

自2021年“双减”实施以来，教师减负问题一直是热点话题之一，在今年两会期间，有代表委员建议：

要积极探索推行教师弹性上下班制度，学校在保障正常教育教学和课后服务的基础上，可以适当缩短老师在学校的工作时长

。代表委员的建议一出，教师减负问题再一次上了热搜。



课后服务的开展有效的解决了很多家长因为工作问题不能及时陪伴孩子学习的问题，但与此同时，这无形中也增加了一线老师们的工作时长，很多老师不得不早出晚归。

如果你是一名一线老师，那你应该很清楚，老师除了平时的上课时间，还得花很多的时间备课、改作业、管理班级、联系家长，放学回家之后可能还得处理很多非教育相关的任务。这样一来，留给老师们自己的空余时间实际上并没有多少，如今再加上课后延时，属于老师们自己的时间就更少了。

值得开心的是，有代表看到了大家的难处，并将其提了出来。今后，老师们的工作时间或将迎来调整，有望迎来“弹性上下班”，而且已经有部分地区开始实行了。



这样一来，老师们的上班时间可以视情况进行调整，在一定程度上可以很好地保障老师们必要的休息

时间，让老师有更充沛的精力辅导教育学生。

同时，对于家离学校较远的老师，工作也会相对方便，时间会更充裕一些。

除了弹性上下班之外，很多地区的学校也根据自身特点，探索出了一系列非常具有创新性的解压措施，比如宁波市教育局出台《关于深化“双减”工作

加强教师关心关爱的指导意见》，参加课后服务的教师，实施课后服务AB岗位制，让老师在托管过程中能交替上岗。

安徽蚌埠市教育局发布的《关于实施基于智能技术的蚌埠市义务教育阶段学校教师弹性上下班制的意见》，文中明确表示

义务教育阶段教师，有望每周周中享受半天“双减假”，也可用课后服务时间兑换“双减假”。