

赤峰实验小学教育集团： 聚焦课后服务 助力“双减”落地见效

“双减”工作的重要决策部署，为新时代义务教育阶段学生的健康全面发展指明了新方向。课后服务是“双减”工作的重要组成部分，是破解放学早、接送难的民生工程，是促进学生健康成长的重要举措。赤峰实验小学教育集团通过试行阶段的具体情况和下发调查问卷收集到的信息，通过多措并举的方式，丰富课后服务内容，加强课后服务管理。

赤峰实验小学教育集团通过拓展和开发丰富多彩的专题课程，拓宽学生学习广度，并打造和创建了独具特色的校级精品社团，丰富了学生的学习体验。学校还通过研发和启动独具特色的电影课程，延展学生受教育的途径；增设参观体验课程，树立学生爱国爱校的独特气质。同时，通过优化一、二年级“读书行动”和完善一、二年级写字课程，切实提高低年级课后服务质量，有效减轻学生学习负担。

学校通过革新常规管理策略，在抓好常规的基础上，与时俱进“抓转型”，以各班《班级课程计划》作为有力抓手，力求发挥教育合力，有效促进多学科协同发展，从而促进学生的全面提升。同时，学校结合“三自五习六养”行动，打通学校教育、家庭教育、社会教育渠道，并创新“教学研究月”实践研究，发掘课堂教学与课后服务之间的内在关联。

教师是“双减”的责任主体，打造高效课堂是落实“双减”的最有力保障。赤峰实验小学教育集团通过“青蓝工程”带动青年教师队伍在“双减”背景下聚焦高效课堂的实践研究，并围绕校园传统经典的“名师名品工程”擦亮每位教师、每个班级在教学工作、班级管理和学生成长过程中真实发生的闪光点，赋能教师成长。

学校着力推动课程建设，通过课后服务工作的有效落实，共开发了“专题课程”17类126节，以“走班上课”的形式进入各班，丰富课后服务内容；同时，学校通过加强作业研

究与教学管理水平，切实减轻学生课业负担，并通过促进“班级课程”转型，实现了教育立体协同发展。

除此之外，学校为提高学生阅读质量方面，本着“阅读与表达一体化、课内与课外一体化”的原则，推出“双减”背景下的“读书行动”，并将其作为课后服务的特色内容重点推进，着力打造“书香校园”品牌建设。

在管理方面，赤峰实验小学教育集团结合学校“三自五习”养成建立与“五项管理”之间的关联，让学生在养成学习习惯、阅读、锻炼、礼仪、劳动的规范行为，联动家庭教育的习惯养成，让学生自主意识、自理意识、自我管理得到全面提升。同时，学校通过课程规划和班级课程建设与课后服务的开展，有效缓解了学生参与课外辅导机构的负担和压力，实现了“减负”的真正意义。

实习生 刘桂馨 韩永慧 通讯员 张海燕



学生参观校园科技馆。



学生参加体验课。



草原上那颗 闪亮的“星”

最近看了一本叫作《草原上的星星》的书籍，翻看此书的作者，竟是我市松山区第十三小学的一名老师，名叫赵广贤。于是，收起书本，我来到赵广贤所在的学校，对她进行了采访。

赵广贤，中国少数民族作家协会会员，中国寓言研究会会员。业余从事诗歌、散文及儿童文学创作，在《民族文学》《赤峰日报》等报刊发表作品二百余篇（首）。出版诗集《时光之外》、儿童小说《班长对对碰》《麻雀在欢唱》《草原上的星星》等。

“当时接下童书写作时，面对‘草原男孩’这一选题，记忆中蓦然跳出一个男孩的影子。那是我多年前带过的一个男孩，我们一起走过小学六年的时光。他患有眼疾，高高的个子。一年级开学的第一天，就被我安排在教室的第一排……他的善良坚强、成熟懂事，在那一刻如一道光漫过我的心灵。于是，我决定，将他作为这本主人公原型进行创作，《草原上的星星》这个书名也立刻确定下来。”赵广贤说。

《草原上的星星》一书讲述的是一个活泼开朗、眼睛乌黑澄澈的蒙古族男孩敖登成格乐，他虽然因为患有先天性青光眼而视觉模糊，不能真切地看清这个世界，但他却用与常人不同的方式感受着这个世界：树叶沙沙的声音、小河流水的声音、小鸟飞翔的声音，在他的耳中、心中，都是一曲动听的音乐。看不清黑板和课本，他就用音频听课，用毛笔写大字。每征服一个困难，敖登成格乐的人生便多了一种可能性。最终，通过敖登成格乐的努力，他成为一名小有名气的小书法家，一跃成为草原上最明亮的那颗星。

正如《草原上的星星》的题记中写道：“当你的世界被关上一扇门的时候，一定别轻言放弃，那扇窗，就在离你不远的地方，打开它，你就会成为那颗闪亮的星星。”

实习生 刘桂馨



1961年4月12日，27岁的苏联宇航员尤里·加加林实现了人类首次遨游太空的壮举。为了纪念这一历史时刻，这一天被定为“载人空间飞行国际日”，又称“世界航天日”。古往今来，浩瀚宇宙给人们留下无尽想象，62年过去了，人类在探索太空的征途上，不断创造新

太空中会变路痴？在月球上指南针找不着北？ 盘点你不知道的航天冷知识

的纪录，而身处地球的我们，一定不知道，浩瀚太空中还有如此多奇奇怪怪的冷知识让我们一起来揭秘。

听说去太空一圈会长高？

答：在太空的微重力环境下，人的身高会增加大约2~3厘米。这是由于脊柱是人体的“立柱”，通过它保持人的直立姿态，并承受人的主要体重。在地面正常重力条件下，由于体重的缘故，人的椎间盘有一定压缩量，而在太空，椎体间这种由于体重造成的椎间盘压力会消失，椎体间的间距有所增加。但别高兴得太早，一旦回到地球，身高也会慢慢变回之前的样子。

在太空中会变成“路痴”？

答：在微重力状态下，航天员常常产生错觉，因此需要依靠标志来确定方向，而且航天员穿上出舱服之后，视觉和触觉也都会受到限制，在太空定位、转移或运动的感觉都与在地面上大有不同。

航天员在空间站待“1天”，地球上过去了多久？

答：天宫核心舱沿轨道绕地球飞行一圈大约需要90分钟，并在每圈飞行中飞经地球的迎阳面和背阳面，因此航天员可以在每一圈飞行过程中透过舷窗看到一次日出和日落，一天会经历约16次“昼夜”！当然，为了保证航天员能够工作好

和休息好，其在轨飞行的作息制度仍然按照24小时的昼夜节律进行安排，跟地面的生活节奏是同步的。

在太空，航天员的心脏会变小？

答：当宇航员处于重力比较小的太空环境时，血液会从比较低的部分流向心脏和大脑，这会让心脏的负担变小，时间长了心脏也会变小。

比人类更早拥抱星辰大海的，是一只汪星人。第一个进入太空的地球生物是一只名叫“莱卡”的流浪狗，它于当地时间1957年11月3日上午10时28分，借由苏联太空载具史波尼克二号升空，踏上了神圣的征程。但几小时后因太空隔热不佳成为“火烧狗”。目前它的尸体与当年的太空舱还滞留在地球轨道上。

为什么在月球上指南针找不着北？

答：月球没有全球性的偶极磁场，只有某些地区存在极其微弱的磁性。因此指南针的磁针会在月球上一直晃动，并不能指向某个特定方向。依靠指南针在月球上不光找不着北，其他任何方向也找不到。如果航天员在月球上临时需要一个辨别方向的方法，倒是可以通过太阳的方向简单判断自己所在的方位。

星空浩瀚无比，探索永无止境，愿你一往无前，成为自己仰望的那颗星，再一次向每一位航天人致敬。



增强安全意识 提高防范能力



松山区第十小学 学生美术作品