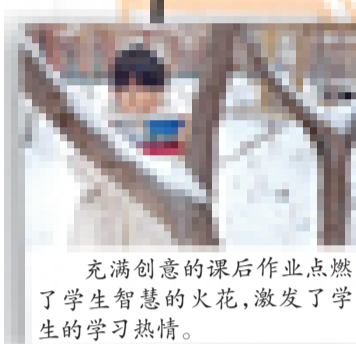
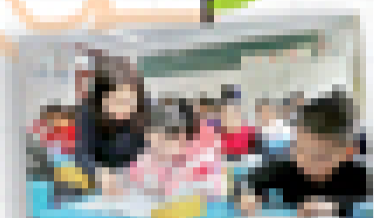


“双减”之后 看过源教育环境新变化

对一个家庭来说,孩子教育问题永远是家长心中的重中之重。家长在教育孩子过程中普遍存在焦虑现象,既怕因为自己疏忽耽误孩子成长和未,又怕急于求成导致揠苗助长。面对国家新出台的“双减”政策,有些家长摸不准这变化会给孩子带来什么样的影响,因此有很多疑问亟待解答。如今,“双减”政策实施有一段时间了,本报特发此刊,倾听家长心中的焦虑,探讨新形势下家长该如何转变心态看问题,并由市、区教育局讲述“双减”政策为辽源教育环境带来哪些新变化,从而给广大家长们吃一颗定心丸。



充满创意的课后作业点燃了学生智慧的火花,激发了学生的学习热情。



我市各中小学校围绕“双减”核心,大力提升教师作业设计能力和课堂教学水平。



校园足球活动,不仅可以使学生增强体质,更能够锤炼意志,促进全面发展。



龙山区教育局加大对校外培训机构监管力度,推动“双减”工作落地见效。



“双减”政策下,孩子们的课余时间多了,可以自主规划进行阅读等自学能力培养。

“双减”政策实施后,学生们的课后生活更加丰富多彩。

家长百态

难言心中疼——

“焦虑”已成家长常态

从前不久某位爸爸倒地求被抓,到某位妈妈心梗安支架,一个个因辅导孩子学习而崩溃的家长频频出现在新闻事件中。而生活中我们也见多了一说孩子学习就头疼的家长。“一让孩子学习,他不是要上厕所”“课本作业铺一桌子,半个小时没写完一行”“一写就到大半夜,别人家孩子都睡觉了。让孩子接着写吧,怕伤身子;不写吧,怕他挨训。”一提学习,家长们总会有无数的抱怨和担心。在辅导作业的过程中,因家长管孩子而引发家庭战争也是正常现象,甚至还闹出朗朗上口的“段子”:不谈学习,母慈子孝,连接抱抱;一谈学习,鸡飞狗跳,鸡犬不宁;一谈作业,老人血压高,让邻居不睡觉;前一秒如胶似漆,下一秒叮咛就削。

大部分家长对这个“段子”都很有共鸣,但孩子的学习真的都这么让人头疼吗?事实上,这种情况更多地展现出的是家长因孩子学习所引发的焦虑。家长为了孩子的学习和成长劳心又劳力,从孩子专业课提升到特长班培训,从花钱买学区房找名校、报名辅导班找名师,到家长上网络培训课学习如何给孩子填报志愿……只要是认为对孩子好的,家长真是“八仙过海,各显神通”。但家长所做的是外因,孩子最终如何发展谁也无法预测,可正是这份不确定,让家长心中的焦虑持续增长、不断叠加。今年“双减”政策出台,从减轻学生作业负担和校外培训负担入手,推动校外教育体系的全面重构。针对校内教育提出“三管”“三提”,针对校外机构提出“三限”“三严”,在有效减轻学生学习压力的同时,也难免会有家长担心学生成绩是否受到影响,焦虑感也随之升级。

为你好就是真的好吗——

家长心态影响孩子状态

在家长心中,自己做的一切都是为了孩子好,可孩子非但不理解,还总是跟家长对着干,总想反抗家长,却不想着家长才是最希望他们好的人。但“天下无不是之父母”这句话并不是真理,家长的“为孩子好”,身心都还在成长的孩子们也不一定承受得了。太多的悲剧已经发生在我们面前:一个耳光,孩子跳桥;一句“去死”,孩子自杀;孩子说着“对不起父母”,所以“以死谢罪”……

是父母做得还不够好吗?有些父母为了孩子不走极端,对孩子24小时盯梢,连孩子上厕所也不能关门;有的父母为了不让孩子误入歧途,在孩子上网时一直坐在他们身后。没错,这些家长们因为太关心孩子而有些心态失衡,他们为孩子一层层织就的“保护网”,紧密得让孩子无法呼吸。对孩子们来说,这些行为是保护,更是扼杀。显然,家长的心态直接影响孩子的状态。如果家长觉得孩子处处跟自己拧着干,那在抱怨孩子不听话之前,也要先审视一下自己对孩子是否更多地起到了正面积极的引导作用。

本版稿件由本报记者 刘红妍 采访
本版图片由本报记者 刘鹰 摄
本版策划 咸凯慧

先从自身找问题——

引发家长焦虑的三大“炸点”

面对家长日益增长的焦虑感,我们不妨静下心来思考一下,家长的能力和性格各不相同,可为什么都很焦虑?究其根源,这份焦虑主要来自于三个方面:

源自对孩子未来的担忧。父母对孩子的爱是毫无保留的,家长大部分的压力和焦虑也正是源于此:担心孩子的成绩不够好,不能考上理想的学校;担心孩子的竞争力不够,影响孩子未来的发展;担心孩子的能力不足,无法从容应对人生中的风风雨雨……家长对孩子这份沉甸甸的爱,最终汇成一份份压力和责任聚在心头,尤其是这份压力遇到孩子的学习成绩增长不能满足家长的期望时,就变成了无法排解的焦虑。

源自家长自身能力不足。当家长对孩子的期待与孩子的现状有所差距时,家长只能以自己的方式帮助孩子弥补这份“不足”。无论是家长亲自上阵辅导,还是以高额费用和“人情”请名师教学,或是干脆想尽办法转学到拥有更好教育资源的环境……但人力有穷尽,现实往往是家长如何拼尽全力、尽其所能,却仍不能得到自己想要的结果。“想要”和“无法得到”的残酷对比,也是家长焦虑的一大原因。

源自不断施加的外在因素。“你来,我培养你的孩子;你不来,我培养你孩子的竞争对手。”“让你的孩子踩在精英的背上攀登。”“你的孩子在玩时,别人的孩子在‘充电’。”校外辅导机构的宣传语总是充满煽动性,甚至会充满“威胁”的暗示。正是这些为赚钱夸大竞争压力的宣传,精准压到了家长的痛点,持续为家长增加焦虑。

要学会与自己和解——

做好家长也是一门学问

只要是爱护孩子的家长,那么对孩子的成长负责、对能否培养好孩子有压力,并因此感到焦虑,这都是十分正常的事情。但比起需要家长关心爱护的孩子来说,家长还要承担起保护自己和孩子身心健康的双重责任。

首先,家长们要学会自我调节。理智看待压力和负面情绪的存在,积极寻找正确释放压力的方式,而不是一味将压力转移成学习目标,把负面情绪和负面情绪都传递给孩子。家长要做的是引导孩子正确面对竞争和压力,把注意力放在自身的进步成长上,而不是必须考到多少分、考上某所学校。

其次,家长要承认“平庸”。有的家长嘴上说孩子不是天才,却总把“希望”变成“应该”。“人家的孩子凭什么能做到,你就做不到?”“你看看谁谁谁,学习成绩就没让父母发愁过。”家长总忍不住让孩子横向对比,但孩子们各有不同,有的擅歌舞、有的强诗词、有的身体健壮、有的聪明机敏,让自家孩子与一群孩子比优点,这对孩子来说太不公平了。用句扎心的话说:“家长自己也不是天才,凭什么要求孩子处处强?”

最后,家长要学会自我成长。作为父母,有了孩子就多了一份责任。家长想让孩子未来更美好,这份爱是纯粹而美好的,但要做到这一点,需要家长自己的成长进步。如何对孩子更好?不是打骂责罚,更不是抱怨和不满,而是家长们应该不断学习该如何做个好家长。

部门声音

今年8月以来,市教育局将落实“双减”工作作为一项重要政治任务来抓,督促指导全市义务教育阶段学校全面落实“双减”工作部署,梳理出“三提升、五严禁”工作措施,聚焦“作业管理、课后延时、校外治理”,精心谋划、精准施策,进一步规范了学校办学行为。

在“作业管理”上“想妙招”“出新招”。教师们“脑洞大开”,设计出学生感兴趣、有收获的课后作业,机械性、重复性作业少了,开放式、分层化作业多了,让充满创意的作业点燃学生智慧的火花,促进课堂教学质量不断提升。“制”上精细化。各中小学校“一校一策”,不断细化管理制度和量化表格,逐渐完善作业设计、开发、管理机制,制定符合学生学习认知规律的《作业管理细则》《学生课后作业公示制度》《作业质量定期评价制度》等制度,充分体现高质量作业的育人功能。“形”上多样化。各中小学校积极探索,不断创新作业形式,分层、弹性、个性化作业在各学校遍地开花。针对不同学情的学生,设立了“基础题一提升题一拓展题”作业框架,统一设计作业本,提升学生学习主动性和时效性;创新作业评价形式,设立了“星级作业”“我心目中的好作业”等评选活动,充分调动学生的自主学习热情;开放性、探究实践性作业引导学生从“被动式学习”到“探究式学习”,促进学生养成良好的学习习惯。“研”上精准化。各中小学校以“优化作业设计、提高教学质量”为重点,开展形式多样的校本教

多措并举推动“双减”工作走深走实

研活动,设立《提升课后作业实效性》研究课题;开展作业管理、课堂教学经验交流活动,不断提升广大教师作业设计能力和课堂教学水平,切实减轻学生过重课业负担。

在“课后延时”上“重质量”“求实效”。重普惠。按照“一校一案”要求,城区学校普遍实施“5+2”课后延时服务模式,整体实现了课后服务义务教育阶段学校全覆盖、有需求的学生全覆盖。重结合。将课后服务与“双减”工作有机结合、一体推进,出台了《辽源市中小学课后延时服务费收费标准》《辽源市中小学课后延时服务实施办法》《辽源市校外培训机构治理办法(试行)》,明确培训资金可管可控,为全市校外培训机构减负创造了条件。抓宣传,重指导。加大对培训机构从业人员宣传教育力度,引导其向素质教育等方面转型发展;加大对继续从事教育培训行业人员的扶持力度,支持他们规范办学,确保民办机构从业人员思想稳定,消除潜在风险隐患。通过广泛宣传,目前,培训机构从业人员思想比较稳定,大局意识较强,积极配合教育部门推进“双减”工作。抓清理,明规范。市教育局、市发改委联合组织开展政府定价成本核算,抽取市直10家有代表性机构进行成本调查,制定收费标准;市教育局、市场监管局和民政局组织开展了义务教育阶段学科教育统一登记为非营利性工作,对非营利性培训内容进行了剥离,统计出12家培训机构继续选择非营利性;坚持规范和整治相结合,加大非法办学行为的查处力度。自“双减”政策实施以来,市本级查处和规范非法机构22家。

在“校外治理”上“严法度”“强力度”。抓机制,强保障。建立由教育

“双减”来啦,学校在做啥?

科作业集备、作业立项研究、精品作业分享等,真正把分层作业、特色作业、个性化作业、实践性作业落实到因材施教中。为加强作业统筹管理,设计了《周作业布置计划表》,以教研组为单位,在周五下班前将下周的学生作业提前进行详细规划设计,研究确定作业形式、内容、类别、时长等。在网络平台上组内成员参照和共享,并接受学校“双减”领导小组的审核、监管和指导。作业类型要涵盖口头、书面、阅读、实践、探究、自主等形式,作业布置分必做题、选做题及个性化的“五育”作业,体现分层训练和学生自主学习设计。鼓励教师把留给学生作业先试做一遍,预估完成书面作业总时长。“双减”政策下,这样的留作业方式赢得了家长的一致认可,真正做到了减负增效。

课后托管,个性设计,满足需求。按照上级有关课后托管服务要求,龙山区积极探索适合学生发展的课后服务模式。充分用好课后服务时间,指导学生认真完成作业,对学习有困难的学生进行补习辅导与答疑。遵循“三不”(即不上新课、不组织集体教学和补课、不加重学生负担)原则,通过经典诵读、益智课堂、劳动实践、体育锻炼、兴趣小组活动,打造特色教育,把“看护课”作为“第二课堂”,寓教于乐、寓教于趣,让课后托管生动活泼、精彩纷呈。仅多寿

路小学就开展了10大项目50余种课程。学校课后托管不仅丰富了学生的校园生活,而且帮助家长解决放学后接送学生、辅导作业的实际困难。为了让家长更好地了解课后托管服务开展情况,学校定期组织开展课后托管服务开放周和开放月活动,邀请家长走进校园,对课后托管服务开展情况提出合理化建议,以便学校不断完善管理水平、提升服务工作质量。2020年11月10日,首次家长开放周活动中,近5000名家长走进校园,以全新的视角走进学校课后托管服务工作中,进一步了解了“一静”的课后托管模式,切身感受足球、衍纸、琵琶、书法、播音等几十种特色活动课的丰富多彩。区政府分管领导、区人大代表和政协委员代表走进多寿路小学,看一年来课后托管服务工作的变化。通过实地走访,大家表示对龙山区课后托管服务工作十分满意。尤其是“双减”政策实施后,课后托管服务工作形式更加多样,真正起到释放孩子们童心的作用。