

与活动变成集成性、全天候的高质协同育人机制。

通过上述的提质增效，“一日学校图景”有望推动小学教育在科学合理的“增亦减中减亦增”运行中走向全面优化，在重构一天的“课程+课堂+课业”中、在全天候的“课内+课外”贯通中实现学生真正意义的高质量发展，让小学教育在“双减”中“破局”与“突围”。

## （二）“一日学校图景”目标的勾勒与写意

### 1、图景目标的勾勒

在“一日学校”学习活动与实践的图景中，学生、教师、学校、家长等多元主体需要共同参与，在增减中“勾勒”每一日和每学期目标与活动，从而形成“以学生为主体，自定日计划、周生活记录、周学习反思”的一日学校图景循环流程，家长和老师双加持引导与陪伴，在学校目标塑造与儿童自主生成中达成目标。

一方面，在全天候发展图景上，详尽地刻画出儿童生活一日中各种不同样态的长短、结构、节奏，以及间断性与连续性的统一；另一方面，在育人体系上，生动地统筹小学育人的微观基础与宏观结构，这有利于激活儿童内生变量与生命活力。通过上述一日图景目标的塑造，加快实现学校减负、增质、提效与学生个性发展统一。

### 2、图景目标的写意

一日图景目标连接着日、周、月、年，以学校生活需求为起点，打通学科与生活逻辑，勾画的各要素共同写意着学生的全面发展。“一日学校图景”将学生在校的整日学校活动内容及其序列的算法进一步重组、重构与优化；将教师一日工作指向“双重、双向”育人，从而成为从有质量到高质量的学生未来发展图景。基于此，“一日学校图景”的目标细化为以下六个方面：

（1）保健，是以自知、自立和自理为标准，以独立生活健康成长为目标，每天必须反复进行的最基本的，具有共同性的动作群。小学教育保健的每日内容包括喝水、午休、如厕和一餐一点等。

（2）运动，指在室内外以帮助学生发展运动技能、增加运动量、培养运动品质为目标，以有趣、安全和出汗为标准的活动。小学阶段的运动主要包括体育课内活动和课外自主活动。

（3）劳动，通过教与学的劳动实践，使每个学生都会动手、能设计、爱劳动，养成良好的劳动习惯。小学劳动以绿色、科学和规律为标准，主要内容为班务、日常自理、个人卫生和公益劳动。

（4）交往，指个人与个人，个人与团体，团体与团体之间的信息交流、相互往来的人际互动活动。小学生间交往要以尊重、平等和协商为标准，主要有生生交

往、师生交往、公益活动和班队会。

（5）游戏，指儿童在自由支配时间做的，以自由、轻松和愉悦为标准的，可以调节身心、闲暇娱乐或自我实现作用的活动。小学生游戏主要有冥想、娱乐和自创活动。

（6）学习，学校需要将德智体美劳五育和“晨读、午睡、晚省”科学安排在每一天里，有计划、有策略地学习知识与技能，上午以文化知识学习为主，下午以技能活动为主，提高学生的理解、迁移、创造的素养。

## “一日学校图景”工笔图：聚焦一日、减负增质

### （一）一日课程：层层细勾画，减压力加健康

为了从整体规划小学教育课程体系，本文以全天候的“1+N课程”为例，提出“一日课程”的学校学习新样态。“1”代表国家基础课程；“N”代表衍生于“1”的儿童个性课程（包括学校特色、年级特点、学生个体的订制课程）；“+”是指二者互动结构。“1+N课程”通过静态的课程设置与动态的课程实施，构建出不同课程理论的有机联系，把学科和生活、实践相连接，既能够发掘每门课程独有的育人价值，又可以实现小学课程的合力育人。

一方面，学校要从整体出发优化课程安排、调整升级基于全方位育人的多学科联动备课体制，重构“学生一日国家基础课程”的时序调整、时空调位。学校可以通过项目学习、小课题研究和跨年级、跨学科走班学习，打破教室的壁垒，使教与学空间功能最大化，丰富学生的学习方式，通过学段互助课程将年龄与性别差异的学生进行混龄编班整合，<sup>[3]</sup>推动实现同学互育。另一方面，在优化落实国家课程“1”基础上，学校要优化整合出以体育和劳动课程为重点的校本“N课程”，例如“每天体育三个一”（一节体育课、一个体育项目选修、一个体育健身课间），这能在增强儿童体质的同时，探索体育如何改变大脑。<sup>[4]</sup>此外，学校要以老师为主力军，利用市区课外服务课程资源，设置学业辅导、分层答疑，夯实学生学业基础，同时提供多门学生自主选修的“N课程”，努力做到其与课内学习在教学目标、理论知识、学习方法等方面的融汇贯通。

上述这套系统化、衔接型的课程体系能够打通课内与课外，系统地涵育学生，拓宽一日学校图景，与目前“双减”政策中对课后服务的要求相吻合，也是一种对学生在已有学习基础上需不需要增值等新质量因素的关注。

### （二）一日课堂：精准着墨，减碎片加质量

#### 1、以课堂为轴心上下贯通：统筹“课程-课堂-课业”