

当假期告别“第三学期”

——“双减”后首个寒假观察

“双减”政策全面落地后的首个寒假，孩子们过得怎么样？

记者在各地采访时发现，在政策有力引导下，这个寒假正在进一步告别“第三学期”的旧有印象，孩子们摆脱了繁重的作业，不用“背着书包在补习班转场”，而大多是在运动场锻炼、享受免费阅读、体味劳动乐趣。

放下书包 在运动、兴趣拓展中寻找乐趣

“不用像过去一样赶场上补习班了，可以做自己喜欢的事情。”辽宁沈阳铁路第五小学长白岛二分校4年级学生董沫含开心地说。

寒假期间，她时常早早来到白清寨滑雪场，开始单板滑雪前刃和后刃技巧的练习。“每天锻炼1小时，完成！”

每天早晨8点起床，先进行1小时课业学习，然后安排书法、绘画阅读和户外运动……这是广西南宁滨湖路小学5年级学生丁宇宸为自己制定的寒假作息时间表。

“孩子自由支配的时间更多了，能尽情做自己喜欢的事情，感觉他变得更快乐了。”丁宇宸的妈妈孙洁晶说，“双减”后，自己本来有些焦虑，但发现孩子反而更自觉了，每件事也能认真投入。从前较少运动的丁宇宸还在假期学会了游泳，在运动中找到了乐趣。

过去，寒暑假历来是学科类校外培训的“黄金期”。假期开始，教育部印发通知，要求各地认真做好寒假期间“双减”工作，严防义务教育阶段线下学科类培训机构违规开

班、面向3岁至6岁学龄前儿童的培训机构违规开展线下学科类（含外语）培训等问题发生。

记者近日走访了宁夏银川10余家学科类培训机构，发现“校外培训机构不得占用国家法定节假日、休息日及寒暑假组织学科类培训”的规定得到了较好落实，众多培训机构已大门紧闭，透过玻璃望进去空空如也。

在广东省广州市黄埔区，一些中学生正走出书本，走进自然和社会生活，参加寒假研学活动。活动首日，孩子们来到谷丰园农耕文化公

园，近距离观察不同类型的树木，了解关于树木的知识。他们可以自己设计研学路线，参观广州海事博物馆、北斗博物馆和无人机展览馆等，在不同场所体验不一样的精彩，收获不一样的知识。

西藏自治区拉萨市教育局青少年实践基地举办了为期三周的“寒假兴趣班”嘉年华活动，内容包括阳光足球、快乐篮球、少儿搏击、六弦琴等。“我很享受兴趣班的每一堂课，还可以交到很多新朋友。”学生旦增益西一边换球衣一边开心地说。

以实践类为主 寒假作业基本告别“题海”

记者采访发现，这个寒假，在“双减”政策下，少了“写写写”的书面作业，多了“玩玩玩”的新颖实践，孩子们有了更多思考、创新探索的时间与空间。

“上午：叠被子、扫地、书法、读书；下午：洗碗、擦桌子、跑步、骑自行车；晚上：洗袜子、拖地、写日记……”这是河北省石家庄市神行小学3年级学生朱延锦的寒假作业表。

北京市4年级学生孟萱雅的寒假作业目前已基本完成。“这是我和3个同学一起完成的科学作业，用废

旧材料和手工的方法设计一辆有动感的车。”她说，经过多次试验后终于成功了，非常自豪。

孩子们的作业中，“冬奥”“虎年”等元素频繁出现，备受欢迎。安徽省合肥市兴海苑小学的学生们收到了一份别样的新年礼物《“虎”年特色寒假活动手册》，充满浓浓的虎年趣味。活动手册通过“阅读虎”“劳动虎”“健康虎”“爱国虎”等板块，引导“小老虎们”在这个假期里爱阅读、多劳动、勤锻炼，感受年俗、健康防疫，关心冬奥等国家大事。

为了让孩子们在实践中学到东

西，老师们在作业设计方面下了很大一番功夫。

北京市朝阳区教科院副院长曾庆玉说，教研部门组织了15个学科的教研员对各校寒假作业进行指导，寒假作业涵盖语文、数学、英语、音体美、劳动在内的各个学科，内容丰富、形式多样、图文并茂，注重学生个性化需求的满足。

“在寒假作业设计中，我们遵循个性化、弹性化的原则，呈现给学生的是一种‘菜单式’的寒假作业。”北京教育科学研究院大兴实验小学教师陈飞宇说，比如数学作业，重点不

是做题，而是引导学生关注生活中的数学。小学低年级同学可关注过年收的压岁钱、办年货的购物清单、购买物品的价格标签等，高年级同学可以通过动手设计书包等方式，把“测量”相关的知识点用起来。

在山西太原，一学生家长李晓婷说，陪伴孩子完成实践作业的过程中，亲子关系和家庭关系变得更加和睦。“以前一让孩子写作业，孩子紧张，家长发愁。现在的作业多元灵活，学到的知识却一点也不少。”她说。

更快乐的假期 更有意义的成长

“大家注意看我示范，两指要对准胸腔处，再将另一只手掌按在手指上，两只手开始向下按，身体重心压在手掌上……”1月19日下午，重庆市潼南区“七彩假期”2022年寒假公益托管班的80多名孩子分成小组，在志愿者老师的示范下学习心肺复苏的知识。

负责人熊佳介绍，这个公益托管班由当地青少年活动中心举办，不收取任何费用，目的是为了缓解中小学生在假期“看护难”问题，帮助孩子们度过一个平安、有意义的假期。

美术绘画手工、国学经典诵读、安全自救知识、拔河跳绳比赛、乡村振兴研学……在这里，主办方结合学生的实际情况和志愿者老师的专

业特点，精心设计了丰富多彩的兴趣实践课程，受到学生和家长的欢迎。

经过暑期的初步实践，很多学校的寒假托管班办得更加有声有色。

广州黄埔区九龙第三小学是一所农村小学。该校寒假托管班巧妙地设计了“图书修复课”，将劳动课与美术创作结合起来。校长林绮芳把学校图书室的旧小人书拿出来，教孩子如何粘贴修复，自己画出新封面替代旧封面，让具有年代感的小人书旧物换新颜，让同学们感受到劳动也可以这么“生动”。

“双减”政策之下，一些家长的理念正发生改变，从过度关注学习成绩到更关注孩子全面成长，注重

亲子互动和陪伴。

“过去自己和孩子都很累，但不见得效果有多好。”李晓婷说，在“双减”大环境下，自己也在反思过去的教育观念和方式，“分数不能成为衡量孩子的唯一标准，健康、全面成长更加重要”。

银川市一年级学生刘禹圻前几日和妈妈一起做了顶“老虎帽”。他先用水彩笔和橘色卡纸画出老虎的样子，再沿着线条剪出来，最后组装成一个帽子。尽管在此过程中几次返工重画，但这位小男孩没有灰心丧气，最终在妈妈的帮助下做好了。

妈妈李芸说：“在我们一起做‘老虎帽’的过程中，我看到了他的长处，如喜欢琢磨着做些小东西，也看到了他在动手灵活性方面的不

足。作为父母，要给他更多鼓励与支持，陪伴他慢慢长大。”

在甘肃兰州，一学生家长陈亮颇有感触地说，“双减”减掉了孩子们机械重复的作业负担，减掉了周末匆匆“赶班”的疲惫。同时又增加了许多：孩子与家长互动沟通多了；孩子选择兴趣的自由度大了……心灵更澄澈，发展更自主的人，未来的发展会更积极阳光。

教育部在寒假致全国中小学生家长的一封信中写道：“人生如长跑，起步忌冲刺，薄发需厚积。”当假期不再是“第三学期”，实践探索代替了补课刷题，孩子们将积蓄更多能量获得全面成长，从而更好地迎接新的挑战。

（新华社北京2月11日电）