

面对“双减”，一线教师该怎么做？

这些做法供老师参考

“双减”政策是近期社会关注的焦点。这一政策对老师提出了哪些新要求？新学期，老师该如何应对这些挑战呢？

在新政策背景下，面对学生的成长需求以及家长的“教育焦虑”，一线教师们应该怎么做？新学期教育教学工作怎样开展？

研究学情与教材， 提高备课实效

减轻作业负担，要从源头抓起。备课是教学流程的起点，抓减负，要首抓备课。为提高备课实效，教师应该认真研学情与教材，而不是“复制粘贴”教案，修修补补课件。

研究学情，就是要研究每节课学生“在哪里”，研究教材，就是要研究每节课应把学生“引到哪里”。中小学作业负担过重的情况很多源于超前学和超标学，而这又破坏了“自然学习起点”的课堂教学生态。

减轻作业负担，学生就可以在“自然起点”参与课堂学习与探究，教师就可以准确判断学生“在哪里”实现因材施教。学科核心素养是学科育人的重要目标，分析研读教材，就是要对准学科核心素养这个靶心，确定“把学生引到哪里”，只有全面把握教材的前后联系，深入挖掘教材蕴含的学科核心素养要素，才能使课堂教学实现有的放矢。

组织深度学习， 培育核心素养

“双减”政策下的课堂教学，应聚焦学科核心素养，更加突出学生的主体参与，组织学生开展深度学习。深

度学习不是深在知识难度上，而是要精心设计问题情境和探究活动，激发学生主动探究的欲望，引导学生借助已有知识和经验，开展探究性学习。

当学生带着积极的情感“愿参与”，借助已有认知经验“能参与”，通过多种感官或行为“真参与”，学生获得的不仅仅是知识技能，而是能够带得走、用得上的学科素养。学生课堂上实实在在用1分钟获得的发展与提升，是课后10分钟的补习也达不到的效果。

因此，一线教师要用好课堂教学的每一分钟，增强课堂教学的目标意识和效益意识。课堂学习效益高了，课后的作业负担自然就轻了。

充分利用课堂主阵地， 提高作业质量

作为生命体的儿童，天然拥有语言、思维、探究、创造等学习需求。著名教育家叶圣陶指出：“教是为了不教。”教育的职责在于以生为本，通过创设合适的情境，师生共同参与课堂建构，共享探究过程，让学习真实发生，让学生学会学习。

在此过程中，教师不是知识的搬运工，而是课程的建设者；教学不是仅仅传授知识，而是师生间借助积极有效的对话为平台，分享彼此的思考、



徐婕妤 摄

经验和知识，交流彼此的情感、体验与观念，丰富教学内容，求得新的发现，从而达到共识、共享、共进的过程。

作业是检验课堂教学有效性的重要抓手，教师在备课时须统筹安排每节课的作业量，将课堂适当留白，精心安排练习反馈的环节，及时查缺补漏，相对减少课后的书面作业量。

研究作业管理效能， 提升课后作业的“质”

教师要研读课标，准确把握学科性质，积极开发利用课程资源，创造性使用教材，将作业设计作为课题来研究。

例如重视预习作业，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，积极尝试分层作业、弹性作业和个性化作业等多种开放式作业形式，因材施教，杜绝机械重复的无效性及惩罚性作业等。

设计菜单作业， 强化反馈功能

教师不仅要从事务总量上做到“科学合理”，也要从作业形式上做到“丰富多样”。教学实践中，教师可以根据班级学情，通过布置分层、弹性和个性化作业，为学生提供更多的作业菜单，让学生拥有选择权利和机会。

不妨尝试每周安排一个“无作业日”“实践性作业日”，也可以每月一个“零作业周末”“长作业”，以此引导学生正确认识作业的功能，不要让作业成为“要我做”的“负担”，而是成为“我愿做”的“常态”。布置与反馈是作业的两面。

既要从质、量、形上做好作业的布置，也要及时做好作业的批改与反馈。一方面对学有困难的学生加强面批讲解和答疑辅导，另一方面对作业优秀的学生要激励表扬，不断增强其学习自信，让作业成为学生才能展示的平台。

（素馨）

传承秋白精神 弘扬自觉风尚



无锡市新吴区江溪小学是一所具有丰富人文资源的百年老校，革命伟人瞿秋白曾在校任教。在新时代背景下，学校对“秋白精神”做了更具时代特点的校本诠释和立体解读，将秋白精神精髓——“自觉”与师生生命成长联系起来，以“教天地人事，育生命自觉”为办学理念，从学校文化、学校课程、品格提升等方面，关注师生自觉生长的意识、行为、习惯，追求“做一个自觉的人”，养成“自知自行自成长，觉己觉人觉世界”的自觉气质。

“自觉”是一种精神追求

代代江溪人将秋白精神变成融入血脉的信仰，成为刻入人心的力量。学校构建“秋白式”教师成长学院，期待从教育原乡集体出发，用人的发展变化孕育新的发展内涵，滋养一所学校的发展。

新发展要求下，学校需要思考如何构建德智体美劳全面培养的教育体系，明确并落实各学科实践的主题、内容、评价等方面的要求，打造家庭、学校和社会教育共同体等一系列问题，这些都需要建设高素质专业化教师队伍。加之外部教育环境不断发生变化，如何按照自己

的教育节奏前行，如何化解由不确定带来的发展挑战等问题。“十三五”期间，学校将秋白精神精髓——“自觉”与师生生命成长联系起来，探究省级课题《瞿秋白精神引领下的教师文化发展》。进入“十四五”以来，学校又通过打造“秋白式”教师成长学院，不断寻求课题的新突破，努力形成教师文化的江溪表达，着力建设高素质专业化教师队伍。放眼学校内部，实现对“自觉”的精神追求，引导教师在共同追寻与创造更美好的教育过程中发现自我、实现自我和成就自我。

“自觉”是一种成长方式

2021年，江溪小学“秋白式”教师成长学院顺利揭牌。学校围绕“师德高尚、业务精湛、充满活力”的教师队伍建设要求，以“师德师风典范、教书育人示范、教研科研模范”为目标，以“‘自为课堂’教学实践探索”为研究项目，打造“秋白式”好教师团队。

学是师之骨，德是师之魂。学校以制度为抓手，构建师德教育新机制；以团队建设为核心，开

创以德治教新路子；以活动为载体，形成浓厚的育人环境，努力建设一支“四有”好教师队伍。依托“秋白式”教师体验园、生长营、教研坊、学习场、风采秀和俱乐部六大载体，从多方面开展专业能力锻造行动，进一步提升教师的理想信念、师德水平，形成“自觉”的育人文化，引领教师团队整体发展，推动全校教师成长为“秋白式”教师，为学生成长、成才助力。

“自觉”是一种文化境界

蒙良师教诲精进教艺，学校聘请南京大学教育学院操太圣院长、江苏省教育科学研究院王彦明、无锡市教科院所所长陆启威、无锡市教师发展学院佟柠、江苏省著名特级教师孟晓东等多位专家成为“秋白式”教师成长学院的导师，去唤醒、激发和点亮更多个好教师的成长。通过名师的引领和辐射，依托“秋白式”教师成长学院，培养一群“秋白式”好教师。

学校作为江苏省城乡结对互动课堂试点项目示范基地校，与宿迁卢集中心小学结对，通过开办远程教学点的方式，实现教育信息化定点帮扶。学校以团队骨干教师与在不同区域不同学校的同学共同策划并联合开展教研活动的“同学”联盟为起点，和区内

外学校建立研究共同体，不断搭建引智平台，将“同学”联盟不断升格，形成个人到团队，从团队到全校，从一校到他校的“蝴蝶效应”，在共建中实现“同源同梦同学”。学校以新吴区“至新”集群化办学为契机，打破校际壁垒，成立“春至江南”教育联盟校，建设联盟校“至和”特色课程，在实践中提炼教师团队发展的“江溪经验”，促进学校共同发展。

“秋白式”教师成长学院的成立是江溪教育人向着教育原乡的再出发，是一种源于教育热爱的存在变革。期待，每一位教师在“秋白式”教师成长学院成长。传承秋白精神，弘扬自觉风尚，在路上与所有的美好相遇。

（江溪）