

于“双减”深处漫溯 去遇见美好未来

哈尔滨市铁岭小学校

“双减”政策的出台是为了更好地落实立德树人根本任务，发展素质教育，全面构建良好教育生态。在此背景下，哈尔滨市铁岭小学校不断推进课程改革、积极探索课堂创新——校内，想“减”做“加”达到“求质增效”；校外，想“加”做“减”达到“求正减负”，并形成多种“双减”政策落地实施的有效路径。铁岭小学校多项“双减”举措旨在践行“让映山红精神看见每个孩子的生命成长”的办学理念，促进每一个学生全面个性健康发展。

多元课程 助学生有空间发展

通过近三年时间的研究与实践，铁岭小学最终构建了“映山红课程体系”——启迪心智的映心课程、强健体魄的映体课程、丰富视野的映美课程、锤炼意志的映山课程、矫正三观的映红课程。课程涵盖了思维、艺术、运动、表达、制作等近百种领域内容，细化了映山红特色课程文化建



设、课程设计、开发、实施、评价的管理体系。如针对音乐、美术的校本化课程进行补充的映美课程，它是通过人人有特长、班班有特质、校区有特色而创设的学科课程。音乐学科打造了铁岭小学校映山红音乐特色课程“一校一鼓”，不同校区分别为腰鼓、军鼓、非洲鼓，以鼓文化全面带动击鼓传花、全面发展的学风引领，全面提升学生艺术素养。美术开设花课程，按学段分别为捏花、画花、折花、做花、剪花，融入传统文化教育，紧紧抓住学科知识构成丰富课程的基本元素这一特点，充分利用特色课程实现学科的人才培养，多元的课程让家长、学生对学校的教育充满信心。

多种模块 助学生有深度发展

铁岭小学不断深化“预学—引学—定学—研学—展学—延学”的“模块集成式”教学模式，将教师的“教”与学生的必备品格和关键能力有机链接。预学模块，植入微课，与信息意识链接；展学模块，修正已

知，提出问题，与勤于反思链接；练学模块，递进设计，自选方法，与学会学习链接；研学模块，挖掘学科故事，与乐学善学链接。以不同课型模式的研究为切入点，着力于学生自主学习能力的培养，促进高效课堂的升级，打造“个学、互学、合学”的生态链，形成“乐学、善思、慧学”的发展圈。

多层作业 助学生有时间发展

为了让“减负增效”不再是一句空口号，铁岭小学校借势“双减”，结合学生个性差异特点及学习需要，从作业“层次性”开始，有意识地设计多样化的作业类型，让学生根据自身的兴趣、爱好自主地选择适合自己的作业，同时又构建了“课前扩展性作业”“课后延伸性作业”“综合探究类作业”“总结梳理性作业”的作业超市。这种多元设计，既关注了学生的个体差异，又增强了作业的层次性和可选择性，切实减轻了学生的课业负担。与此同时，学校将“作业不出校门”纳入教师教学评价标准，促进教师全批全改，保证作业堂堂清、日日清、人人清。

多样服务 助学生有方向发展

课后辅导的开设延长了学生的在校生活时间，如何让学生乐在其中、学有所获，成为学校领导改进课后服务的依据。经过集思广益，铁岭小学校采用了“4+1”

模式的课后服务，即四天特质辅导、一天特色社团。特质辅导给学生答疑解惑、辅优补差，帮助学生合理规划学习任务，真正减轻学生负担，让学生认真完成当天的课后作业，养成良好的学习习惯。作业都在校内完成，放学后拥有更多自由支配的时间。特色社团打通学科壁垒，构建多样选修科目，以满足各类学生的不同需求，并提供了广泛的学习领域，育人科目得到有力补充，同时学校还打造了“素质教育+互联网”的新型选课模式，通过课后服务平台点击报名，数十种选修课程由学生自主选择、搭配，自主选择老师，实现管理程序化，让家长沟通网络在线化，为学生提供具有个人特色的选修系列课程，既服务于学生核心素养的发展，又彰显“映山红特色课程”理念。



“教者若有心，学者必得益。”在“双减”政策的指引下，铁岭小学校教学管理工作无论从数量意义上的减法，还是到内涵价值上的加法，亦或是到效能层面的乘法，其研究与实践的步伐从未停止，一路乘风破浪向未来！

冰城劳动教育为“双减”赋能提质

让孩子们全面发展更生动有趣

□本报记者 杨莱

为让教育回归本源，使学生享受到真正有质量的教育，让学生健康全面发展，哈尔滨市教育局把开展劳动实践“一校一特色”做实做新、扎实推进作为提升学生核心素养的主攻方向。市教育局与市教研院联合建设了劳动实践视频资源库，设计开发了手工制作、传统文化、生活小窍门、厨艺等400余个精彩纷呈的特色实践内容，让每个孩子都能享受到优质的教育资源。各中小学校、幼儿园积极组建社团，组织丰富多彩的活动，探索多元评价方式，有效激发孩子们的学习兴趣，促进全面发展。

家校社联动 以劳树德增智以劳强体塑美

为有效落实“双减”政策，前进小学秉承“教育即生长”的办学思想，家、校、社联动将劳动教育开展的如火如荼。“生活就是最好的课堂”，把劳动教育与生活实践相结合，五个学年劳动教师根据学生不同年龄特点，利用微视频指导学生进行废物巧利用、手工编结制作、纸杯再利用制作、



水果套裁剪粘贴、厨艺实践等劳动活动，并在劳动实践展示后对参与学生进行客观的评价。孩子们还把参与活动的照片、作品及时上传到“天蛙”学生综合素质评价云平台，为自己的期末评价报告积累内容。这样的劳动教育和家校合力的评价方式生动有趣，展现了学校素质教育的成果，收到了以劳树德，以劳增智，以劳强体，以劳塑美的教育目的。

设“劳动教育”专栏 让学生享受劳动快乐

道里区的中小学校公众号设立了“劳动教育”专栏。2022年3月至今，各学校通过公众号“劳动教育”专栏、视频号、美篇等形式分享学生劳动实践成果和趣事300余篇，让孩子们能快乐劳动，享受劳动。利用五一假期，道里区开展《我爱劳动，我快乐》幸福的居家劳动体验。有的学校开展家务劳动，洗衣、擦地、浇花……让学生从活动中体会家长劳动的辛苦；有的学校开展居家种植，种大蒜、种小葱、种豆芽，种植盆栽，让孩子体会种植的快乐；有的学校开展美食活动，包饺子、做糕点、学炒菜，样样美食得心应手，使居家的生活变得多姿多彩。

“校长礼物”主题活动 形成教育长效机制

继红小学以“校长礼物”主题活动为载体，促进劳动教育落地生根，男孩和女孩的礼物分别是铁丝和毛线包，把一个个礼物串联起来，形成教育的长效机制，贯穿于全校九千余名学生成长的全过程。继红小学将劳动教育进行学科融合，综合实践、美

术、科学、道法四个学科，全校9000余名学生共同开展了一场关于超级“捣蛋”学科实践挑战系列活动大比拼，三个校区共评选出500名“劳动小能手”，使“五一”劳动节与立夏节气和中华优秀传统文化有机结合。

厨艺视频大比拼 通过实践体会劳动的意义

哈三中依托线上资源，开展劳动教育系列视频征集活动，于“五一”期间推出“劳动战‘疫’厨艺争锋”劳动实践微课展示活动，鼓励学生利用居家抗疫的特殊时间，学习生活技能，制作美食，通过实践体会劳动的意义。目前，已有10余名学生的厨艺视频在学校公众号播放。

哈一中根据学生的认知特点，开展劳动实践教育，学校从感性认识入手，使学生从生活实践中了解劳动的意义。在线上教学期间，学校开展“居家劳动”的实践活动，自己动手做饭，打扫房间等，学校制作了劳动卡，每天进行打卡，家长做出正确评价。学生们纷纷晒出自己的劳动成绩单。在枯燥的线上教学阶段，学校组织了线上学做菜的活动，从备料、处理、到上灶、后期打扫卫生，学生都要亲自动手操作，田汝涛老师亲自线上教学指导，通过一节课学会一道菜，学生和家长纷纷点赞。

注重实践体验 劳动教育与各学科有机融合

哈尔滨市卫生学校坚持劳动教育与各学科的有机融入，在理论宣传劳动精神基础上注重劳动实践体验，有目的、有计划地组织学生开展志愿服务、日常生活劳动和



专业生产劳动。学校以体力劳动为主，注重手脑并用、安全适度，强化实践体验，让学生亲历劳动过程，感受劳动的艰辛和收获的快乐，磨练坚强意志，增强职业荣誉感，提升社会责任感。学校在线上 and 线下进行有效宣传，营造良好的劳动教育氛围，让劳动教育融入于学校及家庭的氛围中。

挖掘劳动教育优秀典型 弘扬劳动精神

特殊教育的孩子们也在劳动教育中成长。哈尔滨市特殊教育学校按照听、视障学生残疾损失程度，依据不同学段劳动教育目标，鼓励学生承担力所能及的公益劳动、家务劳动、房间整理、烹饪美食等事物。让学生在劳动中，感受劳动带来的快乐，获得成就感。学校还深入挖掘各年级中劳动教育的典型案例，鼓励和支持班主任老师组织学生以歌颂普通劳动者为主题的优秀作品，弘扬劳动精神，展现劳动之美。

“双减”形势下，哈尔滨市教育局让学生从繁重的课业负担和分数的压力中解放出来，从知识到实践，从活动到课程，从课本到生活，在劳动中健康成长。