何谓“双减”？简而言之，一是减轻义务教育阶段学生的作业负担，二是减轻校外培训负担。

双减，其实就是一直以来所谓的“减负”。我记得很久以前，以至于在我们90后的小时候，“减负”这个名词，就非常热门了。都说要减轻孩子的课业负担，可是减了三十多年，孩子们的负担真的减少了吗？显而易见，并没有。无论从孩子们日益沉重的书包来看，还是每个夜晚挑灯夜战的时间来看，亦或是每周末每个假期孩子们被安排的满满的课程表来看，孩子们的负担，或者说家长的负担不减反增。不知道从什么时候开始，“让孩子赢在起跑线上”这句广告词成了大家耳熟能详的“鸡娃”广告语，引发了广大家长们的焦虑与不安。然而，什么是起跑线，起跑线在哪里，怎样才能不输在起跑线上？没有人有正确答案。甚至最近，还一度出现了“内卷”这个词汇，各行各业，都有内卷，每个人都卯足了劲儿往前钻，就怕一不努力，落于人后。也许，是时候要“慢下来”了。

这时候，“双减”政策应运而生。作为一名义务教育阶段的老师和一个初为人母的宝妈，对于这项政策，我无异于是支持的。减轻孩子义务教育阶段的负担，对于孩子的身心健康来说是有好处的。快乐教育，从来都只是说说而已。因材施教，势在必行。让孩子各有所长，进入自己擅长的领域进行发展，不见得是一件坏事。把教育还给真正专业的人，而不是所有人都可以来给教育指手画脚指导一番。当然，这对学校和老师的工作，也提出了更多的要求。政策提到，小学一至二年级不布置书面家庭作业，三至六年级家庭书面作业完成时间不得超过1小时，初中生不得超过1.5小时。对于这点，自从进入薛家小学以来，我们教师一直是这样要求的。作业在精不在多，题海战术，本不应该出现在义务教育的小学。不得布置机械、无效作业，杜绝重复性、惩罚性作业。教师要指导小学生在校内基本完成书面作业，初中生在校内完成大部分书面作业。对于这点要求，我自认为我还做的不够。反观我布置的作业，一项笔头一项口头，自认为在量上已经符合要求，然而细想，笔头作业我总是布置一些抄抄写写的作业，传统，简单，但却也机械。也许，可以动动脑子，进行改变。将作业进行分层布置：对识记有困难的孩子可以进行抄写加强记忆；学有余力的孩子可以自行归纳总结完成小报等。对于去年应运而生的课后服务的要求，学校课后服务时间原则上不得早于当地下班时间学校可统筹老师“弹性上下班”。课后服务主要用于辅导学生或开展科普、文体等活动，不得利用课后服务时间讲新课。课后服务是一项民生政策，在很大程度上帮助解决了家长们接送孩子的困难。可是，发展至今的课后服务，变成了老师群体的一味奉献，却也不免有失妥当。也许，更多的社会力量加入服务的大集体，会使得服务更加保质保量吧。