

特别推荐

浅议“双减”中的家庭教育

□全椒县城东小学 吴学霞

孩子是我们教育的对象，也是我们家庭的希望，祖国的未来。著名教育家苏霍姆林斯基说过：“没有家庭教育的学校教育和没有学校教育的家庭教育，都不可能完成培养人这一极其细致和复杂的任务。”新教育创始人朱永新先生也曾指出：“家庭是人生最重要的场所，父母是孩子最长久的老师。”在“双减”政策实施的今天，家庭教育与学校教育仍需要形成合力，促进学生健康成长。

一、家校携手的重要性

家庭教育和学校教育既是各自独立、自成体系，有着严格区分的教育，又是彼此相互依赖、相辅相成密切联系的教育。其中，家庭教育处于孩子培养的基础地位，发挥塑造人格、奠基素质和促进学习的作用；学校教育则处于孩子培养的关键地位，发挥完善人格与素质、造就成长与成才的作用。离开任何一方教育，双方都无法科学有效地开展，孩子的教育问题也无法有效地得以解决。

二、家庭教育的“黄金有效期”

我们经常听到一些父母抱怨：自己要赚钱给孩子更好的生活，没有时间给孩子教育和陪伴，疏忽了对孩子的教育和陪伴，等到回过神来，发现孩子已经长大，也“不听话”“不好管”了。我们中国有句古话叫：三岁看大，七岁看老。可见，培养孩子的良好习惯若在早期开始，会让教育孩子非常轻松，只用三分力气即可；等孩子大了，你这时才发现孩子身上有很多不良的习惯，那么，你可能就要多花10分，30分，甚至100分的力气来纠正，这是多么困难啊！

一位复旦大学教育学教授就曾直言：父母对孩子的陪伴和教育是有“有效期”的，0~12岁被称为家庭教育的“黄金有效期”，父母至少应该在孩子12岁之前多陪伴，否则一旦错过了，等到孩子长大了，再想对孩子进行教育，效果会大打折扣，等到孩子大了，性格习惯都基本成型了，你再去发挥作用，已经晚了！所以，家庭教育越早越好。

三、“双减”后的家庭教育方向

“双减政策”实施以后，孩子周末、节假日便会空出很多时间，这时，我们不能把学习的重点简单放在学习书本知识上，还要注重培养孩子正确的人生观、价值观、世界观。让孩子真正明白为什么学习，学习什么。那我们如何做呢？

1. 拓宽知识领域

让孩子养成阅读的好习惯，带孩子多去图书馆，多看一些名人传记、励志文章、电影等等；加强动手动脑能力，让孩子不仅学习分担家务劳动，也可尝试着进行一些小而安全的探索研究等，让孩子在阅读和实践中学到更多书本以外的知识，拓宽学习的广度。

2. 加强身体锻炼

教育家陶行知曾经说过：“健康是生命之本，有了健康的身体，我们才有本钱寻求幸福、实现理想。”我们要努力打开孩子兴趣、好奇、梦想和自信的大门，带领他参加各类体育活动，加强体育技能和体能的训练。

3. 培养好习惯

我国教育家陈鹤琴说：“习惯养得好，终身受其益；习惯养不好，终身受其累。”那孩子需要养成哪些好习惯呢？第一，生活习惯。主要培养孩子的自理能力；第二，行为习惯。要强调遵守纪律，讲究公德，多用礼貌用语；第三，学习习惯。我们可以根据孩子年龄的差异提出不同的要求，幼儿园阶段，养成注意倾听，积极思考，不懂就问的学习习惯；小学阶段，养成提前预习，学后复习，主动学习，经常阅读的习惯。

4. 家长的榜样教育

父母积极为孩子创造适宜的家庭环境的同时，也应当经常在行为举止和谈吐等方面给孩子树立好的榜样。讲话时要注意礼貌，举止要文雅，表现出高尚的情操、道德行为和良好的习惯，通过日积月累，让孩子的良好习惯在不知不觉中形成。

“双减”政策的出台，将会使未来一段时间里的学校和家庭、家庭和孩子、孩子和学校之间产生磨合。但笔者相信，学校和家庭仍会携手来形成教育的向心力、凝聚力，两者终会实现平衡，使孩子们在“双减”政策实施后，能够建立积极向上的人生观、价值观和世界观，成人成才自立于世。

幼儿教育

探索幼儿园足球游戏在健康领域的渗透

□合肥市经开区绿城育华蒙泰幼儿园 崔 琴

一、课题的背景及意义

幼儿园开展的足球游戏活动其实只是足球启蒙教育，与中小学的足球教育有着一定的区别。

“探索幼儿园足球游戏在健康领域的渗透”课题重在引导幼儿在足球活动中感受其活泼性、丰富性、生动性、对抗性及竞争性等特点，促进幼儿身体和心理健康，提高幼儿的社会适应能力，在日常教学活动中推广足球文化。

二、课题研究的措施和具体做法

1. 课题组讨论，确定研究内容和目标

幼儿园三个阶段的幼儿无论在生理、心理还是认知方面都有所不同，所以在设定足球游戏时也应根据年龄特征来具体地设定。小班幼儿处于人生的起步阶段，发展他们的日常活动能力异常重要；中班幼儿大肌肉发育较为迅速，动作较为灵活，肌肉力量和耐力、心肌收缩能力和肺活量有了一定的提高；大班幼儿比中班幼儿各方面能力都有所提高，尤其神经系统和肌肉系统有所完善，神经分化抑制过程增强，动作逐渐协调。根据不同年龄段幼儿制订不同的足球游戏内容，小班主要就是玩足球，让幼儿认识足球；中班开始接触一些简单的技能练习，如两人传接球，绕桩，射门，想办法用脚护住球等；大班开始让幼儿分组开展足球趣味赛，初步了解足球对抗赛的玩法及其规则，重点引导幼儿间的合作，有团队意识，敢于拼搏等良好品质。

2. 结合日常活动，开展丰富的足球游戏活动

足球游戏活动体现在一日活动中的各个环节，比如晨间锻炼、户外体育活动、自主游戏活动等，在晨间活动中让幼儿自由探索足球的各种玩法，户外集体活动中开展足球的球性练习，图书角投放足球方面的儿童读物，班级创设与足球有关的环境，介绍足球的起源，让幼儿了解足球运动的规则与足球文化，促进幼儿园足球游戏活动的开展。

2017年4月，幼儿园与一六八玫瑰园小学合作，成立了幼儿园第一支足球队，为让幼儿对足球活动有仪式感，组织幼儿设计了自己的队服和队旗，以此增加幼儿对足球活动的兴趣。

3. 记录日常活动，及时反思活动效果

每一场足球活动的开展，都有详细的教案、活动记录、活动反思，课题组的成员有针对性地撰写效果记录。每次的教研会，都会针对开展的足球游戏活动进行研讨，进行同课异构，每位组织活动的教师介绍自己在开展足球活动中的经验以及困惑，然后针对提出的问题进行反思，找出原因，及时调整。

4. 邀请专家及教练入园进行专业性指导

在课题实施的过程中，课题组也遇到很多的困难，比如：足球游戏形式单一，游戏不够趣味化，教师自己对足球技能也不是很了解，这时候，课题组需要专业的指导。

在课题的进展中，邀请到了合肥经济开发区学前教育办公室的周盼盼主任、合肥幼儿专科学校的教师徐凯来园与教师们进行互动研讨。

在足球技能方面，邀请了专业的足球教练来园为教师们进行了专业的技能培训和指导。

多位专家与教练员对课题研讨的活动设计也进行中肯的评价及建议，极大地促进了幼儿园足球游戏活动的发展。对他们提出的建议进行认真分析，采纳合理的、可行性的建议，使足球游戏更丰富，体现出足球游戏活动在日常教学中的实用性、有效性。

5. 观摩学习，汲取同行活动组织经验

要了解足球的各项基本活动和开展的方法、过程，教师们还应该向有经验的幼儿园学习，汲取经验。2019年6月，课题组的部分成员参加了全国幼儿体育发展高峰论坛，学习观摩了山大幼教学人幼儿园为大家展示的幼儿体育游戏课程、幼儿足球游戏课程以及幼儿足球趣味赛讲解。

6. 激发兴趣，开展多样联动性的足球活动

为了激发幼儿对足球活动的兴趣和热爱，以及宣传足球游戏的好处，幼儿园开展了丰富多彩的活动以及参加各项足球趣味赛，如：开展幼儿园足球节活动；参加合肥市的足球游戏趣味赛；2019年6月在济南全国幼儿足球游戏活动中，足球保龄球项目获得小组第一的好成绩，足球对抗赛在全国48家幼儿园中，玫瑰园幼儿园以小组第一进入全国前四强，荣获二等奖的好成绩。

三、获得的成果

经过大家的不懈努力，收获了比较可喜的硕果，也为幼儿园今后的足球游戏活动奠定了一个好的基础。

1. 幼儿体质明显增强

经过统计，2017年9月到2019年6月幼儿园幼儿的出勤率，都呈上升趋势，因病缺勤的人数在减少，说明幼儿通过系统、定期的足球游戏活动的开展，幼儿身体得到了锻炼，体质增强了。

2. 幼儿的体能及身体敏捷性得到提高

根据幼儿体能技能测试表的统计，2018年9月中三班幼儿20米直线跑平均用时7.13秒，学年末2019年6月中三班幼儿20米直线跑平均用时5.37秒。通过足球游戏活动的开展，幼儿的体能及身体的敏捷性均得到提高。

3. 教师的专业性得到提高

课题组通过讨论、研课、反思、调整，整理出一套完整的足球游戏方案集，为幼儿园教师组织足球游戏活动提供指导。

4. 课题攻坚过程中得到的经验

首先，意识到幼儿足球的重要性。幼儿足球主要通过游戏的方式进行，游戏既符合幼儿的心理、生理特点，又能激发幼儿积极探索和活动的兴趣。在游戏中，幼儿通过观察、思考、判断等对游戏做出相应的动作以完成相应的游戏。只有培养幼儿对足球游戏活动的兴趣，让幼儿在玩中学，学中玩，才能激发幼儿对足球游戏活动的兴趣，使幼儿的身体获得充分锻炼。

该课题从准备到结题进行了两年半，在教师们的共同努力下取得了以上成果。幼儿园的教学应从幼儿的兴趣出发，同时，家长的理解支持和积极配合是活动开展的有力保障，家园合力才能发挥最好的教育功效。幼儿园下一步将给予家长一些亲子足球活动的指导，以及提供专业知识学习的平台，通过家园互动的方式不断推进幼儿园足球游戏活动。

课堂教学

“双减”下如何快速改革实现“减负增效”

□和县历阳镇第一小学 王正霞

2021年国家实施“双减”政策，为了有效落实政策，笔者苦思冥想寻找捷径，帮助学生“减负增效”。那么如何做到呢？当然是结合课堂教学，设计开放性、创新性的新型作业，激发学生的兴趣和潜能，快速提高学生的综合能力。以下笔者将从改进后的快捷教学法进行阐述。

快捷法一：课上“授渔”，开发思维，提高质量

根据文体我把教材内容进行分类，采用“公式法”教学来开发学生的思维，自主掌握学法。这样教的好处是：第一能让学生感受到学语文是有规律可循的，心中有方向的，不至于迷路；第二是让学生感受到学一文，懂一法，会一类，能提高学习速度；第三能让每个学生手中都能握一把万能钥匙，随时随地都能打开自己想要打开的知识之门。这种“授渔”就是提高教学质量的最好捷径。比如：

1. 写事文章

内容（起因+经过+结果）+目的（懂得的道理）。此类文章包括童话故事、神话故事、寓言故事、历史故事。

2. 写人文章

内容（人物身份外貌 +一件或几件事）+目的（赞扬人物品质）。

3. 写景文章

内容（地理位置和总貌+景物名称 +景物特点+感受）+ 目的（赞美景物，抒发情感）（注：写景文章一般采用移步换景的写法，也有采用方位顺序的。景物特点一般采用比喻、拟人、想象、夸张等修辞手法来表现）。

4. 古诗

采用古诗“三读法”教学。一读：知作者，解题意；二读：抓字眼，明诗意；三读：想意境，悟诗情。古诗要在反复的阅读中理解、发现、感悟。

5. 文言文

采用古诗和写事文章的学法相结合，也可迎刃而解。

6. 单元组合

导语 + 课文 + 语文园地（注：“导语”明确人文要素和语文要素，提出阅读方法；“课文”进行落实语文要素和学法指导与运用；“语文园地”进一步强化语文要素和总结学法与运用）。

“公式法”教学可以让学生快速把握文章的骨架和灵魂，清楚一篇文章自己要学什么，怎么学。并且可以根据骨架和灵魂自主替换不同的血肉变成同一体裁的不同文章，可以把书变得更厚，也可以把一本厚厚的书瞬间变成薄薄的思维导学图。

快捷法二：课下拓展，激发兴趣，提升技能

课后作业的拓展延伸，是巩固所学、开阔眼界、提升学习技能的必要环节。教师设计的多样性、趣味性、开放性的新型作业：首先能激发学生的兴趣；其次能让学生依托课上所学，各

显神通，完成作业；最后从中体验做一题，会一类，通一片的成就感，从而享受学习过程中不断进步不断提升的快感。比如：

（一）在学四上语文第9和21课古诗时，我设计的作业（任选一题）：

1. 查阅资料，介绍李清照心中的项羽。
2. 看一期诗词大会节目，谈感受。
3. 当一次朗读者，拍一段视频发到班级群里。

设计这种多样性作业，意图是训练学生的听、说、读、写能力。让学生根据自己的兴趣爱好自主选择，自主完成，发展个性，培养特长。

（二）在学四上语文神话故事和历史故事这两个单元时，我设计的作业：

1. 分组合作完成一个手绘漫画版的神话故事或历史故事连环卡片。
2. 推荐一名代表根据卡片上漫画内容的提示进行故事演讲比赛。

设计这种趣味性的创新作业，意图是加强学科之间的联系，训练学生动脑、动手、动口能力，培养学生与团队的合作能力。

快捷法三：呵护差生，关注心理，真情感化

每个班级都有少许调皮捣蛋和智力低的特殊学生，那么这类学生我的教法是因人而异，因材施教，晓之以理，动之以情。关注他们的心理健康和学习状态，促膝交谈真情感化，用耐心和爱心使其改变不良思想，积极上进，这也是增效的好策略。

总之，在改革创新的大潮下，教师要有敏感的信息获取能力，要有坚持不懈的钻研精神，要有群体奋斗的敬业精神，要有乐于奉献的牺牲精神，教育改革一定能体现中国速度，中国效率——快捷凌绝顶，扶摇上云霄。