**切实优化作业设计 努力实现减负增效**

**——在优化初中道德与法治作业中促心理健康成长**

（常州市武进区淹城初级中学 陆晓红）

**摘要：**作业是课堂教学的延伸，作业布置是巩固课堂教学效果的重要手段。优化作业设计是减轻学生课业负担、提高学生学习效率、提升课堂教学效果的有效途径，也是关注学生心理健康发展的重要渠道。

**关键词：**初中道德与法治；作业设计；优化措施；关注心理健康

2021年教育部作出了关于中小学“五项管理”工作的通知，“五项管理”的具体内容是指针对中小学生的手机、睡眠、读物、作业和体质管理等工作。

学校是落实“五项管理”的主阵地。长期以来，学校为了升学率，“题海战”盛行，不惜牺牲学生的休息时间，以学生健康为代价，加重学生的课业负担。因此，学校要以“五项管理”的落实作为契机，狠抓课堂教学质量，提升单位时间内的学习效果，努力实现轻负担、高质量，保障身心健康。

此次“五项管理”的推进是真正关系学生健康成长、全面发展的大事，是深入推进立德树人的重大举措。长远看来，是关系到民族未来人才的培养。“五项管理”体现了国家对教育规律的尊重，将家长、社会所关注的视角，从“唯分数”、“唯升学”的教育功利化现象转向关注教育的本质，关注生命的本身，关注学生的身心全面健康发展。

作业是课堂教学的延伸，是反馈学生课堂教学效果的主要渠道，是实现教学目标的重要手段。优化作业设计是减轻学生课业负担、提高学生学习效率、提升课堂教学效果的有效途径，同时也是关注学生心理健康发展的重要渠道。下面本人就将从这一角度进行具体分析。

一、**优化初中道德与法治作业设计的基本原则**

**1.体现思想性。**以社会主义核心价值体系为导向，深入贯彻新时代习近平中国特色社会主义思想，根据学生身心发展特点，从学生自身的生活经验出发，以学生道德认知、道德情感及道德实践水平为基础，选取学生关心的具有教育意义的现实问题、实际事例作为主要素材，以激发学生参与和思考的热情，从而将道德与法治教育内化于心。

**2.彰显人文性。**教育是一种人文关怀。“以人为本”要求尊重每一名学生，充分考虑到每位学生的特点和差异性。正如魏立舟老师所说：“由于受文化环境、家庭背景及自身因素的影响，学生之间的知识和能力的差异是客观存在的。我们教育是全向全体学生的教育，要让不同的人在学习中得到不同的发展。”因此，这就需要教师既应“面向全体”，又要“尊重差异”，以充分体现学生的主体地位，做到因人而异、因材施教，也注重学生心灵的陶冶、人文素养的提升和社会责任感的养成。

**3.突出实践性。**“生活即教育”的理念告诉我们，教育源于生活，同时又应该回归生活。“紧密联系现实生活”这一教育理念更是初中道德与法治课“活”的源泉。道德与法治课的学科特点决定了其教育“润物细无声”的特点，但这需要通过充分的感受和切实的体悟才能习得。因此，初中道德与法治作业设计应从学生实际出发并将初中学生逐步扩展的生活作为作业设计与实施的基础；注重与社会实践的联系，引导学生自主参与丰富多样的活动，在认识、体验与践行中促进正确思想观念、良好道德品质的形成以及健康心理的养成和发展。

**4.关注综合性。**一方面，就道德与法治本学科而言，它有机整合了道德、心理健康、法律和国情等多方面的学习内容；与初中学生的家庭生活、学校生活和社会生活紧密联系；将情感态度价值观的培养、知识的学习、能力的提高与思想方法、思维方式的掌握融为一体。另一方面，道德与法治课程作为一门初中基础教育综合性学科，它与其他各门学科之间是互相促进，互相启发的关系。基于整合理念的道德与法治课作业优化设计要体现与其他学科知识互相渗透的特点，实现资源共享，最终着眼于学生的全面发展，逐步形成基本的是非、善恶和美丑观念，过积极健康的生活，做负责任的公民。

**二、优化初中道德与法治作业设计的有效措施**

**1.引导学生独立思考，减少重复训练**

裴斯泰洛奇说：“教育的主要任务，不是积累知识，而是发展思维。”然而实际情况是，学生往往面对机械重复的作业，疲于应付，逐渐丧失思考力，没有更多的时间和精力进行反思总结、建构体系，难以做到举一反三、触类旁通。因此，初中道德与法治作业的设计应减少重复训练，避免“题海战”，更多地为学生创设独立思考的条件和机会。锻炼和发展独立思维能力要从两个方面着手：一是信息处理，即提取有效信息和对问题的解读和判断的能力；二是进行比较、提出质疑和学会鉴别，即具有辩证的观点和综合分析的能力。对理性思维的训练能够促进对知识的理解、产生情感的共鸣和达成认知的内化。

培养独立思考的能力和多元的学科思维能力是道德与法治学科核心素养之一，也是达成道德与法治课育人目标的必然要求。因此，教师优化作业设计要注重对学生独立思考能力的渗透，帮助学生运用已有的知识经验和认知能力，引导学生进行信息的收集整理，理清知识的思维脉络，培养和提高学生的理性思考能力和综合运用能力，并学会反思和总结，促进学生的全面发展。

此外，要融入多元化的选择，作业的设计要具有开放性的设问导向，引导学生基于自身的经验和知识的积累，作业的设计也要符合学生身心发展的规律，从不同角度、不同层面进行发散性思考，激励学生用发展的、全面的思维方式表达不同见解、解决实际问题、培养创新能力。

**2.有效设计分层作业，尊重个体差异**

每个学生是一个独立的个体，他们之间存在着个体差异，他们的学习能力和接受能力都有所不同。如果教师在作业设计上缺乏弹性和层次，无法兼顾到不同层次、不同程度的学生，容易造成部分学生出现“吃不下”或“吃不饱” 等现象。

所以有弹性、多层次的作业设计是注重差异化的表现。教师进行作业设计可以设置成必做题和选做题相结合的方式。第一，从作业量的角度而言，对于班级里学习能力较强的学生，教师可以适当地在必做题（基本作业）的基础上再布置一些选做题（拓展性作业），以此对学生形成有效引导、提升能力；而针对班级里学习能力较弱的学生，教师则需要适当调整作业量，防止学生产生过大的学习压力，影响学生的身心健康。第二，从作业难度的角度而言，针对学习能力较强的学生，教师可以布置一些开放性和延伸性较强的作业，促使学生能够利用课上所学的知识去解决生活中的实际问题，达成从“所学”到“所用”质的飞跃，锻炼学生的实践能力；而针对学习能力较弱的学生，教师则主要布置一些基础性的作业，以此夯实学生的学习基础，促使学生稳步前进，同时提升学生的学习信心。

多层次、有选择的作业设计充分尊重学生的主体地位，考虑学生的个体差异并遵循学生身心发展规律，激发不同层次、不同水平的学生根据自身的能力和需求进行自主选择，体验学习乐趣，逐步建立学习信心，不断发掘自身潜能。

**3.促进学生积极实践，强调回归生活**

初中道德与法治学科作为一门人文学科，应该具有一定的社会温度，要贴近学生生活，要能激发学生对社会有感情地关注并积极地参与、融入社会。因此，优化初中道德与法治作业设计，要注意与生活紧密联系、与实践相结合，要搭建学科与生活连接的桥梁，落实学以致用。为此，教师在优化作业设计的过程中，要更多地设计一些实践型作业，真正地做到理论联系实际，让学生体验社会、 感受生活，让学生在实践中获得成长。

实践型作业的设计应该考虑内容和形式两个方面。

第一，从内容上看，实践型作业需要关注学生的实际生活。在生活中寻找作业的素材，把学生的目光转向生活，使得初中道德与法治课更加鲜活，同时，最重要的是能够帮助学生学会利用所学知识指导生活实践，促进学生快乐生活、健康成长。另外，实践型作业还需要和时事新闻相结合，通过加入时政元素的实践型作业，能够引导学生关注生活中的热点新闻和时事动态，让学生参与到社会广大群众关注的国家大事中，便于学生更好地把握社会动态，更全面、客观地分析问题，培养公民意识，增强社会责任感，形成正确的价值观。

第二，从形式上看，教师可以采用多种类型的实践型作业，灵活地采用“看（观察生活）、听 （倾听生活）、问（思考提问）、行（体悟生活）”等多样化的形式来优化作业设计。如运用所学知识在生活中做一件事情或完成一项任务；通过查找资料、访谈、社会调查等方式完成实践报告；参加社区活动、志愿者服务活动等；通过绘制海报、手抄报、绘画、摄影等形式反映某一主题；开展主题演讲、辩论、情景剧表演等，以发挥不同类型的实践型作业的功效，实现道德与法治课的育人目标。

教师对作业进行优化设计，触发真实的感悟，提高体验的程度，让学生明理更深刻，感悟更真切。通过体验，不断提高教学效果的有效性和针对性，引导学生一边体验一边感悟，一边感悟一边成长。“在社会大课堂中，学生将所学知识运用于实践，促进自我发展和能力提升，有助于培养家国情怀和公民意识。”①这样的形式对学生大有益处，“发挥出道德与法治课程应有的人文关怀和社会责任感，使得这门课程实现工具性和人文性的有效统一。” ②

**4.侧重学生自主探究，实现全面发展**

积极倡导合作的学习方式是初中道德与法治课程标准的重要理念，学会合作是新型人才的必需要求。因此，要关注作业设计的互动性，培养学生的合作意识，侧重学生进行自主探究。

“在探究类作业里，通过教师的引导、学生的互帮互助，促进彼此的更好发展。探究型课外作业一般以小组的形式进行合作，事先有教师指定或学生自己提出一个主题，在组长的带领下，大家走出课堂，走进生活，围绕固定主题进行实践研究。探究型作业强调同学间的合作学习。” ③合作是情感交流、互相学习的过程，也是思维碰撞、潜能发挥的过程，更是人际交往、不断成长的重要途径。探究型作业要求学生之间明确分工，而不同程度、不同水平的学生可以在合作中取长补短，相互协作，共同创造，加深对问题的理解。而学生在同一个问题上往往会有不同的思维、不同的解决方法，通过合作交流，有利于学生形成发散思维，促进学生自我反思和自我改进，增进与同学的交往，促进人际关系和谐发展。而在整个过程中，它可以同时发挥个人和集体的力量，这有助于增强学生的集体荣誉感。

此外，初中道德与法治是一门综合性课程，旨在“引领学生在社会生活中，通过处理与自身、与他人集体、与国家和社会的关系，逐步培养起做人做事”的稳定的思维方式、观念系统和行为习惯。所以，优化作业设计还需要借助其他可以利用的课程资源，做到统筹整合。比如加强学科之间的渗透，再如挖掘学校设施、活动资源等作为初中道德与法治作业设计的载体，还可以与家庭教育、社会教育形成合力，从而促进学生全面发展。

作业是学校教育教学管理工作的重要环节，是课堂教学活动的必要补充。教师要遵循教育规律、坚持因材施教。在课堂教学提质增效的基础上，切实发挥好作业的育人功能，布置科学合理有效作业，帮助学生巩固知识、形成能力、培养习惯，实现减负增效，切实提高教育质量，同时关注学生的心理健康发展。

**参考文献：**

[1][2]陈倩倩.四个转向：作业优化的策略思考：中学政治教学参考[J].西安：陕西师范大学出版总社，2021(1):15．

[3]罗萍.初中道德与法治课课外作业的对策优化研究[D]．南宁：广西民族大学，2020（06）．