# ****有效**落实“双减” 促进教育生态优化**

——关于“双减”政策的心得体会

武进区礼河实验学校 张涵

“双减”工作，是党中央站在实现中华民族伟大复兴的战略高度和政治高度作出的重要决策部署。是构建教育良好生态、促进学生全面发展，健康成长的国之大计。作为一线教师，更是站在了“双减”工作的主阵地上。个人认为这个意见的出台非常及时必要，对于切实减轻学生过重课业负担，提高教师课堂教学效率，避免校外办学机构“喧宾夺主”、还学生快乐健康的童年，减少学生近视率、肥胖率、心理疾病都有积极的意义。我们一定不折不扣积极贯彻落实“双减”政策，做好课后服务等“五项管理”，切实提高课堂教学质量。

义务教育是国民教育的重中之重。减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担是党中央、国务院全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务的重大决策部署，充分体现了党和国家一直以来对教育和对少年儿童健康成长的关心关注，是以人民为中心发展教育的集中体现。

“双减”政策的出台，让作为教师的我们，看到了国家对教育改革的决心和力度。政策的出台，将减轻家长的负担，让“还孩子一个快乐的童年"有了希望。同时也督促着教育者,要想更多办法去努力提升学校教育教学质量。希望加大力度将政策落地落实，切实取得实效。

“双减”减什么，义务教育阶段负担和校外培训负担，让教育包括课后服务等全部回归学校。确保“双减”政策的落地，我们就要大力提升学校教育教学质量，确保学生在校内学足学好。让学生在校内就能够得到优质的教育，并且逐步优化作业布置和课后服务方面的工作，更好地让学校所拥有的优质教学资源发挥应有的作用。从老师的角度来说，回归校内教育就是回归教育本心。“师者，所以传道受业解惑也”，在校老师的教学中心是需要摆在校内的。要想有效实现“双减”，需要充分发挥学校的主阵地作用，让学生在学校内学足学好，这样才能够缓解家长焦虑。

“双减”政策促进学生全面发展，这就要求学校的教学服务水平进一步提升。科学利用课余时间,开展体育、阅读、文学、艺术等教育，满足学生多样化需求，制定课后服务实施方案，提升学校课后服务质量，增强课后服务的吸引力。“双减”政策的出台，让作为教师的我看到了国家对教育改革的决心和力度。政策的出台，将减轻家长的负担，让“还孩子一个快乐的童年”有了希望。同时也督促着教育者，要想更多办法去努力提升学校教育教学质量。希望加大力度将政策落地落实，切实取得实效。

“双减”工作是一项系统工程，除了学校外，家长和社会均是做好“双减”工作的重要责任主体。家长是孩子的法定监护人，要更新育儿观念、密切家校联系，指导学生合理用好在家时间。作为家长不应额外增加学生负担，保障学生睡眠，提高孩子的运动量，陪伴孩子走进自然、走近社会，增加孩子的社会实践经历。而作为社会教育的大环境，要发挥各方资源力量，为学生开拓视野、全面发展、实践锻炼提供重要平台。尤其是校外机构可以有针对地开展适合孩子发展的诸如编程、乒乓球、篮球等等课程，丰富孩子们的课外生活。

我印象最深的是《意见》第二条:全面压减作业总量，减轻学生过重作业负担。“健全作业管理机制；分类明确作业总量；提高作业设计质量；加强作业完成指导；科学利用课余时间。”作业的问题，关于功能、总量、类型等，文件已经作出了明确的规定。要把握作业的育人功能，作业是育人的，不是害人的，作业是帮助学生巩固知识、形成能力、培养习惯的，是帮助教师检测教学效果、精准分析学情、改进教学方法的手段，是促进学校完善教学管理、开展科学评价，为提高教育质量服务的。作业是连接师生之间关系的桥梁，因为作业老师和学生会增加互相的了解，因为作业师生间有了更多的探讨的机会。

在本学期的教学中。我会着重通过以下几个方面来加强作业管理，减轻学生过重作业负担。

1.合理布置作业

严格控制作业数量，丰富作业类型，避免机械重复的无效作业，坚决杜绝惩罚性作业。

2.落实作业分层，增强作业灵活性

即便是同一个班级。每个学生的学习接受能力是不一样的，千篇一律的作业一定不适合每一个孩子，因材施教要体现在作业上。要让学生有选择性，能够弹性控制自己的学习，这样避免了学生的学习疲劳，使每天的作业都有新鲜感，这样学习和作业将不再是负担而是乐趣。

3.发挥作业的桥梁，作用和育人功能

尽量通过对作业的评价、批阅去呵护学生，让学生感受到老师在关注他，帮助他，鼓励他。通过免作业单、无作业日、作业本上的多元评价、作业展览等一系列举措，让作业变得更有温度，进而提高学生的学习兴趣，学生心中多了欢喜自然会亲其师信其道。

4.适当增加实践性作业

我们常说的做作业其实更多的是落实在书面上，而实践性作业有其独特的价值，有助于提升学生的综合素养。学生的作业应该是学生的学习生活活动，既然是活动，就要让学生动起来、做起来，讲一讲、试一试、测一测、量一量、买一买……使学生从学科逻辑走向生活逻辑，从书本走向生活。师生携手，使作业从教室到生活，把学生从案头解放出来，创设更丰富的作业场景增强学生解决现实生活问题的能力。

风物长宜放眼量，“双减”意见的印发是对教育生态优化的有力推手，让学校、家长、社会共同努力，做慢下来的真教育，这是所有教育人、全社会的共同期望。希望通过“双减”，让课堂更加高效，让作业更加简洁，让教育更加平和，从而给学生留下更多生命成长的空间，去锻炼身体，去自主阅读，去发展个性，去自由玩耍，去放飞心灵……