

年初，浙江出台了中小学作业管理新规，叫停了参与投票点赞、网络争章、读书征文等11种“作业乱象”，以减轻学生的课业负担。

随着素质教育的开展，宁波中小学在“减负增效”上的探索一直没有停止，根据宁波中小学减负12条规定，其中一条就是控制日作业总量和作业时间，即小学一、二年级不留书面家庭作业，小学其他年级每天完成书面作业的总时间最多不超过1小时，初中学生每天作业时间控制在2小时之内，双休日及节假日作业量不增加。

在此基础上，宁波中小学还推出了不少各具特色的作业“瘦身”新花样：无作业日、分层作业、作业安排表……从作业数量、作业难度、作业时间等方面进行了不同形式的作业改革。作业减负势在必行，大部分学生希望作业越少越好，但究竟该减什么？怎样减？减到什么程度？来听听各校说法。

李 宁 王小飞 池瑞辉 孙行旭



漫画 李宁

无作业日、分层作业、作业安排表……作业“瘦身”百花齐放 作业减负该减到啥程度？

减什么？ 怎么减？

作业“瘦身”百花齐放

减数量：无作业日给紧张的学习缓冲余地

前不久，海曙区教育局出台相关政策，向小学作业“开炮”，要求各校每个学科只允许配备一本与教学进度相配套的课后作业本，各小学每周腾出一天设立“无作业日”（避开双休日和法定节假日），并在学校网站上予以公示。目前区内已有尹江岸小学、海曙南苑小学等十几所小学设立了“无作业日”，学生们在这一天抛

开作业本，自由支配时间拓展自己的兴趣。

无作业日能为学生减轻多少课业负担？尹江岸小学校长孟建萍表示：“无作业日不能简单的理解成不做作业，而是一个阶段性的调整，有利于孩子们在紧张学习的间隙，有一丝缓冲，以更积极的态度和更好的学习心态投入到下一阶段的学习中。”

从开学第二周开始，该校推行了“周三无作业日”。孟建萍校长进一步解释说，首先针对平时学习有欠缺的孩子，利用无作业日，对之前一周的学习进行梳理和消化，巩固学得扎实的知识。针对平时学得比较扎实的学生，无作业日可以给孩子更多调整状态的时间。当然，学生也可以利用这个时间拓展自己的兴趣。

减难度：分层作业让学生选择适合自己的

这学期，鄞州区进一步加强了中小学的作业管理，书面作业实施分层布置。作业层级主要分一般基础层和拓展提高层两类，由学生自主选择相应的层级作业，基础一般的学生可以选择只做基础层的作业，基础较好的学生可以选择只做拓展提高层的作业，使各层次的学生都有收获。

“作业分层不是学生分层，而是为充分尊重学生的差异，让每个学生找到适合自己的最近发展区，采用丰富作业形式，精编作业内容，让学生

自主选择的方式，来提高作业质量，激发学生的学习自信，保持对学习浓厚而又持续的兴趣。”这是华泰小学副校长柳耀亮对分层作业的理解。

该校实施分层作业已有两三年时间，其中数学学科的“校本分层作业”每份练习分成三部分：“轻松演练”为基础题；“快乐出发”为易错题、综合性练习；“成功挑战”既有课内知识的拓展与延伸，又有课外知识的渗透与互补，也会适当加入探究性研究型作业。学生根据自身能力自

主选择，一周一练，对于学有余力的学生可以不做或少做基础题，适当增加拓展题。今年开始，该校语文与英语学科也实施了分层作业。

宁波雅戈尔小学是分层作业的试点学校，该校教导主任施静峰老师介绍说：“以前作业一刀切，能‘吃’的学生‘吃’不饱，不能‘吃’的‘吃’不下，分层作业避免了这样的弊端，体现了因材施教的教育原则。实施分层作业，让学生自主选择作业，更能激发他们学习的积极性。”

减时间：避免题海战术 教师先要跳入题海

为了严控学生作业时间，宁海县实验小学制定了《作业安排表》，要求“凡是学生做的作业，教师必须先做”，使教师布置作业前就有时间预算，每周对《作业安排表》进行分析，不断调整作业时间，并为下一周作业布置提供参考。

给学生作业减负，对教师也有了更高的要求。这一点，尹江岸小学四年级数学老师龚惠娜深有体会地说：

“教师要更加精简作业，比如我们数学学科，老师和学生一起记录错题本，学生记录自己的错题，老师记录班级中共性比较大的错题，然后有针对性性地编写校本作业，少而精，避免题海战术，提高了作业的针对性和高效性。”

宁海县城东小学教导主任林娇娜表示，教师跳入“题海”，摸清题型深浅，这样在作业布置上才能

避免那些简单、重复的无思考性作业。

象山县东陈小学校长陈春静认为，减负需要和增效相结合，减少课外作业，必须要增强课内实效，尤其是增加课堂练习的实效。该校近年来积极打造“求真课堂”，教师围绕课堂学习目标，根据学情合理设计分层课堂练习，让学生当堂练习，教师当堂批改。

减不减？ 减到什么程度？

因材施教是关键

无作业日、分层作业、作业安排表……宁波中小学作业减负花样还真不少，但不管减什么、怎么减，各校都有一个共识，那就是作业减负不能“一刀切”，要因校而异、因学生而异，因为每个学生的课业负担都不一样。

海曙南苑小学开展“周三无作业日”已经有1年多的时间。该校陈善军老师表示：“学校无作业日受大多数学生欢迎，但就大班级授课制教学来说，应该有区别对待，对于学有余力的学生可以实行无作业日（每周一个或几个），不少学生可以利用午间、课间完成作业，我们可以把家庭作业的时间给他们，让他们自己安排时间，做自己喜欢的事情，促进个性特长发展；而对于学业暂时落后的少部分学生，无作业日那天可以做一些‘查漏补缺’方面的作业，教师要为他们的个性化作业做好引导和帮助。”

小学生减负到底应该减到什么程度？作业真的越少越好吗？宁海县教育局工作人员表示，“减负”是一个牵涉到学校、教师、家长、学生四方的社会化问题，要考虑四个因素。首先是学校，作为发展的独立个体，学校要对自身教学发展有一个清醒的认识，合理的定位。“减负”是大势所趋，但未必是每个学校都要“顺流从之”。情况不同，采取的措施，执行的力度，甚至是“减”还是“增”都因校而异，尤其对偏远薄弱学校来说。其次是教师，教师修为不高，教学方式老套，就会直接造成学生课业负担过重。第三是家长，有些家长要学校“减负”，有些则要求“增负”。每个不同观点家长的背后都有一个鲜活的个体——孩子。家长观念也是一个重要的影响因素。第四是学生，他们对“减负”几乎持一边倒的态度，但每个学生的学习情况不同，减负也要因人而异。

