

# 倒计时!“双减”后首次中考来了

## 命题中的“减”元素

今年中考是“双减”政策实施后首次中考,教育部办公厅近期发布《关于做好2022年中考命题工作的通知》指出,要积极推进省级统一命题。

据了解,2022年重庆市中考各学科采用全市统一命题,其中地理、生物学科今年是首次实行全市统一命题。

“统一命题有助于加强对学校的教育教学指导,推动学考有效衔接,更好巩固‘双减’成效。”重庆市教委基础教育处处长吴薇说,今年的中考命题将着力加强关键能力考查,不超标命题,不出偏题、怪题,优化试题情境设计,以立德树人为鲜明导向,充分体现德智体美劳全面发展的要求。

“双减”是站在学生全面发展、培养未来创新人才高度的重大举措。广州市第五中学校长裘志坚说,学生在校作业负担和校外培训负担“减”了之后,考试命题“要增加命题的情境性;增加命题的开放性和灵活性,减少记忆性试题;增加跨学科试题。”

山西省实验中学初中部教务处主任李凤婷说,从今年的模拟考试、适应性考试等来看,阅读面宽了,传递了诚信、友善等核心价值观,涉及前沿科学、时事新闻等;更加注重学生创新能力、解决问题的能力。

## 备考中的“减”战术

命题“指挥棒”发生变化后,告别“死记硬背”和“题海战术”,学生还能成功“上岸”吗?

在江西省萍乡市田家炳中学九年级历史老师刘伟看来,“双减”后对学生综合素养培养提出更高要求,“学生除了能‘学会’,更要‘会学’。”

最近,刘伟在课堂上打破传统复习备考模式,将知识内容进行专题划分,再引导学生分析问题、鉴古知今,并由学生在课堂上分组

还有一个多月时间,各地将迎来“双减”后的首次中考。怎么看命题工作新要求?考生能否成功“上岸”?中考的定位和功能未来如何调整?记者在广东、辽宁、重庆等地进行了采访。

讲述。学生陈利军说:“这种复习方式让我们对知识点记忆深刻。”

沈阳市第一二六中学副校长陈越说:“让学生‘走出题海’,老师就要先‘走入题海’。学校组织教师整合学科知识点,形成不同学科的‘自主学习笔记’,内容包括知识点总结、拓展练习、分层练习等,引导学生从被动式学习转为主动式学习。题不在于做得多,而是重在思考。”

下午5点到5点50分是山西省泽州县巴公镇初级中学校的活动课时间。多年来,学校利用这50分钟对学生进行个性化教学,还有篮球、乒乓球、书法等兴趣课程。校长和淑琴说,“双减”前,活动课只有七年级和八年级的学生可以参加,今年学校首次让九年级学生的活动课“不停课”。

“令人意外的是,这届九年级考生的模考成绩与往届学生相比,还略有提高。很多老师感觉到,学生的综合能力和身心健康也有改善提升。”和淑琴说。

“班上的学生不再到处补课转场,校外培训学校的集训串讲也没有了。”山西省实验中学初中部教师李思勤说,家长和学生们不再在条幅标语和社会环境的引导下盲目跟风,更多思考在适合自己的能力范围内进行升学选择。

## 未来中的“减”思路

“当简单的死记硬背和刷题不能再取得好成绩时,当大家都看到考试评价改革的成效时,才会真正地以更大的热情拥抱‘双减’。”重庆市珊瑚中学校长林莉认为,中考作为一种评价机制,应该亮出更加鲜明的信号和导向,引导学校提高教育质量、提升教育特色,培养学生的学科核心素养。

针对“双减”后的评价方式,广州市第五中学探索了跨学科项目式学习,通过主题学习活动,整合多学科知识,调动学生学习积极性。

例如,学校组织学生到广州海珠国家湿地公园,带着做“植物猎人”的研学任务,看上去是一节生物课,但从语文学科角度,提出这些植物有哪些诗人写过相关的诗歌;从英语学科角度,可以用英语进行介绍;从数学学科角度,可以学习如何进行丈量等。这是一种全方面探究式学习,孩子们为此查阅大量资料,阅读不少相关书籍。

辽宁省本溪市教师进修学院副院长夏冬梅说,从中考的定位和功能角度看,应进一步增强考试内容的基础性、系统性及综合性,加强对学生独立思考和综合运用所学知识分析、解决问题能力的考查。

重庆市谢家湾学校校长刘希娅建议,进一步优化中考机制,确保中考命题方向与“双减”精神相吻合,让考与学相匹配,促进“双减”政策进一步落地。

“中考要严格依据课程标准命题,切实做到学什么考什么。”辽宁省鞍山市第二十三中学校长杨烨表示,下一步学校教学将着重应试和实践结合,减少应试的刻板性。

“未来,中考的内容和形式还有很大优化空间,比如更好地将终结性考试和过程性考试结合起来,让综合素质评价等过程性评价真正发挥实效。”山西师范大学教师教育学院副院长刘岗说。(新华社北京5月19日电)

## 新版中国学龄儿童膳食指南发布

5月15日到21日是全民营养周,而5月20日也就是今天,是中国学生营养日。中国营养学会5月19日发布了新版中国学龄儿童膳食指南,指南与此前的2016年版相比增加了学龄儿童营养素养提升和健康饮食行为的培养等内容。

学龄儿童是指从6岁到不满18岁的未成年人。在这期间他们生长发育迅速,充足的营养是智力和体格正常发育的基础。同时,学龄期也是饮食行为和生活方式形成的关键时期,从小养成健康的饮食行为和生活方式可以受益终生。新版指南根据我国学龄儿童的营养与健康状况,依据合理膳食、饮食行为与健康状况关系对一般人群膳食指南进行了扩充,提出学龄儿童营养的5项核心原则,包括:主动参与食物选择和制作,提高营养素养;吃好早餐,合理选择零食,培养健康饮食行为;天天喝奶,足量饮水,不喝含糖饮料,禁止饮酒;多户外活动,少视屏时间,每天60分钟以上的中高强度身体活动;定期监测体格发育,保持体重适宜增长。(据央视)



### “我是小小营养师”

5月19日,合肥市翡翠学校厨师教学生们做营养搭配餐。当日,安徽省合肥市翡翠学校开展“我是小小营养师”主题活动,引导学生养成健康饮食、均衡营养的生活方式。

新华社发