



漳州市教育局网站  
二维码

漳州教育微信  
二维码

2021年12月23日 星期四  
漳州市教育局 联办

## “双减”进行时

当前,课后延时服务更丰富了、课外培训减少了,学生的自主时间更多了……“双减”政策落地以来,我市校园内外发生了许多变化,学生和家长们都在变化中逐渐适应。同时,本学期开学以来,教师们面对这样的变化,在优化作业布置、平衡工作与生活、增强家校配合等方面,也在努力做着各种调整。

### 优化作业布置: 注重减量提质

“双减”政策规定,“学校要确保小学一、二年级不布置家庭书面作业,可在校内适当安排巩固练习;小学三至六年级书面作业平均完成时间不超过60分钟,初中书面作业平均完成时间不超过90分钟”。这对老师来说,是不小的考验。

漳州三中英语老师黄茂娟说:“每个学生的接受能力参差不齐,课堂有限的45分钟里,只能照顾大部分学生。接受能力强的学生觉得‘吃不饱’,接受能力差的‘吃不下’。作为老师,肯定得通过作业来补充课堂上的不足,让学得快的学生巩固知识,学得慢的学生跟上进度。现在要求减少作业,为了有限的作业发挥最大作用,老师花的心思肯定更多。”

那么,如何布置有效的家庭书面作业,漳州市教育科学研究院副院长陈鹏飞建议:一是确保作业减量。要转变以往经常抄抄写写的做法,避免机械、无效训练,严禁布置重复性惩罚性作业。二是提升作业质量。依据课程标准,紧扣教材进行作业设计,精选作业内容,合理确定作业数量与时长,确保作业内容、类型、难度及完成要求不超过国家课程标准要求;充分考虑不同层次学生

## 教师如何应对“双减”挑战?

◎本报记者 戴岚岚

的学习现状,设计不同梯度、不同功能的层级作业,满足学生的个性化需求。三是发挥作业育人功能。作业设计既要体现基础知识、基本能力和基本素养,又要体现综合运用不同学科知识和方法分析、解决问题能力;突出应用性、创新性,强调学以致用,培养批判性思维和创造性思维,引导学生形成正确的价值观念、必备品格和关键能力。

陈鹏飞认为,教师在教学中要积极思考,不断反思以提升作业设计水平。如:布置的作业内容与形式是否符合课程与学习目标中的基本要求?作业难度是否符合学生的“最近发展区”水平?设计的批改和反馈方式能否证明预期的学生表现?时间安排和作业量是否合理等,要在实践中不断加以调整。

### 平衡工作与生活: 做时间的管理师

作为“双减”政策的重要执行者和推动者,教师承担了主要工作,各方对教师的工作效率提出了更高的要求。除了日常教学外,再加上课后延时服务、备课、教研、批改作业、与家长沟通……“双减”后,不少媒体用多种方式记录了“教师的一天”,许多教师每天工作时间超过了10个小时。记者采访中,有教师调侃自己:“别人是‘996’,我们是‘666’,即每天6点起床,晚上6点后回家,周六还要开个会加个班。”

教育部也关注到教师的负担问题,曾给出回应:中小学生学习之后,可选择让老师弹性上下班,并且对参与课后服务的老师,予以资金补助;同时可聘任退休教师参与到课后服务当中,充分利用现有资源。虽说教育部指出允许

教师采取弹性工作时间,但现实却不一定能够实现。

采访中,一教师表示,“双减”以来,他在学校的时间确实比原来长了,在家陪家人的时间明显缩短了。作为从事20多年教育工作的老师,他也能理解,很多事情都需要老师来加以落实,是无法避免的。“但我还是希望能够实现弹性上下班。否则长期下去,教师的压力真的太大。”

另一位老师则告诉记者,自本学期“双减”实施以来,她感觉属于自己的时间更少了,为了更好地利用时间,她更加关注个人时间管理能力。比如,为了提升工作效率,她会做好时间规划。一是利用碎片时间做计划总结。在班车上,思考当日教学中需要处理的工作。归家路上,简单回味当日工作闪光点,充分肯定自己的付出和收获。二是区分事情的轻重缓急。在记事本上列出1、2、3……重要的排前面,一件接着一件抓紧做完。三是集中处理事务性工作。教学工作中的事务性工作头绪繁多,尝试集中处理,既营造了专一工作的氛围,也有效减少了大脑工作频道切换浪费的时间。

许多老师表示,“双减”背景下教师新的工作时间表,给他们提出了时间管理的新命题。“教师也都是普通人,身上扮演着家庭里的各种角色,我们希望社会、家长能给老师更多的理解和包容。”一教师表示。

### 增强家校配合: 为教师组建“同盟军”

让“双减”更好地落地见效,离不开家校互动。作为班主任,黄茂娟老师在教学中

程中发现,做好家校互动的孩子,在各方面的发展都会相对优秀。“教育不单是学校或老师的事情,‘双减’后,学生的课业负担会有所减弱,在家的时间会增加,而家庭作为人生第一所学校,家长作为孩子的‘第一任老师’帮助他们扣好人生第一粒扣子,就需要真正担负起责任,父母能否有效陪伴、科学引领、正面管教,这与孩子以后是否能自律上进、主动学习、承担责任有很大的关系。”

家长应该如何与老师形成“同盟军”,才能达到家校共育的好效果呢?黄茂娟认为,作为家长,首先要在家做好表率。孩子离开辅导班,与父母陪伴的时间增多,如果家长不能做好榜样,积极学习、认真读书,而是沉迷于刷手机,孩子有样学样,学习积极性肯定也不会高。其次,家长要对孩子多关注。如多关注孩子的学习状态,多关注孩子的作业完成情况,多关注孩子在校的表现和成长过程中的心理变化等,做到有问题早预防,有问题早解决。特别是一些成绩不好的学生,家长更是要多关心孩子的心理问题,以鼓励为主,激发孩子的学习热情才是关键。

此外,家委会也是家校沟通的另一重要渠道。一位家委这样对记者说:“家委是老师信任的好帮手,承担着与家长沟通的重任,通过这个渠道,会有更多的沟通与交流,让老师们能够在‘双减’下安心教学,让孩子们能够在‘双减’下快乐学习。”

记者采访中发现,不少老师已形成共识:“双减”不是减责任,相反,更需要加强家校沟通。如若能通过多种方式,多给老师一些回应,也许学生出现的问题都将不是问题。

本报讯(记者 戴岚岚)2022年全国硕士研究生招生考试将于12月25日至27日举行。记者从漳州市教育局获悉,我市共有5个考点,考生数7390人。

据了解,闽南师范大学独立设报名点和考点,接受本校应届毕业生报名和考试,考生人数2440;市教育局高招中心设报名点,接受厦门大学嘉庚学院应届毕业生和漳州市社会考生报考,考生人数4950,设漳州二中、漳州五中、漳州八中和漳州一职校4个考点。具体考试时间是12月25、26日:上午8:30—11:30,下午2:00—5:00。12月27日:8:30—14:30(超过3小时考试科目的考试时间)。

教育部提醒广大考生,要认真做好个人防护,提前了解考点有关防疫要求,按规定做好各项准备。要充分考虑体温检测、安检等因素,合理安排考试期间出行时间和路线,预留足够赴考时间。要仔细核实确认考试时间、地点和考试科目,按照考务相关要求,提前准备好考试所需有关证件以及必备的考试用具。考试期间,要服从考试工作人员的引导和指挥。

根据考场规则,考生须凭本人准考证和身份证(两证缺一不可)进入考场,开考15分钟后不得入场。准考证在使用期间正、反面均不得涂改或书写,否则按考试违规(作弊或违纪)论处。首场考试进入考场前,所有考生须提交《福建省教育考试考生健康申明卡及安全考试承诺书》(考生自行下载)。

## 全国硕士研究生招生考试后天举行 七千三百九十人将在漳州参加考试



## 琴键之上展风采

2022年省职业技能大赛中、高职组艺术专业技能(键盘乐器演奏)赛项在漳州城市职业学院举办

本报讯(通讯员 黄璐诗 陈少伟 文/图)2021年12月20日-25日,由福建省教育厅、福建省人力资源和社会保障厅、福建省财政厅等八部门主办的2022年福建省职业技能大赛中、高职组艺术专业技能(键盘乐器演奏)赛项在漳州城市职业学院举办,这是该赛项首次走进漳州。来自福建省各地市34支参赛代表队,共76名参赛选手参加此次大赛。

中、高职组键盘乐器演奏赛项包括乐曲演奏、听音测试、专业拓展能力(视奏)考察,将决出一、二、三等奖和优秀指导教师奖,旨在全面考察、展示和提升中等职业院校参赛选手的键盘演奏技术技巧、知识应用、拓展创造等综

合专业能力,引领推进中、高职键盘乐器演奏专业教育教学改革和发展,为选拔和推出优秀键盘表演人才提供广阔平台。

此次大赛不仅是参赛选手音乐素养技能的精彩博弈,也是高水平教学能力和高质量教学成果的集中展示,更是各职业院校之间相互学习、相互交流的一个高端平台。漳州城市职业学院高度重视此次赛事承办工作,在省职业技能大赛组委会的悉心指导下,多次进行部署协调,各部门通力协作,各司其职,做好疫情防控工作,保障赛事筹备工作,以高质量的赛务组织能力和细致周到的后勤服务工作,保障大赛顺利举行。

## 放飞航天梦想 市实小举办校园科技节

本报讯(记者 戴岚岚 文/供图)科技兴则民族兴,科技强则国家强。为庆祝建党100周年,激发学生航天梦想,强化学生创新意识,12月16日至17日漳州市实验小学举办了以“放飞航天梦想 献礼建党100周年”为主题的校园科技节活动。

活动现场,同学们的小发明小制作作品琳琅满目,大家利用矿泉水瓶、毛线、纸板、电池组、电机等材料,制作出了一件件精美的、科技感十足的工艺品。这些作品朴素、精致,闪烁着灵动的创意,既给人以美的艺术享受,又宣传了生活处处有科技的理念。“航天航空知识抢答赛”不仅拓展了学生航空航天相关知识,引导学生加深对祖国航天成就的了解,也激发了学生探索科学奥秘的热情,让学生真切感受到航天对于国家的重要性,更加懂得了航天人肩负的责任及无私奉献的精神。

本届科技节设置“科普知识讲座”“视觉暂留挑战赛”“动力赛车”“树叶新装作品比赛”“科幻画创作比赛”“动手解暗箱”“优秀造桥师”“机器人比赛”“鸡蛋撞地球挑战”“浮空飞轮”“创意编程与智能设计”

“航天航空知识抢答赛”“科技小制作展览”“趣味化学展示”等项目。活动内容丰富,富有趣味性,满足了不同年龄段学生的需求,在学生感受科学魅力的同时,培养了学生爱科学、学科学、用科学的意识。

► 同学们饶有兴趣地参观展览,感受科学魅力。  
▼ 航天航空知识抢答赛



## M 教育问答

热线电话: 2528110

## 该当面揭穿孩子的谎言么?

读者:孩子说谎被我发现了,却不愿意主动承认自己说谎,这时候我应该当面揭穿他吗?

龙师附小韩璐老师回复:发现孩子撒谎,一般不宜立刻揭穿批评指责,而是要了解原因,要看孩子为什么说谎。如果只是无意识的行为,那么我们也没必要拆穿。但如果是故意说谎,有可能造成不良后果,就要分清他说谎的目的是什么,然后再采取不同的态度和方法:当孩子是为了实现心中的愿望而撒谎时,我们可以提供帮助,通过共同努力实现孩子的愿望;当孩子是为了逃避责任,我们就有必要让孩子明确自己的责任,具体的做法可以分为几个步骤:①理解孩子的行为,并接纳孩子的情绪。让孩子觉得他的情绪被理解了,孩子会更愿意说出真相,不担心“承认错误”的后果。②心平气和地告诉孩子,说谎是不对的,没有人会信任一个爱说谎的孩子。引导孩子承认错误,“如

果你说实话,并且跟老师家长说对不起,那么老师家长就会原谅你”,让孩子认识到自己的错误,并从老师家长身上学会宽容。③鼓励孩子勇敢地去向当事人承认错误,问清楚孩子说谎的原因,建立和孩子之间的信任。当然,如果孩子是为了逃避责任的惩罚,我们还要反省一下,自己的教育方式是否恰当。

读者:孩子想换最新的手机,但我觉得并不应该换,我应该如何应对孩子的要求?

漳州五中郑晓燕老师回复:随着信息社会的快速发展,手机已经成为人们的生活必需品,当然它走进了孩子的世界。因而,许多家长都十分担忧孩子会“玩机丧志”,耽误学习。面对孩子提出换最新手机的要求,家长们的第一反应往往是拒绝,这很有可能会激起孩子强烈的逆反。所以,我建议家长们稍安勿躁,“一听”“二说”“三谈”,“一听”,家长与孩子面对面、

心平气和地坐下来,听一听孩子要求换最新手机的原因:是与同学攀比、炫富;或是通讯学习所需;抑或是玩游戏需升级硬件装备等。只有平等地交流,才能真正了解孩子内心的想法,对孩子的这一要求做出正确的决定。

“二说”,让孩子说一说到要换哪一款最新的手机、价格、功用,以及更换后如何使用,如何对自己学习、生活作好合理的安排。当孩子说出自己的具体实施安排后,我们才能从与孩子的交谈中,找到说服孩子放弃更换最新手机的办法,做到有理有据,以理服人,而不是大道理空谈。

“三谈”,在全面了解、掌握了孩子的所思所想后,家长和孩子谈一谈您对于这一要求的想法:一是对比最新手机和原有手机的功用,根据孩子的手机用途,有没有必要更换“最新”的手机;二是手机的价格,从家庭的收支、您对孩子未来发展的期许等角度,

会不会影响我们家庭整体规划建设;三是以往孩子使用手机的情况,孩子能不能自制,会不会影响学业;四是如若这笔开支节省下来,可以用于哪一方面促进孩子自身的发展等。

做好“一听”“二说”“三谈”,家长与孩子摆事实,讲道理,相信双方平等地交谈后,孩子听入耳、听入脑、听入心,会放弃原先更换最新手机的要求。

读者:孩子在家对我发脾气,貌似有些叛逆,我应该如何面对这种情况?漳州市第一外国语学校吴丽淑老师回复:面对孩子的反叛和顶撞,家长先不要暴躁如雷,不妨先静下心来好好思考一下孩子顶撞的原因是什么?孩子跟家长顶撞是一种正常现象,家长不必据此断定孩子就是叛逆。我们在带班过程中,也会发现有些爱跟家长顶撞的孩子,其实在校表现是很好的,尊敬师长,友爱同学,认真学习。那么,为什么到家变了一个样呢?这无非有两个原因,第一,家

是孩子最熟悉、最依赖的场所,他在学校的学业压力,抑或是人际关系相处中出现的一些问题,他得找一个渠道发泄,那么家人就是他最好的宣泄口。第二,孩子顶撞,应该也是与家长沟通不畅造成的。

当然,孩子出现顶撞现象也不能听之任之,这个时候家长就应该有所为,有所不为。首先,家长最应该做的是“有所不为”,不要试图去树立家长权威。骂孩子一通或打孩子一顿,这样做并不能有效解决孩子顶撞的问题。理性的家长此时应该选择冷处理,先处理自己手头的事情,让孩子自己慢慢平复情绪。不要急于一时跟孩子理论,以此激化双方矛盾。这就是“有所不为”。其次,顶撞绝对不是一件好事,所以家长也应该有所为。有所为就要选择合适的时机,选择孩子急于与家长分享喜悦的时刻,家长在适度鼓励的时候,提出前几天他顶撞是出于什么原因,是不是爸爸妈妈哪里做得不到位,家长先从自身找原因,以此放松孩子的警惕心,更愿意袒露他的心扉。家长再借机告诉孩子顶撞是不礼貌的行为,是自身涵养不够的一种外显,循循引导,我想有合适的氛围、合适的契机,

孩子更容易发现自己顶撞是不对的。家庭教育的效果也会更理想。最后,家长要明白,顶撞是孩子开始学会如何正确思考,并运用合适的表达来实现自己的目的方式。表明孩子自我意识的觉醒,开始尝试走自己的路。学校提醒明智的父母要善于聆听孩子,找到合适的机会,建立平等、宽容的氛围,和孩子进行讨论。不要把自己的意志简单地强加在孩子身上。同时,在争辩的过程中,父母应循循善诱,以理服人,而不是简单地把孩子的争辩看做是对长辈的不敬。如果孩子是对的,要坦诚接纳孩子的意见。

此外,作为家长也应该认识到,孩子不听父母话并非其错。父母在想方法纠正孩子不听话的同时,也应该反省自己,在教育孩子的过程中,是否有不当之处,是否有过激行为,是否考虑过孩子的理解和接受能力等等。只有找出自身教育的不足之处,才能扬长避短,从孩子和自身两方面出发,双管齐下,找出解决孩子不听话的科学解决方案。家长们可以对照以上项目,自己是否中标。父母只有真正找到孩子顶撞的根源,才能对症下药,结束与孩子无休止的“战争”。

◎本报记者 刘健宁