

姚 期 主编

勤耕细作

Qingeng Xizuo

上海市长宁区小学作业效能实践探索

作业改革，改变的不只是作业。

通过作业改革，不仅达到了减负增效目标，还可以让学生“多一点睡眠，多一点游戏，多一点生活体验；少一点近视，少一点肥胖，少一点不必要的负担”。



上海教育出版社
SHANGHAI EDUCATIONAL
PUBLISHING HOUSE

姚 期 主 编

勤 耕 细 作 *Qíngēng Xízuò*

上海市长宁区小学作业效能实践探索



上海教育出版社
SHANGHAI EDUCATIONAL
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

勤耕细作：上海市长宁区小学作业效能实践探索 / 姚期主编.

—上海:上海教育出版社,2015.1

ISBN 978-7-5444-5950-1

I.①勤... II.①姚... III.①学生作业—教学研究—小学—长宁区 IV.①G622.46

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第311125号

责任编辑 徐建飞

特邀编辑 朱尚忠

封面设计 周 亚

勤耕细作

——上海市长宁区小学作业效能实践探索

姚 期 主 编

出 版	上海世纪出版股份有限公司 上 海 教 育 出 版 社 易文网 www.ewen.co
地 址	上海市永福路 123 号
邮 编	200031
发 行	上海世纪出版股份有限公司发行中心
印 刷	上海颀辉印刷厂
开 本	700×1000 1/16 印张 28.75 插页 4
版 次	2015 年 1 月第 1 版
印 次	2015 年 1 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5444-5950-1/G·4834
定 价	65.00 元

(如发现质量问题,读者可向工厂调换)

《勤耕细作——上海市长宁区小学作业效能实践探索》编委会

主 编 姚 期

副主编 邵春安 陈 晞

编 委 朱正刚 霍 苹 张佩红 杨秀英
王克坚 孟水莲 王琳林 韩美群
季晓军 杭 兵 王 颖 闻静兰
李雅芬 朱 虹 张 萍 杨晓华
张 英 刘 健

序

在经过长达三年的调研和筹备后,于2010年9月,上海市长宁区正式成立“小学作业效能监测中心”,构建了“作业网上发布制、作业备案制、实时监控和常态调研制”等小学作业效能监测运作机制,对小学的作业设计与布置情况进行监控和指导,促使教师落实“为了每个学生更好地学习与成长”的教育理念,对接“三多三少——多一点睡眠,多一点游戏,多一点生活体验;少一点近视,少一点肥胖,少一点不必要的负担”的具体要求,围绕作业设计和布置的“整体性、针对性、差异性和诊断性”进行一系列实践探索,优化教师的教学方法,改善学生的学习方式,实现作业“量的把控”和“质的提升”,切实减轻学生过重的课业负担,实现学生的快乐学习,健康成长。

看了《勤耕细作——上海市长宁区小学作业效能实践探索》这本书后,我欣喜地感受到各小学的领导和教师在作业效能监测方面进行的一系列富有成效的实践探索:

凸显校本实施是作业效能监测的着力点。各小学对应区小学作业效能监测的运行机制,就“单元作业指导建议”的校本化、二级备案工作的校本管理流程等进行了创造性的建设,如愚一小学的作业五级管理流程、作业效能设计及研究的“研读指导意见、设计多元作业、制定评价标准、确定跟进措施、适度调整作业和上传各类作业”等六步操作流程;天一小学立足“能”的作业效能校本管理,对各



学科教师在作业设计、布置、批改和评价等提出了具体的要求。这些作业效能校本化管理的举措值得推广。

实现了作业设计适应每个学生自主发展的需求。依据“多元智能理论”和“活动教学思想”，立足课程标准设计的体验性和实践性的长作业，极大地激发了学生的学习兴趣。短作业的设计在体现“学生关心什么、经历了什么，对什么感兴趣，在生活中发现了什么”方面予以充分关注，将作业与学生自己的生活充分地融合起来，拓展每个学生的发展空间，实现差异发展。

促使教师对课堂教学进行积极主动的研究。我们可以从教师进行作业效能研究的课题看到，教师的视野并没有停留在作业上，而更多地把视野扩展到自己的整个教学环节与作业效能的关系上，如不同的课前作业、课中练习和课后作业设计与教育教学目标的关系、不同的作业设计与课堂教学方式的关系、不同的作业设计与学生学习方式的变化、作业设计与教师发展、作业设计与学生学习的积极性、学生完成作业的方式要求与学生作业品质等研究课题，充分表达了教师对作业效能研究与自己教学过程有着密切相关的理解。

现在，各校正在贯彻国家、上海市中长期教育改革和发展规划纲要和长宁区中长期教育改革和发展规划纲要，每个教育工作者都肩负着教育面向未来的责任。长宁区小学作业效能监测工作和作业效能的研究形成了良好的发展态势。但是，为了使作业效能的研究成果更具有科学性、可操作性和可推广性，还需学校的领导、教师发扬务实求真、勇于创新的精神，勤学习、勤思考、勤实践、勤探究、勤反思，用实证的原理论证和提炼在实践中获得的好经验，并努力把好经验演绎成具体化的操作原理，使设计的作业解释性更强，作业效能更显著。

上海市长宁区教育局局长 姚期

2014 年 11 月

目 录

区 域 推 进

长宁区小学作业效能监测中心工作方案

• 上海市长宁区教育局 上海市长宁区教育学院 / 3

长作业设计框架说明

• 上海市长宁区教育学院 / 6

从默会知识角度看作业设计的基本思路

• 上海师范大学教授、博士生导师 夏惠贤 / 13

让孩子在作业中快乐成长

——访上海市长宁区小学作业效能监测中心工作组组长朱正刚老师

• 《长宁教育》特邀编辑 季晓军 / 19

校 本 实 施

让作业成为学生人生的体验过程

• 愚一小学 / 25

规范管理 校本调整 落实目标

• 愚一小学向红分校 / 31

科研引领 提高效能 促进发展

• 法三小学 / 36



- 追求作业品质 提升作业效能 • 安顺路小学 / 40
- 开展作业研究 促进教师专业成长 • 长宁路小学 / 43
- 适应差异 分层实施 提升效能 • 古北路小学 / 46
- 尊重个性 彰显个性
- 个性化作业的设计与研究 • 玉屏南路小学 / 52
- “单元作业指导建议”校本化实施的思考与实践
- 建青实验学校小学部 / 58
- 学校作业堂堂清 回家精练一刻钟
- 浅谈怎样从作业的“能”字上进行教学管理 • 天一小学 / 65
- 关注个性 走向智慧
- “单元作业指导建议”校本化实施经验总结 • 哈密路小学 / 71
- 开展作业效能研究 转变教与学的方式 • 北二小学 / 76
- 让有效作业成为学生成长的生长点 • 北三小学 / 81
- 编制“单元作业指导建议”促进教师专业成长 • 长宁实验小学 / 84
- 有效作业 快乐成长 • 绿苑小学 / 90
- 控制作业“量”和提升作业“质”的实践探索 • 虹桥机场小学 / 100

专 题 研 究

- 潜心研究 科学编制 自觉发展 • 江五小学 / 105
- 小学数学中高年级分层作业的实践研究
- 江五小学作业效能实证研究成果 • 江五小学 / 110
- 作业效能监测挑战教学管理模式 • 愚一小学 徐贵强 / 114
- 小学作文精细化评价的实践研究 • 愚一小学 王敏健 / 119
- 课前预习提升课堂效能的研究 • 愚一小学向红分校 杨莹玉 / 124
- 品读教材 明确目标 精心设计
- 以《半截蜡烛》“课课练”作业设计为例 • 开元小学 / 128
- 小学语文作业个性化设计须处理好几对关系
- 法三小学 金 毅 / 137

“基于教学目标的作业设计”的行动研究	• 法三小学 周瑾 / 145
课前预习、课中练习及课后作业的整体性设计	• 复旦小学 / 153
个性作业 快乐作业	• 安顺路小学 胡心怡 / 163
小学二年级语文不同作业批改方法对比研究	
	• 长宁路小学 二年级语文教研组 / 168
利用作业分层设计提高语文课堂教学有效性	
	• 长宁路小学 五年级语文教研组 / 173
在游戏中习得 在游戏中提升	
——作业设计与学生学习的积极性	• 天一小学 汤旻蕾 / 183
有效作业促学生言语能力的提高	• 天一小学 吴珏芳 / 186
作业二级备案的理解与实施	• 天二小学 / 192
精心设计作业 有效落实目标	• 天二小学 卢守萍 / 199
关于模仿性作业、发展性作业和综合性作业的认识与实践	
	• 天二小学 李昕燕 / 205
趣味性、实践性、开放性：小学英语作业设计的策略思考	
	• 新虹桥小学 朱骏 / 213
语文学科个性化作业的设计与研究	• 新虹桥小学 / 220
基于标准的主题作业的设计	
——以 At the beach 为例	• 哈密路小学 英语组 / 223
分层作业的设计和作业反馈列举分析的实践研究	• 适存小学 / 228
语文源自生活 作业源自体验	
——小学语文生活化作业创新设计与思考	
	• 适存小学 史丽萍 / 234
作业设计与学习方式的改变	• 北二小学 冯颖娜 / 240
整体设计练习 提升课堂活力	• 北二小学 沈琼 / 247
改变英语作业设计模式激发学生学习积极性	
	• 北二小学 周丽颖 / 252



发挥作业效能 提高教学效率

——小学数学分层作业设计的探讨与反思

• 北三小学 许佩莉 / 259

丰富作业形式 激发学生兴趣

——有效性英语作业的实施与思考

• 威宁小学 / 264

优化作业设计 提高作业效能

——单元作业指导建议校本化实施

• 威宁小学 / 269

优化设计 寓“学”于乐

——试述如何以多元作业设计提高学生的学习积极性

• 长宁实验小学 / 274

研究体育特色的长作业设计 提升作业效能

• 西郊学校 邱海燕 / 282

丰富作业内涵 激发学生学习兴趣

——小学常规作业和长作业的设计研究 • 西郊学校 邱海燕 / 290

统整学科核心知识 传承上海历史文脉

——《走进上海》长作业案例

• 愚一小学 刘 勤 / 295

不像作业的“作业”

——一次实验性作业引发的思考

• 愚一小学向红分校 杨莹玉 / 301

学当应学 习当所习

——基于案例的“科学研读·有效训练”作业观的快乐体验

• 法三小学 金 毅 / 303

立足文本 放眼生活 优化作业效能

——小学五年级语文作业设计例谈

• 天一小学 林 灵 / 306

抓住空白点 闪烁出亮点

——《珍珠鸟》教学案例

• 适存小学 孙 岚 / 312

问渠那得清如许 为有源头活水来

• 威宁小学 江 颖 / 317

“单元作业指导建议的编写”催我成长	• 江五小学 胡佩文 / 321
“生活中的小数”	
——践行“作业指导建议”案例	• 愚一小学 张 萍 / 324
趣味数学走进生活	
——课后分层作业设计的案例	• 天一小学 徐 菲 / 328
“我是包装小高手!”	• 天二小学 卢守萍 / 333
多样性编码 满足学生学习需求	
——分层作业设计探究	• 北三小学 范雪梅 / 336
根据教学目标合理设计“课前、课中、课后”作业	
——五年级第一学期《平行四边形面积》作业设计为例	• 虹桥机场小学 许一平 / 339
以游戏代替课中作业 改变课堂教学方式	
——以一年级《几个和第几个》为例	• 西郊学校 顾红萍 / 345
评价,真以人为本了吗	• 愚一小学 徐 运 / 349
我的作业我作主	• 安顺路小学 濮晓漪 / 353
给孩子一片自由的天空	
——新课程理念下的小学英语作业设计的研究与思考	• 天一小学 徐 虹 / 357
小周的故事	• 绿苑小学 杨 莹 / 360
玩具总动员	
——童年的伙伴 孩子的天使	• 江五小学 二年级语文备课组 / 363
Changes of silkworms	
——人与自然	• 江五小学 何 倩 / 370
“走进上海”长作业设计	• 愚一小学 刘 勤、王余强、周方耘等 / 375
画画我心中的少年宫	• 愚一小学 顾贝贝 / 379
我的“小天地”	• 法三小学 黄 霞 / 387



Earth Hour: Above and beyond

——节约用电 从我做起

• 天一小学 朱 彬 / 394

漫步古诗苑

——走进唐诗

• 适存小学 四年级语文教研组 / 403

健康伴我成长

• 长宁实验小学 五年级组 / 414

争做健康小卫士

• 绿苑小学 庄 琦 / 417

“长大后我就成了你”

——未来职业体验

• 虹桥机场小学 潘凌熠 / 422

实 施 成 效

教育部巡访团首站抵沪 长宁区“减负增效”受关注

• 《东方网》记者 曹子琛 / 431

让作业变成“幸福体验”

• 《解放日报》记者 李爱铭 / 433

上海实施小学作业效能监测探索基础教育转型发展新路

• 《新华社》记者 俞 菀 吴振东 / 435

上海市长宁区成立作业效能监测中心 实施学业评价“绿色标准”

——“减负增效”从作业抓起

• 《中国教育报》记者 张 东 / 439

作业网上公示 接受家长监督

• 《文汇报》记者 苏 军 / 444

后记

/ 446



区域推进

长宁区小学作业效能监测中心工作方案

上海市长宁区教育局 上海市长宁区教育学院

一、指导思想

根据国家和上海市《中长期教育改革和发展规划纲要》精神,《上海市教育委员会关于学习和贯彻实施〈教育部关于当前加强中小学管理规范办学行为的指导意见〉的通知》要求,加强教学研究与管理,通过对作业效能的监测,以编制《学科作业设计指南》为抓手,实现“减负增效”,全面提升学生综合素养的目的。

二、工作目标

依托愚一、江五、天一三所实验基地,整合相关优质资源,深入开展作业效能研究,建立科学而开放的作业效能监测机制,提高课堂教学有效性,提升作业效能,促进教师教学智慧的形成,切实减轻学生课业负担,落实减负增效。

三、主要任务和措施

1. 科学认识作业效能

充分认识作业在落实减负增效,提高学生学习有效性上的重要作用,科学理解作业效能的内涵和价值。

整体性:作业设计应统筹规划,关注学科的知识体系,关注课堂教学过程的



所有环节,着眼学生素养的全面发展,整体设计作业,体现教育的全局观。

针对性:作业的设计应针对学科核心知识和技能,体现作业设计的针对性和适切性,并能体现作业的合理化结构,培养学生掌握和运用知识的能力。

差异性:作业的设计应针对不同学力水平和个性特点的学生,在总体上体现差异性要求,在布置阶段,体现以学生为本的原则,细化作业的布置环节,激发学生的作业兴趣,培养良好的学习习惯。

诊断性:在作业的批改和反馈阶段,教师应采取精细、科学的方式,及时发现教学过程中的问题,开展教学反馈,引导学生优化改进措施,提升能力。

2. 探求作业效能的提升途径

学科发展中心、教研室、基地学校等多方联动,从作业的设计、布置、反馈入手,深入开展学科单元作业设计研究和作业效能评价标准的研究,落实作业设计的整体性和针对性,作业布置的差异性及作业反馈的诊断性,在实践中形成“学科作业设计指南”“作业效能评价标准”。同时,充分体现基地学校的研究特色,增强基地学校的示范、辐射功能,实现与区域内学校的交流与共享。

3. 探索作业效能的监测方法

建立作业备案制。为进一步增强教师对作业研究的意识,便于对学校作业质量的实时监测,并引导学校对作业开展系统的研究,所有的学校作业以电子形式备案。有条件的学校在学校网站备案。2010年9月1日,语文、数学、英语学科(三~五年级)启动备案制。

建立网上发布制。基地学校与教研室、学科发展中心合作,深入研究课程标准,研究教材,研究学生,及时发布“单元作业指导建议”,引导教师有效利用资源,提高作业效能。2010年8月31日,试点学校、学科的“单元作业指导建议”于教育学院网站发布,以后原则上按教学进度提前一周发布。

建立常态调研制。为了落实“让每个学生更好地学习和成长”的核心理念,作业效能监测中心运用调查问卷等多种形式,对学校备查档案等进行常态化抽查调研,以了解工作实施状况,发掘亮点,提炼经验,改进优化,提高成效。监测中心每学期到各试点学校调研2次。

建立实时咨询制。2010年9月起,作业效能监测中心向家长、社会公开咨询电话,目的是让多方了解信息,完善社会评价功能,优化作业效能研究。

四、实施步骤和进度

(一) 加强领导、确保实施

成立上海市长宁区“小学作业效能监测中心”领导小组和工作小组,确保工作有效开展。

(二) 分步实施、有序推进

1. 启动阶段(2010年5月~8月)

组织学习国内外与作业相关的文献,关于“减负增效”的相关政策法规以及其他省、市、区(县)相关的先进经验,统一认识,制订效能监测中心工作方案。就作业效能现状,分别对两个学区范围内不同类型学校开展多种形式调研。召开各类座谈会,征求并吸纳市、区主管部门和基层学校校长、教师意见,收集各类资料数据进行分析,开展可行性研究,不断完善实施方案。

2. 探索阶段(2010年9月~2011年8月)

在愚园路第一小学、江苏路第五小学、天山第一小学探索开展作业效能监测工作的可行性途径。

试点年段与学科:愚园路第一小学三年级第一学期语文学科;江苏路第五小学四年级第一学期数学学科;天山第一小学四年级第一学期英语学科。

试点方式:与区学科发展中心、教研室、师训部等合作联动,开展实践研究,逐步扩大试点年段,探求作业效能的提升途径,探索作业效能的监测方法。

3. 推广阶段(2011年9月始)

在前阶段调研和实践研究基础上,召开现场交流会,将有关经验和成果,向全区宣传辐射,逐渐推广至所有小学,使之成为深化区域课程改革的有力保障。