学习双减政策心得体会

礼河实验学校 谢飞

2021年7月24日，中共中央办公厅、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》。《意见》要求广大教育工作者全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，构建教育良好生态，促进学生全面发展，健康成长。

落实“双减”工作，教师作为立德树人的中坚力量，应进一步增强以下三个意识：1.责任意识 2.课程意识 3.奉献意识

“减负”并非一个新名词，党中央一直关心少年儿童的健康成长，从1955年《教育部关于减轻中、小学校学生过重负担的指示》开始，国家和地方层面颁布多道“减负令”，反复强调要减轻中小学生过重课业负担，引导中小学育人方式的改革。但随着社会的发展以及家长对教育重视程度的不断提高，教育陷入“内卷”，“鸡娃”成为常态，校内减负，校外增负，中小学生的课业负担并未有效减少。近年来，笔者发现一个现象，即学生在节假日的作业质量总是不如上学期间好。究其原因，是因为孩子们节假日的时间大多被各种培训班、兴趣班占据，且这些班级也会布置一定的课外作业，学生疲于应付，再完成学校的作业，质量自然就会大打折扣。人的时间和精力是有限的，尤其是处在生长发育阶段的中小学生，更需要保证足够的休息时间，而层层加码的课外作业却让孩子们不堪重负。网络上流传着这样一张图片：深夜，一位小男孩坐在书桌前，一边打着哈欠，一边奋笔疾书，桌上堆着小山似的作业本。相信看到这张图片的教师心里都会五味杂陈，试想，孩子们如果沦为考试的机器，过早地戴上厚厚的近视眼镜，身体变得孱弱，心理变得脆弱，又如何担当社会主义建设者和接班人的重任呢？

教育是民族振兴、社会进步的重要基石，此次“双减”文件的出台，旨在以建设高质量教育体系来回应群众的合理关切，要求减轻学生过重的作业负担和校外培训负担，目的是将学生从过重的课业负担中解放出来，提升综合素养，促进全面发展，增强中华民族的核心竞争力。作为一线教师，应进一步树立教书育人的责任意识，为国育人，为党育才。

一直以来，苏联教育家加里宁的名言“教师是人类灵魂的工程师”已成为我们的座右铭，而新时代对广大教师落实立德树人根本任务提出了更新更高的要求，需要教师进一步提升自己的责任心与使命感。不可否认，虽然违背师德师风的现象个别存在，但这绝不会影响教师群体的职业信仰。笔者在长期的工作中，看到、听到、接触到的多是有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心的好老师，他们立足于学生的全面发展，在平凡的工作岗位尽情挥洒自己的智慧与汗水，不仅不会“课内不讲课外讲”，还会利用有限的课内时间尽可能多讲、精讲、讲透，让学生得到更多的收获。

“不怕同学是学霸，就怕学霸放暑假”，不知从什么时候起，为了让孩子在寒暑假实现“弯道超车”，提前学习学科知识成为家长的普遍选择。笔者有一朋友也是业内人士，他的女儿今年读一年级。上半年，他一直在纠结要不要给孩子在暑假里报个幼小衔接班，提前学习汉语拼音。我很理解他的心情，从专业的角度来讲，他自然不愿意做这种“拔苗助长”的事情；但站在家长的角度，又担心孩子上学之初不如别人而失去自信。作为教师，尚且要经历这样的心理斗争，其他家长的从众之选也就不足为奇了。为缓解家长的焦虑情绪，《意见》特别指出，严格按课程标准零起点教学，就是要解决唯“分数论”的短视化、功利性问题。事实上，像提前学习课程知识这样的“鸡娃”行为，表面上看虽然可以占得一时先机，但如果是以牺牲休息和玩耍时间、抹杀学习兴趣为代价，不仅违背了课程教学的规律，也给学校教育教学带来一定的困扰，更是人为地给孩子增加了课业负担，总体来说，弊大于利。

《意见》还强调全面压减作业总量和时长，减轻学生过重作业负担。日前，教育部已将“作业管理”作为“五项管理”的重要内容之一，在作业总量、作业设计质量、作业完成指导等方面均提出了明确要求，旨在有效减轻学生过重的作业负担。对此，教师应进一步增强课程意识，从以下两方面加以落实：

一是充分利用课堂主阵地，严控课后作业的“量”；

作为生命体的儿童，天然拥有语言、思维、探究、创造等学习需求。著名教育家叶圣陶指出：“教是为了不教。”教育的职责在于以生为本，通过创设合适的情境，师生共同参与课堂建构，共享探究过程，让学习真实发生，让学生学会学习。在此过程中，教师不是知识的搬运工，而是课程的建设者；教学不是仅仅传授知识，而是师生间借助积极有效的对话为平台，分享彼此的思考、经验和知识，交流彼此的情感、体验与观念，丰富教学内容，求得新的发现，从而达到共识、共享、共进的过程。作业是检验课堂教学有效性的重要抓手，教师在备课时须统筹安排每节课的作业量，将课堂适当留白，精心安排练习反馈的环节，及时查缺补漏，相对减少课后的书面作业量。

二是研究作业管理效能，提升课后作业的“质”。

教师要研读课标，准确把握学科性质，积极开发利用课程资源，创造性使用教材，将作业设计作为课题来研究。例如重视预习作业，系统设计符合年龄特点和学习规律、体现素质教育导向的基础性作业，积极尝试分层作业、弹性作业和个性化作业等多种开放式作业形式，因材施教，杜绝机械重复的无效性及惩罚性作业等。

长期以来，国家对于学生在校时间都有严格的规定。小学放学时，不少孩子的家长还未下班。虽说是就近入学，孩子走几步就能回到家，但孩子一个人在家，部分家长总有点不放心；有的孩子虽有奶奶、外公等老人接送照顾，但未必能很好地指导家庭作业；加上放开二孩政策之后,很多同学有了弟弟或妹妹，回家之后，便无法安心完成作业……于是，有部分家长只好把孩子托给校外培训机构，让孩子在晚托班完成家庭作业再回家。

为解决家长的后顾之忧，当前，很多学校均开展了丰富多彩的课后延时服务，简称“四点半学校”。“四点半学校”充分利用课后时间，满足学生个性化发展需求，助力学生健康成长，受到了家长的欢迎。放学了，我们看到孩子们在绿茵场上奔跑跳跃，在图书馆中徜徉书海，在音乐室引吭高歌，在舞蹈房翩翩起舞……我们也看到，华灯初上，有下班的家长微笑着从老师手中接走孩子，有全职的家长安心地牵着二宝的手来找大宝……这些都构成了课后延时服务的一幅美好图景。

《意见》要求各个义务教育学校开设课后延时服务，要求学校的下课时间不得早于当地的普遍下班时间，也就是说，在原有“四点半学校”的基础上，课后延时服务要进一步扩“面”、提“质”。教师须充分利用好课后服务时间，或指导学生认真完成作业，或对学习有困难的学生进行补习辅导与答疑，或自主开发课程，为学有余力的学生拓展学习空间等。此外，学校还可以通过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，形成富有校本特色的课程体系，丰富学生的课后生活，促进全面发展，发展兴趣爱好及特长，真正实施素质教育。

必须看到的是，课后延时服务必然会延长教师的工作时间。教师也是普通人，需要适当的休息；教师也有自己的家庭，需要照顾家人。但为了陪伴学生，他们选择坚守在工作岗位。这种默默奉献的精神是值得尊重的。

十年树木，百年树人。相信在“双减”政策指引下，在全体教育工作者的共同努力下，新时代的教育一定能改变现有的教育格局，为党和国家培育更多人才，为实现中华民族伟大复兴提供源源不断的强大动力