教学研究
“双减”落地 教育归来
□六安市裕安区梅花小学　朱成红
“双减”针对校园教育主要有“三提”，即提高课堂教学质量、提高作业设计质量、提高课后服务质量。面对“双减”政策契机，教师如何能借力“双减”倒逼自己提高专业水平和育人质量？以下是笔者的一些看法。
一、“双减”背景下教师提高教学质量的做法
（一）减少“懒惰”：加强学习，增加育人亮度
“双减”政策对学校教师的专业水平提出了更高的要求，因此，教师需要保持“终身学习”“时时学习”“处处学习”的状态。教师面对一届又一届新学生、新家长，他们是变化的、复杂性的、有鲜明个性的群体。如果教师不与时俱进，不努力学习，不精进专业，会被时代所淘汰。教师职业，需要教师时常更新思维、迭代知识，打破舒适区，重构自己的教育系统。教师要给予学生一生受益的教育，做学生成长路上的“大先生”、引路人，就要从减少“懒惰”勤奋学习开始，增加教师育人的专业魅力和亮度。
（二）减少“随意”：落实课堂，增加育人信度
“双减”之前，教师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”，而对于“练”与“习”有“随意”之心。“双减”则是所有教师聚焦如何落实课堂、提升质量的一次成长，课堂教学设计、教学方式、教学手段、评价机构、课堂管理都是要去研究的内容。教师要从熟悉教材体系、知识结构、年段目标入手，对所教学科横向、纵向知识网做到如数家珍，减少“随意”。要根据学生年段特点设计课堂。创造课堂、创生课堂，真正提高课堂教学质量。
（三）减少“依赖”：优化作业，增加育人温度
“双减”以前，很多教师“依赖”市场上五花八门的教辅资料。这样使用教辅资料，或许表面上方便了教师和学生，甚至家长，但实际上束缚了教师专业成长和延展空间。而且一些教师总是给学生布置低效能的作业，降低了学生的学习兴趣和效率。所以教师一定要重视作业的设计，综合过程性表现、学习表现、家长需求、学生爱好、班级建设目标、班科整合等方面，将学生分为不同层级。每一层学生作业内容不同、作业量不同，作业有共性，更强调作业的个性、实践性、探究性、趣味性、创新性。这样能帮助学生打牢基础，教学质量也会有明显的后劲。同时应注重增强作业和生活的联系，让学生们学会学以致用。教师要减少“依赖”，优化作业设计，增加育人的温度。
（四）减少“畏惧”：开发课程，增加育人厚度
“双减”要求强化学校教育主阵地作用，建设高质量教育体系，构建良好教育生态，减轻义务教育阶段学生过重作业负担，保障学生的休息权利，缓解家长焦虑，促进学生全面发展、健康成长。“减”的目的是要质，而作为学校教师，要提高育人质量，就要有课程意识，减少“畏惧”，努力开发建设课程，拓宽学生的成长跑道，增加育人厚度。我们要结合学校育人理念、育人目标、年段目标、班级目标，开发有意思的年级课程、班本课程，促进五育融合，落实立德树人根本任务。要让课程成为教师、班级、年级、学校的品牌。
（五）减少“等待”：探索评价，增加育人高度
“评价”是学校教育教学管理中的“硬骨头”。作为教师，要结合国家评价改革相关文件，结合学校对学生的综合素质评价，主动探索、完善育人评价体系，增加育人高度。“双减”的实施，必将带来对学生评价的变革。在学校的系统设计基础之上，更需要教师的完善、优化，方可形成科学、可行的学生综合素养评价体系。有了评价的导航，“双减”落地才有针对性、精准性、实效性。教师只有不断研究，才能有专业的精进。
二、“双减”政策下的教育思考
把童年还给孩子，把本真还给教育，愿学生且行且歌，不再步履匆匆。“双减”实施后，作业少了，辅导班停了，没有出现很多人担心的“荒于嬉”和“躺平”。我们欣喜地发现，家长和学生，反而做起了教育的“加法”。“双减”落地，真正意义上的教育正在回归。
曾几何时，学生学业方面“压力山大”。书包越来越重，镜片越来越厚。很多学生在书山题海中，“风声雨声读书声，声声入耳”，但“家事国事天下事”，漠不关心。学生的童年，没有“百草园”，没有“绿茵场”，有的只是“不能输在起跑线”上的无止无休的“英才培训”。这样的童年，透支人生，学生无法行稳致远，这样的教育不是真正的教育。培养新时代的创新人才，必须实施素质教育，使学生从繁重的课业负担中走出。“双减”落地，无疑正当其时。
“双减”政策“忽如一夜春风来”，吹拂着教育的一方乐土。学生和父母一起旅游，跋涉在文化乐旅之中；学生沉浸在图书馆里，博览群书，在诗和远方中遇见更好的自己。学生渐渐读懂自然、山川、人生、生活这些“大书”，而不只是教科书。诚如一句教育金句：“除了

知识，剩下的便是教育。”正是这些课本知识之外的体育、旅游、实践等活动，帮助着学生开阔视野，涵养心志，扩大格局，塑造人格，这才是真正的教育。
“双减”落地，让教育成为“一种优美、健康、不悖乎人性”的教育，让学生减掉沉重的学业负担，让每一个学生精神自由舒展。

教育感怀
心中的明灯
□祁门县胥岭学校　程夏姿
二月开学的第一天，天空飘着蒙蒙细雨，远远看到汪鑫强老师骑着电动自行车进校门，我顿时明白了，汪老师还继续来上课，把这届九年级学生带毕业。
每个人在求学生涯中都会遇到不少老师，也有许多人继承他们的衣钵，甚至和自己的老师成了同事，我就是其中一个。想为家乡教育做点力所能及的贡献，是我一直以来的心愿。几年前，我终于如愿来到母校任教，从此和我的数学老师——汪鑫强老师成了同事。
记得初来母校，我的感觉是物是人非。母校还是那个母校，可几乎找不到原来的印记，幸好那棵板栗树还在，帮我找回曾经的一点点记忆，它一直见证着胥岭学校的成长路。开学会议上，我一眼就认出了汪老师，亲切地叫了一声“汪老师”，他当时没认出我。完全可以理解，汪老师一生带过的学生无数，可以说是桃李满天下，我只是这无数学生当中的一个。后来我和他提到我当时的班主任、我的同班同学，他终于记起来了。我和汪老师开玩笑说：“汪老师，我们以前师生没做够，您只带过我一年数学，现在来与您再续前缘，做同事。”他笑着说：“好，好。”“初来乍到，新接手的班级情况我一点不知，以后麻烦您的地方一定很多，千万别嫌我烦。”“有什么好麻烦的，我当然是知无不言、言无不尽，有事尽管和我说，能帮忙的尽量帮忙。”有了老师的这些话，我放心多了。
初到一个学校，中途接班，对原来的情况一无所知，班级管理的难度可想而知。得知这一情况后，我进退两难。我后悔过，为什么偏偏这个时候来呢？彷徨过，我能把这个班带好吗？我有这个能力吗？这时候，汪老师就劝慰我“既来之，则安之”，“现在这个烫手山芋你不接也得接了。我们搭班的这一批老师都是很不错的，都很敬业。你放心大胆地去干，我们都会尽力配合你的。有什么需要你尽管说……”校领导也叫我放心干，尽力就好。想想只能硬着头皮往前冲了。
要想扭转学风，必须从整顿班风开始。说起来容易，做起来难。那两年，一路跌跌撞撞，其中的艰辛无以言表，有时真想打退堂鼓。汪老师总是一路鼓励我、开导我，给我指点迷津，帮我排忧解难。班级管理出了问题，他帮我支招；教室的白板出了问题，他帮我解决。遇到电脑技术问题，如制作课件、录课、后期的剪辑、配音等，他随叫随到，有时甚至是手把手地教，一遍不会两遍，两遍不会三遍……
汪老师总是亲切地叫我“夏夏”，我告诉他我很喜欢这个名字。“夏夏，最近还好吧？没遇到什么麻烦吧？孩子们还听话吧？”“夏夏，班上现在的班风、学风比开学初好多了，好样的，继续加油！”“夏夏，这个弄懂了没有？”……有时聊到退休的话题，我脱口而出：“汪老师，我离不开您，要是您退休了，我遇到解决不了的问题可怎么办？”“所以你要好好学呀，除了我，学校里也还有其他的高手可以请教。”我呵呵一笑，说道：“再不行就电话骚扰您。”
汪老师是一位诲人不倦的好老师。不仅对我如此，对他所有的学生都是一样的。无论是午休时间、课外活动时间，还是课间，只要走进他的办公室，都能看到他在帮助学生释疑解难。几乎每天都有学生来问问题，他耐心细致地引导学生思考，一遍又一遍地讲解，总是能让学生茅塞顿开。
汪老师对待教学一丝不苟，每一堂课他都精心准备。记得去年学校教导处统一安排了公开课。汪老师没有因为自己是即将退休的老师而推托。负责教学的副校长和他说不上也是可以的，大家都可以理解。他说：“不，我一定要上，这是我的最后一堂公开课，我不仅要上，而且要努力上得更好。”这节课取得了相当好的效果，给学生和听课的老师留下了很深的印象。
有人把教师比作蜡烛，燃烧自己，照亮别人。这句话用在汪老师身上再贴切不过了。从汪老师的身上，我感受到了什么是教育情怀。汪老师身上舍小家为大家、无私奉献的精神值得我们大家永远学习。
胥岭学校像汪鑫强老师这样心里始终装着学校、装着学生的老师还有很多。写此文时，我和几位同事聊了聊，我说姑且就归纳为“胥岭精神”吧。“对，‘胥岭精神’，你总结得太到

位了！”一同事笑着对我说。
头脑中“老骥伏枥”这几个字不停地闪现，这不就是汪鑫强老师的生活写照吗？他在胥岭这块责任田里任劳任怨辛勤耕耘了四十余载。他如今坚持将这届九年级学生带到毕业，不就是为了这些学生，为了胥岭学校的发展吗？得遇良师是学生一辈子的幸运。汪老师是我心中的一盏明灯，也是我学习的好榜样。汪老师的言传身教深深地影响了我，我相信也会影响到更多的人。我会谨记汪老师的教诲，将这份教育情怀继续传承下去，为家乡的教育事业继续添砖加瓦。

课堂内外
不让灰尘作底子
□望江县实验学校　王　盛
美的环境，一定是以干净作底子的。环境，对人有种不着痕迹的暗示、熏习和濡染作用。班级文化的理念和整体的卫生观需要深植于师生的内心，并且要把理念与观念付诸常态行动。培养学生良好的卫生习惯，这样才能在校园内营造干净、美丽的风景。
我校班主任都非常重视环境育人，各班都能形成师生共同设计布置班级文化的局面，他们都尽自己最大的努力把班级打造得更美丽，营造得更温馨。
走进教室，映入眼帘的是主题鲜明的黑板报，各班教室墙壁上基本都开设了班务栏、励志栏、学习园地、荣誉榜栏、作业温馨提示等栏目，有的班级甚至设置了班主任寄语栏、班徽栏；教室各角落开设了植物角、图书角、卫生角，等等。置身于教室内，能感受到浓厚的育人氛围。
郑英老师说：“美的环境，一定是以干净作底子的。干净，永远是美的第一要素。所以，打造美的教室，要从干净开始。”我们的教室，整体上看来宽敞明亮，窗明几净，室内外墙裙白色的瓷砖洁白得如明亮的镜子。在日常工作中，班主任在育人方面有着“干净”的行动，这一点是值得肯定的。
最近，笔者发现大部分班级窗台上有灰尘。这灰尘与干净的走廊、洁白的墙裙以及明亮的窗户很不协调，让人感觉这灰尘成为教室走廊里的一个“亮点”了。当然，各班教室窗台上的灰尘的厚度不一，从灰尘厚度中，笔者可以判断班级值日生擦拭的次数。全校25个教学班，我可以归纳出每天擦拭、每周擦拭、长期不擦拭这几类。
针对窗台上灰尘“亮点”现象，笔者私下与部分班主任进行探讨交流，这个现象给我们教育工作者带来哪些思考呢？值日生每天扫地、擦窗、擦墙裙时，为何忽略了窗台？建筑物是个整体，为什么学生就不会去整体地打扫卫生？笔者认为，学生没有树立整体的卫生观，这样很难培养出全面、完整、严谨的思考问题的习惯。陶行知先生说，“生活即教育”。生活中若形成这种“残缺式”的思维模式和做事方式，那么学生在做事时肯定会出现丢三落四的现象，在学习中也容易出现审题不完整、解题过程遗漏、答题不规范等现象。
出现这种现象，教师需要思考，我们在指导学生劳动时，在培养学生卫生习惯时，是否缺少了整体的思想。教育是成体系的，单项的教育中能见到整体的教育，整体的教育中能见到单项的教育。打造美的教室，教室文化的布置要与教室环境卫生相统一，这样我们的教室才显得有美感与质感。
为了解决窗台上灰尘“亮点”现象，培养学生良好的卫生习惯，树立师生整体的卫生观。笔者与班子成员商议，在全校开展“引导+示范+自动+自查+检查”美化校园行动，并明确把此行动作为德育处的一项常态管理机制。
引导，就是全体班主任要引导学生树立整体的卫生观，整体卫生观不限于教室内外的边边角角，还包括各班级卫生区的每个角落。
示范，美化校园行动的第一周，班主任老师带领值日班干与值日生共同参与卫生打扫活动。参与过程以示范为主，在做的过程中，增强学生整体卫生观。
自动，美化校园行动的第二周之后，每天值日班干带领值日生一起打扫卫生。值日班干参与卫生打扫活动，一直到全班同学一个轮回结束为止，然后由每天值日生按照学校规定的时间段进行卫生打扫和保洁。
自查，自美化校园行动的第一周开始，每天卫生打扫结束后，值日班干按照班主任示范的标准，对卫生打扫情况开展自查，若有不达标之处，立即通知当天的值日生进行整改。
检查，学生会每周五上午大课间时间段开展一次全校卫生大检查活动。把窗台卫生纳入检查范围。每周一在学校橱窗的公示栏里，公示上周卫生检查结果。德育处把每周的卫生检查结果作为“月文明班级”评选活动的一项指标。
自学校开展 “引导+示范+自动+自查+检查”美化校园行动以来，每次巡班时我再也看不见

3

教室窗台上有灰尘了。通过工作的思考与实践可以看到，只要我们把“美的环境，一定是以干净作底子的”这一班级文化理念和整体的卫生观深植于师生的内心，并把这理念与观念付诸常态行动，并养成习惯，我们教室窗台上就再也不会出现灰尘作底子的现象。