

促进学生全面发展健康成长

落实“双减”三年 五育并举“燃”动江汉

“减”有方向，“增”有质量。“双减”政策推行三年来，江汉区以“1+X”模式为抓手，构塑“5+N”多元育人体系，切实减轻学生课业负担，开发精彩纷呈的特色课程，在研究探索中不断推进课堂改革、作业改革，实现提质增效，促进学生全面发展，健康成长。

实施“1+X”模式 精彩课程助力孩子全面发展

“哇，原来鸟类和恐龙有着亲缘关系啊！”近日，汉口辅仁小学东校区三年级的孩子们走进湖北省地质博物馆，开启了他们本学期的“周边资源实践课程”。近年来，该校学生在“我爱平平仄仄”中诵读经典，在“我爱跑跑跳跳”中玩跑酷锻炼，在“我会涂涂画画”中提升审美能力，在“小小科学家”中探索科学建模，在“辅仁有渔”中动手制作。丰富多彩的校本课程为孩子们提供了全面发展、快乐成长的平台。

深受孩子们喜爱的课程，正是江汉区落实“双减”政策、推行“1+X”模式中的一环。“1”是指导学生做好作业辅导，“X”是学校结合实际开设科普、文体、艺术、劳动、阅读、兴趣小组及社团活动等特色课程，着重培养学生良好学习习惯和自主学习能力。

一校一案，多措并举，三年来，在“1+X”模式推动下，江汉区各小学“减负”不“减质”，把作业辅导“做精”，把特色课程建设“做强”。红领巾学校推出“作业不回家”服务，夯实“好课堂”、设计“好作业”、提供“好服务”，优化教学全过程管理；大兴第一实验学校开展丰富的科学活动、科技创新比赛，开办科学社团，鼓励学生勤动脑、勤动手；武汉关小学开设“智慧北斗”课程，让孩子们学到了知识、理解了科学精神、滋养了爱国情怀；大兴路小学持续监测汉江水质，开展“千里走汉江”的生态考察之旅，在每个学生心中种下保护环境的种子；常青树实验学校设置“小小达人秀”，评选“诗词小雅士”“阅读之星”“计算小达人”等，挂牌成立“学生工作室”，激发学生内驱力……全区各小学基于学校文化及特色合理运用资源开设课后服务特色课程，以五育并举为目标打造“5+N”课程圈，让学校、教师、学生、教材、学习时空、学习方式等元素融合、互涉、开放，共同服务于学生的成长。

2024年，江汉区小学课程服务管理平台上线，集政策经验交流、作业辅导管理、课程动态发布、经费使用监控四位一体，让数字赋能区域管理特色，促进课后服务工作扩优提质。截至目前，开通平台学校数35所，课程开设总门数996门，学生参与人数达4.14万人次。汉口辅仁小学2023年获评武汉市技术赋能“双减”十佳智慧教育模式。11所学校获武汉市课后服务示范校称号，4所学校上榜2023年武汉市中小学素质教育优质案例。



红领巾实验学校特色美育课程上，学生跳起《上春山》手势舞。

五项管理齐头并进 “轻”“精”“新”上下足功夫

一个班的学生，学习习惯、学习能力之间有差异，如何设计不同难度和要求的作业，满足不同层次学生的需求？5月21日，武汉市常青第一学校七年级学生学到《古代诗歌五首》一课时，收到了3项作业：一，背诵古诗，说说作者的生平和诗歌创作背景；二，引入陈子昂的《燕昭王》和杜甫的《登高》，运用所学的方法赏析诗歌；三，引用本课古诗中寓意深刻的名句，联系现实生活写一篇短文。全班所有学生都需要完成第一项作业，自主选择完成其他作业，每个人都能在适合自己的作业中获得成就感。

在江汉区，不少学校都有这样的分层、弹性作业。新华下路中学初二学生学了“一次函数与不等式”后，完成学校“A、B、C”三个难度层次的自编校本精准作业。教师借助大数据平台，能及时了解班级对知识点的整体掌握情况和学生个体错题情况，课上梳理共性问题，课下一对一指导。武汉市第十二初级中学、武汉市第十九初级中学等学校也借助数字技术，自建校本题库，在智慧作业管理系统的辅助下实现精准练习、高效批阅。

“近年来，我们深入推进中小学生学习、睡眠、手机、读物、



武汉市第十二初级中学学生在实验室里边操作边学习。



大兴第一实验学校学生用筷子搭出“汴水虹桥”。

体质健康五项管理，统筹抓好减负增效。”江汉区教育局中教科负责人介绍，该区各校以提升教研水平作为切入点，落实课堂以学生为中心，加强学生的学法指导，实现思维提升等理念做到知行合一，实现“双减质不减”，在作业的“轻”“精”“新”上下足功夫，创新了“整合拓展类”作业、“目标融合型”作业、“超市自选式”作业等多样化的作业设置，激发学生学习兴趣，培养学生自主学习的能力。教师利用课后服务时间，缩短作业问题的反馈周期，力求让作业布置得有价值，让学生有收获。

近日，江汉区语文学科举办单元整体教学设计（作业设计）比赛，来自30所学校的315位老师参加了此次比赛。该区成立小学语文作业改革实践区域研究联盟，区教培中心小学语文教研员陈卫作研究指导，共同探究提升学业质量的有效性作业设计研究策略。全区语文、数学、英语等学科开展优秀作业设计交流活动，在定期展示、探讨中，加速了作业从“量”到“质”的升级。湖北省义务教育阶段作业设计比赛中，华中里小学、万松园路小学、红领巾学校均获省一等奖的好成绩。

区级品牌活动串起“一年多节” 江汉学子个个当“燃”不让

落实“双减”，既要坚决做好“减法”，也要合理做好“加

法”。增加丰富多彩的体艺活动，让孩子们“动起来”“燃起来”。各校开足体音美课程，覆盖率达100%。大课间及课后服务时段，各校结合体艺项目布局，开展田径、足球、篮球、啦啦操、马术、戏曲等20余种特色课程。“不惧挑战，当‘燃’不让”江汉区中小学体育节上，46所学校、近1500名学生进行了精彩的体育特色项目成果展示。“美美与共，当‘燃’不让”江汉区学校艺术节上，全区各中小学用说、演、奏、唱等文艺表演和手工作品的形式展现了学校的文艺特色和教育成果，“身体力行，当‘燃’不让——小仵当家”校园劳动节上，近百位小达人同台竞技，领略中华传统美食的魅力，感受劳动的喜悦与成果。活动简约不简单，内涵丰富，类型多样，彰显全区学校丰富的校园文化生活、艺术氛围，展现了学生朝气蓬勃的精神风貌以及个性与活力。“双减”政策的深入推进，让教育回归本质，为学生创造了更轻松、更有活力的学习环境，尽情释放他们的兴趣和潜能。

江汉区教育局负责人表示，将继续推动“双减”工作走深走实，做到减负不减质量，不减责任，不减成长，以丰富多元的学校课程体系为核心构筑高效优质的教育生态联盟，满足学生全面而有个性发展需求，让高质量教育在江汉触手可及。

（文/陈诗灵 叶慧 胡红芳 梁建军 张勇刚 郭蕴）

武汉一初学苑： 科技赋能“双减”培养创新人才

武汉一初学苑是江汉区教育局、武汉一初教育集团共同打造的一所高品质九年一贯制学校。在“双减”政策背景下，学校通过科技赋能，实现了减负增效，提升育人质量，为创新人才培养注入了新的活力。学校以“科学普及、技术引用、课程实践”为核心内容，借助科技的力量，深化人工智能与教育教学的紧密结合。此举不仅有助于落实教育“双减”政策，实现科学教育的有效加法，更是培养具备创新精神和科创能力的拔尖人才的重要途径。

科普进校园 在学生心田播撒科学的种子

为更好开展科普教育，武汉一初学苑依托江汉区科学技术协会，积极争取各种科技教育资源，采用“请进来，走出去”的模式，邀请科创名家走进校园，带领学生走出校园参加江汉区“全国科普日”主场系列活动，参观东风岚图、中核集团等企业高新技术，为学生搭建了解前沿科技的平台，激发学生的可持续创新能力和内驱力。

2023年“少年对话院士”江汉区专场活动在武汉一初学苑举行，中国科学院院士、武汉医学会会长、肝胆胰外科领域专家、华中科技大学附属同济医院陈孝平教授为学校师生开讲。陈孝平院士讲述了自求求学、从医经历，并有幸成为我国第一位肝外科专业医学博士的励志人生。他还向学生们介绍了他如何创建陈氏胰肠吻合术，并带领中国肝胆胰外科走向国际的科研经历。

一初学苑八（6）班姜晓雯同学表示：“今天看到了新时代科学家精神，更加明确了以后奋斗目标，将以陈院士为榜样，刻苦学习，报考医学专业，为我国实现高水平科技自立自强贡献力量。”

AI赋能 科技与教育实现深度融合

屏幕上，诸葛亮、李白、孔子、爱因斯坦、图灵等形象微笑着看着同学们。这学期，武汉一初学苑学生能借助人工智能技术，随时与这群睿智的“先贤”对话。这正是该校引入的“AI学习”智能帮手中“AI放心课”的一大特色。

自去年11月份以来，一初学苑小学部引入讯飞放心课平台，实现科技与教育深度融合。该平台提供丰富课程资源，覆盖多个领域。老师一键开课，学生自选课程，实现学其所好、多元发展。平台引入AI学习机，助力精准学习，学生作答个性化作业，数据实时上传，智能批改生成错题报告。通过使用AI学习机学习，学生学业成绩显著提升，培养自主学习解决问题的能力。同学们在奇思妙问课堂上积极提问，与AI形象对话，课堂活跃，参与度高。



武汉一初学苑学生“玩转”机器人。

建校以来，学校投入资金启动智慧教育项目建设，搭建人工智能创新实验室，配备智能机器人、教学平板等，探索实现“教师精准教、学生个性化学、学校针对管”的教育新路径，通过“AI课程、AI教具”在学校推进人工智能与课后服务的有机融合，让学生们沉浸式体验编程逻辑、算法应用、图像声音分类等人工智能教育，大幅提升学生的科学素养。

科创课程丰富 学生在快乐中提升科学素养

为全面落实“双减”政策，促进学生的全面发展，进一步增强教育服务功能，学校面向全体学生，开设形式多样的科技课程和特色社团，如趣味编程、科技小制作、电子绘画、人工智能等多门课程。课程的开展丰富了学校课后特色服务，锻炼了学生的创造力，有助于培养学生的创新思维、动手能力和团队协作能力。

“‘双减’下的课后服务为青少年科学素养的提升创造了良好契机，我们通过社团、课后服务的形式，提供给孩子们广泛接触科学的机会。同时还会通过举办丰富的科技活动，让孩子们在轻松的氛围里学习和运用科学知识和科学思维。”武汉一初学苑校长李娜介绍，学校每年上半年举办科技节，下半年还会推出“创意编程比赛”“机器人比赛”“科技征文”等竞赛，用比赛促进活动的开展，带动学生整体科学素养的提升。

该校九年级（2）班孙近家同学已经是一位“小小发明家”。他研发的智能消防栓、防风防水光控灭蚊窗户、地下车库智能改造方案等作品在上海、澳门、伦敦的发明展中多次获奖。他曾在第十八届全国宋庆龄少年儿童发明奖颁奖活动中荣获银奖，在第37届全国青少年科技创新大赛中荣获三等奖。今年4月，他的专利发明又在第二十一届全国中学生水科技发明比赛中荣获湖北赛区二等奖。在今年的全国中学生人工智能比赛中，该校有4名学生获得全国一、二等奖，5名学生获得省级奖。在全国中小学信息技术素质与创新比赛中，该校学生获湖北省一等奖第一名的好成绩，并代表湖北省参加全国比赛。

（文/黄超）

万松园路小学： 探索轻负前行全面育人新路径

在“双减”政策的推动下，江汉区万松园路小学通过一系列创新的教育教学方式，有效减轻了学生的课业负担，同时促进了学生的全面发展。



“足球小先生”给同学们做示范。 彭兆琪 摄

“小先生制”让学生成为课堂“小主人”

在万松园路小学，传统的课堂教学方式正在发生深刻变革。学校以“自主学力”为核心构建全景课堂，鼓励学生走上讲台，成为小老师，与同学们分享自己的知识和见解，形成独特的“小先生制”。

在每周一节的足球课上，“小先生制”得到了生动体现。学校采用“分组教学法”，40分钟的课堂里练习和比赛交替进行，形成每个班级每节课4位老师负责的师资格局。除了体育老师，每节课由3位“小先生”各自负责一块区域，辅助体育老师进行足球课教学。“小先生”们由班级里对足球有浓厚兴趣、技能出色的同学担任。课前，他们会在老师的指导下准备教学内容，学习如何讲解足球技巧、比赛规则和战略布置。课上，他们带领同学们做热身运动、讲解、示范基本动作和技巧。

“小先生”们在做中学、在做中教，不仅提升了自己的足球技能和表达能力，还激发了同学们对足球的兴趣和热情，培养了团队合作精神和竞争意识。“小先生制”的教学方式，让课堂变得更加生动有趣，也让学生们在相互学习中共同进步。

作业、考试“大变样”为学生减负

不光有“小先生制”，万松园路小学在作业设计、评价方式上都进行了大胆创新。

学校根据学生的学习特点和需求，设计了具有年段特色的语文作业体系，形成了三个年段语文作业特性定位——低段“趣而生悦”、中段“悦而生慧”、高段“慧而生美”。作业内容既注重基础知识的巩固，又强调能力的培养和拓展。同时，学校还建立了家庭作业量监控管理制度，班级黑板上设置作业公示栏，严格控制作业总量，确保学生的作业负担合理、规范。此外，老师们还关注学生的智力类型，科学设计分层作业，让每个学生都能在适合自己的作业中取得进步。班级约定每周一天学科无作业日、开展年级素养作业展示活动等一系列举措，让学生过重的学业负担真正减下来，让学生学科素养和自主学力持续发展。

上学期，学校以“青松巍巍小神龙 五育成长嘉年华”为

主题开展了期末学力挑战游园测评活动，将学科知识巧妙融入中华优秀传统文化中，旨在综合考查学生的学科素养和综合能力。在测评过程中，学生们能够“沉浸式”体验学习，感受情感的交流，从而深刻领悟中国的文化之美和学科之美。通过这种评价方式，学生们不仅能够游戏中减轻考试压力，还能在愉悦的氛围中感受到学习的乐趣和成就感，进而提升个人素养。

“FOCUS绿意社团课程群”促全面发展

在“双减”政策的有力指导下，学校积极优化课后服务质量，致力于培养具备全面发展能力的新时代青少年。学校积极挖掘和整合教师、家长、社会等多方资源，精心打造了一系列满足学生多样化成长需求的“FOCUS绿意社团课程群”。该课程群涵盖五个核心领域：家庭资源课程（Family）、社会特色课程（Organization）、社区培能课程（Community）、融合主题课程（Unity）以及校本兴趣课程（School）。

结合 FOCUS 课程的五大领域，学校推出了包括创客 STEAM、人工智能、生涯体验、音乐剧、国画等在内的 65 门特色选修课，深受学生和家長喜爱。“一生一特色，一生一课表”，校园里的每位学生都能丰富、多元、自主、开放的课程环境中找到自己的兴趣所在，实现独特天赋与全面能力的协同发展。

如今，孩子们的周末生活也发生了显著变化。过去，周末往往被繁重的作业和补习班占据，学生们难得有放松和娱乐的时间。而现在，学校积极组织各类文体活动，丰富学生们的周末生活。其中，“万超”足球联赛成为最受学生们欢迎的活动之一。人民日报、新华社等媒体多次报道学校“万超”联赛助力青少年全面成长的做法。值得一提的是，在比赛的中场休息时间，学校还特别设置了才艺展示环节。各班同学可以自主报名参加，将在学校社团课程群中所学进行展示，不仅为学生提供了一个展示自我才华的平台，还丰富了比赛的观赏性和趣味性。

通过参与“万超”联赛和才艺展示，学生们不仅在竞技中提升了自我，更在团队中学会了协作与分享，在才艺展示中展现了自我风采。这样的周末生活，不仅让学生们身心愉悦，也为他们的全面发展奠定了坚实的基础。（文/王莎）