

如何有效落实“双减”政策？

谭凤婷

吉林外国语大学教育学院，吉林 长春

收稿日期：2025年1月1日；录用日期：2025年2月5日；发布日期：2025年2月13日

摘要

为了解决当前我国中小学生课业负担过重的顽疾，2021年7月，中共中央办公厅、国务院办公厅联合印发《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》(以下简称“双减”政策)。本文旨在深入探析“双减”政策的本质内涵，了解在“双减”政策实施过程中，政府规定、学校情况以及家长诉求三方之间的关系，解决彼此间的矛盾冲突，加强三方合作，共同建构义务教育良好生态。

关键词

“双减”，政府规定，学校情况，家长诉求

How to Effectively Implement the “Double Reduction” Policy?

Fengting Tan

College of Education, Jilin International Studies University, Changchun Jilin

Received: Jan. 1st, 2025; accepted: Feb. 5th, 2025; published: Feb. 13th, 2025

Abstract

In order to solve the current stubborn problem of excessive homework burden on primary and secondary school students in China, in July 2021, the General Office of the Central Committee of the Communist Party of China and the General Office of the State Council jointly issued the “Opinions on Further Reducing the Burden of Homework and Extracurricular Training for Students in the Compulsory Education Stage” (hereinafter referred to as the “Double Reduction” Policy). The purpose of this paper is to deeply explore the essence and connotation of the “double reduction” policy, understand the relationship between government regulations, school conditions and parents’ demands in the implementation of the “double reduction” policy, solve the contradictions and conflicts between them, strengthen tripartite cooperation, and jointly build a good ecology of compulsory education.

Keywords

“Double Minus”, Government Regulations, School Situation, Parental Appeals

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 为什么出台“双减”政策？

当前，我国中小学生繁重的作业负担和校外培训负担已成为学生德智体美劳全面发展的最大阻力，家长“唯分数论”、学校“唯升学率”等功利性追求，使得学生、家长以及社会不同群体过度关注学生的学业成绩，导致学校教学超时超纲，教师不断增加学生的作业量和学习强度，反复的“题海战术”使学生形成分分必求的学习认知，这种教学方式逐渐扭曲了学校的教育初心。为有效解决以上种种病态的教育现象，2021年7月中共中央办公厅、国务院办公厅联合出台的“双减”文件，旨在通过减轻学生的课业负担和校外培训负担，促进学生的健康发展，减少家长的焦虑情绪，推动我国教育生态从失衡走向平衡，让学生学习回归教育本真，让学校回归立德树人初心[1]。

2. “双减”政策的内涵

(一) 减轻学生校外培训负担

社会分层理论指出，教育在一定程度上影响着个体的社会流动和阶层地位。在过去，校外培训市场的过度发展，使得教育资源分配不均的问题进一步加剧，部分家长为了让孩子在升学竞争中占据优势，不惜投入大量的时间和金钱在课外培训上，形成了一种“教育军备竞赛”的不良社会风气[2]。“双减”政策通过严格规范校外培训机构的办学行为，限制其学科类培训的时间、内容和方式，旨在打破这种不合理的教育竞争格局，引导教育回归本质，让教育资源更加公平地分配，避免教育商业化、应试化对学生成长的扭曲。

(二) 减轻学生校内课业负担

从教育学的角度来看，作业是教学过程中的一个重要环节，其目的在于巩固知识、培养能力和习惯等。然而，过度的作业量会导致学生身心疲惫，陷入机械重复的学习模式，违背了基本教育规律。“双减”政策强调减少作业的总量和时长，注重作业设计的质量，要求教师根据学生的个体差异和学习阶段，布置分层、弹性和个性化作业，使作业真正成为促进学生知识内化和能力提升的有效手段，而不是学生沉重的负担。

3. “双减”政策实施过程中的现实困境

(一) 政府规定

作为“双减”政策的主要策划者、制定者和推动者，政府部门往往需要从宏观层面对整个国家的教育体系进行战略布局。然而2021年7月“双减”政策在完全没有前兆的情况下突然出台，给学校及校外培训机构打得措手不及。首先在对于文件内容的解读方面，各地区就存在偏差，导致执行标准不一致[3]。有些地方的学校过度执行，对教育资源及课堂教学过度削减，导致课堂质量下降。而另一些地方则监管过于宽松，未能有效控制校外培训等现象，反而更加猖獗。这种不一致性使得政策的实施结果存在着巨大差异，难以形成统一的教育治理效果。同时，政策频繁变更或调整，使得学校难以跟上变化，增加了

学校管理的复杂性。

(二) 学校情况

突如其来的“双减”政策在没有切实考虑各方学校的真实情况下就执行，增加了各类学校落实“双减”政策的难度。具体而言，第一：政府要求学校课堂教育提质增效，提高教学质量，减少学生课外补习的烦恼。但是学校教师固有的教学模式和教学方法不是一朝一夕就能改正的事情，需要时间和经验的积累。第二：要求学校健全课后服务工作，倡导学生个性化发展。然而很多学校由于场地、老师、设备等各种教学资源的匮乏，无法达到上级政府的要求，当地政府也没有相应的保障措施，因而导致很多资源不足的学校，课后服务成为一句空话或者变相成为课堂教学的延中；第三：一直以来学校教育偏向“智育”，家长、学校以“分数、升学”作为选拔性考量依据，导致学生家长、学校、社会各界都以成绩作为学生能力考核的唯一标准。因此“双减”政策的实施理念和最后的评价方式之间存在巨大鸿沟无法跨越，导致学校层面无法完全按照政策的指导路径来实施，只能以应付检查的态度来实施“双减”的政策要求[4]。

(三) 家长诉求

如今社会竞争日益激烈，教育仍然是人们实现阶层流动的主要途径，任何一位家长都不想自家孩子输在起跑线上。然而事实证明，沉重的书包不等于丰厚的知识，反而加剧学生的厌学情绪和心理焦虑，不利于学生的健康成长。对于家长而言，不论是校内还是校外教育，在保证孩子健康成长的同时，能够接受优质的教育资源是其主要目的，但是“双减”政策在要求学校减少学生课业负担的同时，并没有减少基础教育阶段学生的学习内容和考核难度，对于教学评价，“小考”，“中考”的考核标准依然没有改变，学生的考试成绩依然是学生选拔的主要依据，这就不免让一些家长陷入矛盾之中[5]。同时由于相关部门缺乏对校外培训机构的有效监管，导致一些教育机构从“地面”转向“地下”或者“改名换姓”之后明晃晃的进行补课。

4. 如何有效落实“双减”政策？——三方联动

(一) 政府部门充分发挥好监督、保障工作。

1. 在政策实施初期。避免部分学校和相关地方政府部门没有领会“双减”的政策理念，机械的传达政策内容。因此，要组织相关负责人进行政策解读，然后将政策内容传达下发，引导学校、社会对“双减”政策的正确解读和了解，同时对校外培训机构、校内课后服务制度的管理进行强有力的精准监控。

2. 在政策实施的中后期。形成长期有效的监管措施，避免学校出现“上有政策、下有对策”以及校外培训机构复燃等治理乱象。对于学校相关教育资源和设备的改善工作，相关政府部门要提供相应的支持，确保学校进行减负工作没有后顾之忧。

(二) 学校实现提质增效的教学职能。

1. 对于城市重点学校而言，要优化课程结构，避免因追求高升学率而导致学生学业压力过大。在保证国家课程高质量实施的基础上，进一步深化校本课程开发，增加拓展性和探究性课程比例，如科技创新、人文社科研究等领域课程，满足学有余力学生的深度发展需求，使学生能够在学校充分挖掘自身潜力，减少对校外学科培训的依赖。同时，要精准作业管理[6]。鼓励教师结合不同的教学手段和信息化管理平台，针对学生个体学习情况精准布置分层作业，控制作业总量和时长，通过平台对学生作业完成进行管理和反馈，并及时为学生排忧解难，答疑解惑。

2. 对于普通学校而言，要加强师资队伍建设，确保课堂教学质量。通过城乡教师交流轮岗、线上支教、教师培训提升等方式，补充农村学校的师资力量，提高教师教学水平和教育理念更新速度。例如，组织城市骨干教师定期到农村学校开展示范教学和教学研讨活动，同时利用在线教育平台为农村教师提供持续的专业发展课程，帮助其掌握有效的教学方法和作业设计技巧。

3. 对于偏远、落后的农村学校而言，中小學生可能面临无“负”可减的情境，在校學生如果连基本的教学内容都未达到，又何谈减负呢？此时，国家和地方政府应进一步加大对中西部地区教育的财政投入，改善学校办学条件，加强学校基础设施建设，更新教学设备，提高教育信息化水平，缩小与其他发达地区的教育资源差距。

(三) 家长革新自己的教育观念。

1. 对于自身拥有高学历的家长而言，由于家长自身接受过良好的教育，所以对子女的教育也尤为重视，一般往往愿意为孩子的教育投入大量的时间和金钱，在孩子的课外学习和兴趣培养方面较为积极主动，但过度的焦虑情绪会导致他们容易盲目跟风为孩子报各种课外辅导班[7]。因此，学校要为他们提供个性化的家庭教育指导，通过组织专题讲座和咨询活动等方式帮助家长了解孩子们的身心发展特点和个性化教育需求，引导其制定科学合理的教育计划，避免过度追求成绩和盲目攀比，导致学生过重的学业压力影响其身心健康成长。

2. 对于学历一般或较低的父母而言，由于自身教育程度有限，可能在教育理念和方式上相对滞后，对孩子的教育关注和支持能力也不足问题。对此，学校要加强政策宣传和教育普及，完善家校帮扶机制。即针对这部分家长，学校要采取更加通俗易懂、贴近生活的方式宣传“双减”政策，如通过家访、家长会等形式，深入讲解政策的目的、意义和实施路径，帮助家长了解“双减”政策对孩子身心健康和全面发展的积极作用，消除家长的顾虑和担忧[8]。同时，学校教师要给予这部分学生更多的关注和指导，采取个别辅导、小组互助等方式，帮助学生提高学习成绩，增强学习动力和自信心，让家长看到孩子在学校能够得到充分的教育支持和发展机会，从而更加认同和支持“双减”政策的实施。

5. 结语

本研究从政府、学校和家长三个关键方面探讨了如何有效落实“双减”政策。通过对政府、学校、家长等利益主体的责任和作用进行分析和论述，揭示了政府、学校和家长三方主体对“双减”政策实施过程中产生的重要作用和影响。首先，政府在制定政策框架、提供监管指导方面发挥着关键作用，为政策的顺利实施奠定了基础。其次，学校作为政策执行主体，可以通过调整教学方式、减轻学生负担等举措，能够有效落实政策，提升教育质量[9]。最后，家长在引导孩子形成正确学习态度、支持政府政策方面起到了至关重要的作用。希望本文的研究能够为教育政策制定者、学校管理者和家长提供一定的指导和借鉴，通过合作与协调，政府、学校和家长三方共同努力，促进“双减”政策的有效实施，构建一个健康、良好的教育生态，有助于提升我国教育公平和教育质量，为实现教育改革和教育目标注入新的活力与动力。

参考文献

- [1] 石鸥, 何孟珂. “双减”背景下中考改革的目标诉求与行动框架[J]. 现代教育管理, 2022(11): 1-9.
- [2] 纪元, 孙百才. “双减”政策下中小學校课后服务的诉求、难点与突破[J]. 教育理论与实践, 2022, 42(26): 18-21.
- [3] 马莹. 中小學校课后服务供给保障的制度建构[J]. 中国教育学报, 2022(3): 21-28.
- [4] 欧阳修俊, 梁宇健. 义务教育生态优化的困境与化境[J]. 中国教育学报, 2023(11): 26-31.
- [5] 周南平, 崔祥民, 葛恒刚. 复杂心理下的诉求与引导: “双减”政策家长感知研究[J]. 中国教育学报, 2023(8): 24-29.
- [6] 蒋立兵, 王依然. “双减”政策落地的实然现状、矛盾冲突和治理路径[J]. 当代教育论坛, 2022(6): 10-18.
- [7] 刘书生, 刘德华. 利益相关者视域下“双减”实施的博弈困境及突破[J]. 当代教育科学, 2022(8): 11-17.
- [8] 吴雅静, 操太圣. 演替和创生: 学校施行“双减”的阻滞与纾解——政策执行过程理论视角下基于评价机制的个案研究[J]. 当代教育论坛, 2024(1): 42-51.
- [9] 陈春平, 何子耕. “双减”政策主体的利益诉求与调适[J]. 上海教育评估研究, 2023, 12(1): 13-17+32.