

关注双减落地系列报道

沧州市凤凰城小学

以减促升 还孩子多彩生活

本报记者 赵玉洁

在网上为英烈奉上一束鲜花寄托哀思；在典故佳话与诗词歌赋中探寻清明节的起源和习俗；观看红色影视作品、阅读红色书籍，从英雄的故事中汲取成长的力量。

今年清明期间，为了引导孩子们铭记并感恩先辈的无私付出，沧州市凤凰城小学组织开展了丰富多彩的线上活动。

自“双减”政策实施以来，沧州市凤凰城小学不断探索有效途径，从知识传授到学科育人，从课堂教学到课后服务全方位提升育人质量，为学生打开学习空间，赋能自主成长。

集体备课 推进个性化精准教学

虽然新冠肺炎疫情把师生阻隔于校园之外，却阻挡不住凤凰城小学老师们精研业务的热情。语、数、外三门学科的老教师们积极开展线上教研和集体备课。各备课组组长对线上教学工作展开详细部署，各年级组每人一课，从教学形式、线上教学软件的使用、教学内容、作业布置等方面进行集体讨论。教师充分利用各种教学平台，通过网络精品课程发送、优质学习资源传递、钉钉直播教学等形式，为实施高质量在线教学做好充分准备。

“双减”的有效实施，主场在学校，教师是核心、课堂是阵地。为此，凤凰城小学从备课质量抓起，同年级授课教师进行集体备课，每节课一位主备教师，其他教师在其教学设计的基础上，根据学情进行个性化修改。学校依据各学科课型成立研修团队，共同研究本课程的课例教学，提升课堂效率。

学校还启动了“凤凰养成教育小课题精准研究”。来自语文、数学、英语、音乐、美术、科学6个学科18个团队的老师们根据学科和年级特点，聚焦真问题，开展真研究，取得真实效。定期开展推进会和核心成员交流会，不断发现问题、调整方向，稳步推进。

“无作业日” 尽享阅读乐趣

每周三对于凤凰城小学的孩子来说，都是一个开心的日子。因为这一天是“无作业日”，孩子们可以捧起心爱的书籍，和爸爸妈妈一起，尽享阅读的乐趣。

作业一直是“双减”重点关注的对象，对作业进行高质量的评价与反馈，是减轻学生课业负担的关键。

凤凰城小学各年级各学科教师根据学情和学科特点达成共识，确定好作业书写项目并预估学生完成作业的时间。班主任结合学生实际，调整把关班级作业总

量，并将学生学习水平分为三类，每天分层布置作业。学生可通过课堂、课后延时和放学回家3个时间段完成书面作业。

此外，学校还推出了“基础+巩固”“基础+拓展”“基础+弹性”“基础+特色”诸多作业模式，在严控总量的前提下，丰富作业类型，增加体育项目，让学生既能巩固当天所学知识，又能拓宽眼界、增强体质。

诵·读·写 文化教育增智启心

为了高效利用每天的课后服务时间，除了丰富多彩的社团活动，凤凰城小学还将“日写一字”“日诵一文”“共读一书”等学习内容科学地融入其中，使之成为孩子们自我提升的有利时机。

每天课后服务开始后，前20分钟是“日写一字”的时间。孩子们静下心来，坐姿端正地执笔书写。首先写下《凤凰城小学“五个一”手册》中规定的“日写一字”内容，每天书写经典，让孩子们在练字修心的同时，学习做人、做事的道理。之后书写语文课中学习的生字，既夯实了学生的语文基本功，又是对一天学习的小结。如果提前完成书写任务，学生还可利用剩余时间完成书面家庭作业。提笔即是练字时，让“书写规范字”成为常态。

接下来的10分钟为“日诵一文”的美好时光。各年级把背诵《小学生必背古诗词》作为基础篇目。另外一、二年级将《弟子规》和《声律启蒙》作为“启智”篇，带学生步入博大精深的国学世界；三、四年级读《论语》，体悟儒家思想，教会学生做人的道理；五、六年级读《大学》和《诗经》，领略千年文化，引领学生“行远”。孩子们手持书卷，大声诵读，朗朗童声回荡在校园里。

最后的“共读一书”是孩子们最盼望的环节。学校为一至六年级推荐了必读书目和选读书目。同样的精彩故事，不同的阅读体验，大家徜徉书中，增长智慧、启迪心灵。



停课不停学 居家也精彩

——全市中小学线上教学侧记

本报记者 赵玉洁

“律回岁晚冰霜少，春到人间草木知”。在这草长莺飞的日子里，虽然新冠肺炎疫情暂时改变了教育模式，却难以阻挡师生们向上、向好的信心与动力。客厅变操场，卧室变学堂，利用电脑、手机，居家学习的日子依然精彩。



人精心准备早餐
►实验小学学子为家



母亲一起植绿、护绿。
►上海路小学学生与

相约云端 网络教研不松懈

4月8日上午9时，沧州市黄河路小学五年级2班的孩子们准时端坐在书桌前，与数学老师一同走进直播课堂，徜徉于点、线和数字之间，开启了新一天线上学习生活。

课堂上，老师及时关注学生的课堂状态，巧妙设计教学环节，及时互动连麦，确保全员参与到学习中来。对当日的作业进行批改并及

时反馈，针对孩子们的问题，老师通过微信、钉钉等方式一对一或一对多辅导，不仅提高了孩子们的学习效率，也促进了师生之间的交流。

正所谓“兵马未动，粮草先行”。为了落实“双减”政策，在不加重学生课业负担的前提下保证线上教学质量，提高课堂效率，各学校在校务处的统筹与管理下，各

年级组和教研组的老师们相约云端，针对自己的教学内容，在课前、课后都进行有针对性地集体备课和教学研讨。从抗疫一线撤下来的老师们，顾不上休息，就积极投入到网课教研之中。针对线上教学中出现的问题，大家集思广益，寻求最佳方案，逐个击破，这才有了直播课堂上精彩的师生互动。

播洒希望 德智体美共发展

“一两瓢清水，三四捧泥土，五六道暖阳，七八缕春风，九十分呵护。栽上一棵小苗，种下美好理想，让生活充满希望。”

在这春意盎然的时节，沧州市上海路小学“小手拉大手 爱心护绿行”活动也进行得如火如荼。孩子和父母一起植绿、护绿、爱绿，种一分绿意入土，植十分美好于心。

线上教学不仅让孩子们足不出户就能收获学科知识，而且生动有趣的音体美课程和实践活动，也让居家的日子更加丰富多彩。

回民小学的孩子变身小科学家，沉浸在神奇的实验中，不断探索科学的奥秘。新华小学的学生们跟随着动感音乐原地踏步、小步跑、开合跳、侧点地冲拳，每日坚持运动锻炼，充满生机与活力。黄河路小学的学子们用手中的画笔向身边最美的“抗疫人”致敬。实验小学的孩子们

在整理鞋柜、清洗蔬菜、晾晒衣物、制作早餐等实践活动中，掌握生活技能，体味劳动的快乐。

十七中首次将音乐课程纳入线上教学中，每周两课时的音乐课成了师生欢唱的快乐时光。音乐老师和学生们在线连麦，让学生积极参与到互动环节，把学会的歌曲演唱给大家。孩子们通过放声歌唱，宣泄了情绪，舒缓了压力，以轻松愉悦的心态去面对学习与生活。

面对逆境 及时疏导解心结

“王老师，弟弟总是捣乱，影响我学习，我和他吵了几句，可是妈妈一味向着弟弟，把错误都归咎到我头上。这样的情况已经不是第一次了，我感到非常委屈，心情十分压抑，可是又不敢和爸爸妈妈说，我该怎么办？”

收到学生的求助后，沧州市第九中学心理教师王香玲首先接纳学生的情绪，然后帮她分析弟弟捣乱的原因，寻找消除负面情绪的方法，最终促成了学生与父母的沟通与和解。

其实，像这样的一对一线上心理辅导，对于王香玲来说，这段时间并不少见。

疫情来临，正处于青春期的学生被迫居家，他们能否排解恐慌烦躁的情绪？能否和父母保持良好的沟通？能否安心上好网课？这些问题始终萦绕在王香玲的脑海，让她放心不下。

为此，她录制了“面对疫情，不必惊恐”的视频，发送到学校的微信公众号上，向孩子们及时传达了一个信念：无论你们身在何处，

老师永远在牵挂着你们。积极乐观地面对、科学管理自己，逆境会成为成长的试金石。

随后，她又通过与多名学生的线上沟通以及孩子们的反馈，结合不同年龄段的发展特点，设计出了覆盖初一至初三年级的系列线上心理课程。

无论是上课时，还是进行心理疏导，王香玲都会用积极乐观的态度和正能量的语言去感染学生，悉心抚慰，循循善诱，帮助孩子们拂去心理的阴霾，拥抱生活的美好。

教师手记

记得我刚参加工作，班里有一个很特别的女孩子——小羽。不管上课还是下课，她都低着头，从不和同学交流，总是捧着一本书，把脸深深埋在书后面，看起来文静、乖巧。

可是，我对她的好感很快就消失得无影无踪——她经常不交作业，即便在我的“威逼利诱”下交上作业，字迹也是歪歪斜斜，难以辨认。上课时，小羽更是心不在焉，神游课外。为了让她认真听讲，我经常在课上提问她，没想到这竟使她极度恐惧，每次战战兢兢地站起来半天也说不出一个字，只是哭。

后来，从小羽妈妈口中，我了解了小羽的成长历程。她本是个活泼可爱的孩子，4岁时在幼儿园与老师发生过一段不愉快的经历，此后就渐渐变得沉默寡言，孤僻又敏感。为此看过医生，也服过药，但效果不明显。由于药的副作用，小羽开始发胖，这让她更加自卑。

送走小羽妈妈，我心里像打翻了五味瓶。入职之初，我相信通过努力能让每个孩子都取得好成绩，却没有站在一个孩子的角度，去探寻他们的心理需求。小羽最需要的其实是安全感。

回到教室，看到小羽缩在角落，我心里一阵难受。

我在她周围安排了几个善良温和的女生，还经常让她和其他同学一起帮我抱作业、发卷子、拿课本。虽然在课上再也不提问她，但是每当我发现她在听讲，就会向她投去赞许的目光。有一次，在小组听写活动中，我意外发现小羽的声音很好听，就鼓励她每天都来给我读书。她的朗读也渐渐从生涩到流利、从干瘪到充盈。学校要举行班级朗读比赛，我大力推荐她参加。小羽虽然有些犹豫，但也充满了期待。

比赛那天，我看着她离开座位走上讲台，站在那里吓得浑身发抖，一句话也说不出。我突然想起自己初次登讲台时，也曾经受过这般紧张的煎熬。于是，我对同学们说：“朗读比赛，最重要的是欣赏优美的声音，现在请大家闭上眼睛，用心聆听小羽的声音吧。”说完，我和孩子们都闭上了眼睛，教室顿时安静下来，只有小羽颤抖的声音回响在耳畔。听得出，她在做过充分的准备。随着朗读的进行，小羽的声音也越来越响亮，当她读完最后一句，教室里爆发出热烈的掌声。

虽然这次比赛小羽只得了二等奖，但却成为了她成长的转折点。她的脸上有了笑意，开始按时完成作业，与同学的关系也愈加融洽。

毕业那天，她站在围着我告别的人群后，最后一个来到我面前，把一个笔记本放在我手中，笑着跑开了。

我打开笔记本，里面是一张照片，一张小羽三四岁时的照片。照片上的小姑娘笑得天真烂漫。照片的背面端端正正地写着一行字，“我最好的一张照片，送给亲爱的王老师。”这是我印象中小羽写得最工整、最漂亮的字迹，握着照片，我的眼睛模糊起来。

10年倏忽即逝，一个偶然的机，我在公交车上遇到了小羽，她已从护士学校毕业，正在实习。她兴致勃勃地向我讲述10年间的经历。看着眼前这个朝气蓬勃的青春少女，我感到由衷的欣慰和喜悦。

每当回忆起小羽的故事，我都会想起著名教育家蔡元培的话：“我们的教育不可能使每个学生都成为专家学者、部长司长，可我们应该把学生都培养成对社会有用的好工人、好农民、好公民。”我想，小学教育也许从来都不是为了选拔精英而存在。我们在用自己的专业知识去帮助、去服务、去抚慰、去教育一个个不同的孩子。如果我们能蹲下身来，站在孩子的角度，理解他们，走进他们的内心世界，那么，孩子的内心就会迸发出巨大的力量，促使他们不断自我成长、自我完善。

（作者单位：沧州市朝阳小学）



孩子们在课后服务时段诵读经典。（资料片）