



▲ 海华小学主题市集热闹开场
陆梓华 摄

学校安排丰富多彩

“曾有家长担心,搞无作业日会不会像‘黄金周’那样采用前挪后移的办法,今天没作业,但前后几天作业多得不得了。事实上,市教委在出台政策时就明确规定,每天的作业量都必须严控总量,小学一二年级不布置书面回家作业,可在校内适当安排巩固练习;小学其他年级每天书面作业平均完成时间不超过60分钟,初中每天书面作业平均完成时间不超过90分钟。”有初中校长向记者介绍,市教委在下发通知时还有个附件《上海市义务教育学校作业管理负面清单》,其中特别规定,不得给家长布置或变相布置作业,不得要求家长检查、批改作业,不得要求或变相要求家长给学生布置作业。这等于从制度层面为“无作业日”建了一个防火墙。

在松江区九亭第五小学,孩子们开心的不是每周三不用写作业,而是这一天的学习会变得特别有趣。“无作业日”政策实施后,首先出招的是学校的美术老师,他们设计了一个“行走的课堂·绘见万物”活动:一年级娃整理“专属美术包”,给彩笔、画纸“找家”,悄悄养成秩序感;二年级娃变身“交通标识侦探”,把“禁止通行”“注意行人”画下来,美术课秒变安全小课堂;三年级孩子钻进“龙舟世界”,用画笔讲龙舟故事,触摸传统文化;四五年级学生则开启“寻绿之旅”,把校园里的花草树木画进纸里,让自然之美在笔尖绽放。紧接着,音乐老师们也创意频出:一年级同学给高音谱号、低音谱号画卡通装,抽象符号秒变“小动物”;二年级同学用玻璃杯和清水做“乐器”,调试水量敲出动听的音乐,成就感瞬间拉满;三年级同学聊马头琴、画草原,感受蒙古族音乐魅力;四年级同学和爸妈们一起玩“节奏接力”,拍手跺脚传节奏,亲子互动超欢乐;五年级学生用吸管做排箫,亲手奏响传统调子,简直太有范儿了。随后,信息教研组和体育教研组的老

申城优化中小学作业管理首学期,
记者探访学生的课余生活

不写作业的日子里 让兴趣发芽,让成长更多元

本版撰稿 本报记者 王蔚 马丹 陆梓华

今年5月,《上海市教育委员会关于优化上海市义务教育学校作业管理提高作业育人水平的通知》发布,提出要推动学校逐步建立“小学每周一天无作业日、初中每周一天无书面回家作业日”制度。在这项“无作业日”政策实施的第一个学期里,记者近日走访多所学校,了解坊间流传的“学校不布置,家长不敢停”情况到底如何,以及在“无作业”的日子里,学生们的课余生活是如何度过的。

师们也纷纷为孩子们开发了一系列活动。殷海强校长说,“无作业日”不只是减负担,更要让学习活泼起来,今后学校还会不断升级“无作业日”这一天的学习任务,让每周一次的“快乐实践课”成为孩子们的超酷舞台,真正实现“生活探趣,实践筑梦”。

“真正的减负,是让孩子从心理到身体都真正松绑。”上海市实验学校附属东滩学校的做法十分独特,推出了“我的书包不回家”活动。一年级开展为期一个月的“无书包月”活动,帮助新生平稳过渡幼小衔接;二至五年级则将每周四设为“无书包日”,书包留在教室,学生轻装离校。“书包留校,不只是物理上的减重,更是心理上的释压。”该校负责人表示,“我们希望孩子们知道,学习不等于作业,成长也不只发生在书桌前。”

做简单温暖的小事

在洵阳路小学,为了让“无作业日”过得有滋有味,学校通过问卷征集了1300多条来自教师、学生和家长的意见。数据显示,近半数孩子(44.8%)最希望“好好休息”,近三成(29.6%)渴望投身兴趣爱好,还有25.6%的孩子想到户外尽情活动。家长的态度则略显复杂:28.7%的家长支持孩子纯粹放松,但高达71.3%的家长仍希望孩子保持一定的学习节奏。

“我们不是不想让孩子放松,而是怕‘断了弦’。”一位二年级家长坦言,“周一到周五的学习节奏会很紧很快,就怕当中有一天彻底松懈了,孩子们第二天很难把心收回来。”

“学校作业少了,‘妈妈牌’作业可能翻倍。”有家长坦言:“看到别人家孩子偷偷刷题,自己不跟着做就心慌。”这种“既盼减负,又怕掉队”的矛盾心理,正是当下家庭教育焦虑的真实写照。尽管内心纠结,但家长们对洵阳路小学推出的《无作业日生活指南》接受度仍高达90%。校长朱乃楣说,家长的顾虑很实在,多是希望“无作业日”能悄悄融入轻量学习,怕彻底放松影响平常的学习节奏;孩子们的心愿更直接,盼着这一天能抛开书本,痛痛快快地玩耍。因此,推出“无作业日”以来,洵阳路小学每月会为同学们准备一期“适合在无作业日做的N件小事”,用简单又温暖的小事,让“无作业日”既有孩子想要的快乐,也藏着家长期待的成长。比如,9月份的“N件小事”包罗了“做一份秋日果茶”“夜观秋虫”“晚饭后散步”等温馨任

务,还有“在草地上看晚霞”“给毛绒玩具洗个澡”“和爸妈一起读绘本”等生活体验活动。朱校长表示,让作业本暂时歇一歇,孩子的世界便有了更辽阔的天地,还能和父母一起享受那些没有被“安排”好的时光。

帮助孩子发现兴趣

在黄浦区海华小学,每个班级可以根据各自的课表,由师生们挑选一天作为“无作业日”。但老师们很快发现,不少孩子有了新的问题——不写作业,回家可以做什么呢?于是,“作业放个假 趣味我做主”主题市集热闹开场了。

“阅览妙妙屋”“嗨玩趣味角”“乐动能量站”“一起来‘种吧’”“创想家乐园”“非遗焕彩坊”“艺享漫游行”“心灵休憩湾”“萌娃家务馆”“中华小当家”……操场上,10辆花车一字排开,摆放着游戏棋、蔬菜、科技小制作、绳子、种植盆栽、书籍等小礼物。老师们化身“摊主”,等着孩子前来挑选。教导主任陈劼说,这是为了帮助孩子们发现兴趣,学会安排自己的生活,把一天的放松时间变为一生受用的时间管理能力和综合素养,让成长在生活里发芽。

“放下紧握的笔杆,合上翻开的书本,属于你的自由时间,此刻全部‘充值到账’。搬把小椅子坐在阳台上,抬头在闪烁的光亮里找到课本里提到过的那颗最亮的星。走到楼下的小花园,看看树皮上交错的纹理,像不像大自然画下的秘密地图……”在同学们

的“快乐通行证”上,老师写下温暖话语。手持卡片,孩子们出发了。他们可以从花车中自主挑选一样喜欢的物品带回家,充实自己的闲暇时光。孩子们的选择令老师惊喜——“创想家乐园”和“非遗焕彩坊”提供的益智玩具和手工制作包很快需要补货,“萌娃家务馆”里的抹布、簸箕、晾衣架和“中华小当家”提供的新鲜蔬菜同样大受欢迎,只要给予时间,孩子们很愿意参与家庭生活的方方面面。四(3)班女孩宋以宁是个收纳小能手,家里有一间暖黄色的小房间,她一眼相中了同样暖黄色的桌面清扫套装,想利用“无作业日”时间把房间打扮得更干净整洁。“我挑了一根黄瓜。”三(6)班男孩凌天泽对着花车上张贴的菜谱,认真复习着奶奶曾经教过的凉拌黄瓜制作方法:放一点盐,一勺生抽,再放一些香醋……四(6)班女孩汪洛兮手捧蔬菜,把晚餐安排妥当,她用网上流行的“邪修法”,用冰淇淋取代奶油烹任意大利面,还给需要减肥的爸爸煮了一根玉米。



▲ 九亭第五小学学生开启“寻绿之旅”
受访者供图

记者手记

在新学期的头一个多月里,申城义务教育阶段的“无作业日”从纸面通知到落地实施,积极效应正如雪球般越滚越大。但也有家长调侃现在的孩子是“学四休三”。也有家长向记者反映,有些学校的“无作业日”形式大于内容:有的只是把当天没课的学科定为“无作业”,别的学科仍有作业;有的让孩子在校“提前写完作业”;更有甚者第二天作业加倍“补偿”。事实上,无论是有作业还是无作业,教育的意义是要让孩子们每一天都是充实的、有益的。

“周三的无作业日是我最为期待的日子,不用写练习题,还能专心用水墨画树,太开心了。上周三,我参加学校的‘寻绿之旅’,在校园里看大树画大树,摸着粗糙的树皮,还数了数层层叠叠的叶子。我试着用淡墨画树干,再用浓墨点出小叶子,看着墨色在纸上慢慢展开,就像树真的长在纸上一样,这比平时写作业有意思多了。”这是九亭五四(2)班赵奕涵同学的感慨。

“哎,学校没作业了,妈妈就会给我加作业,一直加到没有作业可加为止……”这是海华小学一些孩子的吐槽。远处,在教学楼底楼的“心灵休憩湾”里,有孩子正跟随老师开始一场冥想。老师们想告诉家长们,如果在课余时间分出一小段时光,让孩子们什么都不做,这也没啥关系。孩子们靠在窗边静静地发一会儿呆,让那些天马行空的念头自由奔跑,又何尝不可呢?

本市一位初中校长说,在应试教育惯性下,不仅部分家长对考试分数的执念难以在短期内消解,甚至部分教育者的观念也难以转变。即便学校减负到位,若家庭仍执着于分数竞争,孩子的整体负担依然难降。作业的本质是为了育人而不是刷题。不写作业不能认定为就是不学习或偷懒,而是为了给孩子们更多一些的“留白”时间。

不是「学四休三」,是给成长多一些「留白」