



会拉小提琴的耿梓睿

# “双减”带来了什么？记者入班调查，旁听家长会 有家长焦虑作业太少 孩子却说大快人心

本报记者 金丹丹 沈蒙和

“双减”到底带来了什么变化？家长和孩子们的感触最有说服力。近日，钱江晚报·小时新闻记者陆续走进杭州中小学校，在家长沙龙和跟学生们的交谈中，听到了最真实的声音。

## 这个初二班调查 学科培训断崖式下跌

记者在天杭实验学校810班做了个小调查。“双减”之后，全班40人全部表示“学科培训班减少了”。其中，学科培训班为“0”的有10位同学，学科培训班有一门及以下的占一半，两门及以下的占近八成。而在“双减”之前，几乎全部同学人手都有一门以上的培训班。

有同学说，以前的周末，补习班“如潮水一样涌来”，他曾约同学一起过生日，但总是以“周末要上课”为由婉拒了。还有同学说，自己觉得没必要去补习班，但爸妈总是说“别人在学，你不学就落后”。“我对补习班避之不及。如果被送进补习班的话，不仅大半个周末得赔进去，光是那些课后的‘海量’习题就够我折腾的了。”而现在他说“大快人心”，再也不用和老爸老妈“谈判”不去培训了，“双减彻底消灭了我的‘童年阴影’，再也不怕这些‘洪水猛兽’了！”

双减之后，同学们周末空出来了，有了更多可自由支配的时间。

耿梓睿说，双减刚开始的第一个月，没有学科培训还有点“不适应”，但现在，自己成了“生活的艺术家”，可做的事情实在太多了！

“以前没时间做的科学小实验，可以尝试个遍。看着亲手培养的晶体一天天长大，‘浮沉子’自由地在水中上浮下沉，我自己提纯了精盐！”耿梓睿还喜欢手工编织，这学期也“捡回来”了，为家人编钥匙扣、为朋友编挂坠、为自己编一串手链。“我已经学会了编织十几种绳结，还试着把它们结合起来使用，新创了许多别致的编法！”她还热爱音乐，会拉小提琴。“五天的紧张学习后，周末我会拉小提琴，在古典音乐的世界里，呼吸也随着琴弓的来回穿梭平静下来。”她感慨，有张有弛，应该是生活的最佳状态吧。

## 这些家长焦虑 学校作业太少，家长该从哪入手

学科培训少了，甚至不参加了，学校作业也变少了，孩子们的成绩会下降吗？

这是家长们最焦虑的问题。前几天就有小学一年级家长找到记者，一脸愁容地说：“现在学校的作业太少了！国庆长假，女儿书包都没书带回来。本周一没有任何回家作业；周二语文就一项创意作业，将食物做成拼音的样子，数学只有口算，而且不用写，只读就行……”

这位妈妈想吐槽的点可能也是大部分家长担心的问题：小学低段最重要的是培养学习习惯，现在回家没有作业，家长该从哪里入手？一年级还是语文书写、数学口算能力基础培养期，没有作业，光靠校内，练习量怎么够？作业、书本都不用带回家，家长如何知道孩子是否掌握了当天的学习内容？

不过，和学生们聊天以后记者发现，其实这些问题，孩子们也在思考。

天杭实验学校810班的陈明晋说，自己就曾纠结“自主的时间多了，该怎么安排”。她说，一家人还特别在家庭会议上讨论过这个问题。“双减了，但学习不能落下。我列了学习计划，文科每天进行固定量的背诵积累，做好新课预习和课后复习。理科做到每天整理精题错题，及时解决有疑问的题目。”学校取消了统一早读，但“一日之计在于晨”，她每天早上在家自主早读，背诵语文、英语课文。

在她看来，双减后，更需要“高效”与“自律”。“在短时间高质量完成作业，非常需要高效。”和很多同学一样，她也参加了学校的晚自习。“晚自习很高效。在学校写作业，大家都很安静，学习氛围好，旁边没有电子产品的诱惑，可以更好地投入学习。我每天的作业基本上可以在学校完成，正确率也提高了不少。有不懂的题目还可以和同学们讨论，请教老师。每天也有更多时间去复习巩固，拓展提升。”

马宇涵同学说，享受“双减”的前提是学会自律。《觉醒年代》中的一句话让他印象很深：只有自律的人才可以脱颖而出，成就大事。

## 这个家长会分享 母慈子孝看日出

双减之后，家庭生活发生了很大的变化，家长和孩子都体会到了“母慈子孝”。

杭州市溁溁小学校长项一喜在家长会上分享了一个她曾听到的对双减的理解，“有一天，在学校门口，一个家长对我说，‘双减’之后，他终于完成了孩子期盼已久的一个心愿，去了泰山顶看日出，这位家长说自己非常感谢‘双减’，让他能够停下来，从内心出发关于重新看待自己孩子的关系。我想，这大概是我听到的对‘双减’最动人的解释。”

徐子越同学说：“以前早上上学，天还没完全亮，在朦胧中关掉闹钟。现在取消了统一早读，每天早上都可以睡到自然醒，吃爸妈准备的早餐，很从容。晚自习结束，作业全写完了，还看了会儿书，爸妈来校门口接我，说说笑笑到家。到家后还可以教弟弟读拼音，做会儿运动。”她笑，这不仅是老妈，也是她自己梦寐以求的“母慈子孝”的场面啊！

“双减后，我才发现，原来生活可以有恬淡和从容。”施雨涵同学说，以前早早去学校早读，早饭都是匆匆忙忙的，现在不用统一早读了，起床也变得美好了。“那天我因为生物钟六点半就醒了，又翻了个身，一会看到阳光从窗帘的缝隙中窜进房间，空气中的灰尘镀上一层金黄的光晕。老妈还给我做了红豆粥冲牛奶，说时间充裕了，第一次给我做。味道超好的，牛奶很香，红豆很糯，老妈和我一起坐在桌边吃。”

而晚自习结束后，她经常和爸爸一起去运河边慢跑。那时候，作业在学校就已经写完了，很放松，还有兴致满满地看月亮星星。



天杭实验学校810班学生

Bank 中国光大银行

中国光大银行——国有控股银行 您值得信赖的财富管理银行

大额存单

起点金额	20万元		
年化利率	2.30%	2.90%	3.55%
期限	1年	2年	3年
募集期	2021年10月21日至2021年10月27日		
起息日	2021年10月27日		

温馨提示：发行期内如遇央行利率政策调整，则暂停该期产品发行，相关产品信息另行公告。

分行营业部 87893951 庆春支行 87895508 浙大支行 87998176 吴山支行 87020490 拱宸支行 85178961 朝晖支行 85390604 西湖支行 85113025 建国路支行 87131067	88056651 86950811 88902908 85358730 87896565 22829285 22829609 85828809	余杭支行 富阳支行 温州分行 温州瑞安支行 温州柳市支行 温州龙湾支行 温州乐清支行 温州永嘉支行	86130006 61761766 (0577)88011286 (0577)66890022 (0577)61777116 (0577)88011356 (0577)61572885 (0577)66997655	嘉兴分行 嘉兴海宁支行 嘉兴桐乡支行 嘉兴平湖支行 嘉兴嘉善支行 金华分行 金华义乌支行 台州支行	(0573)82095595 (0573)80770573 (0573)88199616 (0573)83609616 (0573)84295506 (0579)82895595 (0579)85395595 (0576)88200856	台州温岭支行 (0576)81623902 台州临海支行 (0576)85188910 绍兴分行 (0575)88260551 社区支行： 三里亭社区: 86413769 万家花城社区: 86412686 嘉绿苑社区: 86656630	绍兴越城支行 (0575)89116190 绍兴上虞支行 (0575)89095595 萧山南市花园社区: 22829736 台州椒江江城社区: 0576-88601227 杭州冠苑社区支行: 86856939
--	--	--	--	--	--	--	---

理财先锋

理财先锋  
网络财经资讯  
汇聚理财知识  
量身定制服务

风险提示：  
理财产品有风险，投资需谨慎。  
（理财有风险，投资需谨慎）