

重庆市合川云门中学： 管理出效率 环境育人才

核心提示：

当前，不少中小學生都面臨課業負擔過重、近視率居高不下、體能下降、心理壓抑等問題，這不僅妨礙了學生健康成長和個性發展，也給家長帶來沉重教育負擔，衍生出許多社會問題。扭轉這些現狀，成了全社會共同關注的重大課題。黨中央、國務院印發《關於深化教育教學改革全面提高義務教育質量的意見》《關於新時代普通高中育人方式改革的指導意見》，教育部推出了手機、作業、睡眠、讀物、體質“五項管理”改革舉措，其目的是以小切口推動教育大改革，推動素質教育有序發展。



學校領導陪同合川區副區長袁曉欽在學校檢查指導工作

新時代，新教育。重慶市合川雲門中學堅持站在探索“知行合一”育人路上最前線。在教育部推出“五項管理”的改革舉措之後，雲門中學將落實五項管理作為學校持續發展、學生健康成長的头等大事，從教育評價、師資隊伍和教育質量等多個維度，引導師生走出“唯分數、唯升學”論誤區，將重心轉向立德樹人的教育本源，重塑學校教書育人新生態。

近年，合川雲門中學教師秦萬紅獲重慶名師稱號，陳蓉等一大批教師獲區骨干教師榮譽，唐建、謝和君、周曉芳、顏宏、陳旭、湯斌等多位教師每年在區級技能比賽中獲獎，湯文書、劉華林、周榮等上百位老師論文在各領域獲得各級獎項。

加強手機管理 讓學生專心學習

新教育，新管理。加強手機管



教職工趣味運動會

理，營造優良育人環境，杜絕學生沉迷網絡遊戲，專心學習書本知識，是合川雲門中學推進五項管理的重點舉措。

為將“五項管理”落到實處，合川雲門中學擬定和完善了《學生在校期間手機管理辦法》。規定學生不得將個人手機帶入校園，因特殊情況需帶手機入校的交由班主任統一保管，教師不用手機布置作業或要求學生利用手機完成作業。

學校還通過《致家長的一封信》，向家長講清過度使用手機的危害性和加強管理的必要性，並通過班會活動、辯論賽等多種形式，引導學生合理使用手機。學校制定了學生手機帶入校園的申請制度，學生確有將手機帶入校園需求的，須經學生家長同意、書面提出申請，學校研究同意，進校後將手機交由學校統一保管，禁止將手機帶入課堂。

為保障學生能和家長聯繫，學校在德育處、學生寢室外牆上安裝公

用電話，學生可以免費撥打。教室全有班班通，學生也可以在課餘上網查閱資料。因此，在學校，學生幾乎可以不用手機。當然，家長應履行教育職責，加強對孩子使用手機的督促管理，嚴格控制學生居家依賴電子產品，防止學生沉迷網絡。老師和家長及時保持溝通，掌握學生身心健康狀況，凝聚家校協同育人合力。

五項管理： 管出學習新天地

新問題，新突破。由於學業負擔重、課外輔導等原因，擁有充足睡眠是很多學生可望不可及的一種奢求。睡眠不足突出顯示的是學生精神不振，上課注意力不集中、學習興趣下降等一系列問題。

學校統籌安排學校作息時間保證睡眠質量。學校嚴格控制到校時間不早於 7:20，並保證學生每天 10 小時的睡眠時間。家長要適時監管，確保孩子的睡眠質量。減輕課外負擔。引導家長根據孩子的實際情況選擇適當的家庭教育方式，不拔苗助長，不給學生安排太多的家庭作業、不讓學生上考試學科輔導班，給孩子們更多時間發展自己的興趣愛好，同時擁有更好的睡眠。

日益增多的小眼鏡、小胖墩等，突出顯示青少年不可忽視的健康隱患。把健康素質作為評價學生全面發展的重要指標，是增強體質、健全人格、錘煉意志的關鍵舉措。

雲門中學通過開齊開足體育和健康課程，建立學生體質健康檔案。教師不得“拖堂”或提前上課，保證學生每節課間休息並進行適當身體活動，延時服務也適當安排老師帶領學生開展體育活動。

作業是學生完成學業的重要手

段和根本途徑，但作業反射出來的卻是教育大生態。為改變作業量大、占用時間長、形式過於單一的狀況，合川雲門中學充分利用大數據賦能精準教學，提高教學效率，提升教學質量，严控書面作業總量。

課外讀物是學生健康成長的精神食糧，部分家長只認分數，對課外



合川雲門中學三行詩講座

讀物不重視。雲門中學及時清除各種不適合學生身心健康发展、不符合意識形態規定的課外讀物。制定《經典閱讀指南》，開設閱讀課，設定讀書日，舉辦讀書報告會，引導學生閱讀適合身心健康和個性發展的課外讀物，提升學生的閱讀量。學校鼓勵師生共同參與三行詩大賽、思維殿堂辯論賽、書法作品展覽、“詩書雲中”新年花燈游園會、讀“四史”禮贊中國師生讀書活動、學生個性書法展六項活動，促進師生共同進

步。覃永康老師指導學生闕凡在 2022 年軟筆書法大賽中獲得區級一等獎。高中語文老師顏紫鵲、王國輝分別指導學生段杰、余金銳在 2022 年度中華魂讀書活動中獲得區級一等獎。

合川雲門中學以“五項管理”為切入點，全面探索“以人為本，知行合一”的育人新路，管出了一片風清氣順的教育新天地。

減負提質： 減出校園新風貌

2021 年 7 月，中共中央辦公廳、國務院辦公廳印發了《關於進一步減輕義務教育階段學生作業負擔和校外培訓負擔的意見》，要求強化學校教育主陣地的作用，有效緩解家長焦慮情緒，改良教育生態。

“學生作業負擔太重必須減，但教育質量不能減”，合川雲門中學結合校情，加強作業研究，提高作業質量，推進“減負提質”，逐步扭轉“唯分數”“唯升學”等教育評價導向。

減負的核心是課堂提質，教師的課堂效率越高，學生課後學習負擔就越輕。為此，學校堅持深耕課改教研，打造“行知大講堂”。學校以國家課程為原點，以精準課堂教學研究為突破口，以“人人參與課題研

究”為目標，扎實推進課後延時服務，做好校內微課題研究，消解教育教學過程中的困惑問題。2022 年以來，合川雲門中學共開展“精準課堂”等 16 個微課題研究，研究領域涉及各學科，為學校提升教研水平，提高課堂質量起到推動作用。

學校將課後延時服務分為兩個階段，第一階段為作業輔導，學生在本節課只能完成作業，教師為學生作業解答疑惑。

第二階段為個性發展，鼓勵學生讀一點名著、做一點運動、學一點藝術、干一點勞動、會一點科創。鼓勵學生參加社團，發展個人特長，拓展自我終身發展潛能。

為引導學生閱讀，學校致力打造“雲中詩書校園”，通過閱覽室、開放式書吧和班級圖書角，拓寬學生的課外閱讀渠道。同時，依托翱翔文學社、朗誦社等社團，廣泛開展讀書報告會、三行詩歌大賽、課本劇展演等活動，激勵學生廣泛閱讀、選擇性閱讀，達到廣采博集鑽研效果。

開展體育運動。做一點運動，旨在提升學生健康體質。學校繼續落實陽光體育大課間活動，每天陽光運動不少於 1 小時。學校成立了籃球社、乒乓球社、羽毛球社等多個體育社團，有序完善“以體育課為主，體育社團為輔”的體育教學模式，提升學生健康體質。

強化學生藝術基礎知識教育，加強藝術社團建設，是學校的藝體發展特色。學校在“黨建賦能·趕考亮卷”行動中，為進一步落實“雙減”“五項管理”措施，促進學校國學特色發展，特舉辦重慶市合川雲門中學第二屆“詩書雲中”讀書節活動，推進素質教育，豐富師生學習生活，展示師生攜手發展、共同進步風采。

學校成立太極社、翱翔文學社、朗誦社、合唱團等 12 個藝術社團，並通過打造藝術走廊，舉辦文化藝術節、各種文藝晚會等多種方式，為學生提供藝術展示平台，讓每個學生都能欣賞美、體驗美和創造美。

勞動是傳統美德，雲門中學倡導的不是純粹的簡單勞動，而是將教育深度融入勞動之中。建成了 1 塊菜園，還和校外農場聯合做起了生態實踐基地。學校以生態實踐基地為依托，以勞動課程為載體，融合生物、地理、化學、醫學、文學、哲學等學科知識，正在開辟土壤改良種子培育基地和生態實踐基地，讓學生在勞動中感受傳統農耕文化的獨特魅力，提升科學素養和實踐能力。

“五個一點”，點石成金。合川雲門中學將學生從過去的題海戰術中解脫出來，推動了各種特色社團蓬勃發展，也培養出大量個性化專業人才和優秀複合型人才，走出一條讓每一個學生潛能發展、個性發展新路，贏得社會的廣泛好評！

通訊員 楊瑜 周榮
特約記者 黃仕明 文/圖

新教育，新課程。在減輕學生負

“知行”黨建 統領學校高質量發展

劉作全

新時代，新任務。2022 年秋以來，重慶市合川雲門中學黨委堅持以黨的二十大精神為指引，提煉出“打造教育特色 培養創新守正學生建設幸福雲中”的辦學願景，倡導“安全 規範 有序 提質”的工作思路，認真分解落實學校黨委會議提出的各項目標任務，強化幹部隊伍建設，努力提升黨員幹部隊伍教育教學水平，協調推進學校有序發展、高質量發展。

精神引領方向 助力“知行”黨建

1.本學年，將深入學習貫徹黨的二十大精神，進一步落實學校“三會一課”學習制度，努力創建知行黨建學習型黨組織。

2.學校依托黨史學習教育，全面推進思想、組織、作風和制度建設，常態長效夯實黨建工作，充分發揮黨員先鋒模範作用。通過書記上黨課，加強思想引領，充分發揮黨員教師“領雁”作用，在教育教學工作中做好表率、帶好頭。

3.學校黨委堅持走特色黨建之路，秉承“黨建和教育深度融合，以黨建為引領，創建區域特色學校”理念，全力打造“知行”黨建品牌，為黨育人、為國育才，推動學校全面高質量發展，取得丰硕成果。

4.年輕教師積極躍躍申請入黨，發展黨員規範有序。學校黨委為加強基層組織建設，構築堅強戰鬥堡壘，努力做好“雙培”工作：一是促進年輕黨員教師迅速成長，爭取培養成為骨干教師。二是年輕骨干教師在級各類競賽中屢獲佳績，成為基層黨組織重點培養對象。

5.學校先後榮獲“重慶市先進基層黨組織”“重慶市衛生單位”“重慶市民主管理示範學校”“重慶市五四紅旗團委”“重慶市模範職工之家”“詩書雲中特色學校”“合川區規範財務管理及收費行為示範學校”“合川區廉潔文化示範學校”“合川區安全文明校園”“合川區素質教育示範學校”“合川區信息工作先進集體”等榮譽稱號。

突出重點难点 強化教育融合

二十六年的教育生涯，离不开黨的精心培養，唯有努力做好本職工作，才能報答黨的培育恩情。

1.率先垂范。在上级主管部门的支持下，我带领学校党员干部教师充分发挥基层党组织的战斗堡垒作用和党员教师的先锋模范作用，努力构建学习型支部，示范党员岗位，把党组织的凝聚力、向心力、号召力转化为引领学校发展的源动力。

力。

2.党旗引领。突出政治讲学习，认真落实“三会一课”制度，主题教育、党史学习出实招、讲实效。“行知大讲堂”里，“名家送课”“专家报告”“主题教育”等活动丰富多彩，为师生持续输送高品质党课、思政课，云中教师党性修养、工作水平大大提高。

3.组织带动。走进云门中学，你会发现党员左胸前闪亮的党徽，发现党员办公桌上“党员先锋示范岗”。“挂牌作战”“亮诺践诺”是云中党员的标配，每位党员在岗位上都是一把“好手”“一面红旗”。郭桂兰同志多年被评为“全区优秀党务工作者”，曹颖同志被评为“优秀共产党员”。

4.模范先行。疫情期间，学校组织党员先锋队先后三次冲锋到社区、学校做志愿服务，参与人员 320 余人次。2022 年暑期为学生运送学习资料达 3000 多套；停课不停学，组织党员教师承担了“临时班主任”任务；每期不断开展护航学生返校、在职党员进社区等志愿服务，助力合川文明城市创建、社区帮扶等工作。

5.倡廉倡俭。坚决与漠视群众利益现象作斗争，比如在党委会上强调管理“规范”，在各级会上强调教育“三乱”，督导纪委调研落实，要

求全体教职工签订《师德师风承诺书》；组织教师参加师德师风考试，考试结果受到合川区教委行文表扬；定期开展问卷调查，与教工交流沟通，为群众办实事、解难题，每年都有新突破、新亮点。

善于创新实干 提升品牌形象

“知行”党建品牌创造性地把党建引领、立德树人、“知行合一”文化相熔铸，凝合了独特办学理念，优化了师生互动，满足了家校需求，担起了社会责任。

1.“知行”党建品牌涵义是“学而活用、能文能武，红心向党、服务人民”。品牌内涵富含合川“行知”文化特色，坚持党的教育路线，体现了育人体系、“有温度”的志愿服务、“有深度”的科研课题、“有力度”的党建载体“五度”党建工作法。

2.常态化、系列化、制度化开展师德师风建设活动。年级教师（尤其是毕业年级教师）在工作中恪守“三精”标准，崇尚“行动的力量”“榜样的姿态”。给学生们提供“有温度的教育”，日常“一对一”结对帮扶，周末学困生“补课”，“一个都不能少”。

旗，团结师生干事创业；“4”即牢牢抓好安全稳定、特色打造、教师队伍建设和学生五育培养“四个维度”中心工作。

4.“知行”党建品牌，是一个强大的党建创意活动策源地。整个品牌体系搭建意在持续推动“党建引领、教学融合”，充分发挥党建引领作用，打造“诗书云门，弦歌巴渝”特色校园文化，形成思想牵引、先锋带动和品牌特色，从而提升学校品质，汇聚发展活力。

强化制度管理 推动多元育人

以党建为统领，以成渝地区双城经济圈建设为契机，推动川渝学校互动交流，争当“区域特色校”。

1.学校坚持“多样化育人、特色化发展”战略，追求“低进高出、高进优出、优进特出”办学目标。2022 年学校高考和中考取优异成绩，推动合川区高品质办学获得历史性突破，得到社会群众高度认可。

2.常态化、系列化、制度化开展师德师风建设活动。年级教师（尤其是毕业年级教师）在工作中恪守“三精”标准，崇尚“行动的力量”“榜样的姿态”。给学生们提供“有温度的教育”，日常“一对一”结对帮扶，周末学困生“补课”，“一个都不能少”。