

今年是“双减”第三年，郑州市作为全国“双减”政策九个试点城市之一，“双减”工作一直走在全省前列，取得了阶段性成果。今年全国教育工作会议提出，“以身心健康为突破点强化五育并举”“巩固深化‘双减’成果”，基于此，我市在持续贯彻落实“双减”的同时，回应学生需要，聚焦发展需求，让学生感受到校园生活的“舒展与适切”；丰富学生选择，优化资源供给，让学生感受到课后生活的“全面与丰富”，丰富多彩的校内外生活，不断激发孩子的天性和创造力，为国家培养出更多富有创新精神和创造能力的多元化人才。

变革创新 落地有声

“双减”三年 郑州教育更美好

本报记者 周娟 李杨



活力无限的搏击少年



漓江路小学舞龙课程



认真练习的小舞者



众意路小学书法社团



金水区展示特色学科建设成果

聚焦课堂 提升素养增实效

在多元化的阅读体验和多渠道的阅读展示中进行多元化的学习；在莎士比亚戏剧社团演绎精彩故事；在模拟联合国社团自信绽放光芒……随着“双减”政策的深入推进和落实，二七区陇西国际城小学聚力课堂改革，把课堂还给学生，激发“学”的兴趣，把提质方法教给老师，提升“教”的艺术。就拿英语课堂来说，该校以课题引领英语阅读教学，建立完善的英语课程体系，通过课内到课外、线上到线下、学校到家庭等多元化的方式，为学生的终身学习和可持续发展奠定坚实基础。

全校开展英语分级阅读教学，积极倡导“真、探、悟、创”的悦学课堂，通过“激学—导学—拓学”三个层次，实现“想学—会学—乐学”三个境界，从而惠及每一个学生。目前，全校6个年级2600余名学生参与到英语分级阅读教学中，学生的语言能力和思维品质等得到多方位提升。

同时，学校开展多元化的阅读体验和多渠道的阅读展示。定期开展绘本创作达人、绘本小讲师、绘本艺术家、绘本模仿秀、绘本奥斯卡、绘本展播厅等形式多样的活动，定期展示学生多种形式的绘本阅读和表演，为学生搭建多方位展示自我的平台，极大提升了学生的学习兴趣和内驱力，实现学科育人的目的。

值得一提的是，多彩的英语社团和特色课程助力激发学生潜能，多元化教研也助力教师不断成长。该校多名教师在区级、市级、省级乃至全国级别的比赛中均取得优异成绩。

课堂是教学的主阵地，在我市，为持续推动“双减”落实，各学校以课堂教学为基础，尊重学生自主性，不断激发学生的内在动力，让学生感受到课堂教学的“自主与灵动”，为学生创设灵动的学习氛围，真正实现基础教育生态的大变革。

在金水区文化绿城小学教育集团的一堂数学课上，在学生理解了什么是周长之后，教师刘德钦继续引导学生，随机寻找身边的物品，指一指、说一说什么是周长。他说，《周长》单元主要发展学生的量感、空间观念、应用意识，为此，教学中更加注重学生在操作中感受度量的意义，使学生在参与过程中积累数学学习经验，构建学生能力发展的进阶路径。

“我们营造精准简约、学用相长教学生态的做法，就是以大单元教学为抓手，优化教学练评全链条，让核心素养落地。”文化绿城小学教育集团党总支书记、校长牛保华告诉记者，近年来，文化绿城小学教育集团一直致力于营造高质量的学校教育生态，为此，学校建设深度协同的教研共同体，搭建AI+资源平台，建立大单元教学资源库，实施单元整体教学，促进核心素养落地。

作业改革 聚力成长真赋能

“我爱地理——地球仪制作”“世界风情录——地理手抄报”“爱我中华——中国政区地图填图比赛”……除了多彩的绘制作业设计外，还定期开展实地考察学习、地理专题讲座、主题标语设计等，在郑州外国语中学，地理老师借助作业设计营造一个师生和谐、幸福的地理课堂。

“减负增效”已是教育界的普遍共识，作业设计更是“双减”落实的肯綮所在。如何通过作业建设激发学生学习的内驱力？如何避免作业被异化为转嫁课堂教学压力的手段？如何在有限的时间里获取更多有价值的知识并促进学生的深度思考？如何通过作业为学生后续学习做好显性准备？如何让作业与学生的心理和生活相勾连？……该校以问题为导向，聚焦作业建设的“四个度”：精度、梯度、效度、广度。

生物学科利用学校“空中花园”的生物角布置了“记录植物生长”“解剖花瓣”等作业，以小组形式开展项目式探究学习；化学学科要求学生利用家里的厨房，寻找分析“厨房里的化学”；历史学科引导学生利用假期走进博物馆，在博物馆中寻找课本中的历史，在家里cosplay课本插图，利用社区建筑探索身边的历史……各学科组充分利用学校、家庭、社区等教育资源开展研究性、项目性学习活动，拓展学生的学习空间，让学科学习走出课堂，走向社会，走向自然。

同时，各学科立足课标新理念，设计单元作业，探索跨学科作业，注重作业的趣味性、综合性、探究性和实践性。如语文学科开发“美文朗诵”“创意写作”“扬威小馆菜单设计”“名著人物手册”等学科任务，并积极推行“创办刊物”“文创作品展览”“戏剧展演”等综合类作业实践；外语学科围绕单元主题开展项目式任务研究，学生参与“英文演讲”“舞台剧表演”等活动迁移所学，同步提升语言素养与学习能力；道法学科着力打造学科“探究与分享”“拓展空间”等单元专题栏目，开展诸如“法治小讲堂”“新闻简述播报”“时事评述专家”等特色拓展类作业实践；物理学科设计并实施



陇西国际城小学高效课堂

“趣味实验”“动手制作”“生活中的电路图”“动漫物理”“物理学家的故事”等各类项目式作业，培养科学的思维习惯与严谨的科学态度；化学学科则结合日常生活需求，于各单元持续推进“化学生活——家庭亲子活动大比拼”“利用家庭材料进行化学小实验”作业实践，让化学学习回归生活本质；生物学科的“玩转鸡蛋”“观察记录黄豆发芽的过程”，让学生在充满趣味的动手实践中，不断增强学科兴趣。

“双减”背景下，构建高品质作业体系，实现新时代全面育人，需要学校有大视野、大手笔、大格局，打好提质增效的组合拳，建构常态化的“作业减负”长效机制。

高新区外国语小学也一直坚持用作业撬动真实学习。该校根据课前、课中、课后不同的学习目的，统筹设计前置任务、研学任务、展演任务等“三位一体”的学习任务群，让学习精准高效、素养真实可见。同时，学校以作业深化化学科教研走真走实，通过作业研究，打通了课内与课外、校内与校外、学校与社会的连接，融合了教研与培训、教学与评价、个体与团队的关系。

每日课堂精练+每周学科实践活动+每月大任务主题下跨学科研究性学习+每期个性化菜单体验项目综合性学习，该校以时间周期确定作业内容，以分层解决真实情境中的任务性问题为载体，实现作业与学习、作业与成长有机契合，达到学以致用、知行合一。

从作业建设“小切口”，提升学科育人“高质量”，学校获评“河南省基础性作业改革实验校”；校长刘娜以《让学习真实发生》为题，将学校的作业研究与实践成果在第二届中国基础教育论坛暨中国教育学会第三十四次学术年会上进行分享；学校教师的20余项各学科作业研究获市级专项课题立项；数名教师在各学科、各层级举办的作业设计评比活动中获奖；学生在作业评价改革中转变学习方式，综合解决现实问题的能力得以长足发展，高阶思维、创新意识得以大幅提升，研究性学习成果屡屡获奖。



郑州外国语中学学生进行作业展示

多彩课外 让生命充满活力

在秦岭路某艺术培训机构里，几名孩子正在上舞蹈课，孩子们专注的眼神、利落的动作，让站在室外驻足观看的家长忍不住发出赞叹。

随着“双减”的深入推进，我市基础教育格局正发生重大变化，学生的学习压力减轻，课余时间多了，也有了充足的时间培养兴趣爱好，拥有了更多的玩乐时光，艺术体育类培训受到更多家长关注。

据该机构创始人刘老师介绍，学校的舞蹈、书法等项目的招生总体数量一直稳中有升。她告诉记者，“双减”后，家长更加关注孩子的身心健康，在课程研发时，机构教研团队也更加注重课程的融合，如今年推出的“绘本舞蹈”课程，不仅仅是简单的绘本+舞蹈，而是心理、阅读、教育、舞蹈的完美跨界，这样的舞蹈课不只是技能训练，更关注儿童身心发展和人格的构建，为孩子们带来真正触动内心的美好体验。

“孩子学了两年多舞蹈，最明显的变化是身姿更加挺拔，也越来越自信阳光了，更重要的是，孩子在舞蹈中学会坚持，有了一股韧性。”小女孩维C的妈妈表示，“孩子道德品质的培育、行为习惯的养成，是家庭教育的重中之重，舞蹈不仅让孩子多学会了一项技能，更是将坚定、自信、坚韧等好品质赋予了孩子。”

“三年级的小宇热衷于搏击和乐高，一年级的早早则选择了舞蹈、美术和声乐，都是孩子们自己喜欢的，所以每天都热情高涨。”两个孩子的妈妈刘女士告诉记者，在兴趣班的选择上，自己更加尊重孩子的主动性，课余时间由孩子们自行安排。“孩子现在更自主、自律了，脸上的笑容也越来越多。我们一家也有更多时间一起放松、交流，感觉非常好。”

“双减”下，家长和学生更科学地利用课余时间，基于孩子内在特质，发现和培养孩子的兴趣特长，合理规划孩子未来发展。而通过带孩子亲近自然、接触社会，参加各种实践教育活动等方式，帮助他们开阔眼界，增长见识，促进孩子健康全面发展，真正体会到童年的幸福。

多维发力 校外培训“慧”治理

“现在的培训机构规范多了，交费一次不会让预存太多，晚上8点20准时放学，也不占用孩子双休和节假日了。”“周围违规的培训班好了好多，小区里乱七八糟的校外培训广告也不见了，感觉清爽了许多。”……在一家学科类培训机构所在的写字楼下，等待接孩子的家长和周围市民说出了自己的直观感受，也表达了对“双减”以来我市校外培训机构治理工作的认可。

从楼下一路走进这家培训机构，记者的确没有看到任何广告宣传，电梯、走廊墙壁上只有安全提醒和一些名言警句。入口处悬挂着由郑州市教育局颁发的“学科类校外培训机构”公示牌，上面有一编号，还有两个二维码，即“学科类违规培训随手拍”投诉举报小程序和“校外培训家长端App”下载链接，十分醒目。此外，在培训机构前台对面的墙壁上，也对培训学校的证照资质、资金监管信息、收费标准、疏散示意图等进行了公示，让人感觉一目了然。

据介绍，为方便社会公众全面获取机构基本信息，助力家长有效选择校外培训，有效躲避虚假宣传陷阱，我市先行先试、主动作为，以规范校外培训机构办学信息公示为抓手，加强机构自我管理，主动接受社会监督，实现校外培训管理公开化、透明化。我市汇总有关法律法规、政策文件中关于校外培训机构培训服务方面的政策要求，初步确定信息公示内容，并组织召开学科类校外培训机构座谈会进行沟通、分析、研判，征集机构负责人意见，最终确定整体公示信息版面设计方案，制作全市学科类校外培训机构信息公示栏统一模板。

在统一信息公示栏的基础上，我市还统一制作了学科类校外培训机构“身份证”——学科类校外培训机构公示牌，对全市合规的106家学科类校外培训机构进行统一编号、统一悬挂，供学生家长清晰辨识合规的学科类校外培训机构，并深入监督机构合法合规经营。

课程育人 乐享课后好时光

下午两节课后，管城回族区漓江路小学的运动场上一片沸腾。一条由学生组成的“龙”正灵活生动地舞动着，时而昂首摆尾、腾空翻滚，时而低头寻觅、嬉戏玩耍，学生盘龙、托举、翻转，动作一气呵成，深深感染了驻足观看的师生。原来，这是该校颇受学生欢迎的舞龙课程，也是该校课后延时服务体系中6门素养类课后服务课程之一。

“通过舞龙，我们不仅可以强身健体、愉悦身心，还感受到了中国传统民俗文化的魅力。”参与舞龙训练的一位学生兴奋地向记者诉苦。

自“双减”落地以来，我市教育系统努力提升学校课后服务水平，有效实施各种课后育人活动，在校内满足学生多样化学习需求，也让更多有想法的学校走出了有自己的特色探索之路，漓江路小学就是其中一所。该校结合学生品格教育、素养提升和实践经验等整体规划，充分挖掘学校周边的郑州市气象局、污水处理厂、宇通客车厂、法院执行局诚信教育基地、区党史馆和初心馆等资源，把课后服务课堂搬进工厂、搬进大学、搬进社区场馆基地，以校馆共建、校企共育、大学小学手拉手等形式，建立课后服务科普、气象、环

保、劳动教育、职业体验、红色教育等教育基地，还与黄河科技学院合作共育，开展了舞龙、古筝、国画、古琴、甲骨文、吟诵等6门素养类课后服务课程，成立了6个传统文化社团，为更多学生打开了新世界的大门。

而在郑东新区众意路小学，为了让每个孩子放学后“有地方去、有地方学、有地方玩”，学校将课后延时服务纳入“全明星课程”体系，将国家课程、地方课程和校本课程进行整体构建，充分利用校园内教室、运动场地、功能室等学校现有条件，结合教师的专业技能，精心设置多样化的课程图谱，让学生学得开心，让家长工作安心，真正把延时服务做成了“有温度的惠民工程”。

在该校，共有48个课后延时服务课程可供学生进行菜单式选课、走班制学习，更好地满足了不同个性、不同兴趣学生的需求。在课程设计中，学校充分发挥骨干教师、教坛新秀的力量，并邀请作家、医生、法官、交警、消防员等不同职业人员加入，联系博物馆、图书馆等公益机构，形成了“品格养成+学力发展+个性成长”的“星光”课后延时课程体系，也让延时服务课程成为赋予师生生命成长的重要能量。