

# 宜君县拨动“双减”琴弦 提质减负促进学生成长

通讯员 王歆浩

## 办全省一流基础教育

如何让“双减”政策落地有声，既减轻学生的课业负担，又进一步提高学习的有效性，实现学生全面发展？宜君县的教育答卷格外亮眼。在“发现教育”理念的指引下，宜君县教育系统在改革中求发展，在创新中求跨越，实现减负、提质、增效目标，促进学生素养全面提升。

### 拨动“双减”琴弦 奏响“提质增效”乐章

“自‘双减’政策实施以来，宜君县城关第二小学秉承让每朵花儿灿烂绽放的办学理念，强化管理，综合施策，营造良好校园生态，通过提质课堂增效、优化作业管理、赋能课后服务等举措，推动‘双减’政策落地见效。”宜君县城关第二小学负责人说道。

在“双减”背景下，课堂教学改革面临新挑战。宜君县城关第二小学聚力于科任教师，聚焦于常态化课堂，不断提升课堂教学品质，使核心素养有效落地。学校组织各教研组利用每周教研时间，学习课标、研学教研、观课议课，引领教师在教学实践中潜心打磨锤炼，互相学习，共同进步，不断提升教学内功，确保“减负不减质”，促进学生全面发展。

同时，学校组织各教研组优化作业设计，注重作业的针对性、层次性、丰富性，做到作业要公示，总量要控制，内容要丰富，各年级组做好作业统筹，确保学生能在规定的时间内保质保量完成。每天课后延时服务时间，各科教师对学生进行辅导，为学生答疑解惑，确保学生在离校前完成作业，使作业管理“减”之有效，“施”之有道。此外，学校结合实际情况，发挥教师特长，根据学生的兴趣爱好，成立了篮球、足球、武术、轮滑等丰富多彩的社团，学生们自主选择，走班上课，充分满足了个性化发展需求，让学生们的身心得到了放松，精彩的课程为学生的成长增强了“体能”。

### 丰富课后服务内容 提升延时服务实效

宜君县城关第一小学依托延时服务提升教育服务水平，促进“双减”落地见效。学校及时设立了作业辅导、自主阅读、特色社团、劳动技能活动等课后服务活动。安排教师提供个别作业答疑辅导，辅导学生完成当天课后作业，开展自主阅读社团活动，发展学生个性特长，激发学生兴趣。

“学校根据教师特长，充分利用功能部室、体育馆、图书馆等场地资源开展课后服务工作，发展学生



宜君县城关第一幼儿园开设STEAM教学，鼓励孩子在科学、技术、工程和数学领域的发展和提高，培养孩子的综合素养，从而全面提升其竞争力。  
通讯员 杨颖霞摄

特长爱好。”宜君县城关第一小学负责人说道。

该校多措并举，践行立德树人教育目标，以班队会活动为抓手，开展内容丰富的德育教育活动和德育实践活动。依托社团、运动会、文艺汇演、素质展演等活动因材施教，挖掘学生潜能，培养特长，促进学生健康、快乐、全面成长。注重学生体育锻炼，开展了激情跑操、韵律操、快乐跳绳、传统体育等活动，促使学生养成良好的体育锻炼习惯。

“以前学习感觉很累很吃力，成绩也提升得慢，现在学校活动多，社团也多了，我学到很多课外知识，学习也不吃力了，成绩也在逐步提高。”宜君县城关第一小学四年级学生朱子轩高兴地说。

### 从读“课本”到懂“生活” 劳动促进身心成长

自“双减”工作开展以来，宜君县棋盘镇中心小学以精准化管理为切入点，从优化作业设计，开展社团活动，建设劳动基地等多方面着手，把“学知识”和

“育人才”紧密结合，努力实现提“质”减“负”。

为打造高效课堂，实现“减负提质”，学校积极推进课堂教学改革，不断改进、完善教学模式，多次开展赛教、听课、评课、教研等活动，后又采取“师徒结对”帮扶措施，由经验丰富的教师帮助年轻教师提高业务能力，促进快速成长。

学校为了培养学生热爱劳动、积极劳动的良好习惯，专门创建了劳动基地，基地由各年级各班承包管理，学生们撒下种子，亲自采摘胜利的果实。学校采用劳动课、家务劳动、实践劳动三结合，让学生从读“课本”到懂“生活”，在劳动中发展学生身心，促进学生德智体美劳全面发展。宜君县棋盘镇中心小学负责人说道。

“现在，我们每天都感到非常快乐。课后服务课堂生动有趣，我们在学校就可以参加自己喜欢的活动。”宜君县棋盘镇中心小学三年级(1)班学生陈少军说。



今年，我市继续全面落实“双减”政策，开启课后服务，让广大中小学生学习之余参与和融入体育运动，促进青少年学生身心健康协调发展。图为3月20日，王益区红旗街红军小学舞蹈社团的学生们在认真练习舞蹈动作。  
本报记者 袁欣摄



# 铜职院女子篮球队首次入围省大学生篮球联赛(三级联赛)四强

本报讯(通讯员 文博)3月18日，陕西省大学生篮球联赛暨CUBAL预选赛二、三级联赛在西北工业大学落下帷幕。铜川职业技术学院女篮经过两周鏖战，首次进入复赛，收获三级联赛第四名的好成绩。

赛前，铜川职业技术学院统筹安排，依托第二课堂女篮社团，精心选拔运动员。教练员科学合理制定计划，从细节做起，狠抓队员基本功训练，反复进行技战术训练。赛场上，队员们发扬“顽强拼搏、不畏强敌、团结协作”的精神，充分利用球队特点，发挥自身速度快、灵活多变的优势，从防守做起，积极拼抢，利用快攻打出精妙配合，频频取分，最终取得一场胜利。

据悉，本次比赛由中国大学生体育协会、陕西省教育厅共同主办，陕西省学生体育协会、西北工业大学承办，分别设有男子组和女子组共4个组别，吸引了全省60余所高校109支队伍、1975名球员参赛，每个组别的优胜队伍将代表陕西参加CUBAL分区赛。

# 市教育局开展2022年度民办学校年检工作

本报讯(通讯员 负延新)为进一步加强民办学校管理，规范办学行为，推动民办教育事业持续健康发展，近日，市教育局带领相关科室成员对铜川阳光中学、铜川铜鼎学校、铜川耀州锦阳公学、铜川耀州区永乐学校4所民办学校进行了年检。

检查组对照《铜川市民办中小学校2022年度检查指标体系(试行)》7个一级指标、30个二级指标，通过听汇报、查资料、实地查看、师生座谈、召开反馈会等方式，对4所民办学校的党的建设、办学条件、依法治校、财务资产管理、办学行为、师生权益、年检整改等工作内容进行了全面检查，对学校存在的问题提出整改意见并印发整改通知书。

检查组表示，市教育局将紧盯问题整改，适时组织“回头看”，督促和指导全市民办学校依法治校、规范办学，进一步提升办学水平，提高办学质量，促进全市民办教育健康规范发展。

# 省教育厅对王益中学创建省级标准化高中进行评估验收

本报讯(通讯员 靳峰)近日，省级标准化高中评估验收专家组一行11人，通过听、看、查、访等形式，对我市王益中学创建省级标准化高中进行评估验收。

专家组从学校管理与文化建设、课程教学与教育科研、教师队伍与发展、基础设施与装备、学生发展与服务、学校与社会六个方面对王益中学创建工作进行了全面检查评估。专家组共查看功能部室86个，查阅档案资料358分，查阅领导、教师教案及听课记录47本，听课28节，与15名教师、20名学生、15名家长进行座谈。

在反馈会上，专家组一致认为王益区委、区政府能积极履行教育职责，高标准建设王益中学，体现了当地政府对教育的一贯重视和鼎力支持；王益中学校园布局合理，功能部室齐全，校园文化建设特色突出，校本课程独树一帜，德育活动注重学生健全人格培养，有力促进学生全面发展。建议王益中学应以此次省级标准化高中创建为契机，大力加强教研工作，深挖“益文化”内涵，做好“三个课堂建设”，强化青年教师培训，健全整合学生综合素质评价资料，形成具有鲜明特色教学的育人新品牌。

# 云梦乡卫生院送健康知识进校园

本报讯(记者 李阳)为进一步做好校园春季各类传染病预防和控制工作，普及师生卫生健康预防知识，日前，宜君县云梦乡卫生院开展了春季传染病预防知识讲座进校园活动。

云梦乡卫生院医务人员先后到乡中心小学、幼儿园为全体师生及部分学生家长开展健康知识讲座。讲座中，医务人员就春季传染病的流行特点、临床症状和预防措施、常见传染病的消毒方法等进行了详细讲解，并结合当前校园极易高发的流感、手足口等春季常见病毒的预防知识进行了重点培训。随后，卫生监督协管员对学校食堂进行了督导检查，重点对饮用水安全、厨房卫生和食材保存等情况进行了现场指导。

通过此次讲座，让学生、老师及家长了解了春季传染病防控知识，加强了师生传染病的防控能力和自我保护意识，促进了学生们养成良好的卫生习惯，受到了家长和老师的的好评。

# 别了吧，网络烂梗！

袁欣

“come on的喂，ABC”“英雄可以受委屈，但是你不能踩我的切尔西”“你这个老六……”“好好蓝色妖姬你不爱，非要在渣男身上找存在”“栓Q”“芭比Q”……如今互联网“黑话”已然成了小学生中非常流行的社交方式了，似乎不说几句这样的话就显得不够“潮酷”。甚至在一些学生看来，不说这样的“流行语”就意味着“不合群”，显得是个“异类”，就会被“边缘化”甚至被排挤。

这些来自网络主播或是游戏中的梗，其本身没什么营养，甚至有些还显得“社会”，这些话从充满童真的孩子口中说出，听起来异常刺耳。

一些老师表示，学生们干了坏事张口就是“完了，芭比Q了”，就连作文中也不时会见到“绝绝子”“YYDS”等网络热词，学生在被指出来时甚至根本不觉得自己有问题，好好说话现在居然都成为一种“奢望”。

2023年3月7日，人民网在《不能让恶俗的网络烂梗毒害孩子》一文中指出，网言网语不等于奇言怪语，也不等于胡言乱语，更不等于污言秽语。玩梗需要智慧，比如有时得会抖机灵，有时得会说金句，有时还需要有创新。但一些网络烂梗，之所以烂，就在于它们太无趣、太无聊、太恶俗，跟创意挨不上边。

但也有人认为，网络热词也是一种语言表达和情绪表达的自由，语言的时代性决定了它需要迭代和演进，但有一点别忘了，网络热词特别是网络烂梗不应该不分场合地被滥用，处在知识黄金时期的学生们不应该再接受网络的荼毒，精神世界更不应该被侵蚀。对于那些充满健康、活泼俏皮的网络语言，我们可以用来点缀生活，但对于一些低俗的、毫无营养的“烂梗”要坚决说不。

别了吧，网络烂梗！大家共同努力，让网络环境更清朗，让学生的语言环境更健康。

# 耀州区中小学生学习实践活动有声有色

本报讯(通讯员 肖胜利)近年来，耀州区十分重视中小学生学习实践教育基地的审批和运行工作，积极开展丰富多彩的学习实践活动，引导青少年学生在综合实践教育中不断提升自身的综合素质和实践能力。

随着耀州区民俗文化产业园、照金美术创作教学基地等一批市区级中小学生学习实践教育基地的命名，目前耀州区已拥有区级中小学生学习实践教育基地8个，市级中小学生学习实践教育基地10个。中小学生学习实践教育基地的审批和运用，为该区中小学生学习开展学习实践活动奠定了基础。

追寻红色记忆，传承红色基因。积极开展“传承红色基因 争做时代新人”红色教育主题研学实践活动，活动围绕照金红军小学、照金北梁红军小学、陕甘边照金革命纪念馆、薛家寨革命遗址、陈家坡会议旧址和中国照金国际营地等研学实践教育基地开展。照金红军小学、关庄镇关庄初级中学、庙湾镇中心小学等校组织师生到陈家坡会议旧址、登薛家寨，追寻红色足迹，缅怀革命先烈；耀州中学、照金北梁红军小学、锦阳路街道中心小学、阿姑社小学等校到中国照金国际营地进行爬网墙、过独木桥、走钢丝、踩梅花桩等户外拓展训练，通过观看红色电影，在活动中挑战自我、突破极限，学生们亲身体验了革命先辈在战斗年代的艰苦生活，增强了他们的自信心、磨炼了意志。关庄镇柏树塬小学组织30余名留守儿童开展了“传承红色基因 争做时代新人”红色教育主题研学实践活动，通过活动引导留守儿童汲取

奋进力量，听党话，跟党走，争当新时代的好少年。

弘扬药王文化，传承药王精神。耀州区组织专家编写地方校本教材《青少年养生教育读本》，免费发放给中小学生学习使用，并充分利用药王山、药王故里地域优势，组织师生前去参观，并积极参加区上组织的“二月二颂药王”庙会系列活动。柳公权初级中学开展“优秀历史文化知识进校园”活动，让学生全面了解家乡发展、历史文化等方面成就。

参加传统仪式，感受民俗文化。该区组织学生在文庙、药王故里举行“成人礼”“成童礼”仪式，通过拜药王迎圣像、敬先圣承教诲、谢父母感恩恩等，教育学子们以德养心、立志成仁，使他们懂得了父母恩、师生情，从小树立自强不息、回报社会、报效祖国的高远志向。

培育文化自信，弘扬耀瓷艺术。该区组织中小学生学习到耀瓷小镇开展研学活动，通过近距离观赏使同学们感受到耀瓷千年神韵和深厚底蕴。董家河镇中心小学充分发挥耀瓷耀州窑近、就地制陶作坊的优势，编写校本教材《耀州陶瓷》，学校建立陶艺工作室，聘请制陶艺人给学生上课，制陶社团已成为该校开展学习实践活动的一大特色。此外，该区各校还



把学习实践活动纳入学校教育教学计划，促进学习实践活动与学校课程、德育体验、实践锻炼有机融合。利用于右任纪念馆、老舍纪念馆、林徽因故居、耀州名人馆、鹳子高三武馆以及照金红色文化旅游、小丘现代生态农业生态田园等中小学生学习实践教育基地，积极开展“寻访红色足迹”“美丽耀州行”“历史的邀约”等研学实践活动，让中小学生在活动中感受“古耀州”厚重的历史文化韵味和“新耀州”创新性发展的辉煌。