**“双减”，让孩子的学习生活更加丰富多彩**

武进区礼河实验学校 汪志萍

教育一直是大家最为关注的民生话题，关于何为减负、如何减负的探讨和尝试更是从未停止。日前，中央办公厅、国务院办公厅印发了《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》的通知，更是激起了社会方方面面的涟漪。作为初中生的家长，同时又作为教育工作者的自己，是百感交集。

双减政策对于学生减负和推动教育公平，都起着非常重要的作用。“校内提升”+“校外减负”这两个中心思想无疑对教育提出了更高、更全面的要求，也要求家长乃至社会将更多的注意放在真正适合孩子的教育之上，将教育回归到作为主角的孩子身上，回归教育本身。我们应该用什么样的姿态来面对呢？

我个人觉得，“双减”是对老师而言是好的。教师为了减负，短时间内就得增加工作压力，钻研教学，备好课，使学生学得轻松，学得扎实，既不增加学生负担，又能提高课堂效率，老师们教得开心。双减”最终的受益者是我们这些学生，可以用较少的时间使得学习效果翻倍，学有所乐，学有所得。

**一、发挥学校主阵地作用。**

充分发挥学校主阵地作用，坚持应教尽教，着力提高教学质量、作业管理水平和课后服务水平，让学生学习更好回归校园，让孩子们的生活更加多姿多彩。强调学习应该增强自己对某方面知识的兴趣，找到志趣相投的同伴分享解题思路，运用知识获得成就感，发现自己的潜能，获得自信等。要体味学习，学会学习，尤其应该做到以下三点：发现保持对学习的兴趣、掌握科学的学习方法、运用不同的学习方式。进而，让学生理解学习应该往实践中去，在实践中了解客观实际，把握事物的本来面目，从而提供认识世界、改造世界的能力；在实践中锤炼自己，丰富人生经历，完善自我，提升自身素质；在实践中解决困惑，促进自身发展和提升。以此使学生树立终身学习的理念，不因短时间的分数与升学而扭曲了学习的目的。

**二、作业质量要有保障。**

面对日益增长的高质量、高水平的教育诉求，对于教师来说，在作业设计上，作业管理的关键在提高作业设计质量。发挥备课组教研优势，精心设计作业，杜绝拿来主义，坚持合作教研下智慧共享、步调一致，提高备课组作业设计的针对性和有效性；作业设计体现个性化支持和关注，从课堂学习实际出发，设计有梯度的作业，布置分层作业、弹性作业和个性化作业；作业设计增加趣味性，联系学生生活实际，设计创造性、趣味性、生活化的学科作业，提升学生课后作业的主动性和积极性。不仅需要减少作业总量，同时也需要增加作业质量，在做好“减法”的同时也做好“加法”。以前的“海洋作业”会变成以后的“点滴作业”，合理调控作业结构，保证难度不超过国家课表标准。满足学生多样化学习需求，进行分层教学，根据学生的知识基础分为不同层次，在平等教学的基础上，制定个性化作业。如，对基础扎实、接受能力强的学生，布置综合性题目或探索性问题；对知识基础掌握一般的学生，在注重课题掌握与处理的基础上，加入综合题；对知识基础较差的学生，以知识的直接运用与基础练习为主。以此让每一个分层的学生都学有所得。

**三、完善课后服务。**

根据意见要求，在课后服务“5+2”的模式与学校原有社团活动的基础上，对有特殊需要的学生，提供托管服务与课后服务。满足学生个性化需求。对学习有困难的学生给予辅导帮助；为学有余力的学生拓展学习空间，开展丰富多彩的科普、文体、艺术、劳动、阅读、兴趣小组及社团活动。例如针对道德与法治本身的综合性，可与其他学科联合开展兴趣小组与社团活动。可以与历史课联动，在一学期的社团活动时间内，让学生进行课题，让学生自行选择课题，展示研究成果，在合作与交流中提高科学探索能力。以此激发学生对研究的兴趣，并了解研究方法与如何开展研究，以课题方式充实学生的课外时间。

1. **做好家校协同构建育人共同体。**

开展好家长学校的课程设计和学习组织，更新家长观念，提升教育水平，在日常中和学校保持要求同步，协同学校共同促进孩子的健康成长；密切家校联系，开展家访活动，做好家校沟通，在孩子成长上谋求共识形成合力。

相信“双减”政策的实施，有利于孩子们身心健康发展，他们将会有更多的时间，可以成群结队地去图书馆，参加各种公益活动，加入喜欢地俱乐部，可以自由自在干自己想干的事情了。不拘一格，多元化发展自身特长或兴趣爱好，从而扩大自己的视野范围，丰富经历，了解社会。这样，周一至周五的校园内，每逢周末的公园里、游乐场里、广场上到处都会是同学们玩耍的身影与欢笑的声音。不仅仅使孩子们得到了精神上地放松，而且还陶冶了每个人的情操，锻炼了自主学习地能力。还可以给我们学生更多时间运动锻炼，增强体魄，拥有好的身体是学习与生活的根本前提。让我们学生有更多时间与父母亲人共处，多多陪伴年迈的老人，易于营造良好的家庭氛围。

生命不止一种精彩，不要让孩子走我们安排的路，而要让孩子成为孩子，拥有珍贵的童年、灿烂的少年时光，学有所乐，学有所得，不畏未来，勇往直前，让孩子的学习生活更加丰富多彩，茁壮成长！