

国家出台一系列“减负”政策的信号再明显不过，未来要系统性地选拔和培养创新人才，**不要再为了一两分去耗尽孩子的情感和创造力，盯着分数“内卷”。**

什么作业，在学校就写完了。星期二还有无作业日，相对而言，多出了许多空余时间。课后延长班也有体育或者音乐、艺术等相关课程可以选择，孩子感觉还是蛮轻松的。”

不过，李黎感到班级里的家长出现了严重分野。一部分家长让孩子零起点入学。还有一部分家长则是从幼儿园开始就未雨绸缪，报名了幼小衔接课程，学习拼音、书写、计算等课程。随着年纪增长，有的家长不断给孩子加码，报了很多课外补习班。李黎则还是继续“散养”，着力培养孩子养成良好的学习习惯和生活习惯。“我们约定好每周末三天有固定的时间打一个小时游戏，每天有半个小时使用电子产品，其他时间就是阅读、体育锻炼。他放学回来会先完成作业，再做其他事情。因为没有提前学习相关课程，所以他上课也很认真，积极和老师互动，学习基础也打得比较牢靠。”

转眼小儿子已经读初二，每天的作业时间不超过1个半小时，家里也没有额外报任何

补习班，更多时间让他做自己感兴趣的事情。每天差不多9点半左右上床睡觉，早上6点45分起床，睡眠时间得到充足保障，身高一下子蹿到了1.8米。

“学习成绩稳步提升，身体素质也日益增强。关键是近视也得到了有效控制，已经有两年没有涨度数了。”

与李黎的淡定不同，升学焦虑情绪在家长身上普遍存在，“暗卷”无处不在。小学虽无升学压力，却面临家长“功利性期待”——希望通过竞赛、考级为小升初铺路，形成“学校减、家庭加”的怪圈。各种各样的作业实在太多，有的孩子不得不凌晨起来写作业；更有甚者为提高竞争力，让小学五年级孩子提前学完初中课程。老师也尴尬，“作业多了被投诉，作业少了也被投诉”。

李黎拒绝了儿子同学妈妈“拼名师”的好意。他们合资聘请了一位退休教师，每周三晚在小区会所补课，对外宣称“亲子读书会”。“学校减负越彻底，我们越恐慌。我们肯定是不敢停的。”这位妈妈的话道出了不少

家长的心声——政策试图为竞争降温，但大把家长心有不甘。在他们看来，减负要求与升学竞争的底层逻辑相悖。当高考仍以分数为核心选拔标准，当地方政府仍以升学率考核教育部门，就不可能真正“减负”。

某市重点高中担任语文老师的陈诺告诉《新民周刊》，她一直告诫家长死记硬背的时代已经过去了，不是只要练习得多就能成功。现在需要的是“消灭低效的、缺乏反馈的、在黑暗中摸索的无效练习，未来的考试不是考你记住了多少知识点，而是考你能解决什么实际问题，能提出什么创新的想法。家长不应该陷入‘刷题=升学=成功’的线性思维，盲目为孩子加码校外培训”。做了三十来年班主任，她坦言，“‘减负’的路道阻且长”。

专家指出，国家出台一系列“减负”政策的信号再明显不过，未来要系统性地选拔和培养创新人才，不要再为了一两分去耗尽孩子的情感和创造力，盯着分数“内卷”，家长亟需改变认知，教育的本质是培养“完整的人”，而非“考试机器”。现在拼的不是谁更能卷，而是谁更能顺势而为。尊重孩子的兴趣选择，让孩子在热爱的领域发光发热，才是教育的真谛。（文中受访者均为化名）