

“双减”政策下小学教师减负的个案研究

周 杨

新疆师范大学, 新疆 乌鲁木齐 830017

【摘要】: 2021年7月, 国家出台双减政策, 就是让学校充分发挥教育教学功能, 实质是回归教学, 给家庭减少精神和经济压力, 学校都开设了延时课堂, 这样必然给教师提出更高的要求, 教师的负担必然会增加, 如果教师对工作产生厌恶情绪, 对教学“心有余而力不足”, 工作满意度下滑, 必然会影响学校教学质量, 只有减负教师的工作, 提高教师的工作满意度, 增强幸福感, 才能让教师发挥“教书育人”的使命, 本文通过叙事研究, 对郑州某小学教师进行深度访谈, 对小学教师减负进行初步探索。

【关键词】: 双减; 小学; 减负; 教师

A case study on the burden reduction of primary school teachers under the "double reduction" policy

Yang Zhou

Xinjiang Normal University Urumqi 830017

Abstract: In July 2021, The state has introduced a double-reduction policy, Is to let schools give full play to the function of education and teaching, The essence is a return to teaching, Reduce mental and financial stress on families, Schools have opened delayed classes, This will inevitably put forward higher requirements for teachers, The burden of teachers is bound to increase, If teachers have an aversion to their work, "Good but not enough" to teaching, Falling satisfaction at the job, It will inevitably affect the quality of school teaching, Only by reducing the burden of teachers, Improve teacher job satisfaction, Enhance happiness, In order to let teachers play the mission of "teaching", In this paper, through the narrative research, In-depth interview with a primary school teacher in Zhengzhou, Preliminary exploration to reduce the burden of primary school teachers.

Keywords: Double reduction; Primary school; Burden reduction; Teacher

长期以来, 义务教育小学4点左右放学现象, 给众多家庭接孩子放学带来不便, 加之学校不能满足学生个性化发展, 还有家长想让孩子成绩更加优越, 因此近年来各种辅导机构遍地开花, 加重了家庭的经济负担, 也剥夺了学生和家长的自由时间。2021年7月, 中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》, 并以前所未有的态势在全国范围内大力推广。明确要求学校教学质量和服务水平要进一步提高, 作业布置要科学、合理、适中, 并要求学校提供课后延时服务, 注重学生个性化素质培养, 校外培训机构要全面规范, 取缔违规办学机构。在经济上给家长降压了, 时间上解放了家长, 更加促进了亲子关系。教师作为教书育人的专业人员, 在“双减”政策的实施过程中必然肩负更多的责任, 伴随着要付出更多的心血, 那么教师的权益、幸福、工作满意度如何来保证呢?

1 研究设计

本次研究采用的是叙事研究方法, 叙事研究是质性研究的一种形式, 强调从细节入手, 专注微观事实分析, 最终形成自己的理论见解。小学教师的工作具有多样性、繁琐性、重复性、复杂性和变化性, 运用叙事研究方法可以准确的探析小学教师的目前的困境。笔者利用30天的时间对郑州一名小学教师的工作环境、工作状态、生活环境及心理变化等各方面进行深入了解。经过长时间的观察及访谈, 收集了大

量一手资料, 深入探究小学教师的身心状态及困境, 为本次研究提供事实依据。本研究主要包含六个流程: 确定问题、确定研究对象、进入研究现场、观察访谈、整理资料并加以研究、得出结论并撰写研究报告。

1.1 研究对象的选取

选择一位33岁小学女教师作为访谈对象。原因是这位教师有10年小学教师经验, 对小学教育有着较深的见解, 在小学教师工作当中更有代表性。以下将用“姜老师”代指研究对象。

1.2 研究方法的运用采用叙事研究

笔者在查阅了大量相关文献的基础上, 制定了对姜老师的访谈纲要, 主要包括教学初衷、工作感受、“双减”制度下工作状态变化。在访谈过程中, 笔者在征得姜老师的同意下的前提下进行录音, 详细地记录了姜老师在“双减”实施之后的工作状态及身心感受。

1.3 资料收集与整理主要运用观察法和访谈法来收集资料

在2021年12月中旬—2022年1月下旬, 进行了30天的实地观察, 运用观察记录笔记, 详细记录了姜老师一天的工作内容, 并与她就工作内容、工作任务、工作时间等话题进行了交流访谈。并在春季期间进行了两次非正式访谈和一次正式访谈, 共计时长8小时, 录音转为文字十余万字。另外, 为了保障获取资料的有效性和真实性, 对姜老师的同事也进行简短访谈, 核查访谈内容的真实性并对材料内容进行

补充。

2 谈话内容提炼

2.1 “双减”之后，教学难度增加

一般情况下，语文课一天也就是1到2节课的时间，1到2节课的时间。在这1到2节课的时间中，我们是要学习一篇新的课文。双减政策之后，小学一二年级已经不再布置书面作业。但是孩子们不写书面作业，这些生字孩子怎么样去学会呢？如果没有重复这么多遍，这些生字他怎么能掌握住呢？所以说我们就必须把这些时间用在我们的课堂上。而且一年级的学生，在学习国语拼音就很有难度，孩子的写字也非常慢。所以我们在讲完一节课，还要抽出一节课时间，让孩子去书写生字，想熟练的去掌握，还需要做课外练习册，那么做练习册的时间是在哪儿？其实我们作为教师，作为一线的教师，我们感叹我们的时间太少了，向课堂要教学质量，课堂上教师还需要给孩子们去讲，还需要让他们去写，然后无形中增加了教师的很多的负担。

2.2 “双减”之后，教师需要更多的扩展知识

现在语文教育不仅在于让学生更好地掌握国语文字、提升语言表达能力，同时还要帮助学生形成良好的思维模式、培养健康的情感与心理认知、提升自身修养。^[1]其关键让学生多读书，让学生扩展知识面。那么对于小孩子来说，本身缺少自主学习能力，能够完全掌握课本知识已经实属不易。在课堂上，教师也想让学生去拓宽更多的知识，但是要让孩子吸收更多的课外知识需要大量的时间。而双减政策之后，教师要把课本知识讲明白，同时还要拓展自己的知识，从中甄选小学能够理解掌握的课外知识，在时间有限的情况下，课堂教学和拓宽知识，不仅要求教师要不断学习，还要提高教学艺术，统筹规划时间。

2.3 “双减”之后，教师教学准备时间减少

课堂教学是教育的核心，打造高效课堂是一线教学教师共同的夙愿。作为教师，我们要听课、备课。过去，孩子放学之后，有各科教研组长带领大家一起去备考，各抒己见，精心准备好明天的课程安排，用大家的智慧统一教学。双减之后，很多学校推出5+2模式，孩子们放学之后，有了在校的延时班。延时班还需要教师进班管理孩子们，教师的备课时间要延时，这又增加了教师教学准备难度。

2.4 “双减”之后，与家长沟通的时间增加

“双减”之后，严令不让考试，确实很多学校现不再举行统一的期中和期末考试。但是很多家庭，尤其是高级的知识分子，他们这样的家庭中，他们特别重视对于孩子知识的掌握。家长会购买单元的同步测试。由于国家教材有很多版本，据统计小学九年义务教育教科书有五个版本，分别为：人教版、沪教版、苏教版、浙教版、外研版。每一个地区使用一个版本，有些单元试卷内容和本地区使用的教材并不匹配，但是家长对此并不了解，他们在让孩子做一些资料的时候，如果孩子不会了，他们觉得这个知识点还是没有掌握住了。他们会回过头来再一次跟教师去沟通，为什么孩子听课

状态怎么样？孩子为什么没有学会，或者说为什么孩子拓展的知识面不够。对此，作为教师要和家长耐心地解释和沟通，这也耗费了教师的精力。

2.5 “双减”之后，对教师的要求更高

现在很注重教师方面的成长，教师也是迎合这个时代的要求。各个学校里也给鼓励教师多读书，多阅读，看似一个简单事情，在学校里教师是没有时间完成的。下班之后，照顾完家庭和自己的孩子，挤时间去阅读，或者放在周六周日。作为教师要每周分享读书感悟，教师如果不读的话，教师怎么样去感悟？所以说教师周末的时间看似过了，但是我们还再去读书。周六周日不能完全放松，同时也疏忽了对家庭和自己孩子的照顾。

2.6 “双减”和疫情下，教师琐事更加繁多

“上报今日体温，每个学生不能有遗漏”、“统计每位学生家庭成员近14天活动轨迹是否到过某某地方，今天中午必须上报”、“快、快，马上做一个表格，模板在群里”、“统计家长全员核酸，并收集核酸报告”、“催家长在群里接龙，孩子要接种疫苗”、“本校群里接龙啦”、“马上线上教研活动开始”、“马上召开一个紧急会议，并传达给每一位家长，并保存截图”、“接龙排查中风险地区，收集家长健康码行程码”、“统计网课期间留守儿童，统计学生是否跟老人生活，且老人不会开通线上上课”……娄老师微笑地调侃到，每天都要接龙，上传图片，统计信息等等，有些人没看手机，还要逐个联系，我光荣加入了“手机低头族”。

3 “双减”之后，小学教师的困境

3.1 小学教师在工作中承担了众多的角色

“师者，传道授业解惑”，当前小学教师所承担的角色已经完全不是传统上的教师，现在的教师担任的角色有教学者、班级管理者、家校沟通者、课程开发者、教学研究者、学习者、学习活动的设计与组织者、被评价者、各种社会教育的承担者，小学教师工作的多角色性增加了工作的难度，也间接增加他们的工作时间。^[2]

3.2 小学教师状态疲惫的体现

小学教师承担着较大的工作压力和责任以至于在教育改革下教师逐渐成为职业倦怠的高发人群，从和娄老师访谈中，总结部分教师在职业中表现出的疲惫症状，主要分为以下几个方面。

3.2.1 情绪消耗严重

表现为在教育和教研工作中提不起兴趣，在分析和研究问题时容易出现神情恍惚、记忆力和表现力衰退的现象，同时伴有紧张、焦虑、烦躁、消沉、无望等情绪。

3.2.2 生理上的过度消耗

职业倦怠感造成教师自身精力不济，身体素质逐步降低，容易出现腰酸、感冒、疲劳、头疼等生理症状。

3.2.3 自我否定感强

由于对教师职业的评价较低，时常感觉自己无法胜任教师的工作，开始怀疑自己的工作能力，对工作缺少兴趣和自

信, 严重者出现休假和转行的想法。

4 减负小学教师工作, 增强幸福感策略

小学教师的幸福感是一个多层次、多维度、多因素的复杂体系。减负小学教师工作, 增强职业幸福感要多措并举。

4.1 增进社会理解与支持

积极创建尊师重教的良好风尚, 激发小学教师的热爱教育事业的情怀。在思想层面, 让小学教师认识到自己的阳光事业是为社会做贡献, 不单单是学校和自己的一份工作。在实践层面, 大力提升教师的社会荣誉感, 特别要对教师的劳动成果给予充分肯定和赞扬, 同时在生活方面给予教师更多的福利, 如旅游景点提供打折、教师节提供优惠商品、建立专门的结算通道等, 多个途径营造尊师重教的社会氛围, 以此带给教师带来更多的欣慰感和荣誉感。

4.2 加强学校的人文关怀: 小学教师职业幸福感增长的关键因素

关注身心健康, 奠定幸福基础。学校是教师施展才能的主要场地, 作为学校要时刻关注教师的身心健康, 身体是革命的本钱, 学校应该每年对教师提供医学体检, 保证教师的身体健康, 并开展医学保健常识讲座, 学校还要与教师进行心理咨询和辅导, 保证教师有一个积极乐观的心态, 只有才能有精力管好班级, 并与家长进行良好的沟通。在学校管理方面, 要尊重教师的地位, 让其参与管理, 创建和谐民主的校园风气。完善学校的健身器材、创建教师休息室、娱乐活动室, 在工作闲暇的时候, 让教师能够身心放松, 恢复精神和体能状态。

4.3 大数据时代下共享学生信息管理

如今疫情还没有完全消除, 各地不断出现疫情反扑现象, 学校是人口密集型场所, 疫情防范工作不能松弛, 作为

教师要关注好学生及相关家长的体温行程, 学生信息统计工作不仅是评价学校工作质量和效率的基础, 更是现代疫情防范工作的重要组成部分, 但作为负责整个班级学生, 还要和家人沟通, 统计“核酸检查”、“体温”、“行程码”等工作。用传统的方式进行收集, 必然增加教师的工作强度, 消耗工作时间。因此将大数据把医疗管理信息、交通行程系统和教育管理信息系统相结合, 这样教师可以随时跟踪查阅学生及家长的核酸检查情况, 是否到过风险地区。信息管理工作结合起来对小学信息管理工作非常重要, 不仅可以推动信息统计工作的效率, 还有利于对小学教师减负, 把更多的精力的时间用于教学上。

4.4 支持就近教学

据英国有一项调查显示, 幸福感会随着通勤时间的增加而降低, 而瑞典的数据表明: 夫妻有一方通勤时间超45分钟, 离婚概率增加45%! 其实不难想象, 上下班时间过长, 必然消耗更多的时间和精力, 这必然会影响到工作效率。对于教师而言, 如果没有充足的工作时间, 必然影响教学质量, 在“双减”政策下, 教师的工作强度增加已是不争的事实, 因此应该支持教师就住所附近就近教学, 为上下班争取更多的时间, 把宝贵的精力和时间用于教书育人的光辉事业当中。

5 结论

“减负”政策的落实是利国利民之举, 小学生是祖国的花朵, 是祖国的未来和希望, 做好基础教育建设, 有利于祖国的强大和长治久安, 那么小学教师作为教育的主要执行者责任重大, 但教师是“社会人”而不是“机器人”, 围绕课后延时班的情况, 给予教师应有的尊重和理解, 为教师创造更多的便利条件和相关待遇, 激励教师更好的献身教育事业。

参考文献:

- [1] 高侠. 信息技术与小学语文教学的整合尝试[J]. 学周刊旬刊, 2014(10): 210-210.
- [2] 张小菊, 管明悦. 如何实现小学教师工作量的减负增效--基于某小学教师40天工作时间的实地调查[J]. 全球教育展望, 2019, 48(06).