

“双减”背景下中小学课程优化、教学创新与评价改革研究

姚明瑞¹, 郑亮², 黎娟³

¹上饶师范学院数学与计算科学学院, 江西 上饶

²上饶市第一小学, 江西 上饶

³桐木镇焦源小学, 江西 萍乡

收稿日期: 2026年6月8日; 录用日期: 2026年7月9日; 发布日期: 2026年7月16日

摘要

研究以“双减”政策落地实施后的基础教育改革实践为背景, 以江西省上饶市第一小学三年级数学教学为研究样本, 通过问卷调查、访谈调查等方法, 对12位数学教师和3个班级147名学生开展实地调研, 系统分析“双减”背景下中小学课程、教学与评价体系的实施现状及存在问题。研究发现, 当前小学阶段存在课程内容与减负目标适配性不足、教学模式创新力度薄弱、评价体系仍以分数导向为主等问题。基于此, 本研究从课程优化、教学创新与评价改革三个维度构建针对性策略, 提出核心素养导向的课程整合路径、学生中心的教学模式创新方法以及多元主体参与的发展性评价体系, 旨在为“双减”政策在小学阶段的有效落地提供实践参考, 实现减轻学生学业负担与提升教育教学质量的双重目标。

关键词

双减, 课程优化, 教学创新, 评价改革

Research on Curriculum Optimization, Teaching Innovation and Evaluation Reform under the Double Reduction Policy

Mingrui Yao¹, Liang Zheng², Juan Li³

¹School of Mathematics and Computational Science, Shangrao Normal College, Shangrao Jiangxi

²Shangrao No. 1 Primary School, Shangrao Jiangxi

³Jiaoyuan Primary School, Tongmu Town, Pingxiang Jiangxi

Received: June 8, 2026; accepted: July 9, 2026; published: July 16, 2026

文章引用: 姚明瑞, 郑亮, 黎娟. “双减”背景下中小学课程优化、教学创新与评价改革研究[J]. 教育进展, 2026, 16(7): 726-732. DOI: 10.12677/ae.2026.1671426

Abstract

Against the backdrop of basic education reform following the implementation of the Double Reduction Policy, this study takes the mathematics teaching for Grade Three students at Shangrao No. 1 Primary School in Jiangxi Province as the research object. Using questionnaire surveys and interviews, it conducts field investigations among teachers and students to systematically analyze the current situation and existing problems of curricula, teaching and evaluation systems in primary and secondary schools under the policy. The research reveals prominent issues: curriculum content fails to align well with the burden-reduction goals, teaching modes lack innovative development, and the evaluation system remains score-oriented. Targeted strategies are proposed from three dimensions: curriculum optimization, teaching innovation and evaluation reform. Specifically, it puts forward competency-oriented curriculum integration, student-centered teaching modes, and multi-participatory developmental evaluation systems. This research provides practical references for the effective implementation of the Double Reduction Policy in primary schools, so as to achieve the dual goals of reducing students' academic burden and improving teaching quality.

Keywords

Double Reduction Policy, Curriculum Optimization, Teaching Innovation, Evaluation Reform

Copyright © 2026 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. 研究背景和意义

1.1. 研究背景

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》,“双减”政策的出台,标志着我国基础教育正式进入以“减负提质”为核心的改革新阶段[1][2]。政策直指义务教育阶段学生过重作业负担和校外培训负担问题,要求从课程设置、教学实施、评价体系等多个维度进行系统性改革,推动基础教育回归育人本质[3][4]。

在“双减”政策实施过程中,小学作为义务教育的基础阶段,也是重要阶段,成为“双减”改革的关键阵地。但当前小学教育实践中,仍存在课程体系与减负目标衔接不畅、教学模式难以激发学生主体性、评价体系滞后于核心素养培育需求等现实问题[5]-[8]。江西省上饶市作为赣东北地区基础教育改革的重要实践地,其小学阶段的“双减”实施情况具有典型的区域代表性。上饶市第一小学作为当地优质公办小学,在课程、教学与评价改革中进行了诸多探索,也面临着与区域内其他小学相似的改革困境,以此为研究样本,能够精准反映县域小学在“双减”背景下的教育改革现实。

1.2. 研究意义

本研究兼具重要的理论与实践价值,理论层面,研究打破以往课程、教学与评价碎片化研究的局限,构建了“双减”背景下三者协同发展的理论框架,弥补了小学阶段双减系统性落地研究的理论空缺,结合县域小学教学实践丰富了基础教育区域改革理论,进一步完善了核心素养导向下小学学科教育理论体系,为小学学科教学革新提供理论支撑;实践层面,本研究以上饶市第一小学为实证样本,精准剖析小学双减实施的现实问题,提出的系列优化策略具备较强针对性与可操作性,可直接指导该校及区域内小

学的双减教学改革,为地方教育部门优化双减实施政策提供实证依据,同时能够助力更新教师教育理念、提升教师课程设计与教学评价能力,助力区域高素质小学教师队伍建设,推动区域基础教育高质量发展。

2. 现状调查和问题分析

2.1. 调查目的与工具

2.1.1. 调查目的

本次调查旨在掌握“双减”背景下上饶市第一小学三年级数学课程、教学与评价的实施现状,剖析教学与评价环节存在的问题及成因,为构建小学课程、教学与评价优化改革策略提供实证支撑[9][10];本次调研对象为该校三年级12名数学教师与3个班级共147名学生,受访教师均为本科及以上学历、教龄覆盖5至20年,师资结构较为均衡,受访学生年龄集中在8至9岁,能够较好反映县域公办小学中低年级数学教学的真实现状。

2.1.2. 调查工具

本研究采用自编问卷与半结构化访谈相结合的方法。问卷设计紧密围绕“双减”核心变量(作业设计质量、课后服务参与度、家校关系变化)。在正式调研前进行了预测试,通过SPSS 26.0软件进行信效度检验,结果显示学生问卷与教师问卷的Cronbach's α 系数分别为0.86和0.89,KMO值均大于0.8($p < 0.001$),表明问卷具有良好的信度与效度。访谈方案采用质性研究中的内容分析法,对录音文本进行逐级编码,以深度挖掘师生在“双减”生态下的真实诉求。

2.2. 调查结果与分析

2.2.1. 学生数据分析

“双减”政策实施后,上饶市第一小学三年级学生的学业负担得到一定程度的减轻,但在课程体验、教学参与、评价感受等方面仍存在诸多问题,具体从以下四个方面阐述:

1. 学习负担方面

调查表明82.1%的学生表示,在“双减”政策实施后,书面作业量少,每天完成书面作业的时间可控制在30分钟以内;不过,仍有38.6%的学生反映存在机械性的口算、笔算练习,趣味性与实践性作业的占比相对较低。45.5%的学生认为校外培训负担有所减轻,但仍有23.4%的学生参加了数学课外线上辅导。通过访谈了解,上线上辅导的主要是因为家长担心孩子在学校学习跟不上。

2. 课堂学习方面

调查表明36.6%的学生表示在课堂上能经常参与小组讨论、自主探究等活动,63.4%的学生则指出课堂仍以“教师讲、学生听”为主,师生互动多为教师提问、学生回答的单向模式;58.6%的学生表示对数学课堂的兴趣一般,通过后期的访谈了解主要原因是因为课堂枯燥和教学模式单一。

3. 作业完成方面

75.2%的学生表示能够独立完成数学作业,但有24.8%的学生指出在遇到难题时缺乏有效的指导;62.1%的学生反映数学作业类型以计算题、应用题为主,实践类与探究类作业占比相对较低;48.3%的学生提到作业批改主要由教师完成,仅12.4%的学生参与过作业互评,学生在作业批改中的主体地位尚未得到充分体现。

4. 评价体验方面

78.6%的学生表示,教师对自己的评价主要依据考试成绩;仅21.4%的学生表示,教师会结合课堂表现、作业完成情况进行综合评价。56.6%的学生表示,自己很少收到教师的个性化评价和鼓励性评语,评价方式多为“优、良、中、差”的等级评价。63.4%的学生表示,自己不清楚目前的学习情况。

5. 课堂互动频率与数学学习兴趣的相关分析

建立原假设 H_0 : 课堂互动频率与学习兴趣不相关。

Table 1. Correlation between classroom interaction frequency and learning interest
表 1. 课堂互动频率与学习兴趣的相关性

		课堂互动频率	数学学习兴趣
课堂互动频率	Pearson 相关性	1	0.642**
	显著性(双尾)		0.000
	N	147	147
数学学习兴趣	Pearson 相关性	0.642**	1
	显著性(双尾)	0.000	
	N	147	147

**在 0.01 级别(双尾), 相关性显著。

由表 1 可知, 学生感知到的课堂互动频率与其数学学习兴趣之间存在显著的正相关关系($r = 0.642, p < 0.01$)。这验证了报告中的调研结论, 即单一的单向教学模式显著降低了学生的学习兴趣, 亟需通过增加小组讨论、自主探究等互动环节来提升课堂吸引力。

2.2.2. 教师数据分析

从教师问卷的统计结果与访谈内容来看, 上饶市第一小学三年级数学教师对“双减”政策的认可度较高, 并在课程设置、教学实施、评价方式等方面开展了一定的改革尝试。然而, 受传统教育理念、教学资源配置、评价机制等因素制约, 改革效果未能达到预期, 从以下几点可以看出:

1. 课程设置方面

83.3%的教师认为, 当前小学数学课程内容与学生生活实际的结合度不足, 跨学科主题学习的开发力度较为薄弱; 75%的教师指出, 课程内容的难度和进度由教材与考试大纲决定, 自主优化课程内容的空间十分有限; 66.7%的教师表示, 自身缺乏课程整合的专业能力, 对跨学科课程设计的方法与思路不够清晰。

2. 教学实施方面

72.6%的教师表示了解项目式学习、探究式学习等新型教学模式, 但仅 25%的教师在课堂教学中经常应用, 主要原因是“课堂时间有限, 难以开展深度探究”“学生自主学习能力不足, 难以组织有效探究”; 83.3%的教师表示“双减”政策实施后, 课堂教学“提质增效”的压力较大, 仍有部分教师沿用传统教学模式以保证教学进度; 75%的教师表示缺乏教学创新的资源和培训, 对新型教学方法的应用能力不足。

3. 作业布置方面

100%的教师表示严格按照“双减”要求控制作业量, 但 66.7%的教师反映自身作业设计能力不足, 实践类、探究类作业的设计难度较大; 83.3%的教师提到作业批改工作量较大, 难以对每位学生的作业进行个性化批改与反馈; 58.3%的教师指出家长对作业要求较高, 希望布置更多书面作业, 这给教师的作业设计带来了一定压力。

4. 评价方式方面

91.7%的教师认为当前评价体系仍以考试成绩为核心, 学校的绩效考核、学生的升学评价均与考试成绩挂钩, 导致发展性评价难以真正落实; 75%的教师指出过程性评价流于形式, 课堂表现、作业完成情况等过程性评价指标因难以量化且缺乏科学评价工具, 未能有效发挥作用; 83.3%的教师表示评价主体较为单一, 主要依赖教师评价, 家长与学生的评价参与度不足, 使得评价结果的全面性和客观性有待提升。

5. 专业发展方面

66.7%的教师表示,“双减”政策实施后,教师的课程设计、教学创新与评价能力面临更高要求,但学校组织的相关专业培训存在不足;58.3%的教师指出,校际教学交流与合作的缺乏,导致难以借鉴其他学校的优秀经验;75%的教师反映,教学工作压力较大,缺乏足够时间与精力开展教学研究和创新。

6. 专业培训频次与新型教学模式应用的相关分析

建立原假设 H_0 : 专业培训频次与新型教学模式应用不相关。

Table 2. Correlation between professional training and the application of teaching modes
表 2. 专业培训与教学模式应用的相关性

		专业培训频次	新型教学模式应用
专业培训频次	Pearson 相关性	1	0.715**
	显著性(双尾)		0.009
	N	12	12
新型教学模式应用	Pearson 相关性	0.715**	1
	显著性(双尾)	0.009	
	N	12	12

**在 0.01 级别(双尾), 相关性显著。

表 2 显示,针对教师课改和教学创新的专业培训频次,与教师在实际课堂中应用项目式、探究式等新型教学模式的频率呈现高度正相关($r = 0.715, p < 0.01$)。说明保障机制的不完善,是制约教师落实教学创新的核心阻碍。

2.2.3. 综合问题总结

结合数据与访谈,该校“双减”背景下存在四大核心问题:一是作业生态“破而不立”,机械作业虽减,但体现学科核心素养的弹性、实践性作业尚未成型;二是课后服务效能边缘化,未能将其作为课程优化的“第二课堂”,单纯沦为作业托管;三是家校博弈加剧,家长失去校外辅导“拐杖”后焦虑转移,对学校提质期望过高与教师精力透支形成矛盾;四是理论与实践脱节,评价体系依然采用终结性分数导向,使得“双减”难以触及教育评价的深层逻辑。

3. “双减”背景下中小学课程优化、教学创新与评价策略构建

基于调研结果,本研究将建构主义学习理论与多元智能理论深度融入“双减”改革脉络中,确保策略具备深厚的理论支撑与现实针对性。

3.1. 课程优化策略:基于建构主义的跨学科与课后延展

本研究立足核心素养导向,结合建构主义中“知识是由学习者主动建构”的理念。一是重构“课堂+课后服务”一体化课程生态。将原先割裂的课后服务时间纳入数学拓展课程体系,开发如“校园测量员”“超市小当家”等生活化项目课程,承接减下来的时间。二是强化跨学科主题学习。结合学校地域文化特色打破学科壁垒,通过建构真实的复杂情境,提升课程趣味性与针对性。

3.2. 教学创新策略:核心素养导向的减负提质模式

聚焦教学提质,践行最近发展区理论。首先,落实差异化分层教学与弹性作业设计。针对不同学情

基础的学生提供“基础餐 + 提升餐 + 挑战餐”式菜单化作业，杜绝“一刀切”。其次，优化课堂师生互动。借助数字化教学平台完成课前预习数据收集，实现课堂“精准滴灌式”答疑，将机械重复的训练挤出课堂，为深度探究留白。

3.3. 教学评价策略：多元智能理论指导下的增值评价

打破唯分数的传统评价模式，引入教育测量学中的“增值评价”模型。一是确立素养导向评价指标，重点考查学生解决实际问题的能力增量。二是丰富评价实施方式，构建以过程性表现为主的“表现性评价”电子档案袋，记录学生在小组合作、实践探究中的真实轨迹。三是引入家校联动评价，缓解家长评价焦虑，让家长参与到素质拓展类评价中来，建立育人共同体。

4. 实施路径与挑战探讨

为保证上述优化策略不流于纸面，本研究对其在县域公办小学的落地可行性进行了客观评估，并提出相应的保障路径。

4.1. 实施中可能面临的阻力与挑战

1. 教师“内卷”与精力透支风险：实施个性化作业、增值评价与项目式教学，客观上成倍增加了教师的备课与批改负担。若无配套减负机制，极易引发教师职业倦怠。
2. 家校理念冲突的滞后性：受中高考升学压力的隐性传导，部分家长对非纸笔测试、游戏化教学持怀疑态度，可能出现“学校减负、家庭增负”的剧场效应。
3. 评价量化的技术瓶颈：过程性评价档案袋在实际操作中面临数据收集难、主观性强的问题，缺乏配套的数字化测评工具支持。

4.2. 保障实施的解决思路与路径

1. 组织管理赋能，推行“教研共同体”：打破单兵作战模式，以年级数学教研组为单位，建立“作业设计共享库”和“跨学科课程资源包”，实现智力资源共享，切实减轻单体教师备课负担。
2. 重塑家校关系，构建“透明化沟通机制”：通过开展“家长开放日”“双减宣讲会”，向家长直观展示素养导向教学的长期优势。引导家长关注孩子的心智健康与学习内驱力，化解替代性焦虑。
3. 引入教育数字化平台辅助评价：争取地方教育局支持，引入或开发低成本的数字评价小程序。通过伴随式的打分(如平板一键记录课堂发言、拍照上传实践作业)，用人工智能分担部分数据统计与分析工作，让发展性评价具备可操作性。

基金项目

2025 年度上饶市经济社会发展和哲学社会科学规划课题“‘双减’背景下中小学课程优化、教学创新与评价改革研究”(项目编号: 25YB22); 2025 年度上饶市经济社会发展和哲学社会科学规划课题“AI 赋能传统文化融入小学数学教学创新与实践研究”(项目编号: 25YB18)。

参考文献

- [1] 中共中央办公厅 国务院办公厅印发《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》[EB/OL]. http://www.moe.gov.cn/jyb_xxgk/moe_1777/moe_1778/202107/t20210724_546576.html, 2021-07-24.
- [2] 教育部网站. 教育部办公厅关于印发《基础教育课程教学改革深化行动方案》的通知[EB/OL]. https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202306/content_6884785.htm, 2023-05-09.
- [3] 崔允漭, 夏雪梅. 教-学-评一致性: 意义与含义[J]. 中小学管理, 2013(1): 4-6.

- [4] 张华. 论核心素养的内涵[J]. 全球教育展望, 2016, 45(4): 10-24.
- [5] 钟启泉. 基于核心素养的课程发展: 挑战与课题[J]. 全球教育展望, 2016, 45(1): 3-25.
- [6] 张华. 核心素养与我国基础教育课程改革“再出发” [J]. 华东师范大学学报(教育科学版), 2016, 34(1): 7-9.
- [7] 李芒, 蔡旻君. 学习科学视域中的教学创新[J]. 电化教育研究, 2017, 38(1): 15-21.
- [8] 祝智庭, 管珏琪, 邱慧娴. 翻转课堂国内应用实践与反思[J]. 电化教育研究, 2015, 36(6): 66-72.
- [9] 杨鑫, 解月光, 苟睿, 等. 智慧课堂模型构建的实证研究[J]. 中国电化教育, 2020(9): 50-57.
- [10] 柳夕浪. 深化基础教育课程教学改革战略行动[J]. 人民教育, 2023(15): 92-94.