



# “双减”绽活力 一起向未来

## ——市第二实验小学“双减”工作侧记

全媒体记者 王惠

2022年寒假对于孩子们来说,有着不同的意义,这既是“双减”政策下第一个假期,又是提素增效的关键阶段,如何利用好这个没有繁重作业和各种课外班的寒假,对于市第二实验小学的师生及家长都具有非常重要的意义,如今,假期即将进入尾声,在学校的精心设计指导下,孩子们的假期过得如何呢?

感受年味,传承经典。寒假里正逢农历春节,利用这个传统节日,学校为学生们策划安排了相关的春节民俗体验活动,孩子们和家人一起写春联、贴窗花、包饺子、放鞭炮,走亲访友给长辈拜年,在这些活动中感受中华的传统民族文化,加深了亲情友情,也表达了对未来美好的祝愿。

感受冰雪,助力奥运。2月4日,北京冬奥会正式开幕,作为冰雪运动大省,吉林省有着得天独厚的冰雪资源,“双减”政策让孩子们有更多自由活动的空间。冬奥会期间,市第二实验小学

的同学们一边关注冬奥赛场冰雪健儿们争金夺银为国争光,一边切身体验,放下书本来到冰雪世界,滑雪、滑冰、玩雪圈、滑冰车、开雪地摩托……“奥运在北京,体验在四平”,孩子们在运动中体验冰雪魅力,助力北京冬奥。

感受历史,培树理想。为了让这个假期过得更有意义,春节前夕,市第二实验小学六年一班学生参观了四平战役纪念馆组织的“童心向党迎新春,岁岁铭记党恩”第二课堂活动,认真聆听四平四平战斗故事,重温家乡红色历史,缅怀先烈英雄事迹,接受爱国主义教育,牢固树立爱国主义理想,更加珍惜今天的幸福生活,从我做起,从少年做起,努力成为爱国主义思想的践行者与传播者。

感受责任,勇于担当。随着“劳动教育”进校园、进课堂,孩子们开始长大,假期伊始,校少先大队就在全体少先队员中倡导开展做爱劳动好少年活动,引导同学们利用假期适度参与家务



劳动,力所能及为父母分担家务,积累日常生活本领,增强动手动脑能力,真正让自己成为德智体美兼备的新时代好少年。

满载着收获的假期即将结束,新的



学年等着孩子们分享更多新鲜的体验,相信在新的一年里,市第二实验小学的全体师生们将一起向未来,虎虎生威比学习、生龙活虎强身体,共同开启全新的教学里程。



为了让学生们了解奥运精神和奥运会的有关知识,激发学生热爱祖国的情感,市第二十中学以北京冬奥会为契机,开展“请党放心冬奥有我”主题活动,倡导同学们在寒假期间积极参与冰雪运动。

全媒体记者 刘莉 摄



# 开展社会实践活动 增强学生爱国情怀

## 地直街小学校开展丰富多彩的寒假社会实践活动

本报讯(通讯员 金跃辉)今年寒假,是“双减”政策落地的首个寒假,为了让学生度过一个有意义的寒假,增强学生爱党、爱国情怀,近日,地直街小学校二(5)中队走进四平战役纪念馆开展“少年儿童向党”寒假社会实践活动。

在讲解员的带领下,同学们来到了展厅,这里陈列着一些珍贵的照片以及当时战场上使用的枪炮弹药,还有一些英勇的介绍。同学们被纪念馆内简陋的武器、破烂的军装、激烈的战斗深深地折服。同学们认真看,仔细听,用心记。一件件实物、一张张图片、一个个场景、一段段故事把大家带到了战火纷飞的战争年代,洗涤着孩子们的心灵。

同学们在四个展厅分别了解到四次战役的始末,第一次是四平解放战,第二

次是四平保卫战,第三次是四平攻坚战,第四次是四平收复战。每一次战役都有很多的英雄献出宝贵的生命,正是他们的鲜血和生命铸就了新时代篇章,正是他们无私奉献才换来我们美好幸福的新生活。

参观结束后,学生们纷纷表示,会加倍珍惜眼前所拥有的一切,为实现中华民族伟大复兴的中国梦而努力。

这次活动,拓宽了学生视野,重温了革命烈士的英雄事迹,感受到了革命先烈的建设和平、民主社会勇往直前的博大情怀。丰富了学生假期生活,树立了学生正确的世界观、人生观、价值观,鼓舞了少先队员们用实际行动缅怀革命先烈,树立远大目标和崇高理想,做一个对社会、对人民有用的人,为实现中华民族伟大复兴的中国梦而努力奋斗。



# 开学首日称体重 “这一课”上的好

## 教育时评

开学第一天,在杭州市新华实验小学操场上,五台电子秤一字排开,各班学生排着队,脱掉鞋,依次上秤。都说每逢假期胖三斤,孩子们经过长达近一个月的寒假后,体重变化是否合理?迎接学生返校学习,许多学校都在“开学第一课”上动足了脑筋。一般情

况下,大多数学校的“开学第一课”侧重于“迎新”,通过展望美好未来,激励士气,鼓舞信心。这个学期开学恰逢冬奥盛会,许多学校纷纷围绕这个全民关注的热点,结合本校实际,开展了形形色色的活动。百花齐放之中,杭城多所学校在开学首日称体重的画风,令人眼前一亮。据悉,除了新华实验小学之外,还有丁兰实验中学等学校的学生也接受了称重的考验。

称体重,这样的“开学第一课”有其重要意义。

首先,这不是为了迎新而迎新,而是对假期的一种“总结”。新华实验小学假期前给每个年级都布置了一些体育锻炼项目,但没有要求孩子们每天打卡,希望学生能够自觉地、因地制宜地开展体育锻炼。人都是有惰性的,尤其是自控能力相对欠缺的孩子,如果只有布置而没有“验收”,有多少人能坚持体育锻炼?开学称体重这样的“总结”,避免了每天打卡的繁琐,以效果来论英雄,值得点赞。

其次,加强了体育锻炼的理念。“完全人格,首在体育”,随着时代进步和相关政

策的出台,体育的重要性已经越来越被公众所认知。“双减”政策落地的第一个寒假,各种体育培训十分火爆,不少孩子在假期参加了少则一两个多则三四个体育班。

寒假里,从学科培训转到体育培训,无疑是一种可喜变化。社会公众的体育意识提升了,作为教育主阵地的学校更要将重视体育的理念落到实处,帮助学生养成热爱运动的良好习惯。因此,“开学第一课”称体重,其象征意义不言而喻。

(胡欣红)

# 让教育回归本真

## 我市推进幼儿园去“小学化”倾向、小学坚持“零起点”教学工作动员部署会召开



本报讯(通讯员 张蕾)为推进幼小科学有效衔接,杜绝“拔苗助长”式的超前教育,切实落实“双减”政策要求,减轻学生过重课业负担,促进儿童健康快乐成长,2月22日,四平市推进幼儿园去“小学化”倾向、小学坚持“零起点”教学工作动员部署会在市教育学院四楼会议室召开。

会议指出,去“小学化”倾向、坚持“零起点”教学是遵循儿童身心发展规律的需要,是落实“双减”政策、回应社会关切的重要举措,一定要高度重视、凝聚共识、务实举措、协同推进,全力打造四平市幼小科学衔接良好教育生态。

会议强调,推进工作是一项系统工程,要突出工作重点、狠抓任务落实,幼儿园要转变办园观念,遵循幼

儿身心发展规律,注重培养幼儿各种能力。小学要切实改变和坚决纠正忽视儿童身心特点和接受能力的超标教学、盲目追赶进度的错误做法,不得以任何理由压缩课时,增加难度、加快教学进度。要完善家校共育机制,加大社会宣传力度,形成全社会关心支持幼小衔接的良好氛围。要树立一盘棋思想,勠力同心、协同推进,以检查促规范,以督促促提升,以幼小衔接新成效引领新时代四平教育高质量发展新局面。

会上,宣读了《四平市推进幼儿园去“小学化”倾向、小学坚持“零起点”教学工作实施方案》,有关负责同志分别就小学“零起点”教学和幼儿园去“小学化”相关政策进行详细解读。

市教育局相关科室、市教育学院相关负责同志,各县(市)区教育局分管领导和科室负责人,市教育学院有关人员,铁东、铁西部分小学校长、幼儿园园长近100人参加会议。

# 锻炼动手能力 增强生活本领

## 市第十七中学校开展丰富多彩假期生活



本报讯(通讯员 耿威威)为贯彻落实“双减”政策,让学生们在家中可以体验丰富多彩的活动,市第十七中学校利用假期开展了丰富多彩的活动。

开展美好生活志愿服务活动,组织本校文化艺术志愿者开展“文化进万家”“文艺进万家”等活动,学生们在家中写春联、上门送福字、红红火火过大年,开展文明过节和劳动教育活动,倡导学生积极参与家务劳动、参与年夜饭制作,包饺子,懂得一粥一饭来之不易,开展“反对浪费、崇尚节约”志愿服务活动,弘扬勤俭节约美德、倡导光盘行动、文明节约过节。

通过假期开展的不同活动,学生们纷纷表示,这个假期收获满满,不仅积累了日常生活本领,增强了动手动脑能力,多种活动的开展也提升了传统文化的知识积累和家庭责任意识。

# 以良好心态开启新征程 帮学生积极面对新学期

## 铁东区开展班主任代表心理健康教育专题培训活动



本报讯(全媒体记者 刘莉)为帮助班主任进一步丰富心理健康知识,提高心理健康水平,缓解开学前焦虑情绪,在“双减”背景下,改变自己的内在状态,提高自我调适能力,愉快、高效地开启新学期的工作。2月23日,铁东区教育局以“传递能量 扬帆再起航”为主题,开展了铁东区班主任代表心理健康教育专题培训。

此次培训由国家二级心理咨询师、家庭教育讲师团成员强艳玲老师带领大家分三部分进行。第一部分团建活动中,强艳玲老师通过压力测试、桃花朵朵开、穿针引线等一个个解压小活动使教师们放松心情、舒缓情绪,全场气氛轻松愉快。

第二部分参观第二中学的心理功能室,教师们纷纷表示,同学们能有这样的放松场所,对大家缓解心理压力会产生积极作用。第三部分在中央路小学五楼沙盘室操作沙盘,强艳玲老师带着大家用手抚摸着熟悉又陌生的细沙,通过沙盘、沙件从心理感受入手,和内心深处的自己进行链接,触碰到自己内在深处的情绪,并用其自身的力量帮助教师缓解身心压力。

培训结束后,班主任们纷纷表示,这样的培训真的非常有益,大家减轻了内心的焦虑及消极的情绪。他们要用最好的心态开启新征程,并帮助学生们用积极的心态迈入新学期。

快。第二部分参观第二中学的心理功能室,教师们纷纷表示,同学们能有这样的放松场所,对大家缓解心理压力会产生积极作用。第三部分在中央路小学五楼沙盘室操作沙盘,强艳玲老师带着大家用手抚摸着熟悉又陌生的细沙,通过沙盘、沙件从心理感受入手,和内心深处的自己进行链接,触碰到自己内在深处的情绪,并用其自身的力量帮助教师缓解身心压力。

培训结束后,班主任们纷纷表示,这样的培训真的非常有益,大家减轻了内心的焦虑及消极的情绪。他们要用最好的心态开启新征程,并帮助学生们用积极的心态迈入新学期。