

立人小学： 推动“双减”向下扎根 促进师生向上成长

本报记者 韦国



课后服务，学生正在练习排球



课堂生动有趣 资料图



“双减”政策实施以来，渝北区立人小学在作业管理、课后服务、课堂教学等关键领域持续发力，推动“双减”向下扎根，促进师生向上成长。

作业管理再强化

刚刚过去的寒假，立人小学为孩子们布置了一份名为“小树苗的冬奥‘智’旅”的寒假作业，这本仅仅30页的小册子就是孩子们这个寒假的实践作业。内容结合冬奥进行设计，包含了“智慧书童探冬奥”“劳动明星迎冬奥”等8个版块，共设置了16个小组的题目。以其中“动感冬奥”一题为例，学生需要每天坚持跳绳、做体能操、学习“一起向未来”舞蹈，并将完成的照片和小视频发给老师。“过去我不爱运动，经过一个寒假的练习，我逐渐爱上了跳绳。我还知道了北京是‘冬奥’之城，认识了谷爱凌、高亭宇等冬奥运动员，并用小视频为他们加油了呢！”6年级2班学生黄子涵告诉记者，虽然寒假作业一共有16题，但是却和以往试卷卷、写作业本的方式不同，这次作业参与的方式是多种多样的，比如家务劳动、体育锻炼、课外阅读、知识问答、观看冬奥比赛等等，不仅参与的兴趣更高，锻炼的能力也更加全面，自主自律能力增强，更感受到了“更快、更高、更强、更团结”的冬奥精神。

这次寒假作业是立人小学作业管理的一个缩影，立人小学校党总支副书记田祥娟介绍，学校按照“精一点、少一点、趣一点、新一点”的总体原则，对作业实行

了分层设计、科学管控。建立起教研组统一设计并公示，班级根据学情进行增减，班主任把控总量的管理制度。严格做到1、2年级无书面家庭作业，3—6年级书面家庭作业平均不超过1小时。“我们在时间上‘做减法’，在质量上‘做加法’。”田祥娟说，“和以往过分注重基础巩固的书面作业不同，现在我们增加了技能提升、思维拓展的社会实践类作业，让我们的学生朝着多元化、综合性方向发展。”

课后服务再提升

每天下午课后服务第二时段，5年级4班学生高悦会来到直播教室，向幸燕老师学习播音主持。高悦说能够在学校学习这项技能，源于学校提供的课后服务。据介绍，课后服务是由学校每天下午在课堂教学结束之后，为学生提供的服务。共分为两个时段，第一时段主要由老师指导学生完成作业；第二时段则采用“精品班+班辅班”的方式进行，精品班设置了烘焙工坊、播音主持、舞蹈、围棋等19个项目，班辅班设置了书法、美术、劳动、益智等10个项目。“第二阶段的内容主要就是兴趣班、特长班，精品班培养特长生，班辅班培养综合能力。”田祥娟说：“学校还会不定期在课后服务里增加法制民警进课堂、党员教师讲红色故事、非遗传承人进校园等活动，多种方式促进孩子们的健康成长、全面发展。”

据统计，按照学生自愿、教师引导的原则，学校课后服务第一时段覆盖学生达98%，第二时段覆盖达86%以上，绝大部分学生参加了一项兴趣班或特长班。“学习播音主持的两年时间里，我的普通话变得更加标准，学到了很多课堂以外的知识，最重要的是我的性格变得越来越开朗，能够登台主持班级和学校的一些活动。”高悦说。

“在学校学习播音主持一学期只用交

360元，而以前在校外参加兴趣班，一节课都要200元。学校提供了课后服务，让孩子学到了技能，同时也为我们节省了一大笔开支，真是实实在在的‘减负’。”高悦的家长告诉记者。

课堂教学再提质

每周二下午，都是学校“寻·达集体备课”教研活动的时间。每到这个时候，五年级语文教研组长杨雪都会带领同年级10位老师开展集体备课。备课会先解析单元目标，再精选一代表课时，由中心发言人作详细分析，通过“中心发言人说课——集体交流讨论——修改集体备课教案——分发组内教师复备”四步骤明确课时目标、明确主问题设计、明确教学方法。“我们组内教师各有特点、各有所长，有的教学方法务实而有效，有的把控教学目标精准，有的特别注重复备‘回头看’……通过集体备课，备课质量大幅提升，教师们的备课能力也不断增强。”杨雪说。

据介绍，学校还大力开展了“推门听课”和巡课活动，制定教研活动基本操作流程，加强“青蓝工程”建设，多措并举、不断提高课堂教学质量。“让教师进一步解放思想，从重知识传授转向核心素养的培养，从重教师讲得好转向学生会学习，从重学习结果转向重学习过程的探究，不断提升教师的教学艺术，追求更高效的课堂。”田祥娟介绍说。

“‘双减’大背景下，落实教学常规，提高课堂效率，推动作业变革，减轻学生负担，这是教育常识的回归，一种教育姿态的舒展，一种包袱的放下，更是对学生学习兴趣的一份呵护。”渝北区立人小学校党总支书记、校长张平说，“立人小学将从作业管理、课后服务、课堂教学等关键领域持续发力，实现‘减负’与‘提质’的双赢，让教育不断走向深入。”

十八而志 亮剑青春 南华中学举行高2022届成人礼仪式暨百日誓师大会



学生们在签名墙上写上自己的名字 本报记者 欧云霄 摄

本报讯(记者 欧云霄 通讯员 宋敬)近日，南华中学举行高2022届成人礼仪式暨百日誓师大会。全体高三师生和部分家长代表齐聚一堂，用成人礼的形式为孩子们18岁的青春画上浓墨重彩的一笔。

激情。

随后，全体高三学生在班主任和家长的陪同下，带着自信的笑容一步步走过“成人门”，穿过“成功门”，伴随着充满青春与热血的音乐，大屏幕上播放着一张张记录着学生们成长的照片。在签名墙上，高三学子们纷纷写上自己的名字和奋斗目标，在心中为自己加油。

高三各班主任为学生们戴上“成人徽章”。戴上徽章，意味着从此要肩负更多的责任及义务，正式步入成年人的行列。学子们心怀感激，向老师深深鞠躬。

“三年不飞，一飞冲天；三年不鸣，一鸣惊人！谁能成为2022年高考的黑马，就是你们。”在紧接着举行的百日誓师大会上，该校领导为学生加油打气，希望同学们在备考中研究策略，注重方法，为梦想竭尽全力。

除了学校和家长，还有一群人，他们也曾站在高三的十字路口，作为过来人，他们特意录制了视频，送上充满鼓励与期待的话语，为学弟学妹加油打气。

最后，全体高三学生高呼“十八之誓”，铮铮誓言、激情呐喊在会场回荡，气势恢宏，振奋人心。

马术课程进校园 我们“骑”乐无穷 龙兴实验小学“小能人”素养实践课程开课啦!



学生正在骑马 本报记者 张泽美 摄

本报讯(记者 张泽美)为“双减”赋能，为成长“充电”，高大上的马术活动也走进了孩子们的课堂。近日，龙兴实验小学“小能人”素养实践课程全面上线，孩子们迎来了本学期“小能人”实践课程的开学第一课，马术班的孩子们也体

验了本学期第一堂马术课。

据了解，“小能人”实践课程是该学校在完成国家课程的基础上开设的特色课程，每周一次，周五下午半天，全员参与。当天，参加马术课程的孩子们在老师的带领下来到马术课程实训基地。

孩子们在专业教练的指导下认识马匹习性、掌握基本安全知识，登上马背，用心感受着马匹的步伐，尽情享受马术的魅力。

除了马术之外，其他课程也开展得如火如荼。校体育馆内，参加篮球实践课程的同学们挥汗如雨，享受着运动带来的快乐。在滑雪场上，参加冰雪课程的孩子们认真倾听滑雪教练对技术动作的示范讲解，不断练习，尽情享受冰雪运动的独特魅力……

该负责人表示，龙兴实验小学作为渝北实验小学教育集团重要组成部分，一直秉承集团“面向大世界、培养‘小能人’”的办学理念，以生为本，为学生的发展提供无限可能。学校将继续坚持以课程为教本、以实践活动为教法，以丰富多彩“小能人”素养实践课程为途径，培养全面而有个性“小能人”。

重庆市渝北职业教育中心财务室遗失收据，收据为：0041484、0041485、0049569、0049570、0049571、0049572、0049670、0049671、0049674、0049675，特此声明。

渝北：全国文明城区

“讲文明 树新风”公益广告

关爱保护未成年人 健康成长

帮助未成年人“扣好人生第一粒扣子”

社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐

自由 平等 公正 法治

爱国 敬业 诚信 友善

中共重庆市渝北区委宣传部
重庆市渝北区文明办
重庆市渝北区融媒体中心