

“双减”政策在农村学校的有效实施路径 和教师减负清单研究

杨平安 何雪芹 夏兵 张艳 杨小英

一、通过调查研究，得出农村学校实施“双减”存在如下问题。

1. 家长教育观念落后，对“双减”认知不清晰

目前农村地区大部分家长仍然秉持着“分数论”，认为孩子只有分数高就行，不注重孩子的全面发展。同时家长不注重家庭教育，只想着自己赚钱供孩子上学，孩子学习的事完全交给老师。同时部分家长文化水平低，对“双减”政策存在认知不清晰甚至一问三不知的情况。被访谈的农村家长中对“双减”不了解的有 63.3%（62 人），略知一二的有 23.5%（23 人），了解的有 13.2%（13 人）。（图 1）

2. “减轻学生作业负担”有效落实程度不高

大多数学生反映，家庭作业较之以前确实减少了，但在学校的作业根本没有减少，如教材上的练习、练习册上的题、单元测试等还是如从前一样“一个都不少”。六至九年级部分学生反映，每天的课间十分钟基本上都在做各科的作业，课间休息活动较少。

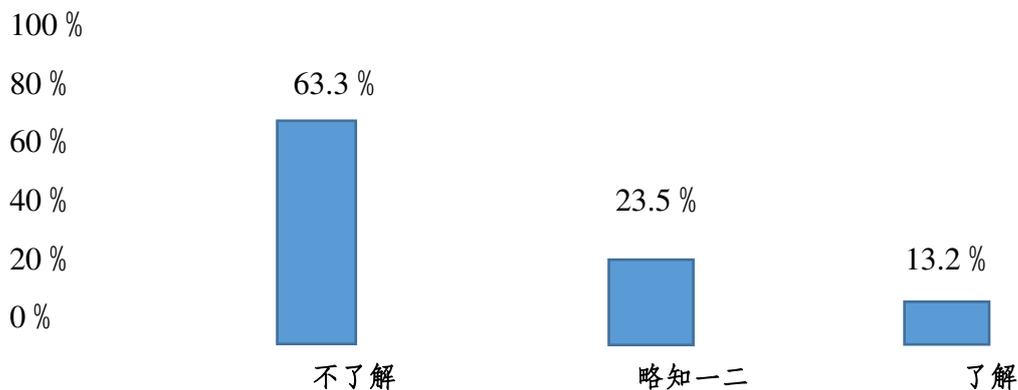


图 1 家长对“双减”了解情况

3. 课后服务内容不够丰富

“双减”政策提出：“要提升学校课后服务水平，满足学生多样化需

求”。农村学校大多数班级的课后服务，并没有以丰富多彩的活动满足不同学生的发展需求、促进学生的个性发展。个别条件较差的学校仅满足辅导学生完成作业。

4.作业布置未能体现分层性

各个学校虽然开展了“双减”背景下作业设计的管理与研讨，进行作业设计的比赛，但学生反映，教师很少进行分层布置作业，全班同学还是一如既往做相同的作业。

二、分析“双减”背景下农村教师负担主要来源

通过对教师现阶段负担来源的调查，把教师的负担具体分为“双减”具体实施方面、学业考评方面、绩效考评和职称评聘方面、非教育性社会事务、工作时间、家校协作等六大类别的负担。

1.“双减”具体实施方面

74.53%的教师表示“双减”对于自己的教学工作是机遇也是挑战；98.18%的教师表示“双减”对自己的专业素养提出了更高的要求。如何开展更有效的课堂教学、如何分层设计作业、如何建构家校合作机制、如何培养学生的自主学习能力、如何考核评价学生等，是教师“双减”下的普遍困惑，也是最大的心理负担。

2.学业考评方面

教师面临的学生成绩考评（升学率、平均分、优秀率、及格率等）、班级管理考评、作业设计和教案检查、教学设计与教学研究考核负担分别占比为84.8%（多达356人）、61.9%（达260人）、65%（达273人）以及47.9%（达201人）。不难看出，学业考评压力仍然是教师的极大负担。

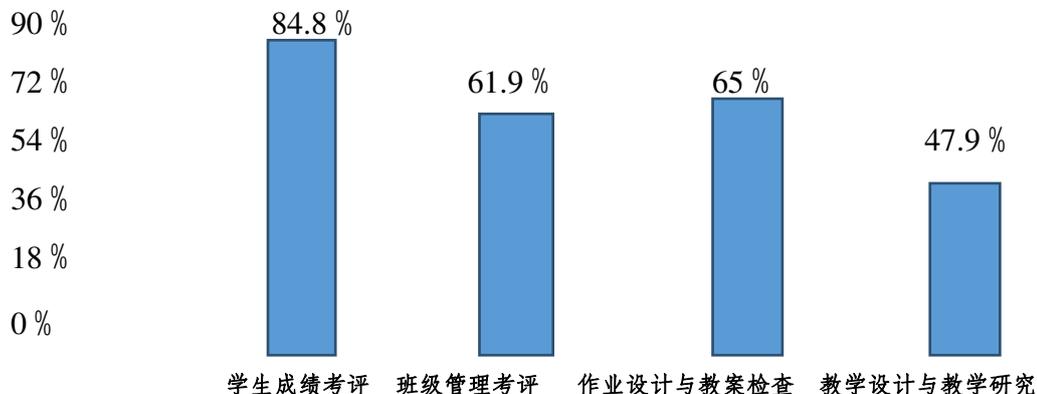


图2 教师学业考评负担

3.绩效考评与职称评聘方面

在教师的事业发展中，较之教师的学历提升与进修负担（学历提升与进修负担占 31.4%，132 人），教师的绩效考评与职称评聘方面的负担成为更关注的焦点（教师绩效考评负担占 89.3%，约 375 人；职称评聘方面的负担占 91.2%，约 383 人）

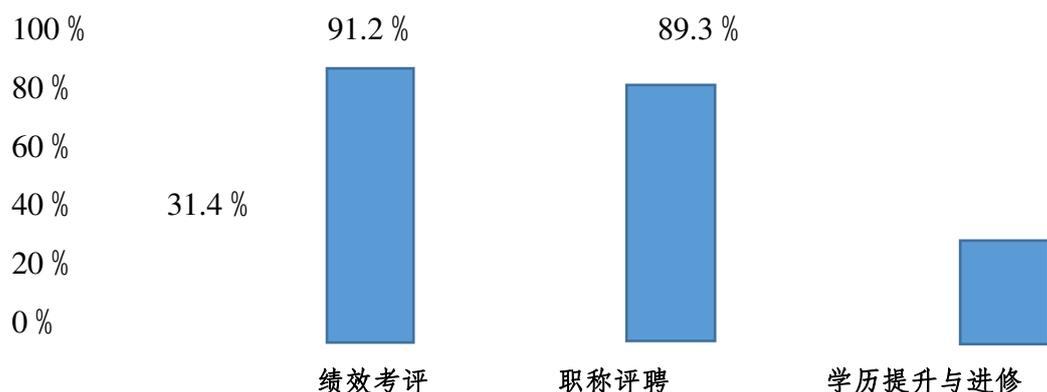


图 3 教师事业发展中的负担

4.非教育性社会事务方面

在社会事务类负担中，教师的非教育性社会事务与政府部门检查负担占比为 96%（多达 403 人）。在填写的 420 份主观样本容量中，教师列举的非教育性社会事务较多。如：紧急通知，督促学生和家长完成普法学习（禁毒、交通、消防、防疫等等学习），要求全员参与，人人过关，限制时段内完成统计情况；网络投票、政治学习笔记、留守儿童帮扶文字和影像资料、校本研修记录等；领导视察（安全验收，达标，常规检查，现场会等等），每人准备公开课（推门课）；每位教师关注××公众号或下载××APP 参加答题并上传答题结果，等等。

5.工作时间方面

大多数教师觉得“双减”之后自己的工作时间和工作压力增加了。83.53%的教师认为“双减”使自己感到疲劳；70.26%的教师认为“双减”降低了自己的职业幸福感；93.14%的教师表示“双减”之后自己无暇顾及自己的家了，自身难以平衡生活和工作，产生了力不从心的感觉。

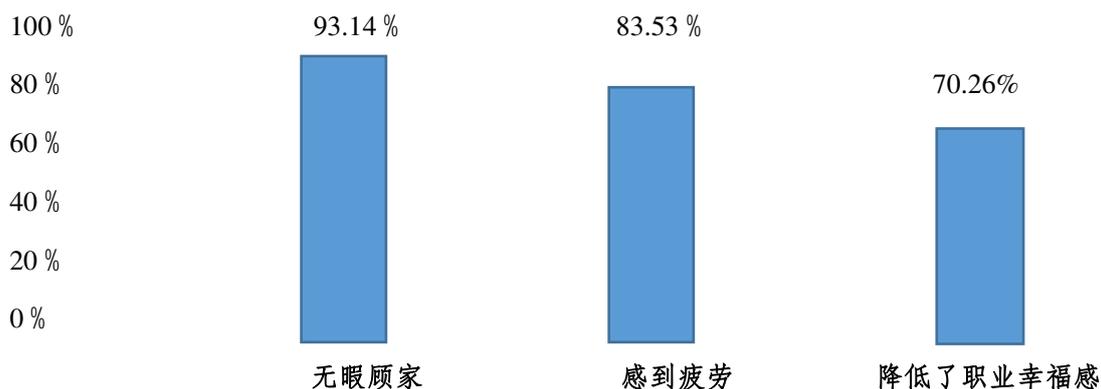


图4 工作时间带来的心理负担

6.家校沟通方面

“双减”之下，学生在校时间变长，教师“增负”，家长“减负”。大部分教师反映，家校沟通的时间也因为教师负担过重而大幅减少，“双减”后家长更加焦虑，使得家校沟通变得更困难，家长的责任意识也随之下降。部分教师代表的留言更能反馈家长们的真实情况：自己还是一如既往抓学生作业成绩，但是家长明显没有以前那么重视学生作业完成情况；很多家长认为学生就应该在校完成所有作业，老师辅导是理所当然的；老师要小心翼翼，避免被家长投诉。要求多了，被投诉违法“双减”政策；要求少了，怕被投诉不负责任；农村学校每班仅有一两个有家长愿意与老师沟通，很大一部分家长直接将孩子丢给学校，对孩子的学习漠不关心，导致很多孩子回到家手机不离手，家庭教育严重缺乏，给老师的教育带来很多困难。

三、初步预设出“双减”政策在农村学校的有效实施路径和教师减负清单

1. “双减”政策在农村学校的有效实施路径

(1) 唱响“双减”主旋律，拧成思想共识“一股绳”

教师层面：学校是落实“双减”的主阵地，而教师是政策实施的主体，如果教师对“双减”的认识不够，就无法有效实施。当下的农村基础教育，一味的追求中考、高考教育质量，对学生进行“题海战术”，“拔苗助长”，忽略了教育的本真。学校应加强教师的培训，使每位教师充分认识“双减”的重大意义：第一，“双减”是把握世界教育变革机遇实现中华民族伟大复兴的使命要求，是构建引领世界教育变革的中国方案的实践探索。要更

更加注重以德为先，更加注重全面发展，更加注重面向人人，更加注重终身学习，更加注重因材施教，更加注重知行合一，更加注重融合发展，更加注重共建共享（《中国教育现代化 2035》中明确提出推进教育现代化的八大理念）。第二，“双减”是国家政策，是在教育领域解决社会主义主要矛盾的实践探索，落实“双减”政策是服务国家战略需求，“双减”势在必行，大可不必束手束脚，持“观望态度”。每位教师必须行动起来，顺应政策形势，积极探索落地之法。第三，“双减”是全面落实立德树人根本任务办人民满意教育的必然要求。新时代党的教育方针从本质上决定了我国教育的价值取向是办公平而有质量的教育，在教育教学中如何真正体现公平和质量，把“双减”工作落地落实落细，是每一位教育人神圣的职责和使命。

家长层面：学校、家长、社会三方面的协作是有效实施“双减”的重要途径。学校可与社区联合起来，采取多种方法向家长宣传“双减”政策，提高家长的认识，改变育儿观念。学校通过召开家长座谈会专题宣讲“双减”工作，宣传国家“双减”工作的重大意义，明确学校“双减”工作内容、广泛听取家长意见，优化学校实施方案。村级小学可与村委会联动起来，不定期向村民宣讲一些教育知识，如：要遵守《家庭教育促进法》科学教育孩子，了解“鸡娃”式教育的危害；要重视对孩子的陪伴、尊重孩子的心声、发展孩子的兴趣爱好；要去除“唯分数论”的观念，去除“教育焦虑”，促使孩子形成学习的内驱力；要正确认识职校教育等。

（2）筑牢课堂主阵地，连成质量提升“一条心”

“双减”不是减教书育人的责任，不是减教育教学的质量。“双减”政策文件中明确提出要“大力提升教育教学质量，确保学生在校内学足学好”。落实“双减”政策的根本保障，是向40分钟的课堂要效率。

要发挥优秀教师的引领示范作用。学校要选拔培养一批德才兼备、业务能力突出的骨干教师担任教、科、研、训主力军，充分发挥优秀教师教书育人、课程教学等方面的示范作用，带动广大教师共同成长。定期邀请教育专家对优秀教师开展专业培训，鼓励他们积极执教观摩课、示范课或举办专题讲座，承担青年教师培养和教师继续教育的培训任务，发挥他们在反思总结教育教学工作、撰写论文、著书立说，分享教学经验等方面

的积极作用，做有“名气”、有“名望”的教师，做传播自己的教育思想和教育好声音的“鸣师”，做对学生、对学科教育及教育理论、政策相关知识了如指掌、明明白白的“明师”，从而带动一个学科，带动一支队伍，产生“一花引来百花开”的效果。

要切实抓好教研组的教研活动。通过示范课、公开课、推门课、青年教师教学比武等一系列教研活动，让教师们紧起来，动起来，并且有方向可循，有榜样可学。第一，要明确教研活动的特点和目的。教研活动最主要的特点和目的，就是要解决当前教育教学中的各种实际问题。也就是说，教研活动的课题不在大而在小，不在深而在实，应想教育教学之所想，急教育教学之所急。否则，教研活动就是瞎研究、空研究。第二，要做教研活动的有心人。要时时留心周围的一切，要自觉以研究者的眼光审视、分析和解决教学中出现的各种问题，要本着“教什么、研究什么”的原则，紧密结合本职教学工作去开展教研活动，使教学工作和教研工作融为一体，只有这样才能收到“教研相长”的效果。第三，要找准教研活动的“突破口”。教研活动的“突破口”，就是以教育教学实践中的问题作为课题开展研究。这就要求教师要树立起“问题就是课题”的意识，善于把一个又一个教育教学中有意义的实际问题，经过“设计”转化为一个又一个富有个性特色的教研活动课题，再通过攻克一个又一个研究课题，来解决一个又一个教育教学中的问题。这种研究，最易达到同步推进教育教学教研工作、稳步提高教育教学教研质量的目的。

鼓励教师主动提升自身能力。第一，学校可要求每位教师每月必读一本有关教育教学的理论文章或书籍，并写好读书笔记在全校交流，不断升华“内功”。第二，学校应要求参加校外各种教育教学培训的教师回校后，将学习内容分享给全体教师，而不仅仅只培养青年骨干，而忽略了全体教师的进步。如果参加的是理论学习，就应以讲座的形式分享，如果参加的是课堂实践观摩学习，就应以课堂授课的形式向其他教师汇报交流。只有这样，才能让学校全体教师（特别是长期扎根在偏远山村的老教师）共同学习到先进的教学理念和教学方法，能顺应时代的变化，不断提升自己的教学水平和文化素养。

（3）畅通效率主动脉，下好减轻负担“一盘棋”

“双减”首先要减掉的就是题海战术，要“全面压减作业总量和时长，减轻学生过重作业负担”。各学科作业除了要控制总量外，作业设计更要注重学生兴趣和科学性的统一、作业的层次化和激励机制的统一、学生完成的时效性和主动性的统一、学生实践能力的提升与创新精神培养的统一，符合学生年龄特点和学习规律、体现素质教育导向、分层、弹性、个性化的作业，向作业的完成效率要质量，切实提高作业针对性和效率。

第一，形成教学体系，突出核心内容。学校要统筹安排，积极促进“双减”政策下的作业研究与设计，将作业的设计纳入整体教研，形成一个教学体系，即在学习目标引领下，将教学设计、学习过程、作业反馈和教学改进整合成一个一体化的教学评改体系，针对性、指导性更强，方向更加明晰，责任更加清晰。一个核心内容，指将作业作为检验学习目标是否达成的核心内容。学校可制定作业“三步走”原则，即把作业设计作为教学设计的重要部分；把作业实施作为学习评价的重要依据；把作业效果作为教学改进的核心标准，共同勾勒出教与学的同心圆。

第二，构建任务链，确保实效性。学校提出“单元作业任务”的理念，将任务链引入单元作业的设计中。明确学生的作业设计与课堂教学是不能脱离的，在备课时我们就应结合单元和课时教学内容、学生学情、学习目标，提前设计好单元作业及每节课的课堂练习、课后作业。要以作业为切入口，将作业设计、课堂教学、课上练习、学生辅导建立联系形成闭环。从单元视角、学生视角设计有趣、有效、有质的作业，形成单元课时任务“一条线”，单元作业“一道链”，从而促进学生建构素养培育的“一张网”，提升作业的整体性、关联性和逻辑性。同时，要重点关注综合性作业设计的实效性，注意以下几点：基于单元学习主题，有效创设作业情境；基于学生学习进程，逐步分解作业任务；基于学生认知特点，精心搭建学习支架；基于学生个性发展，注重作业成果展评，从而真正发挥结合性作业的实效性，提升学生综合素养。

第三，分层作业设计，切实因材施教。分层作业绝不是要给学生分层，而是为学生提供多维度的作业选择，既要设计基础性的练习题，又要根据学生不同的基础，设计不同梯度的题目，从而促进学生的全面发展，激励学生自主进步。在课堂上教师帮助学生诊断自己当堂课的学习情况，并就

当天需要完成的分层作业进行讲解，指导学生按照自主发展需求选择分层作业，逐步形成自主学习意识。如：数学学科可以将作业分为小试牛刀、大展身手、勇闯难关三个等级，对应基础、延伸、素质培养，学生完成不同等级的作业，获得不同的鼓励。学生结合当日学习情况自主选择，从真正意义上实现因材施教。

第四，改革作业评价，精准问题定位。即以“能力要素”为评价标准，精准把脉“问题”。基于学生能力培养指标，细化完成每一项作业所需的能力要素，如将语文学科的看拼音写词作业，分为拼读能力与规范书写能力两个评价指标。数学的应用题分为阅读能力、计算能力、思维能力、识图能力、书写能力等评价指标。依据能力要素评价，帮助学生复盘作业完成的过程，靶向问题症结，关注到个体发展。

第五，夯实专业能力，创新思维模式。减轻学生过重的作业负担，除了要有外在的强制性的力量推进，教师更应该苦练内功，转变作业观念，提升能力素养。如在校的统一要求规范条例制度下，在教研组内要开展有关作业布置的专题讲座、培训、示范、讨论、研究等等。作业既要有口头的，又要有书面的；既要有需要学生观察、思考、讨论的，又要有需要亲自动手操作的；既要有知识的识记、运用，又要有能力的训练培养等等。以多种形式的科学组合，关注学生发展的不均衡性，达到既提升作业效率，培养学生兴趣与自信，又减轻学生负担的目标。

（4）坚持发展主导性，激活课后服务“一池水”

“双减”政策文件要求“提升学校课后服务水平，满足学生多样化需求”。课后服务不能简单机械地理解为教师看学生写作业，要给学生提供丰富的资源，给学生提供充足的学习空间，进而使他们的个性得到充分张扬。学校要认真探讨每天课后服务为学生提供什么，怎样才能提高课后服务质量，增强课后服务特色。学校应积极挖掘人力资源，可以请体育、艺术等学科的专业辅导人员，让他们参与学校的课后服务工作。学校也可以通过名师引领、家长辅助、志愿者参与等方式，充分利用校内外资源，丰富学生的学习生活，真正为学生服务。学校应不断开发符合本校校情的课后服务课程，用丰富的内容和温馨的服务丰富学生的课后时光。学校还可以征集、开发优质的线上教育教学资源，利用优秀的教育教学资源平台，

免费向学生及家长提供高质量专题教育资源。学校要培养教师做有心人，科学合理地开展课后服务，在课后服务中时常关心学生，有针对性地给予学生帮助和鼓励，并及时总结学生的日常表现，适时与家长沟通，反馈学生信息。教师也要在课后认真观察学生的表现，不断了解和提升学生的自学与互助情况。学校要根据具体情况，及时调整服务模式，对集中表现出来的问题要认真去思考、解决。

（5）拓展机制主途径，统筹学校管理“一揽子”

在“双减”政策实施过程中，学校应加大监督管理的力度，建立健全各项规章制度，思考更多有利于教师和学生发展的管理策略，让教师和学生获得教育真谛，促进学生获得真实的素养和能力，最终成为德才兼备的新一代社会主义建设者和接班人。有效的作业管理机制会让学校的教育教学迸发勃勃生机。建立科学有效的督导和反馈机制，是学校落实“双减”政策的核心所在。学校要建立关于作业管理、课后服务的督导机制，可以让学生、家长等进行评价和反馈。在“双减”政策实施过程中，学校大有可为，也应该大有作为，应守住学校这一“双减”主阵地，积极发挥引领和示范作用，挖掘教师和学生的内驱力，提升学生的核心素养，落实“立德树人”的根本任务，让“双减”落地生根。

（6）做强落实主引擎，拥抱素质教育“一片天”

当前，在“双减”背景下，负担减下去后，该如何拥抱素质教育，把学生综合素养提上来？

第一，把握时机，促进个性发展。“双减”政策落地，校外培训机构进入“强监管”时代，素质教育迎来政策红利期。孩子们得以从繁重的校外负担中解脱，有了更多时间和精力发展个人兴趣。当然，学校始终是素质教育的主体。对于农村学校来说更是如此，教师课堂质量的提升、作业的减负、丰富多彩的课外活动以及各项文艺活动的开展，为孩子的个性发展提供了广阔的空间和舞台。同时，也让家长关注到了自己孩子其他方面的特长，从而加强对“素质教育”的认可。

第二，发掘特长，提供成长支撑。学校要充分发掘教师自身专长，为学生提供艺术、体育、科技、人文、益智、劳技等板块的特色活动课程与实践活动，为学生全面发展赋能。学校要建立健全体育艺术工作机制，充

分保证体育、音乐和美术课的上课时间，配齐相关专业教师，确保体、美、劳教育工作正常开展。广泛开展体育活动和竞赛，培养学生良好的体育锻炼习惯和健康的生活。大力开展舞蹈、合唱、剪纸、书法等活动，积极组织参加各级各类文娱演出和艺术竞赛。与社区合作，搭建劳动实践平台，增强广大学生以劳树德、以劳增智、以劳强体、以劳育美、以劳创新的劳动教育理念。

第三，家校合力，协同全面发展。对孩子实施素质教育，仅靠家庭或学校单方面的努力，是难以实现的，家庭和学校是孩子最主要的活动和生活场所，为优化教育环境，促进其健康发展，两者必须相互协调配合，使两种不同性质的教育朝着一个共同的目标形成合力。

首先，学校和家庭必须明确双方配合是共同的责任。教师和家长在儿童成长过程中都是教育者，只是扮演着不同的角色，在不同的环境中进行教育。那种将孩子交付给学校一味依赖学校教育的家长，或只施以家长过重压力负担的学校都是不正确的。应发挥各自的优势，对孩子施以全面教育。

其次，互相了解，才是配合的基础。学校和家庭都有各自固有的规律。家长和教师固然应熟知各自承担教育部分的规律，这样才能在互相配合中趋于协调。学校要创设家校相互了解的途径，如：家长会、宣传栏、家校联系册、各种活动，让家长了解学校的任务、内容、科学育儿知识及新的教育观念等，教师也可以通过家访，和家长个别交谈，向家长宣传素质教育的重要性，让家长主动投入教育过程之中。

再次，学校要加强家长工作的透明度，接受家长的监督和检查，并积极吸取家教中的先进经验，互相补充，相互完善，形成教育合力。

第四，统筹兼顾，联动评价改革。素质教育已提出多年，但“考试分数”依然是刚性指标。让素质教育真正扎根、生长，到底需要什么样的土壤？这是摆在中国教育面前的一个经典性难题，也是素质教育和应试教育之间的矛盾。北京特级教师陈维贤认为，“在优化考试评价方式的基础上推动素质教育，才是目前急需解决的关键问题。”“双减”意见提出，各地要积极完善基于初中学业水平考试成绩、结合综合素质评价的高中阶段学校招生录取模式，依据不同科目特点，完善考试方式和成绩呈现方式。

随着教育改革逐步推进，全国多地正在探索将艺术类科目纳入中考改革试点，上海拟于2022年起，将初中学生综合素质评价信息应用于高中阶段学校自主招生、名额分配、综合评价录取等过程中，真正做到“见分也见人”。

总之，解决素质教育和应试教育之间的矛盾需要一个过程，说到底，只有在人们淡化了对社会资源的竞争性选择、不那么在意学历高低后，这个矛盾才能从根本上得到解决。

2. 教师减负清单

（1）多方合作，构建减负“屏障”

教师减负是一项系统工程，为教师减负不仅是学校的责任，更是全社会应该共同承担的责任，需要学校、家长、政府、社会等多方力量共同参与，多方合作构建协同机制。其中，政府各部门应做好主导作用进行宏观统筹，梳理教师负担原因，加强源头管理，将各校教师减负工作纳入学校考核及教育行政部门考核，同时推进好各阶段任务的落实；专家学者、教育研究者开展相关研究，为学校和教师的教育教学工作提供思路和经验保障；学校主动探索和尝试各类减负措施，不给教师增加额外负担；家长与学校统一育人理念，让家庭教育回归本源；社会营造良好的舆论氛围，保障减负工作顺利开展。

（2）强化保障，搭建减负“格局”

“双减”确实给教师带来了新的挑战和要求，这也需要各级政府和学校为教师提供更好的工作条件和更优质的职业保障。一是加强经济补偿，设立专项经费，抑或优化中小学教师工资结构，参照班主任津贴等，根据地方财力基础和学生人数制定科学可行的课后服务课时津补贴标准，确保参与课后服务教师和相关人员的津补贴。二是给予专业发展倾斜，建议教育部门协同人事部门将教师参加课后服务的表现作为职称评聘、评优评奖和岗位晋升等专业发展的重要参考，给予教师课后服务付出的相应认可和鼓励。三是借力社会资源，通过制定社会机构参与课后服务的准入标准，由政府出台指导意见或者机构白名单供学校选用，加强对课程质量和参与教师的监管，建立评估和退出机制，通过社会力量参与课后服务，减轻校内教师压力，形成学校与社会彼此支撑又相互促进的良好格局。

(3) 消减事务，祛除减负“外衣”

严格规范专项工作进校园事项。各级党委和政府统一部署的维护稳定、扫黑除恶、防灾减灾、消防安全、防艾等重要专项工作，确需中小学教师参与的，由教育部门严格按要求依程序统筹安排，一般不得影响正常教育教学，不得安排中小学教师到与教育教学无关的场所开展相关工作。

减掉一些未经审批和教学无关的指令性事务。如与教育教学无关的各种网络投票、APP网络调查、测评、答题等活动。

(4) 定期疏导，提升减负“指数”

中小学教师是一个心理疾病的高发群体，各种压力是影响心理健康的主要因素。教育主管部门必须建立相应的心理干预机制。在外部通过制度的调整，降低教师的压力之外，要健全教师心理教育机制。建立教师心理状况定期检查和心理素质测查制度，让教师了解自己的心理健康状况，为调整自己的心态提供依据；要为教师开设心理健康教育讲座，让教师掌握一些心理学知识，使他们能够有效地进行自我调适；设立心理咨询点为教师服务。学校应为教师多创设一些活动，鼓励教师积极培养自己的兴趣与爱好，让自己的生活更精彩，充满乐趣。以此来放松自己，产生愉悦的心境，减轻一些工作和生活上的压力。

(5) 多元借力，同步减负“质效”

可借助教育信息技术来拓展教师减负的路径。利用信息化可让教学模式由传统的“统一化”向“个性化”转变，学习资源由“孤岛式”向“共享式”转变；基于大数据跟踪和分析，可形成针对学生更加多元化的综合素养评价体系，为教师提供更准确的学情参考；运用计算机自适应测验、电子档案袋、学习分析技术、基于大数据的课堂观察、区域教育质量监测数据平台等多种工具和平台，开展对学校的全方位评价和督查，减少各种纸质材料的准备和要求，实现教育管理服务的数字化、网络化、智能化、多元化和信息化；建立健全四通八达的教育管理信息化系统，健全系统功能，优化系统设计，做到信息收集、提取、应用和分析的一键式功能，杜绝以痕迹管理和过程材料为重点的评价方式。同时通过大数据分析平台对教师负担进行定期监测，确保“双减”工作与教师减负同步有效进行。