

常州市第四批中小学“双减”工作优秀实践案例
暨重点实验项目评选活动

一
等
奖
汇
编

常州市教育局

2024年1月

目 录

1.“双减”背景下儿童阅读课程的多元评价	
.....	常州市金坛区华城实验小学河头分校 智卫琴 1
2.双减迭代 5+2 模式，高位进阶新绿 1+N 结构	
.....	常州市新北区奔牛实验小学 刘 敏 5
3.盘活课程资源 点亮课后服务——基于统整理念的博物课程探	
.....	常州市教科院附属初级中学 王相怡 9
4.双向奔赴：协商性评价提升教师自主发展内驱力	
.....	常州市新北区薛家实验小学 陶榆萍 13
5.预与立：“双减”下小学英语作业的有效设计与运用	
.....	常州市金坛区华城实验小学 温贞云 18
6.启智润心，厚植科学教育的底色	
.....	常州市滨江中学 丁佳燕 王 赞 23
7.主题叠构：“双减”背景下小学英语拓展性学科活动的链路耦合	
.....	常州市武进区遥观中心小学 胡 凤 27
8.AI 空间站：“双减”背景下，虹景创客教育的新探索	
.....	常州市虹景小学 王梦妍 31
9.“巧手超市”：小学劳动教育课程实践的新样态	
.....	常州市花园第二小学 陆梦旻 周瑜茜 37
10.课程思政促“加法”，智能创飞促“双减”	
.....	常州市同济中学 孔海斌 41
11.“双减”背景下，以“媒介+”玩转小学古诗文课堂	
.....	溧阳市外国语小学教育集团梅园校区 张亚萍 45
12.聚焦新热点 探究新课堂	
.....	常州市金坛区段玉裁实验小学 唐 辉 49

13.“三声”拍案之惊奇课堂	江苏省前黄高级中学	步妍	54
14.主题创新活动：从“经历”走向“经验”	常州市金坛区朝阳小学	谭亚鹏	58
15.研创课堂：“双减”背景下课堂教学改革的探索实践	常州市邹区实验小学	戈丽华	62
16.依托青年“进贤营”平台 赋能教师“高质量”发展	常州市第二中学	王赞	66
17.“私人定制”小操场中的大体育	常州市实验初级中学	袁建东 沈一菲 郭敏	70
18.农村学校“苔趣时空”育心课程实践初探	溧阳市古渎小学	周雪萍 吕菊香	77
19.你我有约：“双减”下的私人定制式家长课堂	常州市武进区采菱小学	仇伟红	83
20.唤醒“共育社群”，践行“双减政策”	常州市花园小学	张晓萍	87
21.“3+3”课程模式解锁体育课后服务新路径	常州市武进区湖塘桥实验小学	韩佳	92
22.场馆非正式学习：课后服务高质量实施的另向度	常州市武进清英外国语学校	陈国强	96
23.“小劳模”服务课程创意开发和实施	常州市新北区薛家实验小学	沈彩虹	100
24.“社”彩纷呈促“双减”，魅力社团促成长	常州市博爱小学	王丽娟	108
25.基于地方资源的“1+N”课后服务样态的实践探索	常州市溧阳市溧城中心小学	贺婧 孙嘉璐	114

26.“三维”互融：指向教学评一致的小学语文命题基点	常州市新北区圩塘中心小学	王鉴尧	119
27.寓教于形：触摸传统图形中的数学经络	常州市金坛区西城实验小学	王扣兰	124
28.“双减”背景下“三因”作业的实践与探索	常州市武进区实验小学分校	杨帆	129
29.科学教育“N加” 多元赋能“双减”	溧阳市南渡中心小学	管超	133
30.“五融”课后作业让村娃乐享·减负	常州市金坛区白塔中学	黄志琴	137
31.生动活泼的作业 健康快乐地学习——小学英语单元整体作业设计	溧阳市实验小学	刘云飞 陈曦	141
32.统筹、聚焦、协同：“标准+”小学英语作业设计与管理的集团实践	常州市武进区湖塘桥实验小学	蒋维燕	146
33.“双减”背景下“法治溧阳·护航成长”研究性学习作业探索	溧阳市第六中学	鲍华芬 胡兵祥	150
34.问题解决迂思维，素养立意迈高阶——“双减”背景下作业多样性设计实践研究	常州市新北区新龙实验学校	陈慧	159
35.“教-作-评”系统建构：小学英语“素养型”表现性作业的探索与实践	常州市河海实验学校	陆燕	163
36.读·行·研结合，助推学生作业变革	常州市新北区薛家实验小学	陈云	169
37.“双减”背景下的高中数学校本化作业设计与实施的思考	常州市田家炳高级中学	徐颖	174
38.“双减”政策下小学低年级数学作业设计的探索实践	常州市西横街小学	范佳明	178

39.分层作业，弹性选择，撬动学习方式的变革	常州市花园小学	恽承恺	182
40.信息技术助推作业精准分层	常州市虹景中学	陈亚红	188
41.以跨学科主题作业激发学习内驱力	常州市兰陵中学	张永康	192
42.“双减”背景下小学英语高年段单元作业的进阶设计	常州市紫云小学	郭云燕 吴洪菲	197
43.指向城乡优质均衡的“互联网+双师课堂”创新实践	溧阳市文化小学	何新华	罗志龙 201
44.混融式校本教研 助力“双减”提质	常州市新北区香滨湖小学	吕佳音	黄松华 206
45.“抱朴”课堂——基于真实学情的课堂教学新样态	常州市武进区南塘桥小学	陆 静	211
46.双减背景下赋能教师自觉成长的探索与实践	常州市武进区实验小学	张丽丽	陈 蓓 215
47.“双减”背景下，初中体育多样化课堂的有效联动	常州市金坛区良常中学	王 磊	220
48.“双减”背景下“生长课堂”的构建与实施	常州市武进区湖塘桥第二实验小学	张 萌	226
49.数字赋能 减负增效——混融理念下的数字化学习实践探索	常州市新北区香滨湖小学	黄松华	230
50.成长每一个——聚焦特需学生融合课程与教学的实践与探索	常州市荆川小学（市教科院附小）	谢佩君	殷蔚蓝 234
51.打破壁垒，优化组合——“学科联合体教学”的实践探索	常州市局前街小学	高羽佳	花 琳 238

52.“三范”为导，绘制“向美”教师专业修炼手册	常州市香梅小学 姚飞月	244
53.五育融通，启智润德：基于“双减”背景下“1+X”思政育人课程体系的建构与实践	常州市华润小学 何燕 张茹珺	248
54.线上线下融合的馆校合作课程探索与实践——以“致敬伟人宋庆龄”党史课程为例	常州市明德实验中学 谭文	253
55.聚焦“双减”提素养，深耕课堂促转型	常州市教科院附属高级中学 袁晶 徐忻怡	258
56.在“做”中学——践行语文大单元教学设计思路	常州市教科院附属高级中学 王伯美	265
57.立足新能源之都建设，构建高中思政问题情境	常州市第一中学 徐梦婉	270
58.到“地里”学地理，让地理更接“地气”	常州市戚墅堰高级中学 孙超	274
59.基于“双减”促进思维品质培养的高中英语阅读教学实践	常州市第五中学 曹雪纯	278
60.“实小生物钟”：儿童一日健康生活秩序创新实践	溧阳市实验小学 张珏	282
61.童伴心理 探索“公朴娃”互助式心育培养新路径	常州市武进区李公朴小学 宦小丹	287
62.青果“心晴朗” “育”见“心”美好	常州市田家炳初级中学 陈依婷	291
63.“1+X”润心行动：“双减”背景培育积极心理品质实践	常州市新北区泰山小学 刘婷	296
64.“五色光韵”疗愈：基于教育生态化的儿童疗愈课程建构与实践	溧阳市西平小学 赵婧 史旭芬	300

- 65.打造教师日常“三个一”，构建教师减负新样态
.....溧阳市实验小学 汪 冰 304
- 66.“互学共玩”式玩伴团活动，重建“双减”课外生活
.....常州市新北区龙虎塘实验小学 陈亚兰 309
- 67.周末有约：基于“乡韵文化”的闲暇课程建构与实践
.....溧阳市外国语小学 马君娟 滕秋华 314
- 68.劳育五星升维 培育三理学子
.....常州市北郊初级中学 周 艳 栾 洁 320
- 69.精准融合，打造“竹”文化育人模式
.....溧阳市平桥小学 谢瑜萍 327
- 70.创新构建党建引领下的家校协同育人机制
.....溧阳市南渡初级中学 吕伟新 331
- 71.“热话题”引起深思考，模拟中解决“真问题”
.....常州市第二中学 陈家颖 335
- 72.聚焦劳动“革新”，助推“双减”落地
.....常州市邹区实验小学 姚 琪 339

“双减”背景下儿童阅读课程的多元评价

常州市金坛区华城实验小学河头分校 智卫琴

一、儿童阅读课程多元评价的背景

华城实验小学河头分校从2008年起，就在全校开展“大量阅读”的思考、探索和实践。经过十多年的实践，从学生阅读量的增长，阅读水平的提高，教师阅读课课型的研究到整个阅读评价体系的完善，我们一直行走在研究的路上，孩子们也收获了不一样的童年。

二、儿童阅读课程的评价实施

（一）教材基础知识过关检测——由“老师考”到“大家评”

基础知识过关是无分数评价的其中一个环节，通过基础知识的评价，教师可以了解本单元学生对基础知识的掌握程度，从而改善自己的教学，调整自己的教学行为，有利于更好地提高教学质量。我们积极倡导教学评价主体的多元化，包括教师评价、学生自评、小组互评、家长评价以及学生和教师的互动评价等等。

（二）课内阅读评价体系的建立——从“单一”走向“综合”

语文是一门综合性很强的学科，包含着听说读写等多种技能的综合发展。我们重视学生各个方面能力的评价。

1.“识字大王”评比

到了每学期学期末，低年级学生就要开展“识字大王”的评比活动，采用课内识字与课外识字相结合的形式，让学生比一比，经过一个学期，谁的识字量最大，那就会被授予“识字大王”的称号。

2.“我是小小朗读者”评比

朗读不仅要让学生在朗读时读出形，读出情，更要让学生读出味，读出神。每到期末，就会进行朗读的展示比赛，所选用的内容有课本中的课文，也有课外拓展的阅读篇目。在评比中，由老师给学生打星，最终评定出本学期每个班中的“小小朗读者”。

（三）课外阅读评价体系的建立——由“一张试卷”到“坐着聊”

1.阅读存折的诞生

我们设计了《阅读存折奖励方案》：阅读时做批注，把读书时的感想写在空白处，每处奖励 1 颗星星；读书交流会上，能分享自己的读书感受，奖励 5 颗小星星；读完一本书，奖励 10 颗小星星……

学生通过日复一日的课外阅读赚来的星星如何流通？我们接着创设了一种名誉奖励机制，根据学生课外阅读获得星星数量的多少，每个月评比一次“阅读之星”。评上阅读之星的能从教师手中得到一份喜报。

2.考级指标的编写

对于学生的考核，我们编写了《阅读考级星级指标》，以此激励学生开展阅读，用读书去争取一颗颗成功之星，只有保底，没有上限。

指标围绕诵读、整本书阅读、群文阅读三个方面，选取了一定数量的诗歌、文章及书籍。根据学生的年龄和阅读水平，把考核内容分为 6 个等级，每个学年设一级，每级设四个星级。一星、

三星为基础指标，获得这两颗星，便可成功晋级；二星、四星为弹性指标，旨在鼓励学生自主阅读。在考级过程中，采用正面评价，过程性评价，体验性评价。

3.考级卡的使用

当阅读遭遇考级，我们怎样去感受学生的情感世界，去体味学生阅读时的滋味？

（1）固定考级的时间

校内一学期进行一次测试。测试由各年级组长负责，测试小组成员由同年级语文教师担任。

（2）改变测试的方式

用一种“聊”的方式跟学生交流，问题不是机械式的逐条提问、照本宣科，教师按学生的实际差异调整问题，多的是肯定和鼓励。比如，在进行整本书交流时，老师会用这样的方式来提问：“书中谁给你留下了很深的印象？什么原因呢？能说来听听吗！”“这个故事的结局你喜欢吗？要是不喜欢，你想怎样改？”……

（3）显化评价的结果：

怎样让评价的功效更持久？鼓励是永恒的主旋律。校内阅读测试结束后，结合“阅读存折”颁发考级卡。考级卡上明确标明每个学生所考的级数，获得的星星颗数，并与校卡一起每日挂在胸前，既是阅读考级成果的体现，又能提醒学生继续阅读。

（四）活动搭建平台——由“单一”到“立体”的评价

1.开展多种多样的竞赛

我校为展示儿童阅读改革的实验效果，开展了各种与读书有

关的竞赛活动，如：手抄报、读书笔记、循环日记展评；“我读书我快乐”演讲；读书征文比赛；班级整体诵读大赛；“旧书跳蚤市场交易”活动等。在各项活动中评出了优秀手抄报、读书笔记、读书征文上百篇，诵读“小能手”、“故事大王”、小小“演讲家”上百人。

2.举办形形色色的展评

一是优秀个人展评。以班级为主，每个学期按不同年级段的阅读要求，通过自我评、同学评、家长评和老师评选出优秀学生，颁发“小作家”、“阅读之星”奖状，并报学校进行表彰。二是书香班级展评。为了提高班级的整体阅读效果，在评比“阅读之星”的基础上，每学期每个年级评出1~2个“书香班级”，学校予以图书的奖励。三是书香家庭展评。为营造良好的家庭学习氛围，每学期进行一次“书香家庭”的评选。学校邀请“书香家庭”成员参加学校的“读书沙龙”、“亲子读书交流会”等活动。

三、儿童阅读课程的影响力

实施儿童阅读课程的这些年来，我校学生的阅读量得到了明显的增长，阅读给他们的童年带来了更多的色彩。课题组骨干教师多次受各类儿童阅读机构的邀请，分赴南京、山东、青海等地讲学及送课。多元评价的儿童阅读课程的实施，让评价从“单一”走向“立体”，在“减”与“增”之间真正促进了孩子、家庭、老师和学校的共同成长！

双减迭代 5+2 模式，高位进阶新绿 1+N 结构

常州市新北区奔牛实验小学 刘 敏

为高效落实“双减”政策，我校迭代“5+2”模式课后服务样态，实施“学习时刻+自主时刻+温馨时刻”的高位进阶新绿 1+N 结构，夯实学生的文化基础，发展学生个性，赋能学生素养发展，培养健康全面发展的新绿少年。

一、学习时刻：“服”基础、筑根基、提升“1”品质

深入挖掘“双减”政策，1 为“顶点”，我校以学生为顶点，在课后服务第一时段对学生进行“高质量”全学科答疑、“个性化”作业辅导、“品质化”知识点融合、“时间性”概念校准四方面有效减轻学生的作业负担、校外培训负担和家长的经济负担。

1.“高质量”全学科答疑——解决学习问题

高质量全学科答疑，解决学习问题从以下三点出发：一是教师善于研究，确保答疑内容的准确性和完整性，讲清道白，做到“知识盲点不累积”。二是教师注过程，重倾听，了解并思考深层源泉，拓展思维，扩大范围，满足学生的求知欲。三是教师重方法，拒单一讲解，可提问、阐述、动手实践等多种方法，拨思维，促进学生深度思考与理解。

2.“个性化”作业辅导——尊重学习差异

个性化作业辅导，尊重学生的学习差异。首先，了解学生的特点，设计个性化作业，提出选做与必做型题，反馈与检查作业效果。其次，教师在辅导过程中进行多种互动，提供积极情绪与

肯定评价。

3.“品质化”知识点融合——打破学习边界

品质化知识点融合，打破学习边界需注意以下两点：第一，确定主干学科本位知识点，五育融合，让学生经历社会性、调控性、审美性、技术性、探究性多种实践。第二，提供适宜的学习环境，重完整的过程，多次感受，及时更新，有效综合性评价。

4.“时间性”概念校准——提高学习效率

时间性概念校准旨，提高学习效率主要有两点内容：一是引导学生了解时间，感受时分秒，自我预估作业的时间值，制定点对点时间任务。二是带领学生建立合理的自我奖励制度，展开提速挑战，在学习中不断增值自我，充实自己。

二、自主时刻：“服”个性、显百般、创新“N”样态

聚焦“双减”工作，开展N种精品社团活动，以学校特色为支点，提出“请进学校”、“点面结合”、“走出教室”多种课程资源，课后服务第二时段开展班级、年级、特色校级、外聘精品等社团，全力发展学生个性，赋能学生素养发展。

1.“请进学校”——挖掘社会资源“盘活”课程

为满足学生某些技能领域专业化的知识，我校致力挖掘社会资源，请进课程、请进专家来添彩课后服务内容。我校引进传统特色，邀请地方戏的专家教唱戏剧，培养传承人；邀请家长进课堂介绍自己职业知识，鼓励学生憧憬未来职业。同时优化校本特色的课程，成立专业性强的“口才与演讲”、“儿童剧”、“小篮球”等社团，并邀请校外专家定期来指导。此外，我校外聘专业人士

进行辅导精品社团，遵循“自主自愿、双向选择”的原则，学生自主报名，学校统筹安排。

2.“点面结合”——优化基础资源“建构”课程

基于我校“第二课堂”的理念，设计“四结合”课后服务新样态，采用长短时相结合、必修与选修课程相结合、固定教室与专用场馆相结合、自然班与走班相结合”。同时坚持“及时优化”原有社团，形成以“阅读鉴赏”“音美艺术”“运动健康”“益智思维”“手工制作”为主五大类三十多个校级社团，如国学、软笔书法、七彩梦画社、少儿篮球俱乐部、春芽管乐团、春芽长笛社、春芽合唱团、春芽舞蹈社、航空航模社、田径队、乒乓、鼓号队、无人机、趣味编程、北斗星、围棋、3D打印社、动漫设计等等社团，学生在多彩的课程中，发展个性和特长。

3.“走出教室”——尊重差异资源“自选”课程

因生制宜个性化发展，我校潜心优化硬件设施，清新灵动设计方案，乐于创新开发选课体系，推出菜单式自主选课，遵循“自主自愿、双向选择”的原则，给足学生选择课程的空间，真正做到学生各美其美共美。课程设置采用班级、年级、校级及精品社团多轨制，鼓励一部分学生走出教室，参与年级、校级及精品社团活动。

三、温馨时刻：“服”过程、润身心、进阶“1+N”结构

“自然、和谐、发展”是新绿教育的核心，也是课后服务的重心，我校制定了“新绿少年”标准、“五则四评”的评价方案，结合《学生成长档案手册》，明确培养“好品行”“善学习”“绿生活”“乐

创新”“显活力”的新绿少年，引导学生健康全面发展。

1.“多体验”——促自然和谐发展

我校重视体验课后服务的过程，学生掌握学科化知识，进行自我消化，灵活运用知识，把握本质，自主提升；学生培养发展兴趣化技能，在适场地、专条件、多样化等方式走向专业化道路，促进我校学生在学习知识和专业化技能中自然和谐发展。

2.“破唯一”——促多元个性发展

新评价标准摒弃分数结果论，规整学生成长档案和综合素养评价。如“阅读鉴赏”类与“音美艺术”类需要展示作品或表演节目结课，“运动健康”类结课可通过体技能和运动项目活动，“益智思维”类需要相关思维成果结课，“手工制作”类结课通过作品展示。

3.“重疏导”——促健康全面发展

我校极度关注学生的心理健康，联结新北区的“润心”活动，全方位关注重点关爱学生，记录好一表五清。我校每周四红领巾广播心理微视知识，每月开展心理健康讲座，定期家访活动等，重视重点关爱学生的情绪，及时疏导学生心理，达到悦纳自己，适应学校绿生活。

奔牛实验小学在高位进阶新绿“1+N”新样态下，夯实学生的文化基础，飞扬个性，擢升素养，体验过程，学校落实多元评价，滋润学生的心理，促进健康全面发展。此外，我校的课后服务工作不仅获得学生和家长的青睐，江苏省内多所学校的关注，还获得兴化教育局参访团的高度赞赏。

盘活课程资源 点亮课后服务

——基于统整理念的博物课程探索

常州市教科院附属初级中学 王相怡

跨学科学习是素养时代课程整合的重要路径。近年来，我校深度挖掘可能的课程资源，通过凸显课程理念、注重资源统整、强化跨学科实践等措施，提出了基于统整理念的博物课程设计范式，引导学生在真实情境中进行深度学习，以特色化的课程统整点亮课后服务，取得了阶段成果。

一、开发了博物课程的资源平台

我们对校园周边 3-5 公里范围内、可利用的相关课程资源进行充分调查，一方面从资源类型、可能的统整点与统整方式等角度，列立资源清单；另一方面在对初中各学科课程进行分析的基础上，探寻可以统整的方向和具体内容。通过开发现有资源、拓展学习空间、完善资源场域等途径建立了相关课程资源库。每学期，我们都会结合调查实际更新资源库。

我们打破环境壁垒，综合家校社各方资源，发挥团队效能，依托“三馆”活动，建立多元开放的活动场所，尽可能地为师生提供学科资源等多方面的协助，做到有效对接、智慧沟通、全面发展，实现育人空间的最大化和最优化。

二、建构了博物课程的体系架构

学校将博物课程学习融入学校整体课程的开发，结合不同学

科和常州本地资源特色，梳理制定适宜的内容，开发出符合学生身心发展规律和生活实际的课程。

1.学科拓展类课程：剖析真实情境

学科拓展类课程是基于学科特点而研发的课程，此类课程是对学科教学的丰富与完善，凸显学科特点。如我们组织学生走进地铁控制中心，通过对常州地铁指挥中心的实地参观与考察，同学们在物理老师的指导下认识乘坐地铁时的物理现象，了解电动机的工作原理，并亲自动手做起了发动机的简易装置，在体验“常州速度”的同时，聆听城市发展脉动。

2.综合实践类课程：培育实践能力

综合实践类课程是基于真实情境，整合各学科资源而研发的课程，具有跨学科的性质。如在《对话陶瓷》课程中，我们以“探究博物馆内的陶瓷”为主题，历史、语文、美术学科的老师带领同学们畅游在常州博物馆历史文化陈列厅内，通过跨学科教研、主题制定、任务设计、行前准备、实地探究、成果展示等系列活动达到培育跨学科素养的目的。

我校在理念研究和资源研究的基础上，架构博物课程的统整式主体框架，为学习方式、学习过程、育人方式等的统整课程实践提供内容体系支持，以提升课程质量。

三、凝练了博物课程的教学范式

近三年来，学校采用循证教学的方式，结合基于“五育融合”、新版“义务教育课程标准”整合教学的“设计——验证——改进”

工作，寻找整合教学的完整和有利的证据，以主题学习、小组探究、观察实践等项目化学习方式，优化博物课程实施，最终形成可执行、可复制的项目化学习过程，力求找到附中语境中最佳的整合方式和状态。

如《探秘自然》是在常州博物馆“进击的植物”活动基础上研发而来的课程，同学们在生物、语文、美术、摄影老师的带领下走进常州博物馆，整个活动以“探——生存之美”、“赏——意象之美”、“绘——精神之美”、“捕——生命之美”四个单元串联而成。我们基于课程统整的理念，架构博物课程开发的统整式思路，初步形成了博物课程的教学范式，为实现学习方式、学习过程、育人方式等的统整式变革与创新奠定基础。

四、探索了博物课程的评价方式

学校对博物课程中教师、学生、课程实施三方面均开展了评价，以多维度评价助力课程“提质升级”。

1.对课程的评价：每学期进行考核，注重课程活动的反馈、调整，并定期召开会议对课程内容和实施方式进行评价。实施多元评价，注重教师自评、教研组互评、专家点评、学生和家长参评等，多角度、多层面对课程进行完善。

2.对学生的评价：开发课堂观察工具、表现性评价工具、过程性评价工具，注重评价学生的实践性成果作为过程性支撑材料。全面了解学生的学习状态，关注学生在学习过程中的发展和变化，从而激励学生学习和改进教师教学。

3.对教师的评价：一方面要求每位教师进行课程成果展示，使之成为一种常态予以落实，促使教师对课程实施过程进行不断的思考、实践、反思与完善。另一方面，侧重对课程内容和教学方式开展评价，剖析不足，寻找解决策略。

五、完善了博物课程的保障机制

在博物课程的运营机制方面，一方面，学校充分调动年级组、教研组、备课组，组建课程开发团队，依托教育部课程教材研究所第六批课题《基于统整理念的博物课程开发研究》积极研发课程，开展跨学科教研活动，以丰富的资源、多样的形式促进学生思维的发展。

另一方面，针对博物课程开设过程，学校力争做到“五个确保”，即明确要求，对于课程前期的部署确保到位；提供培训，对于课程设计的指导确保到位；统一规划，对于课程资源的整合确保到位；加强管理，对于课程开设的监管确保到位；及时反馈，对于教学方式的调整确保到位。

在此过程中，我们发现：各方资源的有效整合不仅充实了教育师资和教育内容，而且能为学生在课余协调出更多的活动场地和学习可能，切实解决学校师资、场地等资源不足等问题，提升课后服务的协同性和专业性，助力“双减”政策的有效落实。

双向奔赴：协商性评价提升教师自主发展内驱力

常州市新北区薛家实验小学 陶榆萍

一、案例背景：

问题 1：“双减”时代对教育教学除了提出高效要求，更追求高质，这就对老师的专业发展有了更高期待。于教师而言，既是挑战，也同时有了更大空间。如何以“双减”为契机，提升教师领导力？这就给学校对教师发展提出了一个亟待破解的问题。

问题 2：作为大规模学校，且目前我校 93.5%以上的老师都属于青年教师，对于教师的均衡发展和个性发展提出了前所未有的难度，他们需要在最好的年纪得到更好的发展。同时年轻老师的个性决定不能用单一的或统一的标准来进行评价，他们更喜欢量身定制，更喜欢“因材施教”。如何将每一位教师的自主发展内驱力得到更好地激发？传统的评价方式不能更好地促进每个人的主动发展。要让每一位老师感受被看见，被需要，这就迫切需要对原有评价方式做出变革。

破解：基于以上问题的剖析，学校决定尝试协商性评价，通过教师和学校负责人之间的协商达成个性化的发展规划，以此来让每位老师感受到自己“很重要”，自己“很需要”。

二、解决问题的特色做法与经验

（一）协商性评价的内涵本质。

协商性评价是一种教师与学校相关负责人通过讨论和合作

来进行的评价方式。它倡导平等交流，主张评价者和被评价者同时参与，用协商的方式打开传统评价的封闭空间，从预期目标、评价内容、实施方式、评价主体、结果呈现等通过协商达成共识，将评价活动嵌入实践过程，处理好科学性与人文性的矛盾，匹配好评价方案与测评要素的关系，实现评价促进教师专业发展内驱力提升的目的。

（二）协商性评价的基本流程。

协商性评价的核心是协商，即通过平等的沟通交流，让评价双方都能清晰教师发展状况，明确发展目标和要求，并确定下一阶段的努力方向和进阶路径，其流程见图 1。

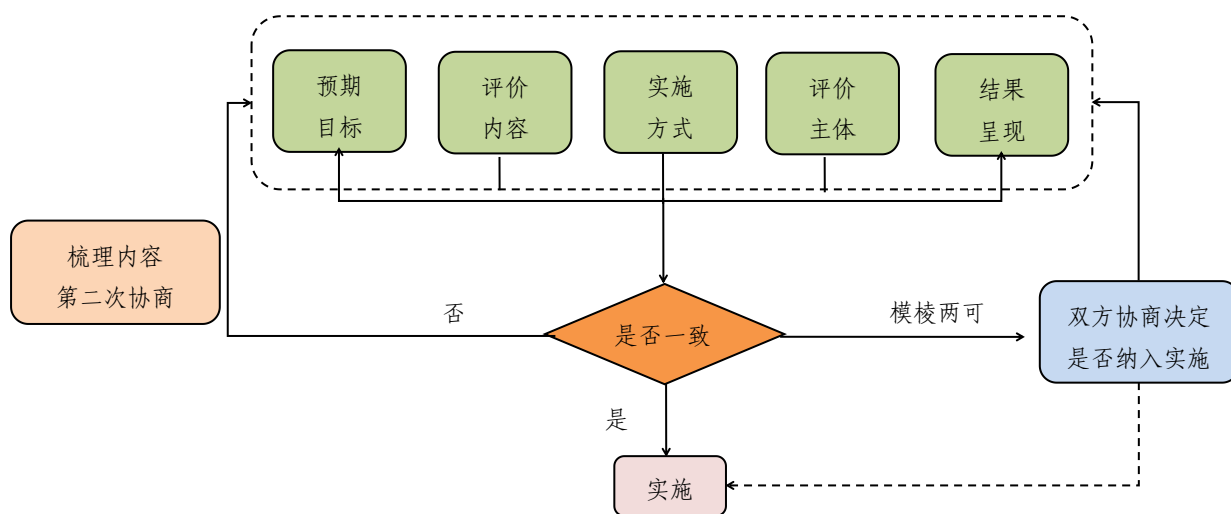


图 1 协商性评价流程示意图

协商性评价以学校对教师发展状态充分了解的前提下，建立在预设目标基础上，明确预期目标与实际水平之间的差距，了解教师已有什么、缺什么。在协商发展预期目标的过程中，应根据教师的发展基础和发展意愿设定目标，通常会设定教师跳一跳够得到的目

标，多设定可行性目标。在协商评价内容的过程中，着眼于在想发展什么评价什么，评价发展的怎么样。在协商实施方式的过程中，要根据不同的发展阶段、评价内容、客观环境以及不同的心理状态，选择不同的评价方式。在协商评价主体的过程中，可以单一化，也可以多元化，如自我评价、同伴互评、学校主评或邀请专家点评等。在协商结果呈现上，教师可根据预定目标、评价内容、自身发展情况等进行多样化呈现，可定量或定性呈现、公开或单独交流等。协商过程会出现三种可能：协商一致、协商不一致和模棱两可状态。协商一致的直接实施；不一致则整理不一致的内容进一步协商并将纳入下一次评价；模棱两可状态的既可以实施，也可以纳入下一次评价协商过程，由双方协商确定。

（三）协商性评价的实施路径。

协商性评价主要是从预期目标、评价内容、实施方式、评价主体和结果呈现五个环节展开实施。在各个环节的协商过程中，学校方面要充分尊重教师的发展意愿，努力形成一致性评价意见。下面以与潘老师的协商性评价为例进行阐述：

1.对协商者进行发展剖析：潘老师是一位善于实践且爱思考的老师，在教学工作方面，追求精益求精，曾获得过区基本功一等奖，但个性不够鲜明；在班主任工作方面，是一位深受学生喜爱的班主任；在教科研方面，论文的撰写能发表但质量还有待提升，参与市区级多个课题研究，但没有主持课题的经历。

2.基于剖析进行双方协商：先由潘老师阐述发展需求，学校

代表曹校长针对其发展需求及对标五级梯队评选标准提出校方支撑，双方权衡发展可能性暂定协商结果。具体如下：

评价者姓名	潘老师	协商人	曹校长
协商时间	2023.4.23	协商方式	面谈
协商主题	五级梯队晋升		
	教师述求	学校支撑	协商结果
预期目标	总目标：评上区学带	总目标：评上市骨干或市学带	总目标：评上市骨干
评价内容	1.教学特色的打造。 2.撰写高质量论文。 3.主持一项市级课题。	1.提供市区级公开课 1~2 节。 2.提供论文指导 1 次，帮助修改若干次。 3.提供课题申报指导 2 次。	1.争取机会上公开课 2 节以上，并对公开课进行反思形成论文。 2.发表高质量论文 2 篇以上。 3.从微型课题开始，争取市区级课题立项
实施方式	课堂展示、主题交流 论文递交、专家指导	提供展示平台、培训机会， 组建共同发展团队，邀请专家指导。	主动参加培训和课堂展示；按时上交论文并主动参加论文比赛；思考教学中的问题确立研究课题，并尝试撰写课题申报书。
评价主体	学校主评、专家点评	同伴互评、专家点评	教师自评、同伴互评、专家点评
结果呈现	质性评价结果	量化评价结果	质性结果和量化结果并存

教师发展协商性评价清单

学校负责人与潘老师通过协商，帮助潘老师进一步清晰可达成的目标和实施的路径。一年中，双方按照协商内容进行实施，期间，还有过多次针对具体内容的交流与协商。一年后，潘老师成功评上了市学带，更为可喜的是潘老师还能用自己的成长经历引领一支队伍一起发展，并在后续发展中成为了学校的协商人代表。

3.由此及彼，从一个到一类：在协商过程中重在点对点的协商评价，能更好地激发教师主动发展的潜能，但也存在一个问题，那就是耗时太多。对于我们这类大规模学校，还可以通过对老师的摸底，进行同类老师的协商，以达成一类老师发展的共同愿景，在共同协商中相互启发，形成一个发展联盟。

三、问题解决的成效与社会影响

协商性评价的实施一定程度上打破了传统的评价观念，使原本单一和统一的评价变得丰富多样。让教师对自我发展充满信心，对学校的支撑充满期待。同时也能通过评价实施，帮助教师及时了解自我发展过程中的问题，从而能更好地认识自我，发展自我。协商性评价的实施也让薛小教师真正感受到：需要每一个、发展每一个、成就每一个。在平等交流中畅谈目标、合理诉求、共商方案、实现超越，让专业发展成为每一位老师的生命自觉。实现教师与学校共同发展的双向奔赴！

预与立：“双减”下小学英语作业的有效设计与运用

常州市金坛区华城实验小学 温贞云

一、案例背景

《礼记·中庸》有云：“凡事预则立，不预则废”。在“双减”背景下，作业设计与运用要做好充分的准备，根据学情和教材内容，制定好目标和计划，全面落实课程目标，提升学科核心素养。然而，在教学中过度依赖教辅，未考虑不同层次学生，作业完成效率较低的现象屡见不鲜。华城实验小学英语组基于“双减”重要理念，通过对教材和学情的“预”，设计基础性、单元性和实践性三层作业，并利用课堂、教研以及评价的“立”，达成英语作业的有效运用。

二、解决问题的特色做法与经验

（一）根据新课程标准，“预”教材

《义务教育英语课程标准（2022年版）》指出，英语学科核心素养指向语言能力、思维品质、文化品格和学习能力四个维度。译林版小学英语教材主要包括故事板块、卡通板块以及游戏、语音、歌谣和综合板块，因此教师以核心素养为目标，依据单元主题，设计了单元课时基础作业、单元过关作业以及主题实践作业。以期望基于三层作业，强化学生对单元知识的理解与运用。

1.基础性：每课一练，打牢基础知识

为了巩固所学内容，克服遗忘，教师设计与基础知识相关的

作业，就是基础性作业。在英语教学过程中，教师设计了每个课时的作业，其中包括课前引导性作业：让学生通过听读和模仿，或者对新课的梳理，初步理解文本信息，为课堂有效学习奠定基础；课中形成性作业：针对本课重点知识，设计的师生问答、同伴合作以及个体练习等活动，帮助学生进一步运用知识；课后巩固性作业：围绕本节课训练重点，设计读背、书写、创编等多层选做作业，帮助学生复习巩固和掌握本课知识。

2.单元性：单元一练，建构系统知识

单元性作业是体现课程视域作业观的具体操作载体，教师围绕主题和活动等选择学习材料，进行结构化组织学习过程中的作业合集。我校英语老师根据各单元的不同主题和内容，设计融“基础、运用、阅读和写作”为一体的单元作业，助力学生建构统整性、关联性和长效性的单元系统知识。

3.实践性：主题一练，拓展素养知识

罗志定认为，实践性作业是指学生在教师的帮助下，通过自己操作、感受、并融入生活实践和不同的知识，持续提高综合实践能力的活动。英语学科作为一门语言教学，更具人文性与工具性，因此实践性的作业形式更为广泛。我校在单元教学推进中，会依据主题设计较为丰富的实践性作业，每学期会开展1至2次主题实践作业的评比，鼓励孩子在掌握知识的同时，提升自身的学科素养。

以下为我校今年春学期各年级开展的英语综合实践性作业的设计评比，各年级设定 1 至 2 个主题，同时设置了适合该年段学生操作的作业形式，由各班老师掌控班级不同层次学生的作业表达，教研组长统筹监控，让该作业的开展有计划、有组织、有落实和有成效。

基于教材的作业设计与运用情况统计一览表 2023. 2

英语学科综合实践性作业			
年 级	主 题	形 式	负责人员
三年级	Rules, Looking for things	对话表演、歌曲展示 标志设计、手抄报	1. 各班英语老师具体组织； 2. 教研组长协助开展。
四年级	Our school subjects, My day	对话表演、手工制作 主题表演秀、绘本 手抄报、对话表演	
五年级	Fairy	主题表演秀、故事集 绘本、主题对话 手抄报	
六年级	Being a good student	故事集、手抄报 交通标识制作绘本 情景剧	
说 明	1. 各位英语老师在组织过程中，关注不同学生学习能力和特长； 2. 教研组长统筹安排，可在教研活动中研讨并开展组内评比。		

（二）根据教学内容，“预”学生

我国古代教育家、思想家墨子提出教育要“深其深，浅其浅，益其益，尊其尊”，即主张“因材施教，因人而异”。因此在设计作业时，要关注不同层次的学生，根据他们的学习情况、认知特征，设计基础题、发展题和挑战题，从而尽可能满足每位学生可持续发展的需求。



我校英语组设计各项作业时，关注教材的重难点，同时关注班级中不同学生的学习能力，在基础类作业的巩固性作业中设计了分层选做，在单元性作业和综合实践性作业中，针对这类学生降低难度，并给予他们更多的鼓励与奖励，激发他们英语学习的兴趣和动力。

（三）“课、研、评”三位一体，“立”作业之本

为有效落实“双减”，发挥作业在教学中的最大价值。我校英语组设计的作业看似多、杂，实则为学生英语学习带来了意想不到的效果，因为这些作业都被有效、有机地安排与运用。其一，在课堂教学中运用好课时作业，特别是每节课末 5-10 分钟的纸笔训练，让每位学生都有所学，有所思，确保他们能有效掌握本节课的知识；其二，落实教研组作业教学研讨活动，针对课堂中作业的运用，各位老师欢聚一堂，就作业运用过程中学生的参与度、正确率和实际效果等进行专项研讨，指出问题和给予解决方案，弥补和完善前期的作业设计，让后期的运用更高效；其三，

为验证作业的有效性，学校定期开展各学科作业评比，评比内容涉及各学科的各项作业（基础性、单元性和实践性），评比对象，先进行班级评比，选拔出“班级作业风采之星”，再参加校级评比和展示，这样的评比

各年级英语综合性作业			
字母单词卡	特色手抄报	英文歌曲秀	英文话剧表演
			
校级作业展英语场作业展			
			

活动面广量大，但是师生从同年级同学科，不同年级不同作业，开拓了眼界，学会取长补短，达成以评促教，以评促学的目的。

三、问题解决的成效与社会影响

以“预与立”主导的小学英语作业设计与运用，发挥了英语作业的最大功能，我们英语组先后两次参加学校承办的区“有效作业设计与运用”主题研讨活动，建构了“双减”下英语特色作业设计有效模式，链接了英语学科丰富多彩的学生活动，促进了我校师生的成长，也为区域内有效英语作业设计与运用奠定了一定的基础。

启智润心，厚植科学教育的底色

常州市滨江中学 丁佳燕 王 贇

习总书记指出“要在教育‘双减’中做好科学教育加法，激发青少年好奇心、想象力、探求欲，培育具备科学家潜质、愿意献身科学研究事业的青少年群体。”青少年是培养科学兴趣、体验科学过程、发展科学精神的关键时期。为贯彻《全民科学素质行动规划纲要》，提升学生科技素养和实践创新能力，滨江中学坚持以“科技启智”为教育理念，搭建科学教育平台，创新科学教育方式，不断提高学生综合素养。

一、课程启智，勾画科学教育的“同心圆”

1.聚智·国家课程

科学课程的核心素养体现在科学观念、科学思维、探究实践、态度责任等四个方面。我校在科学教学内容上提倡“融合”，重点在物理、化学、生物课程的实施中融入科学核心素养培育，同时有效利用跨学科学习，在真实情境下借助学科实验解决真实问题，学生从中体验学习科学的乐趣，获取更多的科学知识，增长科学探究的能力。不断潜移默化地在学生心灵上播散科学和创新的种子，提升他们的科学素养。

2.深研·特色课程

STEAM 课程为我校的特色校本课程，“航模、车模、海模”三模项目已经成为学校的品牌。我校在科学教学方法上提倡“探

究”，航模课程探究背后的地理气象知识和物理空气动力学知识；车模课程结合物理学机械类知识，自主探究拼装方法并测试；无人机项目成立学生航拍社团，实现学生自主管理。学生走出传统的学科知识课堂，以创新应用为导向，以自主探究为手段，在观察、提问、设想、实验中，形成创新素养。

二、项目启智，编织科学教育的“经纬线”

1.前瞻·省课程基地项目

我校“主动式探究课程基地”为江苏省课程基地项目，以学校的“科技启智”的教育理念为引领，以“五位一体”整体架构为方向，以“一馆六区”为实践基地。在这个项目的孵化下，衍生了一批特色校本课程，带动了一系列全校性常规特色活动，结下了一连串的科技教育硕果，锤炼了一支科技教师队伍，辐射了一片科技项目学校。

2.慧创·区教学改革实验项目

我校“科技体育”为新北区前瞻性教学改革实验项目，这一项目将科技与体育有机融合。以“定向越野”科技体育运动项目为例，借助科学知识和仪器，根据不同地貌情况，一起观察、思考、分析，然后做出路线选择，使体育教育从“教育组织”演变为“学习组织”。

三、活动启智，打造科学教育的“多棱镜”

1.缤纷·社团活动

学科社团活动是科技学科课程的实践与创新。学生在《小牛

顿工坊》中，尝试制作“土电话”“走马灯”，在“筷子提米”小实验中感受摩擦的神奇力；在《奇幻化学社》里，学生探究铁钉生锈的条件、探秘面食中的膨松剂等；泡菜的制作、酒酿的酿造等技能就是学生们在《多姿多彩的生物》中获得的。学生在实践中不仅获取直接经验，激发学习兴趣，还养成科学精神和科学态度。

2.多彩·科技节活动

每年举办的科技节活动是学校科学教育的缩影。学生在航模比赛中感受速度与激情；在魔方挑战中体验多面与巧解；在建模比赛中实现伟大构想……科技节给每位同学提供一个展现探索精神、科技意识和创造性思维的舞台，激发学生爱科学、学科学、用科学的热情。

3.精彩·协办市级活动

我校协办或承办了多场大市科技比赛活动，在全市科技活动中有一定知名度、影响力。2023年我校作为协办单位，组织了常州市青少年车辆模型竞赛与常州市青少年航空模型竞赛两场市级大赛。通过活动的举办让更多学生了解科技、爱上科技，积累比赛经验，体验科学教育的成就感。活动让科技走进我们学校的同时也走出了学校。

四、团队启智，组建科学教育的“护航队”

教师是培育学生科学素养的第一责任人。我校科技指导教师队伍由一开始各学科拉过来的壮丁组建的“杂牌军”发展到了现在的一支训练有素、经验丰富、持证上岗的“护航队”。为了更好

地开展科学教育活动与研究，2021年学校专门成立了科技教研组，组内教师科学综合素质、专业化水平、创新能力大幅提升。目前有国家航空模型、航海模型、车辆模型一级裁判员，遥控航空模型飞行员等级考核技术代表1人；国家航空模型、航海模型、车辆模型二级裁判员10人；5位老师获得国家级优秀辅导员称号，13位老师获得市级优秀辅导员称号。雄厚的科技师资力量为学生科学素养培育落地保驾护航。

央视五套、中国教育报对我校的科学教育都有报道。“江苏省航空飞行营地”、“区科技教育特色学校”等荣誉是对我校科学教育工作的肯定。2023年江苏省金钥匙科技竞赛中我校被评为青少年科技教育先进学校，校长刘荣华作为优秀科技学校代表在新北区科学教育推进会上做主旨发言，目前我校也是常州市唯一一家航模等级考试考点单位。我校的纸飞机飞向了全国，共获得12个全国纸飞机总决赛冠军，一等奖34个、二等奖31个、三等奖35个，省航空模型竞赛多次获得中学男子组和女子组综合团体冠军。更可喜的是，科技的种子在学生心中萌芽，越来越多的学生立志成为科学家、航天员，为祖国的科技发展助力。

主题叠构：“双减”背景下小学英语拓展性学科活动的链路耦合

常州市武进区遥观中心小学 胡 凤

在“双减”政策实行的大环境下，作为英语教师，我们不仅要重视书本上知识的传授，要重视作业的设计与布置，更需要开展小学英语拓展性学科活动。通过回应与整合、进路与进阶、再现与重构等举措，使学生语言学习向技能方面拓展，将挖掘教材与日常生活结合、语言与文化相关联、语言与环境相结合等进行拓展，提高学生学会在实际生活中运用语言。

一、回应与整合：主题叠构的一方价值

主题叠构最重要的意义在于集约资源，以跨越课堂教学的时空边界聚集任务群，溯源学习本质，破界机械定势，扭转传统理念下中小学教育教学应试化、短视化、功利化三大定势，体现学习过程交互、共享、创造的特质。

1.凸显“一篇一关联”的生成形式。拓展性学科活动基于英语课堂教学学生学力增长的多维走向，通过篇章内容的脉络搭建多元化、异质化语用实操的对话共同体，因“题”邀人，以“题”聚生，将篇章内容与活动拓展对应关联，互有补充，统筹协进。

2.创造“一人一世界”的生发方式。通过差异分层基础上相互认同的拓展主题汇集多样化知识信息，以契合每一名独立个体实际需求的认知方式推动完整学习过程中的意义构建和价值共享。“一人一世界”导学方式的创设，以本学科的知识与技能、过程与

方法以及思维方式为起点，关键在于理顺“沟通”“尝试”“实现”等层面的理性认识，进而推动拓展活动学习场的持续生成，帮助学生走出一条属于自己的学科素养进阶之路。

3.培育“一群一特色”的生长模式。课堂教学延伸的目的在于提供给“一群人”缔结平等、平常的生长联盟的自由之地，以综合融通的思维方式倍增育人资源，融各学科年段育人目标、学校节点活动、四季生活，将学生的课堂生活与校园生活、现实生活世界关联，以群需求引申生命关怀，以契约精神推动同生共长，进而催生“一枝独秀不是春，万紫千红春满园”的团队融合新气象。

二、进路与进阶：主题叠加的一般过程

把握好三个阶段：一是主题发现和寻找，二是主题的提炼和确定，三是主题的物化和表达。主题叠加的进路在于把握拓展性学科活动的教育功能，进而以导向、聚合、自我教育、激励、赋能、引领等充分体现联盟式生长的自由与自在，实现能力素养提升进阶。

1.生成学科价值的创新理性主题群。通过整体策划和全员参与，学期节点事件、四季活动及学科重点突破，整体策划学科活动并列入任务式表达进行论证，关注师生在活动中成事成人，形成以学科价值为支点的理性主题群。

2.架构生活关照的创新感性主题群。以价值提炼、多元融通为线索，将节点与日常相结合，变节点性学科活动为长期育人过程，以此提升课程实施的品质。在期初策划的基础上，鼓励各学

科各年级教师从日常校园生活的点滴中挖掘活动素材，开展班级、年级学科活动。学科活动与校园资源融通，在关注学科素养培养的同时，根据学生的成长需求，努力挖掘学校一砖一瓦、一草一木的育人价值，焕生密接感性的学科拓展活动主题群。

3.建立素养提升的创新结构主题群。为了更好地达成学科育人的目标，对学科活动实施基于素养生长点的过程性评价和结果性评价。过程性评价：班级、年级、校级逐层进行，落实全员。结果性评价：学科专项活动统计结果数据并分析，后期进行纵向比较，反观日常教学中的优点及不足，并进行后期调整，组合选炼新一阶段的主题群。

三、再现与重构：主题叠构的 N 条路径

N 条路径是指与学科课程的有机融合，与学科目标、内容、方式等的整合，与不同规格及方式的契合：微型、小型、中型、大型导学模式创新，与媒介资源的创造运用，读图时代的现实促动、视知觉心理的理论与实践、新媒介的特点与情感认知等过程的本质相契合，场景视域的再生打造等等。

1.个性化体验下的主题创新群落聚集

在单元主题背景下，以 story time 和 cartoon time 为载体，让学生在学完文本基础上，我们拓展教材资源，串联不同层级的学科活动主题，以个性化学习打造主题群落，凸显层次性、灵活性、合理性的拓展过程。将零散的语言知识合并转化为有逻辑意义的语言形式，借助主题的群落交互创造出更多基于差异资源相互作

用的群落对话空间。

2.混合式开发中的活动内容集合定制

英语学科的语用特性表明完整而成熟的学习方式不应该也不能只是局限在教材与课堂中，需要和创造尽可能的生活关联，以混合式内容开发的集合定制，为不同学生打通其各自知识和生活联系的通道提供可能。从课内走向课外，又从课外走向课内，孩子们在英语交际中学会了表达，在生活中学习英语，在英语情境中生活。

3.生长性境遇里的序列演进活动支撑

借助学生生长境遇里的一切活动资源，如：“春秋季综合活动”“科技节”“体育节”“艺术节”等活动。春秋综合活动中，各年级基于本学科教材内容和学生特征，设置相应的学科拓展活动。体育节活动中，低年级聊体育运动项目，高年级说喜爱的体育明星等，全英文运动会主持选拔、培训、实战……开展了以24节气为主题的序列学科拓展活动。整合学校节点事件，打破学科界限，主动形成合力，在活动中拓展日常教学内容，促学生综合发展！

AI 空间站：“双减”背景下，虹景创客教育的新探索

常州市虹景小学 王梦妍

一、案例背景：创客教育，“双减”时代的新变革

科技强国是党和国家的重要发展战略。习近平总书记强调：“要在教育‘双减’中做好科学教育加法。”故基础教育阶段的“创客教育”就肩负起“培养青少年的创新意识，发展创造能力，提升学生科技素养”的重要使命。

“创客”缘自虹景小学十多年创客教育研究的朴素传承。在“科技兴国”的教育新时代，“如何促进学生科技素养的提升，为“AI 时代”蓄力？”“如何实现‘科技育人’价值最大化呢？”虹景小学对传统创客教育进行新思考，在“双减和 AI”中找到变革突破口，开展了“新探索”项目——虹景“AI 空间站”。

二、案例特色做法与经验：AI 空间站，创客教育的新探索

（一）深耕前期底蕴，提供“AI 空间站”突破条件

虹景小学从 2009 年开始创客教育的课程开发与研究，于 2012 年建成“全国首个小学生创客空间”。2015 年被评为“江苏省科技教育特色学校”。以此深厚底蕴，学校将原有 50 平米的创客空间扩建，充分挖掘科技楼大型走廊优势，建设集学习、体验、互动、设计创造等诸多功能的“AI 空间站”，其主体是两个实验舱：“AI 实验舱”和“创客实验舱”。

“AI 实验舱”里含有：AI 系列课程、AI 交互设计室、AI 工程

实践室、AI 算法挑战室、AI 艺术生成展廊等。这里成为了一个可进行 AI 程序设计并互动体验的空间，由师生共同设计的可编程的互动机器人将成为主角。

“创客实验舱”由“学校”“家庭”两块阵地组成。学校分为 STEM 教室和智能实践展区。STEM 教室提供：机器人、立体三维笔、3D 打印、激光切割等 11 个项目。智能实践展区为作品调试、研讨、展示、发布空间，对外开放。它分为“展示区”和“伙伴招募区”：有些作品是非常实用有趣的，如温控风扇、自动发球机、自动浇水器……帮助学生推广优秀的作品，体验创意的价值。此外也许有些设计还不完美，也许遇到“卡壳”问题，没关系，可以把创意带到伙伴招募区，让同学和老师一起将创意变成现实。而家庭提供：科技角、家校研究室。研究成果的共同展示平台为校内科技节，展品包括：小智造、小发明、小创新、小论文、研究成果海报等。

“AI 空间站”是悦纳的，它欢迎每一个喜欢创想，乐于实践的孩子。它相当于跑道、图书馆……我们希望孩子们有创想并想去实现的时候，有地方可以去，有工具可以用，有老师可以找。“构建开放、悦纳、包容互动、共享的新生态”正是虹景创客教育在“双减”背景下的一个新理念、新突破。

（二）创新课程体系，保证“AI 空间站”稳步实践

为满足不同层面的学生不同的成长需求，我们对在实践摸索过程中略显散点的“AI 空间站”课程内容进行分层架构，逐渐形

成普适课程、特长课程、精英课程三层：普适课程，学生必修，年级实施，体现基础性；特长课程，社团开展，体现选择性；精英课程，项目推荐，体现实施的个体性。

课程的建设者不仅是教师，还有学生，所以我们的课程实践更是一个动态发展、不断完善的过程。目前“AI 空间站”的课程主要细化为 14 个。同时为学生提供各级各类参赛机会，鼓励学生参加全国、省、市各级科技创新大赛，并取得优异成绩。

（三）致力学科融合，提升“AI 空间站”学生素养

1.跨学科项目化学习

通过“AI 空间站”来培养学生的科技素养，要从各学科配合做起，引导综合运用各学科知识与能力，从而完成最优化创造。例如，六年级跨学科项目化学习中的“未来校园”案例，提出对校园进行测量、评估、研究，对环境进行设计重整及布置。项目涉及到综合学科的研究报告的撰写，语文中的调查问卷设计，数学中的测量与绘制，美术中的装饰，信息中的编程……

2.导师抱团培养制

项目实施需要一支具备丰富学科知识与创新创造能力的教师团队。我校推出“导师抱团培养制”，主要有“学科导师制”和“导师联同制”两大举措，即各学科先推出对项目感兴趣、具有一定科技能力的老师，组成“学科导师团”。由这些导师共同组建“AI 空间站教师团”。这样无论是在课程开发阶段，还是实施过程中，教师不再拘泥于单学科教学，而是彼此打破学科的局限，实现了

知识的系统呈现及融会贯通，有利于统整思考、激发创新。

（四）力争多方共育，促进“AI 空间站”资源融通

1.家校携手，拓宽实验舱场地

“创客实验舱”根据实际问题需求在学校提出“主题式”家校联动实践项目。首先在 STEM 室研讨制定具体的方案，统筹安排。其次结合家庭同步落实。即在校完成提出问题、交流研讨、规划汇报；在家完成具体的执行操作、对比研究、修改完善；每学期末进行展评，评选星级家校研究室。

2.馆校结合，提供创意智造平台

学校协同上海人工智能实验室、常州规划馆、常州博物馆、常州市人工智能俱乐部、红梅街道等校外资源，搭建宽领域、多层次的实践平台，为学生拓宽更好的创客学习面，让创客不止发生在校园，实现校园与社会的有机融通。

3.对话专家，弘扬创客精神

学校注重专家引领，开展了“我与专家面对面”、“我为虹景创客喝彩”等系列活动，专家们走进校园，亲切地与同学们面对面交流，开展“AI 科技”专题讲座。活动惠及全体师生，发展了学生的创新意识，提升了科技素养。

（五）校本量身定制，保障“AI 空间站”专属时间

“AI 空间站”秉持“创意让学习不平凡”的理念，在实践后也暴露了一些不足：研究时间不灵活机动、课程挖掘深度不够、师资不充裕等。为解决这些问题，学校打破年段和班级束缚，以选修

项目进行学习。

1.量身定制“弹性”专属时间。如参加“创客实验舱”的学生，科学教师提前将两周的实践作业编制到相应的实验中，即可顺带完成学科作业内容。

2.“放”“扶”结合。教师提早筛选内容，指导重难点，容易或者会主动完成的内容放手让学生自主。这样课后第一小时就是可控制。

3.建立“云学习群”。以项目组形式，每月一次定期将交流汇报在网络上完成，线上线下齐头并进。

（六）打破时空壁垒，变革“AI 空间站”评价方式

1.评价融通课堂与生活。“AI 空间站”项目强调对知识的运用和多学科间关系的关注，学生需不断评估自身，通过基于现实生活中遇到的问题项目，在深度和广度上将跨学科知识和技能应用于生活中，促进学以致用。

2.评价融通当下与未来。不拘泥于校园，利用 AI 科技创设虚拟平台，让评价主体更多元，评价形式更多样，进行“实体店--网店”式的综合性评估，评价主体不再局限于师生、家长，更有未曾谋面的网络人，促使评价价值最大化。

三、案例实效与社会影响：AI 空间站，创客教育的再重塑

1.创造伴随学生灵性成长

创客内核是什么？是把想法变成现实的激情，是精雕细琢的匠心，是开源分享的能力与包容心，是造物分享的兴趣和能力。

“AI 空间站”项目让学生逐渐成长为爱生活、会发现、乐学习、敢创造、有责任的虹景娃，逐步发展成为创新型未来公民。

2.探索凝炼教师成长路径

随着项目的推进，虹景教师主动发展的意愿不断增强，探索的热情和勇气日益高涨，项目从少数教师参与转向群体覆盖。“AI 空间站”项目让教师转变了思路，探索新的教学理念，借力科技手段解决问题，提升了研学水平。

3.梳理沉淀学校特色内涵

十多年来学校深耕“创客教育”，办学内涵日臻提升，特色不断彰显。把校园创建成具有创想活力，处处体现创造思维的“AI 空间站”，让校园焕发新的生命活力。学校还积极发挥辐射影响力，鼓励企业、社会团体等多元主体以联盟、学研、基地等模式参与到项目中来，为学习者提供更宽阔的学习平台。

“AI 空间站”项目的价值在于让学生不受时空限制，放大格局进行科技探索、科学验证、动手造物。虹景已形成“访春、嬉夏、赏秋、暖冬”学生“双减”序列活动年历，更有一期一会的“创客节”。“动手、动脑、不断创新”已经成为虹景少年的习惯；“实践、探究、追求臻美”正逐步成为虹景师生的成长方式……

“巧手超市”：小学劳动教育课程实践的新样态

常州市花园第二小学 陆梦昫 周瑜茜

“双减”背景下，小学劳动教育作为“五育并举”的重要组成部分，亟需通过校本化的劳动教育实践探索，契合小学生劳动意识形成、劳动自我效能感提升的现实需求，培育学生的劳动素养。

“巧手超市”以学生的核心素养为导向，立足日常生活劳动、生产劳动和服务性劳动，突破原有的独立任务群，将传统工艺制作、新技术体验与应用、烹饪与营养等多个任务群整合融通，构建新的内容结构，旨在鼓励学生通过丰富多样的实践方式，亲历劳动的全过程，密切学生生活和社会实际的联系，实现知行合一、学创融通，这也是学校劳动教育课程实践的新探索。

一、情境创设，形成整体架构

在劳动过程中，学生是实践任务的操作者和完成者，教师是学生实践的启发者和指导者。“巧手超市”作为劳动教育课程实践的新探索，覆盖了全年级全体学生，立足学生真实生活经历和体验，聚焦劳动课程独特的教育性，注重劳动教育落实的开放性。

（一）融通项目，形成劳动真实情境

“巧手超市”的劳动内容包括了日常生活劳动、生产劳动、服务性劳动三大类内容的多个劳动任务群，统筹市场调查、内容确立、劳动内容选择、制作成品、售卖活动等全过程，囊括职业体验与多个劳动任务群，促进学生跨学科学习。

（二）延伸场域，拓宽劳动实践时空

“巧手超市”劳动项目实现了劳动场域的家校社延伸覆盖。学校不止将教室作为学生在学校劳动的场所，更解锁了操场、篮球场、连廊等区域作为巧手超市的售卖场地。学生不止在校园中进行劳动实践，更在家里进行劳动制作。学校还联系建立了校外实践基地，聘请校外导师，指导学生进行劳动实践，尤其是木工、编织、结艺等相对困难且专业的劳动，实现了劳动场域向社会范围的延伸。

二、资源重组，聚焦项目精耕

（一）重组资源，形成多元化的支持体系

建立相结合、相对稳定的专兼职课程教师队伍。一方面，专职课程教师发挥重要作用；另一方面，学校教职工全员参与，分工合作，以班主任老师为主体，作为劳动兼职教师，和劳动专职教师相辅相成。各学科教师发挥专业优势，主动承担指导任务。教研组为老师们提供指导手册、劳动课程资源库等，积极争取家长、校外活动场所指导教师、社区人才资源等社会力量成为劳动课程的兼职指导教师，协同指导劳动的开展。

（二）聚焦项目，推进核心素养的全面提升。

巧手超市的售卖项目分为四大类别：美食、文创、木工、编织，分属四个不同的劳动任务群。

1.美食

双减政策下，学生在校时间变长，下午课后服务时为了防止

饿肚子需要带点心。教师带领学生探究健康美食的密码，了解制作美食的材料和工具，自己设计健康美食并有步骤地制作、不断改良，制作出肉松黄瓜卷、香蕉吐司、卤肉饭等多种多样的健康美食。学生形成健康生活的观念，并在复杂的制作过程中发展初步的筹划思维。

2. 文创

学生日常生活中能接触到很多新颖的文创产品，学生也很愿意自己尝试用新材料制作属于自己的独特文创产品。教师带领学生搜集新材料，根据价格、性能等因素确定材料为滴胶、热缩片、白 t 恤、布包等，并调查大家的喜好绘制图案进行售卖，体验服务性劳动中的创造性及其带来的挑战与乐趣。

3. 木工

细致严谨地制作出的木扇子、木书签精致、实用，木桌、木椅玲珑美观，是巧手超市极受欢迎的品类。教师在指导学生进行木工劳动的过程中，特别注意指导工具、设备的操作方法，特别注意与技术人员交流劳动经验和奋斗历程，学生初步形成安全规范地进行劳动的意识，感受职业价值观和劳动精神。

4. 编织

编织作为传统工艺制作任务群的重要内容，能让学生感受到工匠的智慧，初步形成传承中华优秀传统文化的意识。巧手超市活动中，老师带领学生学习基本的编织方法，鼓励有兴趣的同学深入探究，学生初步形成追求创新的劳动精神。

三、多元互助，赋能素养成长

1.学生劳动素养提高

通过“巧手超市”，学生对劳动过程实时监控调整、精益求精、创新实践，树立正确的劳动观念，形成必备的劳动能力，养成良好的劳动习惯，塑造基本的劳动品质，培育积极的劳动精神，获得劳动素养的全面提升，形成面对生活的积极态度。

2.教师劳动视野扩增

教师多角度筛选劳动内容，多方法组织劳动教育，与学生一起教学相长，共同尝试劳动教育的新内容、新方式、新场域。“巧手超市”成为全校师生共同努力完成的活动，契合学校“金阳少年”的育人理念，更是学校全体师生的集体记忆。

3.家庭劳动传递温情

巧手超市劳动作品的创意制作往往需要家长的点拨。学生虚心求教，家长耐心指导，制作完成的一刻，自豪与欣慰交织，亲子间的沟通与交流有了桥梁，更有了温情流淌。

4.专家高度肯定认可

课程教材研究所劳动与综合实践活动课程标准实验研究项目组组长顾建军教授充分肯定了“巧手超市”注重学生劳动素养的培养，鼓励教师继续思考如何关注劳动素养的能见度，提高劳动评价的辨识度，从劳动成果的意义建构和劳动成就感的品味，更好地体现劳动课程的价值所在。

课程思政促“加法”，智能创飞促“双减”

——课程思政理念下初中科学教育的实践研究

常州市同济中学 孔海斌

我校在无人机“智能创飞”科学教育课程中融合“课程思政”的教育理念，创新落实“要在教育‘双减’中做好科学教育加法”的重要指示，构建和谐、励志、科学的科学教育生态系统，全面提升初中生科学素养，实现立德树人的根本任务。

一、构建“孤立”走向“融合”的实施维度

课程思政的教育理念具有“同向性”的特征。在无人机“智能创飞”科学教育中，以社会发展与学生生活为基础，围绕科学课程包含的科学观念、科学思维、探索实践、态度责任等核心素养内涵，构建基于课程思政理念的初中科学教育课程实施维度，形成理想信念（爱国情怀、社会责任、个人价值）、理性思维（崇尚真知、尊重事实、辩证思维）、真实体验（道德情感、文化情感、审美情感）、个性品质（团结合作、创新精神、艰苦奋斗）等4个一级维度和12个二级维度构成的融合素养，有效促进科学教育“思政元素”的形成。

二、形成“育智”走向“育志”的设计原则

课程思政的培养目标具有“催化性”的特征。“智能创飞”科学教育融合课程思政化教学，需要讲清科学知识的价值，从而将科学课程从培育学生智力转化为培育学生人生价值志向。“让学生

持续奋进”是课程思政达成育人目标的重要设计原则。而想要激励学生持续奋进，这就需要科学教育融合课程思政的实施过程中遵循针对性原则、適切性原则、发展性原则，促进学生立志成才、志向高远的价值塑造。

所谓“精准性原则”，是教师要准确把握课程标准、教学内容、学情分析三个方面的“思政元素”。而义务教育阶段的“思政元素”不仅包含了“道德与法治”课程的思政理念，还包含了学科教学的“德育元素”。一方面，科学教育课程思政的“思政元素”来源于新课程标准规定的“显性思政”内容；另一方面，“思政元素”更来源于教师自身对课堂教学核心价值 and 道德责任深刻认识而挖掘的“隐性思政”内容。例如：教师可以引入“无人机技术更有效地增强我国国防实力，希望同学们能够积极学习无人机技术，未来能够从事无人机创新技术的科学研究工作”的思政元素。

所谓“適切性原则”，是教师应将思想政治教育以“润物无声”的方式，自然地融入科学教育过程之中，从教学目标、教学方法到教学过程，教师在保证学科知识完整的前提下，采取有效的措施，让思想政治教育更加深入人心，让学生更加容易接受，从而获得更好的学习成果。例如：教师可以设置“各国战斗机实力对比”的教学环节，促进学生“为国研发战斗机”从小立志和勤奋学习的思政教育。

所谓“发展性原则”，就是促进学生的可持续发展，也是科学教育融合课程思政的目的之一，对学生的评价要具有激励性，从

而促进学生的发展。例如：通过促进学生参加无人机科技竞赛，通过竞争的形式既能实现比赛结果的结果评价，更能形成激励学生的增值评价，从而达成综合评价的效果。

三、采用“灌输”走向“激活”的教学方法

课程思政的实施方法具有“迁移性”的特征。教师不宜硬性灌输思政知识，应以学生的真实生活为基础，创设具有各种思政元素的科学教育的真实情境。“智能创飞”科学教育把爱国情怀等素养教育自然渗透进无人机科学教育过程中，形成知识迁移建构的过程。在此过程中，增强思政内容的针对性和现实性，突出问题导向，引导学生聚焦关注度高、涉及面广的无人机科技发展现象和问题，提升学生道德理解力和判断力，强化对学生诚信、规则、秩序、纪律、合作和问题解决等方面教育，从而实现从“激活知识”到“激活学生”的质变过程。

四、创设“分离”走向“协同”的实施过程

课程思政的实施过程具有“协同性”的特征。一般来说，科学教育融合课程思政实施过程要与思政课程形成同向同行的辩证关系。义务教育阶段课程思政实施的知识内容不能脱离道德与法治课程的课程标准。简单地讲，就是义务教育阶段不能讲高中或者大学阶段的思政课的内容，这样不符合学生现阶段的认知规律。党的十九大、二十大以来，我党对思政课程与课程思政同向同行就有了全新的时代要求，即协同推进思政课程与课程思政，在教书育人中体现思政课程的政治性和思想性，在思政课程中体

现鲜明的学科育人特征，从而使二者课程实施的过程从单一转变为协同实施的关系。

五、创建“单一”走向“多元”的评价体系

课程思政的评价体系具有“导向性”的特征。要充分发挥课程思政教育评价指挥棒的作用，要坚持构建全员、全程、全课程“三全育人”的格局导向。在此过程中，“智能创飞”科学教育采用竞赛激励机制、等级奖励机制、军衔晋升机制、成果展示机制等评价方式，改进结果评价、强化过程评价、探索增值评价、健全综合评价。例如：采用军衔晋升机制的评价方式，激励学生通过无人机竞赛获奖晋升军衔等级，通过评价过程融入思政元素，从而形成科学教育融合课程思政的多元评价体系。

“双减”背景下，以“媒介+”玩转小学古诗文课堂

溧阳市外国语小学教育集团梅园校区 张亚萍

基于“双减”的背景，溧阳市外国语小学以“媒介+”融入小学古诗文教学，将降低古诗文课堂学习难度、拓展教学宽度、加深教学深度，增加学习形式的趣味性、参与性、灵活性为指导，提出以“媒介+”玩转小学古诗文课堂教学研究活动。

一、案例背景：小学古诗文教学现状

1.学生因素：距离“产生难”

由于古诗文内容与学生生活经历相距甚远，时代的不同、语言习惯的差异，缺少生活体验的积累，考察方式以读背默写的形式进行，生活中实际运用的情境都较少造成了学习困难。

2.教师因素：教学“套路化”

受教师个人经验的影响，教师很容易被自己固有的教学方法所限制，形成教学模式的套路化、模式化，很少能结合单元主题、教材编排、学生学习特点设计有效的教学内容。

3.社会因素：诗词“无效论”

在小学生的日常生活中，除了语文课堂上学习、背诵，考试时默写，平时几乎“用不到”，因此，对古诗文学习意义的不明确造成了诗词“无效论”。

二、解决问题的特色做法与经验

本校实践证明在实际教学中，将古诗文课堂与音乐、美术、

科学等媒介融合，往往有事半功倍的效果。

1.“美术媒介+古诗文”：具化画面

诗配图是一个非常适合小学生开展的活动。鉴于小学生的理解能力和绘画能力，写景诗、咏物诗和山水田园诗是非常适合开展“诗配图”活动的。《望庐山瀑布》将瀑布三千飞流，九天直落的雄浑气魄展现出来；《清平乐·村居》将一个安逸闲适的农家小院里，翁媪亲热交谈、大儿中儿勤劳耕作，小儿活泼可爱的温馨场景描绘了出来……这些诗作，都是可以通过“诗配图”的方式引导学生感悟意境的。

通过“诗配图”，学生对诗词的感悟可以以更加直观的方式展现出来，对诗词中出现的物象也更加关注了。这样的教学方法，使古诗词教学的趣味性和有效性都大大增强了。

2.“音乐媒介+古诗文”：感受音韵

在美妙的旋律中，同学们不仅能够更快背诵古诗词，更能够借助曲调感受到古诗词抑扬顿挫、轻重缓急的音乐美。

“古诗吟唱”活动，在不同学段可以有不同的使用方式：①低年级古诗词内容上比较简单，课上，教师就可以开展“古诗吟唱”活动，借助优美的旋律帮助学生背诵古诗、感受意境，并且利用课堂时间让学生完成背诵，还可以减少低年级学生的课后压力；②中年级，作为古诗教学课的开场或是串场活动，在课中吸引学生注意力，感受诗词押韵；③高年级的吟唱应该以更高层次的形式展现：在课末或课后，引导学生采用配曲、作曲等形式，在旋

律的选择和谱曲的过程中，感受诗词意境与曲调的契合，从而达到引导学生感受韵律的目的。

3.“历史媒介+古诗文”：体验情境

诗词是古人的语言，从古诗中，学生能够生动地了解中国的真实历史。例如《闻官军收河南河北》为了充分让学生体会杜甫因收复安史之乱喜欲狂的心境，借助音像资料，帮助学生了解《安史之乱》，学生观看视频了解历史的同时，更能与诗人产生情感的共鸣，感受到战乱带给百姓的疾苦，战乱结束后，百姓的欣喜若狂。陆游的《示儿》林升的《题临安邸》都是同类型的作品，在教学中，可以互相借鉴。

在小学诗词类型中，怀古诗、边塞诗、抒情诗是最适合开展“学诗探史”活动的。

4.“活动媒介+古诗文”：深化教学

小学生注意力稳定性弱，开展古诗词相关课外活动，激发学生学习兴趣，开发学生多元智能。学生背诵、吟唱、作画、文学创作的过程更是对古诗文学习的二次加工和创作，是学习主动内化的过程。

高年级古诗文“吟诵大赛”“飞花令”“我爱记诗词”等考察学生的古诗文的积累；中年级的学生则结合硬笔书法比赛，举行古诗词硬笔书法展评活动，学生从汉字的书写横平竖直，到古诗词的行款布局都要精心考量；而低年级的则带着学生一起进行吟诵诗歌比赛。同学们从一次次的活动中积累了知识、获得了乐趣。

不同年段学生，各有所乐，各有所得。

三、问题解决的成效与社会影响

（一）教师方面：

校内：教师们对古诗文教学的形式丰富性有了更具体的理解，对小学古诗文课堂的灵活性有了更多维度的思考，对教材的解读更深入，对教学活动的开展更能从切合儿童身心特点的角度出发组织教学。

校外：以古诗文教学为话题，加强了兄弟学校、南北教育的结对共建交流，使得“双减”深入到语文课堂的每一个角落、领域，促进古诗文教学研究。

（二）学生层面：

1.多样化的媒介融合，激发学习兴趣。兴趣是最好的老师，有了兴趣的加持，学生学习的主动性增强，提高了学习古诗文的效率，学生放下对古诗文学习的“心理负担”，达到减负。

2.多种感官的参与，促进文本理解。利用各种媒介，调动学生多种感官感知、理解、感悟、揣摩，寓教于乐，学习效果的考核不再是考试，从而减负。

3.多网络资源的拓展，拓展探索时空。利用互联网海量资料，有选择地进行群文阅读，主题阅读、任务群阅读等，利用网络的交互性和即时性，打破课堂古诗文学习的时空界限。将学习与生活相链接，减轻课后的负担。

聚焦新热点 探究新课堂

常州市金坛区段玉裁实验小学 唐 辉

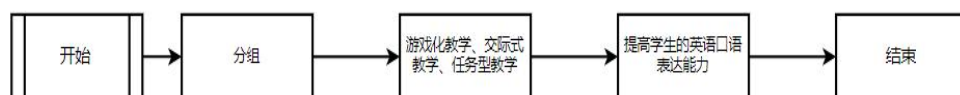
一、案例背景

根据国家教育政策和教育部门的要求，我校小学英语学科积极落实“双减”政策。这一政策的落地实施，对我们学校和教师都提出了巨大的挑战。目前，英语周课时只有 3-4 课时，但必须做到“减量增质”。问题包括：学生的英语学习压力增大，教师的教学压力增大，英语教学课堂教学难以顾及到所有学生，教学效果不理想等。在这种情况下，学校和教师必须采取一系列的措施和创新，破解这些问题，保证英语教育教学质量和效果，使学生英语学科素养能够得到落地生根。

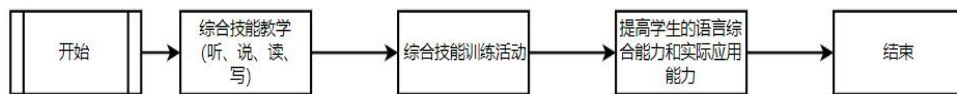
二、解决问题的特色做法与经验

（一）多种教育策略并举 多维度进阶推进

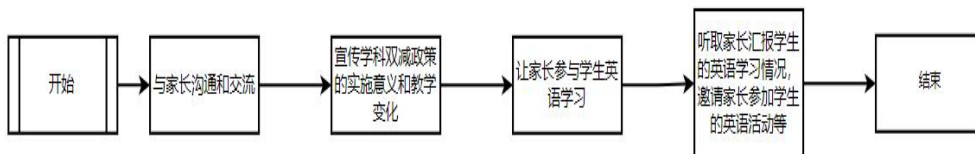
采用多种教学方法，如游戏化教学、交际式教学、任务型教学等，增加英语教学的趣味性和实用性，引导学生主动学习。教师将学生分成小组，让学生进行互动交流，培养学生的合作精神和创造力，提高学生的英语口语表达能力。



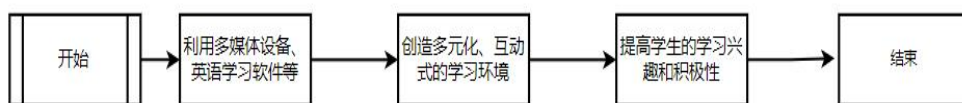
增加综合技能教学，培养学生的语言综合能力。教师将听、说、读、写等语言技能有机结合起来，开展各种综合技能训练活动，提高学生的语言综合能力和实际应用能力。



加强家校合作，与家长沟通和交流，让家长了解双减政策的实施意义和教学变化，共同促进学生的学习和成长。同时，让家长参与学生英语学习，如听取家长汇报学生的英语学习情况，邀请家长参加学生的英语活动等。

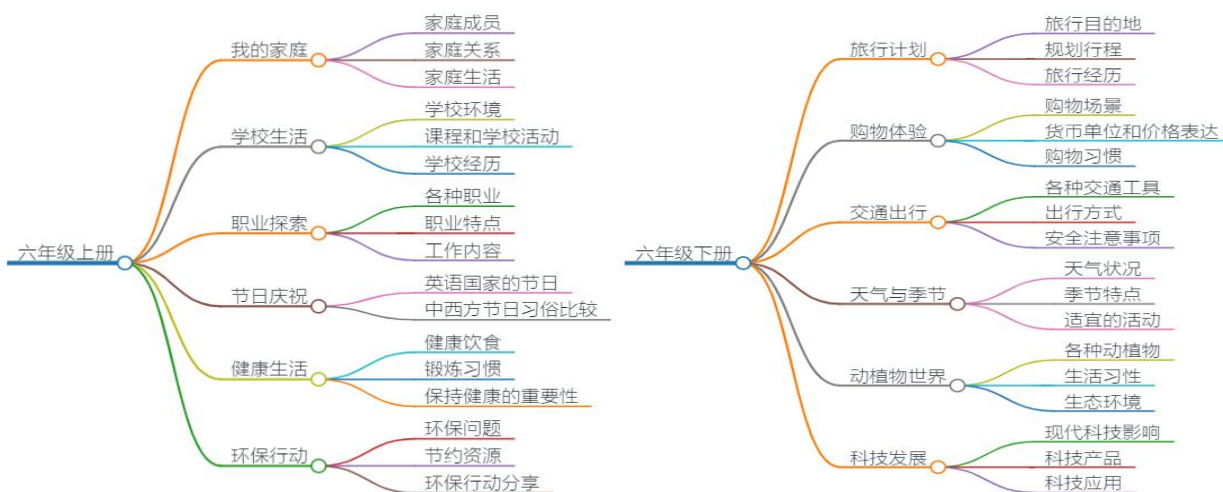


利用现代化技术手段，优化英语教学效果。例如，教师使用多媒体设备、英语学习软件等，创造多元化、互动式的学习环境，提高学生的学习兴趣和积极性。



(二) 紧追“学科热点”，创新英语课堂。

1. 梳理教材（以六年级上、下册为例），形成的思维导图。



2.依据教材话题，探究文本主题意义。

(1) 采用任务型教学：针对每个主题，设计具体的任务让学生在小组内完成，例如设计家庭庆祝活动、制定旅行计划等。

(2) 创设角色扮演活动：让学生扮演不同角色，如采访职业人士、在商店购物等，以提高口语表达能力。

(3) 利用多媒体资源：利用视频、图片等资源，让学生更直观地了解英语国家的文化、节日、职业等内容。

(4) 举办主题展示活动：让学生通过海报、PPT等形式，展示他们在某个主题下的学习成果和心得体会。

3.多种举措并举，挖掘英语校本课程内涵。

举措 1：聚焦语篇主题意义的挖掘。

(1) 鼓励学生阅读英语文章，挖掘其中的主题意义。

(2) 在课堂上进行主题讨论，引导学生分享自己的观点和理解。

(3) 设计与文章主题相关的写作或口头表达练习，让学生将所学知识应用于实践。

举措 2：加强绘本教学与主教材融合。

(1) 选择与主教材主题相关的英语绘本，作为教学辅助材料。

(2) 在课堂上讲解绘本的内容和语言点，引导学生进行阅读和讨论。

举措 3：设计有趣且富有挑战性的特色作业，培养学生的创

造力、批判性思维和自主学习能力。

(1) 鼓励学生进行英语主题研究项目，例如调查英语国家的文化习俗、制作英语手抄报等。

(2) 设计与实际生活相关的英语口语表达或写作练习，让学生将所学知识运用到日常生活中。

(3) 制定与学生兴趣相关的英语阅读计划，让学生在阅读中提高词汇量和语言理解能力。

(4) 组织班级英语角或英语俱乐部，鼓励学生参与英语口语交流和表达，培养他们的沟通能力和自信心。

(5) 定期举办英语主题活动，如英语演讲比赛、英语歌曲比赛等，让学生在实践中提高英语能力，同时减轻课业压力。

三、问题解决的成效与社会影响

以下数据表明，在实施新课堂教育后，学生的英语口语表达能力和语言综合能力得到了显著提高，英语成绩的平均分也有较大的提高。同时，学生参加的英语比赛数量和获奖数量也有所提高。

调查时间	调查项目	实验前	实验后
2022年春季	英语口语表达能力调查	85.5	90.2
2022年秋季	语言综合能力调查	82.5	88.1
2022年春季	英语成绩平均分调查	83.5	86.7
2022年秋季	英语成绩平均分调查	86.7	88.9
2022年秋季	学生参赛获奖数量	10	25

一年来，学校和英语学科老师通过破解“双减”政策实施后出现的问题，采取了一系列的特色做法和经验，已提高了英语教学质量和效果，增强了学生的学习兴趣和积极性，实现了教育教学改革和创新，产生了一定的成效和社会影响：

1.提高了英语教学质量和效果。学校和教师采用多种教学方法，增加英语教学的趣味性和实用性，让学生主动学习，提高学生的英语口语表达能力、语言综合能力和英语学业成绩。

2.促进了家校合作，加强了家长的参与和支持。学校和教师通过与家长沟通和交流，让家长了解学科双减政策的实施意义和教学变化，共同促进学生的学习和成长。

3.提高了学生的学习兴趣和积极性。学校和教师通过创新教学方式和教学手段，提高学生的学习兴趣和积极性，让学生更加愿意学习英语。

4.改善了教师的教学压力和负担。学校和教师通过提高教学效率和满意度，增强教师的教学能力和专业素养，减轻教师的教学压力和负担。

5.增强了学校的影响力和形象。学校和教师通过创新英语教育教学模式，提高教育教学质量和效果，树立了良好的教育教学形象和社会形象。

“三声”拍案之惊奇课堂

江苏省前黄高级中学 步 妍

在“双减”背景下，营造平等、轻松的课堂氛围有助于降低学生的课堂焦虑感，消融其心理负能量，从而提升课堂精神状态，提高学习效率。只有让学生动起来（生动）才能让课堂变得生动活泼起来。打造生动课堂是我校课堂教学方式转型和改革的目标和抓手。

一、问题的提出

2021年3月9日，顾月华副厅长走进了我的课堂。她这样点评道：“九十天不到就高考了。在步老师的课堂，师生无惧高考，他们在课堂教学的生命状态中呈现出青春激昂的积极面貌。课堂里有歌声，歌声是老师和同学一起吟唱的；有笑声，笑声是四十五分钟不断的；特别是下课时同学们热烈的掌声。我觉得这是前黄最好的状态的表达，这正是我们要寻找的状态，体现了灵动而富有朝气的课堂样态……”

如何打造灵动而富朝气的课堂生态呢？结合顾厅长的课堂评价，我提炼出三个关键词：歌声、笑声和掌声。至此，“三声生动课堂”应运而生。

二、“三声生动课堂”的具体实施策略

（一）不同的主题，共唱一首歌——师生交响的律动

在英语课堂引入英文歌曲符合心理学、教育学和生理学的要

求，有利于调动热情、舒缓压力、体悟知识和节奏带来的韵律美。

以非谓语句语法教学为例。非谓语句是“磨人的小妖精”，学生做题时是“雾里看花，水中望月，错误不断，风中凌乱”。于是我创编了《非谓语句解题十四行诗》，以说唱的方式介绍给学生。他们一边打节拍，一边玩说唱，技巧便熟记于心了。

认清结构再下笔，
and so but 没关系，
主语要用动名词，
不定式句首表目的。

.....

当学到《妈妈的银行账户》时，全班演唱了 *you raise me up* 作为母亲节礼物献给妈妈们。当学到中华美食时，我们创编《饺子之歌》。本节课评选出来的饺子形象大使高同学参加“领航杯”省口语大赛获得特等奖。当他身着厨师行头、端着亲手准备的饺子唱响这首歌时，评委开怀大笑。此刻孩子眼里是有光的，他在用歌声传唱着血液里的中华归属和情怀。当品读《夏洛的网》时，学生以阿卡贝拉方式唱响 *Auld Lang Syne*，祝友谊地久天长，邹同学自拍 MV—*Ordinary miracle*，献给平凡生活中创造奇迹的每一个人！

我们从课堂里一路走来，一路高歌！歌声传递着丰富的语言知识，承载着真挚的情感世界，饱含着深厚的文化底蕴，根植着浓浓的家国情怀。相逢是首歌，歌手是我们师生，我们还会继续

唱下去！

建议在教学中，教师提炼规则并创编成歌曲，让学生在节奏和律动中掌握规则和技巧，达到事半功倍的效果；在语篇教学中可以结合主题语境穿插相应主题的歌曲教学，升华主题的同时，也为挖掘英语学科育人价值助力。

（二）掌声响起来，我心更明白——思维探索的灵动

生动课堂呼唤发自内心的掌声，而不是仅仅为了营造氛围而产生的课堂表层张扬。

在一节以“手机”为主题的写作课上，我告诉他们倡议信的末尾若加上掷地有声的口号便可锦上添花。我介绍了口号设计的四大技巧：1）字母藏头法；2）暗喻；3）名句仿写；4）对照。尤其是看了第二个例子（仿写泰戈尔的诗：原文中说世界上最远的距离不是生与死，而是我就在你面前，你却不知道我爱你。改成：世界上最远的距离不是生与死，而是我就在你面前，你却在低头看手机）时，同学们纷纷鼓掌。顺着这个思路，他们创作了“惊艳”的口号，如“**Yes to physical world, no to smartphone addiction**”等，智慧的火花四溅，博得满堂喝彩！

这里的建议就是教师可以在课堂上巧妙设计具有启发性和思维含量的问题，引导学生开展迁移创新类活动。思维碰撞出的智慧火花就会带来发自内心、真诚而自然的掌声。

（三）一花一世界，一笑百味生——文化情感的触动

笑声能舒缓紧张的情绪，激发积极的心态，形成和谐的教学

氛围。你看他笑颜如花，多半是参透到家。

在推进整本书阅读教学过程中，我遇到了很现实的问题：由于缺乏有效的策略和方法，学生产生了厌倦和恐惧心理。于是我探索了原版小说“五步法”的课堂范式，即：读文本，赏佳句；探背景，谈人物；演经典，作评论；升主题，提思维；选场景，促续写。我们将“刀下留猪”和“告别之日”两个经典情节搬上舞台。贼眉鼠眼的老鼠坦布尔顿、显眼包哥哥逗得大家哈哈大笑；拿到小猪勋章时，最佳书评人绽放出自豪的笑容；拍摄杀青照时，“演员们”拿着道具，摆出各种 pose，灿烂的笑容展现了我们省前中学子阳光向上的精神风貌。

当学到毕业典礼上的一篇演讲稿时，我让大家回忆前黄高中第一天的经历、最爱的老师和最喜欢的活动。真实的情境激发了他们的创作热情。八十里野外拉练让我永生难忘、李老师出神入化的诗词大挪移本领……”分享环节笑声不断。笑着笑着，大家眼角泛起了泪花：三年的校园生活眼看余额已渐渐不足……

三、“三声生动课堂”的课堂成效与影响

“三声”课堂具有趣味性，让学生在低焦虑的环境下建构知识体系，他们变得乐学善学；它体现英语学科的育人性，正向引导，立德树人；它更关注生长性，把知识的学习和个体生命的成长相结合，内化于心，外化于行。它是生动课堂在“双减”下的一种积极样态，是一种具有极强渗透力的课堂文化。适度应用便能打造出灵动而富朝气的课堂“生态”，呈现令人拍案之惊奇课堂！

主题创新活动：从“经历”走向“经验”

常州市金坛区朝阳小学 谭亚鹏

常州市金坛区朝阳小学传承华罗庚“一条龙”教学思想，以“主题创新活动”的方式帮助学生获得更多的数学实践机会，积累数学活动经验，为发展学生的关键能力、提升学生的核心素养提供支架。

“主题创新活动”是一种以问题为驱动的实践性活动，因此一个有价值的研究主题是一次成功的主题创新活动的先决条件。“主题”从哪里来？如何创设基于学生认知水平、符合学生年龄特点、学生感兴趣、有研究价值的内容为主题，进行探究实践？可以从以下几方面入手：

一、基于教材的序列整合

教材作为教育教学权威、稳定、直接、系统的课程资源，它为学生的数学学习活动提供了主要内容、基本线索和知识结构，也承载着数学课程改革的基本理念和具体要求。基于教材的主题创新活动就是从教材出发，以主题为驱动力，通过超级链接，不断拓展关联的未知领域，增强学生的见识面，构成新体系，形成新见解。

苏教版小学数学教材对知识点的安排是线性的，例如在图形与几何领域，从二年级下册的《角的认识》，到四年级上册的《垂线与平行线》，再到四年级下册的《认识三角形》等，这些单元

中都零碎地散落着大量跟折纸与角度相关的问题。《探究折纸中的角度》这一主题创新活动以“折纸中的角度”为主题，将大量零散知识点进行整合，设计了折风车、五角星、正五边形、折 30° 角、折 75° 角等实践活动。学生在操作活动中“知其然”，在阅读与讨论中“知其所以然”，在“动手折一折”环节中学会举一反三，不断深化对“折纸中角度”知识的认识，在活动过程中大胆猜想、积极表达、勇于实践、不断积累成功的体验。

二、基于教材的拓展创新

教材内切合主题的内容是有限的，我们可以以教材内容为起点进行拓展，追根溯源，将古今中外的数学知识串成一条线进行系列化的探究。

例如，学生在三年级学完《两位数乘两位数》后，可以带领孩子们走进对乘法计算方法演变历史追根溯源之路，以教材内容为出发点，在此基础上对乘法计算方法进行了线性的拓展与延伸。

课前学生通过查阅资料搜集了台湾省、古印度的乘法计算方法，并与现代算法进行比较，通过课堂研究发现：虽然算法不同、记录方式不同，但背后的算理却是相同的，从“举一反三”到“举一反三”，从而对乘法计算形成系统化、结构化的认识。同时学生意识到原来觉得枯燥、复杂的竖式相比之下原来这么简洁，是在漫漫历史长河中不断删繁就简得到的成果。

三、基于社会热点话题的选择提炼

当下社会被讨论得最热的话题是什么？看似是成人关注的

热点话题，经过选择和提炼其实也能成为一次颇有价值的主题创新活动。这类主题创新活动的展开不仅使学生在活动中各种能力得到有效提升，而且增加了学生对于社会热点问题的认识，对这些话题有自己的思考和见解。

基于社会热点话题的主题创新活动具有较强的实践性，主题鲜明，例如：围绕“新型冠状病毒”设计《数学眼光看新冠》主题创新活动，学生以小组为单位，通过看新闻、科普片，查阅资料等形式了解新型冠状病毒的来龙去脉，通过网络问卷了解新冠的防治情况，通过搜集数据和对数据的计算，认识到佩戴口罩、勤洗手对防止新冠疫情传播的必要性，学会防疫的小常识；围绕“购房”设计《住房面积计算中的学问》主题创新活动，学生了解了购房过程中的不一样的“面积”，学生课后可以对自己家住房面积进行相应的测量、计算，深化对图形面积计算的认识，同时了解购房面积计算中的各种猫腻。

学生经历完整的活动过程，将复杂的有挑战的生活问题抽象成数学问题，从数据的收集整理、数据的呈现、提取数据中的信息，并借助信息得出结论。学生在这样的时间活动中，不断积累统计活动经验。

四、基于学生问题的优选加工

数学主题创新活动应基于学生的意愿、思考，在和学生共同商讨的基础上，确定创新活动的主题。学生在学习的新知识后总会产生一些看似天马行空的问题，这些问题往往会成为主题创新

活动的源头。

例如，在教学《圆环的面积》一课时，以学生学习生活中常用的胶带纸为例进行教学。课后，孩子们对这卷胶带纸表现出了浓厚的兴趣，提出了一系列和这卷胶带纸有关的问题。因此设计了“一层胶带纸有多厚？”和“如何在不展开胶带的情况下知道一卷胶带纸的长度？”的探究活动。

这样的主题创新活动以学生发现的有价值、感兴趣的问题为起点，以学生已有的知识水平和经验为基础，学生围绕自己感兴趣的问题展开研究，学生提出问题，通过独立思考、合作交流、动手实践，师生共同分析并解决问题，获得了大量的实践探究经验，有效拓宽了学生思维的深度和广度。通过这样的教学活动，学生会逐步积累运用数学解决问题的经验。

“数学主题创新活动”作为数学教学的重要实践性补充，有着其独特的意义，一线教师在日常教学过程中应该具有组织开展主题创新活动的意识和能力，学生在这样学科性的实践活动中，能有效帮助学生积累数学活动经验，打通数学与其他学科的关联，打通数学世界与现实世界的关联。

研创课堂：“双减”背景下课堂教学改革的探索实践

常州市邹区实验小学 戈丽华

一、实施背景

“双减”政策的推进促使小学课堂教与学的方式发生变革，既要减轻学生过重的学习负担，更要让学生拥有更为丰厚的探究实践。因此，我校实施“研创课堂”的实践研究，将国定课程进行创造性实施，变革教学方式，改革评价方式，培育学生创新意识、实践能力、思维能力，为学生终身学习和发展奠基，对有效落实“双减”政策进行有效探索实践。

二、解决问题的特色做法与经验

（一）建设“研创课堂”主题社区。

学校打造了特色鲜明的“研创课堂”主题社区，各楼层进行了区域性的功能划分：一楼“学行苑”，是师生们学习互动的区域；二楼“研心园”，主要布局科学和美术学习空间、木工坊和“3D”打印空间；三楼“思远廊”，是“研创课堂”项目以及学校发展规划的智慧中心和指挥中心；四楼“创获坊”聚集了各学科研训中心以及智慧教室、网络教室，是“研创课堂”的研究中心和实践中心。

（二）开发“研创课堂”课程资源

“研创课堂”遵循人人都是课程开发者的理念，在项目研究中通过补充、融合、创生等方式不断丰富课程资源，提升教师课程开发能力，满足学生发展需要。

1.开发学科课程，丰富国家课程内容。老师们基于教材内容，

结合学生生活，对国家课程内容进行合理化、个性化补充。比如语文学科，结合邹区地方资源，整体架构单元主题内容，开发了《品味中华美食》《神灯故事真奇妙》《一盏传承文化的灯》等单元主题课程；品德课中，老师们结合公民实践活动开发了实践类课程《走进凌家塘》《走进灯具城》，引导学生走进社区、市场开展调查研究和实践活动，将教材内容活化。

2.打造特色课程，拓宽研创实践路径。学校科创团队基于跨学科理念，以创客教育与STEM教育为基础，以灯具为实践载体，开发《创意灯具》校本课程，根据不同年级学生的学习水平确定不同的学习内容，分别为创意泥塑、创意纸模、创意木模、创意3D打印、创意3D建模和创意人工智能，组织学生进行跨学科的综合学习，提升学生综合素养。

3.设计活动课程，营建成果展示平台。学校设立校园研创节和乐创节。“研创节”面向语数英三大学科，围绕学科核心素养开展系列活动，语文“悦读”综合性学习活动，数学“最强大脑”活动，英语学科“Happy English”活动，在活动中培养学生自主研创能力，拓展学科思维，丰富课堂教学的有效外延；“乐创节”结合科学、信息科技、美术学科以及学校的特色校本科创教育，学生进行科创比赛，展示创意作品，营造校园科创氛围，培养学生的创新精神和实践能力。

（三）建构“研创课堂”结构模型

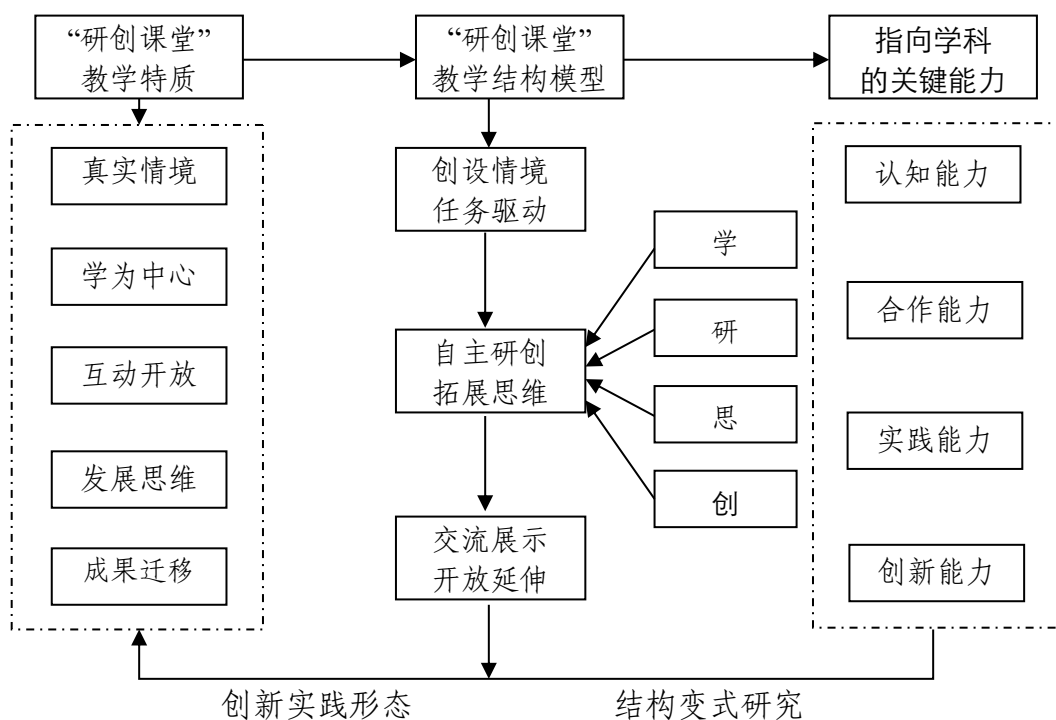
1.提炼“研创课堂”教学特质

“研创课堂”倡导创设真实的任务情境，以学生为中心，通过

大版块学习活动的设计，引导学生自主学习、思考探究、合作交流，从开放互动中亲身体会寻找解决问题的方法，利用思维图、研习单等工具学会思维表达，提升学生的学科关键能力和研创能力，教师不断优化素养结构，提升教学领导力。

2.建构“研创课堂”基本范式

基于对“研创课堂”的实践研究，建构了以下结构范式，形成指向学科关键能力的教学结构模型。



“研创课堂”以任务驱动、自主研创、交流展示为基本教学结构；研创活动中突出学、研、思、创，来发展学科关键能力。学习活动中，教师创设任务情境，布置学生自学内容，提供研习单辅助。学生自主研习后，在小组内合作交流，形成解决问题的方案并展示研究成果，教师及时评价、反馈检验课堂学习效果。学生在开放的时空中深度学习、发展思维、经历研创、收获自信，

课堂显得更加灵动、高效。

（四）形成“研创课堂”教学策略

落实“研创课堂”实践研究，各学科选择不同的侧重点进行有向突破，根据“研创课堂”的结构范式，提炼了共性的教学策略。

一是情境设计策略。教师挖掘真实学习活动中的情境化内容，在学科之间，学科与生活之间架起桥梁，找到学生生活与学习之间的融通点，创设真实情境，把学生的“生活场”变成“学习场”。

二是支架设计策略。教师通过搭建活动的支架，帮助学生自主研创。支架的设计和选择从活动任务的内容和最终目标出发，比如在学习活动中设计研习单、提供思维图等工具指导学生自主学习，帮助学生实现思维的可视化；教师为学生的学习实践提供范例、使抽象知识变得具体可感，我们称之为资源支架。

三是评价导向策略。在实践研究中，围绕学习目标、学习内容、学习活动、学习成果四个维度制定评价指标，对师生教与学的表现做了系统性的描述，以此作为“研创课堂”评价的指导性标准。以评价为导向，采取评价先行和评价贯通的策略，实现教学评一致。

三、实施成效与社会影响

伴随着“双减”政策的深入倡导，学校研创课堂的实践带来了课堂教学的新样态，师生成长的新突破。近年来，师生在各类活动和比赛中崭露头角，共计 500 多人次获省市区二等奖以上成绩；英语、语文教研组相继被评为钟楼区、常州市优秀教研组，学校成为区小学数学学科基地、常州市教师发展基地学校，学校的科创教育和信息化教学在区域内具有一定的影响力。

依托青年“进贤营”平台 赋能教师“高质量”发展

常州市第二中学 王 赟

常州市第二中学面向教龄五年内的教师，组建青年教师成长营——“进贤营”。“进贤”得名于我校的府学建筑“进贤坊”，取其“日有所进，见贤思齐”之意。旨在利用榜样的力量、价值的导向、多样的活动，促进青年教师健康成长和持续发展。

一、价值引领，培养职业情怀。

1.师德师风培训。学校依托“进贤营”开展了入职宣誓、师德演讲、签署师德协议书、参与师德视频录制、聆听师德模范讲座等系列活动，让青年教师明确师德底线，树立坚定的职业信念，形成价值认同。

2.身心健康培训。青年教师初入职场，难以完全适应工作。学校依托“进贤营”，邀请心理专家疏导负面情绪；邀请音乐教师指导科学用嗓；邀请专业医生传授健康知识，帮助青年教师更好地站稳课堂。

3.教学常规培训。“进贤营”邀请学校各部门负责人和优秀教师，从教育、教学、教科研等维度，向青年教师开展系统化的教学常规培训。这种“总览全貌”式的培训，帮助他们了解学校制度和教学流程，从而培养强烈的规范意识和良好的工作习惯。

二、目标先行，明确前进方向。

1.目标须合理清晰。学校引导“进贤营”中的青年教师客观审

视自身的优缺点，设置富有适切性、清晰可量化的专业发展方案。例如，学校设计了“专业发展三年规划”的模板，分为“三年总目标”“年度目标”“实施路径”“完成情况”等一级版块。在“年度目标”下又分为“教育、教学、教科研、其他”等二级版块。在“教科研”版块之下，又细化为“课题、论文发表及获奖、公开课与讲座、培训情况”等三级版块。层层细化，方便具体实践。同时将“职称评定”“五级梯队教师评选”的文件明确告知青年教师，让他们对照条件，设计出具有梯度性的可操作目标。

2.目标要时时对照。在目标确定之后，青年教师要勤对照，学校也要重管理，避免“目标”和“实际”油水分离。学校为“进贤营”成员准备了专业发展手册，及时记录教育、教学、教科研工作。每个月，学校将在“青年教师沙龙”“师徒会议”等场合进行反馈，表扬优秀教师，勉励其他教师对照目标，自我鞭策。

三、团队助力，促进自我提升

1.学。学校高度重视“师徒结对”工作，精心遴选学科师傅。一方面，学校根据结对制度，对师徒相互听课的频次和要求提出明确规定。另一方面，学校每月召开一次师徒结对会议，及时反馈亮点、不足，加强过程性的管理。每学年评选、表彰优秀师徒，通过具体的考核评价，将师徒结对的效果落在实处。

2.研。在“进贤营”这个跨学科的团队里，青年教师通过学习交流、讲座论坛、教师沙龙等活动，提出个人的困惑、学习他人的经验，加深研讨氛围。此外，学校微信公众号还开辟了“进贤

之声”“师说新语”等多个项目。“进贤之声”通过好书、美文、佳片的分享，传递正能量。“师说新语”则是记录教师育人道路上的点点滴滴，通过反思，不断完善自我。

3.读。首先，青年教师要研读课标、教材，尽快熟悉“三新”背景，对教学工作形成系统的认知。其次，细读高质量的学科期刊，特别是核心期刊。这对于青年教师教学能力的提高有直接帮助。再次，品读教育类书籍。学校每年寒暑假均会为教师征订优秀书籍，沉淀学养，提升素养，丰盈自我。

4.观。学校积极创造条件，让青年教师走出去，观摩优质课、研讨活动，聆听专家讲座，开阔视野。青年教师不仅要“观”上课流程和思路，更要“观”师生互动的方法、课堂生成的利用方式等。青年教师经过后期加工，批判性地吸收，使之成为自己的教学“资源库”。

5.写。青年教师首先要勤写教案，从而理清教学思路，锻炼教学设计能力，形成教学风格。其次要勤写反思。学校举行了“课后思”活动，青年教师每周要撰写一篇上课或听课的反思，有效弥补了教学不足。再次要勤写论文。这是对教学经验和成果的进一步提炼，更有助于青年教师实现“教学——反思——总结——再提升”的闭环，提升其教学和教科研的效果。

6.练。“练”包括开课、竞赛等活动。一方面，以竞赛压力帮助其提升研究的水平。另一方面，搭建展示自我的舞台，提供了交流学习的机会。此外，学校在校内外积极青年教师开展“三字

一话”、“三题比赛”（命题、解题、讲题）、说课比赛、模拟课堂、即兴演讲等形式多样的比赛，不断淬炼青年教师的教学基本功，深化他们的课堂教学能力，实现“以赛促练”“以赛促学”“以赛促思”的目的。

进贤营通过“学—研—读—观—写—练”等培养路径，形成了一套较为完善的青年教师培养策略。进贤营已成为青年教师成长的试验田、未来骨干教师的孵化场。近三年，进贤营成员在基本功评优课比赛中有1人获得大市二等奖，7人获得市区一等奖。2人获得江苏省“师陶杯”论文比赛一等奖。2人获得市“教坛新秀”的称号。20人在市级各项比赛中获奖。同时打造了“进贤之声”“师说新语”等品牌栏目，我校还因此获得“2020江苏省师说新语十佳实力校”的称号，喜登学习强国。

教育永无止境，教学探索永远在路上。对于青年教师的成长，一方面，学校要加大支持的力度，提高培育的效能；另一方面，青年教师要坚定信心，心无旁骛地践行目标，从而取得长足的进步与高质量的发展，更好地实现自己的职业价值。

“私人定制”小操场中的大体育

常州市实验初级中学 袁建东 沈一菲 郭 敏

一、案例背景

“双减”政策是对宏观社会经济进行的调控，课后服务作为重要的社会工程，对促进社会进步、教育公平、青少年健康成长以及核心素养的形成等具有重要的指导意义。在“五项管理”和“双减”政策的要求下，减轻学生学业负担，增强学生体质，体育锻炼显得尤为重要。但仅靠在校每周的三节体育课和二节体育活动课，学生的整体健康水平提升空间有限。因此，利用课后服务的时间进行体育锻炼，开设体育走班选项课程是提高学生身心健康水平的有效途径。

每周二次课后服务第一时段开展体育走班选项课程，既满足了学生体育锻炼的个性化需求，又符合“双减”政策要求，开展丰富多彩文体和社团活动，增加了学生每周体育锻炼时长，有效促进了学生身心健康发展。同时体育教师课程意识和专业化发展得到了提升，为学校主动发展注入了新的活力。

二、解决问题的特色做法与经验

（一）构建走班选项课程，合理设置内容体系。

“有自由才有成长，有尊重才有教育。”，根据我校的办学理念，通过活动场地分析、经费、师生访谈，确定课程内容及任课教师。任课教师由体育教师及外聘团队组成，教授项目基本知识、

规则、体能及专项运动技能。课程内容发布在学校微信公众号，由学生进入选课系统自我选择，确定本学期的体育走班选项课程内容。

体育走班选项课程安排表

序号	选项课程名称	场地	任课教师
1	活力足球	操场南半圈	外聘：韩梦亿
2	趣味田径	田径场东直道	史荷凤、郭敏
3	快乐乒乓	乒乓馆	何中坚
4	篮球宝贝之啦啦操	体育馆西半场	沈一菲
5	排球	排球场	缪伟杰
6	篮球 A（提高班）	篮球场	俞波
7	篮球 B（基础班）	篮球场	周烨锋
8	飞盘	卓尔能群广场	外聘：戴华
9	空竹	室外健身区	外聘：朱平益
10	街舞	体育馆舞蹈室	外聘：张斌
11	跆拳道	体育馆功能室	外聘：刘玉姣
12	武术	校门口广场	外聘：白翔
13	体育舞蹈	体育馆东半场	外聘：沈梦楠
14	滑板	体育组门口	外聘：朱宸

注：每学年通过教学评估和师生问卷对部分课程内容会做出相应调整。

（二）健全运行机制，强化实施效果。

1.规范课程实施管理。

每学期开课前，都会召开深化学校体育课程改革体育走班选项课程启动仪式，由我校艺体改革中心主任主持并邀请校长参与，给项目任课老师颁发聘书，强调规范课堂常规管理、完善安全保障措施。任课教师按照所教项目认真做好课程规划，制定好学期和课时教学计划，上课前在手机平台做好点名记录，课程教学实施过程中发现问题及时工作群内反馈，每节课都有当日 2-3 位行政值班领导巡课，确保上课质量。并于每学期末上交课程实施记载本和学生课程学业评价表。

2.完善课程评价体系。

体育走班课程成绩由过程性评价与终结性评价相结合的动态评价，既要学生的成绩等第，又要看学生提高的幅度和参与比赛和展示的效果。每位学生填写为期两年四学期的体育与健康成长手册走班选项课程版，交至班主任记录在每学期的素质报告单中。每学年根据学生和教师问卷数据及学生展示效果评选优秀课程及优秀课程指导教师。

学生体育与健康成长手册（走班选项课程）

班级 _____ 姓名 _____

学 期	体育走班 选项内容	专项技能测评 (40%)	体能测评 (40%)	过程性评价 (20%)	学期成绩
七年级上					
七年级下					
八年级上					
八年级下					

注：七、八年级4个学期，每学年选择一门课程，且不能重复，保证每位学生掌握2项运动技能。

3.创设学生展示舞台。

我校于2019年5月开始举行了首届篮球节，同学们以篮球之名，扬青春风采。从2021年第三届校篮球节开始开幕式增设体育走班选项课程学习成果展示活动，形成了“学、练、赛、评”一体化的实践探索，让更多学生走上展示舞台，进行学习成果汇报，彰显青春朝气蓬勃的活力，此项活动受到领导、专家、家长、学生的一致好评。

（三）开展课程实施研究，助力校本化推进。

全组体育教师认真研究最新版课程标准，围绕申报成功的省级学生体质健康研究课题《深化学校体育课程改革促进学生体质

健康的实践研究》开展行动研究，每学年精心设计体育走班选项课程调查问卷，通过学校开展体育走班课程后对你的影响有哪些？后期学校内组织各类体育比赛，你愿意参加吗？关于体育走班制教学后期的体育人才培养体系，您属于哪一类？等问题开展调查研究，每学年撰写调查报告，并根据学生问卷要求，有计划组织各年级、班级篮球、排球、躲避飞盘联赛，为学校学生身心健康发展保驾护航，并助力双减工作，促进我校深化体育课程改革项目校本化推进。

三、成效与社会影响

（一）满足学生个性化需求。

兴趣是最好的老师，体育走班课程的充分实施让学生在兴趣中获得体育学习的乐趣。一方面，尊重学生的意愿，激发学生对体育运动的热爱与自信心，对培养中学生个性化体育发展以及提高学生体育技能的效果有重要作用；另一方面，学生的体育锻炼意识将得到进一步增强，更加积极主动地投入到体育课程的学习过程中，提高整个体育健康的教学质量和效果。

（二）促进学生身心健康发展。

通过对学生问卷的调查及体质健康测试数据分析，近两年来学校学生体质健康合格率、优良率稳步提升，2022年《国家学生体质健康标准》合格率达98.05%，优良率达50.53%，局属学校排名第三，近视率78.95%，局属学校排名第六，学生心理问题检出率逐年下降。

（三）加速师生共同成长。

1.学生成长。

走班选项课程的开展促进学校体教融合的发展，在走班课程开展过程中，以全体学生健康发展为目标，发掘和培养具有竞争力和潜能的学生运动员，既提高学校的体育教育质量，又不断向省、市输送竞技体育培养后备人才。2022年我校有2名运动员获评常州“十佳”校园体育之星，全市唯一。在不断深化学校体育改革进程的同时，鼓励学生参加全国、省、市级各类体育比赛，并获得优异的成绩。男篮第十九届中国中学生篮球锦标赛初中男子组亚军、江苏省校园篮球联赛初中男子组冠军，常州市育苗杯运动会初中组团体总分第二名，田径、男足、女排、游泳、射击等项目全面开花。

2.教师成长。

近三年体育走班选项课程实施，体育组中青年教师专业发展迅速，在全国、省、市各类教育教学比赛中屡获佳绩。

袁建东老师的教学设计获全国《体育与健康》KDL教学设计初中组一等奖。

沈一菲老师获常州市健康教育基本功大赛一等奖。

郭敏老师获原城区体育教师基本功比赛中一等奖。

沈一菲老师获江苏省五四杯论文一等奖。

沈一菲老师获常州市体育与健康评优课原城区二等奖。

（四）助推学校主动发展

1.中国教育报、常州日报、常州手机台、中吴网、常州电视台、常州市体育教研视频号等多家媒体，对我校深化体育课程改革体育走班选项课程作了报道，扩大了我校的影响。

2.2021年6月，我校积极申报了全国首批中国儿童青少年体育与健康促进学校（100所），2021年10月获批。我校体育走班选项课程实施经验在全国首批体育健康促进学校成立大会上做了大会交流。

3.学校先后被评为常州市体育传统特色学校（综合类），常州市高水平体育传统特色学校（篮球），在2022年、2023年常州市深化学校体育改革实验学校年度督查评估中均获一等奖，在常州市第十六届运动会中被评为群众体育先进单位。

体育特色已经成为我校主动发展的一张亮丽的名片，帮助学生成为享受健康，实现人生潜能的新一代，我们一直在路上。

农村学校“苔趣时空”育心课程实践初探

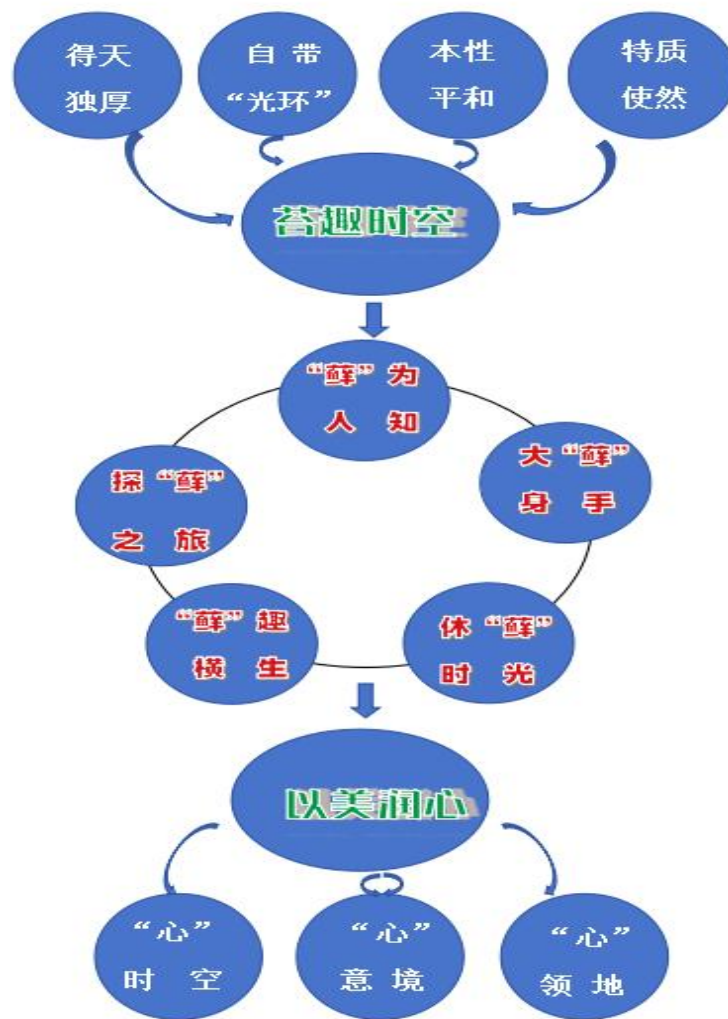
溧阳市古渎小学 周雪萍 吕菊香

一、案例背景

在“双减”背景下，在减轻学生学业负担的同时“更有质量”地发展与提升，是学校教育以及全体教育者共同的职责与使命。

为此，学校拓宽了育人理念，优化了课程规划和构架，以“优质”为价值取向，“身心美”为教育要义，进一步强化教育的适宜性、针对性、成效性，充分挖掘地方资源，为每一名学生创造更具吸引力、触动力、感染力的课程，让孩子们乐在其中，学而有成。

于是，“苔藓时空”应运而生，以“校本课程”、“综合实践活动”、“社团活动组织”为途径，以“苔趣课程”为抓手，开辟学校“美育”新理念、新内容、新方式，以美育人，以美润心，培养学生动手操作、实践探究能力、劳动实践水平，促进学生全面而有个性发展，提高学生审美和人文素养，从而为更好地落实“双减”，提质增效注入新的元素与活力。



二、“苔趣时空”育心课程的特色做法与经验

（一）“苔趣时空”育心课程的构建基础

1.得天独厚：我校地处“渎溪河畔”“鱼米之乡”，校内有广阔的活动、游戏场地；校外是大片的农田和纵横交错的沟渠。这里土壤肥沃、气候温润，“苔藓”植物因水而生，是水乡最普遍最简单且最可感触到的绿色植物。

2.自带“光环”：我校大部分教师生于农村、长于农村，对农村的植物有着天生的知晓力、敏感性与洞察力。发挥教师的课程

优势，将其积淀的认知经验与专业发展相结合，促使其在支持、引导学生活动中获得课程生长的力量。

3.本性亲和：“苔花如米小，也学牡丹开”、“苔痕上阶绿，草色入帘青”，苔藓微小，品类几万种，遍及世界各地，青绿和气，低调自然，孩子喜闻乐见，当展示苔藓“光鲜”一面的时候，更易激发激发学生亲近自然、探索自然的情感，触发探究潜力，提升课程实践水平。

4.特质“使然”：“苔趣”特色活动课程作为我校“印象·水乡”文化建设的一部分，我们在不断挖掘和提炼现有资源优势与研究经验的基础上，以“苔藓”为依托，以“活动”为抓手，用最自然的方式开发接地气的适合我校学生发展的美育特色活动，从而为学生创设一个亲身体会、动手操作、探索研究的氛围寻求源于自然的、用于感官体验的材料来满足小学生的认知和创造探究体验，最大程度地促进小学生的身心发展，给学校美育教育模式注入新的活力。

（二）“苔趣时空”育心课程的实施路径

学校以“美育”为依托，通过引导学生发现美、创造美、欣赏美为路径，坚持以儿童发展为本，构建体验式、互动式的活动体系。不断开辟如“苔趣园”“苔庭”“藓精灵部落”等适合学生课内活动和户外探索活动的时空，让活动形成由静到动、由内至外、由理论到实践的联动。

课程实施主要体现为五大板块：“藓”为人知——探“藓”之

旅——大“藓”身手——“藓”趣横生——休“藓”时光。

1.‘藓’为人知——与生命律动

以观看视频或集中学习的方式，组织学生观看学习《张力：苔藓森林》、《让植物“小矮人”成为主角》、《教您做一个苔藓微景观》、《植物界的“隐秘王国”》等有关苔藓认识及使用养护的相关知识，激发对苔藓植物的兴趣。

将学生活动与季节特点相结合的“春生”“夏护”“秋润”“冬藏”活动，通过实践活动让学生观察了解“苔藓”及植物一年四季的发展变化，开展的相关活动如“春暖花开 苔趣归来”、“苔藓季·快乐种植”、“苔‘趣’乐”、“我为‘苔藓贝贝’找新家”等活动，感受生命四季之美，热爱生活。

2.“探‘藓’之旅”——与自然同行

古街巷、树林中、溪流边、田野中，让孩子们走进自然、亲近自然，探寻和发现植物生长的规律，拓展学生视野，充满着“野趣”与“乐趣”的探“藓”活动创生出别有情趣的“苔趣”故事。乘着“创生——整合——体验”的活动原则，引领学生自然发展，能欣赏美，爱上美，感受美，放松心情，自然减压，乐趣生活。

3.“大“藓”身手”——有美雅相伴

著名教育家陶行知先生说：“必须以大自然为您的生物园，才会有丰富的收获……” 激发情趣，体验审美愉悦和创造的快乐，体现自我表现和创造的成就感。用砖块及自然材料的随意搭建呈现出“苔藓城堡”；静态下的盆景写生活活动；原生态的“藓精

灵部落”中孩子们自己开创的游戏天地。绿色、生态、自然的育人环境在创造中垒砌出自我价值的城堡。

4.“藓”趣横生——促心怀释放

将学生的创作作品进行及时展示，举行鉴赏会、评析会，相互学习借鉴，共享苔藓制作乐趣。与此同时，可以制作微视频、美篇等自媒体作品，对外展示。由心而发的“艺术”创意，融合了多门“学科”，多种“学问”，促进了学生身心的协同发展。

5.休“藓”时光——随美意入境

这是欣赏养护阶段，一方面关注苔藓的生长变化，另一方面给苔藓提供足够的照料（浇水、除草、遮阳），使其正常生长，在“苔藓的世界”里共享美好时光，获得心灵的满足与惬意。

三、“苔趣时空”育心课程成效与社会影响

1.开拓了学校“美育”活动“心”时空

双减背景下，立足实际，把准取向，根植于学生的“身心俱佳”，不断尝试与实践架构校本化的课程活动体系、活动目标和活动方案，使校本化实践活动脉络更清晰，理念更先进。重视教师、学生及家长的参与，不断丰富活动内涵，不断反思和积累实践性学识，提升有效经验，更好地发展了我校关于课程的整合力、统摄力。

2.实现了“以美润心”课程活动的“心”高度

将孩子们喜欢的“苔藓”作为一个突破，围绕“苔藓”组织开展一系列的课程实践活动，既满足了孩子们的需求，也为孩子们科

学地“玩”，有效地“玩”，深度地“玩”提供了一个系统的、完整的平台。在以儿童发展为本的活动中，给予孩子们充分的自主选择、探索、创造的空间和多元的探索与支持方式，让学生在活动中学习体验、动手动脑、寓教于乐，促进自身的可持续发展。捕捉在自然与生态状态下的活动，丰富学生游戏体验与创造性的培养，表现出较好的特色活动价值，为校园增添了一道靓丽的创意美。

3.孕育了“苔藓文化”引领成长的“心”领地

让“苔藓”文化更进一步，以“藓精灵”为符号，细化育人目标，将“乐礼、乐责、乐美、乐创”的“四乐”目标融入到一日生活与常规之中，激励孩子每天的点滴进步，为培养身心健康的水乡娃奠定基础。

总之在“苔趣时空”育心课程的推进过程中，以科学的儿童观、学习观和教育观进行课程目标、内容、资源、策略等的分析，积累活动开发与实践的知识、经验和方法，进而调整活动设计，丰富育心教育实践，如“苔藓”般清新自然，绿意盎然，生机勃勃，引领孩子们徜徉其中，享受美好。

你我有约：“双减”下的私人定制式家长课堂

常州市武进区采菱小学 仇伟红

“双减”考验着学校、老师、家长的育人“智慧”。随着“双减”的深入推进，对于部分家长来讲却意味着“双增”，其焦虑、困惑明显增多，我校基于家长实际，搭建“你我有约”家校互动平台，开设“私人定制式”百子堂家长夜课堂，共同打造家校协同育人的良好生态，共育“底气、正气、灵气”的三气少年，探索双减进入“深水区”后家校深度协同育人模式。

一、遴选“约”的场所——让“约”有氛围

首先为“你我有约”面谈提供一个理想的场所，营造“约”的氛围。随着实践的深入，与家长面谈的场所也在一步步的升级中：从校外家长等候区→百子楼大厅休憩处→务本楼家长接待室，在1.0版到3.0版的更新中，实现了专属空间的深度交流。

二、甄选“约”的方法——让“约”有章程

学校巧妙甄选“约”的方法，明确“约”的章程，让家长有序相约：

1.“面”：校级策划把控

每学期初由学校与家委会协作，组织策划“你我有约”活动，请家委会提出意见和活动建议，形成最终方案。再围绕活动主题设计“你我有约”海报，清楚地呈现搭建“你我有约”这个平台的初衷、相约的主题、形式、对象、时间、场所等，让家长们能一目了然。设计好的海报再通过各种途径告知家长们，让人人知晓此

事及操作流程。

2.“线”：年级牵线搭桥

即由年级组做好校情与班情的衔接，既要对学校布置的相约任务进行贯彻实施，又要针对年级组特定阶段出现的家庭教育共性问题进行统一指导，并协助年级组其他教师处理家校沟通中出现的个别疑难问题，为各类家庭所遇到的各种棘手问题出谋划策。如高年级心理辅导、低年级幼小衔接课堂。

3.“点”：班级相约互动

“你我有约”可以是老师邀约家长，也可以是家长以各种形式邀约老师。邀约流程分四步走：事先沟通，消除焦虑感；发出邀请，增强仪式感；即时反馈，明确相约点；应邀赴约，共商成长计。

三、慧设“约”的内容——让“约”有温度

你我有约，立足于学生的个性化改进，智慧设计约谈的内容：

1.邀约家长精准备

无论邀约的对象是优生、中等生还是后进生，都要想好跟家长交流的主题，精心准备交流的内容，即设计好一份约前“心里话”。老师可以事先跟配班老师进行沟通，深入了解，通过交流，老师希望家长做些什么或是怎么做都要精心预设，给家长明确的行动路径。

2.家长约谈多反思

当家长提出相约时，老师可以事先在微信里进行私聊，看看

家长的需求是什么，需要老师提供怎样的服务或帮助。围绕家长的需求，老师再仔细思考，因人施策。“你我有约”自选形式表现为：一对一、一对多、多对一、多对多，需求不同，其聚集点也各有异同。赴约时就可以给家长提供实质性的帮助，特别是一些细节的指导与服务会更有针对性。

四、善提“约”的能力——让“约”有实效

学校年轻教师多，在家庭教育指导方面还是欠缺经验的，特别是碰到一些难缠的家长更是心有恐慌。为帮助他们坦然面对“你我有约”这个平台，学校多措并举，提升老师们的家庭教育指导能力：

1.开展校本专项研修

学校借助“四叶草”名班主任工作室平台，开展了“教师家庭教育指导能力提升”校本专项研修，从理论学习到策略探讨，扎扎实实地开展活动，让教师习得与家长有效沟通的策略和技巧，对家长进行有效地家庭教育指导，使家长的教育观念、教育行动与学校教育遥相辉映，形成良好的育人合力。

2.培养校本家教骨干

学校选取了部分骨干教师作为家庭教育指导师进行专业培养，鼓励他们参加更高层次的“家庭教育指导师”培训班及“家庭教育指导师”的考级考证，提升家庭教育指导水平，并聘请这部分骨干教师在年级组担任家庭教育指导师，为年级组其他老师遇到的一些问题进行把脉问诊，出谋划策。目前已有多位教师取

得家庭教育指导师资格证和心理健康指导证，给予家长更专业指导。

3.开发校本家教微课

根据学生实际，学校每周开发并录制一期家教微课。用这样的形式让老师们学以致用，知行合一，提升本领。虽是微课，但在开发录制的过程中，老师们一次次地修改自己的教学设计与PPT，一次次地讨论如何讲解家长会有兴趣听，听得进，听得牢，家庭教育指导的水平和能力也就一次次地提升。

五、智构“约”的激励——让“约”有动力

激发教师或家长约谈的动力离不开积极有效的评价。为此，学校分别制定了老师、家长“你我有约”的评价标准及相应的激励方法，以“三把尺”、“五个最”来激发教师、家长的参与热情，加速他们共成长，提高实效性。

“你我有约”实施一年后的家长问卷调查显示：家长育儿焦虑缓解，许多困惑得到有效解决，育儿能力得到提升，建立了合理的育子期待，增强了“知行合一”的信心和决心。家长们从内心深处与学校达成共识：与一时学业表现相比，孩子的健康、阳光、责任感、内心温暖才更重要，不仅要使孩子学业进步，更要让孩子心中有爱、眼里有光。“你我有约”让家校之间在求同中存异，在兼容中并蓄，重塑了“双减”家校合作新生态，有效促进了学校内涵发展。

唤醒“共育社群”，践行“双减政策”

常州市花园小学 张晓萍

随着“双减”政策的落地，对于家庭来说，带来三个重要变化，即“教育重新回归家庭”“闲暇时间回归家庭”“美好生活回归家庭”，为此我校大力倡导和推行家校协同“共育社群”的建设。以学校市级品格提升项目《共育社群助力毅美少年成长行动》为抓手，走出一条依靠家校社共育促“双减”落地的“花小路径”。

一、案例背景

1. 顺应时代教育新发展的需要

2021年《中华人民共和国家庭教育促进法》的颁布，自2022年1月1日起施行，为此，学校把国家要求积极渗透到“双减”工作中，并借助共育社群的育人载体和平台提升家庭教育水平，做到务实担当。

2. 提升家庭教育新水平的需要

经过前期调查，我校家长自由职业和公职人员占比59%，文化水平大专以上有60%，对培养全面发展的孩子需求超过了80%，对学校最集中的建议是开辟多样家校沟通方式，可见家长们对家长社群这类新型模式有需求、有能力、有时间。此外，我校新市民、二胎、三胎、隔代教育家庭比例分别为67%、38%、7%和88%，多胎儿童家庭教育和隔代教育普遍存在下的学生健康成长也引发了学校新的思考，家长们对提升家庭教育水平也产生了新的需求。

二、解决问题的特色做法与经验

（一）确立“共育社群”行动目标，推动“双减”靶向发力

1.坚持党建引领。“双减”是学校与家庭育人格局的大调整，目的就是“让学习回归校园”。学校紧紧围绕“抓党建强班子、抓党建育优师、抓党建提质量、抓党建树品牌”的核心任务，将党建工作与队伍建设、德育建设、教育教学改革、落实“双减”政策等紧密结合。开展“党建+教学”活动，将党建工作与课后服务相结合，党员全部参与到课后服务的各个时段；开展“党建+义工”活动，党员义工活动一直是花园小学党支部的品牌项目，把党员志愿活动从课内延伸到课外；开展“党建+爱心”桦桦媛媛关爱行动，建立分类关爱名册，每位党员结对1名学生，支委委员结对2名学生，聚焦“身心健康、进步成长”目标，结对党员与学生、家长间建立常态化联系，每位党员做好思想上的引导、学业上的辅导、心理上的疏导，发挥支部、党员的引领作用，助力“双减”工作向高层次、高质量、高水平稳步推进。

2.坚持标准先行。将“双减”内容纳入家长行为建议清单。围绕孩子的“行为习惯”“身心健康”“学习品质”“学习动机”的培养，以及“亲子沟通”“家校协同”的做法等，制定家长行为建议清单，让家长有据可依。改版乐学积分币，增添毅美元素，增加“家校共育”乐学币，出台家校共育评价标准，鼓励家长和学生主动参与学校工作管理和活动组织中。让“唤醒家庭、唤醒父母比唤醒孩子更重要”的理念深入人心，为家长参与支持“双减”营造氛围。

3.坚持榜样示范。聚焦家庭教育中父亲角色的缺位，开展爸

爸成长营、父母学堂、亲子共读等活动，进行系统、有序地家庭教育专题培训。深入实施“新父母成长行动计划”，开辟“家书传情，笔尖传爱”专栏，定期举行“家长讲堂”活动，邀请家长走进课堂，开启别样课堂，开展“新家风评比”等活动，引导家长积极践行“爱要大声音说出来”“放下手机，给孩子高质量陪伴”等习惯，真正将“双减”理念落实到家长的具体行动中。

（二）践行“共育社群”行动路径，推动“双减”精准用力

“双减”落地落实，需要家庭和学校的“双向奔赴”。通过项目实践，我们聚焦主要任务，以“活动育人”为抓手，强化亲子互动，强化减负提质，形成了一条“目标清晰、思路明确、策略多元、联动有效”的五大行动路径，培养“有恒心、有信心、有决心”“乐学美、健康美、尚善美”的花小毅美少年，推动“双减”精准用力。

1.“健康动起来”共育社群行动，让毅美品格始于足下

学校借力校园体育节，借助家长力量，借用社区篮球馆、公园锻炼区等运动设施积极组织学生开展“健康动起来”主题活动，利用放学后、周末和节假日等时间，积极引导老师、学生和家长组成共育社群进行健康运动，让学生在获得健康美的同时，收获坚持不懈的毅美品格。

2.“绿马甲的问候”共育社群行动，让毅美品格在志愿服务中滋生

绿马甲是花小志愿者的代名词，学校将把热爱参加公益活动的家长、学生和相关社区人员组成共育社群，由学校德育处牵头，利用班队活动、晨会课等阵地，与期初课程、成长仪式、社会实

践活动和寒暑假生活等有机整合，积极开展“绿马甲的问候”社群志愿生活，让毅美品格在志愿服务滋生。

3.“美好食光”共育社群行动，让毅美品格流于指间

“美好‘食’光”的校园生活主要以每周一次的校园美食课程为主，在学校家政中心进行以四季为主题的菜品制作；校外以亲子课程的方式，在共育社群的推进下以烹饪制作、美食品尝、晒图分享等方式，激发学生用实践创造美、用坚持促成长的美好品格。

4.“劳动最光荣”共育社群行动，让毅美品格在挥杆中流淌

大队部利用毅美小景中的“一亩创美田”，积极引导学生以班级为单位建立共育社群设施田园耕种。学生处结合综合实践课程，组织学生到佳农劳动实践基地、邹区桥东村开展农耕种植等体验，做到劳动人人参与。此外，共育社群积极参与社区劳动，让学生感悟劳动是创造美的源泉。

三、问题解决的成效与社会影响

在两年的实践中，我们共同努力，梳理提炼形成了“三大类文本成果”，涌现出一批可复制、可推广的指导课程和优秀案例。

1.“实操式”家庭教育指导课程。一~六年级六个阶段形成不同年段的家庭教育系列课程清单，我们分学段制作了6个家庭教育实操视频，涉及一年级入学、十岁成长衔接期、学生行为习惯、学习方法、六年级青春期等方面的内容；从“做好准备”“学习指导”“问题解决”“家教方法”“身心发展”等五个方面制作微信号，每月推出一期，不断提升家庭教育理念和方法。

2.“图文类”社区资源地图手册。按照“共育共建、共享共生”

的要求，制定“图文类”社区资源地图手册。新时代的家长更应该懂教育、会教育，要成为学校教育的协同伙伴。我们将现有区域资源地图深入推进，对三类（社会资源、教育资源、人文资源）资源进行梳理链接，引导家庭教育走进社区、走进公园、走进运动场、走进图书馆，让资源更大化地发挥服务家庭的价值和作用。

3.“故事集”年段育人案例。我们将落实“双减”政策的家庭教育心得故事、学校优秀做法、与家庭教育有关的社区服务案例等，进行整理汇编，形成各学段家庭教育案例，供家长、教师学习、参考、运用，丰富家长科学育儿的家教知识。

落实好“双减”政策，需要家校合作共同发力，学校开展《共育社群助力毅美少年成长行动》项目研究，是花小整体提升学生品格的系统性探索，是“双减”背景下学校对家校社协同教育研究在传承中创新的落地式举措。“双减”不减责任，不减质量，不减成长。变局中开新局，家校协同“共育社群”助力花小毅美少年成长行动，新征程，新目标，花园小学一直行走在路上……

“3+3”课程模式解锁体育课后服务新路径

常州市武进区湖塘桥实验小学 韩 佳

湖塘桥实验小学依托学校省前瞻性项“1+1+X”体育课程体系，以学生素质养成为中心，通过特色课程在课内教学及课后服务过程中的多点多面实施，有效补充和延伸，整体安排，统筹推进，实现自然贯通。构建“双减”背景下课后服务体育课程新体系。

一、聚焦学生成长需求，创新课程模式

学校深挖传统体育项目和地方特色，对原有的体育课程进行融合与统整，依据省前瞻性项目将体育课后服务衍生为“室内+室外，必修+选修，走班+轮课”模式（简称“3+3”模式）。实行每天保证三个年级开展体育课后服务活动，每天两个年级开展个性化体育课后服务。即一个年级一周两天开展必修体育课程，三天开展选修体育课程。满足不同年龄段学生的运动需求。

二、聚焦提升学生素养，做优课程实施

（一）室内+室外：上好每一节课

根据天气情况、传染病病毒感染程度等确定体育课后服务是在室外还是室内进行。室内重体能学习，室外重实践操练，实现“看天”运动向系统训练转变。自编湖塘实小室内律动操两套：活力恰恰和素质操，由课后服务老师播放视频。体能训练：一二年级：举重（举书包）、腹背拉伸等。三四年级：抱头蹲深练习，腹背拉伸等。五六年级：高肢俯卧撑，抱头蹲深练习等。每个年

级可自主开发活动内容。

（二）必修+选修：丰厚实施样态

学校在广泛调研学生、教师、家长意见的基础上，将体育与健康课程、体育社团、特长训练有机衔接，形成了“一普及二兴趣三特长”层次性选材体系，让全员运动、兴趣爱好和专业发展有机结合，构建多层次、多维度的体育课后服务系统。

1.必修：深度融合，让学生嗨起来

所谓的融合，一是把学校课程和学校的主题活动相融合，学校承担了省市两次体质健康抽测，学校每年也会开展篮球嘉联华活动。为促进活动有成效，体育组把课后服务活动和体质健康相融合。于是有教师指导学生跳绳，并让家长配合每天在家来练习跳绳打卡。十月份学校举行班级篮球联赛，班级充分利用课后服务时间加强训练。在老师的指导下，学生把课后服务课堂变成了训练场和虚拟赛场，学生你追我赶，活动氛围高涨。

课后服务的任课教师来自不同的学科，所以在内容设置上开展了适合各年龄段的传统和现代的简单且易操作的必修体育运动项目，有跳皮筋、篮球运球、跳长绳、花样跳绳以及传统体育游戏，要求同一班级的学生在同一时间段进行同样的必修体育活动，每个年级每周两课时，共计90分钟的活动时间。体育教师利用课堂教会学生运动技能，并拍成视频供所有任课教师学习，能让学生“跟着视频学”，能让教师“跟着视频教”，有效服务教与学。分时间段开展课后服务，可以解决场地、器材不够用的问题，

例如一二年级年级分为不同的两天出来参加必修课程，那一二年级的必修课程的场地就可以共用。

学校定期开展体育活动练习成果汇报，让学生在成功中获得幸福感。学生在通过两个月的体育技能学习后，在最后一周举行体育课后服务课程成果竞技展示活动。如举行“跳皮筋”集体展示；“篮球嘉联华、集体跳长绳”全员运动会；让学生在体育锻炼中放飞自我，阳光健康成长。

2.选修：自由选择，玩转花样体育

针对小学低、中、高年级的不同学段和不同水平基础的学生，除必修两次外，每周保证两次开设分年级分时间段的选修体育课程。在同一年级同一课时段，分别设计不同的班型和相应的教育教学内容，由浅入深、循序渐进，既要满足部分学生“零起点入门”需求，又要满足部分学生提高拓展需求。同时开设了篮球、排球、足球、田径、武术、轮滑、滑板、街舞等 20 个选修项目，部分项目如篮球、排球、足球和羽毛球等设置基础班和提高班。每年举行一次校园达人秀，展示学生个性发展和特长。着力培养学生体育兴趣和运动技能，帮助学生养成锻炼习惯，提升体育运动能力。

（三）“走班+轮课”：构建体育课后服务协作共同体

学校利用在校教师一技之长，并公开竞聘有资质的退休教师、教练员、社会指导员以及家长志愿者到校授课，弥补体育教师师资不足问题。负责体育课后服务的教师每周轮流到不同班级

开展自己擅长的体育课后服务，学生不再混合编班（除选修外），安全压力减小，学生从“所学有限”到“博采众家所长”。

三、课后服务，成果显著

面对“双减”，湖塘桥实验小学打出了一套健康“组合拳”。“3+3”课程模式，为学校“健康身”注入了新的活力。立足课后延时服务教学开展要求，保证体育课后延时服务教学的时效性。以教学目标精确化、教学内容规范化、教学实施多样化和教学评价多元化为教学支撑点，旨在提高体育课后延时服务教学质量，让学生学有所获并学以致用。从校内看护到拓展学生身体素质，从校内减负到教育提质增效，湖塘实小在课后服务工作中深挖细研，不断用多元化、多样化、个性化的课程和活动设计彰显课后服务特色，努力做到“减量不减质，减压不减梦”。

场馆非正式学习：课后服务高质量实施的另向度

常州市武进清英外国语学校 陈国强

清英从2020年开始实施课后服务，以学校场馆建设为立足点，积极探索“双减”背景下学校场馆非正式学习范式，通过跨龄组合班级、交叉任务项目、展示促进发展等实施路径，突破传统课堂教学形态，打破课堂内外学科边界，拓宽学生优质发展空间，从“数据支持评价”“朋辈合伙制度”“展示分享制度”等方面综合评价学生非正式学习效能，将学校场馆与课后服务融合，链接正式学习与非正式学习，形成课后高质量服务体系。

一、场馆非正式学习实施要素

一是“人在场”：场馆里要有学生的活动，场馆才有存在的价值，方能彰显育人功能；学生在校馆里实践，非正式学习才真实发生。

二是“场有物”：物是学习的资源，是体验、实践的媒介。有了物，学习探索才有发现的凭借，学习才更有趣味。

三是“情融境”：资源融入学习场境，使得学习有情境、活动有意境，实现愉快学习、深度学习。学校场馆中“人”与“物”相互联系，互为支撑，是非正式学习发生的基石。

二、场馆非正式学习空间重构

学校场馆要成为学生课程学习的场所，就必须科学规划学校场馆的内部空间，把学习资源与实践探究融为一体，方便开展非

正式学习活动。

1.打造时时可学的生活岛。十二生肖园、百家姓大道、汉字博物馆、稻草人主题园、移动图书馆、阅读小巴士等等，每时每刻“让学习悄然发生”。

2.建立处处能学的课程场。童话博物馆、生命研究室、STEM学习中心、金融创客园、阿福童之家等课程基地，让正式学习与非正式学习真正勾连。

3.形成人人在学的交流圈。多元智能为主的阿福童之家，万物启蒙为核的花果山基地，中华文化为根的国学馆……让体验成为非正式学习的重要方式。

4.营造技术助学的研究园。智慧互动黑板、电子班牌系统、魔法棒即时评价、cctalk直播平台、3D全息投影等为“无边界”泛在学习与“定制性”课后服务提供更多可能。

三、场馆非正式学习实施流程

学校实体场馆环境与数字化场馆环境以参观者为中心，实体场馆下以跨龄组合班级为实施对象，数字场馆环境以交叉项目任务为实施载体，以展示促进发展为实施手段，既发挥实体场馆下真实的感知觉学习的优势，又能发挥数字化场馆中资源丰富、便于交互分享的优势特征，从而支持非正式学习的发生，以保障课后服务的质量。

1.跨龄组合班级

课后服务要满足学生个性发展需求，场馆非正式学习要科学

组班，我们采取了“跨龄组合、混合编班”的形式，让“大学生”带“小学生”，实现互帮互学。在开学初把计划开设的课后服务场馆以海报形式发布在校园里，学生到课程活动地点去体验感受课程，然后在家长指导下选择自己喜欢的课后服务场馆。这种通过“课程招募”方式组织起来的课后服务班级往往会有几个年级学生，这就形成了“跨龄组合”。

2.交叉项目任务

课后服务在政策设计上包含双重目标，一是促进学生的健康成长，二是解决家长接送学生困难、辅导作业困难等问题，提高教育服务能力。在这样目标下，我们采取作业与项目任务相结合形式，让学生在场馆“学”与“玩”间协调进行，学生到课后场馆进行非正式学习活动严格执行“两定”：定内容，开展交叉项目任务风暴；定时间，每次活动不少于 50 分钟。

3.展示促进发展

在进行场馆非正式学习过程中，学校积极搭建各类展示平台，学生带着任务和问题去观摩、讨论，以任务为导向将自己发现和思考形成作品、方案，进行团队交流展示，呈现实践成果，让学生看到自己的成绩。

四、场馆非正式学习评价制度

1.数据支持制度：通过全网覆盖、全程跟踪、全面辐射，依托清英数据“画像”，对于学生场馆非正式学习兴趣发展进行全程性评测分析，并且给出指导方向，提供发展依据。

2.朋辈合伙制度：鼓励抱团行动，打开场馆非正式学习的合作样态，在群体的分工、合作、互助中，达成共生共长、相互促进、彼此发展。同时，不断地学会倾听、串联和反刍，促进学习的二次生长。

3.展示分享制度：在学习和研究取得一些突破、一定进展和一些成果后，以一种相对自然的方式、程序、意识，组织学生对学习收获、学习成果进行汇报、展示和分享。

五、场馆非正式学习实施成效

1.效能比析

作为学校教育的延伸，基于课后服务的小学场馆非正式学习活动培养了学生的实践能力和创新能力。清英学子也在各类竞赛舞台中频频精彩亮相，其中三（1）班姜依农同学多肉植物养殖获国家级发明专利，六 PYP 孟子芊同学获世界模拟联合国最佳风采展示奖等。

2.社会影响

在课后延时服务中，清英利用各场馆开展不一样的延时服务课，涵盖劳动、科技、艺术等内容，激发了学生的学习热情和探究欲望，获得了家长等社会人士的高度好评。

“小劳模”服务课程创意开发和实施

常州市新北区薛家实验小学 沈彩虹

一、案例背景

“双减”和新课标的本质内核是改变学生学习生活的样态。我们试图通过“小劳模”服务课程的创意开发与实践，撬动学生课程和教学方式的变革，着力破解小学劳动教育实践和学生成长过程中的三大问题：

第一，劳动服务课程缺乏整体规划的问题。

第二，学生参与公共生活机会受限的问题。

第三，教师开发课程与教学改革能力失衡的问题。

因此，我校从“服务学习”视角整体开发儿童服务性劳动、社会服务课程并探索实践，培育勤俭、奋斗、创新、奉献的劳动精神，培育爱劳动、勇担当、乐奉献、善创造的新时代少年儿童。

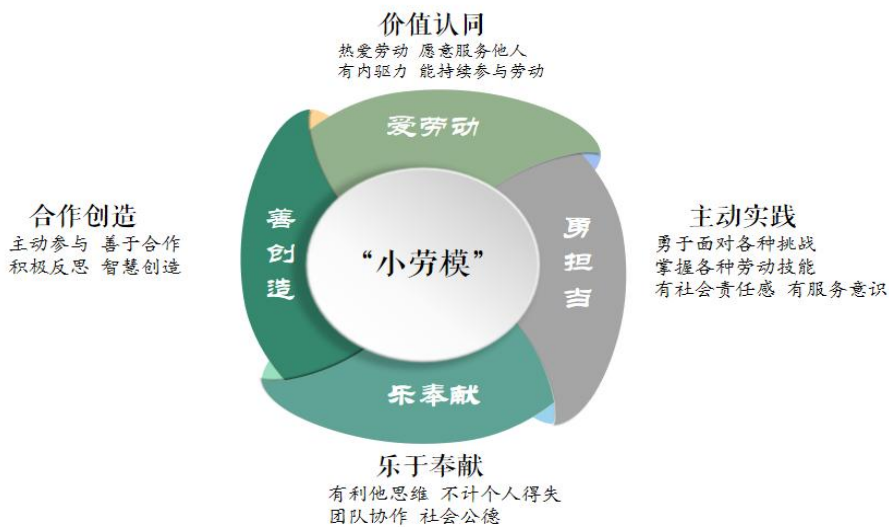


图 1：“小劳模”核心内涵解读

二、解决问题的特色做法与经验

我们立足“家园、校园、田园、职园、创园”，整合校内外课程资源，探索并建成可体验、可实践、可探究的空间场域。构建面向全体学生，跨界融合、主题整合、多维体验的“小劳模”服务课程体系，探索出学校劳动教育的多元化基本实施路径和策略，建立实践模型，提炼教学范式，为教师教学提供清晰可操作性的实操路径。

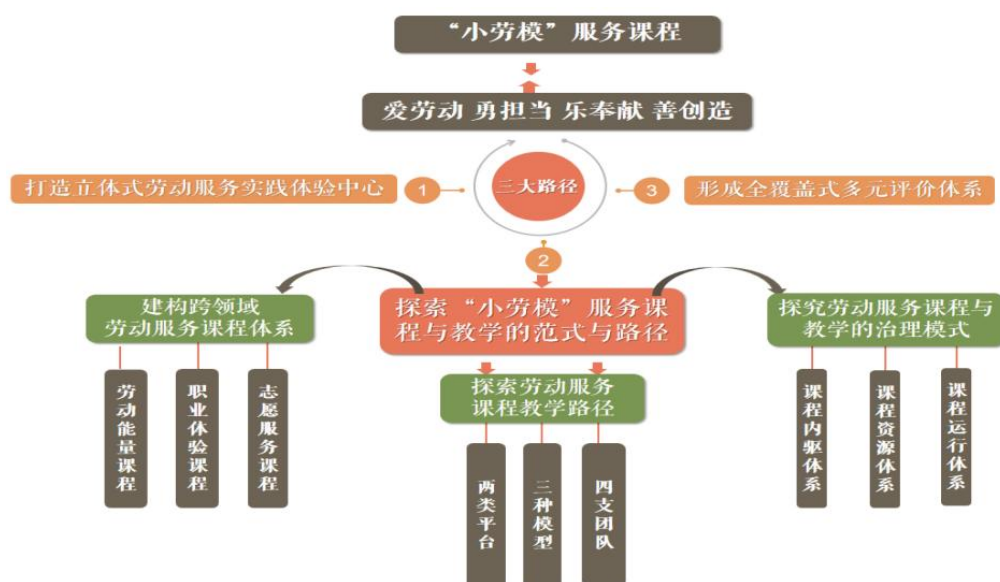


图 2：“小劳模”服务课程的实践图谱

1. 打造立体式劳动服务实践体验中心

(1) 校内实践基地

校内实践基地是指校园内的生活园、探究园、创造园。培养学生“我为人人，人人为我”的劳动服务意识。

(2) 校外实践基地

我校全面开发学校周边的劳动资源，为学生建构以家校社一

体的“劳动寻宝基地”，让学生走出校门打开视域，独立地发现问题，并学会在合作探究中解决问题，树立社会责任感，培养新时代小劳模的服务精神，创造更大的社会价值。

2.建构跨领域“小劳模”服务课程体系

“小劳模”服务课程主要依托劳动教育、综合实践活动、课后服务活动等平台从以下三方面展开：以劳动实践活动为主的“劳动能量课程”；以职业体验为主的“职业体验课程”；以小志愿活动为主的“志愿服务课程”。

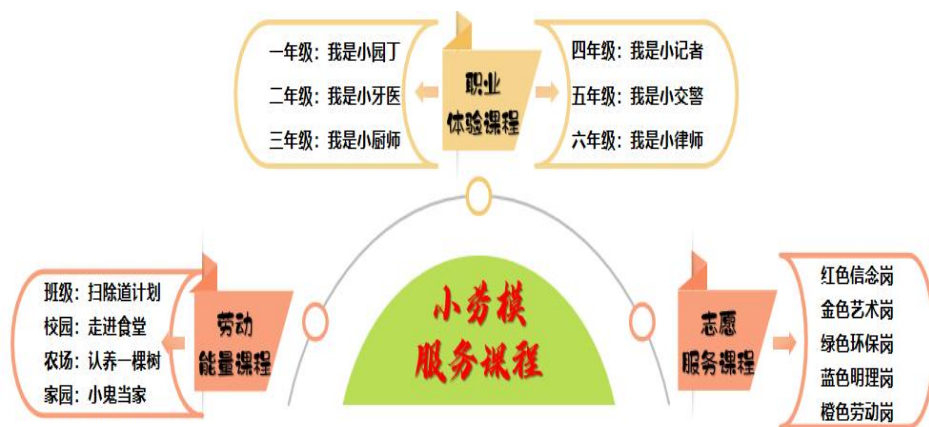


图 3：“小劳模服务课程”整体架构图谱

(1) 劳动能量课程

通过开展“小鬼当家”“认养果树”“走进食堂”“扫除计划”系列活动，树立学生正确的劳动观念，感知劳动乐趣，养成良好的劳动习惯，掌握一项劳动技能，并在具体的活动中着重提升学生“主动参与”、“勇于担当”的品格特质。



图 4：“劳动能量课程”图谱

(2) 职业体验课程

主要分年段依托学校的“社团活动”以及“课后服务”开展“善真职业体验系列活动”，让学生在每一项职业体验中逐步做到“爱岗敬业、精益求精、专注笃定”，着重提升学生“善于合作”与“坚毅奋进”“服务他人”的综合素养。

(3) 志愿服务课程

结合校内外资源建设活动阵地，通过一系列情感化、体验化的浸润式实践体验活动，在潜移默化中熏陶志愿服务精神，从而培养人生观、世界观、价值观，使社会责任感在每一个学生心中生根发芽。

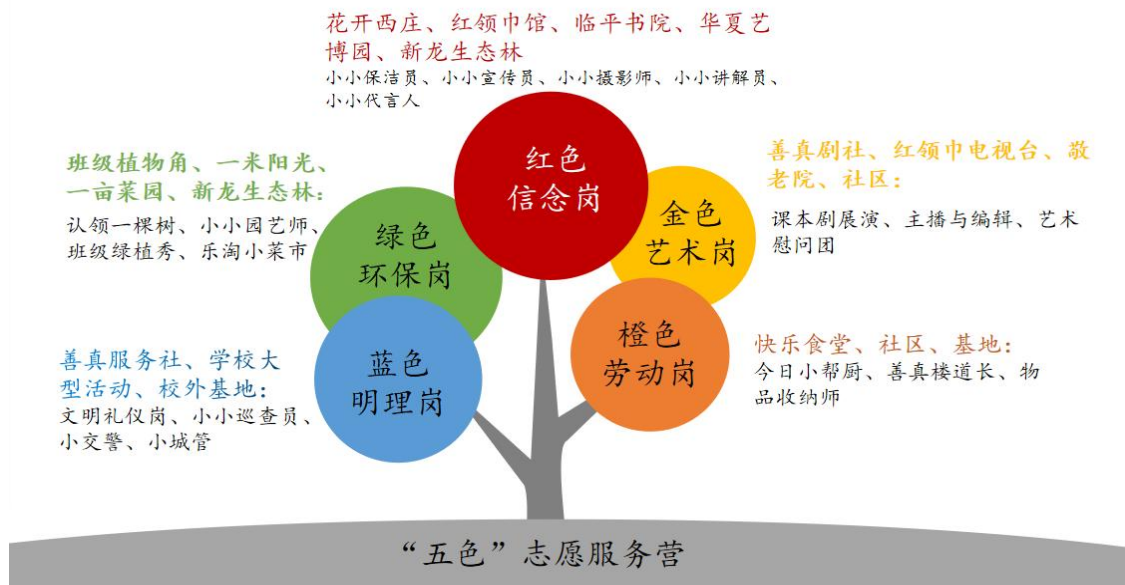


图 5: “五色”志愿服务课程图谱

学校统整各类资源，充分利用校内外劳动实践基地等资源，衔接国家课程，整体架构“小劳模”服务课程：

	课程主题	一年级	二年级	三年级	四年级	五年级	六年级
劳动能量课程	小鬼当家	穿衣系鞋	叠被折衣	自己洗澡	自己洗衣	使用电器	服饰搭配
	扫除计划	捡绿化带垃圾	清除桌椅污渍	班级垃圾分类	美化校园过道	清除楼道小广告	美化社区旧墙面
	走进食堂	择菜小员工	菜品试吃员	卫生检查员	餐盘清洁员	分餐服务员	用餐评价员
	认养果树	认识果树，制作名片			认养果树，四季养护		
志愿服务课程	红色信念	花开西庄	红领巾馆	临平书院	华夏艺博园	新龙生态园	叶家稻场
		小小宣传员	小小讲解员	小小代言人	小小保洁员	小小摄影师	小小农夫
	金色艺术	走进敬老院	走进社区	善真剧社	红领巾电视台	红领巾电视台	红领巾电视台
		艺术慰问团	才艺展示团	课本剧表演	我们策划	我们主播	我们编辑
	橙色劳动	校内食堂小帮厨	校园安全小卫士	班级物品收纳师	班级植物营养师	校园善真楼道长	社区楼道清洁师
	善真服务社	善真服务社	善真服务社	善真服务社	善真服务社	善真服务社	
蓝色明理	我是小城管	我是快递员	我是设计师	我是小行长	我是超市 CEO	我是拍卖师	
绿色环保	班级绿植秀	农场园艺师	认领一棵树	落叶再利用	给树包棉袄	乐淘小菜市	
职业体验课程	职业体验	小园丁	小牙医	小厨师	小记者	小交警	小律师

图 6: “小劳模”服务课程年段规划

3.落实“小劳模”服务课程的实施路径

(1) 两类平台托举劳动服务课程全向铺开

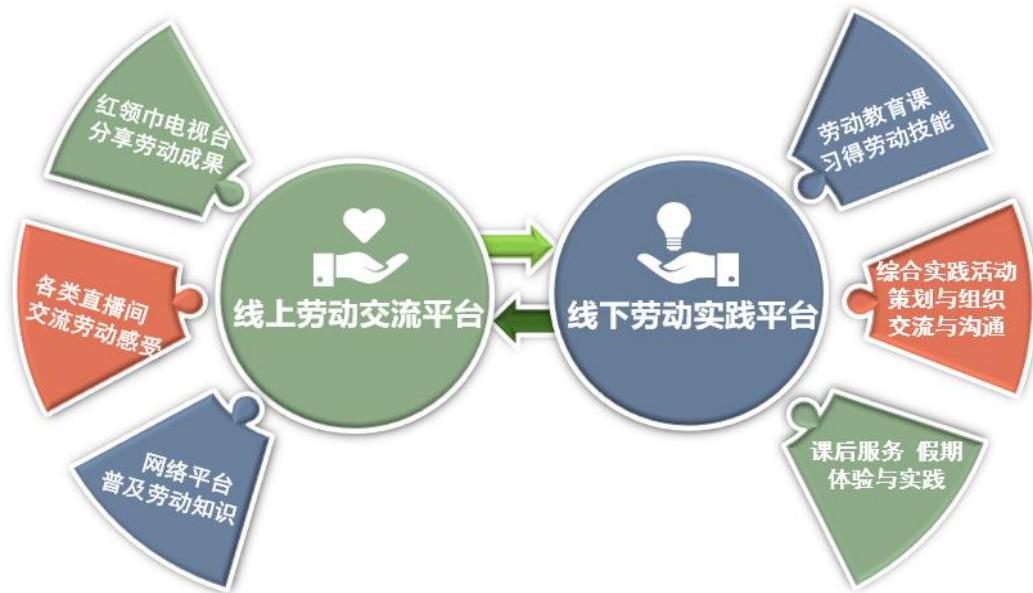


图 7：两类劳动教育平台

(2) 三种模型探索劳动服务课程教学的真实落地

“小劳模”服务课程采用三种模型促进服务性劳动教育有机效应最大化。一是**多学科渗透服务性劳动教育模型**：服务性劳动教育将其理念和活动环节渗透在各门学科的教学之中，每个学科都为劳动教育分担育人责任，运用学科力量使服务性劳动教育的常态化实施目标得以实现。二是**项目式服务性劳动教育模型**，以生活中的真实问题或热点话题作为服务性劳动的项目主题，引导学生学习服务知识和服务技能，充分调用多学科、多角度、多层面综合分析并解决这一问题，并完成该服务项目的体验与研究。三是**联结综合实践活动开展服务性劳动教育模型**：综合实践活动中社会服务的活动方式与服务性劳动教育在活动目标、活动内

容、活动要素等方面有着高度的契合。具体实践中，需求调查是服务活动的前提；制订计划是服务活动的关键；学习技能是服务活动的基础；参与劳动是服务活动的重点；反思经历是服务活动的提升；分享经验是服务活动的传递。



图 8：项目式服务性劳动教育模型

(3) 四支队伍携手聚力助推劳动服务课程的有效展开

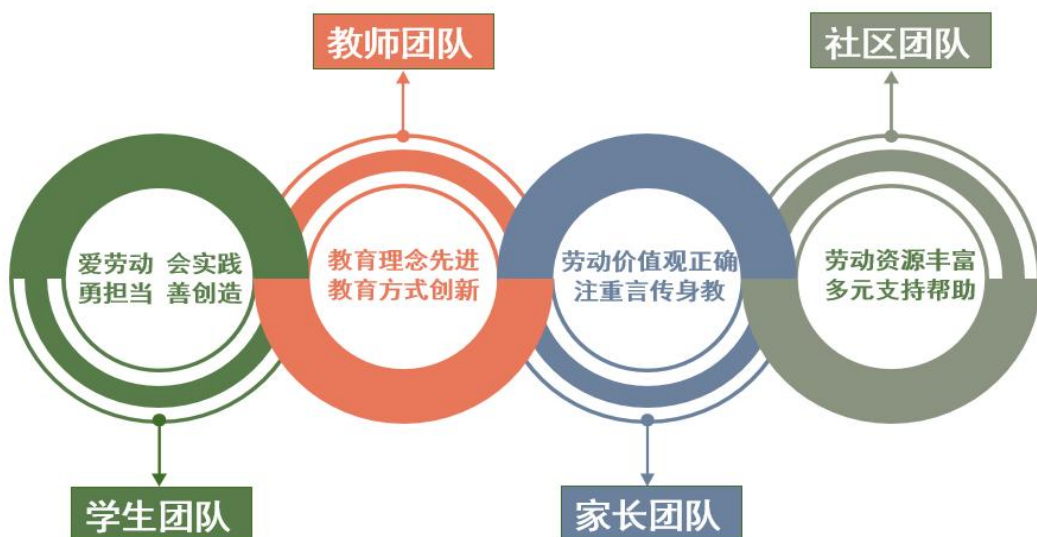


图 9：四支队伍助推服务课程

4.形成“全覆盖式”多元评价体系

“小劳模”服务课程创意开发和实践的过程中，将多角度全方位进行全覆盖式评价，注重家校社全主体协同，通过对评价内容、评价方式的探索，构建序列性、多元化的评价体系，促进学生综合素养的提升。

三、问题解决的成效与社会影响

1.劳动服务课程在课程融合中实现教育价值最大化。劳动服务课程以劳动教育、综合实践、道德与法治等课程为重要抓手，注重课程的整合性，引导学生参与到有价值、有挑战、有合作、有反思的实践活动中，提升学生综合素养。

2.劳动创造价值，服务双向受益。通过体验场景的建构、课程教学的整体设计、评价体系的建设等研究与实践，让儿童在一系列沉浸式的体验中逐步学会自律、担当、利他、共创，实现自我完善和服务他人。

“社”彩纷呈促“双减”，魅力社团促成长

常州市博爱小学 王丽娟

常州市博爱小学在学生社团方面的实践探索可以追溯到上世纪 90 年代，近年来，学校逐步形成“231”学生社团实践模式（如图 1），“2”是指开设正式和非正式两类学生社团；“3”是指正式学生社团以三种方式运行，即学校精品社团、年级普及社团和课后延时服务社团；“1”是指形成一套社团管理保障机制，确保社团开展质量。让每一个学生都能够通过社团活动，获得积极成长的心态，拥有幸福的能力。

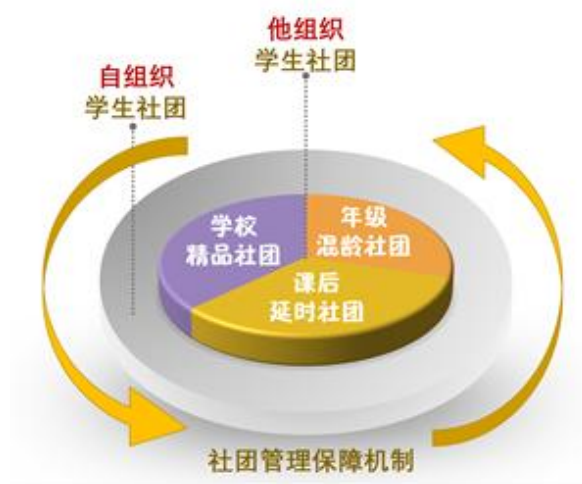


图 1：“231”学生社团实践模式

一、参与学生全覆盖

学校将学生社团分为正式学生社团和非正式学生社团两种形态。正式学生社团设置“基础培趣”“进阶培优”两级难度（如图 2），满足不同年龄学生、不同学情学生的实际需求。

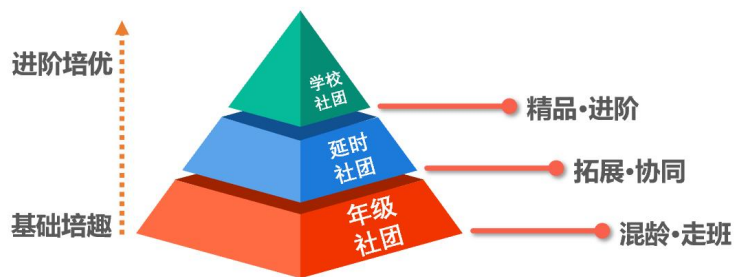


图 2：正式学生社团

1. 年级社团—混龄、走班

年级社团在走班选课的基础上，充分利用校内外社区资源，积极尝试打破年级界限的混龄社团活动，让学生选择更加多样。同时在课程的实施过程中采用“必修”和“选修”两种方式，既满足学生共性发展需求，又促进学生多元化、个性化发展。

2. 延时社团—拓展、协同

学校在原有的特色社团基础上，通过前期对学生和家长的调查，有针对性的选择相应领域的专家团队进驻校园，在得到更专业指导的同时，从全校全年段进行梯队建设，为原有社团增效提质。

3. 学校社团——精品、序列

在“双减”的背景下，为进一步增强教育服务能力，让“双减”政策落地实效，学校依托各级学生社团完善各个领域学生拔尖人才梯队建设培养机制。刚刚我们已经说到学校根据不同学科、不同学段、不同层次、不同兴趣的学生设立各个领域的社团，分为基础班和进阶班，以此来构建拔尖人才梯队库体系，学校社团就属于其中的进阶版。学校社团的学生选拔来自以下两条途径：一

是来自相对应的各级各类比赛的优胜者；二是来自年级社团和延时社团中表现优异的学生。同时学校社团也承担着原“校队”的功能，注重实战、立足竞赛、以赛促训，合理安排社团内容，逐步形成拔尖后备人才培养的校本课程。

比如：我们在年级社团、延时社团、学校社团三个层面设立了多个科创社团，他们之间互为基础、相互关联，这些科创社团在外聘高层次人才和本校教师合作下共同开发社团课程（如图 3），以此来形成学生成长进阶发展序列，在自己擅长的领域中获取成功的体验。

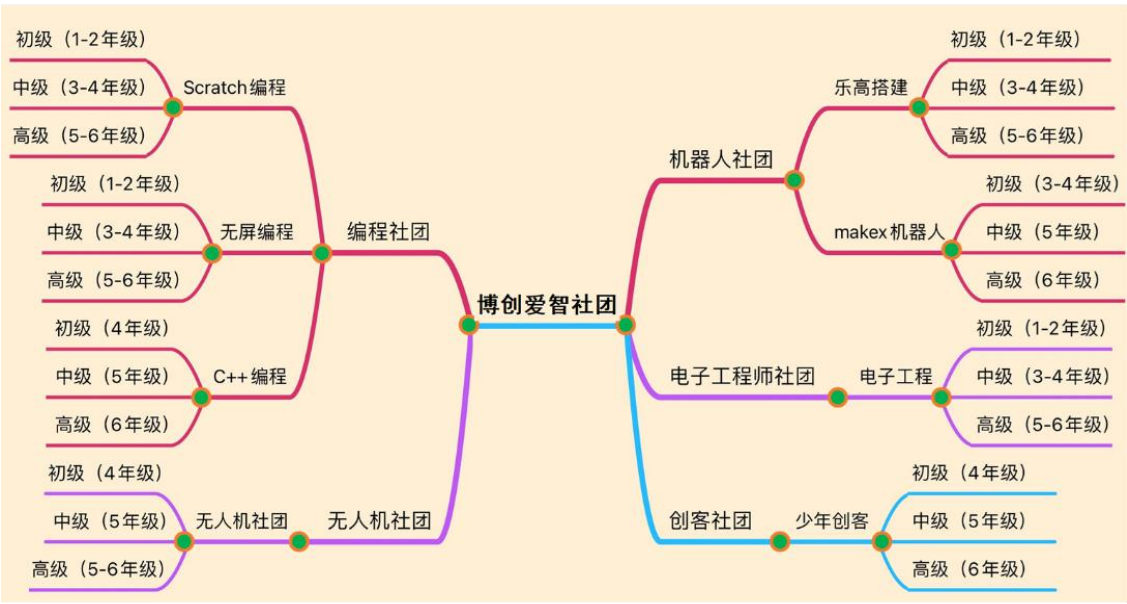


图 3：“博创爱智”社团

二、社团形式能创新

学校还积极探索创新学生社团形式，尝试开展自组织学生社团。



图 4：“自组织”学生社团活动地点

1. 自组织社团—自主、灵活

相较于正式学生社团，非正式学生社团更像自组织社团。开展社团活动的地点更灵活，人员更机动、学习内容选择更具主动性。学校的走廊、中庭、花园、街区场馆等公共空间都可以成为为学生非正式社团开展活动的场地，进一步打破班级界限，促进学生社会化交往。从上学期开始，学校尝试开展非正式学生社团活动——即午间丛游活动。每天中午，学生以年级为单位，在校内学习社区开展无指定地点、无规定主题、无固定伙伴的自体体验“丛游”活动。

2. 午间“丛游”活动—开放、灵动

在午间这个的特定场景内，让每一位学生按照自己的意愿开展活动。任何参与的学生可以扮演多种角色，并随着活动的开展

而发生变化。学生可以自我规划，在外界支持和协助下进行自我管理。这样的自组织社团活动，最大限度满足学生需求，提供能匹配个体能力及特性的个性化最优学习。以空间变革释放学生“自主时刻”的成长能量。同时更好的落实“双减”政策，不让午休成为群体学生的“作业”时间，不让午休变成薄弱学生的“留守”时间。

三、运行评价有保障

学校逐步确立“示范引导、因地制宜、稳步推进”的学生社团建设思路，建立健全社团管理制度、丰富社团资源、完善社团评价制度，三者形成闭环，根本上保障了社团活动正常运转和有序推进。

1.制度保障，规范社团活动

学校注重建章立制，规范社团活动，使社团工作常态化、有实效。明确“十个有”社团建设标准，即：有场所、有设施、有师资、有课表、有内容、有活动、有特色、有记录、有效果、有评价。通过完善的社团发展管理制度建设，保证社团活动和课程的有效开展。

2.资源保障，丰富社团内涵

学校还不断丰富校内外场馆，为学生社团活动构建全开放、可参与的学习活动场域。同时吸纳更多的文艺、体育、科技工作者，为学生社团活动提供支持服务，形成校内外协同育人的良好局面。

3.评价保障，提升社团质量

学校除了对各类社团开展每日巡查、定期抽查外，还非常注重对学生的评价和反馈机制，每学期末都会对各级学生社团进行问卷调查，通过满意度测评，评估考核等了解社团运行状态，复盘问题，及时进行调整，满足学生的需求和期望，提升社团质量。

多彩的社团特色活动，是学校深入贯彻“双减”精神，满足学生多元发展需求而走出的一条特色之路，在减轻学生课业负担，满足学生差异化教育需求，提升学生素养，解决家长接送难的问题上，积累了一定的经验。未来，我们将继续发挥社团引领作用，引导学生快乐成长、健康成才。

基于地方资源的“1+N”课后服务样态的实践探索

常州市溧阳市溧城中心小学 贺 婧 孙嘉璐

为了更好地落实“双减”政策，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，我校充分利用地方资源，充分调动教师积极性、创新性，发掘教师潜能、动能，在课后服务展真艺。通过“走出去”“请进来”两种路径，借助地方资源不断优化与完善课后服务样态。

一、“1”为着眼点——作业辅导提高学生知识学习质量

“1”指学校在课后服务的第一时段，以班级为单位安排辅导教师，以学生在教室内自主完成课后作业为主、教师现场指导为辅的方式进行。

（一）落实“双减”政策，严禁新课教学

学校要求全体教师严格落实“双减”政策及“五项管理”工作要求，严禁在作业辅导过程中教授新课内容，不得将课后服务变为集体教学。

（二）满足多样需求，分层设计作业

除了学科类巩固性作业，学校还鼓励教师结合学生的层次和学情，设计、布置实践类、趣味类、生活类、创新类、开放类和完成周期较长的作业，探索布置一些需要探究、合作、实践才能完成的作业。

二、“N”为着力点——借助地方资源提升学生综合素养

为更好地基于地方资源构建“1+N”课后服务样态，从学生出发我们起初先进行了调查访问，以下是调查结果：

通过问卷调查了解到，同学们对美食文化、自然风光、企业文化以及红色资源兴趣浓厚，所以学校从“吃——溧阳美食，看——溧阳风景，行——溧阳企业，悟——红色精神”四个层面开展相关活动。

（一）品味家乡美食，追溯舌尖之源

学校将家乡传统美食文化融入小学课后服务教学，以丰富孩子们的学习体验和培养他们的文化自信，开展了以“品味家乡美食，追溯舌尖之源”为主题的系列课后服务活动。

1.美食制作课程

在课后服务教学中，学校设置美食制作课程，让孩子们亲自动手制作家乡传统美食。通过学习食材的选择、烹饪技巧的掌握，孩子们不仅能够学到实用的生活技能，还能够感受到传统美食文化的独特魅力。

2.美食文化讲座

邀请当地的美食专家或者传统美食传承人来校园进行美食文化讲座，向孩子们介绍家乡传统美食的历史渊源、制作方法和与之相关的民俗故事。通过亲身听取专家的讲解，孩子们可以更加深入地了解家乡传统美食文化的内涵和魅力。

3.美食文化展览

在课后服务教学中，学校组织美食文化展览，让孩子们将自己制作的美食展示给其他同学和家长。通过这种方式，孩子们可以互相学习和交流，增强对传统美食文化的理解和认同。

（二）欣赏自然风光，探寻家乡魅力

1.家乡风光我宣讲

为了拓宽学生的视野，增强其对家乡自然风光的了解和欣赏能力，提高学生的审美素养，我校开展了系列课后服务活动——“欣赏家乡自然风光”。学生根据自己的生活经验进行愉快的交流宣讲。

2.家乡风光我去赏

我们通过“请进来”和“走出去”两种路径将溧阳的自然风景区和美丽乡村资源结合进课后服务的活动中。学生组成观光游览小队，每个月会进行一次课后服务家乡风光游览行，在活动的过程中学生亲近自然、感受风光、体验家乡之美，提升对家乡的认同感和自豪感。

3.家乡风光我来画

经过前一阶段对家乡“乡村风景线”的调查与介绍，我们尝试把这些受欢迎的场地串联起来，以方便同学们了解家乡，欣赏美景。我们邀请美术老师在课后服务时教授学生绘制美丽乡村景点串联图，让家乡的各个景点以及路线更加一目了然。本堂课主要

从了解美丽乡村、各景点分布的位置以及如何绘制美丽乡村景点串联图这三个环节展开。

（三）走进高新企业，体验科技奥秘

家乡企业文化是指在特定地域内形成的一种独特的企业文化。它融合了地方的历史、传统、价值观和社会习俗，代表了一个地区的独特特征和精神。

1.举办家乡企业文化主题活动

学校组织了各种主题活动，例如企业参观、文化体验、讲座和展览等，让学生亲身感受和了解家乡企业文化的魅力。

2.融入家乡企业文化相关教材

学校在课后服务教学中引入与家乡企业文化相关的教材，例如相关的故事、诗歌和歌曲等，让学生通过阅读和学唱等方式感受家乡企业文化的魅力。

3.制定家乡企业文化课程计划

学校制定了与家乡企业文化相关的课程计划，例如开展手工制作、艺术创作和表演等活动，让学生通过实践和创作来感受和传承家乡企业文化。

（四）依托红色资源，弘扬爱国精神

我校课后服务将从革命历史遗迹、革命纪念馆、革命传统教育、红色旅游资源、红色研学资源等方面介绍课后服务红色资源。学校依托地方资源，甄选具有代表性的红色资源，进行如下的活动：

低年级：专题活动（红色作品绘画赛）；社团活动（红歌会）；实地参观（溧阳市博物馆）

中年级：专题活动（红色影视作品欣赏）；社团活动（红色运动会）；实地参观（高静园）

高年级：专题活动（“水西村的故事”主题演讲）；社团活动（溧阳红色故事阅读活动）；实地参观（新四军江南指挥部纪念馆）

三、深化课后服务内涵，托举“双减”美好明天

将地方性资源融入课后服务中，丰富了课后服务的内容和形式，使其更贴近学生的生活和实际需求；激发了学生的学习积极性；促进了学生综合素质的提高。

“三维”互融：指向教学评一致的小学语文命题基点

——以统编教材四年级下册命题为例

常州市新北区圩塘中心小学 王鉴尧

2023年5月，常州市教育局组织了小学阶段学业质量常规抽测工作。近日，常州市2023年小学阶段学业质量常规抽测情况分析与反馈活动在市教科院召开。“应试是教育的一部分。”结合我校参与市抽测的具体情况，我校语文教研组鼓励老师进一步加强作业设计研究，重视命题反馈机制，促进学生核心素养发展。由此，基于统编教材的小学语文命题以三个维度作为命题的基点：一是命题有尺度，要以《2022版语文课程标准》（以下简称《新课标》）相关要求和统编语文教科书语文要素为标尺，明确课标要求和教材螺旋上升的目标层级；二是命题有温度，以儿童立场关注儿童的生活和素养发展；三是命题有梯度，搭好学科融合之梯、思维路径及能力层级之梯，充分发挥测试的评价、导向功能，达到教学评一致。笔者以统编语文四年级下册命题为例，进行思考与实践。

一、依标扣本——命题有“尺度”

1. 研读课标明要求

19. 下列句子与其他三句表达方式不一样的是：
- A. 青铜可真傻，居然把自己脚上的芦花鞋也卖了。
 - B. 车胤可真勤奋，家里没有油灯就用萤火虫来照亮读书。
 - C. 鹅吃饭的时候，非有一个人侍候不可，真是架子十足！
 - D. 我家的花猫可真调皮，打翻了墨水，还在作业本上印了几朵梅花。

例题 1

以例题 1 为例，是考查学生是否掌握反语中“明贬实褒”这种表达方式。此题 A、C、D 选项中写人、写动物都运用了反语这一手法，唯有 B 选项是正面夸赞车胤的勤奋。此题考查的目的是引导学生在生活或习作中也能运用反语这样的表达方式，指向表达能力提升，符合课标建议。《新课标》在第二学段中要求：体会课文中关键词句表达情意的作用。例题 1 中选用的是四下课文中的关键语句。《新课标》在第三学段要求：能联系上下文和自己的积累，辨别词语的感情色彩，体会其表达效果。我们发现从“二”到“三”学段，是一个逐步提升的过程，设计这样的命题有学段的衔接必要，符合课标要求。

2.融合双线重育人



例题 2

以例题 2 为例，紧密融合时代热点，根植红色基因，渗透学科育人价值。题干诗词激励学生珍惜时间，奋发学习，在考查四下语文园地八“日积月累”关于勤学名言的积累与运用的同时，也注重正确的价值观引导。

二、关注儿童——命题有“温度”

1.贴近生活养习惯


21. 观察右边某本科普读物目录，完成下面题目：

(1) 目录出自哪本书？ () 3%

A. 《十万个为什么》
B. 《看看我们的地球》
C. 《灰尘的旅行》
D. 《人类起源的演化过程》

(2) 小左看到一则有意思的新闻：神舟十二号航天员在太空吃苹果。她不禁疑惑，为什么要吃新鲜的水果？制成冻干或者水果罐头不是更耐储运吗？她想知道其中原因应该看右侧图片这本书的第几章？ () 3%

A. 第一章 B. 第二章 C. 第三章 D. 第四章



例题 3

以例题 3 为例，此命题考查的是四下“快乐读书吧”中的推荐书目《十万个为什么》。命题时出示此书的目录，设置小伙伴小左生活中的经历，看到一则时下热点的新闻引发的思考，这样的设计贴近学生，拉近距离。设置的问题需要学生会看目录，指向课外阅读的习惯培养：当我们拿到一书的时候要先看目录，可以用猜测的方法，想想章节的内容。学生平时进行课外阅读时就是这样做的，检测时就可以运用自如，激发学生的积极性，增强答题的信心。

2.勾联已知搭支架

命题者在命制试题时既要有一定的干扰项也要为不同层度的学生设置支架。培养学生仔细审题，寻找答题支架，注重思维的过程化。例题 1 中，当学生读完题，能从题干中抓住关键信息：表达方式不同。再读选项，四个选项都用了“真”字来干扰，有一定的难度，然仔细读题后学生会从选项 C 确立思考的方向，因为选项 C 就是命题者为学 生搭的支架，它来自学生已学课文《白

鹅》中的原句，仔细审题学生就能勾联已知找到突破点。

三、综合运用——命题有“梯度”

1.学科融合重发展

《新课标》在综合性学习第二学段目标中要求：在活动中学习语文，学会合作。在“实施建议”中也指出：综合性学习提倡与其他课程相结合，开展跨领域学习。

22. 请你根据以下项目化学习活动计划表，判断下列说法的对错，对的打“√”，错的打“×”。并为你小组诗集，设计一张封面。

项目化学习活动计划表	
项目名称	轻叩诗歌的大门
解决问题	如何设计并推广小组的诗集？
学习任务	阅读、收集、创作现代诗歌，了解摘抄现代诗歌的一些基本要求，小组合作编辑诗集，宣传现代诗歌文化，感受现代诗歌的魅力。
学习过程	略
预期成果	个人成果： 1.收集、创作现代诗歌，积累并背诵自己喜欢的现代诗歌。 2.在编排现代诗歌时，从不同角度给诗歌进行分类，并配上插图。 3.在诗歌朗诵会上，朗诵自己最喜欢的诗人诗作。 小组成果： 完成小组的诗集并进行展示，宣传现代诗歌文化，感受现代诗歌魅力。

(1) “轻叩诗歌的大门”是为解决“如何设计并推广小组的诗集”这个问题而开展的 ()
(2) 项目化学习中，将收集的诗歌从不同角度进行分类，提高了我们收集整理资料的能力 ()
(3) 在“我最喜欢的现代诗人”主题朗诵会上，同学们朗诵了冰心、艾青、龚自珍、刘禹锡等许多现代诗人的诗，来展示自己的学习收获..... ()
(4) 项目化学习激发了我们阅读和收集现代诗歌的兴趣，也感受了现代诗歌的魅力 ()

例题 4


以例题 4 为例，笔者设计了一张项目化学习计划表，项目化学习是面向未来的学习，它打破了学科的壁垒，学生基于真实的生活情景，以问题为导向、团队合作，开展综合性、实践性的学习。例题中既有语文园地三“识字加油站”考查学生对古代文人的了解，也设置了设计小组的诗集封面这样融合了艺术审美，综合实践能力的考查项。打破学科界限，搭建学科融合之梯，诊断教师教学行为是否从课程综合走向学科整合，注重活动的过程性。

2.明确路径寻思维

统编教材在单元习作的编排上体现了习作指导具体化的思

想。具体而言，就是可以围绕为什么写、写什么、怎么写、怎么评四个方面对学生的习作进行指导。在命制习作题时，也应按照这样的路径命制，为学生建构思维路径之梯，让思维之路可视化。

选题二：你一定读过《嫦娥奔月》《火神祝融》等神话传说，古人通过这些传说来表达认识星辰大海的美好愿望。而今，我们的国家科技昌盛，“嫦娥五号”月球探测器、“祝融号”火星车、“蛟龙号”载人潜水器，人类的征途已经真正迈向星辰大海、生活中，我们也常常想要上天入海。如果能驾驶着自己设计的作品完成飞天下海梦，那就太棒啦！你会设计什么？它是什么样子的，有哪些功能？请发挥你的想象写一写。要求：题目自拟，字数不少于300字。



例题 5

例题 5 是一道四年级下册的习作测试题，因此在编写习作题时我们也以“为什么写、写什么、怎么写、怎么评”这样的路径来命制。“为什么写”：从读神话故事到联系祖国科技发展，引出习作原因。“写什么”：写自己发明的物品样子和功能，明确了习作的内容。“怎么写”：发挥想象写清楚作品的样子和功能。“写什么”和“怎么写”就是“怎么评”的依据。命题思路就是作文指导思路，学生怎么学，考试就怎么考，目的就是要变“作文考试”为有意义的习作学习，真正实现“教学评”的一致性。

测评的最终目的是改进教师的教学，更好地指导学生进行学习。“双减”之下，教师应善用数据分析，将“考什么”和“教什么”统一起来，让目标、教学和测评真正融合。在命制试题时要把握命题导向，扣准命题的基点，以促进学生语文能力和核心素养的全面提升。

寓教于形：触摸传统图形中的数学经络

常州市金坛区西城实验小学 王扣兰

课后服务是全面贯彻党的教育方针、落实立德树人根本任务的重要途径。为深入贯彻落实中央办公厅、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》，学校针对课程资源紧密结合并巩固彰显国家课程这一难题，以省级内涵建设项目“经验课堂背景下的深度学习”与课后服务相融合，引导学生“寓教于形：触摸传统图形中的数学经络”，以生活中常见的一些传统图形为突破口，以图启数，以形促学，共同提升师生数学思维与数学素养。

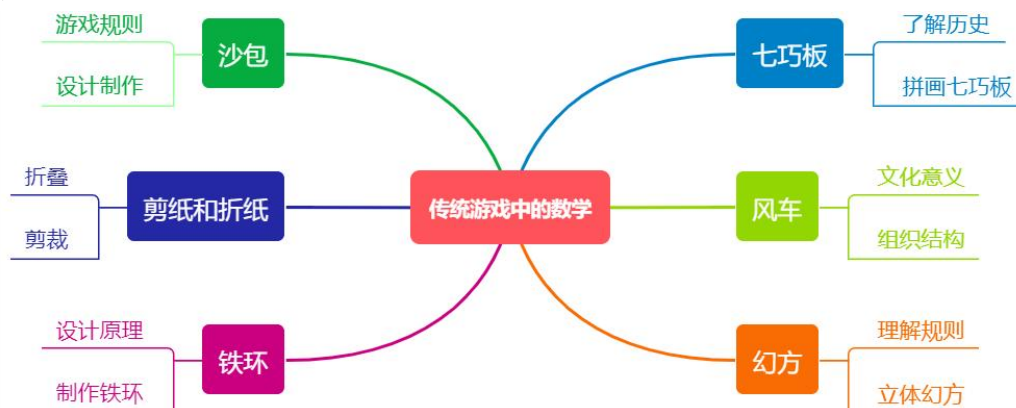
一、创设挑战性情境，激发探究欲

我们用如下引导语呈现传统游戏的情境，激发学生投入该项目学习：中国有许多传统游戏，例如滚铁环、折纸与剪纸、编织中国结、排列七巧板或者丢沙包等等。游戏不仅能够使我们身心得到放松，还能让我们发现许多数学奥妙。同学们一定想不到吧，多姿多彩的传统游戏中不仅可以发现代数知识，还可以发现几何知识呢！例如七巧板，它由七个规则的几何图形所组成，却可以拼出许许多多生动图案，有人就曾经利用七巧板拼出了《水浒传》里面的一百零八将，个个栩栩如生、虎虎生威。听起来很奇妙吧！又例如，我们平时的折纸、剪纸等活动，其中也蕴含着丰富的数学道理，如轴对称、全等和相似比等。在做游戏的同时学到数学

知识，锻炼数学思考能力，你准备好了吗？那么，就让我们一起进入多彩的游戏世界吧！

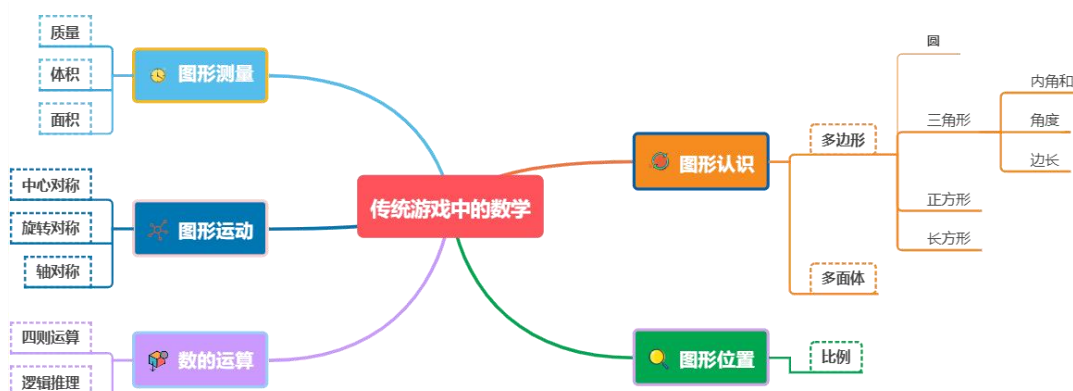
二、梳理结构性脉络，生成知识网

在拼七巧板时，我们能发现角、边、面积的奥秘；在转小风车时，能探究对称的美妙；在做沙包时，会构筑立体世界；在剪纸时，能体会比例的奇特；在滚铁环时，我们将找出最佳角度；在玩幻方时，能感受运算的乐趣。与传统游戏相关的数学活动如下图：



“寓教于形——触摸传统图形中的数学经络”项目活动结构图

开展活动中可能需要如下一些数学概念：



“寓教于形——触摸传统图形中的数学经络”项目知识结构图

呈现的知识结构不是针对某个特定的内容单元，而是学生从事相关活动时，可能需要的内容。通过这样的项目活动可以帮助学生厘清概念、深化理解，也可以让学生检验和反思自己的理解程度。

三、注重创新性设计，触发神经元

我们用以下 2 个围绕传统游戏的项目活动为例，学生小组内部互相商量，提出具有自己独特想法的活动建议。最主要的是，小组内部要亲密合作，遇到困难可以向老师提出来，并与老师交流探讨。

1. 一剪成形

“剪纸”一直作为我国的传统民间艺术影响着一代又一代的人。如今，它们早已走出民间的范围，引起了广大艺术甚至科学领域的专家和学者的广泛兴趣，在这个活动中，我们将一起去探索剪纸和折纸中的数学奥秘！

请同学们小组范围内交流合作，制作剪纸和折纸作品。期待同学们作出具有数学特色的剪纸和折纸作品，请配上制作说明。

你了解剪纸吗？经过折叠的纸张剪出来的效果如何？多试几次来验证结论。

你会用纸张折出一个特殊的三角形吗（如等腰直角三角形和正三角形）？利用学过的数学知识折叠并裁剪出一种或一种以上规则的多边形，并讲明其中的道理。

利用对称原理制作一幅折纸或剪纸作品。在开始活动之前，请准备好纸和剪刀等。在这活动中，可能需要用到轴对称、中心对称、全等、相似比、比例等概念。

2.七巧板的奥秘

七巧板是我们所熟知的中国传统游戏，它由七块不同规则的几何图形组成，可以拼出形态各异的花鸟虫鱼等图案，又被称为“益智图”，想一起去探索七巧板的奥秘吗？那么，让我们一起行动吧！

请完成以下任务，期待你们最终交出研究小报告（关于七巧板的历史以及其中所包含的数学内容等）以及自制的七巧板拼图和计算机模拟拼图。

你知道七巧板是怎么来的吗？通过查阅资料去了解七巧板的历史吧！

七巧板中各几何形状的边长、角度和面积之间有什么具体关系呢？

除了七巧板，你还能找出其他的“多巧板”吗（例如 15 巧板）？

动手或者利用计算机拼出漂亮的图案，展示你的七巧板拼图。在这活动之前，需要准备好硬纸板和剪刀等。另外，完成任务过程中，至少需要用到多边形的相关概念（边、角、面积、内角和等）。

四、夯实阶段性过程，确保高效能

第一阶段（第1学时）：在课堂上，老师向学生介绍各个子项目，并根据学生年龄和知识情况适当讲解与项目活动有关的知识点，帮助学生搭建学习脚手架。

第二阶段（第2~3学时）：根据各个子项目活动建议的要求，小组各自活动，利用课内外时间完成项目。

第三阶段（第4学时）：交流进展，根据学生反馈的问题给予适当帮助，或对目前已完成的项目提供建议，以帮助小组更好完成项目并呈现丰富的活动成果。

第四阶段（第5学时）：各个小组在校内或社区展示完成的作品，向他人普及传统游戏中的数学原理。

“寓教于形：触摸传统图形中的数学经络”项目，需要学生对中国传统游戏进行研究，一方面加深了学生对数学知识的理解，提高了学习兴趣，另一方面展示了多方位的数学能力，包括交流、计算、归纳、作图、推理、反思等，在各项数学素养的协同配合下，完成项目“产品”并进行自我评价与他人评价。

“双减”背景下“三因”作业的实践与探索

常州市武进区实验小学分校 杨帆

“双减”后，作业问题已成教育领域的热门话题，也是许多孩子、家长为之痛苦烦恼的根源。武进区实验小学分校在适性教育理念的引领下，通过“因课置业”、“因人施策”、“因地制宜”三个方面来改变作业现状，并探索适合学生发展的教育方式，让每一份作业都能凸显学科本质，适合学生个性发展，并促进儿童的健康成长。

一、因课置业：不同的课程布置不同的作业

1. 置身实景，语文生活化

学校语文教研组以“语文生活化，生活语文化”推进作业改革，通过将作业与生活实际相联系，引入实际问题和任务，可以增加作业的趣味性和实用性，同时也能培养学生的解决问题的和创新思维的能力。例如，教师设计一些实践性的作业任务，如调研报告、观察日记、创意设计等，让学生在完成作业的过程中充分运用所学的语文知识，提高学生综合素质和自主学习能力。

2. 置身实际，数学运用化

学校数学组以“数学方便生活”推进作业改革，改“题海战术”为“运用战术”。数学作为一门基础学科，与日常生活密切相关，“用数学”可以将数学从习题中抽离出来，解决生活中的数学问题。例如，教师引导学生观察生活中的数学现象，如购物时的折

扣计算、时间管理中的比例关系、制作一个日历、计算家庭开支等，让学生在解决实际问题的过程中学习和运用数学知识，也为学生未来的学习和职业生涯打下坚实的基础。

3.置身实践，体艺自主化

学校体艺教研组大胆创新，艺术组指导学生自主创编创演歌曲和绘画，在创作过程中，学生需要运用音乐、美术等相关知识，这有助于巩固和拓展他们的学科知识。体育组通过设计各种有趣的体能测试项目，让学生在实践中锻炼自己的身体素质，培养运动兴趣。同时，体育组还结合学校的特色与学生一起创编了《羽毛球操》、《蔬菜操》、《手指操》，在全校推广，丰富了学校的课程资源。

二、因人施策：不同的学生做不同的作业

1.星级自选，分层订制

与学校的培优补弱工作相结合，聚焦单元视角，设计单元分层练习。根据学生的不同层次，将作业分为一颗星、两颗星、三颗星等不同星级，学生可以根据自己的能力和需求进行选择。这样可以避免传统作业中一刀切的现象，让每个学生都能在适合自己的层次中找到自我价值，提高学习的积极性和主动性。

2.分层展览，作业变作品

每个学生的作业都是独特的，反映了他们的个性和创造力。通过不同层次的展览，可以让这些独特的成果得到更好的展示和认可，增强学生的自信心和成就感。学校重视分层展览的实施，

创设了校级主题展、班级业展、年级的创新展、学生个人展等等，为学生提供更多展示自己的机会，将作业变作品。

三、因地制宜：根据本土实际布置特色作业

“地”指常州地方的非遗文化，在探秘常州非遗的活动中发展能力，培养家国情怀，真正发挥作业的育人功能。

1.依托非遗游戏激发作业兴趣

针对“双减”后一二年级无书面作业的情况，我们通过集体备课，设计了《非遗小游戏》项目化作业，让孩子亲历完整的学习过程，通过由“观游戏——说游戏——玩游戏——创游戏——评游戏”的实践体验，强化规则素养，提升思维能力。我们主推了翻花线、跳房子、冬至“消九”、抽陀螺、舞龙、推枣磨等10个非遗小游戏，基于传统游戏又融合学科知识，让学生在传承非遗的同时获得成长，感受到童年的欢乐。

2.依托地方产业启航生涯路

“双减”后，本校积极整合乡土资源，与当地知名企业合作，开发小学生生涯启蒙的项目化作业，通过观察、模仿、体验等活动，引导学生发现自身的兴趣爱好，建立对未来的好奇与向往，树立正向的生涯信念，并以此聚焦家乡生态发展，提升个人职业规划能力。如，学校形成了与非遗办合作“常州梨膏糖”、“麦秆画”、“非遗魔术”、“常州梳篦”生涯启蒙项目；与区检察院、气象局合作的“小法官”、“小小气象员”生涯启蒙项目；逐步构建了可借鉴、可复制的校企合作生涯教育基本构架，形成了可供学生

整体普及与个性化发展的多样化生涯探索项目系列。

3.依托传统文化根植家国情怀

依托常州地域的传统文化，通过学科融合，开展研学类实践作业。组织学生前往“常州三杰”、王铮将军的故居或纪念馆，通过实地考察和听取讲解，了解杰出人物的事迹和贡献。走进青果巷历史文化名街，探访这里的古建筑、文化遗迹等，同时结合相关学科，让学生了解家乡的历史文化底蕴。在探访过程中，学生完成一些实践任务，如拍摄照片、记录感想等，最后整理成研学报告。

学校在实施“三因”作业的实践与探索后，作业形式变得更加丰富多样，包括整合性作业和跨学科作业等。通过教师和学生层面的作业设计评比和“作业即作品”展等活动，学校提高了师生对作业的重视程度，激发了学生的学习热情和创造力。“三因”作业的实践与探索关注学生的个性特长和自主选择，帮助学生更好地认识自己的优势和不足，从而在学习和活动中更加有针对性地发挥自己的长处，提高自我发展的方向感和目标意识。

科学教育“N加” 多元赋能“双减”

溧阳市南渡中心小学 管 超

一、拓展学习空间，做好科学教育氛围“加法”。

1.“+场馆”：凸显科学特色。

我校重视科学场馆建设，将整个二楼打造成为科学馆：栩栩如生的科学标本馆、设备齐全的科学器材室、干净整洁的科学实验室、宽敞明亮的科学探究室。所有的场馆仪器精密、设备先进、窗明几净，尽显科学特色。

2.“+文化”：营造科学氛围。

让教室、走廊的每一面墙壁说话，激发学生科学探究的兴趣。我校设计了科技史话墙，它以时间轴为主线，为大家展现航天事业的光辉历程；以时间简史的方式呈现，讲述世界十大经典物理实验，为大家讲解科技发展的重要时刻。

同时，对科学实验室、科学教室进行文化布置。科学教研组对世界上著名科学家的资料进行整理，将介绍张贴在科学探究室1，让场馆焕然一新，学生们在这里上课前的静候，就能看到这些内容，无疑对他们有很大的触动。我们还将我国著名的科学家，呈现在科学实验室，让学生们知晓科学家最新的贡献，增强民族自信心，激发学生对科学的热爱，愿意献身科学研究事业的决心。

二、优化科学课程，做好学生能力提升“加法”。

1.“+内容”：丰富科学课程。

科学教研组长带领组员们，在认真研究新版科学课程标准

(2022版)的基础上,自主研发适合学生的教学内容,选取合适的小实验,引领学生们沉浸式投入到科学探究中。

根据课时、每节课时长,每学年的教学课程内容分两部分进行:上半学期以校购买的科学探究实验箱为主,充分利用已有的实验材料,带着学生们玩转各种趣味性科学小实验。培养学生们的科学探究能力和学生动手操作能力,提升学生们的科学核心素养。

下半年的课程中,老师们以HPS教育理念和STEM教学理念为主,带领学生们开展主题类的科学实践探究。例如:《书的历史》、《造桥》、《我们的身体》、《声音》等,其中STEM教育课程《造桥》,我们引入语文课文《赵州桥》的故事,带领学生了解我国桥梁的发展历史,科学探究拱桥结构、榫卯结构等,利用材料自己动手造桥。这种跨学科同主题的教育教学课程,提高他们的创新和实践能力。

2.“+时间”:保障课程实施。

为了满足学生的学习探究需求,为了让科学教育课程落地实施,我们增设了两个科学小实验社团,让“科学实验”、“科技制作”两个社团进入课程超市,让学生们自由选课,专职科学教师根据学生兴趣爱好设计课程内容,在“快乐星期三”,学生可以在社团课程中感受科学的魅力,培养学生的兴趣爱好,增长了学生的科学素养,为未来学习奠定了坚实的基础。

课后延时服务时间,科学老师根据学生的年龄特征,每个年级开设一个10人小班,通过“每人一套科学器材、动手学科学”

的形式，旨在对学生进行基础科学素养训练、创新能力训练，为学生中学物理化学习打下实验基础。

三、重视科学实践，做好学生素养拓展“加法”。

1.“+实验”：增强科学趣味

“双减”背景下的科学课堂，将教学与实验相结合，寓教于乐。基于课堂，结合学生年龄特点，充分考虑学生的兴趣点、学习需求，科学地设计教学内容。针对农村学生的短板，尤其要注重课堂实验，让学生大胆假设、严谨推理、动手实践、得出结论，每一个动手操作的实践过程，都是学生科学种子萌芽的过程。教学做合一的科学实验课堂，能增强科学趣味，让学生更加易于掌握科学规律，乐于参加科学探究的课程，学生深切感受科学家们科学严谨的态度和精神。

比如，老师们对学生进行“热气球上升的秘密”教学的时候，将多媒体技术充分利用，让学生了解热气球上升到空中的原理，激发学习兴趣，再以提问的方式让学生思考并说出看法。学生回答后，教师给学生分发实验器材，让学生动手验证。教师将整个实验过程录制为视频用多媒体播放，学生们观看视频的过程中找到自己操作不足。通过将信息技术融入到科学实验中，让学生自主投入到学习活动中，促使其积极主动探究意识提高。

2.“+任务”：关注生活科学

学科教学最终指向学生学会生活。科学教育不局限于课堂、教材，教师打通课内外，将教材与学生生活勾连，将实践任务加入到学生的假期作业当中，能丰富学生假期生活，让科学探究能

力在课外得到锻炼与发展。

我校科学教研团队根据学生各个年段的学习特征、生活经验、兴趣基点，为孩子们精心设计了科学趣味小实验：

南渡中心小学科学暑假作业——我是小小科学家	
一年级	调查生活中的测量工具有哪些，它们的相同点和不同点各是什么。以韦恩图方式记录异同点。
二年级	连续一个月观察月相。以画图方式记录下来。
三年级	连续一个月观察天气，用天气日历的方式记录。
四年级	记录最近一周的一日三餐，合理规划饮食，参与家庭年夜饭的菜谱设计，图文结合、拍小视频方式记录。
五年级	设计制作一个一分钟摆动 60 次的钟摆，并拍摄小视频记录下来。
六年级	观看《科学重器》纪录片。尝试设计制作搭建纸桥，并拍摄小视频记录下来。

另外，导师带领对科学感兴趣的小组开展研究性学习。切身体会的科学实践活动，让学生们充分感受到了科学探究的乐趣，极大地激发学生思考能力，真正地做到科学育人。

“五融”课后作业让村娃乐享·减负

常州市金坛区白塔中学 黄志琴

学校致力作业设计的改革落实双减，设计精致课后作业续写校园“双减”。以提升素养为目的充实学生的课余生活，让学生在日常生活中提高能力。“五融”体现课后作业的层次性、综合性、实践性、协作性、生活化，以实验类、制作类、活动作业为主，学科渗透延续滋长学生素养。

学校制定学生假日生活学习总则，倡导“充实规律愉悦，乐参与有温度的假日套餐”课后作业设计：即“六一套餐”，轻松完成一份学科作业、活动锻炼一小时（每天）、精致阅读一小时（每天）、整理一次内务、独立烹饪一次午（晚）餐、两周一次家庭活动日。

一、作业布置层次融合，有乐度

根据学生整体特点形成学校作业管理制度，教师先准备再选择后布置，着眼学生长远发展，依据学生课堂反应、能力差异、个性特点确定作业主题、内容、形式，把分层布置、要求作为教师设计作业的首要条件，其一学生个体分层，学科类作业明显体现差别，能力要求有梯度，让作业给学生“我能完成”的自信，去除学生完成作业的无力感，带来满足感、自豪感；其二组内区别组间同质，对主题（项目）作业，主要以学生小组合作完成，该类作业统一要求公平评选，小组内的分工还得讲究层次性。“量

身定制”作业让学生体验成功的快乐。

二、作业完成感官融合，有广度

“耳聪目明、心灵手巧”，从学生长足发展视角，追求学生会学，尤其是课后作业利用学生的各种感官，训练观察力、听力、动手能力等，让学生的能力、思维得到发展，学习智慧解决问题。

首先，劳动类、锻炼类作业是每天的固定作业，开展劳动课题研究促进学校劳动教育。课后服务社团作业，音乐欣赏，书法艺术等增加学生利用耳朵、眼睛配合双手完成的机会，让学生感受生活的悦动。

（二）周末短时作业，每周一次内务整理，设置学科实验，学科小制作，感受现实中无处不在的“学习”，学会智慧生活学习。如化学学科实验作业：含实验准备、操作、观察、记录、反思、计算等。物理、数学等学科作业含有小制作。收集生活中学科相关的真实问题等，丰富作业形式改革枯燥单一的书面作业，学生乐于参与，调动听觉、视觉、触觉等共同作用，训练各种感官对现实世界的反应，提高能力。

（三）节假日长时段作业，走出家门到更广阔的世界放眼看家乡、享生活、积智慧，愉身心：家乡美食体验、主题电影观赏、社会实践（志愿者、跟班父母体验工作）等。结合节日设计特色作业：春节，“做春节”、“看春节”、“听春节”，再写春节；国庆节，看大街小巷祝福祖国热闹景象、享阖家幸福美味佳肴，再写所见所闻所想；暑假更多引导学生养“读万卷书、行万里路”之习

惯，乘着高铁，坐上飞机回趟老家，全身心体验祖国发展变化，繁荣强大，激励他们由内而外奋发向上。

三、作业内容学科融合，有深度

学科渗透，五育融合，课余保障了更广阔的生活时空，设计主题、项目学习，综合发展学生能力，以学科融合探索打开实际问题之门，让学生领悟学习的融通。

如化学实验类作业，动脑思考实验程序做准备，动手搜集材料做实验，耐心细致观察做记录，结合理论深思考。沪教版课本的家庭小实验《把鸡蛋放入装有白醋的玻璃杯里》观察记录。蕴含化学知识：鸡蛋壳的主要成分碳酸钙和食醋中的醋酸发生化学反应；物理知识的浮力与重力；数学知识的计算。

又如数学学科的周末小制作作业——制作有盖的长方体盒子，选取较硬的废纸（易操作）；思考制作流程，根据已有长方体特征尝试画图（棱线）；结合生活经验进行剪裁，粘贴。部分学生或许没有养成程序习惯，取材料直接剪粘，需要尝试多次。这个过程要结合学生的生活经验，训练学生的空间想象、平面与立体转化的想象，要有耐心反复，培养学生的动手能力，蕴含德育、劳动教育、美育。

四、作业完成主体融合，有温度

学生是学校、家庭、社会的成员：课后作业要让其感受到团队的力量，培养良好的集体荣誉感；感受到家庭的关爱，营造暖暖的家庭氛围；感受到社会大家庭的温暖，共筑和谐的社会环境，

鼓励学生乐于付出与享受被爱。

如生物学科，周末作业要求学生合作观察、了解家乡秋季的鸟类，学生分工，就近观察记录，查阅资料，总结描述（撰写调查报告），小组汇总。这类作业对完成的主体提出了要求，给予学生多方面的群体生活体验促进身心健康发展。小组分工合作完成，组织评比考核小组所有成员，让学生感觉到自我和集体的相互成就。要求全家总动员完成的家庭作业，包括家庭的实验、劳动、锻炼、阅读、亲子旅游等等，均要求有家庭成员的参与，学习与父母正确相处，在实践中学习责任担当，各尽其职地共同实现目标。社会实践作业要求学生融入社区、工厂、服务行业等，初步感受社会的分工合作。

精心设计的精致化课后作业自然增添了趣味性，调整作业结构，提高作业质量，结合过程评价、结果评价和增值评价，学生得到完成作业的肯定和鼓励，积极性更高，形成良性循环。

学校将持续关注“学——教——评（学）”的反复延续，让课后作业充满吸引力，展现诱惑力，给学生增素养减负担给学习提质量。

生动活泼的作业 健康快乐地学习

——小学英语单元整体作业设计

溧阳市实验小学 刘云飞 陈曦

一、案例背景

《义务教育阶段英语课程标准（2022）》提出，英语课程应推动实施单元整体教学。作业的设计要基于单元整体教学目标，兼顾个体差异，把握好作业的内容、难度和数量，使学生形成积极的情感体验，提升自我效能感。

教育部办公厅《关于加强义务教育学校作业管理的通知》明确规定：教师要把握作业育人功能，严控书面作业总量，创新作业类型方式，提高作业设计质量。鼓励布置分层作业、弹性作业和个性化作业，科学设计探究性作业和实践性作业，探索跨学科综合性作业。切实避免机械、无效训练，严禁布置重复性、惩罚性作业。教师要提高自主设计作业能力，针对学生不同情况，精准设计作业，根据实际学情，精选作业内容，合理确定作业数量，作业难度不得超过国家课程标准要求。

通过素养立意的单元整体作业设计，以人为本，关注学生“完整”的人的发展：

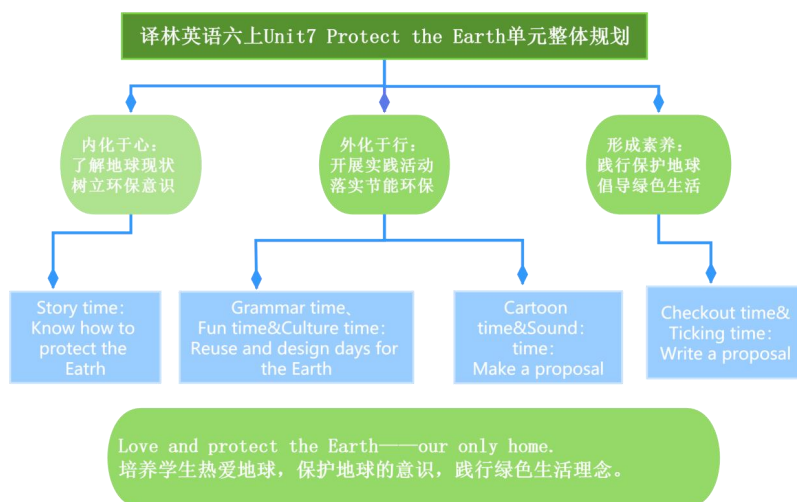
- 1.更加关注学生的天性。尊重学生的身心发展规律和教育规律，通过合适的作业让学生体验学习的乐趣，“乐学”。
- 2.更加关注学生的能力。注重学生实践能力和创新精神的培

养，通过多种类型的作业发挥学生学习潜能，“善学”。

3.更加关注学生的情商。关注学生人际交往与社会适应能力的培养，通过小组作业鼓励学生对话互动，“做人做事”。

二、解决问题的特色做法与经验

（一）强化核心素养立意，构建单元育人蓝图



（二）依据单元教学目标，明确单元作业目标

六年级上册 Unit7 Protect the Earth 单元作业设计

单元作业目标制定

单元教学目标	单元作业目标
<p>语言能力：通过概括保护地球的原因和措施（Why & How），形成结构化文本，并能根据思维导图准确、连贯复述；通过提炼文本语篇的组织结构，在与环保主题相关的更多情境中运用，丰富语言表达。</p> <p>文化意识：如今全球面临资源短缺、环境污染、生态破坏这三大危机，作为地球公民，师生有责任就“保护地球”这一话题进行探讨。教师在教学过程中要紧密联系生活实际，引导学生热爱地球、保护地球。了解更多关于保护地球的措施并能付诸行动。</p> <p>思维品质：通过讨论如何保护地球，尝试体验，并有序介绍，增强语言表述的逻辑性，培养学生的逻辑性思维；通过联系实际生活、创新废物利用、制作海报和倡议书，培养学生的想象力和创造性思维。</p> <p>学习能力：通过自主搜集资料了解更多环境问题及解决措施；通过小组合作交流完成海报和倡议书，培养学生自主学习、合作学习和探究学习能力。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.通过作业，复习和巩固文本内容，归纳文本结构，在更多的语境中运用结构。 2.通过作业，了解更多环境问题及解决措施，并在真实语境中选择合适的解决措施，丰富语言输出。 3.通过作业，阅读与单元话题相关的语篇，深刻理解保护地球的必要性，丰富对单元主题的理解。 4.通过写一篇结构完整的倡议书，锻炼学生的写作能力，并培养学生关注地球、保护地球的意识。

(三) 依据课时学习活动, 设计课时作业内容

课时	第一课时 Story time	课时主题	Know How to protect the Earth
课时 作业 目标	1.通过课堂作业能灵活运用句型 We use... to...描述身边资源和材料的用途, 运用句型 We should... We shouldn't... 表达自己的建议; 2.通过课堂和课后作业能了解地球的现状, 并积极主动地从身边的小事做起, 热爱地球、保护地球; 3.通过课堂和课后作业能围绕“保护地球”主题, 运用所学语言, 呼吁身边的人一起保护地球。		
	作业内容设计	设计意图	参考答案和 预估完成时间
课堂 作业 设计	While-reading. 1. Watch and match 快速浏览课文, 为每幅图片找出小标题。(见图 1)  图 1	整个读中作业围绕“use、problems 和 solutions”三个关键词, 由扶到放, 采用不同的作业形式, 旨在培养学生的学习能力和思维能力。同时, 在作业的过程中, 联系生活实际, 谈话交流资源和材料的用途以及存在的问题的解决措施, 发展学生的语言能力。整体感知文本, 揭示“保护地球”的四个方式。	图 1——Save water 图 2——Save energy 图 3——Save trees 图 4——Don't use too much plastic.(4')
	Part 1: Save water 2. Read and answer What's the use of water? What's the problem? What should/shouldn't we do? Part 2: Save energy 3. Read and raise questions by yourselves Part 3: Save trees 4. Work in pairs and finish the dialogue 与同伴对话交流。(见图 2)  图 2	通过细读, 获取文本关键信息, 归纳出文本结构。结合生活实际, 学生能自主地交流水的重要性以及在生活中我们应该如何节约用水。 学生自主提问。通过观察图片、阅读文本自主解决问题。 通过与同伴谈话交流, 了解树木的重要性、现状以及解决措施。	We drink water and use water to clean things every day. There is not much water in many places. We shouldn't waste water. We should reuse and save it.(5') 学生根据文本结构互相问答。(5') 学生根据课文内容对话。(5')
	Part 4: Don't use too much plastic. 5. Read and finish the mind map (见图 3)  图 3 Post-reading 1. Listen and repeat 2. Do a report 四人一组, 根据板书开展话题讨论并汇报。每个学生选一个小标题进行语言表达。(见图 4)	学生自学, 阅读文本, 完成思维导图, 获取主要信息。 跟读环节在第一课时是必不可少的。学生在课堂上必须要有大量的机会听音、模仿标准的语言。 通过汇报内化语言, 培养思维, 鼓励优秀学生增加新的语言, 同时鼓励后进生也勇敢的说出自己学到的知识。小组合作, 降低学习难度, 让每个人都有机会表达自己, 并互相取长补短, 真正成为教学活动的积极参与者。在学生了解掌握文本的基础上, 适度高于文本, 鼓励学生畅所欲言, 从身边小事做起, 落到实处, 真正为保护地球贡献自己的一份力量, 凸显教材的育人价值。	We use plastic to make bags and bottles. Too much plastic is bad for the Earth. We should use paper bags and glass bottles. We shouldn't use too many plastic bags or bottles. (5') 跟读标准: 语音准确 ★ 语调正确 ★ 声音响亮 ★ 情感充沛 ★ (2')

	 <p>图 4</p> <p>3. Think and share What else should we do to protect the Earth ?</p>	<p>学习的最终目的是为了迁移,教师引导学生把学校教育所学知识应用到新的情境中,解决真实的、具有挑战性的问题,提出更多的保护地球的措施。</p>	<p>汇报标准:</p> <p>语音准确 ★ 语调正确 ★ 声音响亮 ★ 情感充沛 ★ 肢体语言 ★</p> <p>(10')</p> <p>Save food , Save farmland , Protect animals...</p> <p>(5')</p>
<p>课后作业设计</p>	<p>1. 选择喜欢的方式绘制思维导图,并根据思维导图复述课文; 2. 上网查感兴趣的环保信息(选做)。</p>	<p>思维导图让文章结构一目了然,能够使学生对从总体上把握文章结构。思维导图背课文通过提取关键词使之形象化,也是思考的记忆过程。</p> <p>能通过阅读课外知识,了解地球的现状,切身体会保护地球的重要性和迫切性。</p>	 <p>(30')</p>

(四) 创新作业评价方式, 提升作业育人质量

教学评价对促进学生核心素养的发展具有重要作用。教学评价有助于学生不断体验英语学习的进步和成功,更加全面地认识自我、发现自我,保持并提高英语学习的兴趣和自信心。

本案例作业评价以学生全面发展为出发点,充分发挥学生的主体作用,采用多种评价方式和手段,体现多渠道、多视角、多层次、多方式的特点,使作业评价全面、准确和灵活,帮助每个学生在原有基础上实现发展。

单元作业评价表:

单元作业评价表:

评价项目	评价等级内容			评价主体		
	★ ★ ★	★ ★	★	自评	互评	师评
搜集资料	能主动通过多种方式准确了解保护地球的知识,能积极与大家分享。	能通过多种方式了解保护地球的知识,并与大家分享。	基本能通过多种方式了解保护地球的知识,可以与大家分享。			
知识技能	掌握环保知识,能较好地运用已有知识践行绿色生活理念。	基本了解环保知识,能运用已有知识践行绿色生活理念。	基本了解环保知识,能基本运用已有知识践行绿色生活理念。			
团队协作	全体成员共同探究,主动交流,积极协作。	部分成员共同探究,能和同学交流,能较好地协作。	共同探究有难度,基本能交流,个别成员不协作。			
成果展示	能通过多种形式展示成果,能明显体现项目学习效果。	能有 2-3 种展示形式,能明显体现项目学习效果。	展示形式单一,项目学习效果体现不明显。			
态度责任	积极主动参与单元综合活动。	愿意参与单元综合活动。	不能持久参与单元综合活动。			

三、单元整体作业实践探索之效果

（一）以人为本，充分发挥学生主体。

以学生核心素养发展为导向的作业设计理念，更加关注学生的整体性发展，着眼于学生的整个身心，走出传统的知识与技能的作业目标取向，注重学生在作业中的情感体验和情绪生活，着力培育学生的情感、态度和价值观，让学生成为有着丰富个性的“完整的人”。

（二）综合实践，注重学生全面发展。

摒弃依靠“过重作业负担”培养出来的“书橱式”、“解题式”人才，通过综合实践类作业鼓励学生独立思考，积极探索，在发现问题、分析问题、解决问题的过程中培养学生的创新精神和实践能力。

（三）多样选择，促进学生个性成长。

形式多样的课后分层作业为学生提供广阔的个性化发展空间，有利于培养学生的兴趣爱好，施展学生的才能，调动学学习动力，促进学生生动活泼地学习，健康快乐地成长。

（四）协作互助，引导学生做人做事。

在小组作业中交往、互动，分享思考与经验，交流情感与观念，互相启发、互相补充，达成共识、共享、共进，实现共同发展，促使学生不断反省与提高，建立良好的人际关系，提升人际交往与环境适应能力。

统筹、聚焦、协同：“标准+”小学英语作业设计与管理的 集团实践

常州市武进区湖塘桥实验小学 蒋维燕

湖塘桥实验小学教育集团瞄准作业设计与实施小切口，撬动“素养导向，全面育人”大格局。聚焦现状，审视“真”问题，研制“新”路径，变革“实”落地，集团内采取同步共研作业改革纲要、提升作业常规管理、优化作业设计方案，实现教育均衡化精准对接。

一、多维保障，促“标准+”作业实落地

（一）过程审议：制定集团纲要，形成作业实施建议

《集团作业改革纲要》从着手制定正式发布，先后经历了三个阶段。①预调研——“兵分两路”：总校长从集团层面出发，通过访谈与观察教师、学生等群体，寻找课后作业改革的基点：成员校校领导基于本校实际提出作业改革草案。②专业论证——“自上而下”：针对作业备案审批、质量审查、常规管理、作业公示，深度征求全体领导班子的意见形成纲要讨论稿。③主体征询——“多元认同”：以线上线下家访和家庭教育讲座的方式，让学生及家长了解纲要、发表意见，全体教师开展学习并讨论完善纲要。

（二）完善机制：提炼校本方案，丰盈作业管理举措

1.对标：拟定作业设计质量评价标准

紧抓课标核心概念“大观念”“大任务”“真实性”“实践性”，学

科作业设计以“单元”为单位，设置科学合理的作业设计评价标准，评价先行，作为学科作业设计和评价的重要依据。

2.孵化：推进集团作业公示制度

学校监管“前移”，结合下沉式管理，对作业布置进行预审查，实行作业每周公示。备课组集备一周作业，学科主任对作业质量进行把关，对难易的程度和配置的梯度开展审查，班主任统筹作业总量，课程中心监督落实，校长室随机抽查，开展常态化追踪。以生为本、细化管理、形成回环的作业公示制度，以作业管理为起点，指向促进作业调整和优化，瞄准作业育人。

3.蝶变：提升作业闭环管理实效

集团内构建双减下“会诊式”集体备课机制，学期预排课以学科为单位开展横向统筹规划，确保每一学科固定时间段、固定地点开展项目化集体备课，落地学科教研，集中智慧，立足单元整体视角开展作业设计。细化作业检查的结果应用，采取个别反馈、教研组研讨等形式，及时了解作业检查结果，促使教师对自身作业应用情况形成清晰把握。每月一次集团内作业应用情况汇总，发现问题，并以分析结果促进作业应用最优化；每日课后作业评价反馈，从教师向度走向家长学生向度，对照“好”作业形态，引导家长量化评价。

二、研创并举，拓“标准+”作业新路径

教研组立足单元视角，逆向定位单元作业目标，以三单问诊课堂，关注学生关键能力。融通校际空间，打通时段区隔，探索“标准+”作业设计与实施。

（一）于高处立，让作业设计更具“专业性”——有效

1.逆向设计，定位单元作业目标

依据新课标和课程纲要进行校本化设定，作业评价与单元目标保持一致，单元作业目标以单元主题为统领，各课时、各板块之间相互勾连，紧扣课时核心知识，围绕四维目标确定单元作业目标，体现单元核心和教学重难点。

2.内生进阶，细化课时作业目标

基于学情设定课时作业，加强巩固、运用所学内容。根据不同课时教学内容，序列化设计课时作业目标，保持各课时作业目标主题的一致性，语用的统一性，通过将单元作业目标的难度分化于课时作业目标，确保各课时目标呈现递进性、衔接性、螺旋上升的趋势，以此促进学生在作业中对于单元重难点的理解、把握、迁移与运用。

（二）从深处做，让作业探究更具“生长度”——高效

1.课前导学单引领“真学”

导学单的设计，核心在于主体唤醒。“真学”要有维度，因此设计适合学情的任务导学，应遵循以生为本，任务驱动，培养自主学习能力，以作业为基石辅助学生轻松进课堂。低段关注学生学习兴趣的保持与提升，高段关注思维与学习能力的进阶。

2.课中任务单助力“深学”

任务单的设计，核心在于问题解决。“深学”要有深度，即时性当堂训练，强化策略指导，培养学生提出问题、分析问题、解决问题的能力。以基础题为切入口，通过问题串的形式，纵深推

进，通过变式拓展，提升思维品质及关键能力，以任务单问诊课堂。

3.课后诊学单体验“乐学”

诊学单的设计，核心在于优化效能。“乐学”要有广度，基于单元视角，多题型共出，检测课堂教学策略和知识技能的习得，在闯关中收获学习的快乐，以作业为研修滋养学生素养生长。

（三）向宽处行，让作业跨界更具“融合性”——长效

学校立足学科教学特点，关注学生个性发展，培育学生创新能力，设计校园主题类作业与主题实践类作业，强调整合，提升综合素养，减学科本位，增学科融合。

1.校园主题实践类作业

学生在体验与现实的生活密切相关、内容生动鲜活的作业张，往往能收获更多的学习乐趣，而当快乐学习发生时，学习的负担和压力也能获得有效化解。

2.假期综合实践作业

学校针对寒暑假等长假期，根据各年段的学习兴趣、知识基础、能力水平等，采取“双基+双综”的作业设计校本探究，即基础知识与基本技能，综合能力和综合素养，让学生充分发挥自主能力。以英语学科为例，能力分层，在引导学生深度参与、联结生活、运用知识技能解决真实问题等方面求“增”。

“双减”背景下“法治溧阳·护航成长”研究性学习作业探索

溧阳市第六中学 鲍华芬 胡兵祥

案例概述：

作业设计是减负增效的核心阵地，“作业增效”是“学生减负”的根本。“双减”背景下“法治溧阳·护航成长”研学作业设计探索，是在“双减”背景下以研究性学习主题进行作业设计，是作业设计创新改革。

一、打破传统思维，创新作业分工。转变传统作业设计方式，提升作业设计效率。从只关注作业的量，转向关注作业的质和效。

二、背景了解精而细，收集和整理显成效。融合研究性学习，让作业从笔头“走出来”、从解题“走出来”、从此刻“走出来”，设计实践性、项目性、拓展性作业。

三、统筹设计练能力，数据处理需耐心。主动权交给学生，回归育人根本。

四、建言献策共发声，为溧阳法治齐添翼。学生行使建议权，做负责人的公民。

五、研究性作业评价多元化，自评+师评共激励。综合运用质性分析和量化评定，更加重视书面或口头反馈，充分发挥评价的引导、激励功能。

六、建四位一体研学体系，产生辐射影响。建立“法治溧阳·护航成长”研学体系，包括课堂教学法育、法治研究性学习、研

究性作业设计、法律研学社等四个主要环节，在溧阳市政府、溧阳市教育局、溧阳市人民法院、溧阳市团委……的大力支持和配合下，共同关注溧阳未成年成长，共同探讨溧阳未成年人法治教育路径。

案例材料：

2022版《义务教育道德与法治课程标准》中“要建立校内与校外相结合的育人机制，引导学生走出课堂、走出校园、积极参加社会实践活动，把知识运用与实践，服务于社会，服务于人民，增强学生的社会责任感”。以社会发展和学生生活为基础，贯彻落实“双减政策”，有效实现“减负提质”。针对溧阳市未成年学生法治教育，溧阳市教育局、溧阳市人民法院、溧阳市人民政府、溧阳市团委等多部门通力合作，互帮互助，溧阳市第六中学开展了“法治溧阳·护航成长”研究性学习，并以此为主题进行研究性学习作业探索。

作业设计是减负增效的核心阵地，“作业增效”是“学生减负”的根本。“双减”背景下“法治溧阳·护航成长”研学作业探索，是在“双减”背景下以研究性学习主题进行作业设计，是作业设计改革创新。

一、打破传统思维，创新作业分工

溧阳市第六中学鲍华芬、胡兵祥老师带领学生开展“法治溧阳·护航成长”研究性学习，开展了一系列的法治教育活动。

（一）研究性学习活动流程：

时间	地点	人物	活动
12月4日国家宪法日	溧阳外国语小学	八年级学生	市级公开课 《宪法是根本法》
5月20日	溧阳市人民法院	八年级学生	参加“法院开放日”活动
5月27日	溧阳市上兴中学	八年级学生	第二届溧阳市初中生 “学宪法、讲宪法”比赛
7月19日	溧阳市党建馆	八年级学生	“科技筑梦 法治护航” 公益课爱心暑托班
2月至今	溧阳市第六中学	七年级学生	法律研学社

(二) 研究性学习作业小组分工:

小组名称	人员	作业
背景了解组	虞奕昊、谢志浩、 宋科、徐筱、朱晗菲等	调查溧阳市未成年法治教育的现状,溧阳市各职能部门的相关政策等等。
政策研究组	黄思晨、强昕怡、 杨雨铮、刘翌君、戴铭等	查找国家、江苏省、溧阳市关于未成年人法治教育的法律文件、规章制度、政策。
问卷调查组	陈逸轩、陈怡嘉、 鄢照璐、徐翌航等	设计问卷调查 上网查找,设计“星问卷”,选择题为主,最后一题设计主观能动题,并完成相关的统计工作。
建言献策组	鲍书圆、李欣诺、 张苏阳、殷梓皓等	针对调研结果,提出可行的方案、建议,整理成系统的文本通过溧阳市人民政府-市长信箱提出我们的意见和建议。

研究性学习是一个系统而复杂的体系，老师在活动开展前进行了详细地作业设计、分工，明确“共同合作”和“小组分工”，明确地布置和分配任务，督促组内成员围绕目标开展有价值的实践活动，有利于开展分工学习和合作学习，调动成员的积极性，体现了研究性学习作业设计的层次性和创新性。

二、背景了解精而细，收集和整理显成效

背景了解组虞奕昊、谢志浩、宋科、徐筱、朱晗菲等同学了解并整理溧阳市党和政府历来重视未成年人法治教育工作。



图 1（溧阳市司法局首开《我是溧阳法治代言人》）

图 2（溧阳市创新机制推进法治政府建设会议）



图 3（溧阳市多部门签署《关于加强未成年被害人权益保护的意見》）

溧阳市人民检察院会同溧阳市教育局、市公安局、市司法局、团市委、市卫健局、市妇联共同会签《关于加强未成年被害人权益保护的意見》。重点从基本原则、取证要求、综合救助、机制建设等方面做出具体规定。《意見》强调，共青团、妇联、教育、医疗等部门应强化与公安机关、检察机关合作，建立健全侵害未成年人案件强制报告、未成年被害人救助信息通报等制度，培养、组建具有专业知识的合适成年人队伍，引入司法社工等专业力量，预防和减少侵害未成年人犯罪。

我们背景了解组做了大量工作，收集和整理溧阳市政府相关职能部门政策、行动的相关信息，查阅、整理大量的资料，体现了研究性作业设计的实践性、整合性、筛选性，注重培养学生关注本地新闻热点，培养学生收集、分析信息的能力，培养学生的语言组织能力和责任精神。

三、统筹设计练能力，数据处理需耐心

问卷调查组陈逸轩、陈怡嘉、鄢照璐、徐翌航等同学设计调查问卷、制作二维码、开展网上问卷调查、统计结果。市六中三个年级一共 39 个班级，共收到 1043 份问卷。



图 4（溧阳市第六中学问卷二维码）

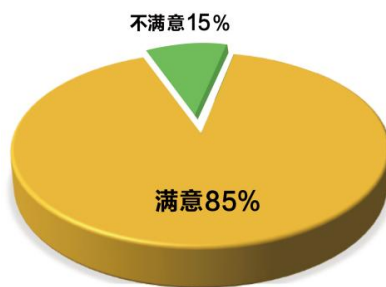


图 5（你对溧阳市未成年学生法治建设和教育是否满意？）

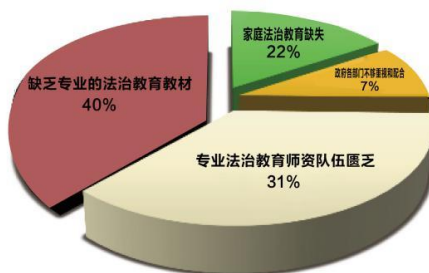


图 6（你认为我市未成年学生法治建设和教育存在哪些问题？）

如图 4、5、6，同学们通过问卷星调查，做了大量的数据统计和分析工作，得知溧阳市未成年学生法治教育存在着许多问题，同学们就存在的问题提出相应的解决办法。

（学生成果展示）问卷调查统计结果	
存在问题	解决对策
未成年人法治教育相关的法律还不够健全	进一步完善立法，从制度上保证未成年工作有法可依
未成年法治课程开设不全面，缺乏法治教育专职教师	继续加强以学校为主阵地的法治教育路线，加强学校法治课程的开设、指导、监督
公检法合作不全面，单打独斗现象存在，与教育系统合作也是断断续续	充分发挥公检法职能部门的法治教育功能，加强公检法与教育系统的合作
家庭法治教育匮乏	充分发挥家庭法治教育的功能，加强对未成年学生父母的法治宣传教育

通过学生亲自参加过的研究性学习为材料，设计问卷调查，参与问卷结果统计整理工作，锻炼学生的法治素养、责任意识，考查学生的设计能力、想象能力、语言组织能力，培养学生对有效信息的捕捉能力、数据分析能力，注重学生分析问题、解决问题能力的培养，突出展现了研究性学习作业的复杂性、创新性、实践性。

四、建言献策共发声，为溧阳法治齐添翼

建言献策组鲍书圆、李欣诺、张苏阳、殷梓皓等同学负责将本次研究性学习法治调研情况和我们的建议，向溧阳市市长信箱进行了反馈。



图 7（溧阳市人民政府-市长信箱）

同学们对研究性学习的调研结果进行总结归纳，向溧阳市人民政府—市长信箱（图 7）提出意见和建议，是在行使公民的建议权，作为公民，我们每个人都享有权利，都必须履行法定义务。本环节作业设计培养公民的权利意识，有利于增强学生的权利意识和法治观念。要学法致用，树立社会责任感，树立法治精神，

树立公民意识，争做有责任心的公民。

五、研究性作业评价多元化，自评+师评共激励

立足于学生核心素养发展状况进行综合作业评价与反馈，以学生自我评价为主、教师评价为辅，要符合课程标准和学生实际，既要关注结果（学生答题）也要关注过程，在研究性学习作业质量整体把握的基础上，进一步对作业要素或组成部分进行单项分析。

评价表			
小组	评价标准	小组自评	教师评价
背景了解组	①认真完成本组的任务 ②设计规范、条理清晰 ③是否有创新意识	①②	优秀
政策研究组		①	优秀
问卷调查组		①③	优秀
建言献策组		①②③	优秀

依据研究性学习作业设计的意图，确定作业评价的侧重点，既注重统一要求，又注重创意表达。综合运用质性分析和量化评定，更加重视书面或口头反馈，充分发挥作业评价的引导、激励功能。

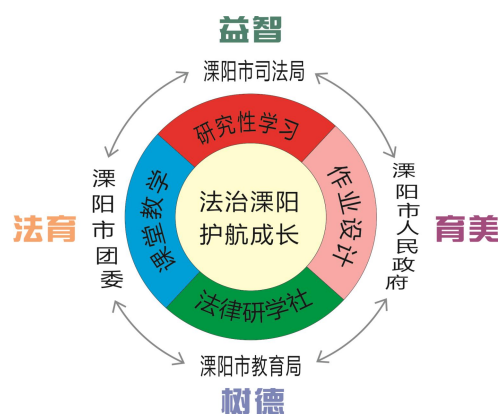
六、建四位一体研学体系，产生辐射影响

本次“法治溧阳·护航成长”研究性学习已历时2年多，现在仍在进行中，研究性学习是对课堂教学的有效补充和有力延伸，研究性学习作业设计是实践“双减”要求的有效阵地和途径，同学们作业分工明确，查阅政策法规、实地走访、参与公开课、撰写资料，组织、参加一系列的法治实践活动，了解未成年学生法治建设和管理的情况，通过问卷调查了解民意，最终形成较为可行的

建议，我们的作业设计全程围绕研究性学习展开，具有针对性强、实践性、创新性、改革性、开放性，充分体现“双减”减负增效的作业要求。

建立“法治溧阳·护航成长”研学体系，包括课堂教学法育、法治研究性学习、研究性作业设计、法律研学社等四个主要环节，在溧阳市政府、溧阳市教育局、溧阳市人民法院、溧阳市团委……的大力支持和配合下，

共同关注溧阳未成年成长，共同探讨溧阳未成年人法治教育路径，注重培养未成年学生的法律知识、公民素养、综合能力，让学生成为学法、懂法、守法、用法的合格公民，为法治溧阳、法治中国的建设添砖加瓦，促进中国梦的实现。



问题解决迁思维，素养立意迈高阶

——“双减”背景下作业多样性设计实践研究

常州市新北区新龙实验学校 陈 慧

作业要关注课堂教学无法达成的需要，作业目标要倡导素养立意，最终指向高阶目标，即问题解决与应用、思维迁移与创造。“双减”之下，作业的布置该如何体现分层、弹性、个性化的特点？教师该如何及时了解学生的作业完成情况？从作业类型来看，长程作业正好可以满足这一背景下的作业设计需求，值得深入研究。

一、深度学习，是长程学习的前提

“长”主要不是时间的长短，而是要适当拉长学习过程、思考过程和理解过程，让学生在更加从容地学习和思考过程中，达到知识的联系综合、迁移应用，实现深度学习。因此，长程学习的实践形态多样，如大单元学习、长作业、项目化学习、研究性学习等。

例如，我们设计了基于“深度学习”的学科主题实践类作业——“春秋战国故事汇”。学生们精心绘制的手抄报图文并茂，内容丰富，生动再现了“老马识途”、“卧薪尝胆”、“退避三舍”等历史故事。从中我们可以看出，他们对历史故事的了解较为细致深入，并且能融入自己对历史的思考，体现常州学子深厚的历史和人文素养。

语文综合性作业的方式发生了很大变化，不再仅限于单一的书面作业，而是更加关注培养学生学科能力和综合素养的广义上的作业。学生通过了解历史故事去品味历久弥新的汉语文字的魅力，追溯中华民族悠久的历史起源，学习古人智慧的博大精深；从而培养他们的“时空观念”、“家国情怀”等历史学科素养，激发对家乡、对人民、对祖国的热爱之情。

二、项目化学习，是长程学习的设计周期

基于深度学习的“大单元教学”或“项目化学习”是现如今“长程作业”的主要内容，它往往以单元为最小设计单位，以“周”为最小完成周期，也可以“月”“学期”或“学年”为一个周期。

三、作业成效，是素养的提升与迁移运用

基于“大概念教学”下“可迁移性理解”的长效迁移是“长程作业”的结果。这样的作业能真正关注学生学科素养和关键能力的培养，使学生的行为习惯、生活能力、意志品质等得以提升。例如，我们设计了基于“素养提升”的学科主题探究类作业——“纪念辛亥革命 110 周年”。

新课标指出“教师的教要从有利于学生的发展来把握内容标准的实施”。据此，教师设计作业应该“因材施教”而行，让每个孩子发挥特长、张扬个性、获得成功的体验、发挥主观能动性，从而提高教学的有效性。

四、“一减两增”，是五育并举的立足

探究为主、类型多样、创新性强是长程作业的最大特点，探

究性、实践性、乃至跨学科综合性作业，体现的是五育并举的育人精神。其内容主要包括：分年级每周培养一项劳动技能；每日打卡德育任务；每日打卡四维阅读等。

为提高我班部分孩子的自律意识，让其学会自主学习与生活。我设计了基于“五育并举”的“自律养成”作业。首先制定了“自律行动我打卡”的作业计划，试图借鉴班级制度，用班级文化来影响他们。此计划要依据不同内容实行“日打卡”、“周打卡”、“月打卡”，促使他们将“自律”谨记在心，将“自律”思想付诸行动。

作业设计还要能有效促进教育实践与教育理论的结合，达成立德树人的育人目标。在建党百年之际，为增强同学们的爱国意识，体验革命情怀、传承红色基因，我们设计了“寻红色足迹，传革命精神”的暑假实践作业。基于学科素养和本校学情，结合重大历史事件，找到历史与现实的连接点来设计实践作业，以实现学科作业多样化，激发学生学习历史的兴趣和主动性。

五、及时反馈，是着力减负增效的评研机制

长程作业，注重教、学、评的一体化设计与实施，作业的周期虽长，但通过过程性评价可以实现及时反馈。内容包括通过精准分析学情、集体讲评、个别讲解等，还包括学生自己结合表现性评价进行的自评与互评。例如，我们设计了在“减负增效”评研机制下的《家门口趣自然》项目化学习作业设计。

这一作业实现了多学科的融合，最终要以演讲的形式展示成果，是语文核心素养的综合表现。在设计过程中，教师需结合自

然学科的实验观察表，融合语文学科观察日记任务表，重新设计表格，为学生提供作业支架。再用科学的方法进行分析，并得出结论。最后把整个研究过程以文学的形式记录，以演讲稿的形式讲述。成果评价的核心即科学语言的严谨、准确与文学语言的生动、活泼。

名著阅读，即“快乐读书吧”专题探究属于典型的长程作业。统编教材给学生提供了探究方法提示和可供选择的阅读书目，学生阅读完全书后可选择自己感兴趣的专题展开探究。鉴于此，我们设计了基于大概念的《儒林外史》整本书阅读暑期作业。本次作业设计，是对六年级学生的一次挑战。它基于教材给出的阅读方法，通过大概念指向文化传承与理解的语文学科核心素养，紧扣课标相关要求。在成果评价中，我们会结合任务的要素设计评价要点，助力学生完成研究性写作。

通过以上作业的实施，家长们更加明晰了“双减，不减责任、不减质量、不减成长”的思想；懂得了如何提高作业质量的方法；家校之间也形成了有效合力，共生共长，达成“双赢”。

“教-作-评”系统建构：小学英语“素养型”

表现性作业的探索与实践

常州市河海实验学校 陆 燕

本案例立足于小学英语“素养型”表现性作业系统变革这一着力点，以实现作业由传统巩固练习、应试训练到“与教学、评价共同指向素养培育”的蝶变为目标的新举措。建构“理念初衷、内涵立意、功能特质”三位一体的作业理论框架，架构五步一脉的作业操作体系，意在推动英语作业系统性变革，促进学生素养落地。

一、“双减”政策下的作业管理“博弈”

“双减”政策中指出：要“分类明确作业总量”，“提高作业设计质量”。可见，作业变革既要“减量”，更需“提质”且指向“育人”，但在“双减”推进中我们也发现了小学英语学科作业设计与管理领域出现多元新问题。

（一）“减量”视角：英语作业总量呈“自由失控态”

作业超时现象非常普遍，访谈得知英语教师间缺乏时长要素沟通，导致作业时长处于各自为阵、缺失互通态。

（二）“提质”视角：英语作业质量呈“素养缺失态”

1.英语作业形式呈“方便批改态”。教师在布置“双减”作业时有个共性准则“能巩固课时知识重点+方便批改”，导致作业内容的机械守旧、碎片化特质。

2.英语作业兴趣呈“完成了事态”。传统作业未注重情感驱动，学生倾向喜欢做合作表演类及调查实践类的作业。

3.作业内容与生活关联度呈“平行不相交态”。学生对作业内容几乎没有机会“学了就用”，将所学知识和技能应用到实际生活中。

4.英语作业分析呈“无系统跟进态”。教师对英语作业的分析、反馈、跟踪缺失策略，缺乏低投入高产出的高效分析意识。

二、“双减”政策下的作业设计“创新”

（一）三位一体：“素养型”表现性作业理论体系的建构

1.第一位：理念初衷的诠释

表现性作业任务与教学任务、学习任务、评价任务融通一体，共生共长，追求“量”的减法和“质”的加法。

2.第二位：内涵立意的创新

小学英语表现性作业新内涵：以学习内核为特质，以素养培育为目标，既导向教师的“教”，变革学生的“学”，又促进学成的“评”；既是对教学活动的延伸和补充，也是对学习活动的夯实和拓展，更是实施评价的媒介和载体；既发挥作业的巩固、学习和发展功能，又是撬动“教—学—作—评”一致性的有力支点。

3.第三位：功能特质的定位



（二）五步一脉：“素养型”表现性作业操作体系的建构

1. 第一步：建·作业管理机制

（1）作业时间管理：单元表现性作业“预案制”

素养表现性作业立足单元整体视角，摒弃作业内容的重复叠加，注重不同作业的整合优化，以作业备案表的形式实现管理。

（2）作业容量管理：单元作业话题“合并制”

通过以下两种路径实现单元六课时作业的合并：根据单元结构合并；根据单元课型合并。

（3）作业选择管理：单元作业任务“2+1+2 自选制”

将五项“I can”情境型“实作”表现性作业任务建立了“2+1+2”的分层布置机制，学生拥有提前获知单元作业任务、自主选做喜欢的作业的空间。

2. 第二步：构·“三位一体”作业任务模型

（1）模型要素一：素养型表现性作业内容

透析“功能—话题—结构”理念编著的现行教材，着眼教学要

点迁移生成作业要点，高度提炼出“I can sing & chant.（我能创意唱诵）”“I can say & do.（我能真实活用词汇）”“I can imitate & talk.（我能完成交际任务）”“I can show.（我能个性展示）”“I can spell.（我能玩转语音）”五个对应文本的情境型学习任务“实作”。

（2）模型要素二：素养型表现性作业目标

开发“细化课程标准—制定教学目标—换位学习目标—迁移作业目标”的目标生成策略，实现“教、学、作、评”目标的一致性，追求学生思维品质、文化意识、语言能力和学习能力的综合素养的系统育成。

（3）模型要素三：素养型表现性作业评价标准

采用多元化的师生共研精进标准的策略，动态生成“学、作、评”一致的“4+n”动态评价标准，让学生对表现作业的优劣认知提高到“知其所以然”的高度。

3.第三步：研·“四阶式”作业设计策略

（1）解读单元内容，确立单元主题意义。基于单元主题主题，以大单元视角横向关联、纵向联结地解读话题文本的图文多元语料，挖掘单元话题背后承载的文本内涵、文化信息和思维发展的关键点。

（2）基于文本情境，创设真实作业情境。关注任务情境的四大特征赋能真实表现：任务情境有吸引力；任务情境有生活迁移性；任务情境有建构空间度；任务情境有适度挑战性。

（3）制作任务清单，开拓多元建构空间。任务清单是学生

高效完成任务的明确路线图。制作任务单的注意要领应：①明确任务的结构类型；②设计详实的清单构成要素；③撰写清晰的任务指导语。

(4)建构质量标准, 品评修正任务内容。建构四个维度的“主题意义性、真实情境性、建构空间度、素养全息性”的表现任务质量的自评检测标准, 实现了任务设计的有据可依。

4.第四步：探·“六环”作业实施路径

首先, 紧扣主题且内容丰富的作品示范给学生塑造一个直观样本; 其次, 评价标准的先知型能引导学生在表现性作业准备过程中向标准方向去接近、靠近; 再者, 任务布置中导航单能帮助学生在短时间内形成内容详尽、体现个性的优秀任务方案雏形。最后, 作品评价者的多重身份能够保证以不同视角的评价来促进作品的进一步优化。

5.第五步：创·“双维度”作业分析方法

(1) 即时欣赏式面批+师生对标式共析

师生评价者共同通过观察、记录、评判, 给与学生作品即时赏析式反馈, 同时, 比对评价标准进行研讨式赏析, 帮助学生了解表现作品的完成质量。

(2) 阶段归类式分析+典例导向式赏析

针对学生群体差异, 进行分类分层性分析和反馈后, 跟进分享优秀作业典例展示, 在对比视角中触动学生精准明晰改进作品的方向。

三、问题解决的成效与社会影响

（一）从“自由失控”到“统一调控”，减轻学生作业负担

“双减”后指向素养提升的作业设计、系统化的作业管理，有效实现控量的统一标准，极大幅度缩短了学生完成作业的数量和时长。作业的完成时机也从课后回家的机械书写到课余时间自由高品质的真实情境“玩”中达成，同时在评价标准的导航下不断优化自己的学习成果，无论从身体还是精神上着实减轻学生负担。

（二）从“知能达标”到“素养培育”，促进学生素养落地

通过表现性评价，主要依托与学生面对面的情景交流方式，客观全面地体现出指向“语言能力、学习能力、文化意识、思维品质”素养落地的学成情况，每个任务的优秀率都有一定幅度的提升。

（三）从“拿来主义”到“优化设计”，提升教师作业设计能力

此理念为教师设计作业提供了一条减负提质的路径，教学活动=学习任务=作业任务，大大缩减了教师设计作业的时间和精力，提升了教师作业设计水平和教学幸福动力。

读·行·研结合，助推学生作业变革

常州市新北区薛家实验小学 陈 云

一、案例背景

一本好书承载并传递的不仅是知识，还有一个民族的价值观和文化自信。正所谓“文以载道”。我们正身处一个科技进步、环境开放，价值观多元、文化多样的时代。眼前的世界，既纷繁绚烂，也充满冲突、泥沙俱下。从这个意义上说，无论是学生还是教师或是其他社会公民，我们比过去更需要通过阅读，去坚定文化自信，明辨是非、通达事理。

开展“读·行·研结合”的大阅读主题活动，是对学生假期作业和课后作业的一种变革，让学生利用课余时间多元的活动中爱上阅读，增加积淀。对组织活动的教师也是一种提升，真正实现教学相长。

二、解决问题的特色做法与经验

（一）读与行结合，利用暑期开展图书馆研学活动

这个8月，班级孩子们的足迹遍布龙城：常州市图书馆、新北区图书馆、秋白书苑、半山书局……他们在这一座座图书馆内沉浸式阅读，在阅读中收获滋养，在书香中奋进成长。

1. 阅游常州，感受龙城书香

5天的研学之旅，孩子们打卡7座心仪的最美图书馆，感受

不同场域带给他们的别样阅读感受。在那里选一本想看的书，静谧的时光，在阅读中悄然飞逝。

这次研学之旅，孩子们还聆听了许多馆长对阅读的见解。新北图书馆的薛馆长向队员们分享了如何高效阅读；儿童阅读推广人姚澄老师用幽默风趣的语言教队员们怎样讲好一本书……广泛的倾听也让孩子们渐渐形成自己对阅读的看法。

2.每日沙龙，分享一天收获

每天早晨，孩子们相聚薛小临平书馆，以晨间分享开启一天的研学之旅，或是读一段感受最深的文字；或是谈一谈书中扣人心弦的情节；或是讨论一番今天想要打卡的图书馆。而当夕阳西下，一天的研学结束时，大家又会重新回到这里，以沙龙的形式交流一天的收获。能够像这样，每天与一群爱阅读的小伙伴一起读书、交流，对班里的每个孩子而言都是一件值得欣喜的事情。

3.多样成果，一展研学所得

研学结束后，大家以多种形式呈现了自己的收获：一篇篇研学日记，一份份详尽的打卡攻略，一个个“讲好一本书”微视频，这些成果记录了孩子们阅读研学的点滴。

（二）读与研结合，多学科融合，开展民间故事阅读研究

开学后，为了让孩子们的趣味阅读之旅得以延续，我校多学科教研组长联合教研，以“走近奇妙的民间故事”为主题，策划让学生利用课后服务、社团时间，完成一系列与“民间故事”有关的阅读研究活动：

阶段一：读

(1) 学习第三单元两个民间故事，感受人物形象，了解民间故事的一般特点。

(2) 推荐《中国民间故事》，自主阅读、摘抄，感受阅读民间故事的乐趣，初步了解民间故事的特点。

(3) 以《中国民间故事》为载体，探寻民间故事在叙事写法上的特点。

阶段二：讲

(1) 通过三篇课文以及口语交际、语文园地的学习，明确创造性复述的方法，练习把故事讲生动，有吸引力。

(2) 以班级为单位，组织开展民间故事会，推选“民间故事大王”。

(3) 以年级组为单位，开展民间故事展演。在美术老师的指导下，绘制宣传海报，制作邀请卡邀请低年级学生代表观摩。

阶段三：绘

(1) 学习课文《牛郎织女》，在美术老师的指导下，绘制连环画，配上文字。

(2) 美术老师指导学生，给自己喜欢的民间故事绘制连环画，交流展示。

(3) 以《中国民间故事》为素材，绘制民间故事人物卡。

阶段四：写

(1) 在老师指导下，缩写《猎人海力布》。

(2) 从《中国民间故事》一书中挑选自己喜欢的民间故事，进行缩写。

(3) 制作民间故事推荐卡，交流展示。

阶段五：赏

(1) 音乐老师带领欣赏由民间故事而创作的经典音乐《梁祝》，畅谈感受。

(2) 音乐老师推荐更丰富的戏剧艺术下的民间故事，让学生多维度欣赏“中国四大民间故事”：越剧选段《梁祝》、江南民歌《孟姜女》等。

阶段六：寻

(1) 由语文老师带领学生探寻民间故事的源头。

(2) 在老师的引领下，探寻民间故事背后的文化。

(3) 学生查找资料、归类整理。

阶段七：创

(1) 在老师的指导下，学生将喜欢的民间故事改编成舞台剧剧本。

(2) 在音乐、美术老师的指导下，进行民间故事舞台剧的排练。

(3) 结合学校童话节活动，进行舞台剧展演。

三、问题解决的成效与社会影响

1.同伴共读，激发阅读内驱力

通过这样的图书馆打卡研学，孩子们在不同的场域内和自己

的同伴共同阅读一本书，读完之后还能进行沙龙式的阅读研讨，极大地激发了他们阅读的内驱力，让他们觉得阅读是一件非常有意思、有意义的事情，取得了很好的效果。

2.主题阅读，提升阅读研究力

已开展的读与行结合的图书馆研学活动和已策划的民间故事研究阅读活动都有一个阅读主题，有明确的阅读任务。在主题要求和任务驱动下，学生的阅读更聚焦，小切口大纵深，更能产生阅读成效，提升学生的阅读研究力。

3.学科融合，增加阅读趣味性

读·行·研结合的大阅读活动，融入了语文、信息、美术、音乐等多个学科，让学生发现阅读不仅可以用眼睛读，还可以调动多感官参与，如手绘、耳听等等，这样丰富的阅读体验，打破了常规的阅读方式，充分增加了阅读的趣味性。

“双减”背景下的高中数学校本化作业设计与实施的思考

常州市田家炳高级中学 徐 颖

一、案例背景

在目前的办学条件下，“一课一辅”的现象比较突出，作业练习的难度使很多同学不能及时完成，缺乏学习动力、无法提升素养、逐渐失去学习信念。面对这样的现状，我校进行了深层次、多角度探究，制定了符合学生实际的个性化、特色化的校本作业。

二、解决问题的特色做法与经验

（一）作业设计有保障

一是建立学生作业总量控制体系。开学初每个备课组确定学期作业总体安排，由年级部确定每周作业安排表。班主任进行汇总、统计和平衡，对作业拖拉同学采取必要的反馈机制。二是建立学生作业批改检查制度。教研组将学生作业批改纳入教学常规，重点对教师作业内容的精选，作业的二次批改进行检查、指导；三是建立作业监管制度。每周从每个班级随机选2人进行会谈，开展专题分析会；四是建立作业弹性评价制度。教师允许学生根据自身情况申请“免做”或延迟上交，让好学生有自主安排的权力，也减轻后进生的负担。

（二）作业内容精挑严选

作业内容精挑严选，合理分层类型上设置了夯实基础类、素养提升类、拓展创新类、实验操作类、阅读习作类、自省反思类

等。在情境设置上尽可能贴近生活，多学科融合，体现五育并举。暑假里备课组将作业设计安排到位，两人一组，一编一审，确保内容符合学情、适合新高考。

（三）作业形式多样，减重复

1.以思维导图的形式设计作业

思维导图运用图文并重的技巧，把各级主题的关系用相互隶属与相关的层级图表现出来，可以帮助学生建构完整有效的知识网络，提升逻辑思维能力。特别是在数学复习课中，思维导图起到了一定的促进作用。比如，将“复数和平面向量”进行对比和联系，从定义、运算法则、注意事项等作为切入口进行概念辨析，同时可以将相应的数学元素以简笔画的形式呈现，这样学生对这部分内容的印象更深刻，这也是学生审视自己学习情况的量表，以便查漏补缺。

2.设计建模类作业，培养创新精神

在高一完成《解三角形》内容教学后，可以设计如下探究性作业：如何用 A4 纸和图形计算器，测量天宁寺的高度呢？在学完《等比数列》后，设计如下作业：调查统计常州地区的 4S 店，在车辆销售促销方面有哪些分期付款的方式，对不同条件和要求的客户，能否设计出多种府库按策略？学生需要充分利用等比数列的知识，解决生活中的分期付款问题。

3.设计研读性作业，培养自主意识

在必修一函数模块结束后，课本 221 页有一节内容《几个函数模型的比较》，教师可以让学生通过信息化手段，自主完成探

究，理解“指数爆炸”的含义，明白指数、二次函数、幂函数、对数函数的大小联系，同时给学生布置画图的作业，让学生充分感知图形的变化趋势，完善知识结构。

4.设计重现型作业，便于查漏补缺

在一个章节结束后可以设置重现型作业。重现型作业以基础概念的理解和简单运用为主，可以从学生前一阶段的作业错题里选择，并设计成题组形式，让学生在做题时能意识到题目之间的区别与联系。

5.设计开放性作业，提升综合素养

比如解析几何中圆锥曲线的定值定点问题，我们可以引导学生举一反三，对命题进行多角度、多层面的改编重组。我们可以指导学生尝试置换一些试题的条件和结论，经历一定的变式、转化、构造训练，完善认知结构和知识体系。

6.设计实践类作业，提升动手能力

为了激发学生的学习立体几何的兴趣，提高学生的实际操作和动手能力，我校高一年级举办了“空间几何体手工模型制作大赛”。同学们利用五一放假以及课余时间参阅空间几何教材，网上搜索几何体制作视频，用彩纸、木棍、塑料棒等等材料制作空间几何体模型，其中包括四面体、正八面体、球体、组合体、正十二面体等等。

7.设计合理的作业评价方式

好作业可以从五个维度去定义：正确率、书写、订正、按时完成、作业完好度。正确率是学习成果的体现，是衡量一份好作

业的重要维度；书写工整是态度认真的体现；及时订正是对知识的查漏补缺；按时完成作业是师生进行良好互动的前提；爱惜作业，整洁干净，是对作业设计者的基本尊重。设计5个印章，在每一次作业批阅时在扉页上盖上评价结果。

8. 高效批改作业，事半功倍

一是随堂限时完成，当堂面批，锻炼学生完成作业的速度及应变能力；二是小组作业批改法，由组长主持，用“好作业”做示范，成员自行逐题研究，从中汲取新颖的解题思路，组长定期“轮流执政”；三是二次加分批改法，教师先对学生作业进行基本打分，加以点评，后期二次批改，正确的话就加分；四是批改“典型”作业法，教师选择典型错误投影，让学生自己发现问题，这是一次系统性的思考和评价的过程；五是开放性作业批改法，展示易错、易混淆的问题，学生自主进行讨论、争辩、教师以“旁观者”的姿态进行最后的总结，对学生标新立异的想法要给予肯定；六是利用信息技术智能批阅，并根据后台的统计数据进行检查查漏补缺。

三、问题解决的成效与社会影响

校本化作业是实现双减政策的有效策略之一。真正提升学生数学学习兴趣和能力的方式不是题海战术，而是更加优质的作业设计形式和评价方式，使每位学生学能所用，真正得到全面发展和提升。

“双减”政策下小学低年级数学作业设计的探索实践

常州市西横街小学 范佳明

“双减”政策的提出，让小学的教育工作朝着新的方向上前进，尤其是低年级的教育。处于这一时期的孩子好奇心强、活泼好动，因此在作业的设计上，更需要考虑这些特点，设计出他们感兴趣的、贴合他们生活实际的作业，引导他们在“玩中学、学中玩”，寓教于乐。基于此，我在平时的数学作业设计中做出了以下几点尝试：

1.“口算达人”评比

计算能力是数学学习的基础，低年级数学教学中大部分内容都是围绕计算进行的，因此适时采用合适的方法巩固计算知识，提高计算能力，就显得尤为重。

为了提高学生的兴趣，我设立了“口算小达人”荣誉称号。平时的家庭作业就是读口算（一页45题），要求：家长或学生自己定闹钟，5分钟内读完或用白纸蒙住答题区域写出答案，不达标可以在家反复练习。第二天利用课前5分钟，当堂测试并校对答案，全对同学奖励一颗“小星星”。累计20颗小星星，可获得由我颁发的印有“口算小达人”称号的表扬信，全班掌声鼓励，拍照留念，同步上传家长群。

由于练习与测试的口算题是一致的，学生逐渐体会到只要努力+细心，就一定可以全对，成功的经验会不断增强学生的自信

心和内驱力。相比其他年级，低年级的家长一般都格外重视孩子的表现，发表扬信、上传“口算小达人”照片，能极大地调动家长的能动性，积极配合老师督促学生完成这项作业。

2. 亲子游戏作业

低年级学生年龄小，比较情绪化，单一的口算练习很容易使他们厌倦，需要不断变化练习的形式，维持数学学习的新鲜感。在“双减”背景下，家庭教育变得越发不可或缺。因此，我在设计作业时尽可能地让家长参与到学生的学习中来，增进家长与学生的情感交流。

如：在教学《分与合》单元时，我就设计了如下作业：请家长利用扑克牌，结合当天学习内容筛选出需要的数字，进行亲子竞赛或接龙游戏。打乱后连摸两张牌，其中稍大一点的数是最终合成的数，稍小的数为分成的数，学生和一位家长比赛或接龙，交替说数的分成与合成，另一位家长当裁判，比比谁说的又对又快！孩子说对了，家长的赞美和鼓励就是学生学习热情的源泉，孩子说的不对，家长也能及时发现孩子的问题，查漏补缺。

这样的亲子作业简单方便、操作性强，极富趣味性。不仅能提高学生反应能力和专注度，还能增进家庭成员之间的情感沟通，满足孩子的情感需求，有利于学生身心健康成长。

3. 走进生活作业

生活中处处有数学，数学蕴藏在生活中的每一个角落。考虑到“双减”背景下，低年级不留书面作业，我将传统作业中的一些

练习转化成生活中的数学探索，让学生亲自动手实践，丰富感知，从而更好地掌握和运用知识。

如：在教学《我们身体上的“尺”》后，我设计如下作业：利用我们自己的身体尺“一拃、一庹、一脚、一步”测量家中物体的长度，拍照记录，课上分享交流。同学们兴趣十足，课堂汇报时个个面带笑容、言之有物。

从司空见惯的生活场景中，挖掘其中蕴藏的数学知识，能够极大地激发学生的学习兴趣，培养他们学会用数学的眼光观察世界的思维习惯。

4.综合创意作业

在“双减”背景下，我们应该以新课程标准为依据，面向全体学生，尊重每位学生个性。因此，教师需要改进传统单一的数学作业形式，设计一些开放性较强的作业，使学生在完成作业时能综合运用各学科的知识，在实践中扬长补短，促进学生个性发展。

如：在教学《有趣的七巧板》后，我要求学生充分发挥自己的想象，还能用七巧板拼出哪些有趣的图案，通过绘画或拼贴作品进行展示和交流。学生们想象力丰富，制作出各种富有创意的作品，有拼成1-9阿拉伯数字的，有拼成各类小动物的，有评出成语故事的，还有拼出古诗意境的……

不知不觉中，数学学习就和美术、语文等学科相融合，不仅提高了学生的审美情趣，还充分发挥了学生的创造力，使每一位

孩子在动手能力、想象能力、审美能力、语言表达能力上都得到了不同的发展。

5. 数学阅读作业

低年级学生喜欢听故事，爱表现自己，但专注力弱，注意力易分散。受识字量的影响，对于低年级学生来说，能否正确读懂题意是数学学习的一大困难。因此，我很注重学生数学阅读兴趣和阅读能力的培养，经常会布置阅读《李毓佩数学故事》、《马小跳学数学》等课外读物的作业，或组织亲子共读活动。同时明确要求：阅读时注意不多字、漏字，语句通顺；用自己的话把故事讲给家长听。同时，在班里不定期举行“数学故事大赛”，鼓励学生勇于挑战自我，分享自己读到的数学小故事。

这类作业不仅能通过阅读培养学生专注力，还能培养他们的口语表达能力。在共学共享中，其他学生也能拓展视野，开阔眼界，了解更多数学的奥秘，增加对数学学习的兴趣。

“双减”落地，减轻学生学习负担的同时，减“量”不减“质”，对我们教师提出了更高的要求。我们应多创新数学作业模式，注重课内外的有效整合，巩固学生基础的同时重视学生动手实践能力的培养，让学生的小手动起来、思维“活”起来，让数学家庭作业成为学生展示自我、张扬个性的舞台！

分层作业，弹性选择，撬动学习方式的变革

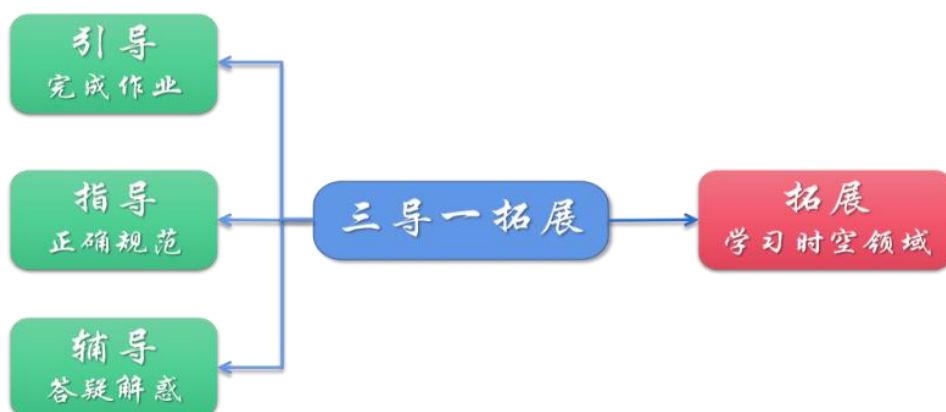
常州市花园小学 恽承恺

我校教师在作业管理中提出“求知的路上，一个也不能少”，为学生“量身定制”的“分层指导、个性化辅导、针对性引导”，让课业辅导随时随地发生，让不同层次的学生得到充分的进步，真正做到“作业不回家”“知识盲点不累积”，帮助不同层次学生学足学好。

一、扎实“课业辅导”

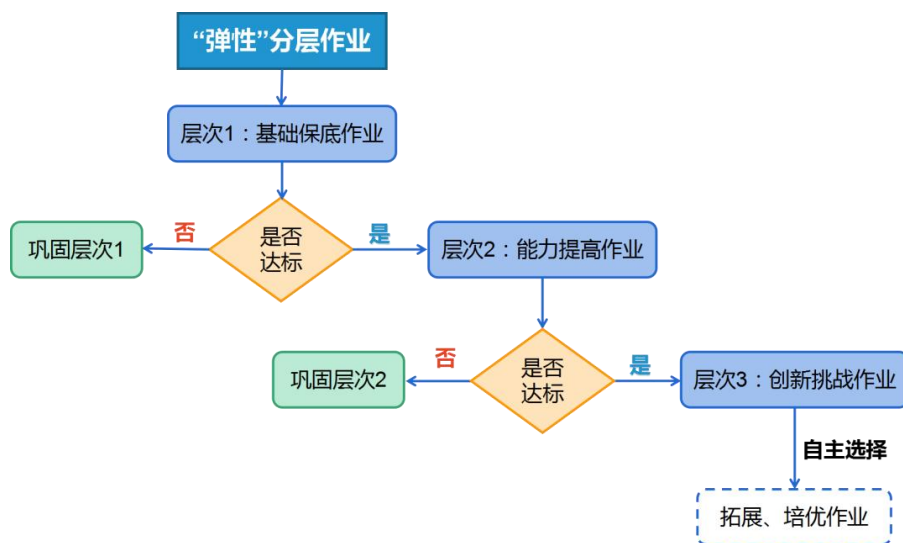
课业辅导是提升课后服务吸引力的关键，也是提升学业质量的关键。每天的课后服务第一时段，由各班任课老师负责，组织学生自主做作业，我校有超过97%的学生参加了第一时段。我们本着“作业优先”的原则，一二年级以当天知识巩固、学科类拓展、课外阅读、实践活动为主。三至六年级则是以作业辅导、课外阅读、综合实践活动、提优拓展为主。在这一时段中老师做到“三导一拓展”：引导学生利用课后服务时间基本完成书面作业；指导学生书写规范、做题正确；辅导帮助学有困难的学生答疑解惑，强化基础，让学生在将知识消化透彻，为学有余力的学生拓展学习空间、学习领域。

学生们在老师的带领下通过完成作业，巩固了当天所学内容，又养成了良好的作业书写、思考质疑、守时守纪的习惯，实现了作业不回家目标。



1.作业设计从分层走向弹性

作业分层设计切合学生个性化发展需求，是减轻学生负担，提高学生学习效率，从而进一步帮助教师改善作业布置方式的有效举措。但在实际应用实践中分层作业设计仍存在问题，分层作业中对学生的分层，容易强化学生的层次定位，学生下意识地给自己贴标签，导致学生学习动力和积极性不高，并且会加重学生之间的两极分化现象。针对这个问题教研组设计了必做、选做、可不做的“弹性”层级作业，在兼顾个性差异和学习能力上，既提供基础保底题，也提供能力提高题和创新挑战题；“弹性”分层作业设计只对作业进行分层而不对学生进行分层，学生可根据自己的学习和理解的实际情况弹性选择自己能按时完成的作业类型，具有动态性和自主选择性。



每天学科难点不同，巩固作业时间也不同，不同学科教师互相协调作业量，根据学生学习情况实时调整，避免发生学科间的重复和冲突，坚守作业底线，切实减轻学生作业负担。

2.作业答疑从团辅走向个辅

我们倡导在班级中按照“同质分组”的原则划分为“独立完成区”“合作完成区”“老师指导区”

分类	基础题 (比重)	提高题 (比重)	拓展题 (比重)	数量分配
A类	小	适中	大	总体少
B类	适中	适中	小	适量
C类	大	小	小	总体多

等多个学习区域。学生选择不同区域，老师开展相应的答疑解惑工作，满足不同层次学生的学习需求。在“教师指导区”，主要以教师答疑为主，成立“角落一对一”，进行现场答疑，有需要的学生可以自主选择，获得针对性、实效性强的个别化辅导，保证学生在校高质量完成作业。在“合作完成区”实行“小讲师”制度，鼓励学有余力的拔尖生与学困生结对进行一对一或一对多的课业帮扶，帮扶的过程也是巩固、梳理、输出知识的过程。

针对不同学习区域提供不同难度等级的学习套餐，低起点的学生，C类套餐练习题目比其他学生的题目多，通过增加练习题目来加强学生对概念和定理的理解、记忆和熟练程度；高起点的学生，A类套餐练习题目数量最少，但思维活动量较大，以促进学生高级思维能力的发展。

3.学习形式从单一走向融合

各教研组、备课组从学生视角出发，根据学生年龄特点，结合学科内容为不同年级、不同层次学生精心设计“自主作业菜单”，推荐具有活动性、综合性、创新性、实践性的作业，给予学生极大的选择创造空间。

如低年级作业辅导，从“写”的单一形式中走出来，让听、说、读、写全面开花，与唱、画、游戏等学生喜闻乐见的形式巧妙结合，把知识技能的训练、创新能力的培养、智能的开发与活动结合起来，让作业变得有趣。

二年级上册语文园地二“部首查字法”的学习就设计了符合学生“最近发展区”的学习任务群。【套餐A】“我会自己学”，面向还没有掌握“部首查字法”的孩子提供微课资源，让孩子们跟着视频一步一步慢慢学，遇到有难度的步骤还可以反复看反复学，直到学会为止；【套餐B】“我来教你学”，适合于已经学会“部首查字法”的学生。让他们当小老师把部首查字法的步骤用图文并茂的方式呈现给大家，制作《查字典攻略》；【套餐C】“我有小窍门”，是为学有余力，自学能力强的孩子设计的开放性、

挑战性任务。他们不仅熟练掌握了“部首查字法”，更在日常使用的过程中对字典有了更多的了解，发现和归纳出了许多提高查字典效率的小窍门。



二、加强“培优辅弱”

我校教师把个性化辅导、针对性管理落到实处，把对学生的“培优拔潜”列为学校常态工作之一，最终实现全员提升、全员成才的质量目标，加强了对拔尖生和潜能生的培养。对于拔尖生，弥补“最近发展区”或“临界区域”是关键，进行有针对性的提升。对于潜能生，夯实基础是关键，赏识教育是核心，努力提高学生的学习兴趣，慢慢教会他们学习方法。

第二时段是个性社团时间。在这一时段进行各年级尖子生的集中培优，实行套餐式拓展，在实践层面、生活层面和个性化层面上加以延展。如具有多年数学学科背景的美术教师，将美术创意画与数学思维相结合，在多彩的绘画中教孩子们玩数学游戏，既培养学生丰富的想象力又提升学生的数学思维能力，也为中高年级选拔数学拔尖生打下基础。

对于中高年级来说，尤其是高年段学生的不同学科特长已有所展现。利用第二时段，各年级选拔学科拔尖生开设走班培优课程，优秀教师执教，精心备课，通过限时专项练习，帮助学有余力的孩子拓宽学科知识面，加深学科理解，在“限时”的课堂中，追求教学效果的最大化；在“限时”的作业量中，提升作业的含金量。

我校围绕“不但要让学生现在学得好，更要让学生将来发展得好”的目标，面向全员扎实课业辅导，针对拔尖生和潜能生加强培优辅弱，培养学生自主学习、自主钻研、善于思考、勇于质疑的良好学习习惯；引导学生互帮互助，让学生不但能学进去，更能讲出来；激发学生学习的内生动力，引导学生会思考、敢质疑、勇展示的优良学习品质。通过课后服务期间有针对性、有目标、高质量的辅导，努力让每一位学生享受到适合的教育，让每个学生“过正常而积极的童年生活”。

信息技术助推作业精准分层

常州市虹景中学 陈亚红

长期以来，由于受教育资源配置不均衡、应试教育等因素的影响，学校和教师往往以大量的课后作业和考试作为提高学生成绩的主要方式。但存在作业量与难度难以均衡、作业评价与指导耗时费力、作业的形式单一效率低等困难。数字化和网络化的教学资源一直以来都是教育教学改革的重要方向。根据“双减”提出的精准分析学情和精准作业设计的要求，在充分考虑学生个体差异的基础上，积极落实提高作业管理水平、提升课后服务质量以及提高教育教学水平等核心任务，并产生了一系列基于“双减”理念的“智慧”作业平台，利用其加强作业管理。

一、作业精准分层的探究

作业精准分层标准的建立也应当依据学生的最近发展区，为学生设计难度适中的作业，以充分调动学生的积极性，促进学生的进步，不断推动最近发展区向前发展。

（一）分层指标

作业精准分层的目标是根据学生的能力和学习需求，将他们分成不同能力水平的群体，提供不同层次的作业任务，以满足学生的个性化学习需求，其基础指标包括作业量、作业难度、作业时间控制等。对于基础较好、能力水平较高的同学，教师可以基

于最近发展区为他提供进阶难度的作业练习；对于基础较为薄弱的学生，则可以提供一些基础性练习题和错题反复训练。

（二）实施原则

在作业精准分层过程中需要遵循一定的原则，以确保作业的布置符合学生的认知规律、学科特点和教学目标。在具体实施过程中，一方面需要遵循主体明确原则，以学生为中心，教师作为引导者和教学支架，通过学生自主学习和教师针对性指导，及时提供强化反馈，以促进学生理解掌握知识，培养学生的能力水平；另一方面要注重目标导向原则，不能一味的追求个性化分层，脱离教育教学目标。在教学过程中，作业的布置首先需要符合教学目标与学科内容，其次要依据学生的个性化特点，遵循小步子原则，为不同的学生设定分层目标，进而实现最终目标。

二、应用作业测评系统

（一）应用流程

1.收集学生信息

收集学生的基本信息，如年龄、性别、学校、年级、科目等，以便为学生分配适当的作业。

2.分析学生能力

根据学生的历史表现和测试数据，分析学生的能力水平，包括知识点掌握情况、学习风格、学习速度、学习态度等。

3.确定学习目标

根据学生的能力水平和学习特点，确定学生的学习目标和学

习重点，包括需要重点掌握的知识点、需要提高的技能、需要加强的能力等。

4.制定作业计划

根据学生的学习目标和学习重点，制定适当的作业计划，包括作业类型、量与难度、作业截止日期等，确保每个学生都能得到适当的挑战和支持。

5.评估作业效果

对每个学生完成的作业进行评估，根据作业成绩、作业质量、学生反馈等多个指标，分析学生的学习情况和作业效果，为下一步制定作业计划提供参考。

6.调整作业计划

根据学生的评估结果和学习需求，及时调整作业计划，包括调整作业类型、量与难度、作业截止日期等，确保每个学生都能得到更加精准的作业支持。

7.持续优化效果

不断收集学生的反馈和评估结果，不断优化作业计划和评估方法，确保学生能够得到最好的学习效果。

（二）使用案例

2021-2022 学年度下学期，部分学生由于基础不牢，学习状态不佳，导致期中检测成绩较差。针对这种情况，学校首先利用作业测评系统对这些学生的学情数据进行收集，然后根据他们的能力和学习需求设定个性化的作业任务，为他们的薄弱点、理解

困难的知识点，提供额外的练习和补充材料；同时，学校还要求学生利用作业测评系统所包含的在线教师答疑、学习小组讨论、个别辅导等模块自主进行额外的补充学习，促进他们更好的掌握知识点。通过近 2 个月的使用，这些学生的期末考试成绩均获得不同程度的提升。

依托学校的作业测评系统项目，“变革了教师的教学模式、学生的学习模式”，从而也改变了学校的决策模式、家长的参与模式。以数据为依据，初步实现了教师的教、学生的学、学校的决策等方面精准化。

以跨学科主题作业激发学习内驱力

常州市兰陵中学 张永康

近几年，随着新一轮的课改和“双减”政策的提出，对中学学科作业设计提出了更高的要求。学校围绕“以学习为中心”的教学改革，始终将作业设计与创新作为落实“双减”政策、推动学科发展以及提升学生学习力的重要抓手。2022年课程标准颁布之后，跨学科学习成为学科教学的重要组成部分。2022-2023学年学校课程处从教学实际出发，制定了以教研组合作为基础的跨学科主题作业设计与实施方案，进行了一学期的实践。学生对于跨学科主题作业展现出了极为浓厚的兴趣，呈现出了一批较为优秀的作业。

一、设计实施跨学科主题作业

（一）制定方案

学校2022学年第一学期，由课程处牵头，组织教研组和备课组长经过三轮研讨，制定了《跨学科主题作业设计与实施方案》。明确了以下事项：

- 1.每月在七、八年级设计布置一项学科融合、富有乐趣、贴近生活、方便探究的跨学科主题作业；
- 2.每月由一个教研组牵头设计、制定跨学科作业主题、方案和作业任务单，课程处组织相关教研组进行研讨修改；
- 3.主题作业由涉及的学科教师共同布置并加以解说和辅导；

4.主题作业学生以班级为单位，分小组在一个月的时间内，利用课余和双休完成；

5.每月由教研组牵头组织学生进行作业展示，组织相关教师进行作业点评与讲解，由课程处对优秀小组作业进行表扬和展评。

（二）实施方案

2023 学年第二学期开学初，课程处组织各教研组拟定各月跨学科作业主题和每月的牵头教研组。

2023 学年第二学期跨学科主题作业安排表

时间	作业主题	负责	共同实施
二月	古代诗词里的科学知识	物理组	生化组、语文组、地理组
三月	学习雷锋好榜样	政史地组	艺术组、团委
四月	“逛”菜市场	生化组	数学组
五月	三人篮球班级联赛	体育组	艺术组

以跨学科主题作业——《古代诗词里的科学知识》为例。

第一，跨学科作业主题。在春节期间电影《满江红》广受师生瞩目，岳飞的《满江红》更激发起大家浓浓的家国情怀。古代诗词是中华民族的宝贵财富，不仅展现了中华文学的瑰丽，也蕴含着中国古人对于自然的观察与理解。物理教研组敏锐地把握住了这一“热点”知识，提出作业主题《古代诗词里的科学知识》。

第二，集备设计跨学科作业。物理教研组敏锐地把握住了这

一“热点”知识，与语文、化学、生物、地理等教研组联合集备，制定二月跨学科主题作业方案与作业任务单。使用作业任务单是为了清晰地呈现作业的内涵和要求，对学生完成作业进行有效引导。学生作业成果展示可以运用绘画、照片甚至拍摄了视频等多种手段。

第二，布置跨学科作业。物理老师将联合语文、地理、生物以及化学老师，在课堂上对学生进行主题作业讲解与分析，介绍有关的项目化主题式学习的方式方法，明确作业呈现的要求。

第三，跨学科作业过程辅导。每一位相关学科教师会有针对性地负责跟踪几组学生，帮助学生剖析主题，提供相关学科知识和探究方法的支持与引导。

第四，作业展评。由物理组组织学生在课堂上进行主题学习成果的展示，由跨学科教师团队进行点评。对于作业的呈现方式持开放态度，教师更是鼓励学生能够以多种形式展现小组合作以及探究的过程和结果。

通过作业展评，学校发现同学们对于跨学科作业展现出了极大的热情。在小组合作中，学生阅读了大量诗词，寻找到了许多蕴含科学知识的诗句，例如八（4）班张子强小组，找到一首《暮江吟》，“一道残阳铺水中，半江瑟瑟半江红。可怜九月初三夜，露似真珠月似弓。”并从这首诗里发现了物理中所学的光的折射与反射，并通过一幅画将诗作和物理原理加以呈现。七（3）班的冯子豪小组用地理学中海拔对温度变化的影响理解了“人间四

月芳菲尽，山寺桃花始盛开”现象产生的原因。八（2）班孙震小组根据光的折射知识解释了“潭清疑水浅”的奥秘。八（3）班苑好晨小组用微生物的知识阐述“落红不是无情物，化作春泥更护花”的道理。

二、主题作业激发师生内驱力

跨学科主题作业的实施过程带来许多惊喜。有一些学生主动向老师询问“以后是否还会有跨学科主题作业”；有一些学生开始猜测作业的主题；一些完成作业困难的同学开始主动参与。这让大家意识到跨学科主题作业不仅仅是作业内容和形式的改变，更重要的是能激发学生学习的内驱力，学生对作业感兴趣，愿意投入时间和精力，进行探究、实验、走访、分析、总结，那么这样的作业即便需要学生花费一定的时间和精力，对他们而言也不是负担。

跨学科主题作业的实施也给参与教师带来了较大触动。许多教师对于 2022 年课标上跨学科教学的要求是存在疑惑的，不知道跨学科教学如何展开，对跨学科教学的意义不能完全理解。学校层面组织的跨学科主题作业与学科内的跨学科教学虽然有着一定的差异，但当老师参与了本轮跨学科主题作业的设计与实施之后，他们对跨学科教学的意义有了真切地体会，他们将观察到生活化的问题对于学生学习的意义。跨学科作业的实施能激发教师对于跨学科教学探究的内驱力。

当第一次学校层面的跨学科主题作业顺利实施，强化了我们

每月设计实施一项跨学科主题作业的决心，也让接下来实施科学课主题作业的牵头教研组有了信心。体育教研组在设计6月体育活动的时候，主动提出了将跨学科主题作业与篮球3对3联赛相融合。各班同学除了参与篮球比赛，还要进行队服、口号、旗帜的设计，以及啦啦操展评。篮球比赛不再是几个男生在赛场上比拼，更是全班同学共同参与、共同完成、共同比赛。课程处以微信公众号，完整地展示了每一次跨学科主题作业的实施过程和结果，得到了家长、学生和老师的肯定，学校见习督学将跨学科主题作业写入了督学案例汇报，常州晚报以《跨学科融合的“LBA”，燃动校园》为标题进行了报道。

“双减”背景下小学英语高年段单元作业的进阶设计

常州市紫云小学 郭云燕 吴洪菲

为落实“双减”政策，提高小学英语教学质量，我校英语组聚焦于单元整体教学，以求通过单元作业进阶设计来解决传统英语作业机械化、枯燥化的缺点，优化作业设计形式，达到增质减负的作用。

一、结合学生个性，设计分层作业

（一）基础、进阶、提优难度层次设计

结合教学重难点，通过基础、进阶、提优三个层次的作业设计来进行层层递进，实现知识内容的巩固。其中，基础作业适用于全体学生，以满足突破单元教学重难点内容为目标。进阶作业主要适用于基础比较扎实，但自身能力一般的学生，对单元知识内容进行延伸，进一步加深理解和运用。提优作业符合能力强、基础好的学生需求，让他们在能够熟练掌握和运用重难点知识的基础上进行创新训练，实现自身能力的拔高。

（二）词汇、句式、语篇结构层次设计

小学英语高年段单元作业设计还可以将每个单元的课时内容作为主线，基于单元内容，教师在设计作业时，应将其与分课时目标结合，聚焦每课时学习内容的同时关注内容间的联系，有针对性地设计课时作业，使各任务在单元整体目标的统一中实现逐步深入、逐层递进。

二、围绕课程需求，设计多元作业

（一）情境作业，协助学生巩固基础知识

在进行单元作业的进阶设计时，可以为学生创设一定的情境作业，使他们能够在语境中进行功能语句的应用。如五下 Unit 4 Seeing the doctor 这一单元作业设计时，教师设计了制作病历卡这一更加贴合实际生活的书面作业，协助学生进行基础知识巩固的同时锻炼学生的发散思维及综合能力，体现出对他人的关怀，实现小学英语学科的育人价值。

（二）互动作业，锻炼学生口语表达能力

在进行作业设计时，考虑学生的口语能力、语言表达能力以及对知识内容的掌握情况，教师设计相应的作业让学生根据自身需求来选择完成。基础薄弱的学生需要能够听清正确的读音并且能够模仿所听到的对话；基础良好的学生需要能够使用正确并且流利的口语来实现对话朗读，朗读过程中还需要把控语音和语调的正确性；学有余力的学生需要将对话结合肢体语言进行展示，以达到语言和肢体的协调性。

（三）游戏作业，培养学生个人综合素养

在进行小学英语高年段课堂作业设计时，教师为学生提供一些游戏环节，利用丰富有趣的故事情节来引导学生积累词汇。例如在进行新授课的词汇及句型教学时，教师通过“一锤定音”游戏，在黑板上贴上单词句子卡片，邀请学生用“万能锤”，锤到哪个单词或句型就读哪个，慢慢加快速度。

三、结合素养发展，设计实践作业

（一）英语影片配音，锻炼口语能力

单元作业设计过程中需要考虑对学生语言表达能力、思维拓展能力、文化意识等多方面的提升，因此在进行单元作业设计时，教师设计英语影片配音作业，要求学生选择一段自己喜欢的英语影片节选，自己进行配音，并且展示给其他同学。在展示过程中培养学生的自信，通过学习原影片中的台词来提升语言表达能力和语感，同时将电影中的台词转换为自己的理解进行掌握。

（二）英语活动日，凸显语言交流特色

教师可以围绕单元知识内容开展相应的英语活动日，在英语活动中进行实践创新。如六年级上册 Unit 6 Keep our city clean, 教师开展以“City cleaner”为主题的英语活动日，组织学生以小组为单位去公园、步行街、地铁站等地方打扫卫生，包括捡废纸屑，清扫树叶、垃圾等。让学生在社会公益活动中进行实践训练，培养学生的劳动技巧，同时锻炼学生的感恩之心。学生在参加完公益活动之后，学生与同伴交流自己的活动心得，并围绕 Keep our city clean 这一单元目标语言写一篇活动心得或完成一份倡议书，并和教师、同学分享、交流。在这个过程中，学生能够加深对单元主题意义的理解，并且在实践过程中进行审美能力、创新能力的培养，提升学生的综合素质。

四、围绕学生情况，设计多元评价

（一）书面点评，评价学生作业成果

在进行学生作业成果书面点评时，除了从学生作业的完成率

出发以外，还需要考虑学生的书写情况和正确率，这能够展现学生学习的态度和知识内容掌握情况，同时，还需要结合学生的实际情况，参考学生的能力和基础进行点评。在评价过程中，要注重对学生的鼓励，不忽视每一个学生微小的进步，不吝啬每一句表扬的话语。

（二）学生互评，相互了解学习情况

在展开多元评价时，进行学生之间的相互评价，以此来更加了解学生的实际学习情况、实际学习态度等等。在课中实践作业时，学生需要小组合作来共同完成，由于学生比较多，分组也比较多，教师不能时时刻刻了解每一个学生在小组活动中的参与情况，这就需要学生之间的相互评价，从而能够更好地针对学生的实际情况对教学方案和分层管理进行调整。

（三）学生自评，完成自我查漏补缺

在完成作业时，光靠教师平时的了解并不能完全分辨，而学生能够根据自身完成作业过程中情况判断作业的难易程度，通过自评来帮助教师加深了解，也能够实现自我查漏补缺，找到自己在学习过程中的短板从而进行完善。

我校英语组建立了校本作业资源库，根据学生学习需要，及时、自主提取，促进优质作业资源的普及和共享。进阶作业适应学生个性发展的需要，以多样的形式、丰富的内容激发学生的学习兴趣和发展潜能，为学生成长赋能。

指向城乡优质均衡的“互联网+双师课堂”创新实践

溧阳市文化小学 何新华 罗志龙

溧阳市文化小学在溧阳市教师发展中心的指导下，利用“互联网+双师课堂”的形式弥补农村教师结构性短缺问题，实现城乡学生享受同等优质的教学资源资源，并以点带面帮助教师的专业成长，实现教育理念的跨界融合，完成互联网教学与学科知识的重塑，以及实现校际之间的优势互补，提升整体教学质量，实现义务教育城乡优质资源均衡。

一、做好统筹规划，优化实施机制

1.计划实施以“需”为先

每学期初，由乡村听讲学校根据实际情况提出需求，再由教师发展中心组织城市主讲学校进行“招标”和“分配”，制定好学期计划、双周计划，压实任务主体，保障过程实效。

2.师资选拔以“质”取胜

主讲教师的选拔注重“质”，选择具备扎实的教学基本功、出众的教学能力、较强的责任心和进取心的老师，通过自我报名、教研组推荐、学校择优等层层选拔。《溧阳市城乡结对互动课堂（双师课堂）实施方案》的出台，保障了参与“互联网+双师课堂”教师的权益，激发了教师对于新教学模式的兴趣，让教师能够灵活、创新地实践。

3.过程监控有“章”可依

依托《溧阳市城乡结对互动课堂（双师课堂）实施方案》，加强项目过程性监控，形成定期报告制度，最终实现教育的精准

“扶贫”，为乡村学生获取优质教学资源提供可行性方案。

二、明确范式行为，主动参与课堂

为了让乡村学校听讲教师更多地参与、快速地提升，我们设计了“互联网+双师课堂”范式结构，明确了双师协作行为。

1.规定范式结构

“互联网+双师课堂”结构范式（如图1）由主讲教师、听讲教师、主讲教室学生、听讲教室学生以及两个模块（协同备课模块、直播模块）组成，协同备课模块可以利用即时通讯工具，主要实现两位教师学情分析、备课、课后反思等，控制学生的学习进度。直播模块可以实现教学过程中两地师师、师生、生生课堂互动，相互启发、思维引领、建构知识。教师与本地学生面对面交互，主讲教师与听讲教师协同收集两地学生动态学习数据，并进行分析组织评价。

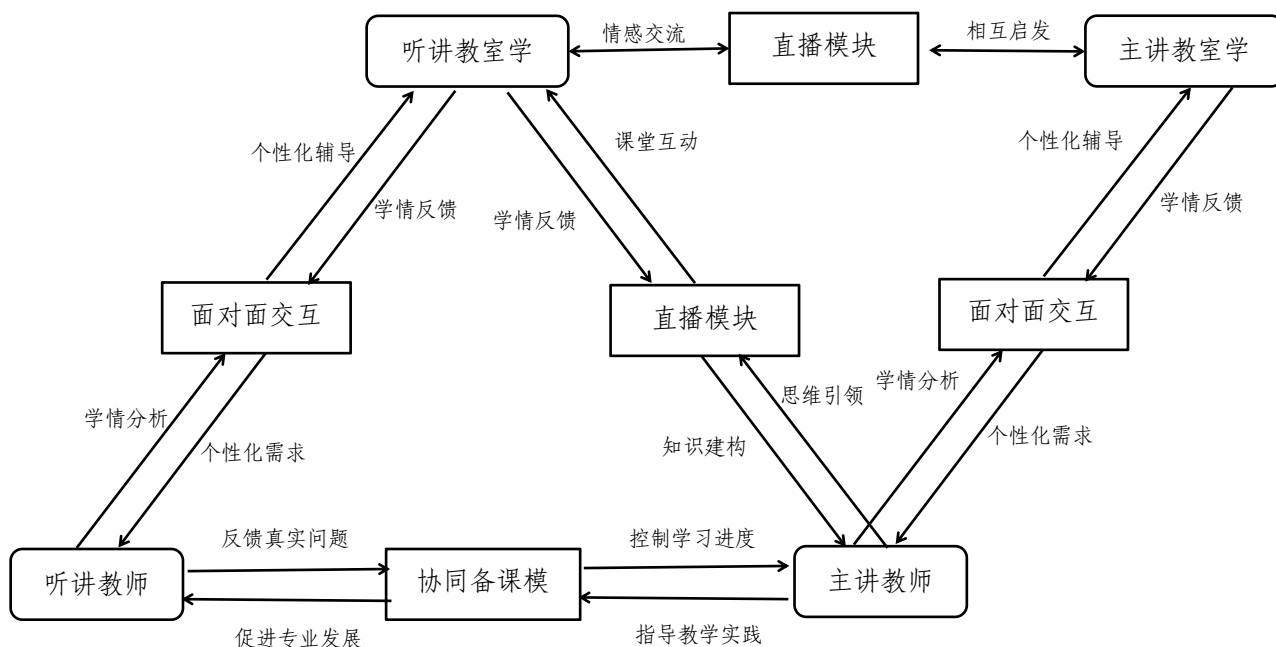


图1 互联网+双师课堂范式结构

2.明确协作行为

双师协作行为（如图2）主要分成课前、课中、课后三个阶段。课前，我们采取“三备课”的形式，主讲和听讲教师结合双方学情和教学内容作具体研讨，在此基础上由主讲教师完成第一次备课，然后由听讲教师结合听讲学生学情进行修改，完成行第二次备课，最后双方讨论确定教案，完成第三次备课。在此过程中，主讲和听讲教师熟知各个教学节点，为实施课堂教学做好准备。课中，双方教师紧密合作，共同管理课堂，在主讲教师的引导下推进教学流程，主讲教师根据听讲教师的观察和建议，适时调整教学策略或方法。双方共同为学生创造一个活跃和多元的学习环境，通过师生互动、生生讨论等形式激发学生的学习兴趣 and 热情。课后，听讲教师可以从主讲教师处获得学生学习进度和效果的反馈，切实做好辅导答疑。双方借助“同步教研”活动，建立评价机制，通过主讲教师、听讲教师、学生甚至听课教师对课堂效果进行评价和反馈，推动“双师课堂”不断完善。

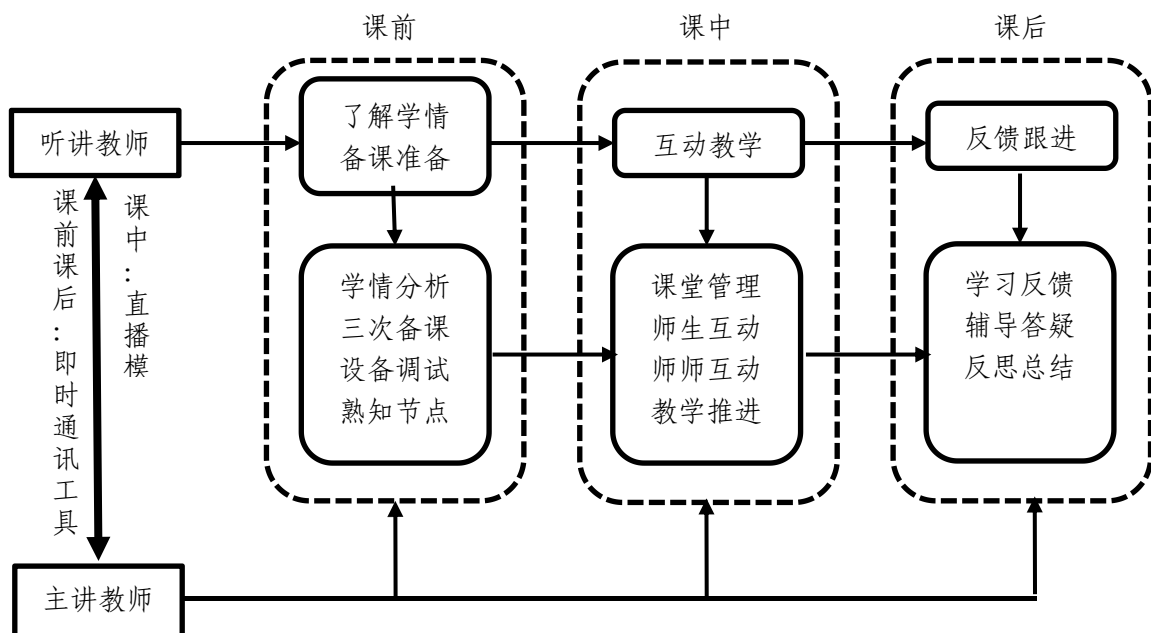


图2 双师协作互动行为

三、改进课堂策略，增强互动实效

“互联网+双师课堂”授课方式主要通过两块大屏实现，主讲教师难以观察听讲学生的学习进度、学习状态，学生也不能清晰地看见主讲教师的肢体及表情语言，时空的距离导致了听讲学生主动性降低。我们可以通过改进技术手段和教学策略，增加“双师课堂”的互动实效。

首先，充分挖掘现有平台的交流功能，利用多种技术手段如学科 APP、网络学习空间、智慧教育平台、智能学科工具、数据收集工具等解决人机交互和人际交流的短板。

其次，从改进课堂入手，设计多样的课堂活动方式，通过异地师师、师生、生生之间的互动和相互补充，在一定程度上促进两地师生的情感交流。教学中采用抢答、讨论、辩论、作品展示、互相点评等方式，根据两地特别是听讲教室生成性内容及时调整教学，可以使课堂互动更加有效。在导入环节开展恰当的游戏活动，能够最大地激发听讲学生的学习兴趣，增强互动意愿。比如，利用希沃同屏技术使两地学生同玩交互游戏，在竞争中互动，在互动中提升。在教学过程中增加互动点评，强化学生互动意识。比如，在信息双师课堂中，通过腾讯会议和广播教学软件将双方学生机上的画面实时传送到对方机房，重点由听讲学生对操作方法和作品进行演示，两地学生开展互动点评。学生的智慧在网络中穿梭，情感在交流中升温，能力在互动中提高。在结果评价中可以设计作品比拼，点燃学生互动热情。比如，美术双师课的作品比拼环节，两地学生的多幅作品同时在互动一体机呈现并随时放大展现细节，缩小完美对比。主讲教师组织两地学生进行自评、

互评，“陌生朋友”的点评牢牢地吸引两地学生的注意力，使全体学生进入思维活跃、情绪高涨的积极学习状态。

四、灵活使用技术，避免干扰因素

为避免教学中经常会出现声音中断、画面延迟卡顿等情况发生，定期开展设备检测、升级和完善，尽量减少教学中的外在干扰因素，以保证教学过程的流畅性，提升教学效果。对于受延迟影响最大的音乐课，通过两地学生分开演唱、接力演唱、竞赛演唱，既避免了网络延迟带来的声音嘈杂，也能让两地学生互相欣赏，拉近距离。同时，我们要结合相关技术的特点进行设计，比如，利用直播模块进行课堂交互，利用腾讯会议同步课件画面，利用微信传输学生作品或作业照片。

“互联网+双师课堂”的有效实施，为乡村学校学生提供了更丰富的教学资源、更好的学习机会，双师的紧密合作促进了彼此的专业成长和教学水平的提高，最终推动义务教育优质均衡发展。

混融式校本教研 助力“双减”提质

常州市新北区香槟湖小学 吕佳音 黄松华

校本教研是积极响应“双减”政策，有效助推双减提质重要路径。但现今校本教研存在学科本位、学段局限、方式单一等问题，为有效破解困境，我校立足“混融”理念，以混融式校本教研助力双减提质增效。

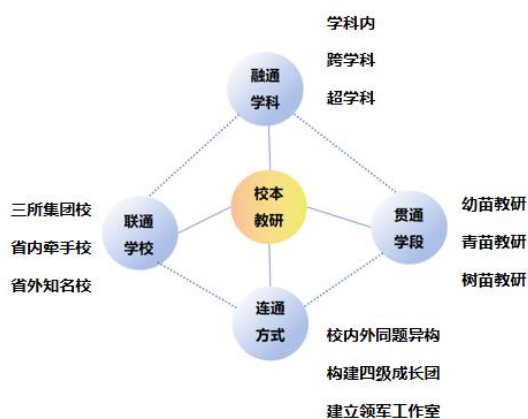


图 1 混融式校本教研模型

一、融通学科：推进校本教研的深度

期初，学校紧紧围绕“双减”政策，以“混融”为理念，从学生发展需求出发，通过学科内、跨学科、超学科三级融通，共同带动教师有针对性地开展研修活动。

1.学科内融通：学校进行了“化、联、跨、展”一体化设计。“化”即学科目标的校本化、年段目标的序列化和课时目标的精准化；“联”是指对教学内容的融合、教学资源的整合、现代教学手段的运用等；“跨”则是对学习方式、学习时空的跨界思考，从而

实现学习方式的变革；“展”是通过多元评价让学生学习的成果和思维状态能得到充分展现，进一步促进学习目标达成。

2.跨学科融通：各教研组在期初教研活动时，组织教师对现行教材内容进行梳理，成立骨干教师先行小组，寻找知识的相通点与融合点，实现不同学科教材内容的组合，从而确定主题和内容。

3.超学科融通：我们以尊重孩子的天性和兴趣为出发点，以问题为驱动，以自主、合作、探究、创造、实践为主要学习方式，注重同一内容在不同学科中的综合运用，打破学科壁垒，培养学生高阶思维，推动学生认知水平发展。

二、联通学校：拓展校本教研的宽度

基于“混融”理念，我校主张打破校本教研时空制约，实施跨区域联合教研，积极打造“1 + 3 + X”的联通学校校本模式，即联通三所集团校、省内牵手校、省外知名校，有效拓展校本教研宽度。

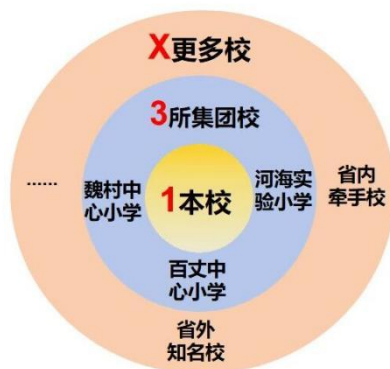


图 2“1 + 3 + X”联通学校校本模式图

1.联通三所区集团校，建设成长共同体。我校在区域集团内

组成学科研究先行组、学研共研组、管理共同体等，通过学科跟进、研究对象跟进、项目方案跟进，与集团内学校开展项目研讨活动，建立资源共享、经验共享、成果共享等，实现集团教师同生共长，学校互促共进。

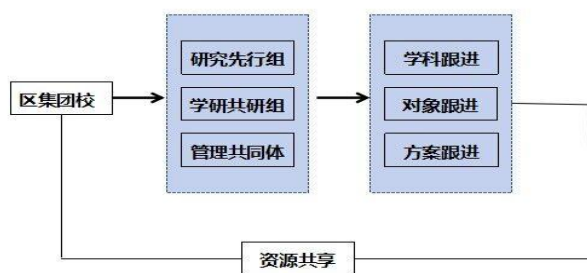


图 3 联通集团校教研活动流程图

2.联通省内牵手校，组建发展局域网。将联合教研的重点放在课后的研讨，先同台展示、再互通共研，“同台展示”展现各地教学理念特色，实现教学水平共同发展的目的；“互通共研”则通过共享教学策略、备课过程、教学反思等经验，推动区域间高质量教学均衡发展。

3.联通省外知名校，打造优质强磁场。与省外名校牵手，学习他们先进的教育理念，以主题式教研开展活动，就某项课题或项目与其他省名校进行研讨，听取名校名师的建议指导，同时也展示了我校的教研力量。

三、贯通学段：提升校本教研的高度

我校以贯通学段的校本教研，实现各学段间的有效衔接。通过梳理同学科不同学段的知识、素养的进阶，与幼儿园、中学进行联合教研，即幼苗教研、青苗教研、树苗教研，实现贯通学段

校本教研效果最大化。

1. 幼苗教研，形成共识：我校设计基于课程标准的幼儿园和小学低年级的“幼苗教研”计划，实现幼儿园的活动设计与小学的学习设计的深度衔接。参与人员多元，研讨内容多元，研讨成果推广涉及幼儿园、小学、家庭，研讨与实践改进的质量更有利及完善的保障。

2. 青苗教研，达成互联：我校组建了由校长领衔的“香槟心育组”，针对“三年级现象”开展专项校本教研，通过设计“秘密花园”“阳光小屋”“悄悄话”等心育场域、“香槟心湖泛舟”心理夜谈推文、“你好，三年级”主题课程等，为三年级学生提供系统的成长专项指导。

3. 树苗教研，形成合力：我校与周边中学联合开展小初衔接性教研，设计小学和初中学段的“树苗教研”计划，我校作为大中小学思政课一体化建设领衔校，深化沟通小学知识板块和初中知识板块的纵向对比，为缓解青春期、叛逆期做好科学沟通与交流，探讨提升基础教育初中学段的创新能力培养路径。

四、连通方式：增值校本教研的效度

学校以“问题·行动·反思”的研究链助推校本教研三要义的内涵更迭和效果提升，即以“认知迭代、互助合作、专业引领”相融合的教研三要义，提升教师实施课程能力，赋能学生更好地成长。

1. 校内外同课异构，聚焦课堂质量。我校采取了校内外同课异构的组织形式，成立各学科各年级磨课团队，有效破解教师对

新课标理念理解不到位，突破个人能力边界，实现认知迭代，便于老师统一思想“做起来”。

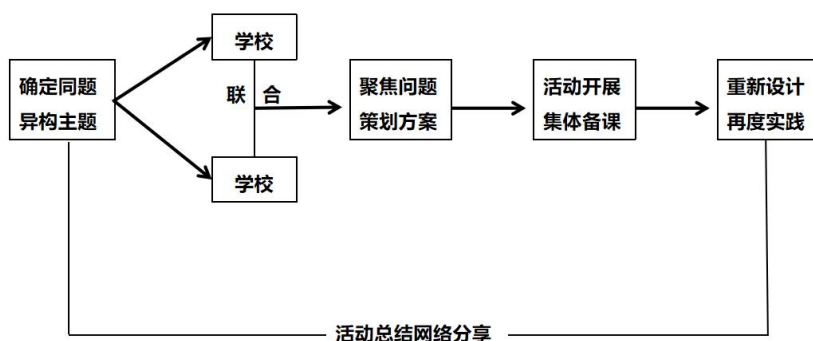


图 4 联通省内教研活动流程图

2.构建四级成长团，聚焦专业发展。学校构建了四级成长团。每个成长团围绕不同的“五个一”活动，周周有研讨，月月有分享，年年有汇报。参与互动式的校本教研实现教师间的协作成长，让教师差异化成长成为校内每个老师的自觉行为，真正让每位老师“动起来”。

3.建立领军工作室，聚焦综合素养。我校搭建“领军团工作室”，引入专业研究人员，充分挖掘“领军”教师的示范带动作用，形成了“任务驱动——组建团队——合作研讨——成果发布”工作室教研范式。在集体带动和自主驱动的双驱模式下，破解教师研究能力局限，帮助期待有所突破的老师“站起来”。

“抱朴”课堂——基于真实学情的课堂教学新样态

常州市武进区南塘桥小学 陆 静

南塘桥小学积极开展基于真实学情的课堂教学实践探索，以“抱朴”文化为统领，以培养具有“公正诚朴”、“勇于实践”、“善于探究”气质的“朴真”学子为目标，以“提升课堂品质，提高课堂效益；消除课堂泡沫，构建抱朴课堂”为宗旨，以“三单”为实施抓手，基于真实的学情，展开精准的教学，使课堂“确保有效，增加实效，力争高效”，实现了减负提效。

一、基于真实数据的课堂教学问题剖析

我们对本校和本地区小学课堂教学现状进行调查。在此基础上，通过专家引领，文献研究等途径，分析现状，找寻存在的问题，梳理出了以下教与学两方面的六大主要问题：

（一）教的方面

组织互动交流缺乏广度和深度；指导小组合作缺乏深度和细度；实施效果检测缺乏效度和准度。

（二）学的方面

课堂参与缺少主动性；小组合作缺乏有效性；课前预习缺乏针对性。

二、指向问题解决的课堂教学建议思考

我们根据调查访谈、课堂观察过程中发现的课堂问题，努力寻找“抱朴”文化与课堂教学的结合点，以找到解决课堂问题的建

议：基于真实问题，根据真实学情，创设真实情境，根据真实情况，实施真实检测。

三、遵循教学建议的“抱朴”课堂特征研究

遵循以上教学建议，提炼出新样态课堂的基本理论：即应以教材、教师、学生、学习课堂四要素为本，确立基于学生发展的教学议题，深化基于学科本质的知识理解，创设基于知识应用的问题情境，开展基于素养培育的学科活动。

在此基础上，我们设计了相关的师生课堂观察量表和课堂评价表，对教师研讨课的整个过程进行科学的有针对性的设计，形成了基于“三单”进行课堂教学和课堂反思的真实的教学案例。

四、“普适+定制”的课堂教学模式建构

以“教学方式”变革为载体，具体包括“教”的方式变革、“学”的方式变革、“研”的方式变革、“评”的方式变革，在“教—学—研—评”变革中创建新的模式，促进师生幸福成长。

（一）凝练普适的教学模式

从教师和学生两个方面，对课前、课内、课后整个教和学的过程进行系统设计，主要包括课前的自主学习，课上的深度研讨、分析提炼、当堂训练和课后的拓展延伸等五个环节。整个流程以“五真”为出发点和目标，以“三单”的设计为依托，把宏观学情、中观学情和微观学情的分析落实到备课过程中，关注作业设计，关注“二次备课”，使备课的过程“动”起来。

（二）探索分科的教学变式

以核心素养的培养要求为导向，根据具体学科和课型的要求

而有所变通，进行多种变式。

五、依托学习“三单”的“抱朴”课堂教学策略

（一）“三单”的科学编制和使用

根据年段特点、学科特点以及不同课型的特点，编制体现能力进阶的，内容科学的“三单”。

（二）“三单”的编制方法和依据

把基于学科核心素养培养目标，基于本课课时目标，基于学生认知状况作为“三单”的编制依据，更精准地了解学情。

（三）“三单”的内容设置和运用

“三单”包括以基本题型和核心内容为主的课前导学单，让教学走在发展前面；以核心问题带动同伴互助、自主体验、集体交流为主的课堂探究单，引导思维向更深处漫溯；以内容分层和要求分层为主的课后分层作业单，让学生各因其所长而做之。它们贯穿于学生学习的全过程，并发挥着不同的作用。

六、进行伙伴合作的“抱朴”课堂学习机制

（一）学习组织：从“他组织”到“自组织”的结合

依靠外界的特定干扰来推动组织从无序向有序演化的“他组织”，真正发挥伙伴式合作学习的实效。

（二）学习评价：从“表现性”到“增值性”的匹配

在评价的“增值性”上拓展评价主体范围，形成由教师、家长和学生共同参与的多元评价主体，从不同的角度对学生的学习进行质性评价，使学生在学习中获得积极的学习情感，实现隐性学力的生长发展。

七、倡导互助共创的课堂教学资源编制

（一）科科共研的抱朴课堂教学指南书

组织各学科组研制体现各学科核心素养和教学特点，包含小学语文、数学、英语、音乐、美术、体育、科学、道德与法治八个学科的“抱朴”课堂教学指南，对教材分析、学情分析、目标制定、资源整合、活动预设、课堂内外作业设计、教师教学、学生学习等一些教学要素提出定性、定量指导意见，作为学校各学科课堂教学、作业设计、观课评课的评价工具和教学指导工具。

“抱朴课堂”教学指南由教学准备、教学过程、教学延伸三部分组成，突出“学”为导向的教学全过程研究。

（二）课课关联的各科教学适配工具包

“教”：教师教学工具包，指向伙伴式学习的教案集。搭建共享平台，以便各学科教师随时学习、利用和改进。

“学”：学生学习工具包，指向伙伴式学习的“三单”。从课前、课中、课后全程关注学生学习，真正全面关注到学生，让学生感知到学习的温度。

“评”：教学评价工具包，指向伙伴式学习的评价工具设计。

（三）人人众创的教学器物专属博览会

与教研、教改紧密结合，形成有温度有效率的课堂，通过教师自制教具，学生自创学具，师生人人参与，通过展览会，向校内外师生展示研究成果，展现课堂教学的新样态。

双减背景下赋能教师自觉成长的探索与实践

常州市武进区实验小学 张丽丽 陈 蓓

教师是教育教学的主体，是学校教育活动的执行者和实施者，对贯彻落实“双减”政策有直接责任和义务。武进区实验小学从文化引领、平台创建、项目推进三个维度建构了“上善教师成长学院”的发展模型。

一、文化引领，锚定团队成长的“坐标系”

资源是会枯竭的，唯有文化才能生生不息。精神有追求，教育才有意义，团队发展才更有力量。

（一）“党建红”底色工程

我们以实际行动擦亮“上善”党建品牌，成立“上善党建联盟”，推行“上善先锋支部工作法”，开建课堂主阵地、街道红基地、青果联盟地等“先锋阵地”，开设党员展课、党史微课、专家宣课等“先锋讲坛”，开展入学服务、课后服务、社区服务、支教服务等“先锋服务”。

（二）“师德蓝”本色工程

我们带领团队教师讨论“为师三问”——我要带领学生去哪里？我的学生到达哪里了？下一步我要怎么做？追求“良师三境”——忠于职守、甘守平凡的人师；解决问题、打磨课堂的良师；修己达人、笃学立行的明师。

（三）“成长绿”亮色工程

通过每周一次“上善微分享”、每月一次“事业合伙人”沙龙、每学期一次“上善教师论坛”，营造积极上善的氛围，形成武实小独有的精神气象。

二、搭建平台，开启团队发展的“动车组”

动车之所以快，是因为每节车厢都能提供动力。我们运用“动车组思维”，让团队中的每位教师都成为“动力单元”，走出一条从“学科育人”到“综合育人”的跨界成长之路。

（一）以愿景与视野为引领，实施“三大行动”

1. 职初教师“成长盘”行动

推进每周“321”打卡活动，邀请“学术委员会”成员担任“成长导师”，加强过程激励，评选每月“成长新秀”。

2. 英才教师“望远镜”行动

以集团六大“名师工作室”为轴心开展双周研修活动，聚焦六大研究主题，帮助老师打开教育视野和专业眼光。

3. 领军教师“风向标”行动

深耕语文、数学、英语三个省级规划课题，通过研究形成教学主张，树立武实小的学科品牌。引领教师走出自主、自觉、自为的发展道路。

（二）以方式与工具为驱动，撬动“三类杠杆”

1. 一份阅读单

通过集体共读、团队研读和专家伴读等形式，以研带读，以

读促研，形成“人人都是阅读者”的良好氛围。

2. 一组资源包

定期向老师推荐各类资源，包括教育动态、线上课程、学术论文等，营造学术氛围。

3. 一条学习链

校本研修立足“五化”学习链：方案系统化——课程定制化——执行标准化——成果可视化——资源平台化。

（三）以资源与策略为支架，搭建“三研平台”

1. “名师领研”平台

成立“一会一院六室”：集团层面，启动一会，即“学术委员会”，指导教师进行学术研究；学校层面，成立一院，即“上善教师成长学院”，建立一所没有围墙的教师成长学院；教师层面，组建六室，即“六大名师工作室”，由团队成员领衔，通过“1+1+N”的方式，在“学科育人”研究主题的统领下，通过共思教育、共读名著、共研课堂、共写随笔开展学习研究，带动教师团队的整体发展。

2. “学思共研”平台

开发“上善教师发展课程”：包括1项成长目标：追求学校使命愿景，开发自身成长需求；9项基本修炼：课堂观察、成长夜话、诊断命题、说课展示、自制课件、过程性评价、个别化辅导、家校沟通、课程研发；N项潜能提升：教学沙龙、名师讲堂、年

会分享、外出交流、课题申报、项目研究、精品课程、团队建设……教师在课程中不断学习成长，并实现专业进阶。

3.“联动展研”平台

包括与教育部门的联动、与高等院校的联动、与集团校之间的联动、与结对帮扶学校的联动等，以多项联动驱动团队快速发展。

三、项目推进、综合育人——撬动团队研究的“增长极”

教师的育人能力是高质量教育目标实现的关键。我们充分挖掘学科的育人功能，由骨干教师带领学科教师研究探索。

（一）重建课堂

组织教师对各学科教学建议进行了第四轮修订。以数学学科为例：分为基本理念、基本技能、课型结构和学生习惯培养四个章节，有效帮助教师转变教育观，改善教学行为，提高教育教学质量，切实落实立德树人根本任务。依托集团课堂教学效益月，深耕灵动课堂，重建教师课堂行为。

（二）重构学习

依托省十三五规划课题，带领教师进行场景式学习的研究，为教与学提供有意义的资源和平台，充分发挥“上善书院”各学习场景的育人价值，形成了场景式学习的基本教学范式。“可以生长的新教室”入选常州市新基建“空间与课程协同育人”优秀案例，并在全市推广。

（三）重塑评价

我们构建了立体式的“上善少年”评价体系，包括学业水平评价、书院素养评价、个性发展评价三个维度，引领学生成为人格完善、素质全面、面向未来的时代新人。双减背景下，我们加强作业管理，如语文组侧重作业与大单元备课研究，确保纵向衔接的科学性、横向衔接的关联性和要素循环的互动性。同时，学校加强了对阅读作业、劳动作业、节日作业、周末无作业日的关照，使作业布置更加“优精准”。

依托“上善”好教师团队的建设，学校形成了爱岗敬业、爱生乐教的积极氛围，锻造了一支有共同价值追求与使命感的教师团队。

“双减”背景下，初中体育多样化课堂的有效联动

常州市金坛区良常中学 王 磊

随着“双减”政策的有效开展，全国的教育改革正稳步朝向减负、素质教育的方向改革。对于体育课堂，则需要开展“增负”措施。学生运动量减少，导致负面影响不断扩大。加上三年疫情影响，减少强度成为体育老师最常听到的建议。学生体质逐年下降成为无法逃避的问题。

一、把握体育课堂

体育课堂是学生提升体育运动技巧，强化身体素质，发展体能的主战场。如何高效把握体育课堂呢？

内容上，教师在实施学校体育课时，以田径、足篮排项目及校本课程作为主要教学内容，以体能、身体素质作为教学强化重点。保障学生在日常学习中，有专项技能的有效学习，注重单一教学技术与技术组合的有效衔接。在教学实践中，加入比赛实战。让学生在技能达标的基础上，进行小型体育比赛，简化比赛规则与程序，使竞赛形式适应课堂教学需要。让学生参与到技术与实战的整体教学当中。宏观上把握动作技术，让单一技术在赛事中得到巩固与加强。

表 1.教学内容与赛事

篮球	足球	排球	田径	素质
胯下、背后、 体前+跑篮技 术比赛	绕桩、垫球、 传球+射门比 赛	垫、传、发球 单项技术比赛	单项技术教学 单项正规比赛 (四次传垫)	各类素质教学 臂力、腿力、 腰腹、敏捷、 速度、柔韧
半场三对三	小场地五对五	场地六对六		

教师培训上,体育课堂作为提升体育技能的主要阵地,教师的知识与技能的储备量、教学水平、教学手段的合理使用是学生能否学好体育的重要原因。

校本教研方面,组内要求青年体育教师在理论学习上,着重对体育新课标、教学大纲进行定期学习与教学研讨,通过校本组内教研活动与联盟学校的活动交流,强化教师基本素养。论文研究方面,组织团体教研,以《中国学校体育》为主阵地,研讨最新学校体育风向,学习学校体育课堂教学新内容与新组织方式,为课堂不断引入“活水”。专业技能上,借助区体育基本功的契机,组内新青年体育教师在课堂教学、说课、体育教师基本技能(田径、体操、广播操、板书粉笔字)、专项技能等方面进行训练。赛事组织上,首先让体育教师通过裁判法的学习,掌握基本的执裁理论和手势动作。能够普学大部分的项目,具备组织校比赛的能力。

深刻分析组内成员构成,开展集中学习,让新教师能够快速从高校的理论学习中,转化为工作实践,尽快适应学校岗位。

二、体育活动课

体育活动课是多数学校“形式化”的课程,多年来在实施方面存在难度。如何将体育活动课充分合理利用,是值得作为主题去

研究的。体育活动课是体育课的延伸，更多的是班主任的管理、体育老师的协助与学生的自主练习为主的活动课程。本人在学校工作中兼顾体育老师与班主任两项工作，故在实践中，探索了一套相对固定的体育活动教程。

阴雨天，班主任老师可以根据学生的体育课堂教学内容，体育老师协助利用体育学习资源，如视频和演示文件等形式，让学生在室内课进行教学与自学。从竞赛规则和裁判学习两个方面进行理论教学。体育活动正常开展的情况下，学生自主进行活动与技术复习。同时邀请体育老师组织比赛，此时组内教师专业培训就显得具备价值，体育教师需要适应多种比赛的要求，“博”学裁判法与组织方法。进行如篮球、排球赛等，培养一批具有专业知识能够执裁班级比赛的小队员，在比赛中男生为主，配备女生运动员，并且小裁判以培养女生为主。同样迎合了女生细心、公正的特点，男女生同样能够参与到比赛中。

表 2. 体育活动课安排方法

晴天	阴雨天
自主热身与技术练习	理论、视频教学
培养小裁判，组织小型赛事，鼓励男女共同参与。	竞赛规则及裁判法详解，加强体育基本素养。

三、体育大课间

体育大课间的开展是碎片化的教学片断，学生在 25 分钟至 30 分钟的有限时间内进行锻炼。以我校大课间为例，上午大课间是学生体能的练习，通过花样跑操和跑圈的方式。下午大课间则通过轮转的方式进行大课间活动项目，项目涵盖了足篮排等传统项目和气排球、飞盘、橄榄球等新兴项目，还有学校传统优势

项目长绳。

大课间碎片化的练习形式，对课堂教学内容的补强作用效果有限，体育教师指导显得尤为重要。实施大课间让学生具备基本体能，保障学生参与体育运动的基本条件。体能作为技战术的基础，得到了发展。在大课间活动中，体育运动项目的轮转，让学生充分感受到体育项目的乐趣，也接触到了学生在平时生活中不常接触到的新兴体育项目，解决了体育课堂中枯燥乏味的缺点。

七年级								
	第八、十六周	第九、十七周	第十、十八周	第十一、十九周	第十二、二十周	第十三、二十一周	第十四、二十二周	第十五周
七1	飞盘 (25)	呼啦圈	趣味跳绳	陀螺	拔河	同舟共济木板鞋	花样踢毽子	“8”字跳长绳
七2	“8”字跳长绳 (5)	飞盘	呼啦圈	趣味跳绳	陀螺	拔河	同舟共济木板鞋	花样踢毽子
七3	花样踢毽子 (30)	“8”字跳长绳	飞盘	呼啦圈	趣味跳绳	陀螺	拔河	同舟共济木板鞋
七4	同舟共济木板鞋 (10)	花样踢毽子	“8”字跳长绳	飞盘	呼啦圈	趣味跳绳	陀螺	拔河
七5	拔河	同舟共济木板鞋	花样踢毽子	“8”字跳长绳	飞盘	呼啦圈	趣味跳绳	陀螺
七6	陀螺 (15)	拔河	同舟共济木板鞋	花样踢毽子	“8”字跳长绳	飞盘	呼啦圈	趣味跳绳
七7	趣味跳绳	陀螺	拔河	同舟共济木板鞋	花样踢毽子	“8”字跳长绳	飞盘	呼啦圈
七8	呼啦圈 (30)	趣味跳绳	陀螺	拔河	同舟共济木板鞋	花样踢毽子	“8”字跳长绳	飞盘

八年级									
班级	第八、十七周	第九、十八周	第十、十九周	第十一、二十周	第十二、二十一周	第十三、二十二周	第十四周	第十五周	第十六周
八1	花样踢毽子 (30)	橄榄球	趣味跳绳	垫气排球	滚铁环	投壶	“8”字跳长绳	陀螺	拔河
八2	拔河	花样踢毽子	橄榄球	趣味跳绳	垫气排球	滚铁环	投壶	“8”字跳长绳	陀螺
八3	陀螺 (15)	拔河	花样踢毽子	橄榄球	趣味跳绳	垫气排球	滚铁环	投壶	“8”字跳长绳
八4	“8”字跳长绳 (5)	陀螺	拔河	花样踢毽子	橄榄球	趣味跳绳	垫气排球	滚铁环	投壶
八5	投壶 (10)	“8”字跳长绳	陀螺	拔河	花样踢毽子	橄榄球	趣味跳绳	垫气排球	滚铁环
八6	滚铁环接力 (10)	投壶	“8”字跳长绳	陀螺	拔河	花样踢毽子	橄榄球	趣味跳绳	垫气排球
八7	垫气排球	滚铁环	投壶	“8”字跳长绳	陀螺	拔河	花样踢毽子	橄榄球	趣味跳绳
八8	趣味跳绳	垫气排球	滚铁环	投壶	“8”字跳长绳	陀螺	拔河	花样踢毽子	橄榄球
八9	橄榄球 (10)	趣味跳绳	垫气排球	滚铁环	投壶	“8”字跳长绳	陀螺	拔河	花样踢毽子

九年级（活动安排表）		
班级	单周	双周
九 1	篮球绕杆运球 1（球类）	立定跳远
九 2	排球垫球 1（球类）	掷实心球
九 3	篮球绕杆运球 2（球类）	1分钟跳绳 1
九 4	排球垫球 2（球类）	1分钟跳绳 2
九 5	立定跳远（素质）	篮球绕杆运球 1
九 6	掷实心球（素质）	排球垫球 1
九 7	1分钟跳绳 1（素质）	篮球绕杆运球 2
九 8	1分钟跳绳 2（素质）	排球垫球 2

四、体育社团（提升阶段）

体育社团作为小众的体育爱好者的选修项目，实际上是学生在体育学科中提优的最佳方式，我校在体育社团中共开设了七个体育专项社团，涵盖了三大球、田径、体操、羽毛球、武术、民族传统体育项目。以上项目中，要求学生爱好且需有一定基础的学生选择。这样的方式让教师在准备课堂教学内容时更针对性得选择提升阶段的教学内容和手段。避免普学，长期学习基础，提高择优，在社团中选拔学员成为校队的后备人才。因此类选拔制度与模式，各运动队都取得了优异的成绩，在区田径运动会和区球类比赛中获得多个团体第一名和第二名。

五、校级体育赛事

校级体育赛事的举办是动员学生参与体育运动的最有效的方式。在备赛前期，学生体现出来的学习状态和好胜心理都是体育课堂中无法展现的。在竞争中提升学生的技战术水平，参与正式比赛获得赛场经验。激发体育“观望者”参与体育运动。胜者能够提升学生自信心和合作配合，负者则能体会失败的结果不断强化自己的能力水平，培养在逆境中提升水平的能力和意志力。学

校每年举办田径运动会、冬季体育节、跑操、广播操比赛及球类赛事（羽毛球、篮球、足球），其中羽毛球利用大课间进行单循环比赛、篮球足球则在体育课堂以及体育活动课进行单淘汰及排名赛形式，联动了多样体育课堂。区队校办（少体校足球队）在校级赛事举办过程中也得到了深化。有力得促进了学生参与体育活动的主动性。

六、信息化教学手段

在“双减”工作开展的背景下，体育学科也迎来了信息化教学方式的改革。通过创设教学情境的方法，让水平四的学生，尤其是男生，更好的参与到他们熟悉的运动中来。模拟自己运动员偶像来进行课堂教学技能学习，深化课堂教学效果。以篮球教学为例，创建教学情境，通过室内理论课与实践课的有机结合，与学生签订体育学习合同及赛事目标，课堂教学中达成教学目标或完成比赛目标则完成合同任务，学期结束根据学生的合同完成度进行给分奖励，给予学期期末成绩或加分。此类教学合让学生更加关注自身的课堂学习及赛事结果。通过理论和实践课堂的不断引导，让体育学科也能像文化学科一样具有阶段性和可评价性。

“双减”背景下“生长课堂”的构建与实施

常州市武进区湖塘桥第二实验小学 张 萌

为有效落实“双减”政策，我校以“教育即生长”为课堂教学理念，通过有效的课堂教学方式，发展核心素养实现激发趣味、唤醒德性、激昂理智、挖掘潜能、丰富经验的价值追求。“生长课堂”旨在让每一个儿童能够在减轻学业负担的同时在健康良好的环境中，在二实小找到适合自己生长的土壤相互映照、相互支撑、相互融通，沿着属于自己的方式茁壮成长、天天向上。

一、案例背景

生长课堂以学科素养与核心素养的发展为主要目标，致力于将课堂变得有趣、有用、有意义，让课堂成为学生经验成长的最佳场域。让教材变得有温度、有情感，实现教学内容的“有趣”；把所学的知识情境化，实现教学内容的“有用”；把所学的知识结构化，实现教学内容的“有意义”，让学生在其中厚积文化基础，收获自主发展，同时收获必备知识、关键能力，从而提升学习效能，享有学习成就感，促进学习过程的生长。

基于“生长课堂”的理解与分析，我校积极探索“生长课堂”，以此实现知识内容的生长、学生能力的生长及教学方式的生长。

二、解决问题的特色做法与经验

（一）形成双减背景下生长课堂的实践模型

生长课堂从了解儿童的“原经验”，研究教学预设；能动联结儿童的“我经验”，产生教学生成；主动建构“新经验”，获得教学效益，让每一个学生通过生长课堂的实践路径达成教学目标。

1.语文生长课堂模式

在语文学科中，我们从关注生长课堂的育人功能，丰富儿童心灵，探索跨学科学习的三条路径，选择典型课例进行实证研究，设计了“单文本精读课”“多文本深读课”“超文本统整课”等多元课型，推动学习环境建设升级迭代，改革学习评价，促进学生主动学习。开展综合性学习的课程群、大数据背景下的生长性阅读的研究等课题的理性思考、实践研究。开展“美丽中国”“中国故事”“藏书票+”等项目阅读实践活动。

2.数学生长课堂模式

在数学学科生长课堂教学模式中，教师通过课件呈现问题，学生围绕问题展开探究，通过小组讨论、体验探究之后总结知识，建构起知识体系。学生在教师的引导下，主动、积极地思考，并形成学习小组探究知识，在学习的过程中，学生之间、小组之间互相评价，并在教师引导下不断的总结、反思，最后能够将获得的新知识进行有效地迁移和应用。

3.英语生长课堂模式

英语生长课堂，坚持以目标为导向，以框架建构为支持，以教学实践为根本，立足于学生英语语言素养的提升和英语语用能力的提高，让学生在英语学习活动中，获得英语学习能力的“生长”。在英语课堂教学中，教师从唤醒学生元认知，到建构语言学习支架，最后深化语言学习内涵，教师力图让学生最后达到英语语言能力的综合提升。

4.科学生长课堂模式

科学生长课堂以建立学生科学认知、锻炼学生科学能力、培

养学生科学态度为目标，寻找适合学生发展的科学学习路径。小学科学课堂以探究活动为载体，教师在构建科学生长课堂中要以学生为重要关注视角，建立新知识的生长点。

（二）提炼双减背景下生长课堂的教学流程

在“双减”背景下，生长课堂通过真实性情境的创设，引导以任务性驱动进行有效性检索，让学生在学习活动中学会多元化整合，并最终实现创造性表达。在创设真实性情境时，教学设计可以设置“悬念情境、信息情境、生活情境、求异情境、任务情境”等，提供新旧经验的媒介，引导学生主动建构。

（三）构建双减背景下生长课堂的评价体系

1.立足学生发展，构建激励性评价观

优化评价质量，形成激励性评价“库”，我们形成激励性评价语推荐表，以学生的发展为中心，充分彰显学生在学习中的主体地位，落实全面化与多元化的评价观，让课堂激励性评价语成为学生的一种期待，构建融洽舒适的课堂氛围。

2.丰富评价方式，挖掘激励性评价语

在课堂中，不仅关注学生的学习结果，更要注重学生学习过程中相应的评价，使每个学生都能受到教师的评价与关注、隐藏的闪光点都能被发现、多个方面被激励。我们要以多元化的形式激励学生，促进学生自信生长。

3.展开有效互动，设计回顾式评价表

课堂样态直接决定着学生发展的活力和水平。在课堂实施过程中，教师要运用积极的语言，加强与学生的沟通，给予学生良好的课堂体验，帮助学生提升自信、生长经验。

三、问题解决的成效与社会影响

（一）学生层面达成知识学习生长

1.赋能自主，唤醒学生学习兴趣

在课堂中，教师以学生为主体，引导学生主动地去获取知识。教师可以采取多种方式来达到这一目的，比如，课前预习、概括关键词并、小组合作共学等，从而自由地完成自我意义的建构。教师尽可能地“放手”，从而深层次地唤醒学生自主学习的学习兴趣。

2.减负提质，提升学生综合素养

学生虽然学习负担变轻，但是我们教师依然可以在课堂上树立正确的教育观与学生观，提升学生的综合素养。正确的学生观要求教师以培养学生学习的主动性为主要目标；正确的教育观要求教师注重学生的个体差异性。

（二）教师层面达成教学过程生长

1.主动学习，提高自主学习意识

教师需要在课前梳理儿童的“原经验”，了解学生的已有知识，基于学生原有所积累的“学科经验”，设置真实情境、设计课堂活动。教师要能不断自主学习，提高学习意识，能够与时俱进、研读新课标，帮助学生联结新旧知识，主动建构“新经验”。

2.改变教学，转变传统思维模式

教师需要逐渐转变老旧的教学模式，将“让教师教”的课堂逐渐转变为“让学生学”的课堂。教学方式的“生长”也可以理解为教学方式的革新，顺应新时代的新课程改革，用新的理念进行新的教学。

数字赋能 减负增效

——混融理念下的数字化学习实践探索

常州市新北区香槟湖小学 黄松华

一、案例背景

习总书记曾强调，“教育数字化是我国开辟教育发展新赛道和塑造教育发展新优势的重要突破口”。智能化时代，技术与教育的融合创新推动着教育观念的转变，为双减的“提质”和“减负”开拓了新的方向。近年来，香槟湖小学基于双减政策的重要理念，开展了“混融理念下的数字化学习实践探索”项目研究，聚焦与深化数字化学习领域，通过对学习场域混融、内容混融、主体混融、方式混融、评价混融五大方面的实践探索，有机整合各类学习资源，改善学科教学割裂的现状，促进个性化学习与深度学习真正发生，提高学生学习的水平，提升学生终身学习的能力。

二、解决问题的特色做法与经验

通过问卷调查，深入了解目前教学中存在的问题及原因，围绕“混融理念”“数字化学习”等进行文献研究，剖析问题，切准项目研究的要点，进行整体架构。

（一）融合场域，拓宽数字化学习空间

以学校“混融”理念为指导，以学习者为中心，对学习场域如何支持数字化学习实践进行整体设计。我们立足校内，将原有的教室、校园空间进行整体重构，改变普通教室布局，打造混融教

室，建设八大学习社区，使空间功能更具有综合性、灵活性；将学校和社会进行有效链接，构建了科教、人文、艺术等七大类校外实践基地，让社区、恐龙园、博物馆等各类实践基地也成为学生开展数字化学习实践的重要空间资源，通过信息化手段实现家校社联动，资源共享，丰富学生学习体验。

（二）整合融通，优化数字化学习内容

1.融通学科资源。根据学生学习深度需求不一的现状，对学科学习内容进行融通整合，打通学科壁垒，充分挖掘校内校外、线上线下各类资源，形成了信息技术支持下的混融式学习内容序列。每位学生可以借助信息技术自主选择学习进度和深度，关注学习主题或复杂问题的全面认识与解决，赋能学生不断提升自己，更好地适应未来发展挑战的能力。

2.集聚研究力量。学校成立了虚拟技术课题研究小组，以语文学科为试点学科，充分挖掘各种虚拟现实、生成式人工智能等新资源，用模拟现实的场景带给学生真实的沉浸化学习，进一步丰富了数字化学习内容，提高学生学科核心素养，提升解决实际问题的能力。

（三）聚合主体，成立数字化学习小组

1.聚合教师主体。项目组聚合了一批数字化教学骨干，通过“1+3”模式提升队伍质量。“1”是聚焦一个项目，以“混融理念下数字化学习实践”为研究方向。“3”是三条教研途径：一是依托混融式校本教研，带动教师有针对性地开展数字化研修活动；二是牵手

名校共成长；三是组织教师更大地域范围地交流、学习数字化课堂实践探索，以“问题·学习·行动·反思”的研究链助推，实现“认知迭代、专业引领”，提升教师混融理念下数字化课堂实践能力。

2.融合学生主体。基于学生的个性化发展需求，学校开发了集探究性、体验性与实践性为一体的特色校本课程。在课程实施过程中，打破年级、班级、年龄段、学校、区域的界限，按照学习水平、学习兴趣等组成学习共同体，创设适合学生自主选择、自由交往的数字化学习机会，资源共享，鼓励学生“因材施教”，让每个人成为他自己，成为学习者、研究者、创造者。

（四）混合方式，变革数字化学习样态

1.信息技术支持创新课堂样态。运用数字化学习平台，灵活切换和整合自主学习与合作学习方式，提升学生的表达能力、动手能力、组织能力、交往能力、观察能力和反思能力。信息技术支持，线上线下学习相结合，创新课堂样态，全面提升学生综合学习能力。以虚拟现实技术在二年级语文教学中的应用为例：《曹冲称象》一课中，学生通过VR+AR，可以切身体会到称象的过程和方法，培养学生分析问题和解决问题的思维。

2.网络平台助力师生共学共长。师生依托省市数字化资源平台、学校自建的“混融式学习云平台”，根据学习需求，自主进行主题选择、互动交流、成果展示等，同时学校为师生开放了楼层电子阅览器，为师生提供时时、处处互动的可能，助力师生共学共长。

（五）契合实际，创新数字化学习评价

1. 学生学习评价。学校设计了“混融式学习表现性评价单”“混融式学习成果展示评价单”等，借助信息化平台对学生进行实时的学习过程和效果的评价。同时完善了《香槟湖小学学生综合素质评价方案》，加入了学生数字化学习评价，对学生进行全面、更客观、更科学的评价。

2. 教师课堂评价。在实践中凝练出“混融理念下数字化学习实践评价指标”，形成“混融式学习理念下的四性课堂观察表”，凸显聚焦“四性课堂”的数字化学习样态，对师生课堂进行综合评价，促进学习方式的变革。

三、问题解决的成效与社会影响

学校围绕混融理念下的数字化学习实践探索，拓宽了学习场域，实现了学习场域的拓宽，教学内容的有机整合、学习主体的多元、学生的学习方式的多样以及系统的学习评价。

先后共承办3次市级活动，4次区级活动，13次校级研讨活动。并通过微信公众号、校园网、电视台等多平台、多纬度推广项目研究经验、展示项目研究成果。

成长每一个

——聚焦特需学生融合课程与教学的实践与探索

常州市荆川小学（市教科院附小） 谢佩君 殷蔚蓝

学校于 2021 年成功申报成为常州市优质融合教育资源中心，成立了特需儿童发展中心，立足自身实际扎实推进，为每一位学生的成长创设多元平台。学校秉持“让每一个生命自由舒展地成长”的育人目标，强调课程建设应当满足每一个学生发展的需要，在课程设置、课程实施、课程评价等方面深入探索，努力为每个孩子提供公平而有质量的教育，不断提高办学育人水平。

一、丰富课程设置，满足学生需求

课程实施是落实育人目标的关键环节和重要保障，学校细化课程标准，合理开发课程资源，推进国家课程校本化实施，保证多个层面的学生在共同学习的基础上各有所得。

1.采取双目标体系培养。除了面向特需学生的常规目标体系外，还依据个别化教育计划和特需学生的课程评估结果（根据《普通学校特殊需要学生课程评估工具》），制订学期教学计划，再根据计划制定单元目标、课时目标、版块目标。双目标运行着力构建更具体、更适切的个性化课程目标，以目标为导向提高学生学习效益；同时对教学资源进行筛选、调配、转化等，让每一位学生都能够受益。

2.高质量规范制定 IEP。学校根据 IEP 和课程评估，整合多

方实力，康教融合、医教融合，共同研究 IEP 的规范制定，借助内容完整、流程准确的高标准、高质量 IEP 等升级特需学生的支持服务品质。同时，学校根据特需学生不同障碍类型和障碍程度，对现有教学内容采用变通、简化、替代等方式，实现课程内容的动态调整，满足特需学生的个别化需求。

3.采用双向组合的教学模式。学校依据课程特点和特需学生的需求，采取个体特色课程与抽离式课相结合的教学模式。个体特色课程依据学生前备能力和适应现状，以适应未来常态生活环境为导向，提供适合其教育需求的个别化教育课程。抽离式康复训练课作为其他教学科目的补充，针对学生在动作、感知觉、沟通过往、情绪行为等方面会影响学习或活动的障碍进行针对性训练，以便改善其功能、提升其参与的可能性。

二、动态课程调试，激发优势潜能

学校融合教育课程的架构和实施，主张普特课程融通，满足学生成长需求。为了每一位特殊教育需要学生的健康成长，紧紧依托集团内东方小学和钟爱学校参与的江苏省重点立项课题《区域融合教育课程建设的实践研究》，尝试建立“尊重个性、多方联动”的融合教育课程体系，助推课程研究的高效实施，切实提升融合课程的適切性。

1.基础性课程实施。以集体嵌入式教学活动为主，将学生的学习计划或个别化教学活动嵌入日常随班教学活动、集体教学或由学生发起活动的教学干预方法。特需学生跟着班集体一起学习

国定课程。教师在实施嵌入式课程时，根据特需学生的缺陷状况、学习能力和兴趣特点等，参照学科课程标准，在学习目标、内容、方法措施等方面贯彻因材施教的原则，实施“降低目标、简单提问、容易练习、个别辅导”的个别教育计划，力求最大限度地激发学生的学习兴趣，挖掘学生的潜能，使特需学生在各自的基础上得到不同程度的提高。

2.拓展性课程实施。对于智力障碍和脑发育迟缓障碍较严重的特需学生，接受集体嵌入式课程中特别困难的，由资源老师在资源教室进行抽离式课程的学习，原则上是每生每周一节。资源老师所实施的抽离式课程教学重点为生活语文、生活数学、生活适应等相关知识和技能，通过抽离式课程，让学生不仅能收获学业知识，还能提升社会生活技能，更好地立足于其社会性发展。

3.补偿性课程的实施。为了助推特需学生的个性发展，鼓励特需学生参加“运动类、艺术类、劳技类、远程类”四大课程，主要通过社团的形式落实此特色课程的实施，为特需学生定制个性训练计划。在长程的课程实施中，逐步发挥特需学生个体的运动优势、艺术优势及劳技优势或是对其弱势项目进行补偿教学。学校重视多元评价，为特需学生搭建展示舞台，让这些有一技之长的特需学生放大优点，增强自信，个个出彩。

四、注重特色评价，促进自觉生长

学校采用多维度指标对特需学生进行评价，开展针对性的学业评价、指向康复训练的功能性评价、参与社团活动的适应性评

价等，形成综合素质报告。

1.结果评价与过程评价相结合。学校打破一张试卷大家测的刻板评价，注重为不同需求的学生提供不同的评价方式，契合学生的优势智能，展示各自特长，为他们的健康成长赋能。同时强调评价不仅仅关注结果，更要关注过程，例如在课堂中评价学生的注意力，在竞赛中评价学生的意志力，在活动中评价学生的表现力等等，传递正向期待，让评价产生积极影响。

2.综合评价与特色评价相结合。定制素质报告，将量表测试、日常行为观察与学业测试相结合，从认知能力、沟通能力、行为能力、情绪、人际关系等方面分类评价，给予综合评价和下一阶段发展建议。班主任统整协调、特教教师专业支持、全学科教师共同参与，从而形成一份特需学生学期综合素质报告书。

普特融合，让每一个在荆小的特需学生都能得到公平而有质量的教育，希望能通过此次优质融合资源中心的认定契机，让融合教育在荆小这充满担当的校园里生长，让每一个荆小娃感受到家一样的温暖。

打破壁垒，优化组合

——“学科联合体教学”的实践探索

常州市局前街小学 高羽佳 花琳

一、“学科联合体教学”的内容架构

（一）以统归思想设计学科综合课程与教学

“学科联合体教学”的课程内容主要分为三类，一类是综合课程，指向于多学科融通的主题课程，如“儿童成长节律”课程中的“二十四节气课程”，就是以“二十四节气”为主题，将数学、语文、英语、艺术、体育、生命健康教育等多学科进行整合融通进行教学的课程；第二类是学科内结构化教学课程，探索学科内大单元教学，开展不同课型、不同主题、项目式学习等综合性、结构化教学活动。例如语文学科以“叙事性文本阅读”为主题，进行“解密小标题概括”“走进点面结合”“以读者思路创作我的叙事文”建构大单元学习；第三类是跨学科主题学习活动，探索以“本学科+其他学科”跨一跨的教学方式，实现“某一主题”的跨学科教学实践。如我校艺术教研组内的音乐和美术学科，他们结合学科交叉、融合的某个主题，由音乐和美术老师开展音乐鉴赏+绘画、演唱+创编、舞蹈+设计、戏剧+造型等形式的“合作+分工”式教学。

（二）依据需要进行“学科教学联合体”的组建

根据三种不同的课程需要，组建“学科教学联合体”。“学科教学联合体”结合教师的学科、特长、风格、梯队等，通过“自主

报名+按需选拔”的方式，形成“固定”+“灵活”的“学科教学联合体”团队。其组建模式共分为两种：多学科教师教学联合体、本学科教师教学联合体，组建过程中，我们又依据骨干教师与青年教师、专职教师与兼职教师、不同教学风格的教师以及不同特长的教师形成组间相对均衡的教学联合体团队。以语文、科学、体育学科为例，我们初步探索了“学科教学联合体”的构建模式：

“学科教学联合体”组建模式	骨干教师+年轻教师 （“优学领衔式”学科教学联合体）	专职教师+兼职教师（“专业主导式”学科教学联合体）	不同教学风格（“风格共融式”学科教学联合体）	不同素养特长（“专长领衔式”学科教学联合体）
针对学科	过渡衔接 年龄段语数外学科	专业性强、专职师资配备不足的学科	各个学科中教师常年固定的年级或班级	具有专业技能特长的综合学科，或在课型、主题方面有特长的语数外主科
具体例举	一年级、三年级语文、数学、英语学科师徒结对组	科学学科：专职科学老师（主要负责科学实验）+兼职科学老师（主要负责知识授课）	雷厉风行+温和亲切 严格保守+活跃灵动	体育学科： 依据教师专长，分设形体、篮球、前滚翻、跨越式跳高、后滚翻、蹲踞式跳远等多个技能项目领衔

二、“学科教学联合体”的运作

（一）组织管理，落实责任

学校设立“学科联合体教学实施项目组”，由教育教学分管校长牵头、各学科主任、教研组长等作为核心成员，展开课程整体架构、教学联合体组建、教学统筹协调、教学质量监控评价的整体设计。制定《常州市局前街小学“学科联合体教学”实施方案》和各学科具体的实施方案、评价方案，形成整套“学科联合体教学”相关制度，落实“学科教学联合体”责任人及合作教师的主体责任。

（二）“学科联合体教学”的运行方式

1. 确立内容，定制课表

学校系统规划课程方案，开齐开足国家课程，制定日常课表，又在此基础上整体架构“学科联合体教学”周期，其一是学校已经成熟的“儿童成长节律课程”，在期初、期中、期末有完善的教学系统；其二是依据各学科对课型、主题、单元等为单位综合化、结构化及跨学科主题化活动的教学内容，“定制”课表。如语数外老师，以3-4人为教学团队，依据主题，课标大致分为两类（如下图1）；而综合学科，则依据学科特长，制定更加细化的课表（如下图2）。

语文学科联合体教学课型/主题课表					
		周一	周二	周三	
		同一主题或课型1	同一主题或课型2	同一主题或课型3	
第一节	— (1)	A	B (A听课)	C (A听课)	
第二节	— (2)	A (B听课)	B	C (B听课)	
第三节	— (3)	A (C听课)	B (C听课)	C	
第四节		巩固拓展课 (2班、3班)	巩固拓展课 (1班、3班)	巩固拓展课 (1班、2班)	本班教师上课

语文学科联合体教学中、高年级单元教学课表							
		周一	周二	周三	周四	周五	周一
		课文1 第1课时	课文1 第2课时	课文2 第1课时	课文2 第2课时	略读课文	语文园地
第一节	— (1)	B (A听课)	A	C (A听课)	A	B (A听课)	C (A听课)
第二节	— (2)	B	A (B听课)	C (B听课)	A (B听课)	B	C (B听课)
第三节	— (3)	B (C听课)	A (C听课)	C	A (C听课)	B (C听课)	C

图 1

学科	年级	联合教学内容	联合教学教师		日期、节数	上课地点
科学	三年级 (奚嘉敏)	神奇的非牛顿流体	奚嘉敏(郭立双)	三(11)	5.10第6节	科学1室
		神奇的非牛顿流体	奚嘉敏(郭立双)	三(1)	3.24第5节	科学1室
		神奇的非牛顿流体	奚嘉敏(郭立双)	三(2)	4.7第5节	科学1室
		神奇的非牛顿流体	奚嘉敏(郭立双)	三(10)	4.10第4节	科学1室
		神奇的非牛顿流体	奚嘉敏(施慧)	三(8)	4.17第5节	科学1室
		神奇的非牛顿流体	奚嘉敏(施慧)	三(9)	4.25第6节	科学1室
		神奇的非牛顿流体	奚嘉敏(王承天)	三(12)	5.11第4节	科学1室
	四年级 (李波)	生物与非生物	李波(奚嘉敏)	四(11)	5.17第2节	四(11)教室
		做个抽丝机	李波(李亚丹)	STEM科技创新社团	5.18第2时段	科学4室
		环境变化以后	李亚丹(李波)	四(7)	2.9第5节	科学1室
		环境变化以后	李亚丹(李波)	四(6)	2.20第2节	科学4室
		环境变化以后	李亚丹(奚嘉敏)	四(11)	2.22第2节	科学4室
	五年级 (李亚丹)	斜坡的启示	徐诚(李亚丹)	五(4)	4.17第4节	科学教室2
		拧螺丝的学问	李亚丹(徐诚)	五(13)	4.17第4节	科学教室3
		斜坡的启示	徐诚(李亚丹)	五(3)	4.18第6节	科学教室2
		拧螺丝的学问	李亚丹(徐诚)	五(11)	4.18第6节	科学教室3
		斜坡的启示	徐诚(李亚丹)	五(7)	4.19第4节	科学教室2
	六年级 (杨健)	创智嘉年华延时刺破气球	杨健(徐诚)	六(11)	2.27第3节	六(11)教室
		能量的转化	徐诚(杨健)	六(10)	2.27第3节	科学3室
		创智嘉年华延时刺破气球	杨健(徐诚)	六(5)	3.1第6节	六(5)教室
		能量的转化	徐诚(杨健)	六(9)	3.1第6节	科学3室
		创智嘉年华延时刺破气球	杨健(郭立双)	六(12)	2.27第5节	六(12)教室
		能量的转化	郭立双(杨健)	六(8)	2.27第5节	科学3室
		创智嘉年华延时刺破气球	杨健(郭立双)	六(6)	2.27第6节	六(6)教室
能量的转化	郭立双(杨健)	六(4)	2.27第5节	科学3室		

图 2

2.多元发展，协同教学

“学科联合体教学”实施过程中，每一位教师具有多重身份：他们可能是“学科教学联合体”中的学科教师，可能是团队责任人，可能是某个班级的主班老师。每一位教师参与共同育人：依据制度，团队中所有教师要联合备课、联合教研、联合评价，共同完成教育教学全过程。每一位教师履行全部责任：副总学校统筹协调与教学管理，在致力于教学质量提升上作出不懈努力。因此，“学科联合体教学”的方式既包含全程协同式的教学，也包含“合作+分工”式教学；既有多位老师同时执教一个班的教学，也有一位教师执教多个班的教学，整体协同，促进学生多元发展。

三、“学科联合体教学”的保障措施及辐射影响

（一）组织领导，加强学习。学校校长层进行顶层设计，开展管理研讨会进行专题研讨，在教师大会进行精神宣讲，到学科组内进行具体落实，层层推进，有效落实。同时，进一步学习学习国家新出台的教育方针及政策，2022版课程方案、课程标准，学习相关前沿理论，紧跟时代，强化理念，形成变革。

（二）实施管理，总结提炼。在“学科联合体教学”实施过程中，学校创建了实施的六步管理体系：主题研讨——统筹协调——组建团队——统筹实施——组织评价——成果转化——推广辐射，每月组织研讨会和总结会，进行经验分享，实行动态改进，并总结提炼相关成果。

（三）加强考核，评价激励。进行过程管理，由团队责任人、

主班教师、团队教师等“联席教师”协同评价，以“联合班级”的学业质量和学科核心素养表征为整体参考依据，借助“学科联合体教学工作积分制”进行工作质与量的考核，并对优秀团队、优秀个人进行表彰奖励。

（四）由点及面，集团推广。学科教学对儿童而言，是一段丰富的、不可逆转的生命旅程。学校先由部分学科、部分班级开始试点，经过论证后，进行一到六年级全年级、全学科推广。与此同时，我们还通过集团内管理研讨会、集团内教师大会、集团内联合教研等方式进行理念推广和案例辐射，取得了强烈反响。

通过“学科联合体教学”的实践，我们帮助教师不断深化结构化教学的理念，让学生面对多元的教学组织形式，多元的教学内容组合，多元的教学风格，具有更丰富的学习体验，增强了他们对于学科内部、学科之间的系统认识、结构化理解，在“双减”背景下提升学习兴趣、激发学习热情、提高学习内驱力、提升学习效率。我们还将不断深入学习、开展实践，为“双减”背景下的课堂教学变革贡献局小力量。

“三范”为导，绘制“向美”教师专业修炼手册

常州市香梅小学 姚飞月

常州市香梅小学新建于2011年，是解放路小学教育集团成员校之一，与解小实施一体化管理。2023年是常州市香梅小学集团化办学十周年，并成功申报成为常州市“四有”好教师团队。我校教师专业发展需要进一步加强，我校将依托校本教研，在实施“向美”教师素养提升工程中绘制“向美”教师修炼手册，助推教师专业成长。

一、入门手册：落实“1+1+3”行动指南，树师德师风典范

1.一份师德师风承诺。为进一步加强师德师风建设，落实立德树人根本任务，争做新时代“四有”好教师。每学期开学，香梅小学党支部和教师发展部都会组织全体教师进行师德师风承诺书签订活动。

2.一天新手安全导航。香梅小学后勤保障部统一组织新教师进行“新手教师的一天”培训，新手教师的一天工作内容介绍、安全疏散演练、校园安全“首遇负责制”、《常州市香梅小学学生意外伤害处理流程》等，让老师们安全入格。

3.三项常规入格制度。老师们的教育教学常规也是入门的重要法宝。香梅小学为老师们制定的“520制度”--香梅小学教师教学常规管理制度（5本20条）、“136制度”常州市香梅小学教师日常行为规范（136常规）、常州市香梅小学学生作业管理制度。

二、成长手册：掌握“三基三力”基本要素，树教书育人示范

1.以“校本培训”为基本，提升素养力

学校注重教师教学基本功的训练，重在夯实教师的基本素养。学校坚持完善“6+1”阳光校本研训制度，引领教师不断前行，追求卓越。“6”指六项校本培训形式——“教备组”“成长营”“青带蓝”“项目组”“名导团”“教师发展工作室”，实现个人主动发展。“1”指一项校本培训管理制度——“积分榜”。

2.以“慧学课堂”为基石，提升教学力

（1）全位架构“慧学”课堂样式。慧学课堂“314”课堂模型，为各学科老师们的课堂教学提供了理论指导与实践抓手。以“3”份任务学习单重构学习过程：课前预学单、课中共学单和课后延学单；架构学科教学的“1”个基本流程，形成基本样式；彰显4种课堂特质：“慧”倾听表达、“慧”合作分享、“慧”质疑问难、“慧”自主创新通过作业设计与实施策略的研究，我校对10门学科深度研究，内化基本样式，孵化具有学科特色课堂操作流程。

（2）全面整合“慧学”课堂评价。根据各科教研组研讨后，形成香梅小学“慧学”课堂评价表，实施策略为12个字：“三单导学、合作探究、展示分享”，将教学评一体化研究。

（3）全新建立“慧学课堂”督導體系。为严格落实“慧学课堂”的实施效果，为教师们全面建立了“慧学课堂”的监督体系，明晰了课堂调研类别：期初课堂调研、周二课堂调研、行政推门调研、新手教师调研，并且确定了调研流程：课堂听课——集中反馈

——课堂再督——形成评价。

2.以“绿色作业”为基础，提升研究力

学校以“绿色作业”为基础，设计“研究”与“管理”两种机制，与从智育为重到五育并举，从作业设计到学业评价，从纸笔作业到生活实践，从学校为基到家社共育，打开了“绿色作业”新天地。

（1）绿色作业“研究”机制：三级教研体共研共享。为提高作业研究的成效，我校形成了“作业指导中心组—学科教研组—年级备课组”三位一体研修模式。**顶层设计，把握方向。**学校作业设计中心组进行顶层设计，以课题为抓手，转变教师观念与改善学校机制，确定以江苏省教育科学“十四五”规划课题《“学习中心”视角下小学前置性作业设计与实施研究》为抓手。**基于核心，主动开发。**学科组负责“单元作业”的研发设计，既强调内容也关注形式对学科进行整个学段的单元整体规划。**立足日常，具体实施。**年级组进行各学科作业的横向管理，既注重数量也关注质量。备课组按照学科发布的“单元绿色导航”，具体实施与反馈。

（2）绿色作业“管理”机制：三研全流程作业闭环回路。精准“研”管，制定作业管理措施。学校坚持规范指导、质量指导，通过作业设计与实施的研究，建立香梅小学《教师作业设计10条原则》《教师作业设计10项策略》《教师作业批改10条规范》等30条细则。**精准“研”导，改变教师理念系统。**学校将作业设计与实施纳入教研组工作，其次，学校对教案设计样式、作业目标、作业设计、情况批改与反馈等作业管理流程做了具体的要求。

精准“研”发，满足不同学生需求。我们坚持学生个性化发展，优化作业布置模式，将作业的管理落实在教育教学的日常。

三、发展手册：建立“向美课题圈”发展阶梯，树教研科研模范

在“十四五”开局之年，我校以江苏省教育科学“十四五”规划课题《“学习中心”视角下小学前置性作业设计与实施研究》为抓手，成立“作业指导中心组”，形成“中心组—教研组—备课组—教师个人”四位一体研修模式。同时，衍生了2个常州市教育科学“十四五”规划课题，4个区级课题，N个校级课题，形成“1+2+4+N”向美课题学习圈，提升教师“向美”科研力。同时以校级教师发展工作室为孵化器，引导骨干教师把教学实践提升至学术研究的高度，最终实现各级各类教师的专业化发展。

五育融通，启智润德：基于“双减”背景下“1+X”

思政育人课程体系的建构与实践

常州市华润小学 何 燕 张茹珺

常州市华润小学立足“大思政”理念，将思政教育作为立德树人的核心特征提取出来，与学校多元主体、多方资源、多种要素深度融合，创生了“1+X”思政育人课程体系，形成了“五育融通、启智润德”的新路径，让思政育人成为校园生活的鲜明标识，助力“双减”落地增效。

一、厘清目标，建构“1+X”思政育人课程体系模型

“1+X”思政育人课程体系主要由课程目标体系、课程内容体系、课程评价体系进行整体架构。课程目标体系是灵魂，以“立德树人”为根本任务，基于“政治认同、道德修养、法治观念、健全人格、责任意识”核心素养，为课程体系的建构与实施提供方向指引；课程内容体系是支柱，以思政课程、课程思政、生活思政作为思政育人三大场域，打造全息化的思政育人环境，进而有机构建以全学科课程、校本课程及省品格提升工程项目为主、网状互联、融合共生的课程内容体系；课程评价体系是驱动，运用“十佳之星”评价体系，从学生的知情意行各方面进行有向反馈，为育人目标的达成与否、课程体系运转的科学与否提供动力支持。

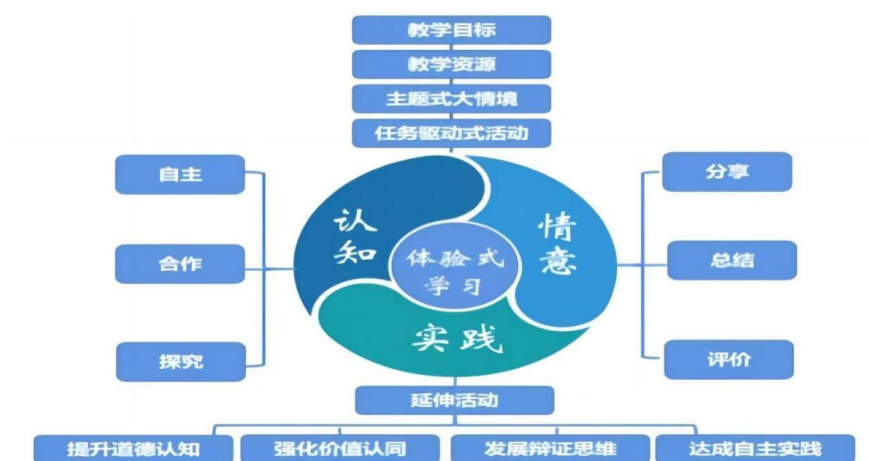


图1 “1+X”思政育人课程体系示意图

二、立足课堂，强化思政课程的改革与引领

1.深化思政课程新范式的研究

在推进思政课教学改革过程中，学校创生了主题式大情境体验教学模式，即围绕一定的主题内容和教学目标，创设一以贯之的教学情境，引导学生在观察、探究、实践中体验和学习。主题式大情境体验教学模式将教学目标寓于层出不穷的体验式的活动中，不仅可使知识体系化难为易，化繁为简，还能有效地让学生理解和接受，提高了教学的实效性。



2.探索“543”式全学科协同教研机制

为更好地促进各学科协同育人效应，学校积极把思政教育主

题研究全面嵌入各学科教研之中，探索一种“5·4·3”全学科协同教研机制。“5”指五个层级，在开展协同教研时，从备课组、课程组、校级、区级、市级五个层级纵向深入推进研究，发挥了思政课建设优秀经验和骨干教师的示范引领作用；“4”指四种主题教研内容，可以是思政课程主导式、学科思政主导式、多学科融合式和联合实践式；“3”指三种研修序列，以培训导引、以课题自修、以赛课推动，形成序列化研修体系，促进全学科协同育人专业化发展。



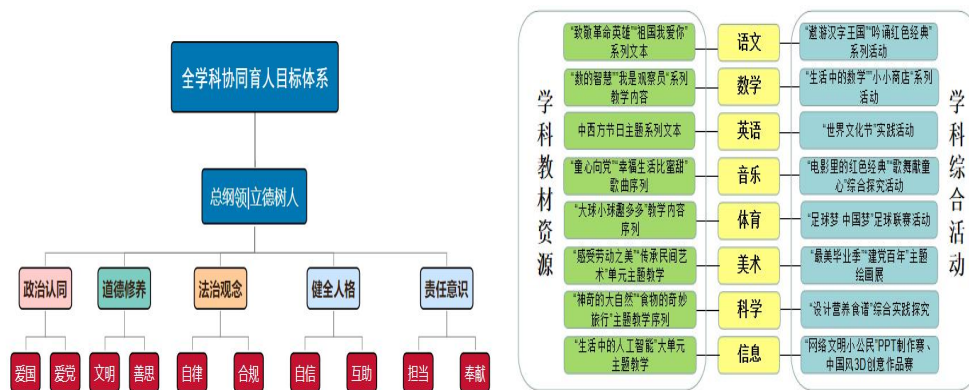
三、协同共育，打造“三位一体”的课程思政体系

1. 创生全学科融合育人新格局

围绕“品德高尚、乐学善思、体魄强健、审美高雅、热爱劳动”的五育统领目标，融合“政治认同、道德修养、法治观念、健全人格、责任意识”的思政核心要素，构建全学科协同育人的目标体系。

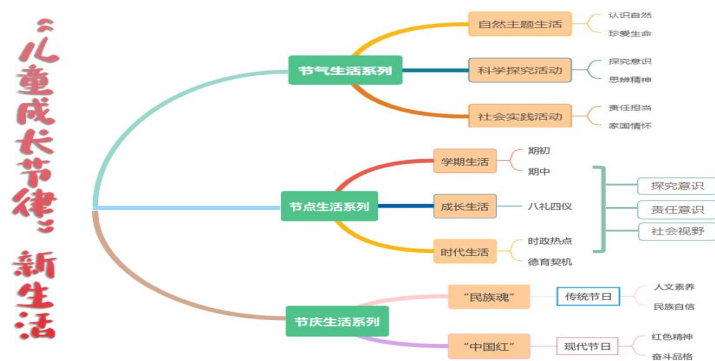
各学科根据学科特点，围绕教学内容，深度挖掘本学科在思政方面的育人价值，梳理出与思政育人目标高度契合的教材资

源，以大主题的方式重组教材资源，进一步放大思政育人的效力；同时，学校开发了相关的学科活动，实现全员、全程、全方位育人。



2. 创设“儿童成长节律”新生活

学校依托江苏省品格提升项目“儿童成长节律”课程，从节气生活、节庆生活、节点生活三个维度建构儿童的校园生活节律，把“气节品格、理性探究、家国情怀、向上人格”等思政元素融入其中，开发主题化、序列化的学生活动，将思政教育融入学生全息化的校园生活，在思政课程、课程思政的同时实现生活思政化。



四、评价导引，建构“十佳之星”思政育人评价体系

在“1+X”思政育人课程体系中，学校构建了一套“十佳之星”

评价体系，并设计制作人手一本的“润娃手册”，分别以十颗星的形式在手册中呈现，每颗星的评价标准就是思想政治素养知行合一的具体表现标准。

爱国星	了解一些我国历史常识，知道在历史发展过程中形成的中华民族优秀传统文化和革命传统，了解影响我国发展的重大历史事件和社会主义建设的伟大成就。
	尊敬国旗、国徽，认真对待每一次升旗仪式。
	珍视祖国的历史与文化，具有中华民族的归属感和自豪感。
文化星	了解中国二十四节气以及中国传统节日的名称、时间以及传统习俗。
	积极参加每个节气、节庆时间开展的学校活动，遵循自然规律，注重节气时节合理的作息、饮食。
	珍视中国劳动人民通过劳动经验总结的智慧结晶，努力学习中国传统文化，立志成为中国传统文化的传播者和继承者。
文明星	讲究卫生，穿戴整齐、朴素大方，仪容仪表端正、规范，符合小学生身份。
	尊师孝长，主动问好，礼貌待人，言谈文明，举止文雅。
美德星	自觉遵守社会公德和班规和校纪，无违法、违规、违纪现象。
	积极传承中华民族传统美德，弘扬民族精神和时代精神，维护国家利益和安全，形成健全的道德认知和情感。
诚信星	知道与人交往的基本原则是诚实守信。
	能初步分辨是非，做了错事勇于承认和改正，诚实不说谎。
	努力培养自信向上、诚实勇敢的良好品质，以诚实守信为荣。
规则星	了解最基本的班规、校规、交通规则等公共秩序，初步具有一定法律意识。
	感受集体生活中规则的作用，初步形成规则意识，遵守活动规则和学校纪律。
	通过学校和班级等集体生活，体会民主、平等在学校生活中的现实意义。自觉维护公平正义，做一个遵纪守法的好公民。
自信星	学习上能独立思考，善于提问。爱好广泛，乐于科学探究，积极发表见解。
	具有自信向上的态度，坚持正确价值取向，提高辩证思维能力，在实践中增长才干。
合作星	开放包容，树立正确的合作与竞争观念，能够换位思考，学会处理与家庭、他人、集体和社会的关系。
	善于合作，相互支持，互相帮助，具有互助精神，并能合作解决问题。
奉献星	积极了解班级、学校、社会乐于奉献的人和事。
	积极参与孝亲、尊师、敬老、爱幼、助残等志愿服务，乐于承担班级、校园、家庭中的劳动任务。
礼仪星	初步具有担当意识，以集体利益为重，乐于奉献，不计较个人得失。
	了解基本的礼仪常识。
	关心父母身体健康，悉心听从父母教导；礼貌回答老师问题，见到老师主动问好；同学之间互相帮助，友爱宽容。
	学会欣赏、宽容和尊重他人。

在“1+X”思政育人课程体系的推进下，通过五育融通的跨学科研究方式，打破了学科间的育人壁垒，推动思政课程与课程思政同向同行，实现了学生德智体美劳全面发展；同时，依托思政主题活动拓展育人场域，多层次、多领域推进了校企共建、校社共建，为协同育人开启新篇，有效助力减负增效落实落地。

线上线下融合的馆校合作课程探索与实践

——以“致敬伟人宋庆龄”党史课程为例

常州市明德实验中学 谭文

“双减”政策实施下，馆校合作课程日益成为提“质”增“效”的创新方式，而信息技术的融入又为馆校合作课程注入了新活力。常州市明德实验中学与宋庆龄陵园进行直播互动，笔者以《百年风华敬诵党史 红色基因滋养血脉——永远跟党走之致敬伟人宋庆龄》一课为例，进行了线上线下融合的馆校合作课程探索，并在教学过程中思考了馆校合作课程亟需发展之处。

一、深思：馆校合作课程的现状分析

（一）定内容，实施精准教学

中国共产党诞生是中国历史上开天辟地的大事，在这伟大征程中，宋庆龄与中国共产党同心同行，同中国人民一起，为建立和建设新中国而奋斗。本次课程借助 ClassIn 平台，常州市明德实验中学与中华人民共和国名誉主席宋庆龄陵园进行了一场别样的互动直播，给师生带来了 AI 沉浸式的“穿越”体验。跟随镜头另一端的讲解员老师，师生仿佛亲临了宋庆龄陵园，全方位地参观了整个场馆，了解了宋庆龄少年赴美留学、中年与党同行、晚年圆梦入党的传奇一生。

（二）析学情，实施个性教学

本课的授课对象是八年级的学生，经过初中将近两年的历史学习，学生已经掌握了初步的历史学习方法，学会了分析材料，

能够在时空中认识和了解历史。并且基于时代原因，很多学生对党史的学习兴趣比较浓厚。因此，笔者在教学中结合学生已有认知水平，充分利用 ClassIn 平台的互动直播功能，创设多种形式的教学活动，调动学生的学习兴趣和积极性，从而发挥学生的主体性，加强学生对宋庆龄一生的理解和学习。

（三）树目标，实施有效教学

依据学习内容和学生特点，本次课程的三维目标设立如下：在知识与能力方面，了解宋庆龄少年赴美留学、中年与党同行、晚年圆梦入党的传奇一生；在过程与方法方面，以小组研修，项目学习，依托平板与讲解员老师进行即时互动，就“如何看待宋庆龄坚定共产主义信念，直至临终前入党”这个话题进行热烈讨论，培养小组合作以及综合探究能力；在情感态度与价值观方面，明白宋庆龄为中国革命、建设以及世界和平作出不可磨灭的贡献，在缅怀宋庆龄先生时，深知将红色精神传承下去的重要性和必要性，培养学生的家国情怀。

二、躬行：馆校合作课程的实践策略

（一）课前预习，鼓励自主学习

线上线下融合课堂既丰富了学生的学习途径，也给予了学生更多的自主空间，教师可以充分利用这一特点，布置导学作业单，在课前充分发挥学生的主观能动性。在中国历史的学习中，学生对宋庆龄有或多或少的了解，但是囿于教材篇幅，缺乏详细深入的介绍。在课程开始之前，笔者利用了 ClassIn 平台的“作业投递”功能，前提发布了关于宋庆龄的相关问题，为学生指明学习方向，

同学们可以根据相关资料的查阅进行预习。

在正式的课堂中，随着宋庆龄先导片的播放，学生可以带着问题意识去观看，从而使得课堂教学更加高效而有针对性。在先导片播放完毕后，笔者连线中华人民共和国名誉主席宋庆龄陵园的讲解员老师，对学生进行提问检测。

（二）同屏互动，创设合作情境

课程的主体部分由“忘记了祖国人生就失去意义”“向中国共产党致敬”“不变的信仰，大地的女儿”三个主题构成，随着宋庆龄陵园场馆的切换，以时间为线索，展示了宋庆龄少年赴美留学、中年与党同行、晚年圆梦入党的传奇一生。

智慧教室里的同学们以小组研修，项目学习，依托平板与讲解员老师进行即时互动，通过“举手”“抢答”和“随机挑人”等形式来完成小组的进阶任务。通过线上线下融合的方式，学生跟随讲解员的镜头，打破了常州到上海的时空界限，身临其境般参观了宋庆龄陵园，了解了一张张照片背后的历史故事。在智慧教室教师和陵园讲解员双方配合下，历史的讲述变得生动而有温度，学生的学习兴趣充分调动，学习效果可见一斑。

（三）问题导向，提升思维深度

同学们沉浸于课堂，不仅精准地完成了一道道小考题，还就“如何看待宋庆龄坚定共产主义信念，直至临终前入党”这个话题进行热烈讨论，向宋庆龄先生致敬。同学们深入思考，结合现有材料对宋庆龄进行点评，将家国情怀深扎于心的同时，也逐步掌握“唯物史观”“史料实证”等评价历史人物的基本方法。

连线结束后，笔者进行概括总结：宋庆龄被誉为“二十世纪的伟大女性”，为中国革命、建设以及世界和平作出不可磨灭的贡献。她一生都是为了更好的中国而奋斗，晚年多次申请入党更彰显了她作为共产主义战士“永远跟党走”的坚定决心。在我们缅怀宋庆龄先生时，更应该将她的红色精神传承下去。

三、悟获：馆校合作课程的总结思考

这是一堂特别的党史课，线上线下融合的馆校合作课程探索让师生都感慨颇深，在实践的过程中也发现了存在的不足，我对馆校合作课程的进一步发展有了一点思考。

（一）优化设计，打造最优流程

在“双减”政策下，将博物馆、美术馆、动植物园等场馆与学校共同纳入教学系统，利用场馆的优势教学资源，构建馆校合作课程，成为促进学生全面发展的选择之一。本节课借助 ClassIn 平台的功能实现了线上线下融合教学，教学流程清晰，也印证了“双师课堂”甚至“多师课堂”的可行性。

除了本节课使用的“举手”“抢答”和“随机挑人”等功能外，平台还有很多其他功能可以融入教学设计，充实教学流程。在课程最后，学生们踊跃地书写了自己的参与感受，此外也可以尝试用思维导图、表格、音频等形式来直观展示他们的学习成果。

（二）找准定位，注重角色匹配

在传统课堂教学中，学生趋向于依赖性角色，习惯跟随教师的教学节奏。而在此次线上线下融合的课程中，无论是前期的课前预习，还是课堂中的小组合作，又或最后的各抒己见，我们不

难发现学生的主体性角色转变，成为了自主学习者。而教师成为了智慧教室与宋庆龄陵园的衔接者，充当着启发者的角色，告知学习目标后，担负流程的串联工作，但只是提供适当的讲解。

但有一点容易忽视，因为学生个体性格差异、知识掌握程度差异等，不同学生在课程中接受程度不同，在小组中扮演的角色也不同。因此，教师在设计并开展学习活动时，教师的角色也不是一成不变的，需要分析学生在不同阶段扮演的不同角色。

（三）协同多方，完善评价机制

在当前数字化教学的推动下，传统的线下课堂较之前已经具有了很大的变革及创新，但是由于学生的个体差异性、教师信息化素质以及教学适应性等因素的影响，学生的学习水平差异较大，教师信息化素质不高，智慧教学的实践性也存在不足。

因此，在馆校合作课程实施后，积累线上线下融合的经验，进行合理的多方评价变得尤为重要。无论是教师个人、学生、馆校双方，还是专家学者、家长代表，以调查问卷、访谈为载体，总结合作教学中出现的得失，对课程建设进行可行性评价，进而为以后的课程提出科学有效的应对策略。

馆校合作课程集合“双减”政策下学校和场馆的优质资源，丰富了学生的学习内容，提升了学生的学习兴趣，培养了学生的学习能力，让学生真正成为学习的主人。而如何将信息技术和馆校合作课程有机融合，让线上线下融合的模式完美契合学生个性化、差异化的学科学习还有待进一步探索。

聚焦“双减”提素养，深耕课堂促转型

常州市教科院附属高级中学 袁 晶 徐忻怡

“双减”背景下，关注核心素养达成的课堂教学不能仅仅是知识的堆积和技能的训练，人格品格和关键能力的培养也至关重要。数学课堂如何让学生按照自己的认知现实、思维习惯，以适合自己的方式来参与课堂探究活动，寻求意义与知识、经验的链接，探讨共同的范式与原理，认识自我理解的水准。我们以“点到直线的距离公式”为例展开教学探索。

一、依托教材营造学习环境，催生能动学习发生

关于点到直线的距离公式，《数学》（苏教版）选择性必修第一册，不直接探究一般性结论，而是通过具体例子，从特殊例子着手来引导学生探求点到直线的距离。教材提供了两种解法，方法一通过求垂足坐标，转化为计算点到点的距离；方法二通过坐标系中构造特殊位置三角形，利用面积关系求点到直线的距离。

教材首先通过具体例子：已知点 $P(2,4)$ 和直线 $l:5x+4y-7=0$ ，求点 P 到直线 l 的距离。教材编写者的意图是以直线的距离公式为载体，让学生经历已有运算经验解决具体问题，提供等面积法启发推导一般公式，自主寻找工具思考更多解法的认知过程，发展数学运算素养。基于以上理解，“点到直线的距离”课题是有充分的复杂性、多样性与多元性的问题，故将本

节课作为促进学生深度学习的一次教学转型的尝试，以解决公式推导过程中“数学运算障碍”为抓手，营造学习环境，催生能动学习发生。希望该学习课题的教学能够从“基于教科书水准”上升到“超越教科书水准”。

1. 搭建支架引领学习进程，促进运算素养达成

在“双减”背景下实现深度学习是一件相当艰难的事，需要从传统的满足于“懂”与“会”的重复性教学中摆脱出来，让学生挑战“不懂”与“不会”的教学，才是真正的深度学习所需要的。为此，课的开端就在预习要求的基础上，请学生复述课本内容，提出遇到的学习障碍。

2.1 师生交流改进运算策略，体验运算挑战

课题：已知点 $P(x_0, y_0)$ 和直线 $l: Ax + By + C = 0 (A^2 + B^2 \neq 0)$ ，求点 $P(x_0, y_0)$ 到直线 l 的距离。

问题 1 请用课本例题中第一种方法（求垂足，转化为两点间的距离）求点 $P(x_0, y_0)$ 到直线 l 的距离公式。

学生 1: 设直线 $PQ: B(x - x_0) - A(y - y_0) = 0$ ，垂足 $Q(x_1, y_1)$ ，则

$$d = PQ = \sqrt{(x_1 - x_0)^2 + (y_1 - y_0)^2} \text{ ①}, \text{ 联立 } \begin{cases} Ax_1 + By_1 + C = 0, \\ B(x_1 - x_0) - A(y_1 - y_0) = 0 \end{cases}, \text{ 解出}$$

x_1, y_1 ，然后代入①，求出 d 。

师: 与例题中具体数字比较，一般公式推导过程中涉及的字母太多，计算量大，能不能根据运算目标，对方程组进行调整改造来降低运算量呢？

师：注意从目标 $d = PQ = \sqrt{(x_1 - x_0)^2 + (y_1 - y_0)^2}$ 中考考虑两个整体量：

$x_1 - x_0, y_1 - y_0$ 。

学生 2：方程 $Ax_1 + By_1 + C = 0$ 可以变化为

$$A(x_1 - x_0) + B(y_1 - y_0) = -Ax_0 - By_0 - C,$$

$$\text{联立} \begin{cases} A(x_1 - x_0) + B(y_1 - y_0) = -Ax_0 - By_0 - C & \text{②}, \\ B(x_1 - x_0) - A(y_1 - y_0) = 0 \end{cases}$$

然后把 $x_1 - x_0, y_1 - y_0$ 看作整体，解方程组，代入②，求 d 。

学生 3：老师，我发现这两个方程，一加一减，系数交叉对称，如果平方后，再两式相加，就可以相消得出整体目标了。

$$B^2(x_1 - x_0)^2 + A^2(y_1 - y_0)^2 + 2AB(x_1 - x_0)(y_1 - y_0) = 0 \text{ ③}$$

$$A^2(x_1 - x_0)^2 + B^2(y_1 - y_0)^2 - 2AB(x_1 - x_0)(y_1 - y_0) = (Ax_0 + By_0 + C)^2 \text{ ④}$$

$$\text{③} + \text{④} \text{ 得：} (A^2 + B^2)[(x_1 - x_0)^2 + (y_1 - y_0)^2] = (Ax_0 + By_0 + C)^2。$$

师：很好，直接生成整体目标 $(x_1 - x_0)^2 + (y_1 - y_0)^2$ ，进一步减少了计算量。

2.2 分享等面积法思路，推进数学运算应用的发展性

在数学教学中，设计让学生感到无自信或者不确信水准的设问是必要的。关于教材中提供的构造三角形，利用面积关系求解的思路，教学中给出分享性学习设计（基于教科书水准的设计）与挑战性学习设计（超越教科书水准的设计）。

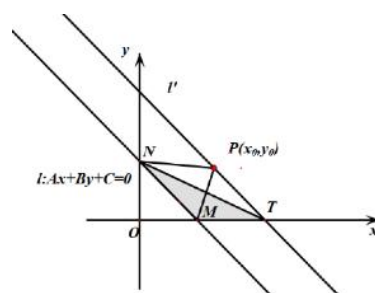
问题 2：我们都自学过教材，请分享你对等面积法的学习体会，教材上的等面积法是构造了一个特殊的直角三角形，构造一般的斜三角形能够给出公式吗？

学生 4: 等面积法学习时, 开始没有感觉它的优势, 但在推导公式时才体会到它从一定程度上减少了计算量。

学生 5: 我想不到构造三角形, 后来通过等面积求高计算距离, 从几何角度看还能理解。

学生 3: 可以构造一般的斜三角形, 我是利从平行线进行等面积转化的。

设 $l': Ax + By = Ax_0 + By_0$, 令 $y = 0$, 得 $T(\frac{Ax_0 + By_0}{A}, 0)$, $MT = |\frac{Ax_0 + By_0 + C}{A}|$, 因为 $S_{\triangle PMN} = S_{\triangle TMN}$, 所以 $\frac{1}{2}MN \times d = \frac{1}{2}MT \times ON$,



$\frac{1}{2}\sqrt{\frac{C^2}{B^2} + \frac{C^2}{A^2}} \times d = \frac{1}{2}|\frac{Ax_0 + By_0 + C}{A}| \times |\frac{C}{B}|$, 得 $d = \frac{|Ax_0 + By_0 + C|}{\sqrt{A^2 + B^2}}$ 。

2.2 洞察“距离”与“最值”关系, 实现数学运算的自塑性

“挑战性学习”(深度学习)所蕴含的无穷的魅力与可能性. 优秀学生“从基础走向发展”、“从理解走向运用”, 学困生通过挑战性学习体悟基础性知识, 并通过运用形成理解. 利用教材提出的思考“你还能通过其它途径求点 P 到直线 l 的距离吗?”实施第三阶段的教学。

问题 3: 关于教材中提出的思考其它途径求点 P 到直线 l 的距离, 我们找到新的途径了吗?

师: 寻找新途径还是有难度的, 老师给一点提示: 点到直线的距离是静止的, 如果我们从直线上任取一点 $Q(x, y)$, 那么 P, Q 两点间的距离与要求的点 P 到直线 l 的距离有什么关系呢?

学生 6: 老师, 我知道了, 最小值。设 $Q(x, y)$ 为直线上的任意一点, $Ax + By + C = 0$, $d = \sqrt{(x - x_0)^2 + (y - y_0)^2}$, 接下来可以利用直线方程消元, 根式内变成一个二次函数, 求其最小值。

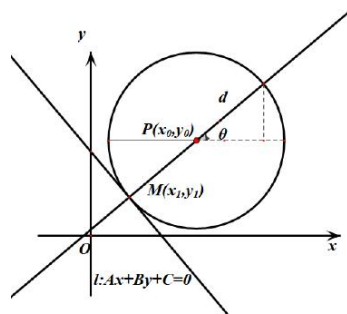
师: 如果把目标平方变形为: $\frac{(Ax - Ax_0)^2}{A^2} + \frac{(By - By_0)^2}{B^2} = d^2$, 据此能不能运用已经学习过的一些不等式来求解 d^2 的最小值? 能不能联想一下这个平方和结构跟我们哪个不等式公式相关?

学生 6: 由于 $Ax + By = -C$ 是一个定值, 由权方和不等式 $\frac{x^2}{a^2} + \frac{y^2}{b^2} \geq \frac{(x+y)^2}{a^2 + b^2}$, 可得 $d^2 \geq \frac{(Ax + By - Ax_0 - By_0)^2}{A^2 + B^2} = \frac{(Ax_0 + By_0 + C)^2}{A^2 + B^2}$ 。

师: 还有其它的求解途径吗?

学生 5: 老师, 距离关系式平方得 $d^2 = (x - x_0)^2 + (y - y_0)^2$, 启发我们可以这样做: 以 $P(x_0, y_0)$, d 为半径的圆 P , 直线也就可以看成是圆 P 在垂足 M 处的切线了。

师: 这确实是一条新的途径。设 P 到 l 的距离 d , 垂足为 $M(x_1, y_1)$, $PM = d$, 圆的方程为 $P: (x - x_0)^2 + (y - y_0)^2 = d^2$, 圆 P 在 $M(x_1, y_1)$ 处的切线方程 $l': (x - x_0)(x_1 - x_0) + (y - y_0)(y_1 - y_0) = d^2$, 请大家算一算。



学生 7: 老师, 太难算了。

师: 求 M 的坐标, 计算量确实较大, 有简化计算的方法吗?

学生 8: 可以设 PM 与 x 轴正方向所成的角为 $\theta (0 \leq \theta < 2\pi)$, 用三角函数的知识来表示这些量之间的关系:

$$x_1 - x_0 = d \cos \theta, y_1 - y_0 = d \sin \theta,$$

切线方程化成： $l':(x-x_0)\cos\theta+(y-y_0)\sin\theta=d$ ，

老师： $l:Ax+By+C=0(A^2+B^2\neq 0)$ ，与 $l':(x-x_0)\cos\theta+(y-y_0)\sin\theta=d$ 表示的是同一条直线，那么方程的系数有什么关系？

学生 8： $l:\frac{A}{\sqrt{A^2+B^2}}x+\frac{B}{\sqrt{A^2+B^2}}y+\frac{C}{\sqrt{A^2+B^2}}=0$

$l':\cos\theta x+\sin\theta y-x_0\cos\theta-y_0\sin\theta-d=0$

$$\begin{cases} \cos\theta = \frac{A}{\sqrt{A^2+B^2}} \\ \sin\theta = \frac{B}{\sqrt{A^2+B^2}} \end{cases} \text{ 或 } \begin{cases} \cos\theta = -\frac{A}{\sqrt{A^2+B^2}} \\ \sin\theta = -\frac{B}{\sqrt{A^2+B^2}} \end{cases},$$

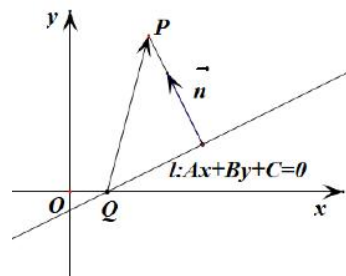
所以 $d = \frac{A(x-x_0)}{\sqrt{A^2+B^2}} + \frac{B(y-y_0)}{\sqrt{A^2+B^2}} = \frac{|Ax_0+By_0+C|}{\sqrt{A^2+B^2}}$ 。

师： 今天我们在自学教材的基础上讨论了点到直线的距离公式的不同求法，特别关注了解析几何问题求解过程中如何降低计算量的策略，课后请继续思考该问题还有其它的解决途径吗？

本节课结束后，有学生主动提出来：老师，上面的方法对我来说困难太大，高一我们曾用平面向量研究过点到直线的距离，能不能用向量工具来直接推导公式呢？

学生 9： 当 $B\neq 0$ 时，在直线上取点 $Q(0, -\frac{C}{B})$ ，

则 $\overrightarrow{QP} = (x_0, y_0 + \frac{C}{B})$ ，因为直线 l 的斜率为 $-\frac{A}{B}$ ，取与直



线垂直的直线的方向向量 $\vec{n}=(A,B)$ ，借助向量 \overrightarrow{QP} 在向量 \vec{n} 上的投影

向量模长，计算可得 $d = \|\overrightarrow{QP}\| \cos\theta = \frac{\overrightarrow{QP} \cdot \vec{n}}{\|\vec{n}\|} = \frac{Ax_0 + By_0 + C}{\sqrt{A^2 + B^2}}$ ，可以证明

$B=0$ 时，上述公式也成立。

二、追求深度学习的实现，探索数学课堂转型

数学运算是指在明晰运算对象的基础上，依据运算法则解决数学问题的素养。关于“点到直线的距离”课题，《数学》（苏教版）的编写在这一点上充分彰显了对发展学生数学学科核心素养的更深层次要求。教学设计中，以学生现有的能力为出发点，生长其智慧，培养其数学思维，最终培养学生的核心素养。将数学运算素养目标分三个阶段分别对应三个水平要求：运算素养达到能够在熟悉的数学情境中，根据问题的特征建立合适的运算思路，解决问题（水平一）；在交流的过程中，能够借助运算探讨问题（水平二）；在综合情境中，能转化运算问题，确定运算对象和运算法则，明确运算方向（水平三）。

对话指导与反思指导是支撑深度学习的两根支柱。教学实施过程中，遵循深度学习是从问题开始的教学，用运算问题真情境的层层深入，基于教材，高于教材，突显学生学习的主体性，以改进学生的被动学习和表层学习，促成能动学习和深度学习的发生，着力于从“基于教科书水准”上升到“超越教科书水准”。

探索“双减”育人的新路径，还必须关注“善于沟通合作、善于批判性思维”等人格特质的培育，这是课堂转型的标识。教师只有科学、合理地设置问题，才能够有效地引导学生探究，主动构建新知，实现课堂教学转型，发展学生的学科核心素养。

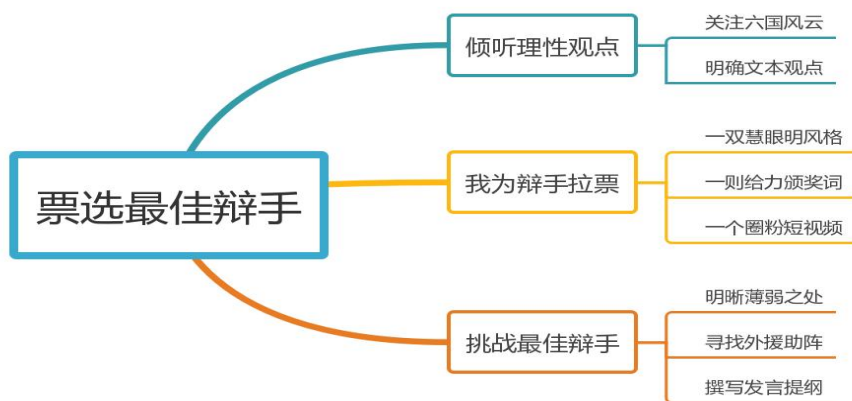
在“做”中学——践行语文大单元教学设计思路

常州市教科院附属高级中学 王伯美

教科院附属高中聚焦课堂教学，以大单元教学设计激活学生在语文课堂中的热情，在学生的日常生活与课堂教学之间搭建桥梁，使学生的语文生活空间得到了充分的拓展。教师在“做”中学，努力成为语文大单元教学设计思路的践行者。同时，引领学生在“做”中学，让学生在实践中提升语文学科核心素养。

一、设计適切性情境任务，单篇教学体现大单元教学设计思路

教学《六国论》一文时，笔者设计了如下情境任务。



核心任务为，票选最佳辩手。非常可喜的是，“我为辩手拉票”时，学生能够关联前后文本，以统编版必修下第四单元《谏逐客书》以及本单元《谏太宗十思疏》以及《答司马谏议书》一文中的观点作为支撑，进行理由的陈述。真正做到了单元内部的整合，以及单元与单元之间的打通。“挑战最佳辩手”时，寻找外

援环节，笔者鼓励学生邀请其他学科的老师作为自己的亲友团。学生请来历史沈老师助阵，历史老师的参与，让这个环节的讨论，进一步深入，体现了跨学科教学的价值与力量。以下为沈老师的观点：

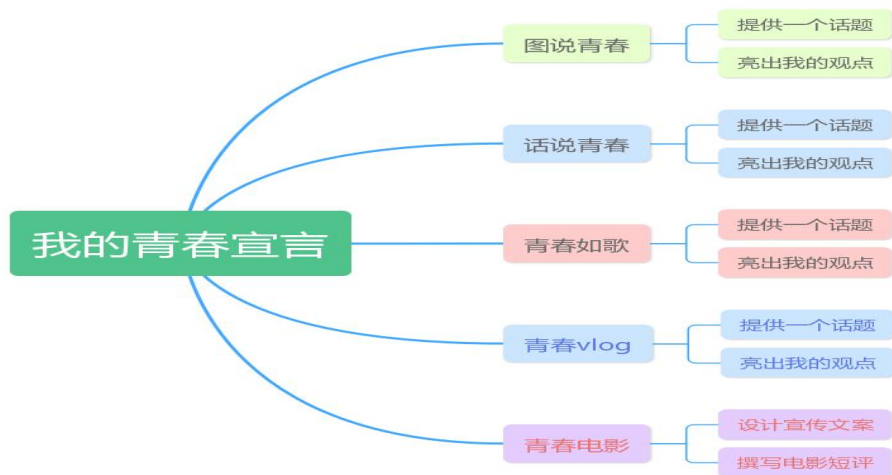
我认为站在历史的视角，作为一篇史家评论，“弊在赂秦”的观点只是一个浅显且片面的总结，这并不是导致六国灭亡的根本原因。一方面，苏洵为了达到自己的政治目的，拔高了“赂秦”的危害程度，以偏概全；另一方面，秦灭六国有着深厚的历史原因：变田、赋税、农爵、军功、郡县、连坐、度量、官制。秦国力求变法，以应时变，六国如不是实力确有差距，何至于割地？

在此基础上笔者将这一设计推而广之，使之成为整个单元设计的情境任务，请每位同学从魏征、王安石、杜牧、苏洵、苏轼、苏辙、李桢七位辩手中选出一位最佳辩手，使单篇文本的情境任务设计效能最大化，也使整个单元的教学一体化推进，篇目与篇目之间互相支撑，相互融合，从而让学生领会作者观点及其现实针对性，把握其解决现实问题的理性思维方式，鉴赏文章的说理艺术，学会在辩证分析与合理推理的基础上进行理性判断，养成大胆质疑、缜密推断的批判性思维习惯。

二、借助跨媒介阅读支架，对单元文本阅读进行整体打通设计

在对统编版必修上第一单元进行单元设计时，笔者试图通过引入各种媒介，借助跨媒介阅读这一支架在文本与学生的生活经

验之间架起一座桥梁。基于这样的思考，对这一单元，笔者做了如下整体设计。



核心任务，“我的青春宣言”。在这一核心任务的统领下，请学生，推荐一张图片、一篇演讲、一首歌曲、一个短视频，一部影片，在此基础上分别提供一个话题，亮出我的观点，设计宣传文案，撰写电影短评。

以下，是学生所做的部分推荐。图片：毛主席第十八次畅游长江。相关文本，《贯穿一生的长江情结》（节选自《我们的父亲毛泽东》），对应课文《沁园春长沙》；图片：《哦，香雪》课文插图。相关文本，《三月香雪》，作者铁凝；图片：《春运母亲》。相关文本，《“春运母亲”让每个人看到了自己》，对应课文《峨日朵雪峰之侧》；vlog：五四高燃 MV《破晓》，对应课文《红烛》《站在地球边上放号》。

以下是学生提供的一个话题：

“无论是郭沫若还是闻一多，都离我太远了。以天下为己任，

我应该一辈子都达不到这个高度。”以天下为己任，不求改变世界，但求将天下放在眼里，放在心中。谁又能说，一个人努力地做好垃圾分类这个细节，不是以天下为己任呢？对于这个话题，你怎么看？

在影片推荐环节，学生对《长安三万里》这部影片，从“青春的价值”这一角度做了如下陈述：

影片中，李白果真是一个配角么？

如果说，坚守是高适青春的代名词。那么李白的青春，又绝不仅仅停留于狂放不羁，志得意满，而在于其百折不挠，始终努力活出自我的腔调。李白固然来到过人生巅峰，却也很快跌入谷底，被赐金放还。这，只是他无数次被拒绝中最著名的一次而已。影片中，前一个镜头，是自比大鹏的李白，后一个镜头，是干谒权贵被奴仆斥退的李白。前一个镜头，是被愤怒点燃的李白，后一个镜头是李白响彻云霄的笑声。

诗人至死是少年，李白令人羡慕之处在于，他的青春贯穿了他的一生。

三、延展大语文生活空间，校园文化建设拓宽大单元设计领域

笔者在课堂教学中始终注重以学生为中心，积极进行十个“一”的探索。这十个“一”，是笔者在日常语文大单元教学中所做的一些尝试。如一次挑战、一次调查、一次命名、一次命名、一次命题、一次改编、一次绘图、一次展演、一次录制、一次演讲

等。一方面，笔者带着学生在“做”中学，另一方面，这也是笔者自己在“做”中学习，在“做”中摸索的一个过程。

在教育教学中，我们还将语文大单元设计思路延伸到了学校校园文化的建设中。教科院附属高中是一所新建校，在新校建设中，也非常坚持让学生在“做”中学。面向全体学生征集学校校徽、道路名、广场名、庭院名、建筑名。从而让校园文化建设成为语文课程的有机组成部分，真正实现语文课程与学生日常学习生活的融合。



这是由学生设计的校徽。

设计者对校徽设计思路做了如下诠释：

设计校徽时，我试图将学校“崇贤渡远”的核心理念以及紫荆德育品牌初高中一体化建设的思路融入其中，同时将校名简写首字母“教科院附高”“附高”予以自然呈现。

立足新能源之都建设，构建高中思政问题情境

常州市第一中学 徐梦婉

一、案例背景

作为新一轮课程改革的标志性追求，核心素养开启了基础教育由学科本位向学生本位的转变。本案例以常州市“踔厉奋发新征程，打造新能源之都”为主题，围绕“马克思主义发展观”大概念，构建“新能源企业：落地生根”“新能源产业：拔节生长”“新能源之都：势如破竹”三个子情境，引导学生在与情境、他人、自我的对话过程中实现核心素养发展。

二、解决问题的特色做法与经验

（一）以理论为支点，明晰情境目标

情境教学是指教师通过创设问题情境，引导学生主动参与任务、解决问题的教学过程。在教学马克思主义发展观时，新课标要求学生能够“描述世界是永恒运动的，领会发展地看问题的意义”。基于此，我将教学目标设定为：第一，通过传统能源和新能源的对比，体会我国建设新型能源体系的战略意义（政治认同）；第二，探究常州市新能源产业的发展历程，理解马克思主义发展观基本原理（科学精神）；第三，了解常州市新能源产业发展的曲折探索及光明前景，以实际行动助力常州市“新能源之都”建设（公共参与）。

（二）以课堂为依托，开展情境探究

本案例以“能源革命：从凿壁偷光到挑灯夜战”作为情境导入，让学生穿越时光隧道，“向凿壁偷光的匡衡写一封信，介绍现代校园中与你的学习息息相关的灯光设施”。

为完成该任务，学生需回忆日常生活中观察到的点滴信息，如教室内的智能照明管理系统、千人剧院中的舞美灯光等。学生从日常生活出发，在对话古人的过程中，归纳出能源的类型从传统能源到清洁能源（自然界）的发展、所有制从私有到公有（人类社会）的发展，开发方式由人工到智能（思维世界）的发展，进而萌生了探究“世界是永恒发展的”的学习兴趣。

随后，在“新能源企业：落地生根”“新能源产业：拔节生长”“新能源之都：势如破竹”等三个子情境中，学生需结合所学知识，搜集资料以解决以下问题：

情境一：2016年，理想汽车创始人李想带着3页“理想”的PPT，来常州寻找生产基地。假如你是当时的常州市武进区政府负责人，你愿意给这个创业青年机会吗？

情境二：2019年，新能源汽车的龙头企业比亚迪在常州新北区设厂。常州“北有比亚迪南有理想”的新能源产业发展格局开始形成。如果你是当时比亚迪公司的负责人，你选择来常州设厂的理由是什么？

情境三：2023年，常州拥有640余家新能源车产业链企业，

正逐步描绘出“新能源之都”的城市画像。作为常州市民，你如何看到常州市提出“新能源之都”的建设目标？

三个子情境以新能源企业为点，以纵向时间轴为线，以新能源产业布局为面，“点-线-面”相互交织，情境线、问题线、知识线并行，将常州市新能源之都的建设蓝图徐徐展开。学生通过角色扮演政府官员，感受“新能源企业”作为新事物，其彰显出来的蓬勃生命力和远大前途，进而理解发展的实质；体验新能源汽车“龙头”企业管理者的战略视野，看到新能源产业链的逐步完善为常州市带来的质的飞跃和光明前景；回归到常州普通市民的立场上，看待常州市打造引领长三角、辐射全国、全球有影响力的“新能源之都”的目标，认识发展的途径是前进性和曲折性的统一。

（三）以社会为平台，评价情境效果

学生核心素养的发展水平是衡量情境教学实施效果的关键指标。结合常州市推出的新能源汽车购置补贴和停车收费优惠的政策背景，以生活中常见的家庭购车需求为切入点，我设计了如下情境：“我现在有 20 万购车预算，在油车和新能源汽车配置相差无几的情况下，难以抉择。请同学们以小组为单位，开展合作探究，为我提供一个推荐方案，并阐述理由。”

在进行文献研究后，同学们面向常州市民设计并发放了 620 份问卷。根据调研结果，常州市民现有私家车以油车为主，占比达 93.96%；纯电动汽车和混合动力车的比例分别为 8.79%和

8.06%，相对较少。而在购车意向中，46.77%及 26.61%受访者倾向于油电混合型汽车或纯电动汽车，26.61%选择油车。通过进一步的访谈调查，同学们发现：汽车属于耐用消费品，因而现有汽车中新能源汽车占比较低。但政府出台的一揽子政策举措、动力电池产业的迅猛发展，都令市民存在较高的新能源汽车购买意愿。

经过以上探究，同学们一致认为，新能源汽车以新型清洁能源为动力，耗能低、成本低，具有强大生命力和远大发展前途。“以车聚产、以产兴城”的阔步前进需要全市上下齐心协力，以实际行动支持新能源汽车的发展。

三、问题解决的成效与社会影响

课后，同学们对“建设新能源之都”的兴趣不减。我与同事黄佳琦、赵科两位老师一道，指导同学们以模拟政协社团为单位开展了社会调研，并形成了《关于建设新能源之都，打造“无废城市”样板的建议》。同学们还以常州市青少年模拟政协交流活动“最佳提案奖”的优异成绩，赴北京 101 中学参加了全国青少年模拟政协展示活动，在全国展评舞台上展示了常州市在“建设新能源之都，打造无废城市”方面所取得的显著成就，赢得了参赛师生的高度关注和在场评委的一致好评，共获最佳调研报告奖、优秀提案奖等 6 项重量级的团体奖。

到“地里”学地理，让地理更接“地气”

——“双减”背景下高中地理户外课堂的实践研究

常州市戚墅堰高级中学 孙 超

一、案例概述

本案例立足我校实际和地理学科本质，对课堂教学进行大胆探索和实践，把学生带到“地里”学地理，仰望星空学地理，摆脱传统教室束缚，将课堂延伸至户外，引导同学们通过观察、实验和调查等方式学习对生活有用和对终身发展有用的地理。“双减”的目标是减负和增效，欲达成该目标，需要首先从导致“负担”的原因入手。对于学生而言，如果喜欢某一门学科且学有成效，则花再多时间和精力都不会感觉学习是一种负担。因此，“双减”的关键就在于如何提升学生的学习兴趣和成就感。

二、研究背景

“双减”政策出台以来，我校积极探索户外课堂的研究，始终坚持从“力行”的教育理念出发，依托已经建成的地理省级课程基地，教学过程中注重学生的具身参与，不断优化教师的教学方式和学生的学习方式，促进了学生的全面发展和个性发展。户外课堂的探索提升了学生的实践能力和创新能力，真正将“双减”落到实处。

三、特色做法与经验

（一）搭建教学场域，丰富课程载体

场域是课程开发与实施的载体。场域既包括物态空间、学习

平台、展示舞台等学习空间，也包括学生在真实情境中尝试、参与、体验、实践、交流、展示、优化等一系列建构行为。依托地理省级课程基地，我校已建成包括“一园、两站、三室和多廊”在内的若干学习场域。其中，“一园”指力行园，“两站”包括气象观测站和天文观测站，“三室”包括生态环境实验室、GIS实验室和地理模型展览室，“多廊”指学校的多条连廊。

（二）变革教学方式，拓展课程内涵

1. 观测类户外课堂——以“天文观测”为例

该课程是对高中地理必修一第一章和选择性必修一第一章的拓展和延伸，旨在推进国家课程的校本化实施，同时丰富学生的天文知识，掌握天文观测方法，提高天文素养。课程分理论课与实践课两部分，为配合实践课的开展，我们还成立了一个社团——“望天天文社”。“双减”以来，我们开设过多节户外课，主题包括《望月·赏月·探月》、《军营天文夜，和你齐赏月》、《遇见世纪最长月偏食》、《陪你去看流星雨落在这地球上》、《恒星，行星，卫星，星座，你和我》等。户外课堂的开设激发了学生的兴趣，拓宽了视野，提高了地理实践力和跨学科素养。

2. 体验类户外课堂——以“农业种植”为例

生活在城市里的学生尤其缺乏对农业活动的真实感知和系统了解，而农业又是高中地理教学中的重要内容。因此，该课程的开发主要是为了推进国家课程的校本化实施。此外，课程实施还有助于学生亲历种植过程，建立对农业活动的直观感知，享受收获喜悦。“双减”以来，我校开设过多节种植类户外课，主题包

括《农业区位因素及其变化》、《农业区位条件分析》、《参与农园建设，体会劳动之美》、《体验农耕过程，让劳动教育入心》、《携手植树节，增添一片绿》、《为力行园助力添彩，变农具房为艺术墙》、《夏至临端午，力行园的夏天‘果’然很甜》等。该课程的实施，让学生对书本中学习的知识有了更加深入的理解，学到了许多平时无法接触到的知识和技能。

3.探究类户外课堂——以“气象观测”为例

气候和天气一直是高中地理教学的重中之重，难中之难。本课程的开发，旨在引导学生借助校园气象观测站采集的数据，去分析和模拟常州地区常见天气现象（如梅雨、台风、伏旱、寒潮等）的形成过程和内在机理。在此基础上，再对照书本中所学知识，去建立知识与生活之间的联系，达成学以致用。“双减”以来，我们开设过的户外课堂包括《认识校园气象观测站》、《常州地区5月份的天气》、《常州入梅了吗》、《今年的台风》等。该课程既有探究深度又贴近生活，广受同学们的喜爱。

4.跨学科类户外课堂——以“研学旅行”为例

地理实践力是地理学科四大核心素养之一。为有效提升学生的地理实践力，我们开发了五色研学课程，即绿色生态研学、蓝色环保研学、黑色科技研学、红色传承研学和古色古韵研学，同时还成立了一个社团——“五色研学社”。该课程注重培养学生从跨学科的视角来审视和解决问题。“双减”以来，我们组织学生去到了安徽宏村和溧阳1号公路等地进行研学。活动的开展，不仅开拓了学生的眼界，还培育了他们的实践力，练就了一双地理眼，

在实践中增长了行动力。

（三）优化教学评价，落实课程目标

教学评价是教学活动不可或缺的一环，有助于促进教学质量的提高，促进学生学习的积极性和主动性。新课程标准建议“评价内容应多维化，评价方法应多样化，评价主体应多元化”。户外课堂开展过程中，我们注重过程性评价与终结性评价相结合，其中，过程性评价主要是从学生的身体参与度、思维参与度、沟通与合作等维度进行等级评定，每个维度下又可包含不同的评价要点。我们一直坚持教学评价要以激励为主，对于过程中表现突出的学生，会给予充分展示分享的机会，在强化个体的同时，对群体也能产生激励作用。

四、最终成效与影响

户外课堂的探索和实践，真正提升了学生的学习兴趣，优化了教师的教学方式和学生的学习方式，在落实“双减”政策的同时，更好地促进了学生全面而有个性的发展。在“双减”和“三新”背景下，加强对课堂教学的研究是一个重要课题。地理学是一门实践性和综合性都比较强的学科，户外课堂的开展远比“纸上谈兵”式的教学更加有效。户外课堂的推进，让枯燥的地理知识“活”了起来，让同学们的地理思维“动”了起来。

基于“双减”促进思维品质培养的高中英语阅读教学实践

常州市第五中学 曹雪纯

在“双减”大背景下，英语课堂教学常出现只见树木不见森林的情况。英语阅读在英语教学中起至关重要的作用，充分利用高中英语阅读课堂，培养学生的逻辑、批判和创新思维是帮助学生减负的关键。

本文借助《英语》两则新闻报道，利用思维导图使阅读篇章结构具体化，在活动和任务中引导学生思考，读前运用图片和标题激发学生发散思维；读中分析问题、解读成因训练学生逻辑和批判思维；读后建构解决方案、创作展示成果锻炼创造思维。

一、读前激活学生发散思维

头脑风暴 brainstorming 帮助学生利用已有知识背景和文化信息，激活已有的认知经验，联系所学，发挥学生想象力。教师可以运用图片，创设与主题相关的情境，让学生尽快融入话题。利用文章标题和插图，激活学生参与的热情，设置与主题相关的问题，促进学生的思考。

（一）运用图片，创设情境，激活想象

批判性思维作为抽象的概念对于学生来说较难理解，图片支架帮助简化、理解抽象概念。学生通过观察和描绘第一幅图片，联系生活实际，发挥想象，激活课堂。通过第二幅图片引入话题，学生在第一幅图构建的认知基础之上，打破常规思维，认识到文

章主题。

（二）比较标题，引出话题，创设疑惑

标题是新闻的精髓，它包含了常见的要素如 who, what。教师引导学生观察、对比两个文章标题，寻找差异在学生思考差异。通过对比标题、图片、时间、地点、日期、伤亡人数、火灾原因，学生体会到不同时段、不同角度新闻报道存在动态变化的特征，并训练比较思考，分析具体差异。教师引导学生关注差异，锻炼归类比较能力，领悟“成为批判性新闻读者”的重要性及意义。

二、读中训练逻辑和批判思维

教师在高中英语阅读教学中可以结合思维导图指导学生解读书本，在图形思维工具辅助下梳理文本内容，找出语篇的关键信息，理清文本脉络与结构，从而增强他们的思维能力（林丽珍，2021）。课标中也提出从 what, why, how 三个角度，将文本信息结构化，有利于培养学生的逻辑思维。以上第一部分已解决 what 的问题。本部分主要围绕 why 和 how 两方面促进学生的思考，培养学生的批判性思维和逻辑思维能力。

（一）解读成因，培养批判思维

批判性思维训练应少提问事实性问题，多提问观点性问题；少提问文章细节，多提问判断推理；少提问封闭式仅有唯一答案的问题，多提问开放性的问题；少提问关于 what 的问题，多提问关于 why、how 的问题。开展批判性阅读的目的是为了更好地结合话题背景深入了解文本的组织结构。在批判性阅读的过程

中，学生通过理解阅读目标，归纳作者的观点和写作态度。从 why 的角度提问，由现象得到的结果推向原因，帮助学生以思维导图的形式将产生相反的信息的原因具体化，学生通过阅读梳理原因，并完善思维导图，形成对文本解读的架构。

（二）分析问题，培养逻辑思维

理解原因之后，学生小组讨论，以思维导图的形式整理文中作者的观点态度，迁移到日常生活中，我们不应该在看到新闻时，未经证实盲目地下结论，而是应该从不同的角度看待我们所看到、读到的信息。正如同一张图，不同视角，有的人看到的是花瓶而有人看到的是人脸，关键在于我们从何种视角看待问题。成为一个批判性的读者，不人云亦云、随波逐流，是基于事实和证据，用自己的判断批判性接收信息、从不同的信息源获取可靠的信息。教师通过 how 的问题帮助学生思维由低阶转向高阶，深入理解作者对于如何成为批判性新闻读者的看法，为读后自主发表观点抛砖引玉。

三、读后锻炼创造思维

在读后阶段，学生之间互相合作，教师提供一定的支架，引导学生探索培养批判性思维的具体方案。在 what, why, how 思维框架基础上，学生将自己关于批判性思维的看法，创造性地用演讲的形式展示，将思维通过外化思维分享给同学们。

（一）建构解决方案，培养探究思维

针对真实情景，教师创设一个情景，引导学生思考，学生讨

论后，探究自己小组辨别信息真假的解决方案。学生在讨论后，分享各自的解决方案，集众人之智慧将如何成为批判性读者在情境中具体化。此举旨在激发学生的参与力、培养学生问题-解决意识，提升学生应对具体问题批判性地提出建构解决方案的能力。

（二）创作展示成果，培养创新思维

教师引导学生在思维导图关键词的基础上，提供语言线索，帮助学生利用语言支架，连词成篇，将所学所想以演讲形式展现，训练学生逻辑思维的同时，小组展示创作成果。作为阅读的最后环节，教师引导学生按背景信息 **when**、**where**、**why** 的逻辑结构将思考借助例子形成演讲稿。该活动帮助锻炼学生借用自己整理的思维图，主动对阅读内容进行深层分析，不断启发自己的思维，促进思维品质的提升。

学生反馈能够清晰地了解文章结构，知其所云，而不是课后只能蹦出零星的知识点和单词。思维上更加活跃，了解如何能够成为一个批判性地读者。学生能够批判性地去对待生活中遇到的困难，从事情发展的不同角度看待问题。在作文写作之前，学生学会头脑风暴，将所思所想列在纸上，并根据不同角度分类梳理观点。

“实小生物钟”：儿童一日健康生活秩序创新实践

溧阳市实验小学 张 珏

随着“双减”政策的出台，教育生态不断优化，社会反响总体较好，家长焦虑内卷减少了，学生学业负担减轻了。但是也出现了一些学生因时间管理能力不足而导致新的问题，如学生在面对大量的可支配时间，不会合理地自主安排时间、睡眠依旧不足等。学校面向全体学生调查了关于“双减”后自主安排时间的情况，反映出学生虽然压力值减轻，但睡眠时长依旧不足。空余时间多，但游戏能力依旧不强。体验机会多，但个性发展驱动不佳。

“实小生物钟”是“双减”政策实施后学校整体落实“双减”政策的行动，意在“帮助学生厘清一天的时间安排，形成符合儿童身心发展特点的作息时间表”。将小学生日常生活的 24 小时划分了三个时间板块，即“21:30 睡眠时间”、“11:30 好玩时间”、“18:30 心流时间”做为一天中重要的时间秩序节点，以此打造“实小生物钟”。

（一）整体架构：构建“实小生物钟”的设计研究

1.时间之分——追求实操性，注重时效性

- （1）依托成长发展，分时间项目。
- （2）关注效能节点，分阶段调整。

2.呈现之约——保障完成度，体现全面性

- （1）白皮书：以教师视角，从作业提质减负。

(2) 契约令：以家长视角，从熔断机制监督。

(3) 定制表：以学生视角，从宏观规划明晰。

3.指向之约——呈现全育性，突出成长性

(1) 素养与时间结合，体现德育特质。

(2) 形象与抽象结合，体现自律特质。

(二) 重构秩序：探寻“实小生物钟”的实施策略

1.“21:30 睡眠时间”：打造“实小生物钟”，迈好“双减”提质第一步

在“实小生物钟”时间项目中，首先确定“21:30 睡眠时间”项目为迈好“双减”提质的第一步，保障每日至少十小时睡眠。

(1) 校内调整，强化“21:30 睡眠时间”概念

①纳入课程体系：把科学睡眠宣传教育纳入课程教学体系、教师培训内容和家校协同育人机制。

②加强档案管理：从个人、班级、学校层面开展“睡眠之星”评比活动，家校联合收集睡眠数据，形成“实小睡眠”动态跟踪报告。

(2) 合力监督，保障“21:30 睡眠时间”实施

①环境营造：指导学生统筹用好回家后的时间，坚持劳逸结合、适度锻炼。

②弹性处理：个别学生经努力后到就寝时间仍未完成作业的，家长应督促按时就寝，同时关注孩子做作业时的心理状态。

③动态关注：定期开展有关睡眠情况的问卷调查，及时发现

学生在睡眠方面存在的问题，必要时将对家长发放“整改意见书”，跟踪式了解改进情况。

2.“11:30 好玩时间”：打造“实小生物钟”，迈好“双减”提质第二步

好玩时间是主动选择投入用以获得乐趣的时间，学生可以利用每日中午 11:30—12:00 的时间段走出户外，在校内自由玩耍，让紧张的大脑得以放松，让眼睛充分得到休息。同时，在这段好玩时间内，学生更要学会去探索更多高级玩法，打造游戏圈。

（1）真情到实景，触发好（hào）玩天性。用符合不同学生年龄探究方式，激发游戏欲。

①情境中互动。各个年级都建设了“公共空间”，一个空间一个主题，学生们可以跳出班级、年纪的限制，以兴趣为导向，进行教室间的“互访”，以爱好发展独属实小书院少年的“朋友圈”。

②问题中驱动。学生自主结对，创设空间游艺相关的驱动问题，为学生在午间玩什么？如何玩？搭建支架，

③游戏中学习。以游戏为主，以学生在游戏交往中的经历为辅，提出问题、设计游戏方案、实施、改进、完善、以此提升学生的综合素养。

（2）体验到创造，发展好（hǎo）玩能力。不同区域游戏融合丰富学习与认知，提升游戏素养。

①游戏展能力。区域内运动器材选品、货架摆放、借用归还等，都由学生完成，让学生实践中获取知识，将知识用于实践，

发展行动能力。

②迁移出数据。通过对不同学生的不同玩法的观察、记录，对学生最喜爱的游戏进行分析，对冷门游戏再分析，用数据分析游戏情况等。

③玩法更高级。可以从学科的角度出发，孕育具有童趣的小型游戏课程，让学生“乐玩”且能“玩出名堂”。

3.“18:30 心流时间”：打造“实小生物钟”，迈好“双减”提质第三步

心流时间就是为获得心流体验而选择付出的时间，以及全身心投入某件事情的心理状态。提出心流时间的概念旨在引导学生放学回家后能够充分地利用并合理规 18:30-20:30 之间的时间。

（1）心流地图：建立个人心流实践库

拟定心流清单，通达心流路线。心流产生的过程中纵轴是挑战，横轴是技巧。如果感到无聊，就要提升挑战；相反如果感到焦虑，则需要提升技巧。

（2）心流场馆：实践个性学习展特长

普及发展性知识，尝试个性化设计。学生可以用音乐、阅读、户外实践或者绘画等方式作为媒介，在这个过程中亲身经历故事、发展审美体验。

（三）丰盈思悟：创新“实小生物钟”的进阶评价

实施进阶式评价，指向三段时间不同项目的目标维度。分别评选出睡眠之星”“乐享之星”和“闪耀之星”“自律之星”。

目前“实小生物钟”系列工程也取得了丰硕的成效：

1.学生层面：学生 21:30 前睡觉比例达 96%、学生喜欢上学率从 92.5%上升为 99.2%、学生近视率下降 14.22%、学生体能储备达标率为 87.12%，与 2022 年各项数据相比皆提升近一倍。

2.家校层面：学校围绕“双减”政策之下的相关教学、管理类案例在市级层面立项。学生和家長对学校“双减”工作满意度为 98.26%。

“实小生物钟”系列工程并非是一个治标的项目，而是一个治本的项目，其进行速度慢、效果显现周期长，但只有慢的、反复的、有标准的实施，才能形成习惯，形成具有实小特色的“生物钟”，聚焦健康、聚集智慧、聚力成长。

童伴心理 探索“公朴娃”互助式心育培养新路径

常州市武进区李公朴小学 宦小丹

武进区李公朴小学基于遵循生命独特的生态系统和生长规律，提出“公朴娃”互助式心育培养目标，积极探索同伴式心育培养新路径，旨在为学生心理健康保驾护航。

一、摸排“公朴娃”同伴互助式心育现状

（一）搭建学生专属心育支架，绘制“心”谱系

为了更好地帮助学生建立健康的心理状态，学校开始尝试定制“心”谱系。定制“心”谱系是指根据学生的个体差异和需求，量身定制一套心理健康评估体系。通过这套体系，学校可以全面了解学生的心理状况，为每个学生提供有针对性的心理辅导。这种个性化教育方式有助于提高学生的学习兴趣 and 自信心，促进学生全面发展。

（二）组建班级心理委员团队，打造“心”团队

心理委员又被称为“心理小天使”，学校心理老师的好帮手，心理委员团队的建设需要进行心理委员培训，分发班级“心情晴雨表表”，定期汇报班级同学的情况，才能更及时地帮助到学校心理工作，一般定在开学初每周一次，开学一个月后记录班级需要关注的学生，每月汇报一次，紧急危机情况立刻上报。

（三）绘制个人“心理晴雨表”，构建“心”空间

情绪是灵魂的语言，就像哲人所说：“人生就像一朵鲜花，

有时开，有时败，有时候面带微笑，有时候却低头不语。”通过“画我的‘情绪晴雨表’”活动，让学生明白：无论我们处于什么样的境地，学会调节情绪就会发现，人生远没有想象中的糟糕，以一种积极、乐观的心态去面对，我们就能够打开心灵的另一扇窗户，远眺外面的美好。

（四）严格建立“一生一档”，形成“心”档案

学校将以“一生一档”的档案资料为抓点，在学期末对每个学生的档案进行梳理，分析重点关注学生的动态发展。针对可能出现的危机情况进行及时的干预，做出合理的措施。并借助家校合作，为学生作出正确的引导，做好预防工作。

二、建构“公朴娃”同伴互助式心育模式

（一）同伴“督”育，探索“心”方法

“同伴互助”式心育模式，首先各班要建立学习小组，任课教师互相商讨，从学生的学习情况、性别、特长、家庭、自主性、电子产品使用等方面进行分组，尽可能使各小组保持均衡。确定（老师——组长——组员）三级监督管理模式，明确小组长和组员的具体分工，学习习惯、情绪表达、为人处世等方面互相督促，形成“强弱”组合、“AB、BC”组合、“大小”组合等多向组合，让学生在相互学习中获得身心的健康成长。

（二）同伴“享”育，拓宽“心”思路

同伴“享”育这个板块就是让更多的学生互相分享学习成果、劳动成果、运动成果、才艺成果，让学生通过分享达到相互学习、

相互促进、相互欣赏，如每天锻炼打卡、每天做一道菜、做一项家务、练习一项美育特长、分享健康饮食、打卡记录睡眠时间等，学生在分享中体验成长的快乐。

（三）同伴“助”育，形成“心”模式

“同伴互助”起始于课堂上的学习研究，但不能仅限于课堂内的学习互助，还要渗透德智体的全面互助互促。如以改善人际交往能力为目标的团体，可以安排“最佳拍档——团体形成”“信任之旅——建立团体信任”“镜中的我和心中的我——认识接纳自己”“做自己的主人——培养解决问题的能力”“秘密大会串——学习处理人际关系问题”和“笑迎未来——分享体验和心得”等内容，促进同伴互助式团队成长，实现共育共长。

三、构建“公朴娃”同伴互助式心育课程体

同伴互助式心育课程体系是一种以同伴教育为理念，以同伴互助为手段的心育课程体系。学校根据公朴娃的心理成长规律和内在需求，不断架构立体化的心育课程体系，注重科学性、活动性、互动性、趣味性、整合性，努力使课程适合小学生的心理发展，在潜移默化中提升学生品格。

在同伴互助式心育课程体系的实施过程中，学生可以通过小组活动、团队训练、心理剧等形式，与同伴一起探讨和学习心理健康知识，解决心理问题，提高心理素质。

四、形成“公朴娃”同伴互助式心育系统链

1.心语信箱全覆盖。学校设立班级心语信箱、班级心理委员

等，了解收集学生信息，对学生不愿公开说、不愿面对面说等难以第一时间了解情况的，多了一个很好的渠道。通过心语信箱，学生多了一个表达的窗口，教师也多了一个了解的窗口，实现了师生之间更好的畅通。

2.家校在线无盲区。建立常态化家访机制，落实家访包保责任对象，实行每月一访，特殊学生加密频率，将上门家访、微信电话沟通、家长进校交流等多种联系方式相结合，针对有心理问题的学生，责任教师与家长制定帮扶办法，并定期开展帮扶活动。

3.心育系统完备化。积极打造项目组队伍，扬好心理教育风向标。打造心育班主任团队，提高班主任的心理健康教育水平，促使其成为心理健康教育的主心骨。设立心育委员岗位，通过朋辈成长营——“快乐公朴娃”心理社团，形成辅导新模式。继续开展“公朴父母成长营”活动，让家长通过自身学习和成长更好地理解孩子，科学地与孩子互动沟通。聘请专家助力军，组好心育智囊团，让他们成为学校心理教育的重要外援力量。

青果“心晴朗” “育”见“心”美好

常州市田家炳初级中学 陈依婷

青果“心晴朗”系列创建源自于最真实的教育状态，取自于最真实的教育目的，更是来自于最真实的“心”期待。“人人都是德育工作者”，“人人也都是心育工作者”，学生的心理健康教育是全体教师的共同职责，也是学校教育的核心内容。

一、打造“心”团队，多层次构建心育智囊团

1.心理危机预警与干预小组

以校领导为核心，中层干部为主要支持，级部主任、班主任、心理教师为主要成员的小组构建，给予心理危机预警与干预保障。

2.心育知识宣传与普教小组

心理知识的宣传与普及不仅要利用好课堂主阵地，也要做好整体宣教规划，同时把握关键的时间节点和关键的事件节点，做到主次分明，利用清单管理模式，两条线开展。

3.校名班主任工作室主团队

发挥我校“名班主任工作室”特色影响力，督促两个工作室按计划开展心理健康主题活动，丰富培训形式，打造心育骨干团队。

4.专职心理梦想教师核心团

学校有专职心理教师 1 名，兼职心理辅导教师 5 名，1 位具

备国家二级心理咨询师证书、1位具备国家三级心理咨询师证书，2位具备融合教育资源教师证书，还有1位负责校梦想课程。

5.心“晴”气象员学生助力团

学期初挖掘班内积极阳光、认真负责的同学（男女各一），组建青果园心“晴”气象员团队。制定“心晴朗”班级观察手册，定期开展团队会议，拓宽学生沟通渠道，了解观察班级学生风貌和状态，助力学生成长。

二、筑建“心”课堂，多维度研发心育课程群

1.“心晴朗”心理健康专题课程

学期设计教学计划，分年级每周各开设1节心理课，突出青春期三个年龄层次的差异性，贴合学生实际学习生活的需要，运用有关心理教育方法和手段，培养学生良好的心理素质，促进学生身心全面和谐发展的课程教育。

2.“心晴朗”梦想课程

梦想课程是实施素质教育的要求，有利于改变学生的学习方式，为学生提供学习过程中的方法选择和内容选择，体现教育内容的多元性和选择性。

3.“心晴朗”初中学生生涯发展与规划课程

围绕学生健全人格的培养，田初中设置分年级德育工作目标，利用班会课为主阵地，青果巷为主要活动场域，分阶段、分目标开展适合青果学子的生涯课程，七年级（行规教育）以“青

果底色——知礼润行”为主题；八年级（公民教育）以“青果本色——知善润性”为主题；九年级（励志教育）以“青果亮色——知志润心”为主题。

三、融通“心”场域，多方位营造心育空间站

1.青果知心苑社团

组织校园心理剧编创及拍摄，校园心理剧的趣味形式不仅激发学生的参与兴趣，而且使之在体验和感悟中获得成长，该社团在全校展演《父母的心》，收获一致好评。

2.青果巷社会实践基地

田初中是一所百年老校，地处青果古巷。其深厚的历史底蕴，成为学校德育资源的活水源头。学校课程和德育活动的开展场域由此拓宽，给予学生更多拥抱自然、拥抱历史、拥抱精神内涵的空间。

3.青苹果乐园

学校的心理健康空间青苹果乐园设置了个体咨询室、宣泄室、沙盘区和团体辅导区等，得到孩子们的一致喜爱与认可。同时外设青果树洞，便于学生通过写信等方式进行预约与倾诉。

四、创新“心”情境，多系列设计心育活动场

在德育工作中，在真实的生活情境中开展活动育人是一种有效的方法。在当今形势下，如何创新心育活动，拓宽育人途径，显得尤其重要，以下为初步实践和思考。

1.依托青果萌芽课程，关注小初衔接教育活动

其中特意设置“心理调适”课程，针对性缓解学生小升初的紧张、忧虑等，其中有学生个辅、班级团辅、年级层面的心理健康主题讲座，如《再见小学，你好初中！》。还有创意活动“口罩DIY”、“手绘青果园”。

2.依托青果青春课程，关注青春期教育活动

八年级是青春期个性的关键时期，在这关键时间节点，开展男女生分场讲座，设计创意活动尤其必要，如“我与初冬有个约会”、“善意的链条”、“母亲节今天我宠你”。

3.依托青果花季课程，关注毕业季活动设计

侧重九年级理想信念教育，考前心理辅导专题讲座、团辅活动、个辅以及创意活动等，如“2023，我的力量盾牌”、“我的小黑点”。

五、助力“心”家庭，多角度搭建心育共振场

1.全员导师制

校领导班子积极调动每位教职工的育人积极性，在全校范围内开展“全员导师制”，人人都是德育工作者，每个学生都有一位结对的老师，结对工作达到100%全覆盖。针对心困生、贫困生、行困生给予突出的关注。

2.全员大家访

利用节假日期间走进学生家庭，拉近师生距离，拉近家校距

离，为更好地开展工作奠定基础。

3.青果家长课堂

一是以校名班主任工作室为助推，以我校家校共建德育项目为引领，全面思考，整个学期规划，逐步积累校内资源，协同班主任，助力家长群体；二是借力专职咨询师，开展部分问题学生家长团辅，每学期 2-3 次；三是借力专家团队，开展主题式家庭教育讲座。

4.青果家长讲堂

充分挖掘学生家长资源，将学生家长中专业发展突出、社会贡献突出、技能专长突出的人员引入到课堂，使家长的德育影响力，用更多元、更广泛的形式辐射学生。

“1+X”润心行动：“双减”背景培育积极心理品质实践

常州市新北区泰山小学 刘 婷

一、案例背景 4

“双减”背景下，积极心理品质的培育是近年来心理健康教育的主要任务之一。拥有积极心理品质的孩子更珍爱生命，更有创造性。为此，泰山小学基于当前的心理健康教育的任务，聚焦于培养学生的积极系列品质，开展系列性探索活动。

二、解决问题的特色做法与经验

（一）生命底色——营造“心育幸福家+”心理场域。学校构建以“成长指导中心”为核心，“阳光心语角”为辐射的“心育幸福家+”心理场域。“成长指导中心”将原有的心理咨询室整体布局、升级优化，设立“隐喻绘本馆”“向天歌乐坊”“天使加油站”“金花秘密岛”等区域。融合“跨学科”理念，将音乐、绘画、绘本、沙盘等融入心理场域，在向天歌乐坊的音乐中激发正向能量体验，隐喻绘本馆的阅读中激发积极思维动力，金花秘密岛的绘画中擘画美好未来蓝图，天使加油站的团辅汇聚起航能量。在各班级设立“阳光心语角”，学生将想与心理老师交流的悄悄话放入“阳光信箱”，学生在尊重、自由、互动的环境中塑造积极心理，擦亮生命底色。

（二）生命暖色——打造“阳光心语+”心育队伍。学校成立“阳光心语”项目组，构建以心理专职教师为核心，兼职心育辅导

员为辐射的“阳光心语+”心育队伍。充分发挥常州市心理健康教育学科带头人刘婷老师的引领作用，吸纳校级领导、德育骨干、学科教师等不同层次人员加入“阳光心语”项目组。定期开展心育专题研讨、学生心理调研、心育委员培训、家长大学堂等活动，定期推送“阳光心育”微信公众号，培养好班主任、心育委员、家长三支队伍。目前，学校已有心理咨询师 15 名，优质的心育队伍为学生积极心理品质行程注入生命暖色。

（三）生命本色——构建“心理健康教育+”心育课程。学校构建以“心理健康”课为核心，“跨学科”为融合的“心理健康教育+”心育课程。心理健康教育课遵循学生身心成长节律，每两周保障 1 课时，由“心育项目组”核心成员执教。开发《阳光心育》读本获江苏省优秀校本课程，分层构建“种子课程”“花朵课程”“果果课程”三个课程体系，聚焦“生理我”“社会我”“心理我”三个结构，根据学生年龄特点螺旋上升式培育学生积极心理品质。运用“跨学科融合”理念，充分挖掘国家课程中的心理教育素材，与语文绘本、艺术欣赏、体育健体融合渗透，为学生描绘生命底色。

（四）生命亮色——开展“快乐心育节+”心育活动。学校开展“快乐心育节”为核心，趣味心理游戏为辅助的“快乐心育节+”体验系列活动。学校已连续开展 13 届“快乐心育节”，在活动中开展生命初体验“护蛋行动”、生命超力量“绿植养护”、生命互守护“守护天使”、生命我关怀“安全之岛”、生命真多彩“群龙取水”等系列性活动，让生命个体在温暖、支持、陪伴的体验中涵育韧

性。学校坚持校内和校外结合、常规与特色并重，开展“三三”行动：30次父母课堂、30个心育公众号、30组亲子游戏，开展阳光家长大讲堂、亲子运动会、心理趣味游戏、音乐时光冥想等活动，为学生积极心理品质增加生命亮色。

（五）生命增色——实施“心理护航+”心育辅导。学校构建“个体辅导”为核心，“群体关注”为辅助的“心理护航+”心育辅导体系。个体辅导学生来源为“心语信箱”预约、心理测试数据异常、阶段特殊事件影响等群体，由心理专职教师采用个别辅导、家长约谈、同伴关注等方式，呵护特殊学生心理健康。团体辅导重点关注新转入学生、关键年级、特殊家庭等群体，采取心理团体辅导、趣味游戏、正念训练等方式，引导学生度过心理特殊阶段。目前，学校已积累1000余份个辅学生档案，开展100余次心理团体辅导活动，序列实施“心理护航+”心育辅导，为学生健康成长增加生命色彩。

三、问题解决的成效与社会影响

（一）心理辅导，形成积极心理品质。学校建立精准筛选机制，完成学生的“一人一档”。在“润心”行动中，开展为期六周的正念训练课程，前后测数据对比表明，23名学生的学习焦虑水平有显著降低，勇敢、洞察力、坚持、希望感等耐受力相关的品质被提及的频次增加。

（二）课程育人，构建心理教育体系。心理健康一直是学校的特色教育之一，学校建构“心理课堂+心育活动+心育讲坛”的心

理教育体系，《阳光心育》入选了全国生命教育优秀成果 100 例，《爱的 100 次方》《我和圈圈有个约会》等生命教育主题活动获得常州市生命教育成果一等奖。“心理健康节”坚持开展 13 届，形成心理特色活动体系。经过 18 年的探索，学校的心理健康教育体系逐渐形成。

（三）辐射影响，打造阳光心育品牌。学校成为江苏省心理健康教育特色学校、江苏省校园心理剧优秀创作基地、常州市首批心理健康教育示范学校，学校心理剧《心理咨询室的故事》获省一等奖，心理健康教育特色在《江苏教育》《常州日报》《中小学心理健康》做专版宣传。20 多位老师的案例、教学设计在市级评比中获奖，刘婷老师做区级以上专题讲座 30 余次，在区域内形成阳光心育品牌。

“五色光韵”疗愈：基于教育生态化的儿童疗愈课程建构与实践

溧阳市西平小学 赵 婧 史旭芬

随着国家“双减”政策的出台催生了一线学校的教学模式革新，“双减”政策获得了阶段性的成效。但近年来，受到互联网负面思想的冲击、亲子代际思想矛盾的激化，小学生因心理健康问题而出现的情绪低迷、学业颓废等问题，成为学校、家庭以及社会各界需要重点加强的工作。而生态系统育人模式的探索成为了我校教育改革的重要方向。

一、生态视野的教育哲学与现状

（一）教育生态思维的本质

生态思维的本质在于将事物看作相互联系和相互作用的元素，而不是孤立的实体。它强调各个元素之间的相互依赖和平衡，以及这种依赖关系如何共同塑造整体。在教育领域，生态思维将学校、老师、学生、家庭、社会等多个要素看作相互联系和相互作用的部分，强调了它们在教育生态系统中的角色和影响。

（二）教育生态思维的理念

教育生态系统思维的理念包括四个关键观点，一是综合性，教育应该被视为一个复杂的生态系统，包括各种要素，如学校、教师、学生、家庭和社会。这些要素相互影响，共同塑造了学生的学习经验。二是个性化，每个学生都被看作独特的个体，具有自己的需求、兴趣和能力。三是参与与合作，生态系统思维鼓励

学生、家长、教师和学校之间的积极参与和合作。四是全面发展，教育的目标不仅仅是知识的传递，还包括学生的全面发展，包括身体健康、情感成熟、社交技能和创新等方面。五是可持续性，教育应该被看作一个可持续的生态系统，以确保学生在健康和平衡的环境中获得高质量的教育，同时保护教育生态系统的长期稳定性。

（三）我校教育生态的现状

我校位于老城区，近年来招收的学生以外来务工人员子女居多，占比高达 68%。由于外来务工人员子女流动性强，每年都有学生因为父母工作变动而转学。另外，外来务工人员子女的家长大都忙于工作无暇顾及孩子的学习，导致了家庭教育的缺失；因此，学生的心理状况普遍存在认知缺乏、不善表达、性格内向居多等问题；这也成为了我校生态教育中的突出问题。

二、生态视野下的“五色光韵”疗愈课程开发与实践

（一）因地制宜，巧思构建

学校作为教育体系的核心，肩负着确保高质量教育、创造安全积极学习氛围、合理规划课程和课外活动的重要职责。我校以“教育，即照亮”为办学理念，以“逐光暖行”为校训，以“创造一个人人发光的意义世界”为办学愿景，以“做一个温暖的人”为育人目标。因此生态视野下的疗愈以“光韵”为课程理念，结合红、橙、黄、绿、蓝五种光的颜色创设了“五色光韵”疗愈课程，红色为“悦读之光”、橙色为“活力之光”、黄色为“尚美之光”、绿色为

“劳动之光”、蓝色为“家校之光”。

（二）多元融合，落地生根

1.跨学科展开

学校从横向多学科教师的建设和纵向学生发散思维的培养双向角度进行探究，结合语文、英语、体育、美术、音乐、劳动等多门学科，形成跨学科式“五色光韵”疗愈课程，从而帮助学生德智体美劳多方面发展。

2.勾连校园社团活动

学校将“五色光韵”疗愈课程与校园社团活动相勾连，全面推进学校拓展课程，助力“双减”政策落地落实，丰富校园文化生活，为学生们提供丰富多彩的心理疗愈平台。在学校社团选课的过程中以学生为主体，引导学生主动参与完成自主报名、组织实施和总结反馈。

3.整合家校亲子活动

家庭活动是最直接、最便捷的实践路径。学校通过家长开放日活动，邀请家长走进孩子日常学习的世界，通过观课、“向日葵微讲座”等活动，拉起学生、学校、家庭的三方纽带。

4.用好研学基地活动

每学年由校级家委会与研学基地签约，学校与四至六年级家委会具体实施。每学期，四至六年级分别在春秋两个季节，各参加一个研学基地的专项研学之旅。在专项教育基地实践中，可以对学生进行专项的茶道疗愈课和田园疗愈课的实践育人设计。

三、生态视野下我校“五色光韵”疗愈课程的成效

（一）尊重和恢复了学生的自然天性

生态化教育强调学生的个体性和自然性，认为每个学生都有其独特的天赋和兴趣。而“五色光韵”疗愈课程帮助学生发现和恢复了他们的自然天性，使他们能够更好地发展自己的潜能。

（二）促进了学生的身心健康

生态化教育认为，学生的身心健康是教育的重要目标。通过“五色光韵”疗愈课程，帮助学生解决身心健康问题，提高他们的身体素质和心理素质，使他们能够更好地应对学习和生活中的挑战。

（三）培养了学生的生态意识

生态化教育旨在培养学生的生态意识，使他们能够更好地理解自然生态环境的重要性和保护方法。通过“五色光韵”课程疗愈，帮助学生更好地了解自然生态系统的内在规律和机制，提高他们的环境保护意识。

（四）引导学生关注了内心世界

生态化教育认为，学生的内心世界是教育的重要内容之一。通过“五色光韵”疗愈课程，帮助学生更好地关注自己的内心世界，提高他们的自我认知和自我管理能力，使他们能够更好地应对未来的挑战。

综上所述，“五色光韵”疗愈课程有效落实了国家“双减”政策，营造了“双减”背景下健康、和谐的家校社教育生态。

打造教师日常“三个一”，构建教师减负新样态

溧阳市实验小学 汪 冰

近年来，溧阳市实验小学积极探索新形势下教师减负解压新策略，以打造教师日常“三个一”，即“工作压力小一点、解压方式多一点、幸福指数高一点”的教师日常为最终实践目标。该目标从教师工作、生活、心理三个层面出发，为教师在校期间的工作与生活等日常构建了系统性、人文性、可选择性的立体内容体系。

一、工作压力小一点：资源整合，形成减压合力

（一）精选减负神器，实现教学便捷

教师除了使用钉钉、微信、QQ等数字化平台进行常规的家校沟通外，还可以利用一些APP和微信小程序实现办公上的便捷化。如智慧中小学：各个年段与学科的教学资源与教材；小周打印纸：课程表、座位表、值日表的制作与使用；青檬语文：1-9年级的课本同步生字词、扩词、语音报默、投屏默写等；数学口算出题器：涵盖1-6年级所有计算题型且分年级分知识点；百捷英语出题器：单词听默写语音报默功能；MAKA：海报、视频制作等。

（二）引进校外资源，打破时空壁垒

我校在“双减”政策提出前就已经开始着手引进校外优秀教育资源，推行指向儿童闲暇课程的学生项目工作室课程。一方面为学生提供优质的、多样化的、个性化的课程内容，一方面减轻

在校教师的工作时长与课程压力。

2021年“双减”政策落实后，我校对学生项目工作室的校外教育资源的引进进行了优化、筛选与扩增；对学生参与项目工作室的时长与次数进行了增加，对第二时段的课后服务学生进行科学合理的整合，减轻第二时段的看护压力，以空间的整合为大家减轻时间上的负担。

（三）依托“双减”背景，实行弹性下班

承担课后服务工作的教师，可享受相应次数的错峰下班机会，在完成工作任务的情况下，允许提前1小时下班。

（四）实现教师共同体，形成资源集库

学校设有党员学习共同体、学科教研组研修共同体、课题研究共同体、青年教师成长共同体、师徒结对协作共同体等，这些共同体打破了年级界限、学科壁垒和年龄界限，将教师凝聚在一起，促进教师多维度能力的提高。

例如：学科教研组共同体除了日常常规活动外，每次教学研讨课需经过教研组、年级组反复打磨成型，在“讲练评一体化”的教学模式推动下，将教学设计、教学课件、课堂练习题等资源打包放入教学精品资源库中，以供教师修改使用，在一定程度上减轻教师备课的负担。

二、解压方式多一点：活动多元，调整心理状态

（一）开展竞技类运动，组织联赛释放压力

学校设有篮球场、足球场、羽毛球场、乒乓球、排球等场地。教师可根据自己的爱好自主选择一项或几项运动项目，在

每周一、三、四的第一时段和每周二、五的第二时段进行练习。按学期开展五大联赛，在运动与比赛中释放心理压力，增强集体荣誉感与凝聚力。

（二）开展才艺类活动，展示自我享受生活

学校开设个人唱吧点、个人朗诵站、园艺心灵园、自律瑜伽馆等场馆，为有相关才艺的教师免费提供才艺展示的平台，用兴趣与热爱驱除一天的烦闷与疲惫。

（三）开展治愈类活动，触发美好安抚心灵

1.定期开展心理咨询活动

校园设有专门的心理咨询室，定期邀请校外优质心理咨询师开设讲座，调整教师心情，缓解教师压力，解决教师情绪问题。

2.建设小动物爱心救助站

学校设有爱心救助站，与学生合力喂养流浪猫、流浪狗等，在救助小动物的过程中，感受小动物们纯粹真挚的爱与依赖，完成自我的治愈。

3.每月开设一周“开怀周”

学校将每月最后一周设为“开怀周”，从周一到周五每天第二节课在专用室中播放一部喜剧片，教师根据自己的课务安排自主选择观看时间，在大笑中释放情绪，解放心灵。

三、幸福指数高一点：部门联动，创建幸福校园

（一）创新请假制度，增设“零星假”

除了规定的病假、事假、产假等假以外，学校根据教师实际需求，增设暖心假、悦己假、亲情假、要事假等。暖心假：针对

女性教师，每月申请1次，每次申请1天，用作调整身体不适。悦己假：每学期2次，每次2小时，在完成当天工作任务的前提下可申请，用作美容美发推拿等。亲情假：每次2小时，次数视情况而定，用作父母生病照看、孩子家长会等；要事假：每次约2小时，必须在上班期间才能办理的事务，如银行、社保局办理业务等。学校和教师的关系并非敌对状态，在坚持原则的同时工作机制可以更加弹性、宽松，学校与教师并肩同行，为教师实现精神减负。

（二）创新服务平台，提供“安心点”

1.收送菜安心点

针对课后服务教师，尤其是第二时段的教师，下班时间较晚来不及买菜做饭，学校提供收送菜服务站，即教师在线上点菜后，门卫代为收送、提醒，为教师下班做晚饭做好保障工作。

2.子女托育安心点

针对教师子女无人看管的情况，学校提供无偿的托管托育服务，定期开展绘画、书法、阅读类的活动，教师能够安心进行课后服务工作。

3.母婴室安心点

小学校园女性教师较多，孕期与哺乳期的不便经常困扰在岗女教师，学校贴心准备的母婴室，为这类教师解决了工作中的难题，减轻了特殊时期的教师焦虑。

（三）创新四季仪式，享受“第一感”

为了增添教师们生活中的幸福感，减轻工作中的压力感，我

校格外重视生活中的仪式感，针对四季特点创新开展了四个季节的“第一感”仪式。

春天：第一场约会。借助三八妇女节，开展一次集体团建活动，愉悦身心的同时，增强团队凝聚力。

夏天：第一份甜品。每年的六一节，不仅是儿童的节日，也是炎炎夏日里来自学校的第一份慰藉，一份香浓的甜品给忙碌的教师们送去一份惊喜与凉爽。

秋天：第一杯奶茶。每学年第二学期开学初，学校借助第一次教职工大会期间，为大家送去秋日的第一份祝福，为即将开始的新学期加油打气。

冬天：第一串糖葫芦。每年的元旦前后，学校为每位教师送上冬日的专属浪漫，也为即将到来的节日增添了一份喜庆。

我校推行的教师日常“三个一”减负举措得到了学校教师们的一致认可。“双减”之下，我校始终关注教师的工作负担与压力，及时疏通、缓解教师情绪，切实解决教师实际困难。该举措促进了教师身心健康发展，提升了教师工作的幸福指数，也为学生的身心健康发展提供了强有力的条件保障。

“互学共玩”式玩伴团活动，重建“双减”课外生活

常州市新北区龙虎塘实验小学 陈亚兰

双减后，家庭教育中三大问题凸显：“家长陪伴质量低下，学生没时间玩、不会玩、没玩伴且自主探究的意识和能力较弱”；学校教育对家庭教育的指导缺乏有效实践载体；校家社协同育人合力没有被充分挖掘和利用。本案例借助“自主合作、整体结构、全纳共生、愉悦体验”的玩伴团活动，充分发挥校家社协同育人功能，打通学期、假期与日常，从学生的兴趣出发，以体验式学习、探索性学习、项目式学习等方式开展互学共玩活动，重建学生“会学习、会合作、会融入”的课外新生活。

一、准确定位“学习”，认识“互学共玩”的重要意义。

《学习学概论》认为“学习是人们在生活、实践、做人的活动中获得经验，并使身心得到全面发展的‘知行统一’的活动。”因此，学生不仅需要在课堂、书本中学习知识，更应在生活与实践中综合运用知识、解决问题、获得经验、提升能力。另一方面，儿童在成长过程中需要同龄、混龄（甚至包括父辈、祖辈）的同伴、玩伴、学伴，儿童在与“伴儿”的互动中，认识自己、发展友谊、发现新经验、变得比较独立和自信。

二、机制建设“聚力”，撬动“互学共玩”的关键力量。

学校于2017年首创合作制度——“龙虎塘街道学生寒暑假生活与期初生活重建促进委员会”（后迭代为“好教育委员会”），

将家长、校长、社区工作人员、街道领导、高校教授、社会各界人士都纳入导师队伍，定期共商，资源共享，提高了校家社合作效能，使玩伴团活动有了持续、稳定的保障力和支持力。

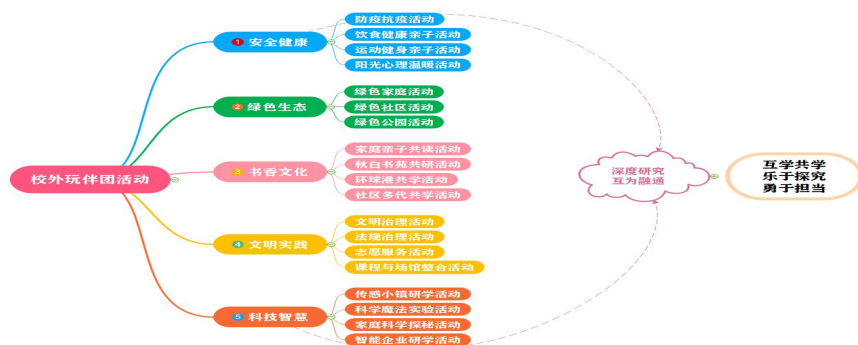
三、实践体系“完整”，搭建“互学共玩”的顶层设计。

1.对标成长愿景，细化目标体系。根据我校学生成长目标，制定玩伴团活动的分年段目标，作为家长和社会人士协助、指导学生开展活动时的依据，使活动内容和要求更适合学生的水平和需求。

2.协同各方力量，梳理资源体系。一方面，学校借助家长和教师以及“龙虎塘好教育委员会”的合力，从人力资源、自然资源、文化资源、网络资源等方面进行开发，与政、企、社多方签约为活动基地。另一方面，以学生兴趣为依据，梳理常州地区社会实践基地、博物馆、科技生活、田园探趣、多样建筑、非遗文化、文化故居、公园景点等八大类本土资源，形成资源库。

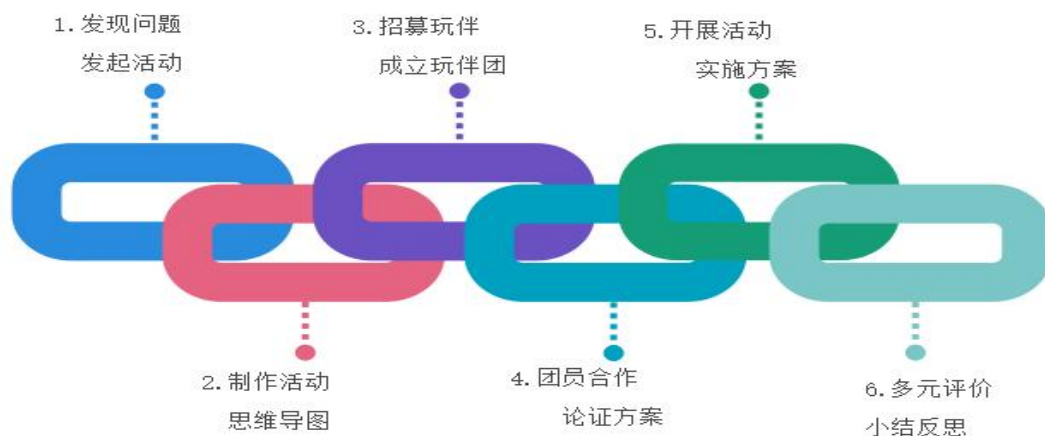
3.加强顶层设计，形成内容体系。建构“五线研学”活动体系，以安全健康、绿色生态、书香文化、文明实践、科学智慧五条研学线统领，各学科老师以“综合创生式幸福作业”的方式开展丰富的学科类“玩伴团”活动，各年级班主任分别以“1+x”（一条研学线为主，其他研学线为辅）的方式开展校内外活动，将七彩德育活动、四季活动、社会主义核心价值观等有效融合。以相对稳定的活动体系为抓手，细致地指导学生和家长在活动中共学互学，举一反三，拓展相关主题的活动，指导学生将所学知识运用于

实践体验。



4.清晰实践路径，完善培训体系。学校充分发挥学校的主导作用，通过多种渠道让多主体“学习、实践、辐射”。

第一，用好手册，生动呈现玩伴活动全景。首先提炼出“玩伴团活动六步法”活动模式，如下图所示。



在此基础上，鼓励学生、家长、教师等根据学科活动内容、主题活动内容等形成相应的变式。接着以任务驱动提出过程中需共同完成的“六个一”：策划一个方案、发布一张招募令、拍摄一套活动照片、设计一张评价表、制作一个物化成果（心得、作品、创意等）、获取一套章在（纪念章和素养章）。进一步设计了一份实操手册《涵育美好生活之力——龙虎实小玩伴团活动一

本通》，将安全注意事项、开展流程与步骤、以及各类玩伴团活动案例、明确的校家社职责都有序呈现，给学生、家长、教师以及社会人士以学习实践的支架。

第二，做好三级培训，全域指导玩伴活动开展。面向教师，理论学习、实操指导，每学期一次集中交流，每周一次玩伴团活动交流；面向学生，分布指导、手把手教。班内开发四类课型，即策划课、论证课、预指导课、活动展评课，由班主任组织一轮跟进式活动指导。校内，开辟“玩伴活动一百问”展架，征集学生和家长的疑问，由骨干教师呈现可行性回答；面向家长，案例分享、实践指导，与家委会培训、家长学校整合起来，确保每学期一次分享交流。

课型	活动环节	课型	活动环节
策划课	1. 主题导入，激发兴趣	预指导课	1. 情景模拟，积极对话
	2. 组内交流，互相启发		2. 答疑解惑，全面指导
	3. 全班交流，初定内容		3. 评价指导，聚焦方法
	4. 同类合并，形成导图		
论证课	1. 教师简介玩伴团类别、激发活动欲望	展评课	1. 回顾活动瞬间，引发情感共鸣
	2. 小团长介绍活动设想，招募团队成员		2. 根据活动内容，制定评价标准，
	3. 教师组织学生组成玩伴团，完善活动活动方案		3. 组织成员汇报，激发多元互动
	4. 教师指导玩伴团内部合力分工		4. 现场办法奖章，心得经验分享

第三，坚持共商共研，协同沟通确定玩伴活动方向。每学期期末，召开“好教育委员会”工作交流会，确定假期与下学期重点研究与实践的方向，同时交流资源，建立快捷的新增资源共享菜单，便于家长随时取用、整合。

四、评价体系“多元”，建立“互学共玩”的持续动力。

主要采用即时评价与延时展示相结合的双线并行的方式提

质增效。即时评价就是活动后颁发纪念章和素养章，纪念章分别以五条研学线命名。素养章是根据多主体共同制定的评价标准设定的“互学共学章、乐于探索章、勇于承担章”，同伴互评、亲子互评。延时评价则以“寒暑假博览展销”与“升旗仪式主题汇报”的方式沉淀、辐射与宣传。每年的寒暑假生活中的玩伴团活动，将会经过再加工后在学校期初博览展销会上现场展示、互动与评比，日常双休日、小长假中的玩伴团活动则以班级为单位在升旗仪式上进行展示和互动，再通过学校公众号向外辐射。

“双减”背景下，学校协同玩伴团活动有效地提升了家庭生活的质量，提升了家长陪伴孩子的质量，让“终身学习”在每个家庭萌芽、生长。以孩子为中心，家校社合力创设了强大的学习场域，为《家庭教育法》的落地、为全民追求更美好的生活打开了一条新途径。

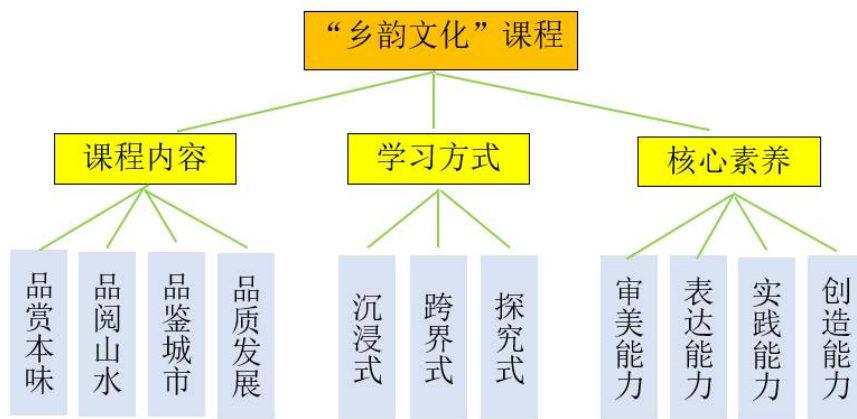
周末有约：基于“乡韵文化”的闲暇课程建构与实践

溧阳市外国语小学 马君娟 滕秋华

溧阳市外国语小学立足地域文化资源，以五育融合理念为引领，通过文化育人、活动育人、实践育人、协同育人四个育人维度，构建“乡韵文化”课程，从而丰富学生“双减”后的周末生活，从精神观念的深处塑造着个体的人格与心灵。

一、因地制宜，构建课程体系

通过四个主题领域课程资源，寻味溧阳本土特色美食、展现青绿江山画卷、解码文明城市活力密码、志愿建设家乡美好未来，奏响周末闲暇课程特色教育新华章。



（一）品鉴本味——溧阳美食宣传者

以溧阳“三白”（砂锅鱼头、白芹、白茶）“三黑”（乌米饭、雁来蕈、溧阳扎肝）为主，带领学生寻找溧阳的传统美食，调查家乡的风味习俗，访问家乡美食传承人，从而体会食物的来之不易，懂得珍惜粮食。

（二）品阅山水——溧阳旅游代言人

溧阳作为国家旅游示范区，拥有 5A 级景区“天目湖”、“溧阳 1 号公路”、18 个特色田园乡村等景点，引领学生为溧阳旅游代言，制作家乡旅游攻略，了解溧阳美景及相关的民俗文化。

（三）品鉴家乡——溧阳文明小卫士

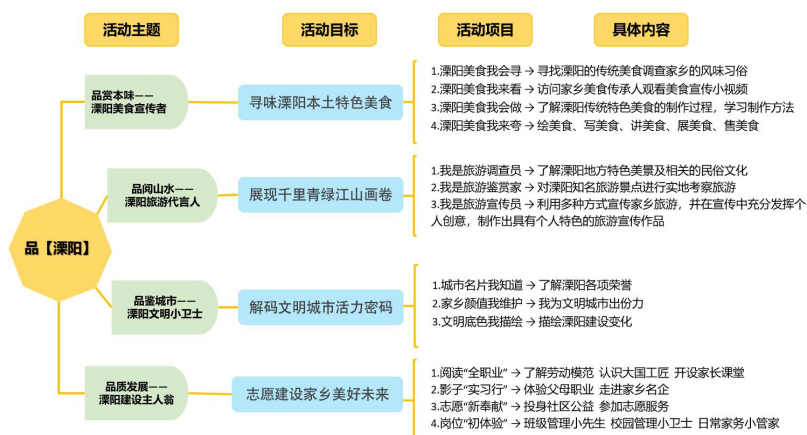
2017 年，溧阳一举创成全国县级文明城市。我们引导学生从社区环境、交通状况、区载建筑等各方面见证家乡的变化，感受家乡老百姓满满的幸福感、获得感。

（四）品质发展——溧阳建设主人翁

通过走进江苏时代、布勒、上上电缆等溧阳名企、认识溧阳品牌、了解溧阳创造等课程活动，激发学生对家乡的热爱，理解各行各业的价值，并逐步发现和培养职业兴趣。

二、梳理菜单，设计课程内容

学校根据“乡韵文化”课程的建构，结合学校原有活动，梳理出一份与该课程相吻合的课程主题菜单，为“乡韵文化”课程的开展提供可选择的活动套餐。各个班级可以根据班级实际规定动作和自选动作相结合。



三、多元路径，助推课程落地

我们在实践中，探索“请进来——走出去”的有效学习模式，让“乡韵文化”特色资源的内容真正活起来，与学生产生积极互动，实现课程的最终价值。

（一）整合归类，形成模式

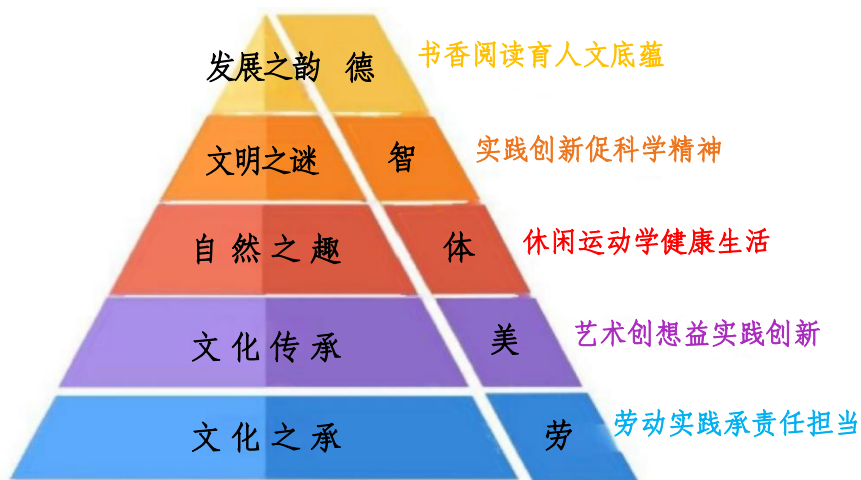
1.沉浸式学习——进行项目化活动

学校基于生活情境及学生兴趣开展各类项目化活动,关注学生综合素养提升,最终在活动过程中形成有价值意义的学习和理解。

例如，精心组织“下农田、学农技、知农事、感农恩”社会实践活动，带领学生走进农村、下到农田，观察水稻成长、收割过程，了解精米加工，让他们了解粮食的来之不易，体验劳动的艰辛和快乐。

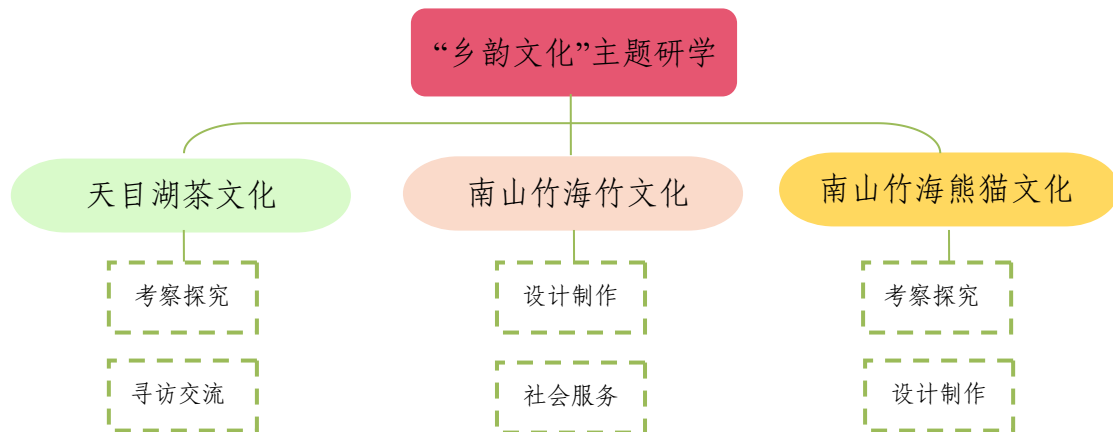
2.跨界式学习——组织跨学科活动

学校从横向多学科教师的建设和纵向学生发散思维的培养双向角度进行探究，围绕活动主题开展跨界式学习，强化跨学科的综合学习，从德智体美劳多方面发展学生。



3. 实践式学习——开展“研学+”活动

利用溧阳地域资源，学校与天目湖集团天目湖劳动实践研究中心配合，积极开展“天目湖茶文化”“南山竹海竹文化”“南山竹海熊猫文化”等为主题的劳动实践课程，让孩子们走近大自然，激发孩子们热爱家乡的情怀。



(二) 校内校外，有效活动

1. 勾连校园实践活动

学校将“乡韵文化”活动与校园活动相勾连，按月份排列，形成了相对固定的序列。以某个“点”联结校内外活动。

其一，项目任务。如“家乡的桥”，与“创想节”结合，从课内

的科学课联结到课外以班级为单位的实地考察。

其二，特殊节点。如“十岁成长礼”，学校以年级为单位组织的典礼与周末以班级为单位组织的“研学节”活动相联结。

其三，专题活动。如：学校的“亲情周”系列活动共分五个篇章，联结了校园“阅读节”“美食节”与互动活动。

2.整合家庭亲子活动

课程“菜单”中有相应的传统元素，家长依据“菜单”陪同孩子在家庭中进行各种活动。活动后，以照片、视频、漫画等作品呈现，在班级里利用班队课进行分享，学校再组织评选展示。

3.介入社区体验活动

社区活动是对学生进行社会性教育的最佳途径，以参观体验、宣讲、服务为主，让学生投身社会和大自然，关注学生个性化的体验和个性化的创造体现。

如学校组织学生到江苏时代新能源科技有限公司进行体验活动，同学们聆听讲解、参观展厅、深入车间，近距离体验高新技术，电动汽车的制造原理，充分了解家乡新能源产业建设情况。

4.用好研学基地活动

每学期，四~六年级分别在春秋两个季节，各参加一个研学基地的专项研学之旅。在专项教育基地实践中，可以对学生进行专项的实践育人设计。

四、价值赋能，实施课程评价

（一）以生为本，主体定位

课程活动坚守儿童立场，尽可能给学生参与权、话语权、管

理权、评价权，让每个学生在活动中找到自己的位置，有事可做、有话可说、有舞台可展示、有快乐可体验。

（二）关注过程，增值评价

依据“五育融合”理念设计学校育人模式、教育教学活动，并同步设计与之相适应的评价指标，进行星级激励，形成四级评价模式，实现学生增值评价下的阶梯成长，力求每个孩子在评价过程中享受“晋升等级、累加置换、人人有奖”的喜悦，看到自己的进步和成长。

一级指标	二级指标	三级指标	四级指标
全面发展 ——阳光少年奖	文化基础 ——小博士	人文底蕴—书香阅读之星	阅读与表达
		科学精神—科学探索之星	思维与探究
	自主发展 ——小达人	学会学习—勤学好思之星	乐学与善思
		健康生活—健康运动之星	品格与运动
	社会参与 ——小公民	审美情趣—艺术文化之星	艺术与表现
		实践创新—实践劳动之星	劳动与运用
		责任担当—团结协作之星	参与与合作

（三）全员参与，多维实效

将评价主体维度扩展为自己、同学、家长、教师、学校、社区、社会，充分发挥多维度的评价作用，激发学生评价的自主性、全面性、动态性，搭建起从微观到宏观的评价体系，使评价结果更为客观。

劳育五星升维 培育三理学子

常州市北郊初级中学 周 艳 栾 洁

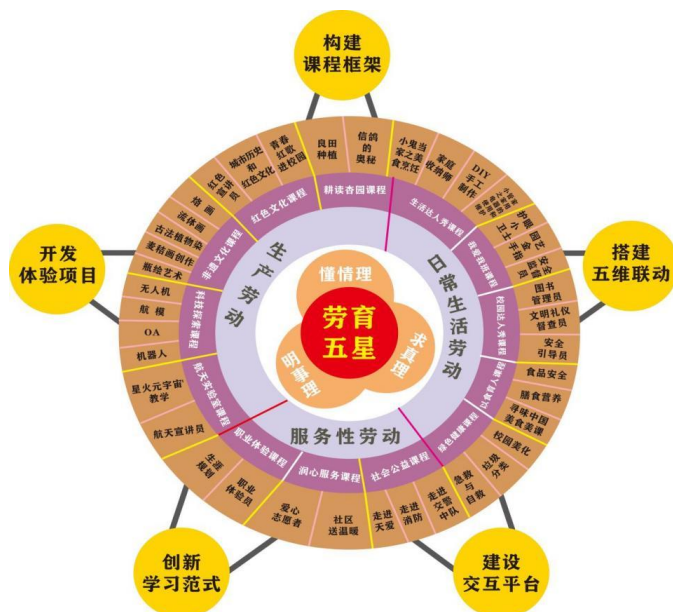
在“双减”背景下，学校教育如何强化主阵地作用，如何构建教育良好生态，促进学生全面发展、健康成长，是一个重大的课题。新时代劳动教育需要课程体系的支撑，应该厘清课程资源的对象、类别，挖掘课程资源的潜在功能和价值，主动建立与最新的产业劳动形态之间的关联，主动扩充劳动教育内容，更新劳动教育形态以及技能素养内涵，通过与劳动技能的结合，在实践中培养与锻炼基本生活技能，在实践中训练创造性思维。

我校将“理解教育”的文化内涵纳入立德树人的德育行动中，并创建突出劳动的“理解性”德育课程，让劳动成为提升学生品格素养的必由之路。

一、升维有“星”意——构建“层级有序”的五星劳育课程体系。

学校劳育五星课程围绕“懂情理、明事理、求真理”的育人目标，围绕新课标中劳动课程的三大类别日常生活劳动、生产劳动和服务性劳动，按照七八九三个年级不同的课程目标，日常生活劳动共分为生活达人秀课程、我爱我班课程、校园达人秀课程、以食育人课程、绿色健康课程等五大课程，生产劳动共分为耕读杏园课程、红色文化课程、非遗文化课程、科技探索课程、航天实验室课程等五大课程，服务性劳动课程分为职业体验课程、润

心服务课程、社会公益课程三大课程。同时围绕在课程设计中强调将多个“主题个案”构建成“有序”体系，形成五星劳育课程的系统性和序列性。



二、升维有“星”式——创设“内容多维”的五星劳育实施路径。

（一）常态化开展劳育课程

根据学校劳动教育课程体系，学校建立常规劳动管理制度，每周对各班日常劳动和服务性劳动进行评比。学校重视劳动教育在学生成长中的重要作用，在劳动教育课程设计的探索中，以劳动岗位的设置为依托，设立多个劳动体验岗，利用假期、班会、校本课程等时间开展特色项目的实施和评比交流，定期组织学生走向社会、集中参与劳动。

（二）基于本土资源的课程开发

北郊初中借助社会资源，建立了 18 个北郊初中校外劳育实

践基地，涵盖常州传统与现代的农业、手工业以及创新型产业，并与本土科技、技能人才链接，建立了“北郊乡土教育联盟体”，聘请了一批非遗大师、技能大师担任学校乡土文化劳动实践课指导老师。

常州市北郊初级中学校外劳育实践基地	
基地类别	基地名称
国学自然基地	运河五号、常州大学国学研究院、景万象亲子教育工作室、江苏省未成年人社会实践基地
工匠精神基地	三益书屋、常州麻糕店、常州乱针绣博物馆、荆美芳禅绣工作室、常州邢粮梳篦工作室、潘俊芳面塑大师工作室
科学创新基地	青少年拓展体验活动中心、常州工业互联网体验中心、秘明军技能大师工作室、常州英普教育咨询有限公司、常州市航空海航车辆模型运动协会、乔森技能大师工作室(国家级)展馆、邓建军技能大师工作室(国家级)展馆、常州机器人体验及智能装备应用技术研究中心

依托劳育课程基地，北郊初中开发了以“劳动·创造·幸福”为主题的“农业劳作课程”、“工业体验课程”、“创意发明课程”以及“家校联动快乐生活”四大劳育课程群，更丰富了我校劳育课程内容。

“劳动·创造·幸福”课程体系	
乡土资源课程类别	课程内容
农事劳作课程	开心农事：认识农具、二十四节气传统节日
	田野放歌：自然笔记、农场作家
	快乐种植：土豆种植、水仙花种植
工业体验课程	工业经济、城市轨道交通、龙城智造
创意发明课程	非遗文化、博物讲解、名师课堂、创新发明
家校联动快乐生活课程	七彩夏日、家政技能

以提升中小学生学习劳动素养为抓手，推动中小学劳动教育系统化、常态化、特色化发展，推动“双减”政策落地落细、劳动教育走深走实。推动实现以劳树德、以劳增智、以劳强体、以劳育美，

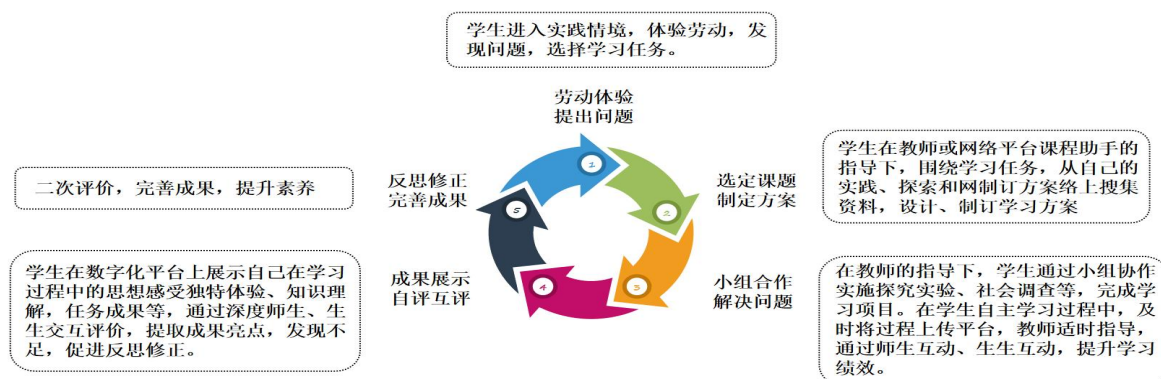
积极构建学段贯通、家校社融合、德智体美劳融通的新时代劳动教育发展格局，同时提高教师的劳动教育专业能力。

主体项目	项目描述
劳动+学科	劳动教育在学科教学过程中的渗透可以从教学目标着手，将劳动教育目标融入学科教学目标，在教学过程中将劳动教育内容充分渗透到学科教学内容过程中，将劳动教育过程与学科教学充分结合，从而进一步促进劳动教育质量的提升以及学科教学工作的进一步发展。
劳动+德育	开展劳动教育，以中学生为教育群体，结合其年龄特点及身心发展情况，在德育活动中对中学生展开劳动教育熏陶，立志于全面提升学生的劳动素养，在实践课程中帮助其树立正确的价值观，激发其对动手的兴趣，促使中学生在日常生活及社会发展中尊重劳动者、尊重劳动成果，并掌握生活中的基本劳动技能。
劳动+美育	教师是美的发现者、展示者，应通过各种各样的教学方法，使学生感受美、热爱美、创造美，培养学生的审美情趣。在学校衍纸课程、涂鸦课程等美育教学中，不失时机地利用学生的劳动过程和劳动成果，唤起学生的审美情感，进行美育渗透。
劳动+探索	学校无人机、航模、OA、机器人等社团项目中，融入劳动创新教育的种子，劳动教育和科技创新共融共促，不断培育创新意识，也在具体创新项目中，增强学生的劳动实践能力。
劳动+研学	三个年级围绕不同的研学目标，开展各具特色的研学课程，提出“点、线、面”多维立体的实施框架，探索学校与基地、学校与社会、学校与家庭的协作，在研学基地和学校整合的情境中实现品格提升。项目有资源、有课程、有支持、有辐射、有成效。

劳动+
新劳动·新
劳育

三、升维有“星”路——创新“方法多样”的五星劳育学习范式。

突出劳动的“理解性”德育课程，采用项目导学的课程设计。基于研学基地的课程资源，设计驱动性问题，由问题推动学生的自主学习。通过突出劳动的“理解性”德育课程中富有教育意义的综合活动，学校课程设计将创新项目化学习的基本准则，以此推动教师课程设计创新，项目内容设计时注重历史、地理、道德与法治等学科教学内容与研学实践活动内容融合、互动，在培养学生动手能力、优化知识结构的同时，也提升了他们的道德意识、规划意识、社会责任感。



四、升维有“星”味——突出“主体多元”的五星劳育评价手段。

（一）过程评价，重视素养

评价以学校制定的劳动清单任务为基础，以学生为中心，简单易懂，环环相扣，周评价的累积结果会被呈现到月评价中，以此类推进行累积。其中日常生活劳动清单主要采用自我评价、家长评价并辅以教师评价的方式；服务性劳动清单主要采用学生自我评价、生生评价、教师评价并辅以社区评价的方式；生产劳动清单主要采用自我评价、生生评价、教师评价并辅以家长评价的方式。

如：北郊初中学生服务劳动岗位五星评价表

评价内容	评价标准	学生自评 评星、 评语	学生互评 评星、 评语	教师评价 评星、 评语	家长评价 评星、 评语	社区评价 评星、 评语
劳动观念	正确认识劳动，尊重劳动，对劳动有持续性的劳动热情，积极参与、学习与探究，体会劳动的快乐。	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：
劳动能力	在劳动过程中展现发现问题与解决问题的能力。	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：
劳动精神	能创新使用劳动技能或方法，创新劳动成果。	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：
	能不断改进调整，确保劳动技能和方法达到优化效果。	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：
劳动习惯与品质	根据学校分配的劳动任务，完成相关劳动，成效明显。	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：	☆☆☆☆☆ 评语：

（二）结果评价，张扬个性

根据不同的学生劳动评价内容采用语言激励评价、展示式评价、分享交流评价、竞赛式评价等不同的评价形式对学生进行评价。学生以不同的形式展现劳动成果，评价也注重学生劳动观念、劳动能力、劳动精神、劳动习惯和品质的评价，发挥示范引导、反馈改进等功能。

（三）数字评价，深层互动

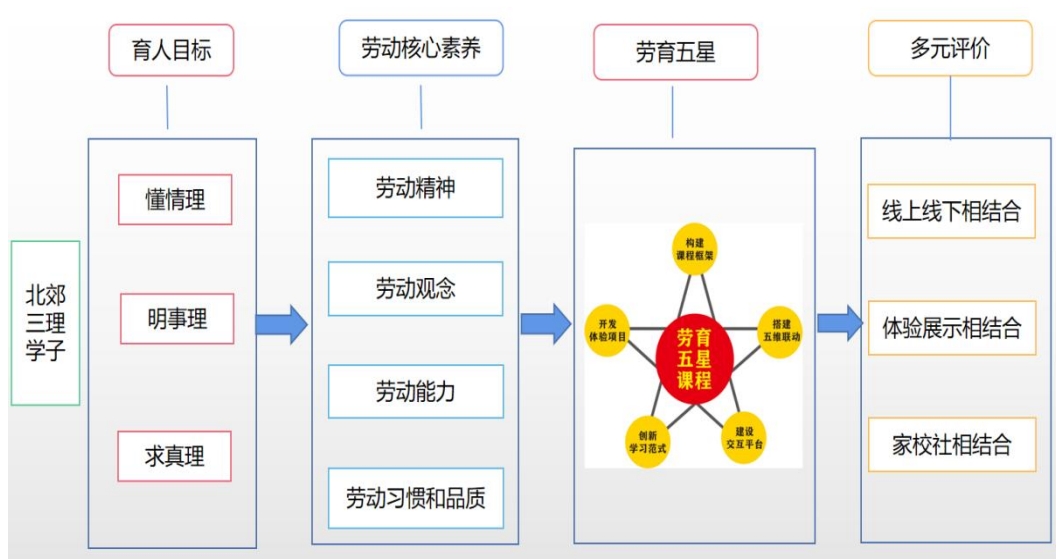
学校通过V校平台，在周末和假期给出各年级学生劳动教育清单，学生自主选择，家长在V校平台通过颁发劳动勋章给与激励评价。将劳动教育纳入学生综合素质评价中，认真落实了学生综合素质评价工作相关要求。



五、升维有“星”韵——形成“五维联动”的五星劳育育人体系。

我校不断构建着学校、家庭、社企、媒体、政府的五位一体劳育五星课程，联手打造北郊初中立体化的劳动育人体系。学校在构建学校劳育课程的同时积极与政府相关部门联络获取相关支持。借助德育电子积分平台，挖掘学生成长发展的核心素养，将学校劳动、家庭劳动、校外志愿劳动作为学生道德品质维度的

部分考评内容。



劳动教育的四个核心素养包括劳动精神、劳动观念、劳动能力、劳动习惯和品质，我校劳动课程体系设计过程中充分尊重初中学生的身心发展规律和提点，结合社会发展情况，着力建设课程完善、资源丰富、形式多样、机制健全、体现时代特征的劳动教育体系。

精准融合，打造“竹”文化育人模式

溧阳市平桥小学 谢瑜萍

一、案例背景

溧阳市平桥小学位于溧阳最南端，与安徽广德接壤，是一所普普通通的山村小学。在“双减”背景下，我校持续挖掘竹文化的育人功能和价值，不断探索学生发展的新举措，通过探索竹子的品性，营造竹韵文化，引导学生成为像竹子一样的谦谦君子，做一位虚心、有节、向上的小竹娃。

二、创新举措

（一）竹韵润心细无声——建设校园文化

为了让学生时刻浸润在浓郁的竹文化氛围中，学校充分运用了竹元素进行装饰，我们教室的墙壁上有描写竹子的诗词，在教室里布置了一些有关竹子的图片和学生做的手工艺品，孩子们只要踏进教室，就时时与竹为邻，处处与竹相伴，在浓郁的竹香氛围中学习，在传统文化的熏陶下成长。

（二）竹品育人抓细节——养成良好习惯

好习惯就像是我们的生命的树枝上盛开的一朵美丽的小花，学生能否养成良好的学习习惯，对他们的成功与否至关重要。学校通过班级文化评比，班级卫生评比，从细节落实，开展七星班级的评比。根据班级学生的表现，根据值周老师和红领巾监督岗的打分，评选七星班级、五星班级和三星班级。

（三）竹笋尖尖破土出——参与实践活动

开展多种形式的学校活动对于促进学生发展和加强班集体

建设有着重要意义，因此学校根据学校教育目标和学生发展需求主要开展以下活动。

1.着力推进特色活动

创编适合学生身体素质发展的竹节操、抖空竹、竹竿舞等，体现趣味，彰显特色。

2.设计综合实践活动

以学生贴近生活，融入社会为切入点，为学生提供实践性、体验性、探究性学习的机会。

(1) 设计以竹文化为主题的活动

如“竹叶贴画我创作”“竹编工艺我来学”“竹艺作品我来做”等一系列的活动，为学生搭建起一个个展示自我的舞台，让学生在丰富多彩的“竹乡研学活动”中接受思想道德教育、理想信念教育和传统文化熏陶，感受竹子之品性，促其发展。

(2) 开展以爱国主义教育为主题活动

当国庆节到来的时候，借助节日开展爱国主义教育，开展“带着国旗去旅游”“爱国歌曲我来唱”“祖国江山我来画”等一系列活动，激发学生爱国热情，树立民族自豪感，从而确立自己的学习目标，形成正确的人生观和价值观。

(3) 开展以劳动教育为主题的活动

借助竹文化主题开展劳动教育活动，在春笋破土而出之际，开展“春笋尖尖我来挖”“春笋美味我来做”等一系列活动，让学生在研竹挖笋的过程中体会劳动的辛苦，感受劳动的快乐，感受到父母和长辈的不容易。还可以在妇女节那天让孩子为父母做一件力所能及的事情，既对他们进行了感恩教育，也培养了他们的劳

动观念和品质，提升他们的劳动能力，最终让孩子有幸福生活的能力。

（四）竹娃争星有信心——争当美德少年

“竹娃争星”注重对学生的形成性过程评价。七德星卡根据竹之品性分为正直星、卓尔星、奋进星、虚怀星、担当星、质朴星和善群星。活动的过程强调“宽容学生的失误，发现学生的闪光点，鼓励学生不断前行，获得成功”。通过集卡游戏的方式，以多元化、多角度的激励性评价，让学生体验到阶段性成功的愉悦，促进学生更好的发展。

七德星卡的评比方式是自我推荐——投票选出。在激励性他评和自省性自评中，学生看到了自己的进步，了解自己的不足，明白了继续奋斗的目标。学生在参与评价的过程中，使自己的思想得到了教育，观念经历了碰撞，心灵接受了荡涤。

（五）竹根连连不分离——加强家校合作

1.线上线下，合力共赢

教育离不开家长，学校通过家长群在线上开展家长沙龙，共同探讨某个育人话题。另外通过线下与家长交流，如一学期的两次家长会，教师的家访等形式加强家校合作，

2.多方合力，协同育人

我们学校邀请了家庭教育专家作讲座，邀请优秀家长作经验交流，并邀请专家作法治与交通安全，从各方面来改变家长的育人理念，从而达到家校合作，事半功倍的效果。

3.心理教育，保驾护航

学校格外关注孩子的心理健康，学校配备心理老师，开设心

理课程，开展心理疏导，并邀请心理专家来作心理服务。当孩子出现了心理问题的时候，第一时间与家长进行沟通，帮助家长树立正确的教育观念，为家长提供促进孩子发展的指导意见，协助他们共同解决孩子在发展过程中的心理行为问题。

三、问题解决的成效与社会影响

（一）丰富了学生的课余生活

学校通过创设多种以竹为主题的特色活动，给予学生参与活动的机会，为学生提供更多元的选择，渗透德智体美劳教育，实现五育并举，提升了学生的劳动素养。

（二）提升了立德树人品格

为学生拓展了多元发展的空间，学生在丰富多彩的活动中接受了思想道德教育、理想信念教育和传统文化熏陶。每一个学生像竹子学习，成为谦谦君子。学校获评“常州市德育特色学校”、“常州市优秀少先队”等称号，两个班级先后被评为“全国动感中队”和“江苏省优秀少先队集体”。

（三）提高了家长满意度

通过家校共育，多方合力，探索以竹文化为主题的教育模式，改进家长的教育理念，促进学生，家长与学校的沟通交流，得到了家长与社会的认可。

创新构建党建引领下的家校协同育人机制

溧阳市南渡初级中学 吕伟新

劲风扬帆旗正红，加强党对教育工作的全面领导，是办好教育的根本保证，而落实“双减”工作则是贯彻党的教育方针的重要抓手。溧阳市南渡初中始终秉持“信念照亮航向 竞帆出彩人生”的办学理念，着力创新构建党建引领下的家校协同育人机制。

一、核心引领，“党建+家委会”促成同心而动

为更好加强党组织政治功能，充分发挥政治核心作用，学校党支部牵头成立以支委会和党员家长代表为组员的家委会领导小组，强化党支部对家委会的核心引领作用。作为家校沟通的纽带，通过家委会疏导矛盾、凝聚智慧，创造学生发展的良好环境，促进我校的教育教学工作。家委会关心、了解学校工作，对学校的办学方向、教育质量、教师工作、行政管理等方面提出建设性意见。

学校以家委会为支点，积极探索构建“3456 家校合作委员会工作新模式”，即创建三个工作团队：专家领航团队、党员教师团队、家长骨干团队，坚持“四”个贴近原则：贴近家长、贴近孩子，贴近实际、贴近问题，形成“五”步联动思路：架桥（建立沟通桥梁）、分权（家长参与管理）、融合（教育理念一致）、聚力（家校形成合力）、提升（提升教育水平），启动“六”必家访系统：学困生必访、特困生必访、外市生必访、单亲生必访、留

守生必访、问题生必访。

二、初心不忘，“党建+家长会”促进同台共为

不忘教育初心，牢记育人使命。为引导家长掌握科学的教育理念和方法，提高家长的家庭教育水平，学校党支部适时培训班主任，指导家长会的召开，推动家长会走“心”、走“新”。以构建课程体系和开展家长培训为突破口，打造科学、系统、便捷的“南中数字化新家长学校”，将家长培养成为学校教育的同盟军。

除各年级例行家长会，节假日期间，党支部指导各班召开线上家长会，安排学生居家学习和进行安全知识培训，同时给予学生和家長亟需的心理干预和疏导。学校积极畅通教育渠道，通过家校读物例如《家校合作指导手册》、《家校通讯》、《家长手册》等分享家庭教育知识；通过微信群等网络平台搭建即时沟通渠道，发挥便捷及时、资源共享的优势；通过父母大讲堂，开授专家辅导课、学校主题课、班主任学期课；通过家校叙事的形式，读书节、礼仪教育、期末典礼、毕业典礼，让家长会的内涵不断外延。

三、凝心聚力，“党建+实践所”促使同域释能

学校党支部适时借力南渡镇新时代文明实践所的活动资源，邀请实践所陈惠英等老师为家长开展“智慧陪伴，静待花开”家庭教育公益讲座活动。在实践所，陈惠英等老师就初中孩子的身心特点、常见的心理问题等方面内容进行剖析，通过生活事例、互动游戏等方式，引导家长们重视家风家教，以积极的心态去面对

孩子成长过程中遇到的问题，通过授课提高广大家庭尤其是农村留守儿童家长的家庭教育水平。

学校党支部通过与南渡镇新时代文明实践所强强联合，不断探索实践所在未成年人身心健康全面发展过程中的积极作用，丰富活动内容，开展包括学生教育、心理咨询、家庭教育、父母成长、家校合作、留守儿童、学科辅导等领域合作，努力使实践所成为学生的第二课堂、教师的第二讲台、父母的第二舞台。

四、热心服务，“党建+大家访”促生同轨发力

家访是学校工作的一项重要内容，是连接学校和家庭的重要纽带。我校每学年的“爱，在家访路上延伸”系列大家访活动在党支部的推行和组织下，已经坚持了多年。

家访前，学校就家访活动召开班主任会议，进行周密部署，精心安排。针对家访学生的选择确定，学校采取全面覆盖与重点关注相结合的办法，在面向全体学生的基础上，依托特殊学生档案数据、班主任工作手册记载、校内外实地调研等信息，启动“六”必家访工程。家访过程中，老师向家长汇报孩子在校情况，并深入了解孩子在家的表现，找出孩子出现问题的原因，和家长探讨教育孩子的方法，激励孩子努力学习，同时还听取家长对学校发展等方面的意见和建议。以民风沐浴党风、以校风拉动家风、以家风促进学风，大家访活动已经成为家校联系的一座“暖心桥”。

五、爱心帮扶，“党建+志愿者”促发同步保障

学校党支部落实家长志愿者和校级领导共同参与的阳光食

堂建设工程，家长志愿者参与菜品原材料验收，制作过程监督，实行“陪餐制”。

学校党支部紧密围绕党组中心工作，结合学校实际校情，研究确定党员志愿者服务活动主题，重点开展以下服务活动：党员教师先行，发挥先锋模范作用，以父母志愿者形式，带领开展安全护卫队、父母监督员、父母授课志愿团、阳光食堂陪餐员、卫生防疫宣传员等活动，同时邀请有才艺的家长朋友，参与到学校“竞帆”社团学生义务辅导活动中来，教授孩子们书法、合唱、劳动、烘焙等技能，既培养了孩子们各种兴趣爱好，也加深了亲子间的相互理解与情感。

南渡初中在发挥党建工作引领家校共育方面，积极探索构建体现时代要求、彰显学校特色、顺应家长期待的家校协同育人机制，是家长所盼也是发展所需。创新构建党建引领下的家校协同育人机制，大大增进了全社会特别是家长对学校教育的理解，形成合力，共同促进了我校教育的持续健康发展。

“热话题”引起深思考，模拟中解决“真问题”

常州市第二中学 陈家颖

常州市第二中学模拟政协社团是在学校党委领导、团委具体指导下的学生社团。社团由政治教研组全体教师组成指导教师队伍，以培养“人中君子，国之栋梁”为目标，发动高一、高二年级学生全年参与，利用每周六下午课后延时服务时间，定期组织理论学习、社会实践、采访调研、模拟答辩等社团活动。社团鼓励学生从课堂走向社会、从理论走向实践，在教育教学中落实“减法”、让学生成长做“加法”，在家校社协同中为高中教育提质增效注入新的活力。

一、形成专业引领，上好思政育人关键课程

学校充分发挥“常州市高中政治张珩名教师工作室”的引领示范作用，推进模拟政协社团课和学科协同育人工作。学校政治教研组与时俱进深入开展研究，对模拟政协社团课“上什么、怎么上”进行系统设计、逐层推进，充分发挥思政课教师的专业引领作用，注重培养学生政治认同、法治意识和公共参与的思想政治学科核心素养。让思政课教师上好思政关键课程，显性育人和隐性育人紧密结合，最终实现立德树人根本任务。

二、利用网络空间，充实线上线下教育资源

第一，利用学校已有的微信公众号、视频号等新媒体资源优势，拓宽多平台有效途径，构建好模拟政协官方网站的学校空间，

形成社团专有网络学习交互平台，引导社团师生线上线下两条路径共同充实社团资源库。第二，用好用活线上线下各种资源，依托学校“红色记忆”文化长廊和德育实践基地等，润物无声、可亲可感，助力学生躬身实践、自我成长。第三，创新教育载体，聚焦重要事件、伟大成就、典型人物、感人事迹，因地制宜、因时制宜、因材施教，发挥其培根铸魂、启智润心的作用，引领高中生树立正确的三观，体会百姓痛点、难点，树立高度的社会责任感、使命感和家国情怀。

三、优化活动设计，达成教学评价有效多样

1.优化教学设计，奠定减负基础。精心准备课堂教学资源，搜集与学生相契合的教学资源，并对丰富的政治生活话题用心筛选、整合，“去粗取精、去伪存真”，确保所选资源为课堂教学服务，将活动巧妙呈现给学生，做好课堂预设与生成，真正提升社团课教学的有效性、精准性，让学生在高效活动中获得高质量实践体验。在模拟政协社团第一课，政治教研组以“导入课”带领学生认识模拟政协，真正融入这一社团活动课程。“导入课”介绍模拟政协社团特点、活动意义、课程安排和以往活动，显示二中学子站上国家级平台的青年担当，让学生了解、体会、认同社会主义协商民主制度以及中国特色社会主义制度。

2.优化课堂教学，落实减负增效。通过模拟人民政协提案形成过程、模拟和体验人民政协的组织形式、议事规则，引导学生了解和体会中国特色民主协商政治制度、学习和掌握所需的各种

调查、分析、研究、展示和辩论的知识和能力；在对话政策、同伴、政要的过程中了解政策制定和完善；通过团队合作，在确定选题、调查研究、撰写提案、听证辩论过程中分享个人的创意和团队的智慧。充分相信学生有学识、有能力主动探究，激发积极性、点燃兴趣点。坚持理论联系实际，将学生实际生活素材融入其中。教师划分研究性小组，指导学生走出课堂、走进社会实际，在真实生活情境中逐渐进入理论知识的深度学习。

3.优化作业设计，达成有效评价。坚持作业多样化原则和过程性评价，与学生年龄特点、生活实际等紧密相连，指导学生开展调查访问、时政探析、报告撰写、视频制作等作业，通过组内分工合作完成一份模拟政协提案，在学期末完成一次提案展示和答辩等社团评价方式关注学生思维发展程度、能力提升情况、学习态度转变等，促使学生强化自身的创新、实践、合作能力，让学生在教学评价中更有自信心，真正实现学生全面发展。

四、增强教育合力，实现教育主体多方参与

第一，学校达成各方有效协同，统筹设计模拟政协社团活动、课程体系，完善第二课堂活动平台，形成品牌引领。围绕党和国家重大主题，在军训等师生活动、在国庆等重要节日、两会等关键节点，师生共同学、讲、做，与党和国家同向同行、同心同路。第二，健全家委会建设，完善家校沟通机制，加强家校沟通交流，定期举行家长进校园等活动，引导家长在家庭内部创造良好的思政教育环境，发挥家庭育人职责。第三，充分借助社会力量，与

结对社区联合举办实践活动、与有关政府部门、律师事务所进行政策学习、采访调研、后续分析，组织学生参观爱国主义教育基地，实现学校小课堂和社会大课堂同频共振，提升模拟政协社团的效果和质量。

从参加常州市首届模拟政协活动以来，常州市第二中学模拟政协社团先后提出多项提案，多次获得最佳提案等荣誉。2022年，团队提出的《关于规范整治“雪糕刺客”问题的提案》引发社会广泛关注，被国家级媒体《法治日报》宣传报道，被评为优秀提案。2023年，团队成员带着《关于创新规范露营旅游问题的提案》在第十届全国青少年模拟政协展示活动中，斩获一项团体及八项个人荣誉。学生模拟政协委员代表将自身经历、社团实践和青年担当结合起来，抓住“热话题”进行“深思考”，亦是在“模拟”中解决“真问题”，把学校、社会、家庭教育结合起来，全方位、有针对性地深化了模拟政协社团的现有价值和进一步创新推进的现实意义。

聚焦劳动“革新”，助推“双减”落地

常州市邹区实验小学 姚 琪

一、案例背景

2020年3月中共中央国务院正式发布《关于全面加强新时代大中小学劳动教育的意见》，其中明确小学劳动教育根本价值在于育人，学校劳动教育被纳入人才培养全过程。然而当前“双减”政策落地，我们深刻认识到，必须进一步拓宽育人渠道，而不是单纯作业量的减少和对课堂教学的研究。

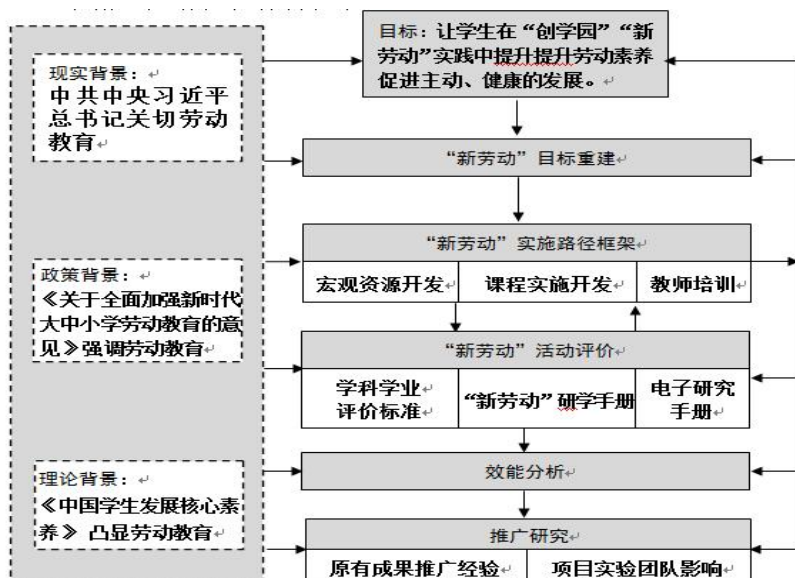
基于此，我们紧扣劳动教育的关键要素，结合课程的文化性，建构具有邹实小特色的劳动教育，探索并实践邹实小“创学园”里的“新劳动”，助力“双减”。

二、解决问题的特色做法与经验

（一）顶层设计，确立“创学园”里“新劳动”的理念

本研究的总体思路是以培养学生的劳动素养为目标，设立劳动教育必修课程，系统加强劳动教育，当务之急要以立德树人为根本任务，结合邹实小“创学园”教育大环境，建立适合邹实小学生的劳动教育课程体系，认识其课程价值并常态实施。

本研究的总体框架可图示如下：



（二）目标重建，“新劳动”促进学生整体素养提升

我们将劳动教育目标具体归结为三个方面：以劳动培育理想、以劳动发展本领、以劳动历练担当。

1.以劳动培育理想

在劳动中学会尊重劳动者，形成吃苦耐劳、勤俭节约、乐于奉献的意志品质，同时在劳动中体会收获的喜悦和付出的快乐。劳动帮助儿童逐渐认清生活的本质，同时又对未来充满期待，树立正确的人生观、价值观和世界观，拥有积极的理想信念。

2.以劳动发展本领

小学阶段开始，就要关注儿童劳动实践能力的培养，帮助儿童获得一定的劳动技能与方法。未来社会需要有知识、懂技术、会创新、能合作的复合型高素质劳动人才，培养劳动本领，呼应未来成长。所以使儿童从知识、技能、思维上获得扎实本领应对未来挑战也是劳动教育的重要目的。

3.以劳动历练担当

在劳动过程中儿童需要学会与环境相处、与他人相处、与自己相处，明白任何成果都来之不易，更深刻地体会到劳动人民的辛苦和社会进步的不易，从而增强社会责任感和历史使命感。在历练中学会担当，在成长中学会尽责。

（三）四园联动，探索“新劳动”育人路径

基于邹实小周边一公里资源圈，我们开始思考建构校园、田园、家园、社园“四园联动”的劳动课程，场域联动、学科融合与学段延展，这样劳动教育就打破了边界，和学校各个“学习场”融通联动了起来。（见右图）

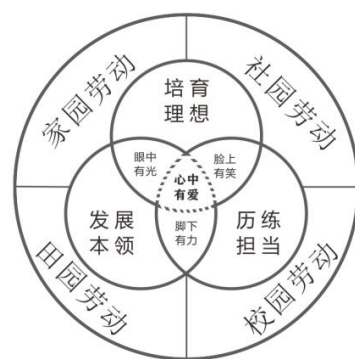


图 1 田园联动劳动课程目标图

1.设立劳动岗位，提升劳动技能

邹实小以“校园环境我保护、校园景观我代言、主题教室我设计、校园节日我创造”为内容，分别在教室、学校设立劳动小岗位，不断提升队员们的劳动意识和劳动技能。

2.开辟劳动场域，丰富实践内容

学校利用自身的环境优势，开辟了“莘莘农庄”。辅导员们以学生实践体验为基本形式，同时根据不同的季节特征开展认识劳动农具、体验实地种植、亲自采摘果蔬、分享劳动成果等活动。在寓教于乐之中，队员们受到科学、生命、劳动、合作的教育，从小形成环保意识。

3.延伸劳动空间，培养劳动素养

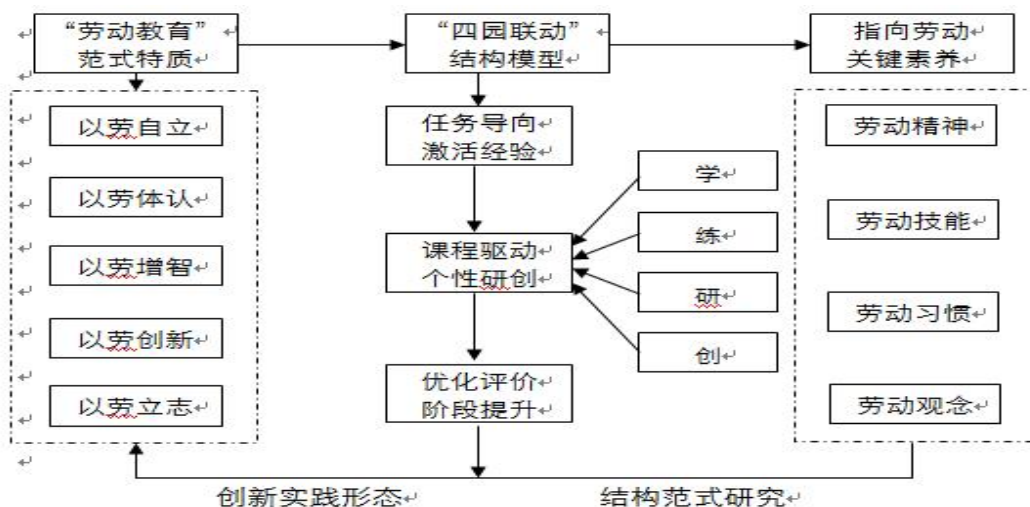
邹实小的辅导员们还利用“享去 APP”、“奋进少年暑期打卡表”等形式，引导队员们利用假期开展家务体验活动，鼓励队员们自己的事情自己做、家里的事情学着做、大家的事情争着做。

4.创新劳动路径，拓宽实践平台

邹实小的辅导员们将少先队劳动教育课程由校内延伸到校外，拓宽实践平台，丰富了劳动实践资源。目前，学校依托邹区周边的江苏省凌家塘农贸市场，中国灯具城，邹区临溪农业产业园等实践基地，开展丰富多彩的活动，培养了邹实小队员们与时俱进的劳动价值观。

（四）“学练研创”，架构“新劳动”育人范式

根据我校“创学园”背景下，研创课堂的前期研究，结合劳动教育特征，提出“研创课堂”劳动教育的基本范式，并根据“研创课堂”教学实践的特质进行变式研究，形成指向劳动关键素养的教学结构模型。具体关系如下图



（五）关注评价，夯实“新劳动”育人目标

对于教育活动而言，评价既是导向，也是保障。所以在劳动教育的推进过程中，无论是课堂教学还是实践活动，学校都坚持跟进及时有效的评价，以帮助学生形成正确的劳动价值观，提升学生的劳动素养和综合素养水平。学校根据不同年级孩子的生理和心理特点，对不同年级的学生每周内参加校内劳动和周末参加家庭及社区劳动的完成情况制订相应的评价表，一周评价一次，采用自评、同学评、教师评、家长评等方式对学生的劳动表现进行评价。班主任根据学生的表现推选班级劳动小达人，然后学校再推选出校级劳动小达人，以引导学生树立“劳动光荣”的意识，帮助学生养成爱劳动、爱父母、爱集体的良好品德。

三、问题解决的成效与社会影响

1.放大育人格局，全面落实“立德树人”

学校始终坚持“立德树人”根本任务的全面落实。以系统的德育课程，丰富的特色活动，促进学生的全面发展。

2.变革德育方式，培养学生劳动关键素养

“四园联动”劳动教育课程着眼于培养学生的兴趣爱好，营造主动参与、积极体认、勇于创新 and 志愿服务的良好环境。

3.优化评价方式，为学生全面发展奠基

劳动素养是一个既有丰富感性又有深刻理性的表现状态。因此，通过设计劳动任务清单、劳动评价手册、劳动日志和劳动成长档案袋实施劳动素养的精准评价。