

经开区“双减”半月工作简报

2022年 第5期（总5期）

“双减”工作区级联席会议办公室 2022年5月5日

【区域工作动态】

强化实验项目建设，推进“双减”纵深发展

常州经开区社会事业局将《常州市中小学“双减”优秀实践案例暨重点实验项目评选》，作为促进区域“双减”工作落地，提升区域“双减”工作品质的一次契机，是推进区域“双减”工作的一个专业性思考的重要节点。

第一是全覆盖参评，强化实验项目建设。“双减”案例全覆盖囊括课后服务、作业管理、课堂教学、身心健康、家校社联动五大领域，全区27所学校共68篇“双减”案例参加区级遴选。区社会事业局和教师发展中心组成遴选专家组，共评出20篇优秀案例推荐市级遴选，获二等奖以上共7篇，其中冯仲云小学《提升课后服务品质 助力学生多元成长》获得市级“双减”重点实验项目。在20篇优秀案例中确定10个区级“双减”重点实验项目，区社会事业局和教师发展中心将携手，和学校一起找落点、挖亮点、破难点，在项目研究的过程中，提升学校的研究品质，丰富学校内涵发展路径，进一步提高社会和家庭的满意度。

【内部资料 妥善保管】

第二是深入推进研究，形成项目成果辐射。对于已经遴选上的重点项目，我们在借鉴兄弟区域学校特色经验的基础上，通过“一二三”行动优化项目研究，转化“双减”成果，辐射区域学校，共同提升实践品质。

“一”是一批重点项目：1个市级和10个区级“双减”重点实验项目为实验的载体和抓手。

“二是”两类责任主体：一类是包括重点实验项目在内的所有学校，学校要以项目为突破口，解决学校的难点和痛点；一类是社会事业局和教师发展中心，行政部门要给予政策指引和政策支持，业务部门要开展“双减”的研究，给予学校业务的支持。

“三”是三个实践单元：

1. 以课后服务的课程建设为载体，找到重构学生校园生活的有效路径。不仅要进一步探索阳光体育、精品社团和作业辅导的课程设置，还可以以“融合”的视角，在学校办学思想和特色的引领下，弹性化、错时化重组课后服务课程的内容和节律安排，解决场地设置、师资配备、和辅导有效性上的问题，做出更多有益的实践和探索。

2. 以“综合改革”的思想，探索学校资源供给的机制体制建设，用课后服务的研究撬动学校各要素重构的研究。双减工作实质是引导学校基于社会和家庭痛点进行的一次教育领域内的实

【内部资料 妥善保管】

践探索，在推进项目的过程中，不能以简单割裂的思维方式思考问题，而应该站在学校要素重构的视角加以分析研究。我们将和学校一起，加强学习，学习兄弟区域和省内外的先进经验，学习综改实验的相关精神。

3. 以“过程管理”为保障，在强化区域引领、优化项目实施的过程中孵化区域成果，带动区域双减工作的科学落地。区域将与学校的探索研究全程互动，将“双减”项目的类别统整，以冯仲云小学的“课后服务”项目为核心，将区域内所有研究课后服务的学校作为一个项目组，共同攻坚克难，找到符合区域和本校实际情况的最佳实施路径；同时也将以同样的方式组成若干个区域项目组，在“作业管理”“课堂教学”“身心健康”“家校社联系”等方面做出区域的回应，以期产生有质量的成果。

【学校典型案例】（排序不分先后）

1. 横山桥高级中学：聚焦教学，让能力在课堂中有效提升。优化教学方式，强化教学管理，提升学生在校学习效率，紧抓质量提升这个“魂”，专注教研，在提升课堂教学效率上积极探索。一是安排骨干教师聚焦核心素养示范教学，呈现“双减”新政下的学思融通高效课堂；二是要求老师做好备、讲、批、辅、研工作，立足课堂主阵地，以生为本，充分准备，精心设计，训练到位，上好每一节常态课，努力打造充满“掌声、笑声、辩论声”的高效课堂，积极处理好“减负”和提高教学质量之间的关系；

【内部资料 妥善保管】

三是关注新入职教师，梯度教研传帮带模式。每周的教研日，安排领导、骨干教师、新入职教师梯度教研。领导示范、骨干引领、青年练兵协同开展。同时管理人员与结对师傅“推门听课”，给予及时的指导与帮助，助力他们提升业务水平。

2. 常州经开区初级中学：“三精三度”，优化作业设计。学校组织教研组、备课组积极围绕“双减”开展作业方面的培训和研讨活动，提倡“三精三度”，优化作业设计模式。**精选作业内容，作业布置有深度。**基于课程标准和学科关键能力，结合教材和学情考虑作业设计、进行选择作业内容。**精准作业分层，作业布置有梯度。**精准针对不同学生，精确反馈作业情况，提升作业设计质量，完善作业的布置与批改，增强作业实施效果。**精细作业形式，作业设计有维度。**作业设计打破单一重复的模式，作业样式激发学生学习兴趣，贴近学生生活实际，有书写作业、口头练习、科学实验、社会实践等多种形式的作业，跨学科的整合作业让学生综合运用知识解决真实情境中的复杂问题，培养学生的问题解决能力，促进学生核心素养的形成与发展。

3. 常州市第四中学：坚持减负增效并举，切实减轻学生作业负担。完善作业管理实施方案和作业管理机制，成立作业管理专班，明确学校、年级组、学科组和班级作业管理工作责任人。建立优秀作业评选、作业管理公示等制度。严格标准，有序实施。教导处制定班级学科作业登记表，保证了作业的数量和质量，严格控制作业总量，杜绝了无故挪用、挤占学生自习课时间等现象。由教导处、教研组和班主任分别协调统筹学校、年级、班级各学

【内部资料 妥善保管】

科教师科学合理布置作业，把握作业内容、形式和总量：语文、数学和英语三科每科书面作业不得超过 20 分钟，物理、化学、道法、历史每科书面作业不得超过 15 分钟，地理和生物等学科作业要求在课堂完成，每天书面作业严格控制在 90 分钟内。当日没有课程的学科不得布置书面作业。

4. 横林初级中学：世界读书日，一起来悦读。自“双减”以来，横林初中以“图书馆式学校”为憧憬，打造“双减”特色课后服务，在课后延时服务中突出阅读的重要性，通过提升学生阅读素养，培根铸魂、启智增慧。结合世界读书日，学校充分发挥朗读亭和漂流图书角的作用，开展读书月活动。学校鼓励每个孩子在本月：**一是都能参加一次朗读亭录音**，抑扬顿挫、感情丰富地读一段自己喜欢的美文，并请老师分享给大家；**二是都能去漂流图书角借阅一本书**，在那里站着或坐着阅读，肆意地享受文字的滋养；**三是都能在阅读墙上留下自己的言语**，尽情表达自己的感想，和同学们产生思维的碰撞。

5. 横山桥初级中学：以劳动教育为“双减”赋能。一是构建劳动教育课程体系。学校制定了劳动教育课程教学计划，利用每周一节的校本地方课，围绕《水培菜园》、《农耕文化》等校本课程组织专题教学。**二是加强学科融合渗透。**以五育并举为抓手，渗透生物、语文、历史、道德与法治、体育、美术等学科教学，促进教与学方式的转变。**三是优化劳动教育新实践。**学校依托芳茂农耕园劳动教育实践基地，结合学校课程开展了丰富多彩的劳动教育实践活动。如开展“植物的一生”系列活动，双色花制作、

【内部资料 妥善保管】

青菜番茄播种等。在“双减”背景下，学校依托芳茂农耕园劳动教育实践基地开展劳动教育，让学生从“课本”到“生活”，从“认知”到“实践”，从“活动”到“课程”，在劳动中发展学生身心，在劳动中回归教育本真。

6. 遥观初级中学：认真做好室内操，创新锻炼“新模式”。为响应“双减”政策，进一步落实“五项管理”中关于“体质管理”的要求，遥观初中继大课间全面推广曳步舞之后，又推出了疫情期间体育锻炼的“新模式”——室内操。大课间，同学们伴随着欢快的节奏、动听的旋律，在教室里或坐或立，扭腰、击掌、点头、踏步、挥手……一连串的动作让学生尽情地舒展了自己的身体，四肢都得到了运动，上下午各两遍的室内操让学生乐在其中，既愉悦了身心，又消除了学习的疲劳。

7. 芙蓉初级中学：打造“知行合一”的文化品牌。在“双减”背景下，学校通过营造良好的教育生态，着力抓好“四个方面”，打造“知行合一”的文化品牌。一是“五育并举”，德育为先。在当代学生学习“弱动力”的情况下，学校在德育工作上找准突破口，推动智体美劳的提升。二是“双减”之下，提质增效。在“双减”的要求和实践下，学校分清主次、分清轻重缓急，不断构建良好的教育生态。三是深化改革，实践育人。加强知行合一，倡导做中学、用中学、创中学，在真实丰富的情境中学会学习、学会实践、学会创造。让老师变成实践活动的设计者和组织者，让学生成为活动实践的参与者和受益者，真正落实立德树人根本任务。四是综合融通，多元评价。评价是树立正确办学导向

【内部资料 妥善保管】

的指挥棒，也是提高教育治理能力的关键点。在符合学生终身发展、学校持续发展实际的情况下，用评价促进特色发展。

8. 常州经开区小学：经开小四年级开展语文学科活动“为你写诗”。为了让学生们感受现代诗歌的文化魅力，经开小四年级语文教研组对诗歌单元内容进行了重组和架构，基于“双减”背景，设计了富有诗意的综合性活动作业“为你写诗”，活动分为三个板块。**与诗相会：**老师们结合每日诵读的诗歌内容，指导学生们通过多渠道的课外阅读，收集自己喜欢的诗歌，进行摘抄并在班级进行朗读分享；**为你写诗：**学生们尝试自己创作诗歌，将自己丰富的情感、奇妙的想象凝于笔下，书写自己诗意的童年；**创建诗集：**为诗歌配画，装订成册，制作属于自己独一无二的诗集。

9. 芙蓉小学：三位一体，打造芙小和美体育。学校充分认识常态化疫情防控下做好学校体育工作的重要意义，积极有序开展学校体育工作。对课前、课中、课后进行“三位一体”的体育教学和管控，以期达到良好的教学效果。**一是课前缓解学生学习压力。**在大课间开展室内韵律操活动，保证了学生的运动量，舒缓了学生的情绪。**二是课中优化课堂组织形式。**分组练习降低小组人数、加大组间距离。合理划分运动场地，不同项目班级学生不交叉。合理安排运动负荷，侧重技术教学、侧重技能训练。**三是课后项目管理落实家庭作业。**利用天天跳绳、钉钉等软件，开发各种体育项目，鼓励学生利用自由时间，根据实际情况进行身体锻炼，增强自身体质。

【内部资料 妥善保管】

10. 横林实验小学：撬动“双减”课堂 重构教育供给。课堂是实施素质教育，落实“双减”政策的主阵地，是塑造学生精彩人生的战场，学校在教育理论与实践的共融共促中，从更广阔的视野来定位学生的学习和成长。一是**校本教研 “五化”举措**。内容主体化、问题校本化、形式特色化、研究理论化、时间固定化，有效提升校本教研质量，促进教学质量提高；尝试实施教学常规“底线+榜样”的管理模式，由行政人员和教研组长牵头每月定期检查，发现问题及时反馈。二是**课堂教学 学科融合**。学校聚焦提质行动，深化课堂教学研究，梳理出了一条课堂改良之路——DI与学科融合，以“DI理念”来撬动“双减”背景下学科教学的改革，走出轻负高质之路，不断实践，提升课堂教学质量。不断蓄力，培养具有学习力、合作力、探究力、决策力、创新力的安尚学子。三是**课题研究 夯实本色**。以课题研究为依托、集团联盟为载体、项目研究为驱动，进一步加快教学转型的速度。市教科院专家的高位引领与零距离指导，课堂教学效益月的开展，常态课、展示课课堂教学规律的探索，进一步激活教师发展潜能，夯实课堂本色。

11. 常州市丁堰小学：命题研修，以专业成长促“双减”落地。为提高教师命题与诊断的专业能力，开展了命题研究。1. **专家讲座，提高认识**。组织教师在线学习市专家讲座《考试命题改革：理念与技术》，让教师对影响试卷、试题质量的主要因素建立宏观认识。2. **学科研训，理论提升**。以教研组、备课组为单位，以任务驱动促进教师深入学习新课程标准学科教学要求和学

【内部资料 妥善保管】

业质量标准，并进行命题理论学习、讲座和心得分享，助推教师对命题原则、方法策略和形式的理解。**3. 设计命题，实战研修。**结合基本功比赛，组织教师进行试卷命题。教师遵循新形势下的命题改革要求，尝试设计有情境、题型开放、丰富、灵活，联系生活，难易比例适中，体现学科关键能力，聚焦核心素养，突出综合能力的试题。**4. 现场阐述，团队论证。**一是让教师讲明试卷和每道试题所要考查的相关学科知识和核心素养的相应表现；二是由相关学科专家、学科责任人和教师组成论证团队作评委，在专家引领下，对命题设计进行再思考，设计理念实现再提升。

12. 常州经开区冯仲云小学：让课堂教学“减负增效”真正落地生根。学校践行“双减”理念，努力打造冯小“启真”高效课堂。一是以研促教，砥砺前行。学校各个教研组以打造冯小“启真课堂”为研训目标，开展每周“一”集体备课、每月“一”主题研讨、每人“一”教研课的教研模式，积极探索“双减”政策下高效的教学方法、教学模式。二是以赛促教，以赛促学。学校有计划地开展教师活力课堂评优课比赛、优秀教案、教学反思、作业设计评比等。通过系列评比活动，更好地促进教师自觉更新教育理念，努力优化教学过程，切实提高教学质量，将“双减”政策严格落到实处。三是倾心把脉，精准开方。学校实行校领导推门听课制度及学校行政约课制度，采用“公开课与随堂听课相结合”的办法，每次听课后必评课，为老师们进行精准地“把脉”“问诊”“开方”，督促老师提高课堂教学效率，做到“减负不减质”。

【内部资料 妥善保管】

13. **横山桥中心小学：创新教研形式，“幼小衔接”助力双减。**作为市幼小衔接试点校，横山桥中心小学关注教学“前情”、“后续”，从儿童发展的角度审视课堂教学，潜心研究幼小课堂教学模式互通。《小老鼠的探险日记》语言活动、《家乡的毛线》区域游戏，两节形式不同的幼儿园课堂打开了“聚焦学习准备，共研衔接策略”的研讨视域。家、校、园三方合力，聚焦学生倾听能力、专注力培养、“双减”下的学习，探索有效策略，在实践中把“幼小衔接”工作进一步完善，为孩子的成长奠定坚实基础。横山桥中心小学、横山桥中心幼儿园建立团队，共同学习，加强教师在儿童发展、课程、教学、管理等方面的研究交流，以定期课堂教学互相观摩、研讨、互派导师驻校（园）为途径，关注幼小课堂异同，避免断层式教学，探索过渡阶梯，指向儿童本位课堂教学模式建立。

14. **常州市戚墅堰实验小学：让阅读成为“双减”之下的“加法”。**虽遇疫情形势严峻，常州市戚墅堰实验小学仍利用线上线下相结合的方式开展了丰富多彩的读书节活动，让阅读成为“双减”之下的“加法”。**好书推荐汇。**朴诚娃们从自己阅读的课外书中，挑出自己最喜欢的、最有收获的一本书，从书目、作者、内容等方面进行介绍；朴诚教师以“领读一本书”的方式，通过导读、引导交流等方式将教材推荐书目潜移默化地推荐给学生。**读书交流汇。**每个年级选定阅读书目后，以不同的形式展示自己的阅读收获，有绘声绘色的讲故事，有图文并茂的读书收获，有精彩纷呈的目录地图，有形式多样的思维导图，有精美艳丽的书

【内部资料 妥善保管】

签制作，更有内涵深刻的读书笔记。**班级沙龙汇**。利用班队，各班进行了读书分享会活动，将自己在读书节内收获的读书方法、小妙招等和同学们分享；利用线上交流，引导家长一起参与，交流父母和孩子共读时的乐趣，进行着精神和心灵沟通的旅程。

15. 常州经开实验小学：落实“双减”抓常规，锚定方向再提升。“行稳方能致远，千里源自跬步”。为进一步落实“双减”工作要求，规范教师教学行为，有效提高教育教学质量。经开实小在课程中心的安排下，每周五开展教育教学常规工作调研。常规活动主要针对教师课堂情况、学生作业批改、备课组的作业设计等情况开展深入调研。调研过程中，每个学科责任人与备课组长一起听随堂课并剖析课堂问题。其他行政人员仔细翻看教研组活动记载、备课组的作业设计，并重点检查教师的作业批改情况、学生书写和订正情况等，认真将检查情况一一记录下来，并及时反馈。学校把“双减”工作要求落实到平常的教学工作中，在细节上下功夫，在实效上做文章，聚焦课堂，落实常规，增效提质，最大限度地为学​​生成长赋能，提升学校教育教学质量。

16. 南塘桥小学：共沐书香，阅见美好。“双减”大背景之下，为了让学生更亲近书本、享受阅读、快乐成长，结合第27个“世界读书日”良好契机，南塘桥小学开展了丰富多彩的读书活动。**无处不书，处处阅读**。老师带领孩子们开展“班级书柜我来丰”“小手牵大手，一同来阅读”等活动，积极倡导家长开展亲子阅读，让孩子们可以探索更多兴趣，锻炼他们的综合能力，也促进了疫情期间的亲子关系。**丰富形式，爱上阅读**。各班利用

【内部资料 妥善保管】

室内课间操时间，在班级开展了古诗手势舞展示会，孩子们在快乐学习中领略传统诗词的无限魅力。同时，也引导孩子们多展示，多交流，在活动中收获良好心理状态。**各抒奇思，创新阅读。**通过开展书签制作、名著阅读导图绘制、诗歌编写等活动，帮助学生丰富作业形式，尊重学生个体差异，充分体现多学科育人价值。

17. 宋剑湖小学：抗疫教学两不误，多维并举育学生。学校将“抗疫”工作融入日常教育教学之中，以实际行动保障全校师生用更加积极、安定的心态应对教学生活。**一是防疫工作有条不紊。**学校安排专门的卫生员老师负责师生核酸检测、防疫物资发放、告知防疫新规等工作，保证抓好防疫的同时，不影响师生的正常上课学习。**二是线上指导居家学生。**对因防疫需要处于居家学习的学生，学校做好教育教学管理，用QQ、钉钉等线上指导方式保证同步教学，不让一个学生掉队，同时及时回应学生和家长的诉求，消除他们的顾虑。**三是道德讲堂共筑师风。**全体教师参加了“抗疫”主题线上道德讲堂，通过看视频、听故事、谈感悟、送勉励等活动重温抗疫战斗、分享抗议精神，在今后，相信会有更多的教师用实际行动争做抗议先锋、践行初心使命。

18. 新安小学：心心相连，共护成长。疫情发生以来，新小坚持把学生生命安全和身心健康放在首位，积极行动，多措并举，为学生和家长送上温情关爱，铸牢心理健康防线。**一是推送心理锦囊，呵护心灵健康。**疫情期间，新小教师及时将“常老师心理热线”推送给广大家长，强化学生心理疏导，为孩子筑起保护身心健康的“铜墙铁壁”。**二是云端家校联系，共筑沟通桥梁。**

【内部资料 妥善保管】

学校多次召开云端家长会，针对如何关注孩子情绪，如何加强亲子交流等问题与家长做了具体沟通，以帮助孩子居家期间保持良好的心理状态。三是**组织心理委员，构建心理网络**。新小每班设置一名心理委员，以便老师更全面、更及时地了解学生的动态，做到心理危机状况早发现、早预防。

19. 遥观中心小学：语言表达，助力“双减”课堂。一是**营造和谐氛围，促进语言表达**。“和雅”课堂上教师营造一个和谐、民主的课堂学习氛围，每个孩子能自信的表达出自己的想法。在师生、生生之间的对话、倾听、质疑和启发中，体验到了平等、包容、和谐的课堂，感受到了语言交流的乐趣和成功感。二是**重视语言规范，构建表达范式**。在培养小学生语言表达能力过程中，遥小教师以课题研究为抓手，从教师语言表达的精准性、简练性、流畅性入手，做到正确示范。为学生的语言表达构建了一个良好的语言范式。三是**课堂及时评价，明确表达认知**。在“和雅”课堂上，教师会结合语言表达的三要素（精准性、简练性、流畅性）对于学生的语言表达及时给予针对性的评价。四是**加强课外阅读，丰富语言系统**。遥小开展读书节活动，鼓励学生多读书，读各类书籍，同时鼓励学生自由发表自己的读后感，培养学生语言表达能力，促使学生思维更加灵敏。五是**开展讲师活动，展示语言自信**。遥小三大主学科结合学科特点有序的开展“和雅”小讲师活动。通过讲解数学题，表达语文读后感，分享英语朗读技巧，以此来培养学生的逻辑思维、阅读水平以及朗读能力。