主“点菜”，让他们在课后服务结束后，就能打包带走，以便能和家人尽快吃上热气腾腾、美味可口的晚餐，以解一日之疲劳。

（三）学生“N+”：学习动力的“强心剂”

1. 强化作业监管，提升作业质量

针对作业质量管理这一重点工作，我校已逐步开始制定、完善各学段作业评价标准，全面压减作业总量和时长，严格落实一二年级“每天不布置书面作业”，三至六年级“每天书面作业总量不超“1小时”制度。

我校原则上要求只允许布置区里统一下发的作业本，同时控制教师印制资料，采用定人与定量相结合的方式，每天布置的各科作业由教师和学生干部“同步双方记录”，教导处每月不定期开展检查，以控制学生每天的作业量，提高教师布置作业的质量。鼓励开展“书包不回家”工作活动机制：学习事，学校毕，学生不做“刷题机器”。以实现真正减轻学生作业负担的目标。



2. 打造“1+T+X”晚托，满足个性需求

2021年秋季学期开始后，浦阳江片已实现课后服务全覆盖，我校对有课后服务需求的学生也实现了全覆盖。目前，我校充分利用课后服务时间，开展了丰富多彩的科普、文体、艺术、劳动、阅读、运动等拓展性社团活动。

	足球社团	乒乓球	羽毛球	棋类社团	合唱社团	美术社团	编程社团	创客社团		
人数	45	28	33	63	47	38	19	31	24	
时间	一三五	每天	一三五	二四	二四	二四	每天	二四	每天	
晴天	室外篮球场	田径场	音乐教室	音乐教室 1	音乐教室 2、3	合唱教室	美术室	田径场	劳技教室	综合楼一楼实验室
雨天	风雨操场	风雨操场						风雨操场		



考虑到参加晚托学生在校时间太长，长期在室内上课，不利于学生身心健康发

展，我们一二年级施行“1+T+X”晚托模式，“1”为基础性托管，下午上完两节课后，同学们在校内完成必要的学科练习；“T”为体育锻炼时间，为了加强学生的身体素质，同时提高学生的体育达标能力，在半小时的基础性托管服务后，我们安排了二十分钟的体育锻炼时间，由班主任或晚托老师自主选择，学生可以进行跳绳训练，也可以进行仰卧起坐、座位体前屈等训练；“X”为拓展性课程，目前我校社团活动常态化开设了9个活动项目，分别是女篮、鼓乐、民乐、合唱、美术、丝带绣、科技、足球、田径等九大社团，每个项目都有固定场地和指导老师，学生可自主选择项目，后续我们还将打造精品劳动教育基地，丰富学生的劳动实践生活。拓展性课程的开展，丰富了学生的课外知识，培养了学生的兴趣，真正起到了“减负”的作用。

3. 保障筑牢学生上下学的“安全之路”

“双减”之下，“晚托服务”深受家长们欢迎，我校报晚托的人数较多，占全校人数的80%。一到放学，虽然学校实行了错时放学，但校门口还是拥堵不堪。少数家长们“见缝插针”地违规停车、逆向行驶、随意变道……这些违规行为不仅带有安全隐患，更加剧了校门口的拥堵。为了缓解校门口的拥堵现状，切实保障学生上下学的安全，我们马上召开了紧急会议，将“如何改变校门口交通拥堵的现状”提上了议程。并及时与浦阳镇人民政府取得了联系。在镇政府的大力支持下，对学校旁边的主要道路兴浦路实行了交通管制。学校还划分了机动车停靠区域、非机动车停靠区域、家长接送区域。同时，为加强对行人车辆的管理与疏导，“红马甲”们择时上线。此举赢得了家长们的理解和支持，从此，校门口变得畅通有序，偶尔遇堵，家长们都能耐心等待，有序通行……终于筑牢保障了学生上下学的“安全之路”。

积极协调公交班次。开学初，考虑到“双减”工作会导致部分乘公交上下学的孩子回家困难，我们及时摸排全校师生的公交出行情况，统计出全校有40多位学生是自己坐公交车上下学，学校及时上报给上级主管部门，希望能据此增加公交班次。学校还专门安排了护送志愿者，利用实时公交APP即时关注公交车到站时间点，统一护送学生到公交车站点乘车。



（四）家长“N+”：家校合力的“连心剂”

1. 沟通形成教育孩子强大合力

精心对接每一个孩子，用最合理最科学最恰当的方式与家长联系：一不告状；二有指导；三巧借力。充分利用能让孩子们引以为豪的“家长资源”，有效地激发孩子的进取心，促进家校协同一致，增强落实“双减”的定力和信心。建立家长与班主任之间的规范信息渠道，公布学校的统一咨询电话，与家长保持畅达、良性的沟通状态，尽量避免因认知不协同、信息不对称所导致的负面影响。下发《家校合育，落实“双减”，共同守护幸福童年》告家长书，让家长从“认知担当”“意识担当”“角色担当”“行动担当”四个方面，学习教育新动态，理解教育新政策，引导家长科学合理地为孩子安排生活，从而减掉学生过重的校外培训负担。

2. 陪伴伴随孩子一起放飞成长

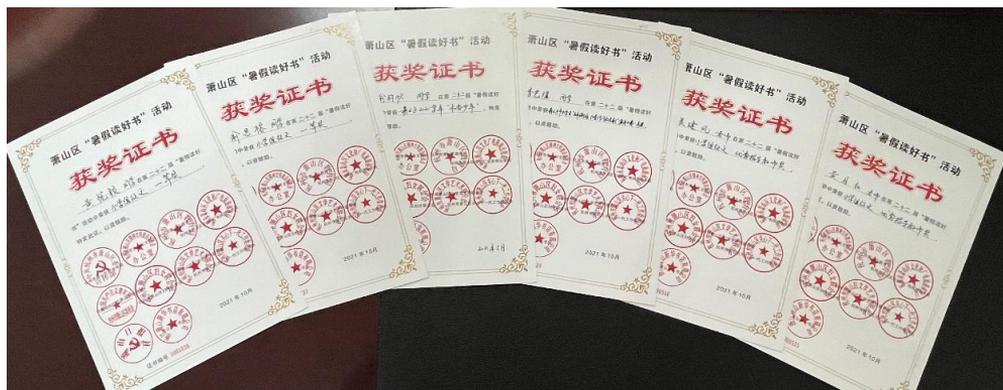
在“真美家长课堂”这个“家长学校”基地，通过专家讲授、榜样示范、咨询实践等途径，建立互动亲密的有效陪伴，家长努力以自己良好的心态和生活工作习惯，对孩子多鼓励、多信任、多陪伴，去影响孩子的学习生活状态。我们倡议家长做“手机管理”的好榜样：“无特殊情况，请不要为孩子配备手机等智能终端产品；配合学校，不让孩子携带手机及电话手表等进入校园。家长要以身作则，言传身教，科学合理使用手机，尽量不在孩子面前玩手机，切忌自身沉溺于手机和网络，给孩子树立一个良好的榜样。”

倡导家庭阅读，形成爱读书、读好书、善读书的家庭氛围，培养学生良好的阅读习惯。“建议家长平时多带孩子去逛书店、图书馆，同时要以学校推荐书目为重点，为孩子购买一些经典著作；和孩子一起读书，分享读书成果，给孩子准备读书记录本，记录读书过程中的点点滴滴，养成“不动笔墨不读书”的好习惯。”

四、效果影响

“N+”举措提质，“双减”落地，学校运行有序，学生和家长很快适应了“双减”带来的巨大变化，老师们也从一开始的不适应逐渐变得由衷的认同，总之，一切都朝着良性的态势发展着！

学生开心舒心：有了“1+T+X”课后服务，作业总量得到了控制，约九成左右的学生在学校里就能把作业写完，遇到问题还可以随时询问老师，回家后就能有更多的时间选择其他学习的内容。孩子们的学习习惯得到了培养，拓展性课程的开展，丰富了学生的课外知识，培养了学生的兴趣，使他们学有自信，学有所乐，学有所获，真正起到了“减负”的效果。



家长省心省力：课后托管服务解决了家长孩子接送难、学业辅导难、兴趣培养选择难等问题，使课后教育不再过度依赖校外培训机构，减少了不必要的培训支出，绝大多数家长也不用再督促孩子写作业了，一家人可以踏踏实实地吃晚饭，亲子关系更加和谐，更有获得感和幸福感。家长们能更安心地工作，回家还能“母慈子孝”，那种“鸡飞狗跳”的日子一去不复返！

教师暖心暖情：从一开始的抵触、不适应到后来的认同、主动参与，逐渐形成了新的“平衡”。因为减少了不必要的“杂务、杂事”，老师们在工作上投入的精力更多了，同科同组教师可以随时随地进行研讨，集体备课，设计高效作业。弹性上下班机制让教师感受适度的自由与完全的信任；幸福环境的营造，帮助教师即时释放工作压力，舒缓教师工作的紧张节奏，提升了教师的幸福指数，在一定程度上让教师们有了一个更好的精神状态投入工作，既提高了工作效率，融洽了师生关系，也促进了教师的身心健康。

“双减”之路，抬头是星辰大海，低头是风尘仆仆，也许尽是一些琐碎之事，却也浸满美好和温暖。相信我们有责任、有智慧将这项事关民生的大事办实办好！

服务五育的素养空间为学后托管赋能

萧山区世纪实验小学 丁水法

一、学校概况

萧山区世纪实验小学启用于2018年，是从曾经的围垦滩涂、典型的农村建设起来的，今天已经一跃成为了杭州“最宇宙中心”的核心品牌学校，她毗邻国博中心（G20会场）、杭州城市之门和莲花奥体中心，地理位置十分优越。投资近3亿、占地39648平方米，除地上建筑2万多平方米以外，还有近1万平方米的地下课程学习空间（Pamil五E学习中心），放学的学生接送、家校共育、双减背景下的“X”课程学习均在地下空间得以实现。现有44个行政班，学生1846人，教师104人，办学三年来先后获得浙江省标准化学校、杭州市美丽学校、文明校园、绿色学校、资源教室示范学校、萧山区文明单位、教育系统先进集体等。

二、问题聚焦

“双减”是一项基本国策，目的明确，要真正减轻孩子们的负担和家庭的负担，要真正促进孩子们的健康成长和多元发展。“怎么推进、如何运作”就成了学校现阶段工作的大事。但事实上，还是存在着较多因素制约着双减工作的有效开展，比如学校课程空间不足、教育教学资源不够丰富、师资管理上精力不够等，学校管理者对学后托管的理解也并不到位，尤其是把管住作为唯一目标，没有尊重学生在双减背景下的生命发展权。做好托管，培养学生学习生活的兴趣乐趣很重要。

三、解决举措

（一）通过调查数据制定学校双减的具体目标

1. 学后托管要因校制宜

学后托管一方面解决了家长无法过早接送孩子的问题，为家长养育孩子保驾护航，一方面解决了家长无法辅导作业的问题，为孩子提高质量提供了可能。但笔者以为这只是学后托管一个最基础的工作，或者叫做是解决了学后托管的“温饱”问题。时间长了，孩子对学校的疲态开始显现，所以还得制定一个跳跳摘桃子的问题。以下是我的调查问卷：

课程参加情况和家长学历情况表（表一）

序号	年级	调查人数	百分比	学历	人数	百分比
1	一	56	24%	高中以下	10	4%
2	二	72	31%	大学专科	60	26%
3	三	52	23%	大学本科	110	48%

4	四	21	9%	研究生及以上	50	22%
5	五	29	13%			
6	六	0	0%			

课程参加情况和目的调查表（表二）

序号	课程参加情况	人数	百分比	参加课程目的	人数	百分比
1	课程和作业管理都无	10	4%	解决了接送问题	80	34.60%
2	只参加课程（X）课	20	8%	解决了作业管理	40	17.40%
3	只参加作业管理	0	0%	想在多学点课程	110	48%
4	两个都参加的	200	88%			

学生在家表现情况和家长对“X”课程的期待情况表（表三）

序号	学生表现情况	人数	百分比	家长期待	人数	百分比
1	变得比以前开心快乐	140	61%	孩子在学校把作业做好就可以了	30	13%
2	回家看电视玩游戏的时间多了	41	17%	社团课程更重要，作业可以回家做	51	22%
3	回家后不愿意做作业了	61	26%	学校里作业先做好，再有课程更好	111	48%
4	埋怨在学校不好玩	8	4%	没有太多期待！人那么多老师管不过来	38	17%
5	运动时间增加了	130	56%			

（1）从对家长的调查问卷来看，家长的期待更多的还是学生在学后托管中的能力培养，而并不是只有作业管理。

（2）从对学生的访谈来看，孩子们关心的是学校是否有趣，也不是作业完成问题。

（3）从对老师的访谈来看，老师们关注的是学习效率，他们认为现在很难做到有效高质，心中淤积了太多只有管不能教的痛苦。

2. “X”课程的供给必须优质且丰富

为了保证每一个孩子都能激发起对学校空间、对课程学习和对老师的浓厚兴趣，优质课程的供给至关重要。优质课程来自哪里，谁来供给，是一个新的命题。笔者以为，“X”课程可以有三个新的变化：（1）合理利用社会资源的加入来实行课程的新实力；（2）有效利用家长资源的加入来实行新活力；（3）有限利用教师资源资源的使用来改变课程的新魅力。

（二）通过学校资源解决长期保障问题

●课程来自哪里？——

本学期以来，我校在尝试这样的课程推进……五大类课程，精彩纷呈；三个样态的呈现保驾护航；劳动类课本体现尊重生命的价值。

全校五大类课程：

第一类：生命劳动类。山羊喂养和农场农耕文化课。

第二类：文化艺术类。硬笔书法、毛笔书法、国画、素描、儿童画、创意画、漫画、沙画、电钢琴、小提琴、葫芦丝、古筝、吉他、竖笛、竹笛、声乐、陶艺

第三类：语言表达类。经典诵读、言小咖口才、演讲与主持等

第四类：实践创新类。未来科学家课程、无人机创智课程、AI 创新课程、小鲁班木创课、专注力拼豆。

第五类：体育健康类。儿童健康自我管理、乒乓球、羽毛球、网球、足球、篮球、街舞、中国舞、武术、跆拳道、围棋、象棋、艺术体操。

三个样态呈现：

- (1) 与社会机构合作推出精品课程。
- (2) 邀请家长积极参与推出点状课程。
- (3) 鼓励教师积极参与做好学校校队社团课程。

课程个案具体架构：

以下是我校劳动类课程的架构实施样态：

- (1) 以农场为载体的农业生产劳动课程。
- (2) 以农耕文化博物馆为主体的农耕文化感恩课程。让教育有价值，水稻种植的艰辛劳作让学生对消费和浪费有了新的认识。
- (3) 以农科院为载体的项目探究性课程。
- (4) 以木工、金工、陶艺为载体的手工劳动课程。
- (5) 以日常学校学习生活为载体的生活劳动课程。边角空间少了绿化，多了农作物。
- (6) 以家校共建共育为载体的亲子联盟劳动课程，三人行，必有我“蔬”。



在世纪农场采摘农作物并进行分享



在世纪农耕文化博物馆上课

课程推进，孩子们兴趣浓厚、家长们点赞有加。

(1) 山羊、劳动课程的推出：建了一个羊圈，买了两只小山羊。孩子们有序地喂小山羊、为小山羊取暖、做小山羊的家庭亲子联盟；在屋顶建设了一个 1600 平方米的农场，地面建设了 70 平方米的农科院，在地下建设了 500 平方米的农耕文化博物馆，把农业生产劳动与科研、农耕文化紧密结合进行到底，成为了一门十分有意义的劳动文化课程，爱上学校已经没有了问题，更关键的是在劳动课程的过程中孩子得到了较好的生命教育。

(2) 三艺课程有机结合（木艺、陶艺、艺术体操）：学校 420 平方米的木工教室。做筷子、做凳子、用雕刻机进行雕刻、用锯子进行操作等等都是孩子们的第一次。陶艺课程、沙画课程：150 平方米的陶艺教室，正在积极推进的陶艺课程，还有充满着无限变化的沙画课程，为孩子搭建了十分有趣的艺术类课程。艺术气质俱佳的艺术体操，获得浙江省比赛第一名之后更是越发不可收。



在木工教室进行课程学习（474 平方米）

小山羊生命教育课程

(3) 其他课程精彩纷呈：专注力拼豆课程：变换的小豆豆让孩子们欲罢不能，专注地进行着拼合、展示。

(4) 艺术体操、射礼课程：射礼课程的推进让孩子越来越绅士。

(5) 网球、乒乓球、足球、羽毛球、篮球、艺术体操、跆拳道、武术等体育类的课程，报名人数更是奇多。

(6) 古筝、声乐、器乐、街舞等课程。

(7) 演讲、口才等课程。



足球社团课程



艺术体操课程

●空间如何保障？——

2000名左右孩子的学校体量，如何保障“X”课程的顺利实施，需要有进行课程实施的有效空间和基础性条件。

1. 地面边角空间的开发利用

校门口的校名书写、写给未来毕业墙、世纪屋顶农场、农耕课程教室、世纪中厅。这些空间元素为“X”课程推进提供了可能。从天上到地上，从门口到廊庭，从屋前到屋后，从墙角到……将活动融于空间，空间更课程，学校更文化。



每年一次的一年级校名书写课程



每年一次的六年级毕业礼课程

2. 地下实用空间的开发利用

学校建设有三万平方米的地下空间，部分为停车库，还有超一万平方米的课程空间。基于学校周边环境的情况，学校想尽一切办法利用地下空间开发了实用的空间。比如地下接送大厅，帮助到了家长接送孩子的“风雨无阻”和地面拥堵。让家长进得来，坐得下，有的看。让空间真正服务于学生、家长，真正解决问题。



接送教育于一体的德仪中心大厅



学生接送道闸

3. 地下高空空间的综合利用

学校建设了五个用于“五育”的课程中心。

(1) 德仪中心：接送区、小剧院、滞留学生等待区、农耕文化博物馆等。这个空间里家长、老师、学生之间进行了交流、展示，还可以进行农耕文化课的学习。

(2) 创意中心：编程教室、3D打印、乐高空间、机器人天地、电子显微镜教室、金木工坊等。这些空间为学校进行未来教育提供了较好的综合实践空间。

(3) 智益中心：英语角、读写教室、阅读教室、学习交流中心等的设计让孩子

子的知识学习和社会交往有了更多的可能。

(4) 体弈中心：篮球馆、网球馆、羽毛球馆、乒乓球馆、台球馆、击剑馆、跆拳道馆、三棋教室、体适能教室等，还有设置在操场的足球场和网球场等，为孩子们提供的运动场所十分众多。

(5) 美术中心：作为学校艺术教学的一个重要场所，里面建有书法社、陶艺吧、版画社、艺术体操馆、作品展示区等区域。



美术空间的课程推进



体弈空间的课程设计

●后勤如何供给？——

在课程实施的过程中，后勤保障十分重要。学校经费有限，但课程实施需要经费保障。本项目推进过程中，学校基于现实条件做了以下工作：

1. **挖**：挖掘学校现有潜力，把未启用的游泳馆暂时改成了羽毛球馆。
2. **改**：把原先低频教室进行了整合修改。
3. **加**：利用社会资源来进行补充。向社会要资源，向政府要资源。比如我们有些设备就是来自于体育学院、一些机构的捐赠。

四、效果影响

在世纪实验小学，我们是先有理念：“我们昨天的准备其实就是为今天的学后托管而来，我们早就准备好了！”利用前几年建设了近 10000 平方米的素养课程空间。再有课程的具体行动：“未来已来，做就对了！”这是三年前喊出来的口号，但今天已经成行有果。世纪的空间不仅是物理空间，更是课程空间、活动空间和教育空间。世纪的学后托管，不仅仅是为了“双减”，更是为了双减背景下的“五育并举”和学生的全面发展！

半年下来，我校 X 课程设计共 49 类 58 个课程，涵盖全年级，参与度达全校总人数的 90%。X 课程的全面推进，家长欣喜不已、点赞不断，社会评价也非常好，各级管理部门也是肯定有加，社会效益爆棚。最主要的是学校利用双减解决了家长接送的后顾之忧，更解决了孩子的去处问题和能力兴趣培养的问题，比如学生之间相互进行社会交流交往的时间多了，综合实践的机会多了，相应其能力也得到了很多提高，身心锻炼的时间也多了等。

蹲下来看孩子，以儿童立场、生活的眼光、故事表达的形式去做好学后托管，我们有信心！

基于“五指”理念，系统设计校本作业的汇宇实践

萧山区汇宇小学 盛莉芳

一、学校概况

汇宇小学始终秉持“尊重个性、合作发展、创造激情”的办学理念，以“做好自己，放飞梦想”为校训，努力创办人文化、生本化、现代化的品牌学校。学校被评为中国新美育全国学校美育特色单位、全国科技体育传统校、市示范学校、市智慧教育示范校、市科技特色学校、市艺术特色学校。我校“手”形校徽富含深意。五彩缤纷，放飞梦想；五指向上，长短不同，基于儿童，理解儿童，尊重儿童，以儿童的方式教育儿童，聆听生命拔节的声音。为培养健康、快乐、宽容、蓬勃的汇小学子，学校着力深化课程群建设。体系化开展校园活动，责任德育课程群六大板块赋予儿童完整的小学历程；个性化开发校本课程，已开发省精品课程1门、区级精品课程4门。

二、问题聚焦

作业是学生在学习过程中的重要一环，它是知识的巩固延伸，是教师课堂教学的反馈，更培养人的重要手段，“双减”之下更“要把握作业育人的功能。”我们以为，育人的最终目的是把孩子培养成独立的人、成长的人、完整的人，因此我们以学校“五指理念”为依托，链接校本“五指”课程，对标“五指”评价，以系统思维构建校本“五指”作业体系，把作业改革做为落实“双减”的支点，切实减轻师生负担，丰富学生学习生活。

三、解决举措

（一）依托“五指理念”



图一：校徽

这是我校校徽，以“手”为设计灵感。五指向上，长短不同，尊重个性，因材施教；基于儿童、理解儿童、尊重儿童，以儿童的方式教育儿童，聆听生命拔节的声音；五彩缤纷，梦想启航；五指下方，掌形相托，亦为地球一角，昭示着教育相融相承，师生共拥一方和谐乐园！以学校办学理念为基点，开展校本作业设计与实践。

（二）链接“五指课程”

五指课程	核心素养	课程领域	国家基础课程	校本特色课程	拓展选修课程
德	善良守则	责任与礼仪	品德与社会、综合实践	劳动德育、传统节日课程、毕业课程	民俗文化、四季敬老、城市农耕、班级空间、毕业课程、智慧劳动
	合作创新	科学与创新	数学、科学、信息技术、综合实践	汇绿科技课程群、绿漾湿地	数学游戏、科技模型、植物二维码、湿地保护、趣味编程、智能机器人
智	身心健康	健康与生活	体育与保健	汇青女排、汇力田径、汇青足球、汇青篮球	少儿武韵、少儿足球、篮球、田径、排球、空手道、资源微课程
健	审美雅趣	艺术与人文	音乐、美术	汇蓝合唱、汇蓝管乐、汇青水墨、汇青书法、汇青素描	艺术体操、集体舞、拉丁舞、管乐、爵士舞、书法、彩陶、儿童画、素描、陶艺、
美	成志于学	梦想与传承	语文、英语	语文主题学习、趣味英语	班会课程、经典诵读微课程、英语儿童剧
毅					

表一：“五指课程”体系

我校在国家课程的基础上，立足学校五指办学理念，开发并实施了校本“五指课程”涵盖了德、智、健、美、毅几个方面，五指课程内容丰富、形式多样，为我们“五指作业体系”的创建提供了方向。

（三）对标“五指评价”

汇宇五星	核心素养	基础课程1校本课程X(必修)	拓展课程Y(选修)	评价标准
阳光之星	身心健康	体育 少儿武韵	少儿足球、篮球、田径、排球、空手道	汇小小子要养成良好的生活习惯，努力达到身体发育良好，视力达标，体质强健。每个学生至少有一项自己喜欢的体育运动，有较强的身体活动及协调能力、面对危险逃生自救的能力。要热爱生活，自信向上；学会感恩，尊敬师长，友善乐群；要拥有朝气蓬勃的“精气神”。
责任之星	善良守则	品德、综合实践	责任德育（城市农耕、民俗文化、四季敬老、城市农耕、班级空间、毕业课程、智慧劳动）	汇小小子应拥有爱家人、爱家乡、爱集体、爱人民、爱祖国的思想感情。要有为社会服务和奉献的公益精神；要有振兴中华的社会责任感、使命感；要有较开阔的国际视野，能够理解、尊重、包容多元文化；做遵纪守法的小公民。
魅力之星	审美情趣	音乐、美术、葫芦丝器乐儿童水墨	集体舞、拉丁舞、管乐、艺术体操、合唱、小歌手、古筝、竖笛、书法、彩陶、儿童画、素描、陶艺、	汇小小子应向往与追求美好形象和美好事物，学会感知美，善于发现美、体验美、理解美，在对生活、自然、艺术的欣赏中，受到美的熏陶。在此基础上传播美、发展美、创造美，提高自身的精神境界和审美品质，进而做到语言美、行为美、心灵美。
智慧之星	合作创新	数学、科学、信息技术、综合实践、汇绿科技	数学游戏、科技模型、植物二维码、湿地保护、趣味编程、有趣实验、3D打印、智能机器人	汇小小子应具有敏锐的环境感知能力和信息捕捉能力，面对不断发展进步的社会和生活，能够不断改变自己的心智模式，实现自我超越。要敢于实践，动手动脑，大胆尝试，不怕困难，善于和同伴沟通与合作，同时还应有敢为人先的精神，具有批判性、创造性思维以及创新实践能力。
乐学之星	终身乐学	语文、英语、	语文主题阅读、经典诵读微课程、快乐英语、小主播、汇绿文学社	汇小小子应当学而不厌，拥有扎实的基础、广泛的兴趣进而形成志趣，坚持追求自己的梦想。要增强学习内驱力，勤于学习、敏于求知，拥有“活到老，学到老”的精神，具有良好的学习习惯、科学的学习方法，学会思考，敢于质疑，勇于探究，并能够把学习所得运用于社会生活中，做到知行合一。

表二：“五指评价”体系

我校的“五指评价”体系关注学生的身心健康、学习能力、合作创新能力、审美情趣、善良诚信。作业从设计到批改、讲评、辅导之间的要素是循环互动的，是学生全面评价的重要依据之一。与评价内容相适应，创建科学的校本化作业体系。

(四) 设计“五指作业”

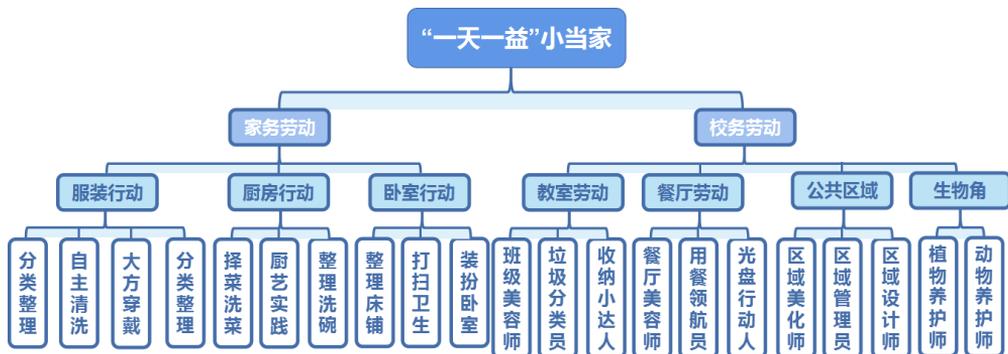
1. 学科作业：单元整体规划，关注文化知识的落实

学校系统化构建的作业体系应该确保不同年级同一学科作业间纵向衔接的科学性，同一学段不同学科间作业横向衔接的关联性，同时考虑到部编版的教材以单元为主题安排教材，因此我们校本学科作业体系以单元为基本单位进行整体设计，根据作业的目标和完成作业的时间可以区分为以下几类：

	目标	时间	语文	数学	英语	科学
预习作业	评估已有知识技能	单元学习前	生字预习 课文朗读	数学口算 概念理解	单词预习 课文朗读	科学观察 活动
导学作业	学习相关背景、知识点	单元学习时	课堂学习单、课堂作业本	课堂学习单、课堂作业本	课堂学习单、预习微课	实验学习单
研学作业	巩固所学知识，形成学习能力，培养学习习惯	单元学习时	课堂作业本、读书小报、阅读记录卡、书法作品	课堂作业本、数学小报、数学实践作业	课堂作业本、报纸阅读、英语小报、书法作品	课堂作业本、居家科学实验、导学作业本、科学小报
拓学作业	在实践中运用所学知识，开展综合性评价	单元学习后	期末游园 阅读节展示、单元练习、阅读素养能力测评	单元练习、口算比赛、期末游园、数学节游园节	单元练习、英语节游园、口语大赛	科学实验大赛、单元练习、科技节游园活动

2. 劳动作业：创新劳动教育新样态，立足劳动素养的提升

(1)“一天一益”小当家。劳动是一个需要长期坚持的活动，在劳动中锻炼心智，活动筋骨，是培养学生责任担当意识的有效途径。本学期我们继续推行“一天一益”的劳动作业。让孩子每天在家或在校园参与一件有意义的劳动事，可以是打扫，洗衣、做饭等，孩子们在完成书面作业之余，主动参与劳动，树立自己的事情自己做、学校事情主动做、家里的事情帮着做的观念，养成良好的生活劳动习惯。



(2)“一田一品”小农夫。我校处于城郊地带，部分学生家里有蔬菜田，同时学校食堂前也有一块种植地，给学生提供了接触农作物、参与农耕劳动的机会。我们开垦校园种植基地，认养村里的蔬菜地，让学生们走入小小的田间地头，拿起锄头，提起水壶，做个小农民。孩子们通过“认蔬菜、画蔬菜、议蔬菜、种蔬菜、品蔬菜”等活动，了解种植知识，体验劳动的辛劳，收获丰收的快乐，同时学会了珍惜劳动成果，增强合作意识。



锄地

播种

种苗

小组养护

轮流养护



学生的国画蔬菜作品



三年级“我与蔬菜有个约会”主题队会活动



(3)“一地一得”小研者。我校的“微生态湿地”，是浙江省首个建在校园内的湿地，以湿地为载体开发一系列的校本课程，创新劳动形式，以智慧劳动为表现形式，引导学生开展湿地劳动，如设计制作校园植物二维码，利用腐叶制作环保酵素等。孩子们在开展湿地劳动的过程中，拓宽认知，开启智慧，提升对生命的尊敬。



湿地微生态系统植物二维码制作





3. 小公民作业：参与社会实践服务，提升责任担当素养

我们在校本作业体系的构建中加入小公民元素，引导学生更多的参与社会生活，从小培养学生的公民意识，引导学生学会悦纳自己，与他人友好相处，提升社会责任感，成为有担当的新时代少年。

(1) 关爱他人“汇”行动。我校每年都会组织学生走进敬老院看望孤寡老人，为他们做一些力所能及的事情：包水饺、讲故事、表演节目；去到儿童福利院，关心特殊的同伴，给他们带去礼物，跟他们一起上课；关爱贫困儿童，开展暖心行动，给他们带去书籍，用压岁钱给他们买礼物……在这些特殊的作业中孩子们学会关爱他人，树立责任心。



(2) 志愿服务“汇”参与。孩子们是文明礼仪小小志愿者，他们倡导文明出行，礼让斑马线，走进社区分发倡议书；走上街头站在十字路口指挥过马路行动；劝导家长骑电动车戴头盔，不坐不安全的车子。他们还穿上红色小马甲走街串户开展防诈骗活动，擦洗公共自行车，在汇宇社区开展新春送福写春联活动。孩子们从小学做志愿者，树立服务他人的意识。



(3) 垃圾分类“汇”执行。我校先后被评为“杭州市垃圾分类示范学校、萧山区首批垃圾分类示范学校”。孩子们在学校里学习垃圾分类的知识，回家教给家里人，是家里的垃圾分类小小执行员，孩子们改编歌曲《吉祥三宝之垃圾分类》，制作垃圾分类书签，走进社区、餐厅，向大家宣传垃圾分类，帮助身边的有效开展垃圾分类工作，树立公德意识。



(4) 红色基因“汇”传承。无数革命先辈抛头颅洒热血，才换来了我们今天幸福安宁的生活，前事不忘，后事之师。孩子们走进楼塔纪念馆，了解楼英、楼曼文的事迹；参观钱江一桥纪念馆，寻访钱塘江大桥的前世今生；跟随全国道德模范杨明一起走进金萧支队纪念馆……河上抗日纪念馆、衙前农民运动纪念馆、萧山革命烈士陵园等到处都留下了孩子们的身影，孩子们还把抗战故事《英雄小萝卜头》改编成舞台剧，在学校报告厅演出。“请党放心，强国有我！”红色作业，我们在行动。



(5) 体育锻炼“汇”坚持。学习之余我们坚持每天至少十分钟的体育作业，体育作业分为常规作业和自选作业，常规作业结合体质测试项目，以跳绳、跑步、仰卧起座等为主，自选作业结合自己的兴趣爱好和条件，可以是游泳、篮球、足球、骑自行车等。孩子们在每天不间断的运动中强身健体。

4. 阅读作业：全科多维阅读，落实人文科学素养

(1) 全学科阅读，培养审美情趣。我们在各年级开展全学科阅读活动，根据各年级学生身心特点，学习能力，推荐阅读书单。一本经典书目，各学科老师相互协作共同开展阅读活动，语文老师指导阅读文字，数学老师落实数学知识点，英语老师推荐原版动画，美术老师画四格漫画……。



(2) 深层次阅读，提升理性思维。阅读是一个思维提升的过程，我们每周开设一次阅读专题课，每学期进行阅读能力素养测试，每学年举办一次阅读节。阅读作业的形式也是多样的，书写类的读后感，批注，摘抄，综合类的好书推荐卡，书签，插图，课本剧等。

(3) 沉浸式阅读，倡导乐思善学。阅读能力的提升是一个长期积累的过程。因此我们倡导沉浸式阅读，多方联动创建立体式全环绕阅读环境。学校里藏书丰富的图书馆，每天中午向孩子们开放；教室里阅读角摆放着阅读漂流活动的书籍；家里每天阅读 30 分钟以上。



5. 无作业日：亲子主题活动，彰显生活创新素养

学校推行“周三无作业日”，无作业指的是不布置学科作业，而利用这一天开展各类主题活动，丰富学习生活，和谐亲子关系。

(1) 以“传统节日”为主题开展活动。“传统节日争先锋”是我校德育精品课程的重要组成部分，我们引导孩子们把传统与现代相融合，与家长一起过一个有意义的节日。如中秋节，我们引导孩子们画中秋、做花灯、赏月亮、唱童谣、亲子合作制作月饼、品尝月饼，读有关月亮的绘本故事，科学老师还制作了“奇特的月亮”微课，与大家分享月亮的科学知识。

(2) 以“习惯养成”为主题开展活动。良好的学习习惯对学习效率的提升有着事半功倍的效果。在“周三无作业日”中我们利用之江汇教育广场，开展“21天习惯养成小打卡”活动，可以是学习习惯，如每天阅读十分钟，认真专注写作业；

可以是生活习惯，如自己的事情自己做，一天一益家务劳动；可以是锻炼习惯，如每天运动十分钟等，让孩子们自觉有效地养成各类良好习惯。

(3) 以“亲子沟通”为主题开展活动。“双减”之下自由的时间多了，亲子关系地愈显紧张，如何有效地开展亲子沟通，和谐亲子关系。学校利用家长学校开展线下+线上双线活动，线上利用美好教育家长云课堂、之江汇家长学校、学校公众号等平台，开展亲子沟通讲座，如“怎么讲孩子愿意听”“如何帮助孩子控制玩网络游戏的时间”等。线下我们开展家长学校活动，邀请专家开设讲座如“拥抱一年级”“今天，我们怎么做父母”“初小衔接你准备好了吗”等，帮助家长了解孩子，协同学校开展有效的家庭教育。

(4) 以“提升素养”为主题开展活动。我们结合学校学科节，开展“无作业日”之素养提升系列活动。如数学节的巧拼七巧板、智算24点、玩转魔方等；阅读节的亲子共读一本好书活动；体育节的“小小亲子运动会”；科技节的科学小实验系列等，亲子互动，和谐共生。

四、效果影响

1. 丰富了学生学习成长的新经历

对于新时代的小学生来说，他们的成长之路是彩色的，会有各种机遇和挑战在等待着他们。系统化作业体系的构建，让作业不仅仅是作业，更是孩子体验生活的一种方式，创意口罩画、跳房子投沙包感受传统游戏、学会整理、玩转魔方、垃圾变废为宝、寓言故事大赛、行走课堂研学活动……作业与知识相结合，作业与文化相结合，作业与生活相结合，作业与社会相结合，充分发挥作业的育人功能，我们的特色作业被各类公众号转载推送。

2. 开拓了老师教育科研的新路径

系统化作业设计的实践，让教师的教育科研之路又多了一条新路径，在作业的设计、实践、反思、再设计的过程中，教师提升了课程的开发能力，转变了固有的教育教学观念，提高了课堂教学的效果。《汇宇小学：校本化“五指作业”体系的建构与实施》《以动促思，小学数学实践类作业的探究与实施》《单元整体视角下小学低段语文思维作业的探索与实践》分别在萧山区作业案例改革评选中获二、三等奖。

3. 打造了家校和谐育人的新桥梁

作业改革的实施，让家长正确打开了和孩子相处的方式，与学校协同作战，共同育人，他们参与孩子的学习，聆听讲座学习和孩子一起成长，放下手机和孩子一起劳动、锻炼，亲子关系更和谐了，家庭氛围更欢乐了。

结束语：“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”作业体系的构建是一个长期而复杂的工作，我们一路摸索，同路前行，在试误中完善，在完善中优化。

12345：“双减”背景下的村校文化共育新行动

萧山区靖江第二小学 沈洋 韩铁飞

一、学校概况

萧山区靖江第二小学地处浙江省美丽乡村的光明村，是一所规模较小的农村学校。学校努力围绕“为每个孩子自我人格的不断完善助力”的办学理念，努力打造“美善一体”教育特色，从“打造美善教育，彰显德育特色”、“建设美善课程，提升校园品牌”、“铸就美善教师，实现品质发展”、“培育美善学生，促进美好成长”、“构建美善文化，积淀校园内涵”五大层面引领学校全面发展。

为建立健全学校“双减”工作常态化实施创新机制，扎实推进“双减”政策在靖江二小各班、各家庭内的落地落实，切实高质量达成上级教育部门对“双减”工作的导向，从学校实际出发，探索一种打开教育的新方式。

二、问题聚焦

1. **在校时间拉长。**学后托管的实施，增加了学生在校时间足足两个小时，可以整体规划：文化补习、体育锻炼、兴趣拓展、人才培养、游戏体验、科学探究等学生学习活动，更加助力学生全面发展。

2. **服务人员不足。**目前学校拥有39名在编教师，从年龄上看，年轻教师与中坚教师占比明显；从学历和专业上看，学校教师学历层次较高，但重文化理论，实践技能指导能力比较缺乏；从性别上看，女教师占比70%，对于学生的全面健康发展有一定的影响。而光明村的党员志工重技术，多男性，正好弥补学校师资的结构短板。

3. **活动空间受限。**学校校舍面积5680平方米，目前的场地只能满足基本的教学，一些功能性专用教室严重缺乏，开发拓展课程与活动的空间、场地受到限制。受“二校合一”拆迁的影响，现有的很多设施也已陈旧与老化。“双减”背景下的学后托管，更是给学校提出了空间紧张的现实问题。光明美丽乡村的科学宣教布局，正好为我们提供了广阔的自然空间。

4. **教育资源紧缺。**学校仅有24.9亩，17个教学班，虽有文化长廊、小型的劳动基地，但可供学生进行拓展学习的资源还是微乎其微。光明村有美丽的孝女湖、可爱的动物园，还有稻田、果园以及初心长廊、党员活动网格点等物理空间，充分弥补学校的教学空间。

三、解决举措

经实地考察，光明村村落“孝、勤、廉、学、和”的五为光明乡村治理模式与学校“美善”课程文化紧密相吻，同时村校紧依，小班规模，学校打造实施“1+2+3+4+5”的个性化学后托管模式。

1. 一个顶层设计，指向双减与五育

学校以“双减”、“五育”为托管目标，统筹安排学后两小时的分级、分项目设计。学校实施周一至周四六时段托管机制，包括“作业纠清、常规放学、能量补给、阳光健体、美善微育、托管放学”六个科目。其中“作业纠清”科目根据学段学情与科目差异，实施原班跨学科双师管理，设置低段 40 分钟，中段 30 分钟，高段 40 分钟，双学科导师进班同步分层辅导，减轻家庭学科辅导负担；“常规放学”科目按原作息时间表，10 分钟制，进行同年级集中一位教师带队放学，降低师资能耗；“能量补给”科目指向学生体质健康，实施“蛋糕+牛奶”方案，将原先的每周两盒大牛奶改变为五天五瓶小牛奶；“阳光健体”科目指向体质健康，1-2 年级由一位教师与一位家长志工合作管理，缓解低段学科教师少的困难，3-6 年级结合班额小，年龄大的优势，实施一位老师管理制，同时时时全校年级错时统筹安排活动场地；“美善微育”科目指向德育，1-6 年级统一设置为 600 秒微德育课程，依托学校“微课程”建设行动，实施“小礼仪大文明”、“小责任大担当”、“小举动大感恩”、“小理想大抱负”四大序列美善微德育活动，全体教师都是德育工作者；“托管放学”科目实施按班错时放学，训练班级“集队、列队、行进、礼仪、防疫”的集体精神风貌。周五下午实施“快乐星期五”长课托管，聘请家长、社区志工协同助管，指向学生兴趣培养和心情放松减压，快乐迎接周末；整体建构二小“立德+双减+五育”的立体、生态、和谐的学后托管长效机制。

靖江二小2021学年第一学期学后托管方案（三）

班级	人数	基础“1”												
		周一			周二			周三			周四			
	时间	项目	科目	老师	项目	科目	老师	项目	科目	老师	项目	科目	老师	
101	41	14:45-15:25	作业纠清	语数	俞庆华 陈悦	作业纠清	数科	陈悦 沈洋	作业纠清	语数	俞庆华 陈悦	作业纠清	数语	陈悦 俞庆华
		15:15-15:25	常规放学	整队	陈悦	常规放学	整队	王芳	常规放学	整队	俞庆华	常规放学	整队	陈彦
		15:25-15:40	能量补给	点心	俞庆华	能量补给	点心	陈悦	能量补给	点心	俞庆华	能量补给	点心	厉侍萍
		15:40-16:20	阳光健体	达标	俞庆华 志工	阳光健体	达标	陈悦 志工	阳光健体	达标	俞庆华 志工	阳光健体	达标	厉侍萍 志工
		16:20-16:35	美善微育	600秒德育	俞庆华	美善微育	600秒德育	陈悦	美善微育	600秒德育	俞庆华	美善微育	600秒德育	厉侍萍
		16:35-16:50	托管放学	整队		托管放学	整队		托管放学	整队		托管放学	整队	



阳光健体



双师纠清

2. 两个托管空间，指向封闭与开放

学校在空间迭代的基础上，建构学校学后托管的主体空间，同时利用学校建在浙江省美丽乡村光明村村落里的天然条件，开发乡村教育资源，外延学生学习空间，打造村校融合的学习空间综合体。

	
网格点	孝女湖
	
金色农田	乡间小道

3. 三方联合组织，指向分工与合作

学校全体教师是学后托管的主体实施者，同时为缓解教师的师资压力与人力短板，联合家委会进行家长义工的岗位招聘与轮值机制，走进校园开设百业课堂，走进乡村，协助乡村研学；联合社区志工，组建美丽乡村讲师团；打造学后托管紧密型、结构化、综合型管教组织。

	
志工招募启动	志工参与管理



志工参与研究

志工合影留念

4. 四天规定动作，指向提质与修行

学校每周一至周四实施学后托管“纠清作业、强健体魄、微美行为”三单一体，规定动作进行托管，减学科负担，强身体素质，美自身修养，同时实施教师托管早晚班机制。

靖江二小2021学年第一学期学后托管方案（三）

班级	人数	基础“1”												
		周一			周二			周三			周四			
	时间	项目	科目	老师	项目	科目	老师	项目	科目	老师	项目	科目	老师	
301	26	15:25-15:35	常规放学	整队	潘利国	常规放学	整队	杨晨露	常规放学	整队	高其超	常规放学	整队	张伟江
		15:30-15:40	能量补给	点心	杨晨露	能量补给	点心	何峰	能量补给	点心	杨晨露	能量补给	点心	潘利国
		15:40-16:10	阳光健体	达标		阳光健体	达标		阳光健体	达标		阳光健体	达标	
		16:10-16:40	作业纠清	语英	杨晨露 余涵妮	作业纠清	数科	潘利国 何峰	作业纠清	语英	杨晨露 余涵妮	作业纠清	科数	何峰
		16:40-16:50	美善微育	600秒德育	杨晨露	美善微育	600秒德育	何峰	美善微育	600秒德育	杨晨露	美善微育	600秒德育	潘利国
		16:50-17:00	托管放学	整队		托管放学	整队		托管放学	整队		托管放学	整队	

5. 五项自选动作，指向兴趣与个性

学校每周五设置为全时段快乐星期五，设置为“兴趣超市、私人定制、美善舞台、影院时空、自然学堂”五大项X个科目的自选拓展活动，加强学生的兴趣培养，缓解学生对校园的压力感。同时实施单科目双导师制和家长志工助教制，这样既实现教师轮休互助，也实现师徒同行，更对接双休日的两天家长陪伴日。

靖江二小2021学年第一学期学后托管方案（快乐周末）

类别	一、兴趣超市								二、私人定制		三、美善舞台	四、影院时空	五、自然学堂	
编号	1	2	3	4	5	6	7	8	9	20	21	29 分年级	30 分段	31 分年级
空间	音乐教室	美术教室1	美术教室2	风雨操场	外操场	实验室1 (602)	实验室2 (601)	劳动基地501	风雨操场	资源教室	团辅室	小广场/报告厅	报告厅/班级	光明村/乡村
课程	悠扬笛声	布可思议	趣味重画	热血排球	速度联盟	模型乐园1	模型乐园2	农耕乐园	银球飞舞	特训营地	心灵驿站	语文：李迪飞 经典诵读	大小影院	美术：王玲玲 乡村画院
导师	王燕 厉荷萍	王玲玲	林奕奕	沈佳清 周卫东	王菲 兰蕊	高雷 何峰	杜笠历 汪建权	李迪飞 马力	童天琛 外聘教师	陈红燕 陈彦	沈青 韩铁飞	数学：吴丹 游戏中的数学	低段：高勤文 中段：韩铁飞 高段：赵洪燕	语文：翁海刚 乡村童诗
编号	11	12	13	14	15	16	17	18	19			英语：周小燕 口语100	科学：沈洋 趣味实验	科学：高霞 乡村童歌
空间	202教室	502教室	多功能教室	503教室	101教室	102教室	302教室	303教室	301教室			科学：沈洋 趣味实验		综合：马力 乡村百业
课程	趣味数学	快乐小古文	悦儿舞团	童话剧	快乐读写绘	妙笔小新	数学游戏	乡村童诗	小小主持人			音乐：王燕 才艺展示		体育：王菲 乡村骑行
导师	★盛国燕 王芳	★洪佳芳 洪燕	★陈悦高 其超	★余涵妮 周小燕	★俞庆华 高勤文	★许丹丹 朱冬良	★潘利国 张伟江	★王莹婷 翁海刚	★杨晨露 杨丽琴			体育：沈佳清 校园吉尼斯	数学：吴丹 乡村测绘	

	
<p>自然学堂</p>	<p>影院时空</p>
	
<p>私人订制</p>	<p>美善舞台</p>

四、效果影响

1. 学生师资结构的多元化

家长志工与乡村志愿者的加入，弥补了学校师资不足的短板。在结构上，性别趋向平衡，爸爸和爷爷辈的志工加入，让学生感受阳刚之气。在专业上，家长百业课程与农业技术的指导，与学校文化理论课程相辅相成。

2. 学生学习时空的全域化

学后托管既有作业辅导，又有兴趣培养，体育锻炼天天坚持，达成时间上的最大效益。而乡村研学的自然学堂打通了学校与乡村、学校与社会空间上的阻碍，给学生更多实践与探索的机会与空间，促进德智体美劳五育的全面发展。

3. 学生学习资源的丰富化

学生不仅有课堂文化理论的知识储备，还有课后真实场景的实践探索；既有校园微观小景的“点式”学习，更有乡村宏观自然的“面式”学习；既有校内规范器材的学习资源，还有校外自然生态的学习资源。丰富的学习资源，为学生的个性发展提供了无数个可能。

4. 学生学习方式的项目化

学校除常规的“X”课程外，“美善舞台”、“周末影院”、“乡村研学”都是以项目化学习的方式推进。如“乡村研学之布可思议”，涉及语文、科学、劳技、美术

等多学科的研究；数研活动，将数学计算、科学测量、数据分析、整理分析等综合实践统整在一起。学生玩中学，学中研，研中思，思中进，进中乐。相关活动已经在《杭州日报》、《萧山日报》、《萧山教育信息网》、《萧山网教育》等媒体报道。学校《文化共裕：校村党建联盟新学堂的构建与运作研究》课题被市教科院推荐参加2022年省级规划课题送评。《光明少年田园诗歌课程》入选区课改项目。王玲玲老师撰写的《布可思艺——草木染项目研学的设计与实践研究》，吴丹老师撰写的《基于“双减”背景下的小学数学作业再设计——以人教版二上第一单元《长度单位》为例》分获区一等奖。

“教育，就是要让孩子们找到适合自己的地方，通过环境的影响，通过老师的指引，更好地认知自己，把自己的天资放到合适的地方发光发热。”双减政策指引下，二小正以自己独有的方式与行动，为每个学生自我人格的不断完善助力。

作业追踪制度：推进作业减负管理

萧山区文博小学 周建阳 韩一娣

一、学校概况

纳入银河实验小学教育集团的文博小学，是在萧山区美好教育视域下，不断耕种、不断生长而诞生的崭新学校。学校以实现五育并举基础之上的融人文教育、智慧教育、科技教育、新劳动教育、健康教育为一体的办学特色为宗旨。以培养学生成为“知书达理、温暖友善的文博少年”为目标，着力打造“师德高尚、业务精湛、温暖友好、智慧创新”的文博教师团队。

国家实施“双减”政策和五项管理以来，学校出台教师“教六环”和学生“学六环”细则，并以此为切入点，扎实开展“作业追踪”、“小组评价”、“家校合作”、“课程研发”等实践研究，为学生减负，提升学生全面素养，努力培育学校教学品牌，纵深推进“双减”政策落地不断深耕。

二、问题聚焦

2021年全国教育工作会议上，教育部长陈宝生谈到了要管理好中小学生的五件“小事”，作业首当其冲。就目前双减背景下学校作业管理，存在着诸多弊病，

1. “统筹难、公示难、监督难”

究其原因，在于作业管理办法不完善，管理机制不健全。

我们的思考：如何破解“三难”？构建作业管理办法、管理机制是当务之急。

2. “一二年级不自律，时长一笔糊涂账”

究其原因，在于作业总量无人统筹、难以协调。

我们的思考：要破解这一现象，必须做到，一二年级不布置家庭作业不能全靠自律，校内巩固练习也应监管，作业总时长这笔账必须算得清清楚楚。

3. “诊断对象不明、教研内容不足、系统设计不够、分层梯度不够”

主要原因，在于老师们到底布置了哪些作业，学校管理层只是雾里看花。

我们的思考：要破解这一现象，必须要对各班级、各教师、各学科布置的作业一清二楚。只有这样，诊断对象才明，教研内容才足，系统设计、分层梯度才不会成为无本之木、无源之水。

三、解决举措

基于作业管理问题聚焦，我们思考：是否可以有这样一项制度，让全校所有布置的课后作业“清清楚楚、明明白白，经得起研究、受得住监督”？是否可以以此作为推进作业诊断、作业教研、作业设计等一系列改进提升的基础，为全面提升作

业质量，减轻学生过重课业负担，进而为全面提升教学质量助力？

基于以上思考，我们提出了萧山区文博小学“作业追踪制度”。

（一）策略解读

作业追踪制度是指学校运用网络共享管理平台，以年级为单位，组织每个班级、每个学科、每位教师，在同一登记表中记录当天所有的课后作业，主要包括“学生基础性托管类作业、书面类回家作业和非书面类回家作业”。

（二）制度保障

各年级、各班级以每日为周期，由年级组长牵头，由班主任作为追踪人，追踪各班每日作业内容的规范及时长。

学校管理层以一个月为周期，由教导处牵头，由备课组长和教研组长作为追踪人，追踪各班一月作业的系统性、梯度性、有效性。备课组、教研组定期开展教研活动，对各班各科作业布置进行分析诊断、研讨提升和反思改进。

（三）具体操作

1. 登记：一场线上邂逅

在每天中午午休时段，学校组织各班任课教师进行线上每日作业登记，要求教师如实填写。班主任在年级组长带领下，于学生放学前追踪作业的规范性，以中等学生为参照，预估当天作业完成时长。如超过学生作业完成量，则可以针对某位老师的作业量提出建议，要求其及时调整。每位任课老师也可以在完成线上填写时，通过查看其他教师作业布置情况，根据学生作业总量和完成形式等进行随机调整。

例如，当天如果语文学科有实践类作业布置，则其他学科尽量避免采取同一种方式，如发现学科间可进行融合教育类型作业布置，则可以采取学科融合布置等。

2. 追踪：一次纵横诊断

每月月末，学校教导处以年级组为单位，在备课组长、教研组长带领下，各学科以当月布置的作业为样本，开展作业布置追踪会。

针对同班级不同日期的作业布置情况，进行纵向追踪。诊断该班级在不同时间所布置的作业，是否具有系统性、梯度性、有效性。针对平行班同一阶段的作业布置情况，进行横向追踪，诊断作业布置的合理性、差异性、优劣性。

诊断会分成集体讨论和分组讨论两种形式。集体讨论主要解决作业时长和作业形式问题；分组讨论主要解决作业内容和作业质量问题。同时，分析会后，各年级组形成每月作业追踪诊断报告，为后续的作业布置组本教研活动和后期作业布置改进做好准备。

3. 研讨：一场激烈碰撞

各学科备课组、教研组，在组长组织下，开展每月一次“作业追踪”组本教研

活动。活动中，需要教师树立正确的作业设计与布置理念，明确作业设计的基本要求，对作业设计内容的科学性和合理性进行讨论界定，并协商细则。

(1) 明确作业质量标准。确保单元目标，课时目标和作业目标的一致性，具体作业内容能科学合理的反映作业目标。作业内容设计科学，难易适宜，要求明确，解释性强，不产生歧义。作业设计符合不同学段学生认知水平，如有认知挑战性，指向学生的深度学习，不同难度作业题目比例合理。

(2) 规范作业设计流程。依据课程标准、教材内容和学情确定单元目标和课时目标，再依据课时目标制定作业目标，根据作业目标逐一设计作业题目，可通过选用、改编或者原创等方式设计作业题目。设计题目时要设定该题目类型、能力层级、难易程度和预估用时等相关指标。同时要依据作业目标线性设计作业评价标准。

(3) 拓展创新作业样式。做好、做实基础性作业科学设计，确保教学内容的有效检测，并根据学生认知特点拓展和创新作业设计的样式，强化实践性、探究性、综合性作业设计，积极尝试弹性作业和分层作业设计，不断探索跨学科、项目式、长周期作业设计等。

(4) 做好作业资源库建设。通过各学科教研组、备课组作业设计与实施工作，发动教研组、备课组形成学科作业资源库。资源库作业，是各学科结合本学科特点和学段学生特点、设计布置作业，可以是选编作业、改编作业和原作业。

(5) 建立作业长效机制。学校制定作业追踪备案制度，提出各学科的作业设计与实施意见，各学科教研组在此基础上形成本学科各年级作业设计与实施具体要求，并进行作业备案。各年级负责人、各班主任协调年级和班级各学科任课教师严格控制每天的作业总量和作业总时常。

(6) 加强作业过程管理。学校教导处加强各学科作业过程性管理落实，制定切实可行方案。通过作业批改规范化、作业积分奖励制度、作业家校反馈制度等，加强学生作业的过程性管理，提高学生作业完成在质量。

4. 改进：一个最佳组合

在一系的追踪研讨过程中，教师心中更明确了作业的本质和作用，作业设计的方法和管理机制。对下一阶段的作业布置从讨论的几个维度中进行优化改进，从而设计出一个最佳组合，使学生每天的作业更学科、合理、规范。

效果影响

以“作业追踪制度”为抓手，撬动学校高质量作业管理，减轻了学生学业负担，提升了教师作业设计和布置能力，进而推动了学校高质量教育教学的发展。

1. 作业“双减”落地，学生素养“双增”

高质量的作业布置，避免了学生无效作业的费时费力，使学生的高阶思维、综合实践、交流交往等能力有了很大的提升。学校在落实作业管理制度的同时，充分

开发学校社团和学后托管 X 课程，学生有更多的时间和精力拓展兴趣，培养爱好。

2. 作业资源共享，教师理念转型

通过“作业追踪制度”这样一件小事，倒逼教师反思自己的作业布置能力和作业设计能力，促进了教师转变教育观念，落实思维“学生立场”，设计“课堂优化”，真正做到教育“轻负高质”。教师的教育教学水平有了很大的提升。

同时，建立了科学有效的作业设计资源库。学生作业的形式从单一的巩固性作业练习走向拓展性、研究性、实践性作业并存的多种模式。作业内容也更趋丰富，融入了孩子的生活内容和成长经历。布置作业做得越来越精细，越来越符合学生个性化成长。

3. 学校监控有效，教育质量提升

通过“作业追踪制度”为抓手，学校管理层对全校教师 and 各班作业布置有效进行监控监管，确保每个班级、每门学科、每位老师都能保障科学合理的布置作业份额，从而推动学校教育质量高位运行。

当然，作为一项全新的管理制度，我们的实践才刚刚起步。虽然作业追踪取得了一定的成效，但仍有许多的空间需要提升，仍有诸多的持久战需要克服。要确保这一制度的长效实施，还需要进一步做好改进。例如：要确保数据填写的真实性，不能登记与实际两张皮；要落实个性化作业布置，推行“规定动作+自选动作”，确保学生个性化发展和班级特色化发展；要不断完善作业管理实施细则，分年段落实监控制度。

我们必须充分认识到：**作业追踪，只有起点没有终点。**

多元化作业设计与评价“双线并行”范式

杭州市临平区临平第一中学 徐敏霞 王媚

一、学校概况

杭州市临平区临平第一中学作为杭州市第一批“数字标杆学校”，从1978年建校至今，一直致力于将学校打造成让学生成就梦想的地方。学校始终坚持以“立德树人”为核心推进课程改革，提高育人水平和教学质量，坚持以教育国际化、信息化建设为导向，为学生成长成才提供多样化的平台，使学生全面个性的发展。自2021年8月中共中央办公厅和国务院办公厅印发的《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训机构负担的意见》中，明确指出“作业布置更加科学合理”、“提高作业设计质量”等要求后，我校积极响应，以“双减背景下的集备模式和校本化作业设计”为主题开展MX课堂节等活动，营造更好的提质强校的课改氛围，深化作业改革，减轻学生负担，提高学习效率，打造具有一中特色有效作业的设计。

二、问题聚焦

在国家教育部门推行“双减”的前提下，分析传统初中科学作业设计存在的主要问题：1. 作业布置量大效低，缺乏典型性和差异性；2. 作业设计难易不当，缺乏针对性和层次性；3. 作业形式单一失调，缺乏实践性和综合性；4. 作业评价维度单一，缺乏过程性和有效性。

为了践行“双减”政策，满足学生的差异性，避免机械无效训练的作业，利用科学学科的特殊性，开发多元化作业的设计与评价势在必行。

三、解决举措

（一）多元化的作业设计与实施

1. “双线并行”作业模型

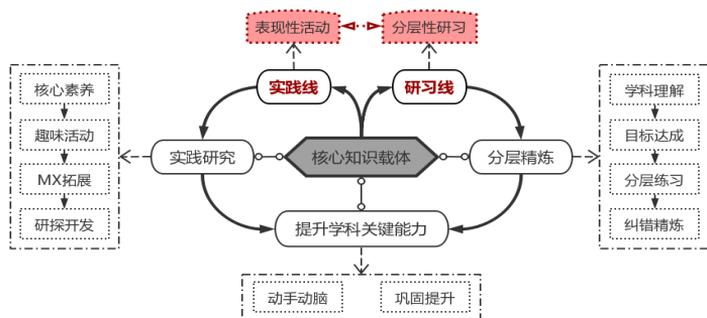


图1 “双线并行”单元作业布置模型

我们将初中科学的作业布置设置成一个“双线并行”范式：即“实践线”和“研习线”。“研习线”基于学科理解，设置生活情境，围绕学习目标达成编制研习题，研习后针对学生易错题，形成学生个人错题库，进行变式练习，精准纠偏。“实践线”基于科学学科的核心素养，强调学生的实践与体验，掌握探究方法，提高研究性学习能力。两条线相辅相成，动手动脑，促进学生学科关键能力的提升。

(1) 研习线：分层达标

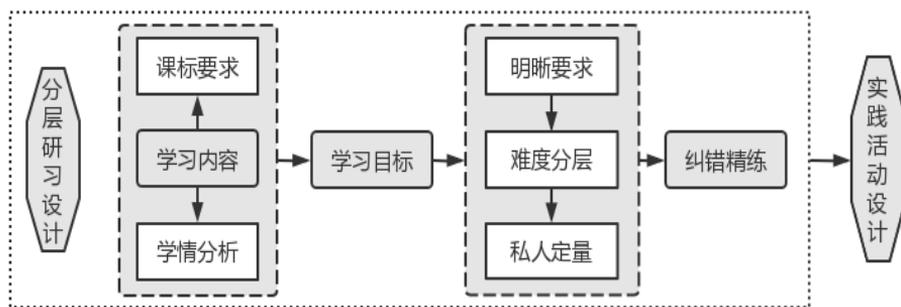


图 2 研习线流程

①研习开发：

分层研习题的选择、改编是以学习内容为支架，结合课标要求、学情分析，编制基于学科理解，并指向目标达成的研习题。

②明晰要求

分层的作业需要对学生课前、课中、课后的都提出要求，如课前可以发布对学习概念进行辨析预习并获得经验等；课中利用智学网的大数据平台对学生进行实时纠偏；课后根据学生学情分层完成研习作业。

③难度分层

分层研习题的难度要考虑不同学生的水平，层层递进，符合学生认知发展规律。如设置 A、B、C、D 不同难度等级的研习题，A、B 为必做题，侧重巩固学生所学的基础知识和简单应用。C、D 为选做题，主要是能力提升或创新题，考察学生的创新、逻辑思维能力和实际的应用能力，以满足不同层次学生对学习的需求。

④私人定量

分层研习题也要依据学生能力进行“私人定量”，如对学困生适当减少作业量，对学优生适当增加作业量。

⑤纠错精练

纠错是一个不断将错题回炉淬炼的过程，对学生学习弱点更有针对性，减少了学生的重复性练习，是一个高效学习方法。易错题的变式训练，可以检验学生是否

真正掌握，提高了学生严谨思考问题的习惯。而纠错本更能锻炼学生自我反思和方法总结，达到温故知新的效果。

(2) 实践线：能力提升

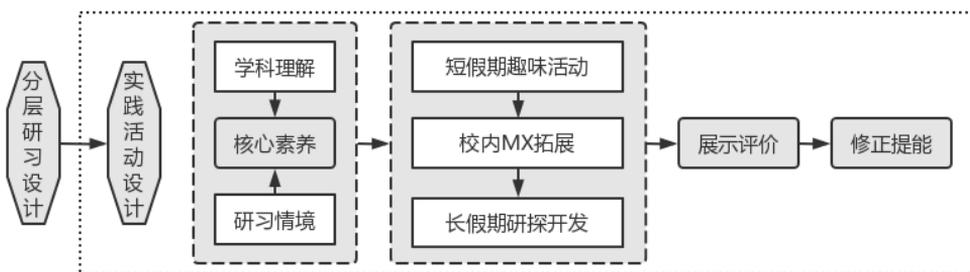


图 3 活动线流程

实践活动是对课堂活动不足的补充，锻炼学生实践能力、分析能力，提高学生科学核心素养。我们将实践线的活动分解为短假期如周末的趣味活动、校内的 MX 拓展活动、长假期的研究性、探究性的开发活动。最后提供交流展示的平台，并依据一定的评价方法对成果进行修正，以此来巩固知识与技能，从而全方位提升学生的学科关键能力。



图 4 活动内容设置

①趣味活动

利用短假期，通过丰富多样的活动，增强学生的活动积极性、体验感，提升学习的兴趣，培养学生的学科关键能力。

短假期 趣味活 动	活动	案例内容	能力意图
	调查实践	调查人身高与脚长之间的关系	调查、分析能力
	制作模型	细胞模型、组织模型、系统模型	多维空间想象、制作能力
	趣味实验	乒乓球复原、覆杯实验、细胞失水实验	激发好奇心、提高学习兴趣、动手操作能力
	观察实验	观察蜗牛、观察蚯蚓	观察、总结能力
	阅读活动	阅读《昆虫记》、查找科学史相关材料	阅读能力、资料查找、分析能力
	参观研学	参观博物馆、科技馆、植物园等	激发兴趣、知识迁移能力
	思维导图	章节思维导图	思维具象化能力

②M-X 拓展

X 拓展为校内自选的拓展课，旨在开发学生思维，培养学生兴趣。因此科学的 M-X 拓展课可以是多样化的，可以开展分享沙龙、辩论赛等，也可以基于当下的社会性议题开展项目化学习，以此来增强学生社会责任感。

校内 MX 拓展课	活动	案例内容	能力意图
	分享沙龙	以 PPT、海报、展板形式对趣味活动的成果进行分享交流	提高多媒体制作、艺术素养，提升语言表达能力、分享交流能力
	社会性议题	“果香南汇”、“健康饮食”	应用所学提出解决现状问题的方法与策略
	风云争辩	科学技术发展的利与弊、“维新还是守旧”	提高学生思辨能力、语言表达能力

③研探开发

为了促进学生探究、研究能力的提升，在寒暑假发布研探开发的活动的，基于科学知识的探究型活动、基于研究性课题的小论文的书写、基于社会责任感的社会实践活动等：

	活动	案例内容	能力意图
长假期 研探开 发	探究性实验	种子的萌发、不同水果维生素C含量探究，制作实验报告或者录制并编辑视频等	提高学生的学习兴趣和科学探究能力、动手实践的能力。
	研究性小论文	基于研究性课题的开展、数据收集与分析，撰写科学研究小论文	课题研究能力、论文撰写能力
	社会实践	区级、校级寒暑假社会实践活动	团队合作能力、实践能力

（二）不同阶段的多元化作业评价方式

作业是课堂教学的延伸，作业评价是对于学生作业质量所做的测量，分析和评定。所以对学生作业的评价将影响学生的学习热情，是学生巩固知识与技能，展示、交流的平台，能发挥激励，导向作用。根据作业布置情况，我们设计了“不同阶段的多元化作业评价”，共分为四大类：过程性评价、阶段性评价、增值性评价和总结性评价。并设置了多元化的评价方式，如评价主体多元化，评价方法多元化等（如图5所示）。

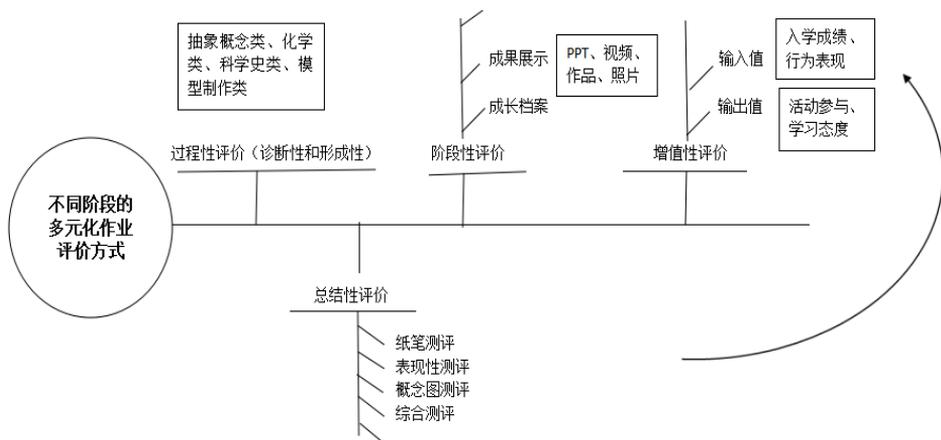


图5 不同阶段的多元化作业评价设置

1. 过程性评价

过程性评价包括诊断性评价和形成性评价，目的在于评价学生基础和学习效果，通常方法为评价任务质量分析表，PTA 检核量表，观察评价等。

由于评价方法多元化，我们将评价的作业类型分为五大类：抽象概念类，科学史类，模型类，生物类，实验类（仪器工具）。如在学习“细胞发现”内容时，我

们设置的作业是以时间轴，画图的形式呈现细胞的发现史，在课堂中展示讲解自己的时间轴及制定依据，由同学互相评价，进行修正。



图 6 学生在社会性议题活动中的表现



图 7 细胞模型制作后的展示

2. 阶段性评价

阶段性评价是在一定阶段后，对学生综合性的评价，常见方式有阶段性检测，成长记录档案袋和作品展示。通过不同的平台，如班级展示，学校科技节，网络平台等，定期推送展示优秀的作品。通过照片，PPT，实物作品，视频播放的方式展示评价。成长记录档案袋评价，是指有目的地收集学生表现的信息，包括成绩，作品，照片等，并附有教师评语，同伴互评，学生自评，家长评语，学生学习中完成作业情况地历程等。

盐水酱油二重奏实验报告

一、实验目的：在装满浓盐水的杯子上，倒扣一杯酱油水会有什么变化。

二、实验器材：两个透明杯子、酱油、盐、水、纸巾

三、实验步骤

1、首先准备一杯装满的浓盐水和一杯加几滴酱油的酱油水（图一）。



(图一)

2、将盛酱油水的杯子上盖上纸巾（图二），一边用手轻压着纸，一边慢慢将杯子倒过来。手放开，杯里的水可是一滴都不会漏哦！



图 8 周末实验趣味报告

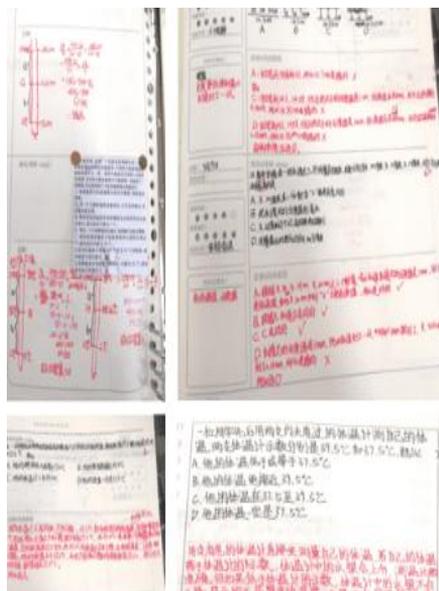


图 9 错题整理

3. 增值性评价

增值评价就是一定时期的学校教育对学生成长发展所带来的积极影响的评估。增值评价以学生进步为核心，通过相关的统计分析技术，追踪学生在一段时间内学业上的变化，测量一定时间内学生的进步幅度。

增值评价的内容：输入值和输出值。经过一段时间的学习后，学生在科学学科方面的成绩，包括活动参与、学习态度、科学素养等方面的整体评价。充分利用阶段性表现和“智学网”上统计的数据，如学业等级、进退步、高频错题等对学生进行追踪设计作业。

4. 总结性评价

总结性评价是在一个学习阶段终结时，对学生在这一段时间的学习情况所呈现出的作业进行制度化的评定。通过表现性测评，纸笔评价，利用质量分析表，PTA 检核量表等对作业进行评价。以作业命题设置的问题空间（如图 10）测评学生的认知要求，科学概念和科学思维。

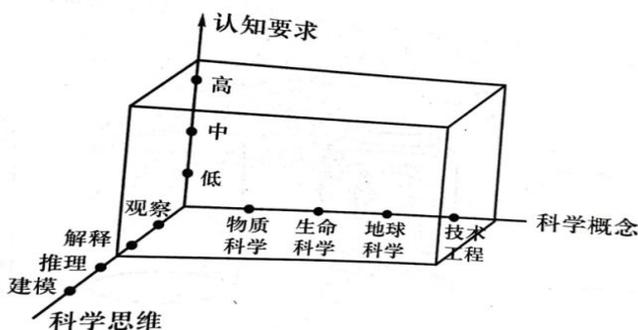


图 10 命题的问题空间

无论是哪个阶段的作业，我们都可以采用量表的形式对学生的作业完成情况进行评价。如：

书面作业批改后反馈

题目	学生自评 (50分)					教师评价 (10分)
	完成 (10分)	字迹清晰 (10分)	答案正确 (10分)	修改正确 (10分)	愿意担任小老师讲解 (10分)	
1						
2						
3						

对实验设计操作类作业，让学生设计实验方案，并对照评价表，通过自评，互评的方式，寻找方案中需要改进的地方。量表基本可以从对学生的自主性，合作性及探究性三个要素评价。

方案设计评价表

评价项目	评价量规	评价结果(0-5分)
常量控制	常量保持相同	
自变量控制	单一自变量变化，进行对照实验	
因变量测量	因变量方便测量，数据有利于得出结论	
器材选择	器材选择适当	
语言完整性	语言表达清楚，完整，科学	

通过多元的作业和不同维度的评价，使学生获得更多的知识与情感体验，提高了学生的多种能力。学生从只是机械性的完成作业到能自愿积极完成，学习能力逐渐提高。

作业改革不是颠覆式的，不是完全用不同的作业类型全部替代传统作业，而是研习作业与活动作业的有机结合，保持合适的比例与结构。很多活动作业可以发挥传统书面研习作业不能发挥的功能，可以弥补传统作业的不足，对培养孩子问题解决能力、创新能力、时间管理能力、合作能力、元认知能力等都具有独特作用。但是，无论采用哪种作业类型，都要警惕形式主义，不能“换汤不换药”。无论哪种作业类型，都要坚持正确的教育价值观，以培养学生的核心素养为根本目的。对作业的设计研究要以课堂传授的知识为依托，有利于拓展学生思维、发挥学生主体性和调动学生积极性。因为学生间的个体差异是客观存在的，所以只有因材施教“业”才能让不同个体的能力得到自由的施展。

四、效果影响

1. 已取得的相关研究成果及社会评价

论文：《基于学科理解的初中科学“双线并行”作业设计与实践》获2021年杭州市教学论文三等奖；比赛：2021年杭州市公办初中提质强校行动首批试点学校“基于单元教学的作业设计”比赛获得三等奖。学生获奖：2021年浙江省中小学生学习科技创新作文大赛有4位同学获三等奖；第三十五届区青少年科技创新大赛优秀科技创新项目获二等奖；第三十五届区青少年科技创新大赛优秀科技实践活动获一等奖；研究性小论文有多篇分别获一、二、三等奖。

2. 学习实效

在实施了“双线并行”的作业布置方案后，为了进行效果研究，先后对本章内容进行了三次基于学科概念理解的调研，分析调研的期望值、上线率和优秀人数(如图)，发现两班的三项指标均有不同程度提升，且两班的差距在逐渐减小，这说明“双线并行”作业实施方案在本章教学的“提质”方面起到了积极作用，且对后进生起到积极正向的引导和提优效果。

3. 学习兴趣

作业方案实施后对所任教班级学生进行了研究进程中的问卷跟踪调查，调查结果分析如下图所示。分析数据可知，在作业方案实施后，学生自我能力提升上有较强烈的认同感，对学科的兴趣也有极大的提升。

基于“双减”的家校合作型项目式学习

杭州师范大学附属未来科技城学校 王爱媛

一、学校概况

杭州师范大学附属未来科技城学校是天元公学下属的九年一贯制公办学校。学校位于杭州市余杭区钱学森路66号，占地150亩，总建筑面积15.9万平方米。

学校以“探求教育本源，树立学校标杆，践行因材施教，破解大师之问”为办学宗旨，坚持“通才与专才并育”的育人理念，充分彰显“学术与艺术相长”的办学特色，以“基础扎实，特长凸显，专长突出”为教学总目标。

学校实行集团领导下的学部自主管理制度。小学部现有一、二年级14个教学班，共513名学生，42名教职工。在“双减”背景下，小学部精心编织“6+x”特长课程、开发混龄互动的学长课程，创造性地设计了家校合作型的项目化学习活动。希望通过多元丰富的特色课程为每一名天元学子找到适合自己的成长之路。

二、问题聚集

“双减”让学生有了更多可以自由支配的时间。但是，面对突然“空下来”的孩子，怎样安排他们的课余时间，很多家长觉得有点茫然。有的淡然处之，啥也不安排，孩子无所事事；有的恐慌之至，买一堆的练习主动“加压”。面对两个极端，学校有责任针对“双减”之后，怎样让学生的课余时间更有意义这一问题进行适机地引导。设计并实施系统、科学、有趣的家校合作型项目式学习活动，给学生提供基于真实情境，解决实际问题的机会，正是“双减”真正落地的最好体现。

三、解决举措

（一）梳理校内学习内容，完成项目式学习支架搭建。

校内学习，多以间接性知识的习得为主。虽然很多教师用多媒体技术辅以拓展，但总有“隔靴搔痒”之感。为此，将各学科中的实践性内容加以梳理，整合设计为家校合作的项目式学习内容，让学生以“亲历者”的身份完成研究，既是校内教学的有效拓展，更是激发学生探究兴趣的助燃剂。围绕一个主题，将语、数、英、科、音、体、美等各学科的知识有机地融入其中，让学生能够得到充分的时间保证和物质保证，在真实的情境中学习与研究，在同伴的交流中解决问题，形成素养。学习方式可分为两大类：

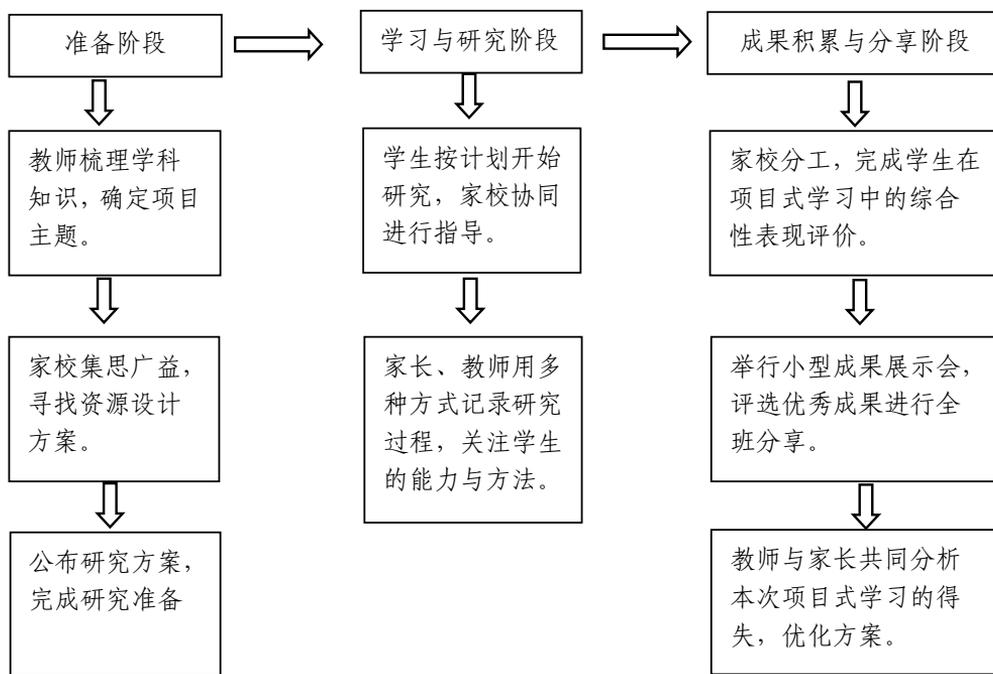
1. **个性化的项目式学习。**此类项目式学习，类似“命题作文”。学校根据学生的成长规律，结合校内学习的实践性要求，公布相关的研究方向。通过“校内集中

指导——家庭个性化实践——校内集中成果分享”这样的大循环，由内到外，再由外到内。此类项目式学习，融入了家庭的资源、家长的智慧，让家长真正成为学生研究性学习的“第一导师”。因此，虽然研究主题一样，但呈现的结果却是“一千个家庭就有一千种成果”，创新性、独特性兼具。个性化的实践过程，集体式的成果展示，大大地提高了学生参与学习的积极性和主动性。

2. 集体性的项目式学习。此类项目式学习类似于“移动课堂”。指导老师有时是学科教师，有时是家长，有时是社会特聘人员。在家长和教师前期精心地筹备下，全班组建成一个学习共同体，利用假期、周末时间，进行项目式学习。此类学习选材灵活，形式多样，方法新颖，将课堂安在田间地头、厂矿商场，是教师、学生、家长共同成长的好平台。

（二）组建家校共研团队，设计项目式学习基本流程。

家校合作型项目式学习的实践，需要分三个阶段，五个步骤开展：



家校合作型项目式学习流程图

（三）循序渐进开展研究，注重项目式学习过程指导。

家校合作型项目式学习的两种类型，要做到分类实施，让个性化的学习和集体的学习分别体现各自的不同优势，从不同的角度促进学生的成长。

1. 个性化的项目式学习的实施。

个性化的项目式学习选取跨学科的主题内容，让学生基于现实情境，解决实际问题。这类学习主题往往需要较长时间的观察与研究。它又能从更广、更深、更结构化的层次对学生的综合能力进行培养和提升。设计个性化的项目式学习，可以从以下几个方面着手：

①教材拓展型。杜威说：“不断改进教学方法唯一直接的途径，就是把学生置于必须思考、促进思考和考验思考的情境之中”。以某个学科的某个点为核心，融入各有关科目，完成项目式学习的方案设计。如：在二年级的学生在学习了《葡萄沟》一文后，对新疆人民将新鲜葡萄挂在“晾房”里，就能够制成葡萄干感到特别神奇。很多孩子开始思考：在我们杭州，做这样一间“晾房”，也能制成葡萄干吗？面对孩子的疑问，语文老师联合科学、美术学科的教师，设计了《葡萄干的制作》学习项目。全年级的学生、300多个家庭开始研究。

通过对自然环境、气候特点的分析，孩子们知道“自然风干法”只有在新疆高温少雨的环境才可能实现。但是，在杭州有的是先进的设备，完全可以用现代化的方法做出葡萄干。于是，烤箱烘烤法、暖气风干法、自然晾晒法……300多个家庭各显神通。一周后，有的孩子兴致勃勃地带来自制的葡萄干与大家分享，并自豪地向同学介绍自己一家人的尝试。有的孩子不好意思地告诉伙伴们，自己的实验失败了，因为方法不对，葡萄烂掉了……无论是制作成功的，还是尝试失败的，这样的体验是真实的，孩子们研究中想方设法应对的各种能力是真实的。

②生活观察型。生活是最好的教科书，生活中一些常见的现象只要我们用心挖掘，就能成为学生学习的好项目。通过家校携手进行有计划、有目的的教育和引导，既可以引导学生做生活的有心人，又能够提高学生的科学素养。如：一年级开展的《小豆芽成长记》项目，就来自于一次午餐时孩子们的表现。很多孩子觉得豆芽没



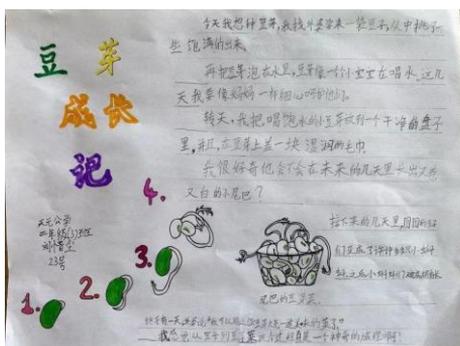
同学在介绍自己设计的“晾房”



制作成功的孩子在展示自制葡萄干！

有味道，不吃。豆芽有什么营养？豆芽是怎么制作出来的？只有让孩子们了解豆芽里蕴藏的秘密，才能从根本上解决他们的挑食问题。于是老师设计了《小豆芽成长记》学习任务：查一查，豆芽有哪些营养成分；做一做，了解豆芽的诞生；比一比，谁家的豆芽最嫩最肥；尝一尝，豆芽的味道又脆又嫩。为期一周的豆芽培育活动成了一年级的热门话题。不仅孩子们每天来学校跟同学交流的是豆芽，连家长群里也是各种各样的豆芽展示。有的孩子用视频记录了豆芽的成长过程；有的孩子用连环画的方式记录小豆芽的成长。因为是自己辛苦培育的，当家长准备炒豆芽时，孩子们一脸地舍不得。在吃豆芽时，一根一根地品尝，无比珍惜。这种与孩子们的生​​活紧密联系的项目式学习活动，既拓展了孩子的见识，又纠正了他们挑食的毛病，还培养了他们的动手能力，一举多得。

附：学生的小豆芽成长记



2. 集体性的项目式学习的实施。

在知识已经唾手可得的今天，家长们纷纷认识到：教育的目标不在于培育优秀的“记忆者”，而在于培育出色的“思考者与探究者”。这既需要学校教育的变革，也需要家庭和社会的支持。大家也认识到：在信息社会里，呈碎片化的堆积状态的知识不再是力量，怎么把碎片化知识进行整合，形成一个系统、一种结构。这种能够汇集并编码的知识才能成为智慧的力量和源泉。而项目式的学习，正是将探究能力、同伴交往能力、观察辨析能力等融会贯通的一个好载体。学校教师有较为系统的教育理论支撑，能够让校外的活动更具教育性；家长有丰富的社会资源，让项目式学习的内容能够与真实世界更加紧密地接轨。基于家校合作的集体性项目式学习正是让学生在真实世界中学习与交往的最佳路径。

笔者所在的班级，在家长委员会的倡议下，设计了每月一次的集体性项目式学习活动。以二年级上册为例，五次活动五个视角，内容新，过程实，倍受学生和家​​长欢迎。

时间	项目主题	学习地点	活动内容及目的
2021年9月	跟着垃圾去旅行	九峰垃圾处理厂	1. 了解杭州垃圾处理情况,理解“垃圾是放错位置的资源”,树立垃圾分类的意识; 2. 学习制作“手工肥皂”“环保酵素”,感受垃圾变废为宝的神奇; 3. 参观九峰垃圾处理厂,感受科技服务生活的巨大效能。
2021年10月	杭州城里的诗词古迹	花港公园	1. 教材拓展型项目,以第三单元写景课文的课外拓展为主旨进行设计。通过赏鱼、写鱼等活动,将教材中习得的关联词语、修辞手法等,在生活中迁移运用。 2. 通过对花港公园中“花港”一名的由来、楹联内容的出处、御碑亭历史的研究,激发学生在传统文化的热爱。
2021年11月	与智能机器人的亲密接触	人工智能小镇	1. 走进人工智能设计,了解人工智能的设计与生产情况,感受高科技的无穷魅力; 2. 将数学的“测量”、科学课的“材料”、美术课的“机器人设计”等内容融为一体,通过动手量一量机器人的零部件、摸一摸配件的材料,自己动手设计一个机器人等活动,提升学生的综合能力。
2021年12月	小小研究员在行动	浙江自然博物馆	1. 指导学生学会选择,学会提问,并能够通过自己的努力或他人的帮助,解决问题,提升能力。 2. 通过现场“岩石与矿物”的研究课,学习一些研究的基本方法,提升学生的科学素养; 3. 培养学生的公共空间意识,指导学生和家长文明、有序地参观和学习。

这些经过精心设计的家校融合的项目式学习活动,给学生带来的影响是极为深刻的。孩子们自发地在留言本上写下了这样的感受:

周六,我们班去XX同学爸爸的公司学习,公司在“人工智能小镇”上。在一个会议室里,我们看见有一个机器人在一张白纸上写字。上面写着“欢迎XX学校的小朋友来参观”,我觉得这好神奇啊。那个机器人又在白纸上写了“朱XX”。这时,有小朋友质疑,说这个机器人写字太慢了。解说员就在电视机上放了世界上最灵活的机器人。它是美国发明的机器人波士顿机器狗,它是一只可以跳舞的机器狗。这只机器狗确实非常灵活,太神奇了!

第二环节,我们去参观机器人制造工厂。工厂里面有很多设备,还有大型机械手臂……工厂很大很大,但工人却只有5、6个。原来,这里的很多工作都被机器人“抢”走了。最后,技术员叔叔指导我们用数学课上学的“测量”的本领测量原材料,叔叔还根据我们测量的精准程度,给我们评奖。通过自己的努力,我得到了二等奖,我很开心。下午,我们以小队为单位开始设计我们心目中的机器人,我设计的是一个抓货机器人。我们还把自己的创意跟同学、家长进行分享,广场上响起了阵阵掌声。周六,真是快乐又有收获的一天!



四、效果影响

（一）激发了学生探究的兴趣，让课余时间变成了“探究时间”。

小学生求知欲强，好胜心也强。在任务趋动中，学生的探究热情空前高涨。全校 500 多个家庭犹如 500 多个小小实验室，较好地提高了学生的实践能力，培养了学生的创新意识和严谨的科学思维。

（二）促进家校和谐共育关系，让“双师”共同助力学生成长。

本研究是“双减”背景下家校合作的一种新模式。家长和教师在这项研究中，分工有序，各显其长，共为导师，让学校教育有了高品质的拓展延伸，也让亲子陪伴更有学术的含量。同时，在共同育人的过程中，让家长对教师的工作更多了一份理解与尊敬。

（三）构建了一套全新的课程，让“项目式学习”得以真正实施。

家长和教师共同设计的项目式学习活动，有教学的严谨，有亲子的温馨，更是一种真实、与世界关联的复杂学习。因为家长的深度参与，资源不断丰富，初步形成了一套融课程拓展、实践探究、亲子互动于一体的项目式研究课程。

家校合作型项目式学习活动，以其先进的理念、鲜活的素材、真实的体验、严谨的分析给学生营造了一个特殊的学习场域，让孩子们在实践中习得真知，在互动中触发思考，为“减负提质”奠定了扎实的基础。

场馆课程，让学习真实发生

杭州市余杭区未来科技城海创小学 章献明 何君

一、学校概况

海创小学 2019 年开办，是一所成长中的新学校，位于未来科技城的核心地块，因此学校以“未来·科技·创新”办学理念为指导，全力打造一所“硬件一流、管理一流、教师一流、质量一流、特色一流”的现代化名校。为了能在课程改革中凸显落实“五育并举”的办学思想，学校充分利用新建学校的优势，建设和挖掘了大量的校内场馆资源，开发一系列场馆特色活动和课程，让学科融合在场馆课程生根发芽，让体育、艺术、劳动教育成为孩子们成长中的烙印，让孩子学习的场域在这里快乐延伸，学校从创办以来进行了探索和实践。

二、问题聚焦

场馆课程+，开发与实施特色课程。特色场馆课程在我们学校是特殊的存在，是全体师生都热衷的学习资源。近几年我校立足于课堂在做一些努力和改变，围绕教师专业成长的校本研究活动，深入课堂的学科融合研究，各类丰富的场馆活动以及风风火火又实实在在的劳动教育等。着力开展学科融合的课程研究，从教科研的视角展开学科融合活动、项目化学习，结合现代农事切实开展融合教育，开发一系列拓展课程。

学校进行这些活动和改变，是基于这几点思考，第一是学生的发展，学生的可持续发展是我们开展各种各样学习的基础；第二是基于教师专业的成长；第三是基于团队的组建和改善；第四是基于学校品牌的打造；最后是校园文化和精神的锻造。



在这样的前提下，学校就有了很多的场馆、活动与课程。由此，我们的课堂可以在教室里，随时可以切换到大自然中，给水稻写生，与大白鹅同游……

三、解决举措

1. 场馆：儿童立场的打开方式

办学两年，海创小学已倾力打造各种有利于学生学习的校内特色场馆三十余个，这些场馆涉及儿童成长的各个方面，比如有科技创意、趣玩观察、种植养殖、艺术审美、体育健美、传统非遗、文化创造等项目。在特色场馆的建设中，其全部的功能和课程输出全部指向儿童立场，助力于儿童成长与发展。

比如，“海创粮田”让学生全过程种植、养护各类蔬菜瓜果和粮食；“海创昆虫馆”让孩子们亲手养殖各类昆虫，和大自然交朋友；“海创电影院”培养良好公共习惯并开拓眼界；“海创英语馆、法语馆、日语馆、韩语馆等”为孩子们打开认识世界的大门；还有“海创果园”“海创桔园”“海创土豆园”“海创竹园”“海创麦田”“海创葡萄园”“海创花园”“海创葫芦园”“海创西瓜园”“海创南瓜园”“海创班级自留地”“海创机器人中心”“海创水系统”等近数十项场馆和课程在海创小学的校园里，孩子们自由地体验和大自然相处的乐趣，专心观察生态与物候的变化，参与各种自主劳动的艰辛。随着时间的推移，海创小学正计划实施更多项目，让每一个孩子都能在不断实践体验中形成完整独立的人格，养成坚毅、自信、优秀的品质。



图 2：海创西瓜园活动



图 3：西瓜畅想

2. 课程：儿童角度的学习生发

结合双减政策文件和课后托管要求，围绕“未来·科技·创新”的办学愿景，坚持“打造海创精神，建设活力校园”的目标，确立“全人·全科·全程”的“三全”课程观，以课程改革和学生综合评价改革为契机，推进学校特色化建设，为每个学生提供适合的教育，以满足学生全面而有个性化的终身发展学习需要，实现“学生个性发展，教师综合成长，学校品质提升”的学校发展方略。学校开设了一百五十多门基于儿童视角下的特色课程，为学生成长提供精彩服务保证，让学生感受到

成长无处不在，让学生在特色课程中实现个性发展。

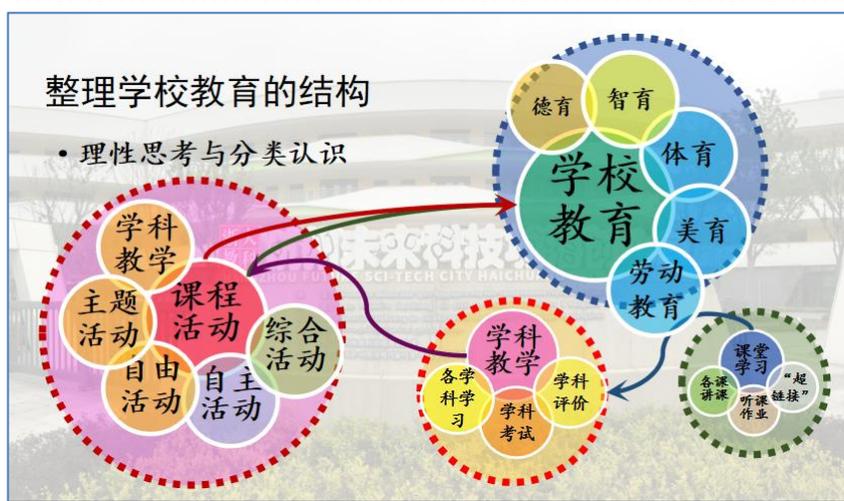


图 4：学校教育结构的思考与认知

当我们对学校教育结构有了充分的理性的思考和分类认知，我们就能更深入地去看基于儿童立场的教育教学理念。

3. 途径：儿童参与的学科融合

与“双减”政策不谋而合的是，作为一所只创办两年的新学校，我们没有单纯地追求以考试分数为目标的片面的“教学质量”，而是注重孩子们的综合素质培养，提倡多学科融合，让孩子们真正体会到学习的过程参与和努力的快乐，并在这种快乐参与中实现多维度成长和持续的发展。



图 5：魔力箱



图 6：“绘写”魔力签



图 7：抽取魔力签

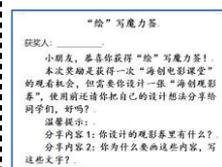


图 8：魔力签内容其一

上面的系列图为学科教师结合场馆课程设计的趣味作业，深受学生喜爱。

在海创小学有随处可见真实的现场（农场、实验场、创作场、运动场等），随手可触可感的动植物，随时发生的学习活动，大大触发了孩子们对时刻学习、处处学习的兴趣，学习的时间和机会陡增。课程可学，路过可学，课后亦可学。坚持让每一个孩子都可以参与，为提供专门的宽松的综合学习场域，引导儿童用他们喜欢的方式去体验、去发现、去学习，不放过任何一个让孩子们接触大自然的良机，不放过任何一个让孩子们真实、快乐并有效学习的机会。

四、效果影响

海创小学的场馆课程在基于普适性的动作之上，更多的是希望在真实的教育场景中结合学科融合、项目化学习等载体与途径扎扎实实地让孩子们在参与活动与学习中，有进一步深层的发展。

1. 场馆中的学科融合，真实的学习革命

校园里的每一片土地，都被实实在在地利用起来。而我们的“海创粮田”就是由学校闲置的绿地改造而来，就在学校食堂边上。每天孩子们在食堂吃饭的时候，都能通过大玻璃窗看到自己种下的粮食，看着水稻们一点点长大，直到收割，再让孩子们剥成米粒，这种全过程参与的感觉，让孩子们觉得特别有意思，教育的效果当然也会更好。

粮田里还有复杂的自动灌溉系统，水系内还有螃蟹、黄鳝、鱼、虾、泥鳅等几十种孩子们放养的水生小动物，“这块水稻田还蕴含了直线、弧线、三角形、长度、深度等数学概念。到了中高年级，孩子们可以结合数学课程测算这里的面积和容积，甚至水流速度、灌溉成本等，真正把学习和生活结合在一起。

海创小学对水稻种植这件事，是非常认真的。为了让孩子们直观地看到更多的科研成果，种子是学校特意向中国水稻研究所实验室申请的，由老师带着学生自己动手育秧，再让每个同学领取秧苗去插秧。与孩子们一起插秧的还有一位专家——中国水稻研究所博士后孙廉平。孙博士给海创小学的同学不断地讲解水稻培育和养护的知识，还亲自动手，一边教学生怎么插秧，一边讲解为什么要这么做。袁隆平的“禾下乘凉梦”，总有一天会实现。说不定实现这个梦想的人，现在正在校园里播撒种子。

2. 项目化学习，发展思维学习体验圈

丰富的课堂学习，融合了各个学科的知识与技能，拓展了视野。同时在场馆课程中开展的项目化学习还拓宽了学生的思维视域，培养学生的综合素养。例如发生在番薯园场馆中项目化学习。

番薯园里的番薯苗是我们常见的番薯，没什么特别。但小朋友们有疑问：“我们怎么知道泥土里的番薯长大了？长得有多大呢？”



图 9：丰收的味道



图 10：收获七彩水稻

于是在老师的引导下，小朋友们成立项目学习小组，对红薯成熟的判断展开研究。通过实地观察、测量和资料查找，小朋友们找到了判断红薯是否成熟的依据。原来判断红薯是否的标准有三个，第一是要看我们本地的平均气温，一般只要低于 15 摄氏度，红薯就停止生长了，就可以采收了，今年杭州平均气温低于 15 摄氏度的时间在 10 月底，也就是霜降左右。第二要看红薯爬在地面的茎蔓，如果茎蔓开始缺水、发黄，好像缺水，说明红薯可以采收了。如果它的茎蔓长得很茂盛，特别是九月份的时候，居然可以割一部分，加速红薯成熟。第三要看土壤干湿状况。当土壤看起来有点干的时候，红薯也许就成熟了。



图 13：收获“番薯王”

自从小朋友了解了这些信息之后，就不盲目给番薯浇水。丰收日收获 7.8 公斤重的番薯王，离不开小朋友们的好奇心和研究心，离不开学校逐步在开展的项目化学习。

学校开设的一系列特色场馆课程，学科融合，项目化学习，以及渗透其间彰显传统与现代的教育场景，既丰富了学生在校园的学习生活，又从更多的维度上改变师生对课堂的理解，作业习得概念的认知与落实。

海创校园设计(场馆) 例举

- “海创粮田” (◆) “海创电影院” (◆) “海创昆虫馆” (◆) “海创果园” (◆) “海创桔园” (◆)
 “海创语言馆” (◆) (“海创英语馆” “海创法语馆” “海创日语馆” “海创韩语馆” “海创西班牙语馆” “海创阿拉伯语馆” “海创俄语馆”)
 “海创土豆园” (◆) “海创竹园” (◆) “海创麦田” (◆) “海创葡萄园” (◆) “海创陶艺馆” (◆)
 “海创葫芦园” (◆) “海创花园” (◆) “海创西瓜园” (◆) “海创稻田” (◆) “海创智慧书法馆” (◆)
 “海创花生园” (◆) “海创番薯园” (◆) “海创南瓜园” (◆) “海创自留地” (◆) “海创绘画馆” (◆)
 “海创体艺馆” (◆) “海创机器人中心” (◆) “海创葵园” (◆) “海创直播馆” (◆) “海创迷宫” (◆)
 “海创造纸馆” (◆) “海创织布馆” (◆) “海创动物园” (◆) “海创珍禽馆” (◆) “海创树屋” (◆)
 “海创香料馆” (◆) “海创邮票馆” (◆) “海创水系统” (◆) “海创中草药园” (◆) “海创射击馆” (◆)
 “海创击剑馆” (◆) “海创数据中截图(Alt + A) “海创科技馆” (◆) “海创荷园” (◆) “海创房子” (◆)
 “海创种子馆” (◆) “海创钢琴馆” (◆) “海创汉字馆” (◆) “海创印刷馆” (◆) ……

注：黄背景为已建成，绿色为正在建设，无背景待建

图 14：场馆设计建设例举

两年来，学校开展的各级各类活动数不胜数，其中以“海创粮田”为核心开展的教育项目让学校成为中央电教馆劳动教育专项数字资源实验项目种子学校；学校整体研究项目已产生多项实践成果，并被十余家媒体多次报道；场馆课程研究成果已作为典型在全区成为示范；教师各类研究成果、论文已有十数项。同时双减实施后，课后拓展课程的开展极大丰富了孩子们课后托管时间的学习，我校扎实开展150多门课程，力求让孩子在拓展课程中有“100种奇妙体验”，相关的学后托管服务短视频入选浙江省第一批中小学落实“双减”短视频推荐名录。

基于场馆课程的开发与实施，深深影响了学校教师对教与学的认知，带来的是教师对课堂教学观念的转变，在现代化进程的时代，学校始终立足于儿童的可持续发展而做出努力和改变。

建“六化”作业，促提质强校

杭州市余杭区良渚第二中学 王卫华 栗志（执笔）

一、学校概况

良渚第二中学位于余杭区良渚街道棕榈路103号，学校目前共有30个教学班，学生共1329名，在编教师106人，其中有省特级教师2人，区名师1人，区学科带头人6人，市教坛新秀13人，区骨干教师29人，区教坛新秀32人，区青年岗位能手30人，教师老中青结构比例3:3:4。

学校以“良”为核心文化，以“做善良有为之人”为育人宗旨，以“博学修德 良行足下”为校训，以“守良箴 秉良性”为校风，以“铸良师 琢良玉”为教风，以“育良习 致良知”为学风，以“良文化+”引领学校内涵品质发展。

近年来，学校内抓素质，外塑形象，不断锤炼学校特色，打造学校品牌，提升学校品位，全面提高教育质量和办学水平，努力打造杭州城北区和良渚新城“家门口的好初中”。

二、问题聚焦

如何做到在“双减”环境下“减负不减质，减负不减责”，这是一个值得研究的一个课题，但是学校的常规教学往往存在以下问题：

1. 老师重在“讲”，为提升学业水平而重复布置作业。

常规教学老师们在备课时思考如何把40分钟讲出层次、讲出效果，更多放在“讲”上面，大多数老师把教学重点放在如何把课本知识讲透、把解题过程讲清、让学生生成更出彩。而对于“练”与“习”有“随意”之心。因为有午间、有课后服务、也可以留作家庭作业、甚至有“占用”非语数外学科的不妥做法。这些作业多有“封闭性”，缺乏生生间的“合作”、“探究”，抑制了学生间交流互动探索能力的培养。

2. 学生疲于“做”，为提升学业水平而反复作业练习。

常规教学学生的学习都被安排得满满，作业本、资料本、练习本、试卷等，每天各学科加在一起至少有四、五种作业。课余时间基本都用在做作业上，而这些作业大多是重复的机械性的抄写，反复地练习，让很多学生疲于应付，学生很少有自主学习和自主思考的时间与空间。与此同时，非对即错的绝对性作业答案“挫伤了学生答题的积极性，抹杀了学生自主表达的创意，造成学生的依赖性和思维僵化”。瞧，事实就是这样让人无奈。

3. 作业不够“精”，为提升解题能力而机械重复训练。

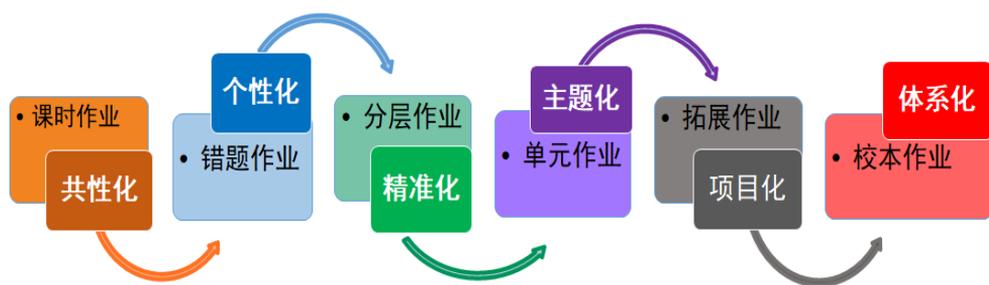
常规教学学生的练习不够“精准”，无差异作业导致学生“饥”“饱”不均，为提升解题能力而机械重复训练。作业缺乏应该有的层级性与精准性，缺乏因材施教，未能充分体现尊重人的个体差异。整齐划一的单向性作业使“饱”者撑得够呛，使“饥”者食难裹腹。那为什么老师们还要这样做呢？因为方便操作。一般规模的学校班容量不下四五十人，处理作业是任课老师的一项繁重工作任务，再把作业分成若干等级，无疑会增大工作量，试问有谁愿意为层级性与精准性这样做呢？

4. 错题用的“少”，为完成过多作业而无暇顾及错题。

常规教学不少的学生在学习中对错题因学习时间紧、任务重而不重视或来不及纠错与总结，忽视错误或者小觑错误本身就是很不明智的，对错误要有足够的重视才能够不犯相同的错误。以前出现的错误总会在后面的学习中不断重复，得不到及时的克服，而如此不断的知识盲点堆积，使学生后续的学习受到了影响，同时也浪费了宝贵的错题资源，不能使学生通过个性化学习又快又好的提升学业水平。

三、解决举措

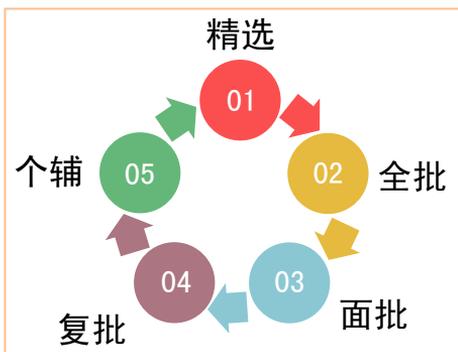
针对上述问题，良渚第二中学实施了作业的“六化”，让作业的设计更加科学性，更加高效，更加适合学生的发展。



1. 课时作业共性化

教师每堂课后会都会布置一些共性作业，这些作业是对当堂课时的教学内容的检测、巩固与提升。这个作业是需要共性化的，因为课堂教学的内容是一致的，教学进度也是相同的，作业内容需要大致相同。通过这个作业的完成情况教师能够发现学生对课时教学知识掌握情况，然后根据学生掌握情况进行调整教学方法和教学进度。教师在布置作业的时候需要考虑学生的课堂学习情况，当堂检测之后的课后作业是教学的关键。

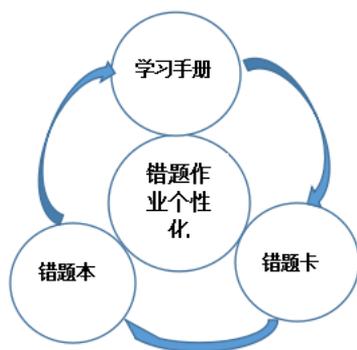
课时作业注重课时目标巩固、应用及其与下节课之间的衔接性，由浅入深、循序渐进、分层递进、逐步拓展螺旋上升形式满足不同程度学生需求，实现学科核心素养的培养目标。



2. 错题作业个性化

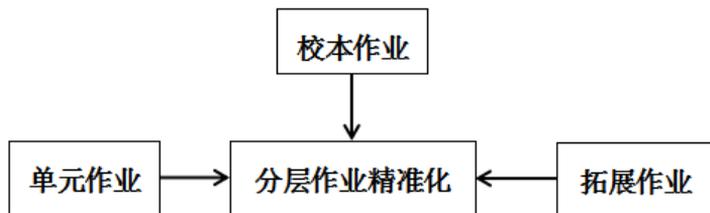
个性化错题作业主要是针对错题本和错题卡的运用。学生平时作业中的错题通过大数据的手段运用平台自动生成有针对性的个性化作业，加强对学生的深入训练。个性化作业主要通过学习手册来体现，有成长记录、典例精讲、必做模块、选做模块、拔高模块五个模块。

成长记录展示学生历次测验成绩记录、优势劣势分析以及个人成绩与班级成绩的对比，典例精讲用于教师试卷讲评课和学生随堂练习。必做模块是按最佳作答时长40分钟为学生推荐的个性化试题，选做模块是为学生在学有余力的情况下推荐的试题，以帮助他实现知识强化，拔高模块是为学尖生提供的拔高训练题，用于学尖生进一步拓展提升。



3. 分层作业精准化

学校分层作业精准化的建设主要是从校本作业、单元作业、拓展学习资源三个方面进行建立。建立好相应的资源库以后，学生的作业可以通过学校的大数据精准教学平台一对一地个性化布置。并且对不同的学生有不同的拓展资源的推送，让每个学生都能够收到适合自己的相关资源，而不会千篇一律地做同一个作业。也为学生作业二次改进留下相关的痕迹，让学生更好地提高学习效率。

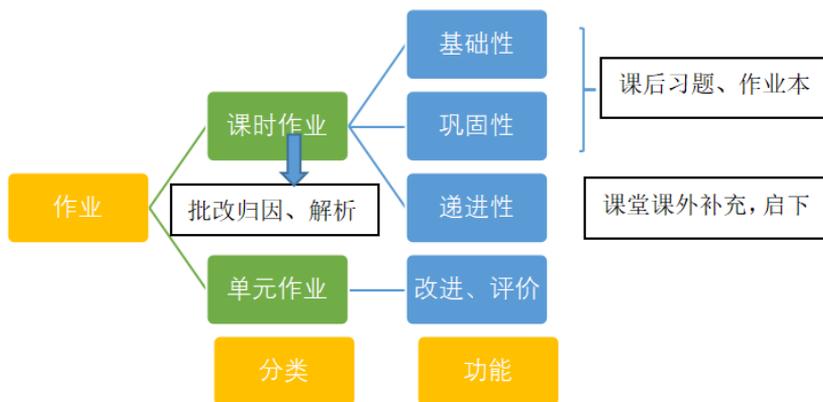


实际上我校对于规范作业的设计，并不是一朝一夕的想法，而是有着长远打算的，从智能组卷到智能采集、再到智能分析和教学应用，紧密地把教学与数据结合在一起，相辅相成，通过体系的建构，不仅促进教师的教，更是促进学生的学。

4. 单元作业主题化

学校以杭州市提质强校首批试点校第五联盟组教师“单元教学的作业设计”评比为契机，聚焦学科本质，依据学科教材，在提高单元教学质量，加快实施项目化作业设计。基于单元视角下的项目化学习作业设计，不再是一课一练的单独训练，而是进行两周、三周或更长时段的单元作业设计，协助学生深刻地理解主要概念，以“高阶思维的发展”和“能力的培养与运用”为目标。单元作业注重整体性、结构性、评价性。单元精准达标作业设计是在单元知识学习结束后（也可以分课时），对各节凌乱的知识进行系统研究，形成知识的网络化和系统化，使课内知识与课外的拓展相结合，识记与探究相结合，动脑与动手相结合的综合性的作业设计，对检验学习成果及检测能力的提高有着重要的作用。

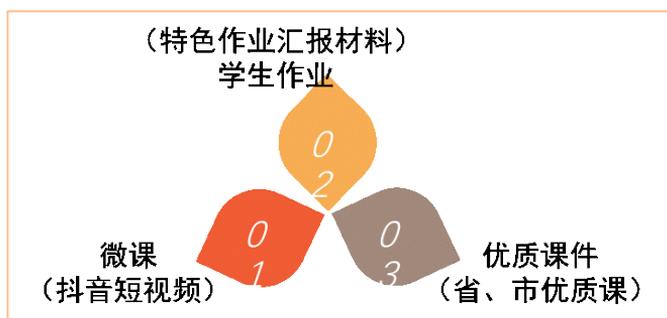
这样的作业模式注重知识间的关联性、递进性，通过对作业进行整体规划和有效设计，帮助学生循序渐进、层层深入地落实单元的知识点，逐步引导学生认识学科的本质，提高了学生的学习素养，培养学习能力。学生借力生活素材，在项目活动中达成学习目标，提高学习能力，养成良好的学习习惯，调动知识，解决问题，迁移运用，最终“走向核心素养”。



5. 拓展作业项目化

拓展作业让孩子们的学习不再枯燥乏味，让学习可以非常轻松！能够充分调动学生的积极性、主动性和创造力，提高学习兴趣，也鼓舞着学生更加努力完善自我，扬帆远航！

尝试梳理各学科的一些拓展作业并将之进行整理、留档，形成基于我校学情的一些拓展作业，如微课（抖音短视频，尤其是科学学科的实验）、学生拓展作业展示（道德的时政小报、语文的手抄报、科学思维导图等）、优质的课件资源等，都可供学生自主学习，或者借鉴别人的特色之处，取长补短。



拓展作业由探索确定，达到百花齐放的效果，每个老师的特色各不相同，可以是一张手抄报，也可以是一段朗诵视频，还可以是手工制作的一件工艺品。这些拓展作业完成以后可以把学校的教学楼布置起来。这样教学楼前形式丰富、布置新颖、色彩绚丽的作业展区，成为校园内一道亮丽的风景。英语组的英语海报、道家组的实践小论文、数学组的知识树、社会组的“记录时代印记，寻找老照片”展板……这些创意而又个性化的实践类作业，从不同角度展示了学生的学习、实践、生活等情况。

6. 校本作业体系化

校本作业设计过程中坚持学生的主体地位不动摇，从学生中来，到学生中去。教师充分考虑学生已有经验和基础、知识直接最近发展区，考虑义务教育阶段培养目标：面向全体学生，适应学生个性发展要求，使得人人都能获得良好的教育，不同的人学科知识上得到不同的发展。

为了减轻我校教师的工作负担，在单元学习的基础上，深入研究整个教材体系，根据学生的认知特点和本单元的教学内容、教学目标、教学重难点等，对教材内容进行重组，由浅入深、由易到难的确立本单元的知识体系。以大数据分析为依托，教师要对每个学生的目标达成情况要有统计和跟踪，对单元达标作业要进行二次修改，并由备课组统筹修改使用。

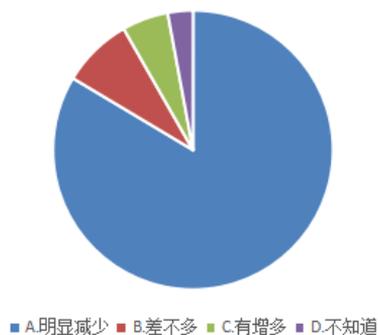


四、效果影响

良渚第二中学开展的“六化”作业设计，充分贯彻了“双减”要求，以“减负增效”为目标，将学生喜闻乐见的项目设计成学生需要完成的作业，指向素养的全面提升。

“六化”作业设计，在教育教学中有参考借鉴意义，教师通过提供平台和支架，最大程度发挥学生的自主性，让作业设计得到更高效地运用。通过对学生的调查问卷，了解到，六化作业实施以后，学生的作业量比以前减少，作业时间缩短了，而作业的效率却提高了。

我们从作业量和学生完成情况设计了一个调查问卷，了解双减学生带来的影响：



从调查结果来看，学生对我校的双减工作大都还是持肯定态度的，感到作业明显减少的达到 85.26%，感到有增多的学生只有 5.45%。这从一个侧面说明我们的六化作业设计还是非常合理的，也能够让学生从中切实地感到了双减的效果。

学校经过一段时间的作业六化的实施，也在一定程度上有效地减轻了学生在校的过重负担，激发了学生的学习积极性，也提高了学生的学习效率。“六化”引领下的教学作业设计，值得深思和实践，相信在不久的将来，我们能够立足此基础，改进升华，探索出“六化”引领下教育教学课堂作业设计的更系统和完善的办法。

（一）套餐式设置：五天不重样，门门有质量

通过前期摸底调查，我们按传统文化、体育健身、综合实践、艺术素养、科技创新五大类进行课程配置，教师根据个人特长任选一个领域进行课程的开发，上报学校；校级层面进行统筹，面对开设不足的领域，聘请外部教师以及家长进行补充，一些关键课程，聘请专家学者坐镇实操，促使我校课程不仅五天不重样，更是确门门质量有保证、班班有特色、人人有收获，如一（1）教室门口贴着的课程套餐，从周一到周五分别是乐高、原创绘画、足球、硬笔书法、围棋五门课程。这样丰富多彩的课程套餐全校共有 36 个，共 110 门，每周计 180 课次，较好地体现了课程的选择性。

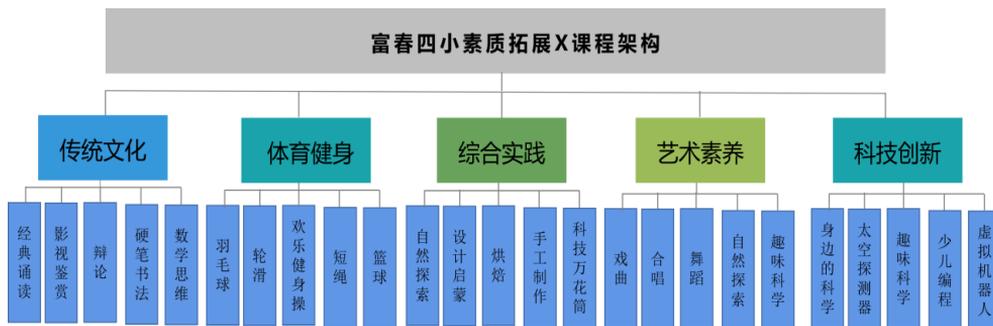


图 2:套餐式课程（部分）

1. 立足校内师资，设置学科类拓展课程

教师是实现高质量课后服务的核心，在整个系统工程中起着关键作用。我校 108 名教师自力更生开发课程，有一种“劈开太行山，漳河穿山来”的豪迈。除了有专长的特色老师，更多的老师“抱团前行”，利用教师社群的方式，分组进行优质课程的设计与研究，用集体的智慧建构极富生命力的“综合性学习课程”，灵活地将学科课程发展成为适宜学生拓展学习的丰富养料，充分突显课程综合性、实践性、趣味性。

2. 引进校外师资，丰富专业类拓展课程

学校积极引进校外专业教师，拓展教师渠道，丰富课程内容。他们与学校教师形成优势互补，为孩子们带来了国家课程、地方课程和校本课程之外内容丰富、形式多样的兴趣课程，使课程更加富有活力和个性，深化了校内外合作的领域和内涵。我校共引进来自不同领域的 33 位专业老师，承担 15 门课程，共计 77 课次。乐高、足球、舞蹈、轮滑、设计启蒙……课程精彩纷呈，学生兴趣浓厚。

3. 外聘各界专家，开辟场景类拓展课程

我们建立了专家资源库，使得学校资源能够和社会资源得以充分整合。入库专家是在自己工作领域颇有研究的专业人员，有来自家长群体，有来自科技馆、博物

馆、植物园、亚林研究所、亲子乐园、儿童之家、区青少年宫、社区活动中心的老师等。专家们根据所擅长领域，来校执教中草药医学、科学制作、民俗文化、生命教育、法制教育等若干类别课程，还将学生的学习延展到他们的工作场景，工厂、农场、商场、医院、消防队、法院及大自然中，在实践探究的研学空间里，回归儿童完整生活，建立课程的跨界与连接，促进学生快乐成长。

（二）选餐式推送：满足个性化，班班有特色

为满足学生个性化需求，学校根据预报名情况开辟钉钉选课平台，设置38人为每个课程套餐的上限人数，组织各年级学生采用电脑或手机抢选的方式进行选课。首先将开设的“素质拓展课程套餐一览表”推送给大家，请家长和孩子认真阅读，备选心仪的课程套餐；接着约定时间集中进行选课；最后根据报名结果进行微调，并组织第二轮补报，选出自己心仪的课程套餐。

四（5）班方一灵同学开心地分享说，她选择了套餐一，周一是轮滑课，周二是英文动画赏析，周三是硬笔书法，周四是辩论小达人课程，周五是鼓乐演奏。不同类型的课程，可以满足她的多项爱好，真是太棒了。作为二胎家长，赵女士对富春四小的课后服务也非常满意，“我的两个孩子，一个在一年级，一个在四年级，之前要给他们在培训机构报兴趣班，比较单一，现在校内选择，每周有五项课程，内容很丰富，可以更好地看出孩子喜欢什么项目，再有针对性地进行培养。”

（三）走班制实施：全员动起来，人人有收获

走班制以套餐为基础，学校根据课程性质和现有条件，合理安排上课场地。第一类课程，大空间活动，如足球、轮滑、田径等课程均在操场；第二类对场地有特殊要求，安排在各个功能教室，如乐高、舞蹈、虚拟机器人编程等；第三类对场地没有严格要求的课程在教室上课。走班制，让不同班级学生组合在一起，不仅可以充分满足学生个性化需求，还可以增强学生的互助合作，促进社会情感能力的发展。在实施过程中，学校教师、外聘教师、专家队伍协同发挥作用，保障实施质量，合力打造X课程“快乐之旅”。

2021-2022二年级学后托管服务报名表

*学生8位有效学号
请填写数字

*学生姓名
暂无内容

*所在班级
暂无内容

*请选择素质拓展服务套餐
请选择

说明：拓展服务每项套餐有5类，对应周一至周五的课程。套餐以先报先得的方式进行，报满就不可再报。

*套餐当前可报人数
暂无内容

*报名机会
暂无内容

*上传家长亲笔签名
+

图3:钉钉报名及选课表单

1. 立足学科特色，进行转化融通

以学科课程为基础，进行转化与融通，实施具有整体且能够彰显学校特色的课程。比如语文组设计基于读、说、评、辩、演等综合素养，开辟学科拓展系列课程：“百本名著计划”，在阅读的海洋里游泳；“课本剧表演”，寻找素材、自编剧本及排练演出；“辩论小达人”，培养学生的分析、思辨能力，提升高阶思维水平；“非遗探访”，推动继承与发展中华优秀传统文化，升华学生的家国情怀和民族情感。同组老师进行课程研发共享、巡回走班上课等，极大地增强了课程自信，激发了主动提质的愿望。

2. 立足校园生活，散发课程魅力

不同学科组的教师以兴趣结盟，充分利用校园内的动植物资源，通过项目式的学习方式，结合季节特征，开展亲近自然的课程。包括我和大自然、植物印章、制作我的种子图谱、树叶飘带、制作校园动物分布图、校园植物大搜索、制作植物铭牌、枫香树调色盘、果实游戏、认识昆虫、林中小窝、昆虫旅馆、昆虫标识牌等课程，带学生们走进一个生机盎然的自然世界。通过精心为孩子准备一系列自然活动，建立“人与自然合一”的理念。这一过程中消弭了语文、科学、美术、劳动等学科的界限，有主题、有活动、有成果，生机无限。

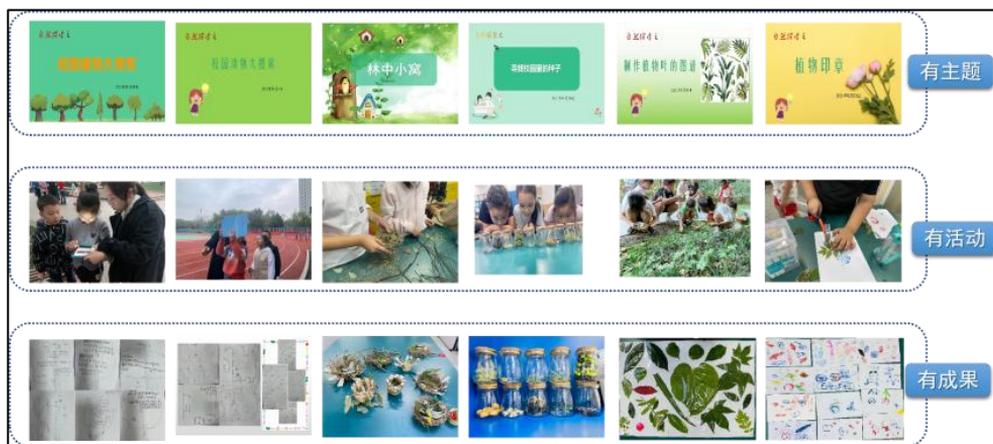


图 4:自然探索课内容（部分）

3. 立足项目主题，进行跨科统整

同一套餐的五位教师，可以在素质拓展课程时段，共同实施主题鲜明的个性化课程。茶文化主题周里，学生在一周的x课程时间里完成对茶文化历史的认知、相关古诗词的学习、茶道礼仪的体验、宣传广告的设计、走进茶园体验种茶、摘茶、制茶的乐趣。既体现课程特点，又以强大的向心力组合到一起，学生快乐翻倍，收获升级。

“冬至”主题周里，老师们围绕主题，发挥创意，共同备课，进行跨领域的统整与合作，开发并实施课程：通过诗歌、谚语，用浓浓的语文味了解冬至的文化习俗；了解“数九歌”与节气的对应，学习用数学知识来算一算每一年的冬至日到底在哪一天；通过展板和模型了解冬至日的科学原理、日地位置，利用太阳高度仪测量太阳高度和气温；画一画、剪一剪、贴一贴“福”字；通过劳动来体验冬至习俗，合作包一包、煮一煮、尝一尝饺子……传统文化、体育健身、综合实践、艺术素养、科技创新五大类课程



图 5:冬至主题日科学空间现场

都可以将冬至与学习内容相结合，让孩子们感受冬至节日气氛，发扬传统文化，学习科学知识，提升劳动技能，传递出冬至这一传统节日的特别意义。

四、效果影响

1. 学生兴趣盎然

经过一学期的实施，我校学生参加 X 课程的积极性很高，呈现一幅欣欣向荣的景象。在 X 的课程培养下，学生能够进行正向迁移，他们人人认为自己有特长，闪光点得以挖掘，从而变得更加阳光和向上。在区级以上篮球、轮滑、诵读、课本剧、征文等省市区各级比赛中获奖 300 余人次。秋冬季以来区级及以上的体艺赛事捷报频传，区合唱比赛金奖、区运会亚军、男篮冠军、杭州市亚军、区体质抽测冠军……更有我校轮滑校队成员俞宸铭代表浙江参加在上海市举行的长三角轮滑总决赛，夺得少儿男子甲组花式绕桩冠军和少儿男子甲组速度过桩亚军。喜讯传来，大大激发了各年级轮滑队的学习热情。



图 5:长三角体育节轮滑联赛总赛颁奖

学校课后服务的质量牵动着每一位家长的心。学校对参加素质拓展课程的学生进行调查，借助钉钉系统开展了“X 课程家长满意度调查”，向参加 X 课程的 1221 位学生的家长发放问卷，了解家长的评价和建议。据统计，95%的家长对孩子所参加的 X 课程表示满意，认为孩子在学校里学有所得。进入冬季以来，天黑较早，我

2. 家长遂心如意

学校课后服务的质量牵动着每一位家长的心。学校对参加素质拓展课程的学生进行调查，借助钉钉系统开展了“X 课程家长满意度调查”，向参加 X 课程的 1221 位学生的家长发放问卷，了解家长的评价和建议。据统计，95%的家长对孩子所参加的 X 课程表示满意，认为孩子在学校里学有所得。进入冬季以来，天黑较早，我

校学生 X 课程退选率不足 2%，家长表示孩子不愿放弃自己喜爱的课程，深感“有兴趣就不是负担”。

3. 老师拔节成长

在“X 课程”的设计和实施过程中，老师们抱团前行，集体备课共同研发课程，相互学习巡回走班授课，极大地提高了课程质量。老师们也在一次次探讨过程中深化了对课程的认识，增长了专业技能，人人拥有主课以外的“第二专业”。本年度有 10 余名教师在省市级获得各类奖项，50 余名教师在区各级各类竞赛中获一二等奖或获得富春名师、区学科带头人、教坛新秀等荣誉。2021 年 12 月，语文教研组被评为“浙江省先进教研组”。

4. 学校广受好评

我校“X”课程的开设和实施工作得到社会及家长的广泛认可与欢迎。学校多次在区域作经验介绍。《以约定促双减，以双减助成长》《是什么让这所学校的课后服务变得有趣、有料、有温度》等 10 余篇文章在《人民教育》《光明教育家》《人民政协报》《富阳教育》公众号刊出。《杭州教育发布》公众号以《双减之下，富阳各小学优化课后托管服务，让学生开心、家长放心》为题对学校经验进行专项报道。

七彩3+4：“双减”背景下学生居家活动设计与实践

杭州市富阳区胥口镇中心小学 徐明军

一、学校概况

杭州市富阳区胥口镇中心小学是富阳西部山区一所农村学校，有在校学生452名，所辖两个校区，17个教学班，41位在编教师。学生家庭构成以留守儿童、外来务工人员子女居多。学校有着悠久的办学历史，1946年富阳名人上海法学院毕业项墨庄资助创办的“塔山乡第二中心国民学校”（塔二）是学校的前身。近年学校聚焦于内涵发展，品质提升，坚持“守望孩子幸福童年 促进师生共同生长”办学愿景，以“跑得起来 静得下来”为育人业态，全面推进人文校园、书香校园、美丽校园建设，努力推进乡村教育振兴，实现乡村教育共富。

二、问题聚焦

“双减”政策实施后，学生居家自主支配的时间增多，家长与孩子共同规划、陪伴成长的空间增大，但是农村家庭的家长有效陪伴意识淡薄，家庭教育缺位，主要表现在：

1. **农村学生缺少积极向上的家庭教育氛围。**家庭教育是学生健康成长不可或缺的因素，农村教育要实现质量提升，必须补齐家庭教育这块短板。

2. **农村学生缺少内容丰富的居家活动指引。**“双减”后学校倡导“书面作业不回家”，学生居家时间的留白，缺少丰富而有意义的居家活动的支撑，不可避免会出现沉迷于手机、游戏、电视情况。

3. **农村学校缺少融合家庭教育的有效载体。**学校教育与家庭教育容易成为两条平行线，居家活动指引可以成为家校共育的新载体，让老师和家长一起见证经历学生的成长。

三、解决举措

“双减政策”落地是落实学生减负工作的重要举措，也是促使家校教育观念转变的重要行动。为配合双减政策落地，学校开展“学后托管”服务，以“书面作业不回家”为工作目标。没有了书面回家作业，学生在家有了更多时间的留白。如何更好的利用家庭教育的阵地，提升学生素养，学校以“七彩3+4 快乐过童年”学生居家活动指引为融合家庭教育的新载体，引导学生居家开展形式多样、内容丰富的居家活动，给孩子一个健康快乐的童年。

1. “七彩3+4 快乐过童年”项目工作目标指向

(1) 减轻过重课业负担，回归愉快童年居家生活。童年的居家生活应该是有

趣、快乐、色彩斑斓的。审视当下的教育业态，应试教育的痕迹仍然很重。过重的课业负担换取看似喜人的分数，是教育的短视，牺牲的是学生身心健康和对学习的兴趣。“作业不回家”是我校开展学后托管服务的目标，意在减轻学生过重的课业负担。回家后没有枯燥、机械的书面作业，可以让每位孩子回归温馨、愉快、有趣的居家生活。

(2) 转变传统育儿理念，构建和谐家庭教育生态。家庭环境是影响学生健康成长最重要的环境。随着“双减”政策的出台，教育环境的不断改善，很多家长的教育观念也悄然发生了变化，走出分数的沼泽正在成为大多数家长的共识。学校“七彩3+4 快乐过童年”项目有意促使家长家庭教育观念的转变，引导孩子更多参与到童趣味、人情味的实践活动中来。引导家长打开教育的视角，构建更为和谐的家庭教育生态，对孩子的健康成长产生积极影响。

(3) 倡导真实教育情境，指向核心素养教育理念。告别了书面作业，有了更多时间的留白，为家庭教育腾出了更多的时间和空间。家庭教育“人人、处处、时时”可学，最符合真实教育情境。学校主导安排居家活动项目基于学生核心素养理念设计，多为提升身体素质、丰富人文素养、发展科学能力、培养劳动习惯、强化道德体验等实践性内容。

2. “七彩3+4”学生居家活动指引实施路径与架构

让快乐童年看得见，“七彩3+4 快乐过童年”项目具有可操作性、方向性和指导性，学校明确了实践活动的实施路径与内容架构。我们将一周七天时间，每天为学生设计一份实践活动指引单。体育锻炼、家务劳动、经典阅读等三项为基本项目，要求学生每天坚持完成，素养练习、亲子活动、道德体验、社会（创新）实践等四项为自选项目，学生每天可选择其中一项尝试完成。我们对各项内容进行细化和明确，便于引导学生和家长共同参与。

“3”项基本项目

体育锻炼：跑步、跳绳、篮球、足球、羽毛球、乒乓球等体育运动或立位体前屈、仰卧起坐等身体素质练习。

家务劳动：洗菜、烧菜、做饭、洗碗、洗衣、折衣、扫地、抹地、整理房间、打扫庭院、农事劳动等兼顾安全性又适合学生完成居家活动。

经典阅读：每月推荐两本必读书目，包括学生自选书目，引导学生居家闲暇时间阅读，同时坚持养成每天睡前半小时阅读习惯。

“4”项自选项目

素养练习：竖笛练习、儿童绘画、书法练习、美术手工、海报设计、影视赏析、音乐舞蹈等体现艺术素养熏陶与练习内容。

亲子活动：亲子谈话、亲子游戏、亲子散步、讲故事、才艺表演、棋类活动等

体现亲子沟通的活动内容。

道德体验：社区公益、爱心捐助、尊老爱老、孝善长辈、关爱他人等体现弘扬爱心、做知法守法小公民实践活动。

社会（创新）实践：考察家乡的名人名胜、了解家乡的风俗人情、制作家乡传统美食等社会实践活动，以及科技小发明、科学小实验、社会小调查、垃圾分类督察员等创新实践活动。

3. 快乐过童年居家活动的过程管理与评价跟进

(1) 编制七彩活动记录本，让活动内容清晰可见。为了更好开展对学生居家活动的指引，让学生居家活动更富有成效，学校编制七彩活动记录本，学生可以每天对活动完成情况进行记录，并对自我表现以星级形式进行评价。活动内容清晰可见，活动过程留痕，方便家长参与评价与管理，也可以让学生感受到参与的乐趣。

(2) 开展多元评价整合，让活动过程精益求精。学生得到积极和肯定的评价，居家活动表现会更出色。每天学生对自我完成情况进行星级评价外，教师、家长每周会对孩子居家活动表现进行定性评价，肯定其取得的进步，并提出合理建议。同时为了更好体现评价激励导向功能，学校结合“七彩3+4”居家活动内容，制定“七彩锻炼之星”、“七彩劳动之星”、“七彩阅读之星”、“七彩才艺之星”、“七彩孝善之星”、“七彩创新之星”、“七彩亲子之星”等评选细则，开展对学生居家活动量化激励评价。

(3) 创设多维展示平台，让活动成果异彩纷呈。“双减”背景下学生富有意义、形式多样的居家活动，对于锻炼学生的能力、提升学生素养起到了积极的促进作用。为了更好的鼓励学生参与居家实践活动，学校创设各种各样的平台，为学生提供一个展示的舞台。通过学校科技节、艺术节、体育节、劳动节、读书节等整合居家活动内容给学生提供一个才艺展示的舞台，通过书画作品展、实践成果展等对学生居家活动成果进行展示。

4. “七彩3+4 快乐过童年”项目优化与课程实施

(1) 学校主导：将学生居家活动纳入教育管理范畴。学生居家活动是家庭教育的重要内容，是学校教育的补充和延续。“七彩3+4 快乐过童年”项目所实施的内容与学校教育教学活动有机渗透融合，能够对学生综合素养提升产生积极促进作用。因此在“双减”背景下，有必要将学生居家活动纳入学校教育管理范畴，通过内容指引、过程管理、活动评价等，促使项目开展取得实效。

(2) 家校合力：将学生居家活动纳入家庭教育范畴。学校地处农村环境，家庭教育氛围较为欠缺，农村环境很多独特的教育资源可以为居家活动所利用。学生有效的居家活动为家庭教育打开空间，也能够帮助家长纠偏，控制学生接触电视、电脑、手机等电子产品时间。引导家长转变观念，学生不仅要会“学”，还要会“玩”，

家校形成合力，对学生居家活动进行有效引导和管理，是最好的教育。

(3) 优化内容：将学生居家活动纳入课程建设范畴。“七彩3+4”居家活动内容，在项目启动之初兼顾是内容和方向选择，起到的更多是引导作用。随着项目推进，其实践内容也不断为学生和家长所接受。为了使项目更具可操作性、实效性，根据三项基本项目、四项自选项目内容，将居家活动指引纳入课程建设范畴。学校将根据不同方向内容和不同学段要求，对居家项目进行序列化、精细化编排，以课程形式呈现，更好的促进项目实施。

四、效果影响

1. **学生居家生活从呆板到丰富。**学生居家活动指引改变了以往学生禁锢于书面家庭作业现状，也改变了学生闲暇时间沉迷于手机、游戏、电视的不良行为和生态。进行形式多样、内容丰富居家活动，让学生居家生活更有意义，内心更趋丰盈，从而激发学生学习的内驱力。

2. **家校沟通内容从分数到素养。**学生居家活动指引契合“双减”理念，切实为学生减负，家长教育理念也悄然发生了变化。因为“作业”家长和子女之间的冲突不复存在，丰富的居家活动对于营造和谐的家庭关系起到了积极的促进作用。家长与老师的沟通，也从以往单纯的考试分数转向于学生的才艺表现、身体素质等内容。

3. **学生综合素养从弱化到提升。**农村学校办学品质提升，需要补齐的是学生综合素养提升这块短板。近年学校完善课程设置、丰富活动载体，体育艺术教育取得较为丰硕成效。“双减”后开展居家活动指引更是丰富了学校提升学生综合素养的载体和渠道。虽然是一所偏远的农村学校，2021年学校学生体质健康监测位列富阳区46所小学第11位，音乐素养监测位列第9位，学校参加区第50届中小学生田径运动会，获小学B组团体总分第2名。这些成绩的取得离不开“双减”工作实施后，学校融合家庭教育，开展的指向于学生核心素养提升的居家活动指引。

“儿童喜欢尘土，他们的整个身心像花朵一样渴望阳光。”（泰戈尔）没有了书面作业，鼓励每位同学积极的行动起来，更多的参与实践、体验、劳动、锻炼，一定可以学到比课本上更多的知识。相信家长的引导，同学们的坚持，我们一定能融合家庭教育新蓝海，每位学生一定会找到属于自己更愉快的童年。

“双减”背景下“双15+”课堂改革的实践研究

桐庐县旧县中心学校 吴火桂

一、学校概况

旧县中心学校是桐庐县唯一的一所九年一贯制公办学校，全校有18个班级，在校学生501人，在职教师52人，其中高级教师13人，杭州市教坛新秀3名，县级骨干教师9人。近年来，学校办学条件日益改善，教育质量提升明显，先后被评为浙江省体育特色学校、浙江省“三育人”先进单位、浙江省标准化学校、2017、2018和2020学年均获得桐庐县综合目标考核优秀单位等荣誉。射击射箭是学校的特色项目，学校射击队多次在省市各类比赛中获奖，为上级体育部门输送了大批射击射箭运动苗子。学校以“勤奋、求真、创新”为校训，以“学为中心、发展特色、快乐学习、幸福成长”为办学理念，以新时代“鸿儒”为培养目标，积极营造“静、准、稳”的校园文化氛围，努力打造“小而美、小而优”的农村精品学校。

二、问题聚焦

旧县中心学校，距离县城较近，生源流失较为严重，近45%的生源为外来务工人员子女，父母忙于生计，没有时间也缺少有效的方法来帮助学生成长，大部分家长依赖学校教育。学生的生源底子薄弱，在这种情况下，学生的两极分化现象尤其严重，因此，基于学校发展的现实需要，要实施分层走班教学，如何让每个层次的孩子有不同分发展，让课堂成为师生发展的主阵地，学校班额少，每个年级只有一个老师，如何浓厚学校的教研氛围，也需要有突破口。我们以“双15+”的课堂改革为突破口。

三、解决举措

基于学校农村小微学校实际情况，以及“双减”背景之下，对教师的课堂教学提出了更高层次的要求，我校开始进行了“双15+”的课堂教学改革探索之路。“双15+”是指课堂上要有15分钟的时间留给学生自主探索，每节课要有15个左右的同学回答问题，在这两个必备的基础上教师可以有自己的创新模式，即“+”。为深入推进“双15+”课堂教学改革的实施，我们探索了“134”的校本路径。

“134”中的“1”是指把握一个核心：基于“教、学、评”一致性理念任务单的设计，提升课堂教学实效。“134”中的“3”是指三大行动：即基于“三大行动”激发学习动力，提高每一层次课堂的参与率。“134”中的“4”是指四大研修：即探索基于“四个一”的校本教研，促进教师的专业发展，为分层走班教学的“双15+”课改提供最有力的师资保证。

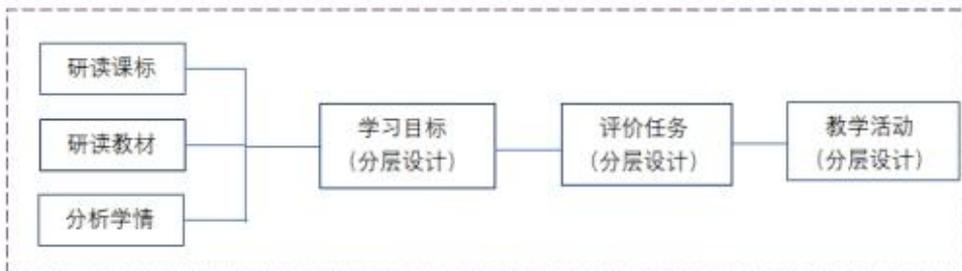
（一）一大核心——提升课堂教学时效

分层走班是一种教学的组织形式，其核心是教学内容和教学策略上的分层，根据教、学、评一致性的理念，教师在备课时首要的是分层制订学习目标，不同层次的学生应有不同层次的学习目标，根据学习目标来设计评价任务，评价任务的主要目的就是为了检测目标的达成情况，在完成学习目标和评价任务的基础上，再来设计相应的教学活动。基于这种理念的教学使得教学从低效繁琐走向有序开放，从随心所欲走向理性导航。

1. 任务单在教学中的使用流程如下：

自主学习——合作交流——展示评价——拓展延伸。其中“双15+”的第一个15即每节课有15分钟时间用于自主学习，教师主要时间分配在第一环节，每节课至少提问15个人可以放在每个环节中，教师可以自由安排。

2. 任务单设计的流程和体例格式：



在推进分层走班过程中，主要载体是任务单，因此在设计任务单时就要充分体现教、学、评一致性的理念。任务单体例的格式如下：

一、学习目标（目标可视化、可检测）
目标 1：
目标 2：
.....

二、学习任务（教学活动中内嵌在学习任务中、内嵌部分评价任务）
任务 1：
任务 2：
.....

三、目标后测
1. 基础检测
2. 提高检测

（二）三大行动：提高课堂的参与率

行动一：全学科参与的实践活动

在提质的同时，如何让学生拥有积极的学业情绪，让学生以饱满的精神状态投入到学习中，我们以多样化的学生活动为载体，在开展常规活动的基础上，学校开始打造学科主题活动周，开展学科节，让学生在接受课堂知识教育的同时，也能感受到学科带来的深度和广度，以更加饱满的精神状态来迎接学习的每一天。先后开展“红星照耀中国”（写作、朗诵、演讲、演绎），“数学核心知识竞赛”，“绘本英语设计和英语文化周”，“科学DIY”，“美就在我身边”等学科活动周。特别值得一提的是，学校针对科学实验的特色，还创新性的推出了“解剖动物心脏”的实验，第一次探索长课的模式，深受学生的欢迎。还打造了具有学校特色的校园科技节。在假期里，设计综合性实践活动，促进全面发展。在此基础上学校还推出了假期综合性实践活动设计，综合性作业设计的案例在杭州市教育局层面作经验交流。本学期，我校第一次组织学生参加杭州市科技节，有5位学生获奖，我校学生参加的杭州市第十七届“品味书香 诵读经典”中小学读书征文中，3篇文章分别获得市一、二、三等奖。



科学小实验



科技DIY

行动二：小组合作的文化和评价建设

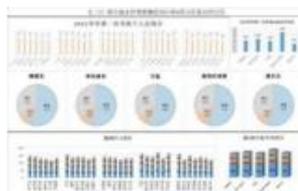
分层走班是教学的一种组织形式，具体在每一个层次的教学班中，学校首先按照一定的条件，通过征求学生意愿和家长意愿，对学生合理分层。一个班一般分6组。分组后，需要对小组进行文化建设的培训，讨论小组的组名、组徽、组训和组规，凝聚全组的力量达成共识，形成大家共同准则。每年在9月份学生入学初举行，从讨论、汇报、讲述、投票等环节，激发小组向上的内驱力。此外，每个月举行小组长的经验交流分享会，在交流中相互借鉴经验。



小组讨论



小组汇报



小组评价

每月开展月学习之星和进步之星的评选，全校每学期建立学科之星，学科新星的评选，构建阶梯式的学生评价体系。制订《某某中学分层走班学科考核细则》采用积分制，分A,B两个层次考核。对每个小组每周进行考核，实行周考核、月考核、中期表彰，获得外出研学机会，每一学年评选度风云学生，获得学校奖学金。对

考核优秀的小组和个人，学校组织学生参加外出研学等活动。本学期，我们基本上实现了学校半月有活动、半月有表彰。



优秀小组外出学习



学生表彰

行动三：走班不“走心” 培养幸福感

走班以后，较容易出现的现象是，学生的归属感和幸福感不强，只有上课时间大家坐在一起，没有多少可以亲近情感的机会。为此，在行政班和教学班之间，学校设计了很多活动。以走班的形式开展体育活动，开展心理健康周活动等等，让学生在参与每项活动中获得发展。

实行双导师制，组建教学班委，定期开展班委会，研究教学班中学生存在的一些问题，并及时同行政班班主任和教学班班主任进行汇报，在教学班中开辟走班专栏，及时报道和宣传走班教学中的教改动态。



美丽教室评比



趣味运动会

（三）四大教研：提供师资保障

校本教研一：分层走班“双15+”的集体备课教研

教研组开展的分层课堂展示之前，教研组要对开课教师的教学设计进行集体研讨，如何更好的落实“双15+”。开课教师要开展两次个人备课，即独立备课，写出教案，按个人见解准备方案，教研组在规定的的时间和地点进行集体议课。研讨中除了评议优缺点之外，需进一步明确拓展研讨的内容，如：教学目标分层如何确定；

教学问题如何分层设计；A,B层学生活动如何设计；整个教学设计是不是做到了以目标为导向；教学重难点如何突破；课堂有可能生成的问题会是什么；分层过关的练习如何编制。

校本教研二：以公开课为载体 浓厚教研氛围

在集体备课基础上，为更好推进分层走班教学，学校通过“每周一课”和“课堂节”来搭建教师交流、研讨和展示的平台。“每周一课”和“课堂节”我们都要求教研组明确评课流程：开课教师第一次开课——组织集体评课研讨（人人听课、人人评课）——开课教师自我修正——开课教师自我完善形成成果并上交开课资料。在分层走班中，主要创设了以下集中形式的分层走班公开课的研讨交流和展示的平台。形式有同一个老师执教A,B两个层次的公开课，两位教师执教A,B两个层次的公开课，两位教师协助执教A,B两个层次的公开课。本学期我们也实现了人人开设公开课，通过这样的活动，让学校的教研氛围更加浓厚。

在公开课中，教师以任务单为载体，落实“双15+”要素，让课堂教学焕发生机与活力。

校本教研三：600秒微论坛话研修，见微知著

以“微论坛”为载体：通过微论坛（时间为10分钟），将教师对分层走班教学的研究以资源共享和个人智慧的呈现来推进。我们的要求是，设计一堂公开课（设计解决方案），撰写一节课例（教学实践），形成一个微观点报告，开展一次全校性的微讲座。我们对微论坛的要求是首先由教研组教师根据教师的个人特长和结合自己分层走班的教学实践自主申报，经由教研组商量统一后，再上报学校，由学校统一做统筹安排。

校本教研四：研讨评价方案 让教师有获得感

充分发挥教师的主动参与性，充分发挥教研组的作用，尊重教研组的意见，学校绩效考核内容重点向分层走班教学改革侧重，并设立年度课改风云人物评选，年度课改优秀集体评选等。通过改变分层走班教学考核评价方式，极大的激发了教师参与课改的积极性，也让老师在参与的过程中，内心有幸福感和获得感。

四、效果影响

（一）建立了校级层面的任务单和校本作业的资源库

在推进“双15+”分层走班教学改革中，通过各个备课组的教学实践，积累了符合我校学生学情的任务单资源库，在双减背景下，我们建立了符合我校实际的校本化的作业的资源库。这些资源库的建立为我校进一步优化教学提供了坚实的基础。

（二）课堂的参与率大大提高

基于“双15+”的课堂，大大提高了学生的课堂参与率，给了学生更多自主学

元生态学习：袖珍小学学生身心健康成长的实践

淳安县鸠坑乡中心小学 汪文晖 郑婷（执笔）

一、学校概况

“双减”旨在减轻义务教育阶段学生的作业负担和校外培训负担，让学生有一个快乐而健康的学习环境。此背景下，农村寄宿制袖珍小学的“双减”却大不一样。因环境和条件的影响，农村学校教学质量和水平远落后于城镇学校，学生课业负担相对于城镇学校较轻松。近年来，不断攀升的留守儿童身心健康问题一直是很多家庭的定时炸弹。当下，农村寄宿制袖珍小学学生的身心健康问题亟待解决。

淳安县鸠坑乡中心小学位于浙西偏远山区，于1952年9月建校。全校共29名学生，近年在校学生数直线下降，大都转至县城学校学习，其他学生或因经济状况、父母离异、学生智力心理等问题留下；学校共有专职教师15名，其中90后教师9名，占60%，工作时间均不超过5年。可以说，这是一所正年轻、活力足、底蕴厚、问题杂的农村寄宿制袖珍小学。

二、问题聚焦

（一）袖珍小学的氛围感缺失

经走访，部分农村寄宿制袖珍小学全校学生少于城镇一个班级的学生，教师更是寥寥数人，偌大的校园里几乎听不到学生的嬉闹欢笑声和朗朗的读书声，校园里一片寂静。对于学校的发展来说，学习氛围的缺失导致了校园学习生态环境的破坏；对于学生的成长来说，学习氛围的缺失导致了身心健康成长的破坏。

（二）留守家庭的陪伴感殆尽

农村寄宿制袖珍小学的存在就说明了一部分问题。纵观学生概况，这里的学生几乎都是留守儿童，长期与留守老人生活；部分家庭父母离异、家长服刑等各种复杂的家庭问题层出不穷。鉴于家长参与学生成长的环节少之又少，因此，教师和学校担负的责任和发挥的作用变得尤为重要，这意味着学校管理模式的变革是农村寄宿制袖珍小学“双减”政策下的实践重点。

三、解决举措

在“五育并举”、“五项管理”和“双减”政策的共同推进下，我校根据农村寄宿制袖珍小学实际情况和学校独具特色的茶文化，提出了“袖珍小学学生身心健康成长的元生态学习实践”的校园管理模式，“元生态学习”概念应运而生。

（一）理念与价值

元生态学习：所谓“元”，即一元复始。“元生态”是一个生态系统最基本的概念和样子，本案例通过实践打造学生身心健康成长最原始的环境。“元生态学习”即通过学校管理模式的创新与改变，创造出适合农村寄宿制袖珍小学的学习生态环境，在实践中巩固“双减”政策下的学习生态模式。



图 1：元生态学习的概念

表 1：本校近五年学生数变化

1. 身心健康发展是基础

人的发展即学生身心健康的发展，是教育最基本的使命和原则。义务教育小学阶段是学生学习、生活习惯养成的最佳时机，这也是成长学习阶段最基础的学习，学校需要创造良好的元生态学习环境。

2. 生态环境提升是手段

依据我校农村寄宿制袖珍型小学的校情，师生数量少造成学习氛围较差，学校需要修护被破坏的教学环境，重塑教育学习新生态，即元生态。“双减”背景下，学校将五项管理渗透进学校管理模式，通过学校组织、教师实施、家长配合、学生参与等，聚焦学生身心健康、立足课堂教学，重塑乡村袖珍学校师生发展元生态。

（二）实践与经验

1. 元生态学习的课堂实践

“20+20”课堂新变革。鉴于我校农村寄宿制袖珍小学的特殊情况，师生数量极少，全部统一或点对点授课都不现实，我们在规定允许范围内将国家标准课程的课堂授课方式做灵活变动：前 20 分钟统一授课，后 20 分钟分层教学。接受能力强的第一梯队学生自主练习，做教师布置的课堂练习或实践活动；接受能力一般的第二梯队学生小屏学习，教师给学生一块平板电脑，播放与课堂教学有关的内容与习题讲解，学生自主学习或复习相关知识，每次小屏学习时间不超过 15 分钟；接受能力相对较弱的第三梯队学生由教师点对点辅导学习，查漏补缺。与此同时，在后 20 分钟的分层学习中，第一梯队的学生在自身任务完成的情况下可对第二梯队学生进行辅导与帮助。

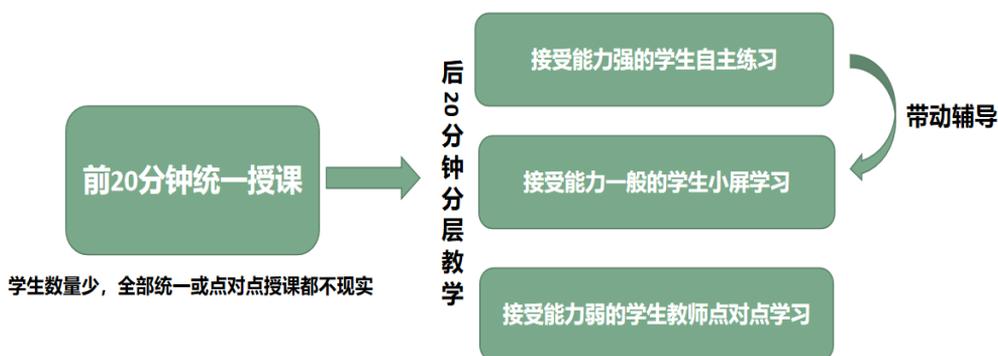


图 2: “20+20” 的课堂实践结构图

身体素质检测成为主流。除了课堂学习方式的改变，在“考试”上我校也进行了变革。因疫情影响，教师发现农村学生相对占优势的视力问题日益严重。为减小视力上升的趋势，我校在积极响应“双减”政策的同时取消了期中、期末书面知识性测试，改为每学期开学、中期和结束的视力“考试”、身高体重“考试”和身体素质“考试”，将视力、身高体重及身体素质检测成绩纳入学期综合成绩，促使学生对自身身体素质的发展有了解、有保护、有促进。



图 3-5: 学生身体素质“考试”

元生态学习模式的创建有效地解决了农村小学学生学习进度跟不上、袖珍小学学生学习能力参差不齐、寄宿制小学学习辅导难以及身体素质跟不上的问题。

2. 元生态学习的课外实践

趣味课程的实践。本校情况特殊，学生数量逐年减少，留守儿童及问题家庭较多，学生接触课外生活的机会几乎没有，因此根据农村寄宿制袖珍小学学生的特点及义务教育小学阶段学生的接受能力，我们除了安排国家基础课程之外，还给学生安排了不同的趣味课程。语文、数学、英语、科学等国家标准课程安排在上午，下午配合综合实践活动开展多种趣味课程。分别是具有鸠坑本地文化特色的茶课、基于学校科技馆开展的科技活动课、学生主导的数学趣味魔方课、蔬果种植尝试的劳动课、徜徉书海的阅读课以及训练口语的英语戏剧表演课等，让学生在学习基础知识的同时有课外延伸，领略每门学科的不同风采。

2021学年鸠坑中小课程总课程表

	周一					周二					周三					周四					周五									
	1年 级	2年 级	3年 级	4年 级	5年 级	1年 级	2年 级	3年 级	4年 级	5年 级	1年 级	2年 级	3年 级	4年 级	5年 级	1年 级	2年 级	3年 级	4年 级	5年 级	1年 级	2年 级	3年 级	4年 级	5年 级	1年 级	2年 级	3年 级	4年 级	5年 级
早读	语文	语文	语文	语文	语文	语文	语文	英语	英语	英语	语文	语文	语文	语文	语文	语文	语文	英语	英语	英语	语文	语文	语文	语文	语文	语文	语文	语文	语文	语文
第1节	语文	数学	语文	语文	语文	语文	数学	语文	科学	语文	语文	语文	科学	语文	语文	语文	语文	英语	英语	语文	语文	数学	语文	语文	语文	语文	数学	语文	语文	科学
第2节	数学	数学	数学	英语	数学	语文	语文	数学	英语	数学	语文	语文	英语	科学	科学	英语	数学	数学	语文	英语	科学	语文	语文	科学	语文	语文	语文	科学	语文	数学
第3节	数学	语文	英语	数学	英语	数学	语文	数学	英语	科学	数学	数学	语文	数学	数学	英语	数学	数学	语文	语文	科学	英语	体育活动							
中午	班主任及值周教师					班主任及值周教师					班主任及值周教师					班主任及值周教师														
第4节	徜徉书海					语文	语文	语文	语文	语文	写字	信息技术				语文	语文	数学	数学	科学	数学	创意美术				劳动拓展(单) 卫生与健康(双)				
第5节	趣味数学(单)/足球竞技(双)					体育活动					音乐活动(王)					书法(夏单)/心理团辅(洪双)					创意美术									
第6节	科技活动					Oral English Paradise					少先队活动					音乐活动(王)					茶课(洪晓颖)									
	作业整理					作业整理					作业整理					作业整理					安全教育									
晚自习	/	/	班主任及值周老师			/	/	班主任及值周老师			/	/	班主任及值周老师			/	/	班主任及值周老师			/	/								

1书法+徜徉书海：贾秋林 2趣味数学：陈金金 3心理团辅：洪晓颖 4体育活动及拓展：姚子藩 5口语乐园：郑婷 6创意美术：方淑芳 7科技活动：陶淑敏

表 2: 本校总课程表

农忙课程的实践。我校除了常规的秋季和春季作息时间表，我们还根据农村生活生产特有的规律和家长的 demand 安排了农忙集体课程，配合生产劳动季节，调整学习实践内容。根据周边农作物生长特点及学生自身成长需要，我们每月安排两到三次的全校性集体课程。每年 3-5 月的采茶季在杭州市非遗传承人的指导下种茶叶、培茶叶、采茶叶、制茶叶；10-12 月的蜜桔季上山选桔子、摘桔子、称桔子；11 月老师们带领学生下地割稻子、打稻谷、去稻皮。集体课程的安排让学生感受学校大家庭氛围的同时，学会书本知识外的内容，不让每个学生掉队，为他们的身心健康发展助一臂之力，即元生态学习的填充与丰富。



图 6-8: 农忙课程实践活动

“1+1”课程的实践。农村寄宿制袖珍小学的晚上是个有趣又有用的时间段。我校将晚上分为两个部分：一是茶娃温顾时间。所有学生集中到一个大教室，每天安排一名学科专业教师进行课后作业辅导，让学生有时间消化白天的内容和知识；二是茶娃展示时间。这是留给学生自我展示的时间，包括茶乡小主播的诞生、中英文演讲大赛、单词大比拼、画画小能手、表演小天才等各种学生小活动和阶段性的校队活动展示。



图 9-11: “1+1”课程实践活动

课外实践活动让学生在课余时间有事可做、有话可说、有活可干，加快了农村寄宿制袖珍小学元生态学习管理模式的建立与发展。

3. 元生态学习的特色实践

茶文化课程实践。我校是一所建立在茶乡、以茶文化为特色的农村寄宿制袖珍小学，学校从学业发展的蕴香、精神品质的道香、厚积薄发的扬香三个方面分别进行茶的特色实践活动。近年来，在弘扬文化育人的背景下，学校确定了以“厚”为核心的茶文化精神，设定了精神品质“毅而和”、生活方式“敦而灵”、学业目标“勤而逸”、人际交往“淳而正”的茶文化教育内涵，并进行育人资源的开发，让学生在茶文化实践劳动活动中发展身心健康、重塑乡村袖珍学校师生发展元生态。

主题	模块	领域	茶文化实践活动
小	蕴香(茶的生产)	种好一棵茶	茶叶基本知识的学习与实践
		茶园培管	茶园培管知识的学习与实践
		茶叶采摘	茶叶采摘知识的学习与实践
茶	道香(茶的文化)	我知家乡茶	参观当地茶叶博物馆、茶文创中心
		我悟采茶具	认识采摘、养护、制作茶叶的工具
		我懂制茶法	学习制茶方法，在学校茶叶室制作茶叶
农	扬香(茶的延伸)	茶乡小主播	线上小主播的茶文化宣传
		茶乡非遗路	杭州市非遗传承人宣讲、指导当地茶文化
		茶乡茶艺美	学茶礼，明茶礼，行茶礼活动

表 3: 茶文化课程实践活动设计表



图 12-14: 茶文化课程实践活动

四、效果影响

元生态学习实践自本学期开展以来，社会反响大、媒体报道多、家长满意度高、政府支持力度大，从多方面肯定了学校在“双减”方面的工作与反应速度。

(一) 特色课程实践的影响日渐深远

我校以茶文化特色闻名，自本学期以来，学校已接待全国近十批次专家、领导的调研走访、参观学习活动；各界媒体宣传报道茶文化实践课程 20 余次；茶文化特色课程实践活动的科研成果在省市立项，并入选杭州市精品课程。

成果名称	奖项	证书
茶乡小学生“三品驿站学习”的设计与操作	杭州市德育工作名片与案例评比一等奖	
茶乡小学生“三品驿站学习”的设计与操作	杭州市规划类教育科研优秀成果三等奖	
小茶农	第十四届（2021 年度）“杭州市义务教育精品课程”	

表 4: 茶文化特色课程实践活动科研成果



图 15: 茶文化特色课程实践活动新闻报道

(二) 元生态学习的模式日益完善

“双减”背景下，我校管理方向和重点发生了巨大的变化，聚焦学生身心健康发展、立足课堂教学、打造课外精品活动、发展特色课程实践，重塑乡村袖珍学校师生发展。农村寄宿制袖珍小学元生态学习的模式涵盖了走读学校的课堂学习和课后学习时间，家校学习合二为一，为留守儿童打造出家校一体的学习大环境，即元生态学习环境，实现了留守儿童城镇学生步调基本一致的学习生态模式。

下姜学堂：乡村学生在牵手中走向内心丰盈

淳安县枫树岭镇中心小学 姜军建 徐丽婷（执笔）

一、学校概况

淳安县枫树岭镇中心小学地处偏远山区，现有班级 11 个，教师 40 名，学生 232 名，其中留守儿童 71 名，占比 30.6%。被授予“全国创先争优先进基层党组织”、“全国生态家园先进村”、“全国文明示范村”等荣誉称号的下姜村就在枫树岭镇辖区。它曾是习近平总书记的联系点，也是六任浙江省省委书记的联系点。因此，常有各高校来下姜调研，各电视台、导演来下姜拍摄，更有游人如织进下姜。杭州市留下中心小学、杭州市文一街小学、杭州市采荷三小等与我校结为友好学校，两校在教师业务培训和校本课程开发等方面建立长期合作机制。

二、问题聚焦

随着“双减”政策的落地，乡村孩子的生活愈加“快乐”。学校减负，放学没有作业，祖辈不会教育孩子，孩子的内心日渐脆弱。尤其是：

校园环境封闭，不自信发展。生活环境一直以潜移默化的方式驻扎进我们的思维、融入我们的行为。乡村的学生一年四季都在这乡土社会之中，与外面大千世界相隔甚远，学生视野短小，思维视角固化。

教学单项输入，缺公平发展。知识学习是一个共享、再造的思维过程，传统的课堂教学都是教师讲授，学生倾听的单项输入过程。不同的学生在课堂中所获的学习机会是不同的，学生无公平的发展机会。

输出机会过少，无服务意识。乡村孩子多与祖辈生活在一起，祖辈的教育观念传统，导致学生习惯了只满足自己的需要，缺乏同理心，无服务意识。

三、解决举措

习近平总书记强调，要推进城乡义务教育一体化发展，缩小城乡教育资源差距，促进教育公平，切断贫困代际传递。在“共同富裕”和“教育公平”的国家大政方针下，在“五育并举”与“双减”政策的推动中，关注城乡差距，丰盈乡村孩子的内心，下姜学堂应运而生。

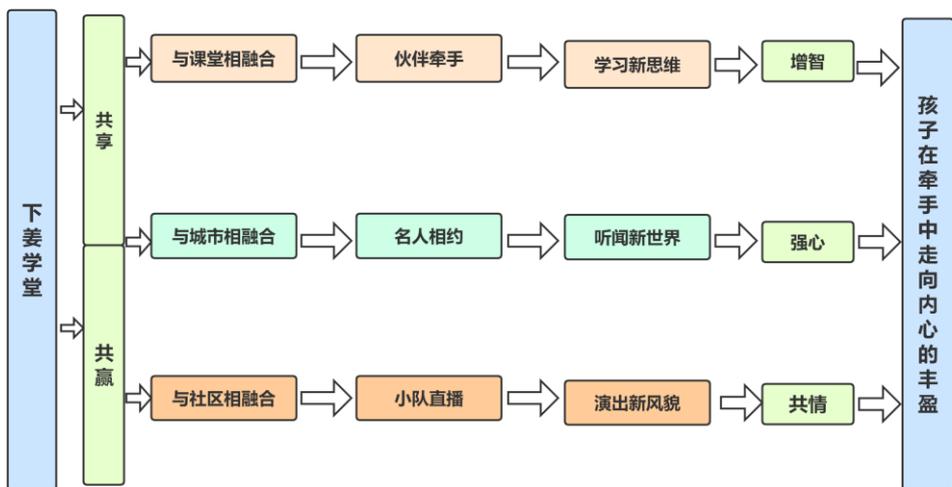


图 5 下姜学堂总体架构图

（一）理念与价值

下姜学堂：学堂是学校的旧称。下姜学堂是以大下姜的共同富为支点，结合身边的乡村资源，实现资源的共享与再造，努力让每个孩子都能享有公平而有质量的教育；以学习共同体为组织形式，通过生生之间倾听、互学的学习方法，让每一位儿童都获得高品质学习；实现强心、增质、共情，探索乡村学校实现差异化向前发展的路径。下姜学堂，意为学生搭建更高的平台，为乡村小学的教育共富探明科学合理、优质高效的育人路径。

1. **学习即共享**。乡村学生的学习资源有限，因此，我们提出了“学习即共享”的理念，一方面视学习为师生或生生在知识、方法等方面的共享，另一方面为师生、生生共同享受分享学习的过程。学习共享化，使学习资源效用最大化，学习体验多样化。学生在“下姜学堂”中，就是学习、共享、重组与再造的体验过程，就是带着“共享”的理念快乐学习。

2. **共享即共赢**。乡村学校的校园资源有限，因此，我们提出了“共享即共赢”的理念。一方面充分利用校园周边的乡村资源，扩大学生的学习范围，丰富学生的学习内容和形式；另一方面，让学生参与乡村建设，爱护家乡环境，培养主人翁的服务意识；实现乡村建设与教育共富的双赢。

（二）实践与经验

1. **伙伴牵手，学习新思维**。以协同学习为中心，生生学习共同体为组织形式组织课堂。与课堂相融合，在实际的教学情境中，学习共同体中其他学生的学习方法，实现课堂上的教育共富。牵手文化课学方法：以各文化科本质的内容为主体，学习共同体的组织形式，互相倾听为方法，设有“共有课题”和“挑战性课题”两个目

标展开。高学力的学生完成伸展跳跃的目标，低学力的学生完成“共有课题”。使高学力的学生都能够沉浸其中，并感受到学习的快乐；低学力的学生也能通过“应用—理解”这一学习过程收获知识，渐渐达到文化知识的差异化共富。牵手艺术课享艺术：根据学生各自擅长的不同领域相互合作完成一幅作品，有能力的学生完成伸展跳跃的任务，享受合作、艺术带来的美妙。如生生共同体只需完成一幅春节绘画作品，共同体中的学生分别选择自己擅长的人物、书法、景物等绘画，减轻学生负担的同时保证作品的质量。共同体中的学生互相分享作画经验、方法，互相学习，久而久之便能达到绘画技能的共富。牵手班队课立德育：学生根据自身观察到的身边的情况，确立班队主题，教师引领，共同体共同讨论解决办法，互相补充完善实施方案。在一次次的实施中，丰富经验，完善活动，达到组织能力的共富。牵手思政课树新风：借助《道德与法治》课本、《习读本》等教材内容展开讨论，在共同体中发表自己的想法，倾听其他成员的看法，总结方法，形成实施计划，后续有选择性地付诸实践。在实践中逐步提高自身思想意识的高度。

2. 名人相约，听闻新世界。借助下姜村的地域优势，以社会名人+学生组成

学习共同体，学生通过倾听社会名人的分享介绍，了解不同地域的风情；通过与社会名人分享自己家乡的故事，锻炼胆识，增强自信心。相约高校知未来：学生在下姜村《最后一课》拍摄地与浙江财经大学国际学院天使之眼小队的留学生面对面交流，互相介绍自己的家乡，学习简单的交际语言，一起画



图 6 相约高校之线上课堂

家乡，说习俗；线上听留学生姐姐给孩子们讲英文故事、讲自己的大学生活和感悟。初步建构学生的大学认知和未来方向。既拓展了学生的知识面，又加深了学生对未来大学生活的憧憬。相约村民懂发展：在下姜学堂，学生聆听下姜村老书记讲习近平爷爷与下姜村的故事，听下姜村的大学生村官讲发展致富的历程，听村里的老人讲下姜村的从前；向葡萄种植大户了解下姜葡萄长成记；跟着草莓种植大户学习草莓洗护技巧及保存方法；了解狮城酒坊高粱酒的制作过程；实地参观大墅镇桃林村金丝皇菊种植加工基地，亲自采摘成熟的金丝皇菊；了解白马地瓜干的形成步骤：种植、采挖、清洗去皮、蒸熟切块、三蒸三晒。尝试制作白马地瓜干，享受“大自然的搬运工”的体验。明白自己家乡的特产及基本的制作方法，为传承与发展做准备，充实在地性。相约游客听世界：下姜村的游客来自天南海北，职业各有不同。听下姜村的游客讲自己的故事，道生活的经历，感受不同职业的生活轨道。拓宽学

生的视野，增强学生的自信心，实现地域上的教育共富。

3. 小队直播，演出新风貌。以家长+教师+学生组成共同体，在社区（下姜村）中充当小主人公，参与社区的传承、创造与应用。小小演员展风采：定期化身小演员，参与下姜村举行的各项活动，如每年11月9日的下姜村感恩日活动，10月的大下姜高粱节，4月的淳安县全民阅读活动启动仪式等。演唱下姜村村歌《梦开始的地方》，朗诵《姜氏家训》都是孩子们的拿手好戏。学生在一次次的胆怯、紧张中历练、成长。小小义工美家园：定期化身志愿者美化自己家乡的环境，擦拭四种人标牌，思源亭，杭州书屋等公共场所。用自己班级卖可回收物的钱为村里的贫困户送温暖。共同体排练节目，用自己的歌声笑脸为村里的孤寡老人表演，送祝福，送欢乐。擦拭灰尘的同时，净化心灵；为他人送欢乐，更是传承下姜精神——“心怀感恩、励志奋进”。小小导游话家乡：通过前期的学习、参观、模拟、试讲，通过跟着下姜村的导游实地学习观摩，通过家长导游的悉心指导。节假日，学生化身小导游，为来下姜村参观的游客介绍自己家乡的风景。小小主播会带货：在一次次面对镜头的自我演讲后，化身小主播，通过线上方式，帮助销售农产品，白马地瓜干、大墅金丝皇菊、下姜葡萄等。小小主持播美名：在共同体的合作商讨后，化身小主持，介绍下姜的美食、美景、文化等，制作美下姜、绿下姜、红下姜、富下姜系列主题的微视频，助力下姜宣传。小小导演会宣传：在共同体经历角色分配、脚本制作、演员就位等环节后，化身小导演，组织共同体在社区（下姜村）拍摄介绍垃圾分类、五水共治、绿水青山等公益主题系列的宣传视频，为实现环境保护，乡村振兴，国家共同富裕出一份绵薄之力。学生在一项项活动中，挑战自我，团结合作，发现更优秀的自己。



图 7 小小演员展风采

在学校所有师生的努力下，学校先后被评为浙江省义务教育标准化学校，杭州市城乡发展均衡学校，杭州市绿色学校，杭州市文明校园等。五年级王彦歆同学在童心向党·2021“魅力声音之寻找家乡的红色印记”浙江省少年儿童音频征集活动中，获小学组金星奖。姜欧阳、夏安优、杨安琪等学生被选中参演徐峥导演的电影《我和我的家乡》，方

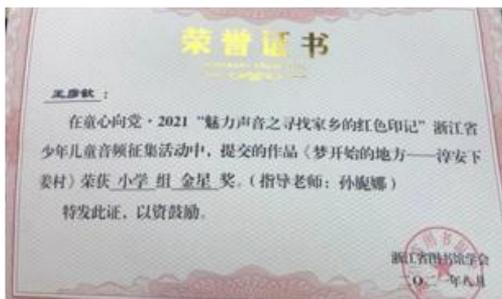


图 8 小小演员收获丰

俊琦、王子轩、陈子言等学生全程参与湖南卫视新闻大求真栏目之“智能蜂巢”。更有各项活动多次在杭州日报、杭州少儿频道、浙江新闻、人民网等媒体上报道。

四、效果影响

下姜学堂自成立以来，社会各界媒体纷纷报道，肯定学校此项行动，成为了乡村学校实现教育共富的一张金名片。

1. 学校更专注于学生的素养发展。下姜学堂撬动教师提升教学质量，更为关注学生的素养发展。教师从不同的方向与维度进行实践性研究，如基于学生的思维方式，进行学习共同体之间学习方法的互学共享研究；依据学生的地域视野，促进学生、社会名人、家长共同体之间交流分享的研究；借助小导游、小主播的角色锻炼学生的口才胆识；选择就近的服务点开展服务，加强服务意识等，着力于学生共富素养的培养和高阶思维的发展，学堂各项系列活动精彩纷呈。

2. 家乡即课堂的实践范式影响深远。从2021年9月以来，学校已接待县市十余批次近两百人来校参观学习。姜军建校长受邀参加“迈向共同富裕的乡村学校高质量发展——《中国教师》浙江论坛”会议，并成为《中国教师》浙江理事会公益项目学校。

3. 教育共富的素养追求得到彰显。在教育共富背景下，枫树岭镇中心小学“下姜学堂”的实践，成为学生学习成长的新平台，落实学校立德树人的新载体，开启了乡村小学育人路径的探索。我们追求强心、增智、共情的育人目标，让其成为乡村小学师生共富的新突破。