

# “双减”背景下中小学作业改进研究

◆ 杨清

**[摘要]** 作业改进是落实“双减”政策的必然要求。中小学校要切实减轻学生过重的作业负担、满足学生个性化的作业需求、有效发挥作业育人功能,就必须在作业改进实践中坚持全面育人的基本导向,处理好作业“质”与“量”的平衡、加强作业促进学生基础发展与满足个性需求之间的协调,把握作业改进与学校教育其他要素之间的内在关联。具体而言,教师要明确作业改进的意义,探索“计划—实施—反思”的作业改进闭环;教研组要加强教研,探讨“标准+”作业的设计与实施;学校要不断完善作业协调、存档、交流和评价机制,加强作业统筹管理。

**[关键词]** 双减; 作业改进; 控量提质; 分层; 协同

**[中图分类号]** G420

**[文献标识码]** A

**[文章编号]** 1002-4808 (2021) 12-0006-05

2021年7月,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》(下文简称“双减”),提出“全面压减作业总量和时长,减轻学生过重作业负担”。事实上,作业一直是教育领域中关注的焦点,它既是学生学习活动的重要组成部分,又与学校教学质量有着内在关联,还直接影响着家庭对学校教育的关注。“双减”背景下,许多中小学校开展了作业改进的实践探索,但如何改变当前一些学校学生作业数量过多、质量不高、功能异化的现状,切实减轻学生过重的作业负担、满足学生个性化的作业需求、有效发挥作业育人功能,仍然是当前研究关注的重点。

## 一、“双减”背景下中小学作业改进必须坚持全面育人的基本导向

自2001年基础教育课程改革以来,国家不断从政策层面对作业实践进行引导与规范:2003年,教育部提出了“小学一年级不留书面家庭作业”;2018年,教育部等九部门印发《中小学生减负措施》,要求“小学一二年级不布置书面家庭作业,三至六年级家庭作业不超过60分钟,初中家庭作业不超过90分钟,高中也要合理安排作业时间”;2021年4月教育部印发《关于加强义务教育学校作业管理的通知》(下文简称《通知》),对学校作业管理提出了具体指导意见;2021年7月印发

的“双减”政策,再次强调“作业布置更加科学合理”。虽然作业受到相关政策的持续关注,但由于多种因素的影响,其改进往往“治标不治本”。“双减”背景下要切实落实政策要求,首先必须明确中小学作业改进的基本导向。只有导向正确,目标清晰,才能“标本兼治”,真正优化作业实践,减轻学生过重作业负担。

长期以来,作业的主要目的是让学生通过复习和预习,强化对所学知识的掌握,作业的本质仍是四百多年前夸美纽斯强调的对已有知识或技能的实际操练或反复演练的“练习”<sup>[1]</sup>,是凯洛夫所提出的“通过阅读教科书和完成各种练习来巩固知识、技能和技巧”<sup>[2]</sup>。究其实质,作业被视为学生掌握所学知识的工具,是教师强化知识传递的工具,是学校确保学生能获得高分的工具。在“工具”导向下,为了确保学生掌握知识、取得好成绩,学生的作业负担必然不断增加。作业是教师布置给学生在非教学时间完成的学习任务,其实质是一种学习活动,其目的指向于育人,即促进学生的身心发展。“工具”导向下的作业目的在于任务的完成度和学生对知识的掌握度,但作业作为学习任务只是促进学生改造已有经验、走向成熟的手段,而不是目的。正如杜威所说“只要着眼点在于外部的结果而不在于包含在达到结果的过程中的心理和道德的状况和生长,这种工作可以叫作手工的工作,而没有理由称为一种作

杨清/中国教育科学研究院副研究员(北京 100088)。

业。”<sup>[3]</sup> 所以，全面育人、促进学生的全面发展是中小学作业改进的基本导向和根本目的。《通知》强调必须“把握作业的育人功能”。“双减”政策也明确指出要“促进学生全面发展、健康成长”“坚持学生为本、回应关切，遵循教育规律，着眼学生身心健康成长，保障学生休息权利”。

因此，中小学作业改进必须坚持全面育人的基本导向，将促进学生全面发展作为作业改进的根本目的。这种发展不是学生通过作业中的反复练习获得高分的表面发展，也不是学生在完成作业过程中掌握知识、实现认知能力的单一发展，更不是通过作业促进部分学生的片面发展，而是通过作业促进学生身心真正发生积极的、结构性的变化，在认知能力、情感品质、实践创新、生活方式等多个维度发生实质性的成长，是每个学生的生命价值得以实现和提升的过程，具体表现在三个方面。其一，作业的改进应促进学生通过对人类知识的学习，引导学生认识、理解并认同人类文化的内容与本质，在促进学生知识技能的学习、思维方法的获得、价值情感的认同中获得社会民族文化的同一性，进而促进学生由自然生命的人转化为具有社会属性的个体。其二，作业的改进应促进学生对自我的认识与理解。相对于课堂教学而言，作业更多反映了学生自主学习的过程，它既影响着学生的学习兴趣与学习自信，又有助于培养学生的责任心、自律性以及持之以恒的意志力，促进学生自我管理能力和元认知能力的发展。改进作业实践在于通过作业引导学生更好地认识自己，实现对自我的理解与管理。其三，作业的改进应促进学生的个性化发展。作业不仅帮助学生习得人类社会知识和民族文化，加强自我理解和自我管理，还应在充分尊重学生个性化发展需求的过程中，消解学生对被动完成作业的无奈感、对作业统一要求的沮丧感、对自我需求得不到关注的孤独感，实现学生个体生命的成长与成熟。

## 二、“双减”背景下中小学作业改进中的三个核心问题

“双减”政策颁布以来，许多学校和区域就“减轻学生过重作业负担”开展了各种有益探索，但仍面临“减少作业会不会影响学生的学业成绩”“如何设计分层作业”“教师作业设计能力不够怎么办”等困惑。归纳而言，中小学作业改进必须

关注以下三个核心问题。

### （一）控量提质：把握作业“质”与“量”之间的平衡

“双减”政策强调要“分类明确作业总量”，确保小学一二年级不布置家庭书面作业，可在校内适当安排巩固练习；小学三至六年级书面作业平均完成时间不超过60分钟，初中书面作业平均完成时间不超过90分钟。对作业总量的规定无疑是为了更好地减轻学生负担，但同时也带来很多教师和学校的困惑：对作业总量的控制，是否会降低作业质量、影响学生的学习效果？

作业的“质”与“量”并不是正相关。作业数量会影响作业质量，但并非作业数量越多，质量就越高。已有对于作业数量的研究往往与学生的学业成绩相关，具体表现为两种关系。一种认为不同年龄段学生的作业数量与学业成绩的相关性不同。哈里斯·库帕（H. Cooper）的研究表明，对于小学生，成绩的提高与作业量没有关系，因为作业通常不会提高成绩；初中生作业时间与学习成绩明显相关，在合理的范围内，作业量增加，初中生的学业成绩会随之不断提高，但超过这一限度的作业量不会导致更大的进步；高中生学业成绩则随着作业量的增加持续向上延伸。<sup>[4]</sup> 另一种认为作业量与学业成绩呈曲线相关，即当作业时间达到最佳时长时，学生成绩最好，一旦超过这个时间会下降。这说明作业时间与学习成绩不是绝对的正相关，必须有一个合适的限度。<sup>[5]</sup> 由此可见，作业数量与学业质量并不呈现正相关，对作业数量的控制，并不必然地影响学生学业质量。

对作业“量”的适度控制是为了更好地提高作业的“质”。作业质量的衡量标准不只是学生学业成绩。“双减”背景下作业改进是为了促进学生的全面发展。高质量的作业不仅要促进学生更好地学习知识和技能、培养思维和掌握方法，还要引导学生树立积极的价值观，提高学生的自我管理能力和实践能力等，但这些并不能简单通过作业“量”的增加得以实现。适量的作业不仅有助于促进学生学习，培养学生自制力、独立性和责任心，还有助于提高学校教育质量、促进家校合作；而过量的作业不仅会给学生带来消极影响，尤其是机械化的无效作业和重复性的枯燥练习会因为给学生造成学习压力、剥夺学生的闲暇生活而导致学生生厌，甚至对学习产生抵触情绪，直

接影响师生关系、亲子关系。所以，“双减”背景下，明确作业总量并加以适度控制，提高作业设计质量，才可能真正促进学生全面发展。

作业控量提质的关键在于“整合”。“控量”不是盲目减量，更不是完全不要作业。要在有限的作业时间之内，最大限度地发挥作业的全面育人功能，关键在于“整合”。从内容上看，作业既要关注不同学科知识之间的联系，又要重视知识与学生个体生活经验的整合，还要体现学校所学知识与社会整体发展的关联。究其实质，作业不应因为学生每天所学不同而被割裂为孤立的内容，而要在“分散”中强调不同知识的内在关联。从形式上看，作业要实现学生眼耳手口的整合，既有书面作业，又有口语表达，还要有动手操作。正如杜威所说，“作业的方式也很多，除了无数种的游戏和竞技以外，还有户外短途旅行、园艺、烹饪、缝纫、印刷、书籍装订、纺织、油漆、绘画、唱歌、演剧、讲故事、阅读、书写等具有社会目的（不是仅作为练习，以获得为将来应用的技能）的主动作业。”<sup>[6]</sup>但是，“整合”的基本原则是，作业要围绕具体目标，依据学生的认知逻辑和学科的知识逻辑进行结构化设计，以便在有限的作业时间内，最大化促进学生思维的参与和情感的投入，绝不能为了整合而整合。

（二）增加选择：作业在促进学生基础发展与满足个性需求之间的协调

“双减”政策强调“提高作业设计质量”，“鼓励布置分层、弹性和个性化作业”。这是为了避免作业“一刀切”，通过可选择的作业既促进所有学生的基础性发展，又满足学生的个性需求。虽然不少学校在尝试和探索分层作业、弹性作业，但随之而来也产生了一些问题：一是选择指向于作业的数量，而不是作业的质量，可选作业未能体现出思维的梯度和方式的差异；二是学生自由选择之后，有教师发现选择挑战性作业的学生越来越少；三是作业可选之后，作业讲评成为难题，因为既要指导面向所有学生的基础性作业，又要分析针对部分学生的个别化作业，课上有限的讲评时间很难满足不同学生的需求。鼓励分层、弹性和个性化作业的初衷是增加作业的选择性，以此促进学生全面而个性地发展，但当作业可选之后，却在促进学生普遍发展和满足学生个性需求之间失去平衡。解决这个问题的关键在于“选择”，既要确保学生会选，又要让学生可选，还要

促进学生选择。

一是会选。分层、弹性和个性化作业发挥作用的基本前提是学生认同作业选择，并具有选择作业的能力。因此，首先要让学生认识选择性作业的意义。学生自主选择作业的实质是为了让作业与学生的兴趣、能力等更“匹配”，从而更好地促进每个学生的发展。学生应该认识到，合理地选择作业，不是为了少做作业，或者获取更好的成绩，而是为了减少重复的无意义学习，更好实现个人发展。因此，学生对作业的选择，一定要着眼于个人真实的发展水平，否则选择就会失去意义，甚至会阻碍个人发展。其次，要培养学生的选择能力，学生既要能够客观地评价自己，又要具有自信、自律、自强等品质，不断地对自己的学习策略进行调整、对学习结果进行反思，在完成有难度的作业中实现个人的持续进步。

二是可选。教师只有设计科学合理的分层、弹性和个性化作业，学生才可以选择。因此，可选的关键就是教师能合理地设计可选作业。这首先需要教师明确作业分层分类的依据。作业的纵向分层，主要是以学生的思维水平为划分依据，不同作业内容体现了思维能力的不同水平，并呈现一定的梯度和层次；作业的横向分类，主要以学生的认知风格为划分依据，如根据场依赖和场独立区分为独立作业和小组作业，根据言语与表象区分为文字作业和画图作业等。作业分层分类的标准应清晰合理，作业内容要能体现相应的梯度和结构。但是，无论什么层次和类型的作业都应该围绕具体的目标来设计，其根本目的是促进学生的发展，并与课程目标具有内在的一致性。

三是促选。“促选”不是指教师督促或者要求学生作出某种选择，而是通过引导、讲评促进学生的积极选择。一方面，教师不能完全放任学生自由选择，而是要根据班级总体情况积极引导引导学生作出有益个人发展的选择。既可以是教师推荐、学生自主选择，也可以是教师与学生共同协商选择，还可以是以小组形式领取作业任务、组内成员自行协调。另一方面，教师在对可选作业进行指导时，在课堂上重点讲评基础性作业，对于有挑战性的、个别化作业着重分析思路；在课下可以根据学生个别化需求进行面对面的作业指导。教师在作业指导中不仅要帮助学生解决认知上的困惑，还要鼓励学生不断努力、敢于挑战更高层次、不同类型的作业。

(三) 协同推动: 作业改进与学校教育其他要素之间的联动

作业改进是“双减”政策的必然要求,但其有效性往往受制于多个因素,包括教师的作业设计能力、课堂教学、学校管理制度、教研、考试评价等。为此,“双减”政策强调,要大力提升教育教学质量,强化配套治理。这也意味着“双减”背景下中小学作业改进是一个系统的、多方协同推进的复杂过程。

首先,作业改进本身就具有系统性。它涉及作业设计、作业实施、作业评判、作业指导等环节。改进作业设计,关键在于通过整合与分层设计,有效地控制作业数量,确保作业对学生全面发展及个性发展的积极作用。作业实施包括教师布置作业以及学生对作业的完成,一方面,教师对作业的布置要清晰明确,便于学生理解;另一方面,教师要积极引导学生在完成作业时加强自我管理,有意识地培养自己的自律意识和自学能力。教师要及时评判作业并全面分析原因,既要明确作业所反映的学生知识学习现状,尤其是思维水平和学习方法,还要把握学生对待作业的态度。教师指导学生作业的方式应该是多样的,既有课堂上面向所有学生的集体讲解,又要有针对学生个体的当面分析;作业指导不仅要让学生明白应该是什么,还要懂得为什么以及如何用。

其次,作业改进与学校教育其他要素具有关联性。作业并不是对课堂教学的补充,而是课程教学的一个有机组成部分,因此,作业目标和内容与教学的目标和内容具有内在的一致性,也受到教学评价的直接影响;教师是作业设计、作业评判和指导的重要主体,教师的作业观以及能力素养直接影响着作业改进的有效性;作业虽然主要是学生自主学习的过程,但作业改进的推进、具体实施与学校管理制度密切相关。所以,作业改进涉及学校多个方面的协同,若只关注作业本身,不能对其内在环节和相关要素进行系统分析,则很难真正减轻学生过重的作业负担。

最后,作业改进是一个校本化实施的复杂过程。教师设计高质量作业的前提是对学生的充分了解,只有基于学生的思维发展水平、能力现状和个性需求,才可能设计出体现整合性、具有结构性和层次性的作业。但是,每所学校的校情不同,育人目标和办学理念不同,学生的家庭背景、发展现状、发展需求以及可获取的作业资源都不

相同,作业改进的具体思路和策略也应该有所不同。因此,作业改进必须“因材施教”,教师要根据本校学生特点,恰当设计作业并进行有效指导。

### 三、“双减”背景下中小学作业改进的实践策略

作业改进涉及教师、学生、家长、学校和区域等多个主体。虽然要鼓励学生积极参与作业改进、重视家长对作业改进的建议、强调区域对作业改进的引领协调,但就实践而言,明晰教师和学校任务是当前中小学作业改进的重点

(一) 教师: 明确意义,探索“计划—实施—反思”的作业改进闭环

教师是作业改进的直接主体,让教师明确作业改进的意义是首要任务。教师应该认识到,作业改进不是为了片面减少作业时间和作业量,也不是单一为了让学生更好掌握知识、以便于取得更好的成绩,而是为了更好凸显作业全面育人功能,通过作业更好实现学生在知识技能、思维方法、情感态度、实践能力等的发展,促进学生的自我认识和自我管理。改进作业的过程也是教师提升自我、实现专业发展的过程。

首先,教师要对一段时期内的作业改进有明确计划。作业改进与教学改革相辅相成,教师必须基于课堂教学计划来改进作业。既要根据课时、单元、学期的教学安排,结合单元重点、同单元不同课时的目标来考虑作业改进的具体目标;又要基于教学实践中发现的问题,明确作业改进重点。比如某初中物理教师在教学中发现学生实验操作能力欠缺,就设计相关作业有针对性地加强。其次,教师在作业改进中要“上下结合”。自上而下,基于“双减”政策要求,既要提高作业设计质量,关注作业的结构性和层次性、整合性;又要重视对学生作业指导的针对性和有效性。自下而上,关注学生的体验和感受,及时把握学生在作业中出现的问題,了解学生对作业内容、时间、难度、方式等的建议。最后,教师要及时对作业改进情况进行反思。既要反思作业本身——作业是否发生了变化,这样设计和指导是否可行,是否能真正促进学生发展;又要反思课堂教学——教师在学生作业中发现的问题,应该及时通过课堂教学得以解决。在此基础上,教师对下一个阶段作业改进再次计划、实施和反思,由此形成一个循环反复、持续推进的“闭环”。如某小学三年

级语文组教师结合单元主题“金秋时节”，将秋游、绘画、写作、查阅文献等方式结合起来，设计找秋天、画秋天、写秋天、记秋天的系列作业，教师发现这样的作业不仅能促进学生对秋天的理解和感悟，还激发了学生的学习兴趣，为下一个单元作业设计提供借鉴。

## （二）教研组：加强教研，探讨“标准+”作业的设计与实施

作业改进不是教师单打独斗能实现的。正如“双减”政策所言，要“将作业设计纳入教研体系”，通过教研组共同研讨来推动作业改进。

教研组要通过教研来设计一份“标准”作业。虽然同教研组内不同教师所面对的学生不同，但针对同一所学校同一学段学生，同组教师可以通过研讨，设计一份高质量、适容量的标准化作业。这份标准作业既可以是在借鉴基础上的适当改编，也可以由本组教师“原创”，但组内应该对这份作业经过仔细的分析研讨，甚至亲自“下水”做一遍，确保这份标准化作业的科学与合理性。在此基础上，每个教师根据自己班级学情对这份标准作业的内容和方式进行适当调整，并在教研活动中提出调整的具体内容及缘由，供教研组评价判断调整是否合适。此外，教研组要加强作业改进方面的交流，既可以分享经验，相互启发；也可以提出作业改进中的困惑和问题，通过深度研讨，集思广益，在解决问题的同时进一步推进学科教学的改进与优化。如有的学校提出教研组必须审核教师所设计的作业，尤其要把握作业的难易程度、所需时间、容易出错的地方和适宜的学生群体，以保证作业适量且具有针对性。如北京陈经纶中学嘉铭分校小学数学教研组，通过教研提出“四挖掘”的数学作业：挖掘绘画性作业，让学生设计对称图形、画思维导图；挖掘游戏性作业，重视七巧板、九连环和扑克牌的运用；挖掘生活性作业，鼓励学生调查分段计费 and 储蓄；挖掘专题性作业，设计沏茶问题、植树问题等。<sup>[7]</sup>

## （三）学校：完善机制，加强作业统筹管理

学校是健全作业管理机制的重要主体，作业改进离不开学校的统筹管理。具体来说，学校推进作业改进要重视四种机制的完善。一是作业协调机制。学校要了解各学科作业容量与质量，通过各学科组协商和总体协调，合理预估作业容量，避免总量过多，同时鼓励各学科组教师协同合作，

设计跨学科整合性作业。二是作业“存档”机制，学校要及时把各学科组设计的优秀作业汇总保存，并进行基础性作业、实践作业、易错作业等类型标注，为作业的持续改进和优化建立相应资源库。三是作业交流机制。作业改进过程中难免会遇到各种问题，尤其是教师、家长和学生从自身立场出发，对作业有不同的观点和看法，这就需要学校构建相应机制，推动参与作业改进的各方主体沟通交流，以此来解决问题、达成共识。如上海市静安区教育学院附属学校建立两个“举手”制度，一个是学习委员“举手”，学习委员如果认为当天作业总量过多，可以举手向最后一位布置作业的教师提出减少或者免除该学科作业的要求；另一个是家长“举手”，当家长认为孩子在认真完成作业的前提下，仍无法完成当天作业，可以向班主任申请延后完成作业。<sup>[8]</sup>四是作业评价机制，学校要定期对各学科作业进行评价，以发现作业改进中的问题，及时调整，确保作业质量。此外，学校还要进一步完善相应的教师培训制度、教研制度、课堂教学管理制度等，为作业改进提供有力支持。

[本文系北京市教育科学“十三五”规划2019年度优先关注课题“学生终身学习能力培养路径研究”（项目编号：BEEA19036）研究成果]

## 【参考文献】

- [1] 郑东辉, 孙慧玲. 作业概念的变迁及其意义[J]. 当代教育科学, 2015(4): 21-24.
- [2] 凯洛夫 伊 阿. 教育学[M]. 陈侠, 朱智贤, 邵鹤亭, 等, 译. 北京: 人民教育出版社, 1957: 214.
- [3] 杜威 约翰. 学校与社会·明日之学校[M]. 赵祥麟, 任钟印, 吴志宏, 译. 北京: 人民教育出版社, 2005: 91.
- [4] 库帕 哈里斯. 美国中小学生学习家庭作业研究[J]. 王建军, 林明, 译. 上海教育科研, 1995(6): 31-32.
- [5] 胡弋. 国外中小学家庭作业问题的研究及启示[J]. 外国中小学教育, 2007(12): 52-55.
- [6] 杜威 约翰. 民主主义与教育[M]. 王承绪, 译. 北京: 人民教育出版社, 2001: 213.
- [7] 让写作业不再“鸡飞狗跳”!“双减”后, 作业如何有趣又有料? [EB/OL]. (2021-09-27) [2021-10-10]. [https://www.sohu.com/a/492420177\\_100908](https://www.sohu.com/a/492420177_100908).
- [8] 上海市静安区教育学院附属学校. 作业太多可以“举手”申请减少或免除? 一起来看这所学校的作业管理制度! [EB/OL]. (2021-06-03) [2021-10-10]. [https://www.sohu.com/a/470291956\\_121106869](https://www.sohu.com/a/470291956_121106869).

(责任编辑 徐华楠)