

围绕“三维”课堂，创设作业设计新样态

——“双减”背景下作业设计思考探究

吴永忠，林艳红

重庆市第六十六中学校，重庆

收稿日期：2026年1月28日；录用日期：2026年3月6日；发布日期：2026年3月16日

摘要

“双减”背景下，“作业设计”已然成为当下热点话题之一，然而据多个省市的作业设计现状及调查报告显示出作业设计环节中面临一些困境。教师作为“作业设计”的一大主体，需要紧紧围绕“三维课堂”，基于“深度学习”的理论，创设深度化、个性化、特色化、整合化、联动化的作业。本文通过实验研究，以一些作业案例和实证数据验证了“三维作业”在减负提质方面的显著成效，并对实践过程中的局限性进行了反思，提出相应策略，旨在让作业呈现出新样态、师生得到新成长。

关键词

“双减”，“三维”课堂，初中作业，“作业设计”，深度学习，实证研究

Designing a New Paradigm of Assignments around the “Three-Dimensional” Classroom

—Reflections and Explorations on Assignment Design under the “Double Reduction” Policy

Yongzhong Wu, Yanhong Lin

Chongqing No. 66 Middle School, Chongqing

Received: January 28, 2026; accepted: March 6, 2026; published: March 16, 2026

Abstract

Under the “Double Reduction” policy, homework design has become a key issue, yet surveys reveal persistent challenges in its implementation. Teachers, as the main agents, should focus on the “three-dimensional classroom” and leverage deep learning theory to create homework that is deep,

personalized, distinctive, integrated, and interconnected. Through experimental research and case studies, this paper validates the effectiveness of “three-dimensional homework” in reducing burden and improving quality. It also reflects on limitations in practice and proposes strategies to foster innovation in homework and promote the growth of both teachers and students.

Keywords

“Double Reduction”, “Three-Dimensional” Classroom, Junior High School Homework, “Homework Design”, Deep Learning, Empirical Research

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. 问题的提出：作业设计的困境与破局之需

2021年4月，教育部印发了《关于加强义务教育学校作业管理的通知》，强调义务教育学校要“创新作业类型方式”“提高作业设计质量”；2021年7月中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《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》，明确“全面压减作业总量和时长，减轻学生过重作业负担”的要求[1]。

然而来自各省市的几份作业设计现状调查报告显示：10月21日，“双减”后北京市首份中小学作业情况调研报告结果发布“学校在作业设计教研、分层作业设计等方面还有较大提升空间，学校、教师急需专家指导与优质资源引领”；广东佛山市超盈实验中学左露与彭小惠老师《初中化学课后作业现状调查报告》显示“学生平时所做作业的类型课内配套、自编习题、课外辅导、社会实践分别占据90.28%、29.17%、34.72%、11.11% [2]；贵州毕节二中的付荣梅、刘贝超老师《在关于高中英语课外作业设计的调查报告》显示“学生最喜欢的作业类型，合作完成的听说作业占64%，合作型、实践型或探究型作业占70%，趣味型作业占82%，然而现实调查情况却表明，65%的学生对现有的英语课外作业不满意” [3]。

根据以上各省市作业现状及调查报告，我们发现在作业设计环节中存在一系列问题：作业呈现类型单一、作业针对性不强、作业结构不合理、作业差异性缺乏……这也反映出学生的作业需求得不到有效回应；教师的作业设计能力急需提高。面对上述困境，笔者基于教育教学实践，以“深度学习”理论为指导，聚焦与师生密切相关的“三维课堂”，结合实证研究数据与多学科案例，思考出以下优化作业设计的路径方法。

2. 深化理论逻辑：基于“深度学习”的“三维课堂”作业体系重构

“三维课堂”并非三个独立的物理空间，而是学生认知发展的三个进阶层次。本研究引入“深度学习”理论，将第一课堂定位于“知识的内化与建构”，第二课堂定位于“素养的迁移与拓展”，第三课堂定位于“意义的创造与应用”。作业作为贯穿三者的核心载体，其设计逻辑应从“知识训练”转向“认知挑战”，让学生在“学习共同体”中通过螺旋上升的作业任务，实现从浅层记忆到高阶思维的跃迁[4] [5]。

2.1. 围绕教育教学关键阵地的“第一课堂”，打造促进学生深度生长的作业

“双减”不仅对学生高效学习的深度课堂作出了明确要求，同时也对围绕主阵地下的学科课堂作业

设计也提出了新的挑战。教师要首先对作业设计进行明确定位和明确框架序列,即在以学科课程标准作为学科作业设计的依据下,根据学科新课标与学科素养导向,完成从“课程目标-学习目标-作业目标”整体序列构建和整体内容设计,从而有效避免作业设计的割裂化、碎片化、随意性和无效性。例如在大单元教学成为当下变革教学方式和学习方式的重要路径之一,单元作业设计也不可避免成为重中之重,必须将“单元教学内容-单元教学目标-单元作业目标-单元作业内容-单元作业形式”高度契合起来,形成作业设计的科学性、整体性和连贯性。例如以部编版初中语文八年级下册第一单元民风民俗专题为例(见表1):

Table 1. Homework design for the first unit of Grade 8 Chinese textbook for junior high school (second volume)
表 1. 初中语文八年级下册第一单元作业设计

初中语文八年级下册第一单元作业设计			
单元教学内容	《社戏》《会延安》《安塞腰鼓》《灯笼》《学习仿写》		
单元作业目标	1. 阅读梳理、欣赏探究,感受丰富多彩的地域文化。 2. 学会仿写创作,抒写展示出家乡独特的风土人情。 3. 理解民俗的价值和意义,为家乡代言,宣传家乡的名片。		
	作业时段	作业类型	作业内容
单元作业内容	课前	预习作业	1. 寻找几种能够体现家乡特色的民俗事物或民俗活动,通过资料查阅和拍摄照片等形式做好资料记录。 2. 通读四篇课文,从人、物、民俗、风情四个角度梳理出各地的民风民俗特色。
	课中	练习作业	1. 梳理出文章的结构要素图,从段、篇的角度梳理作者是如何选材、组材来表达对家乡的情思的。 2. 从词语、句式、修辞、表达方式等角度赏析四篇课文独特言语形式和写作手法上的特色。
	课后	深化巩固作业	1. 仿照课文的语言形式和写作手法特点,围绕自己家乡的民风民俗进行仿写创作诗歌或散文,编排完成班级“绘声绘色的家乡”文集。 2. 为家乡代言,围绕家乡最具特色的民风民俗以名片设计,微信推文,抖音、B站视频等形式为家乡喝彩。
单元作业形式	基础巩固类	阅读写作类	创意设计类 实践体验类

又如,为打破理科作业“刷题”为主的惯性,以八年级物理“声现象”单元为例,设计了以下探究性作业(见表2),引导学生通过实验探究发现规律,让学生从“纸上答题”转向“真实问题解决”。

Table 2. Design of inquiry-based assignments for the “sound phenomena” unit in Grade 8 physics
表 2. 八年级物理“声现象”单元探究性作业设计

八年级物理“声现象”单元探究性作业设计	
作业目标	探究声音的特性(音调、响度)及其影响因素
作业内容	小组合作利用尺子、橡皮筋、水杯等生活物品,自制一种能发出不同音调的“乐器”,并录制演奏一段简单的旋律。
作业形式	实验操作类、合作探究类
设计意图	将抽象的物理原理具象化,让学生在动手制作中理解频率与音调、振幅与响度的关系,培养科学思维与工程实践能力。
实施效果反馈	90%的学生认为该作业“非常有趣”,85%的学生表示“理解了声音特性的决定因素”,显著高于传统书面作业的认知留存率。

2.2. 围绕课后服务创新行动的“第二课堂”，打造满足学生个性成长的作业

在“双减”背景下，为拓宽学生视野、多元化提升学生素养，学校在课后延时服务时段，开设丰富多彩的选修课程、社团活动等，以此形成了课后服务创新行动的“第二课堂”。围绕涵盖“语言与文学、科学与技术、数学与逻辑、人文与社会、体育与艺术”等多个门类形成的课后服务创新行动“第二课堂”，教师需以学生的个人兴趣、个性爱好为着力点，创设出如基础应用类作业、探究体验类作业、艺术鉴赏类作业、实验操作类作业、创意设计类作业、科学素养类作业(见图 1)，促进学生多样化、个性化成长。

围绕“第二课堂”要求，教师需紧密结合学生的兴趣特点与个性特长设计各具特色的作业内容。如喜欢绘画设计的学生，美术社团可设计如“生长在这个时代”主题美术绘画展、创意“T 恤”等文创展品设计、青春环保创意时装秀等；喜欢艺体表演的学生，可设计话剧改编表演、我是演说家、健美操编排等；喜欢实践体验的学生，可设计生活中的物理器材组装、趣味化学魔术、果酒发酵技术、创意编程等作业；喜欢文化鉴赏的，可设计谦评百述、汉字趣谈、国宝守护者等作业形式，以丰富多彩的作业设计为学生创设多样的展示舞台，让学生学的有趣，做中成长，在个性化的作业中发挥特长、发掘潜能，得到多元化发展。

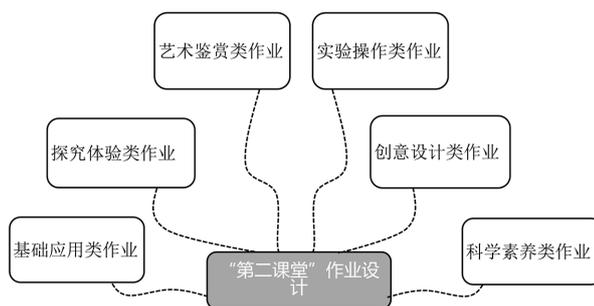


Figure 1. Guiding chart for “second classroom” assignment design
图 1. “第二课堂”作业设计导图

2.3. 围绕社会实践优化行动的“第三课堂”，打造适应学生未来发展的作业

学生成长不仅在校园，更在校外的广阔天地和假期生活中，学校通过主题鲜明的假期社会实践活动、“家在巴渝·路在四方”的研学旅行、研究性学习、小专题研究等方式形成了促进学生长远发展的“第三课堂”。基于“第三课堂”下的作业设计不仅要满足学生发展的基础要求、多维需求，而且要让学生走进自然、走进社区、走进工厂、走进科技馆、博物馆等各样社会天地的过程中，在践行“第三课堂”活动前，教师应提前整体设计，从“活动前-活动中-活动后”铺开，设计具有探索性、实践性、合作性、跨学科融合的作业来促进学生未来长远发展。例如，以研学成都为例，可设计以下作业(见表 3)。

Table 3. Content of the “Chengdu” study tour practice assignment

表 3. “成都”研学实践作业内容

“成都”研学实践作业内容	
研学地点及路线：	三星堆博物馆 都江堰 映秀镇地震遗址博物馆 大熊猫基地 金沙遗址 琴台路 武侯祠 川大
作业时段	作业内容
研学前	1. 查阅有关四川成都相关景点的历史文化资料等，并背诵几首与成都有关的如《赤壁赋》《蜀相》经典诗词歌赋。 2. 如果你是一名导游，请根据成渝地图和相关景点的开放时间，小组合作设计出此行的最佳研学线路和时间安排表。 3. 小组合作制定出此次研学过程安全须知、注意事项和过程突发状况的应急预案。

续表

研学中	1. 仔细观察聆听、合理分工安排, 做好人员对景点介绍的资料记录。 2. 收集好各景点的图片、视频等图像资料。 3. 通过访谈、调查等形式对要进行的小课题研究(都江堰价值探讨, 结合三星堆、金沙遗址来谈考古学对于现代文化的意义等)做好资料收集保存。
研学后	1. 小组合作归类整理研学过程收集的资料, 并根据所学的人文、历史、地理等学科知识, 选择完成如“探讨都江堰重要价值”“四川茶馆文化特点”“如何更好地利用大熊猫来进行文化交流展示”等一系列专题汇报和实践研究报告。 2. 根据你此行的研学过程中的体验, 请你紧密结合各景点的特点为其设计宣传标语和特色化景点门票票面。 3. 请你为如何进一步提升大熊猫项目、川剧、川渝美食文化等影响力制定一套宣传方案。

以实践优化、未来发展为目的的作业设计, 实现了语文、历史、地理、美术、综合实践等多学科融合, 实现了课内外全面打通、课内外协同发展, 培养了学生合作担当意识、发展规划意识、解决问题、创新发展和实践探究等关键能力, 助力学生成长为有持续健康的学习力、合作力、创造力、责任心和进取心的青年人, 也为未来的职业发展打下坚实的基础。

3. 实证研究: 基于实验研究的“三维作业”效能分析

为进一步验证“三维课堂”作业体系的实际成效, 笔者于2023年9月至2024年1月在重庆市第六十六中学校七年级开展了为期一学期的准实验研究。选取两个班级为研究对象, 实验班(42人)实施“三维作业”体系, 对照班(41人)沿用传统书面作业。控制变量为教师、教学进度及测评标准。

3.1. 数据对比

观测指标	实验班(实施前)	实验班(实施后)	对照班(实施后)	变化趋势
日均作业时长	72分钟	48分钟	70分钟	↓33.3%
作业完成优秀率	41.7%	62.5%	44.0%	↑20.8%
学习兴趣指数	3.2/5	4.5/5	3.4/5	↑40.6%

3.2. 结果分析

数据显示, 实施“三维作业”后, 实验班学生作业时长显著下降, 完成质量与学习兴趣明显提升。在访谈中, 学生普遍反映“作业更有趣了”“不需要死记硬背”。这充分说明, 经过深度学习理论赋能的“三维作业”, 能够有效破解“减负”与“提质”难以兼顾的现实困境。

4. 反思与局限性: 实践困境与改进策略

尽管“三维课堂”作业体系在实践中取得了初步成效, 但在推进过程中仍面临诸多挑战, 例如: 教师评价工作量激增、家校协同难度加大、部分学困生依赖组员完成, 导致“合而不作”等问题。

因而, 教师需要客观审视并寻求破解之法。例如构建“轻量化”评价工具; 通过家长工作坊等方式强化家校“作业观”共识; 细化小组合作角色分工确保全员参与有效度等策略来突破以上困境。只有不断在实践中反思、修正, 才能真正实现作业的育人价值。

5. 结语

总而言之, 优化作业设计对教师自身提出了更高的要求与标准。紧紧围绕“三维”课堂, 以深度学

习理论为支撑,以实证数据为反馈,进行深度化、特色化、思维化、整合化、联动化的作业创设,着力改变作业设计思路,并在实践中保持对问题的敏锐反思,才能让作业呈现出新样态、师生得到新成长。

基金项目

重庆市渝中区教育科学规划课题(课题名称:“双减”背景下初中阶段学校特色作业设计研究,课题批准号:2021-YB-02)。

参考文献

- [1] 孙明.“双减”背景下初中作业总量控制及布置方式设计新探[J]. 教书育人, 2021(32): 53-54.
- [2] 李明, 左露, 彭小惠. 初中化学课后作业现状调查报告[J]. 中学教学参考, 2020(3): 75-77.
- [3] 付荣梅, 刘贝超. 关于高中英语课外作业设计的调查报告——以毕节二中为例[J]. 课程教育研究, 2017(52): 64-65.
- [4] 胡庆芳.“双减”背景下作业设计的问题分析及标准建构[J]. 基础教育课程, 2021(24): 4-8.
- [5] 王月芬. 高质量学校作业体系建构的价值与策略[J]. 中小学管理, 2021(10): 9-13.