

## “双减”之下，教师迎来职业生涯“拐点”

中青报·中青网记者 王磊 王海涵

刚刚过去的这个春节，安徽省合肥市淮河路第三小学数学老师夏菁也难得追起了热播大剧《人世间》。这部追溯中国百姓50年生活史的影视作品，让年过五旬的她收获了热泪盈眶的情感共鸣。

当年师范毕业，夏菁服从分配，在合肥最偏远的村小坚守了整整9年，把最好的青春年华献给了农村学生，后来调入城区的名校，在基础教育跨越式发展进程中，逐步成长为资深的教学名师。一路走来，夏菁身上折射出教师这一职业群体的坚韧品质与奉献精神。

《人世间》也被视作一部改革史，在其中能真切感受到改革给个体带来的洗礼与阵痛。不仅是对夏菁这样临近退休的老教师来说，包括新入职的95后教师，“双减”无疑是教师群体必须面对的职业生涯“拐点”。减少了作业和考试，这书到底该怎么教，才能确保减负增效？这是他们终将面对的一道时代考题。

离开了大量的作业和考试，是不是真的不会教书了？

“双减”政策出台倒逼着教育教学改革加快进程、走向纵深，作为改革的关键实践者，教师只有自我变革，才能突破职业发展的瓶颈，顺利转型。

正如采访中一位教师所言：“双减”的焦点不仅在学生身上，也在教师身上。

2021年9月，95后童玉顺利通过合肥市“入编”考试，成为公办学校的一名语文教师，在此之前她有过两年的代课教师经历。对她来说，“双减”是正式的职业生涯起点，也是教育观形成的“拐点”。

“过去，大量的作业、考试就像一条‘隐形’的鞭子，老师就是这么教的，我们也是这么学过来的，都习以为常了。”童玉坦言，“入职学习双减政策的那一刻，真的懵了，猛然意识到，考试排名、留堂之类的做法已经不能再用了。”

童玉原以为，两年的代课经验会让她轻车熟路地走上职业轨道，现在她意识到，“要想站稳讲台，真的很难”。

在“双减”实施之初，面对身边有些茫然的同事，淮河路第三小学校长李霞这样反问：“如果离开了大量的作业和考试，我们是不是真的不会教书了？”

不少教师开始主动检视自己的教育理念与教育规律之间的差距，一时间围绕教育理论的读书分享活动骤然升温。就连夏菁也学着年轻人，在手机上收听教育名家魏书生的讲座。这一轮集体“充电”，无疑是在为接下来的改革厘定方向，也在为下一次的跃起“深蹲蓄能”。

“教师的角色已经从‘传输者’向‘引导者’‘陪伴者’转变，如果还停留在‘包办’学生学习的观念上，只能无路可走。”李霞说，大家逐渐形成共识，过去的教法已经行不通了，“双减”就是要减去知识的重复灌输与枯燥练习，在有效的课堂教学和作业中，聚焦学生学习的兴趣以及核心素养与自主学习能力的培养。

在童玉看来，现在想着职称、评奖之类的事还有些远，首要之务就是把新的部编语文教材吃透，把书教好。她想尽办法创新教学手段，在课堂上引入视频材料，激发学生的兴趣，早上带着学生一起晨读，抽查字词，巩固知识。

教研不再是个别名师的“单打独斗”，必须集体作战

“学科类培训机构大幅度缩减，对学生的考试成绩影响是客观存在的，此外，过去我们的教研、备课，多数研究的是教材、教法，指向是如何教，而现在的备课要尽快转向研究学情、学法，

重点关注学生如何学,尤其是学情变化带来的不确定性。”合肥当地一位教育界人士向中青报·中青网记者分析。

在合肥市庐阳中学校长汪晓军看来,离开教研水平的提升,“双减”难以贯彻落实。当前形势下,教研不再是个别名师的“单打独斗”,必须开展集体教研,实现整体提升。

为此,该校加大了“大单元集体备课”的力度,除了每周的例行备课外,各学科每月都要开放3次备课展示,每次中层以上行政人员参与集体备课,并在教研群中逐个点评。在汪晓军看来,这一“刚性”要求让教研活动更加规范化,也让很多新入职的年轻教师有了快速成长的学习路径。

另外从教师减负的角度来看,作为集体备课的成果,多媒体课件可以在同学科教师之间分享,再结合各自班级学情进行完善,从而提高了备课效率,也为教师减负。

这学期在淮河路第三小学,安徽省特级教师李霞牵头的“故事语文”课改全面铺开。其实早在8年前,她和团队成员就认识到:教学方式僵化、内容固化,导致学生对语文学习无趣,阅读视野狭窄,难以整体提升语文素养。学科素养单一化,难以形成适合未来发展的跨学科综合素养。

为此,团队持续探索利用故事资源重构课堂新样态,横向打通学科壁垒,强化故事语文与其他学科的整合,纵向打通学段,贯通小学六年学习生活,实现持续和深度学习。同时改变传统纸质作业形式,在听说、读写、思辨中达到“培根铸魂、启智润心”的教育目标。

现在,在学习二年级课文《雾在哪里》时,教师摒弃传统教学的讲读模式,在多媒体图片创设故事情境后,聚焦“雾孩子”的三句话,组织学生个别读、同桌合作读、师生对读、学生戴头饰表演读,让学生内化故事语言,在情境中识字,起到事半功倍的效果。

这项持续8年探索的研究成果就在去年荣获合肥市首届基础教育成果奖一等奖。在“双减”全面实施之际,以李霞为代表的青年骨干教师的提前“试水”,为课改提供了理论支撑。

为了帮助年轻教师走出教育教学的适应期,童玉所在的学校正在开展“青蓝结对”工程,担任师傅的都是市区级骨干教师,与年轻教师捆绑教研,陪伴成长。此外,每日阅读打卡、每周粉笔字打卡等一系列教学基本功训练,促使这些年轻教师勤练内功、夯实基础。就在年初,学校还举办了“吐槽大会”,青年教师吐槽工作中的难题,“经验型”教师支招,关注教师的心理健康。

“年轻教师的可塑性更强,他们的创新意识和信息化技术优势不久就会显现出来,在某种程度上,‘双减’为教师职业发展提供了更大的可能性。”采访当天,庐阳中学校长汪晓军刚刚结束与庐阳中学新入职教师的座谈会,他告诉中青报·中青网记者。

学生作业的创新设计对教师提出更高要求

对于基础教育教学改革来说,学生作业的创新设计既是突破点、切入点,又是难点、关键点,对于教师的教研水平提出了更高的要求。看似平常的这项工作,往往要借助团队的力量,经历一轮轮的头脑风暴和反复打磨。

对此,李霞深有感触。去年寒假之前,她向教师提出一个要求,能不能一改之前学科各自布置假期作业的传统模式,各个学科共同布置一个“融合性”作业。

“用了一周多时间,交到我手上的时候,已经是第三稿的方案了,看起来五花八门,可能大家在理解上还是有偏差。”为此,她熬夜加班改出了最终方案,得到了大家的一致认可。

对4年级学生来说,这项凝结集体智慧结晶的假期作业,在实物呈现上就是一个纸质转盘。每个学生将自己制作的转盘划分为不同区域,将每天的学习内容标注在上面,每天早上随机旋转指针,按照指示内容完成学习任务。有趣的是,如果指向“免作业”,当天还能休息。

“学生可以在扇形区域标志各科内容,根据自己的情况,设计不同大小的区域,安排学生任务。”一位教师分析,这项作业既锻炼了手工能力,也诠释了五年级将学到的数学“可能性”概念。“有的孩子故意放大‘免作业’的扇形区域,看来是真的理解了‘可能性’。”她笑着说。

在淮河路第三小学,集体教研充分发挥出老中青教师的各自优势,七巧板拼图、种子生长纪实、阅读思维导图等全学科“趣”作业的开发,让人耳目一新,在夯实学科知识基础上,鼓励学生动手动脑,培养创新意识。

改革总是让有准备的人脱颖而出。对合肥市庐阳中学 70 后的数学名师匡浩来说，“双减”的到来并没有给他平添多少“束手无策”的焦虑感。

早在一年前，匡浩就启动了“每日一题”的课堂实验，以学习小组为单位，每天优选一道初中数学题，共同研讨解题方法，学生进行讲解，教师对此点评。“这就好比每个人都有一把解题钥匙，讨论完善之后，发现了更多的钥匙，提升了学生的思维能力，也培养自主学习能力。”他总结道。

他用手机把学生在讲台上讲解的过程录制成短视频，每周在自己的微信公号 and 班级的 QQ 群里进行发布，累计已有 200 多期。在他看来，视频的发布激发了学习兴趣，带动了学习氛围的形成。通过教师“少而精”的精选练习，达到事半功倍的效果，也切实减轻了课业负担。

中青报·中青网记者在庐阳中学的一楼看到，每个班级的每天作业情况整齐地张贴在公示栏上。该校还新近出台了“作业熔断机制”，切实为不能及时完成作业的学生减负。

据庐阳中学校长汪晓军介绍，在刚刚过去的寒假，该校组织教师集体编写了校本寒假作业。“这样的作业更加符合自己学生的学情，我们希望实现‘一课一辅’，把孩子从课后辅导资料中解放出来，为他们减负。”

就在中青报·中青网记者到访庐阳中学的当晚，合肥市教育局在官方微信公号发布了“加强初中校内减负工作 15 条”，挥出重拳，直击“在校时间长、作业时间长、考试次数多、占课情况多、睡眠时间少”等痛点、难点。

“中考只有 3 个月了，在这个时间节点上，这条政策的出台足以显示教育部门的决心，必须为初中生减负！”一位合肥教育界人士向记者分析，学校和教师都已认识到，这场改革只能前进，不能回退，必须让教育回归本原。

不少“功成名就”的骨干教师积极性再次被激发

双减之后，小学一二年级不能布置书面作业，课后社团活动时间增多，如何确保接受能力存在差异的学生都能掌握应会的知识点，这是一道亟待攻克的难题。为此，有着丰富教学经验的夏菁从高年级调到了一年级。

“过去有作业进行强化，还能把个别学生留下来，有针对性地辅导，拾遗补缺，现在都不行了，只能向 40 分钟的课堂要效益！”作为一个临近退休的教师，夏菁在校内率先尝试使用信息化教学手段，这让同事颇感意外。

儿子前往美国读博士之前，夏菁特意让他协助自己做好了一到六年级的数学教学软件。“PPT 演示起来更直观，当然要用起来，不过传统的方式也不能丢！”

曾在农村学校任教的这段经历让她深深意识到，不能放弃一个落后学生，否则就是教师的失职。让这位同事和家长眼中的“严师”津津乐道的是，自己带过的一个来自农村的“学困生”，后来考上高职，成为一家餐饮企业的管理者。

她所谓的“传统的方式”就是“见缝插针”，整合学生在校期间的碎片化时间，对他们的接受情况进行检查，及时了解学情，动态调整教学策略。每天她都会雷打不动地提前 20 分钟出现在教室，看见学生就会“逮”在身边，逐个抽查上节课的知识。

“上课铃一响，我就会立马‘冲’上讲台，生怕浪费了一分钟时间。”她解释道，现在每天只有一到两节语文、数学课，绝不能占用其它时间，教师普遍感到，如果上课不抓紧，教学任务都难以保证。

课堂的节奏明显变快了。作为夏菁的同事，方华梅也有这种紧迫感。尽管教了 30 多年的数学，现在每天上课前，她都会把书上的题目重新做一遍——就是要站在学生的角度，感受一下哪些环节存在难点。“过去，我们可以通过作业的反馈来了解学情，现在则需要提前预判，对可能出现的难点进行重点讲解。”

在方华梅看来，对低年级学生来说，对于数学运算，从“陌生”到“理解”再到“熟练”，这是一个必须依靠多次练习才能实现的过程。既然课后不能留作业，课上必须补起来。为此，她

会在一张 A4 纸上列出重点的题目，发给学生随堂检测。

她统计过，一堂课下来，在讲台下至少要巡视 30 多圈，检查学生的正确率，当场批改。对这个年纪的教师来说，体力和精力都是一个考验。

匡浩近来发现，“双减”之后，身边 80 后、70 后教师的教研积极性又一次得到激发。一个明显的信号是，学校鼓励“功成名就”的骨干教师再次走上比赛舞台，继续在交流中学习、提升，同时在校内发挥引领示范效应。在不久前庐阳区初中数学命题大赛中，匡浩与同事徐烈虎获特等奖，另外 3 名教师分获一二等奖。

在淮河路第三小学校长李霞看来，面对“双减”，不少中年教师丝毫没有“躺平”的念头，对于课堂教学抓得更紧更严。“他们中不少都是教学名师，有过辉煌的成绩，出于职业责任感和荣誉感，积极融入到这场改革中来，这也为青年教师作出了表率。”

就在当天与新入职教师座谈时，庐阳中学校长汪晓军这位教育界的老兵还是激情满怀地与在座的师范毕业生谈起了当初的教育理想。

“当初我们为什么要当老师，我们在大学里接受的是什么样的教育思想，我们究竟希望看到什么样的教育……”汪晓军感慨，“埋头行走太远，总要仰望星空，我们这些教育人，理想主义情怀不能熄灭，对教育规律的追求不能止步。”