

# “双减”政策下中小学作业设计的 误区与修正

● 李 强

**摘 要** 作业负担问题是学生减负工作的核心议题，已成为衡量课程改革成效的重要指标。“双减”政策下优化中小学作业设计是从微视角改善教育生态，从细节处指向育人本真，从根源处消减培训需求。当前中小学作业设计存在以简单的“缩时少量”混淆深层的“增效提质”、机械的“题海战术”严重背离“素养导向”的育人目标和浅层的“正误勾对”替代深度的“反馈评价”等误区。“双减”政策下中小学作业设计必须从价值重塑、差异赋能和评价革新等方面着手，重申作业设计的育人本质，关注学生学习的本体价值，优化作业设计内容要素，协同构建作业设计智能教研体系，完善差异化作业评价制度，强化作业反馈与互动。

**关键词** “双减”政策；中小学作业；作业设计；作业评价

**作 者** 李 强，河南师范大学教育学部讲师、博士，河南省宏观教育政策研究中心  
(河南新乡 453007)

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》(以下简称“双减”政策)，要求减轻义务教育阶段学生过重作业负担和校外培训负担。该政策明确提出全面压减作业总量和时长，减轻学生过重作业负担，并提出要健全作业管理机制。在“双减”政策下，作业问题成为当下基础教育改革的核心议题之一，其本质是作业设计者对作业质量与学生学习成长规律关系的把握。作业是教师和家长相互了解学生学习情况的主要载体。布置作业并不是教育的直接目的，而是通过完成作业有效检验学生对知识的综合理解、复习巩固与实际运用情况，进一步提升学生的时间自主管理能力、思维创新实践能力和自我发展意志力。长期以来，“工具”导向下的作业目的强调作业对学生学业成绩的正向作用，遮蔽了作业负担触发学生学习“高原反应”后产

---

**基金项目：**2025年度河南省党的教育政策研究课题“通过‘双减’推进基础教育综合改革研究”(2025—DDJYZC—15)。

生的厌学和抵触情绪。全面审视“双减”政策下中小学作业设计存在的现实误区、优化设计中小学作业内容成为当下亟待回应的教育议题。

## 一、“双减”政策下中小学作业设计的内涵与价值定位

### (一)“作业设计”的内涵厘定

“作业”一词由来虽无从具体考据，但在我国教育教学实践中很早就有作业之实。我国最早的教育著作《礼记·学记》中提到“时教必有正业，退息必有居学”<sup>[1]</sup>，意即教育学生必须有正式经典课业，课后休息也要有额外的练习。古人很早就认识到课后巩固与练习对学生学习的重要性。在《大辞海·教育卷》中，作业通常指代“课外作业(homework)”，亦称“家庭作业”，是由教师布置、学生在课外时间完成的学习任务。作业有各种形式：按布置时间分，有预习作业、课后作业；按内容分，有书面作业、口头作业、实践活动作业、阅读作业等。<sup>[2]</sup>作业的目的是为了巩固和补充课堂所学知识，提高学生独立学习的能力。也有学者从作业功能的视角考察，认为作业是从知识操练、心智训练到自我探究的演化过程。<sup>[3]</sup>课外作业是教师布置给学生在非教学时间完成的学习任务，本质上是一种学习活动，目的指向于育人，即促进学生的身心发展。<sup>[4]</sup>作业应是学校教师依据一定的教学目标为学生设计的在课堂之外需要完成的学习任务；作业设计是教师依据一定的目标，选择重组、改编完善或自主创编学生在非教学时间完成的学习任务的专业活动，是提升作业实施效果的重要保障。<sup>[5]</sup>

### (二)作业设计的价值解析

作业作为课堂空间场域下实施教育教学的一种延续和巩固，具有进一步强化学生课后学习效果的特殊价值。“双减”政策的实施既是从“量”的层面减轻学生学业负担，也是从作业时间、作业内容和课后服务体系等方面规范了作业的实施与评价。

一是从微视角改善教育生态。“双减”政策下中小学作业设计的优化调整，不只是对学生作业形式或数量的简单改变，它引发的是一场深刻而持久的教育生态系统性变革。这一变革从作业这一关键环节切入，撬动教育生态环境的重构。一方面，科学、合理的作业设计是“双减”政策执行的主要落脚点。从显性的“双减”生态来看，全面压缩作业的“时”与“量”以及作业设计是否科学、合理是影响政策实施效果的重要因素。从隐性的本质而言，作业的增效提质对重塑学校教育良好

生态、促进学生全面发展与健康成长具有重要意义。另一方面，科学、合理的作业设计是实现“双减”政策目标的主要依托。合理的作业设计在一定程度上能有效减轻学生因作业负担过重而产生的学习焦虑，也能大大减少学生因作业压力而产生的对校外作业辅导的需求，这是从微观的视角改善整个学校教育的生态，凸显了教育存在的本质要求。

二是从细节处指向育人本真。在传统作业观看来，作业只是教师在课外掌控学生学习的手段和工具，通过作业挤占学生的课余时间，防止学生沉迷于手机、网络媒体和电子游戏。从教育本体价值看，作业是教师布置给学生在非教学时间完成的学习任务，其实质是一种课后延续性的学习活动，是通过完成作业任务强化、巩固知识的过程，是学生学习过程中理论联系实际纽带，更是从细节深处指向学校教育教学改革的实践。首先，“双减”政策从制度权威性、强制性和规范性等方面为中小学生学业减负树立了正确的价值导向，也从政策层面对作业设计和规范提出相关要求。这不仅扭转了过去对作业工具性和功利化的错误认知，而且纠正了学校教育偏离育人的正常轨道问题。学校教育的聚焦点重新回归到关注学生身心健康、全面发展上，让作业真正成为助推学生全面发展的“强心剂”。其次，适切的作业内容有助于促进教学目标的实现。学生的作业完成情况能有效反映课程教学目标的达成情况，合理的作业设计既是对课程教学目标的强化与补充，也是对教师课堂教学效果的客观反映。最后，合理的作业评价机制一定程度上能激发学生学习积极性，有效提升学生对课后知识的巩固效果。作业是师生之间互动最频繁的依托，获得教师的积极评价是学生学习的强大动力，合理的作业评价机制也能及时帮助学生发现问题、解决问题。

三是从根源处消减培训需求。“双减”政策针对作业设计和完成形式进行相关要求，在强化学校教育主阵地的同时，从根源处消减学生和家长对校外培训的教育需求。一方面，合理的作业设计能够缓解家长的教育焦虑，有效降低其对校外辅导的依赖。科学、精准地设计中小学作业内容，建立完善的作业教研体系，充分发挥作业的诊断、巩固、学情分析等功能，不仅能有效减轻学生学业负担，缓解家长的教育焦虑，而且能从源头上降低他们对校外辅导的需求和依赖。另一方面，合理的作业设计可以提升学校教育教学质量和课后服务水平，满足学生课后发展的基本需要。分层、弹性和个性化的作业设计，既符合学生年龄特点和学习规律，也有助于

高效利用课后服务时间。在学生按时完成学习任务和掌握知识的前提下，学校可以开展丰富多彩的科普、体育、艺术、劳动、阅读等社团活动，满足学生的多元化发展需求。

## 二、“双减”政策下中小学作业设计的误区表征

学生作业负担过重反映了基础教育整体生态的失衡。尽管当前全国各地中小学减负效果显著，但受制于分数筛选机制内需和“双减”政策外驱双重张力，中小学校教师在作业布置过程中依然出现诸多误区。

### (一) 认知误区：简单的“缩时少量”混淆深层的“增效提质”

在“双减”政策下，中小學生“难、繁、偏、多”的作业布置问题和重复、机械的作业训练形式得到明显改善，学生的天性、活力一度得到释放。“双减”政策的出台，不仅要全面减轻学生学业负担，而且要实现作业增效提质的功能。然而，一些学校和教师往往受“分数量才”的评价制度影响，一味追逐高升学率，更有甚者将作业异化为掌控学生课后时间的工具和竞争的资本。据笔者调查，“双减”政策下，学生作业主要在量和时长方面有所改善，作业形式仍缺乏创新和突破，有些教师甚至直接取消作业布置。减负不是不要“负担”，控制作业数量不是盲目减量，更不是完全不布置作业，而是在有限的作业时间内最大程度地通过作业增效提质实现学校教育的全面育人价值。

### (二) 本质背离：机械的“题海战术”严重背离“素养导向”的育人目标

传统的作业设计往往围绕“知识本位”，侧重巩固知识、熟练解题技巧。“双减”政策将核心素养确立为作业设计的核心要义和上层目标，为作业改革指明了根本方向。然而，一些教师将作业设计窄化为学生提分的“增长剂”，认为“学生做题越多，成绩就越高”。部分教师缺乏对作业内容设计进行研究，不具备科学设计作业内容的基本素养，长期依赖第三方作业设计，导致作业难易程度、内容质量与课堂同步授课内容相脱节，从而增加学生的学业压力，严重背离了素养导向的育人目标。

### (三) 效能弱化：浅层的“正误勾对”替代深度的“反馈评价”

作业的实施既能够有效检验学生课上与课后的学习效果，又能侧面反馈教师教学的效果。作业评价不仅要反馈结果，而且要发挥导向功能，成为课堂教学的巩固性强化。很多教师依然只是以对错作为作业的反馈与评价，无暇对每个学生的作业

进行详细点评与分析，浅层的“正误勾对”只能让学生知其然（对错），不知其所以然（为何对错）。对于做对的学生，简单的“√”可能带来短暂的满足，但无法指明下一步的挑战和成长方向，容易产生自满或思维惰性。对于做错的学生，一个冷冰冰的“×”是一种否定和打击，没有提供任何改进的线索。学生无法从作业中审视自身的思维路径，更无法识别自身的知识盲区和思维误区，学生的思维认知与调节能力无法得到进一步发展，学习停留在“记忆—再现”层次。

### 三、“双减”政策下中小学作业设计的理念重塑

从教育的本质入手，探寻新时代中小学作业的价值和特性是引导教师走出传统作业设计理念误区的前提，也是真正实现教育减负的关键。

#### （一）价值重塑：从“知识本位”到“素养导向”的理性回归

在传统教育模式中，作业被视为课堂知识的延伸和强化训练，目标直接指向提高考试成绩。大量同质化的抄写与计算作业使学生陷入“熟能生巧”的题海战术，导致学习兴趣被消磨、思维僵化。在“知识本位”视角下，学生被简化为接收与输出知识的容器，其情感态度、协作精神、创新思维、实践能力、价值观念等核心素养培育被严重忽视。这种“见分不见人”的取向，造成“高分低能”等育人偏差，背离了促进学生全面、持续发展的教育初衷。就作业本质而言，不能纠结于“量”和“完成度”，而应加强学生对知识的巩固与提升。如果仅从作业负担看待作业设计问题，显然有失偏颇，忽视了学生的差异性与个体学习特殊需求，曲解了“减负”本意，可能带给学生仁慈的“伤害”。<sup>[6]</sup>“双减”政策下更加呼吁“素养导向”的作业观，强调激发学生的内在学习动机和好奇心，要求作业的设计与实施必须服务于学生核心素养的全面发展，让作业本身成为一项有吸引力、有意义的探索挑战，让学生感受求知之乐。如，数学作业不再是单纯解方程，而是“为家庭策划一次周末出游的预算方案”；语文作业不再是抄写词语，而是“为校园文化艺术节撰写一份活动策划书”等。

#### （二）差异赋能：从“纸笔测验”到“分层设计”的形式创新

长期以来，“一刀切”的作业模式根深蒂固，其弊端日益显现。统一的作业内容、统一的难度、统一的完成时间，无视学生在认知水平、学习风格、兴趣特长和“最近发展区”等方面的客观差异，导致“优生吃不饱，后进生吃不了”的普遍困境，既造成时间的浪费，也加剧学生的两极分化和挫败感。“双减”政策鼓励分

层、弹性和个性化布置作业，坚决克服机械、无效作业，杜绝重复性、惩罚性作业。“分层设计”绝非简单地按成绩将学生分为三六九等并配置不同难度的题目，而是基于学情诊断、旨在促进每位学生在原有基础上获得最大发展的精细化和系统性工程。“分层设计”的最高境界是赋予学生选择权。教师可以提供包含不同难度、不同类型任务的“作业菜单”，明确各任务对应的能力点与挑战性，引导学生根据自身情况自主选择，这个过程本身就在培养学生的自我认知能力和自主学习能力。

### （三）评价革新：从“判断对错”到“促进发展”的功能转向

一直以来，评价被视为教学过程的终点。教师一旦打出“√”或“×”，给出一个分数或等级，便意味着任务的完成。然而，评价的首要目的不再是“证明”学生学得如何，而是“改进”学生的学习。正如泰勒（Ralph Tyler）在《教育与教学的基本原理》一书中指出：“评价过程本质上是一个确定教育与教学计划实际达到教育目标的程度的过程。”<sup>[7]</sup>作业评价强调在学生在学习过程中提供及时、具体的反馈，帮助学生识别当前水平与目标之间的差距，并指明缩短差距的策略与方法。作业评价不应只盯着最终答案的对错，更要洞察学生的思维过程。如，在数学作业中，即便答案正确，也可以关注学生的解题思路是否独特、简洁；如果答案错误，更要分析其思维卡点何在。作业评价应将学习习惯、合作能力、创新意识等素养表现纳入评价维度，利用量规等工具，使这些软性能力的评价可见、可测。

## 四、“双减”政策下中小学作业设计的误区修正

作业是实施教育教学活动的一种客观存在。科学、合理的作业设计被视为“双减”政策下撬动中小学教育教学改革的“有力杠杆”。探明中小学作业设计存在的现实问题，亟须进一步思考如何修正作业设计存在的现实误区，聚焦学校教育质量提升，以高质量的作业体系呼唤育人的本真。

### （一）重申作业设计的育人本质，关注学生学习的本体价值

作业设计作为教育教学的重要组成部分，是一项注重知识与技能、理念与实践齐头并进的系统性活动。在传统教学观下，作业被异化为一种单纯训练和巩固的工具。在杜威看来，作业不是为了让儿童坐在桌子边不淘气、不懒散而给予他的一种“忙碌的工作”或练习，而是复演社会生活中进行的某种工作或与之平行的活动方式。<sup>[8]</sup>因此，优化设计中小学作业的前提是要重申作业设计的本质内涵和本体价值。

一要重申作业设计的时代价值和本质内涵。解决作业设计理念偏离问题，实质

上是回应作业“是什么”“为什么”，以及“怎么做”“怎样做得更好”的问题。作业的本质是一种学习活动，是一个“用”知识的过程，目的是解决“教与学”之间的矛盾。<sup>[9]</sup>科学的作业设计绝非简单的减量控时、巩固知识，作业的“质”与“量”之间也并不一定是正相关。换言之，并非作业数量越多，质量就越高，学生的学习成绩也并非通过完成作业的数量体现出来。它本质上需要学生在更短的单位时间内基于兴趣激发完成对课程的自主学习与探究，以实现主动成长。

二要关注学生对待作业的具身体验。赫尔巴特（Johann Friedrich Herbart）指出，为了长期地、尽可能地记住所学的内容，防止遗忘，最有效的手段就是练习。<sup>[10]</sup>完成作业是学生脱离教师讲授之外的一种自主创作、练习的过程。恰恰是由于作业具有的这一特殊价值，不善于在课堂上交谈或回答问题的学生，正是通过完成作业的形式展示他们的特定技能、想法和知识。<sup>[11]</sup>不断思考和探索完成作业过程，更能激发出某些学生的独特思维 and 创新能力。

三要敏于关注学生本体，指向学生个体深处。考虑到每个学生都是独立、完整的个体，个体间知识基础、兴趣爱好和动机需要存在一定的差异性。作业设计不能单纯依赖于第三方的练习手册，而要设计符合学生个体知识与能力水平、兴趣爱好以及个体发展特征的作业内容。全面审视作业的本体价值，既不能作为对学生的变相惩罚，也不应异化为学生思想和行动上的一种负担，而应成为展现学生学习素养、激发创新思维的“个人作品”。充分发挥作业设计的功能，引导学生查缺补漏、厘定自身学习定位和自我价值。每一个学生的作业不应该只是抄写般的机械劳动，而是能动的选择、加工、创新和突破，是学生个体思维发散和灵魂的跳动，是最自然、最纯真的“思维艺术品”。

## （二）优化作业设计内容要素，协同构建作业设计智能教研体系

内容设计是整个作业的核心环节，承载着教师的教学观、作业观，是最直接作用于学生的，也是学生最能切实感知到的“作业”<sup>[12]</sup>。作业绝非“教育中的孤岛”，它具有自身的“生态系统”。<sup>[13]</sup>因此，只有不断丰富和优化作业设计的内容体系，才能更加满足学生学习成长的现实需要。

首先，精准设计作业的情境要素。对于作业情境的设计，本质是要明确学情，包括学生能做什么、需要提升什么、怎么完成、能达到什么样的效果等，统筹布局各学龄段作业设计的差异性与层次性。“生活化”是情境创设的基础，但绝非全部。

精准的情境设计，要求教师具备更宏大的社会视野和更细腻的文化洞察，将作业设计从“联系个人生活”提升到“融入社会文化”的层面。作业设计要尽量趋于生活化、情境化，以便于学生进一步感知和理解。真实生活情境的作业有助于激发学生学习的兴趣和动机，作业内容只有紧密联系学生需求才能发挥出更大的作用。如，在学习环境保护时，布置作业“为学校垃圾分类政策的推广效果设计一个简单的调查方案”，或“分析一篇关于‘微塑料’的科普文章的科学性与局限性”，让学生理解知识在公共生活、社会运行和未来发展中的角色与价值。

其次，优化设计切合学生成长的内容要素。简短的作业内容既可以看作课堂教学后续的评价反馈，也可以看作学生对课程知识自我理解、自我创造的一种自我实现。一旦作业的量 and 难度达到学生承受的“临界点”，往往就会触发学生的逆反心理，产生学习“失败效应”，影响作业效果。在内容体量上，作业设计要布局合理、难易适中。作业内容安排要摆脱大量机械复制、无意义抄写，尤其在难度设置上要体现进阶性。教师要依据教学进度和学生年龄特点设计具有探索性、应用性、综合性和创新性的作业内容。在内容结构上，作业设计既要关注学生的“接受性”，又应凸显内容的层次性与丰富性。教师要基于课程教学目标的分解，在课堂教学基础上，针对需要进一步强化的重点、难点、易错点和混淆点进行作业设计，并进一步布局设计可供学生发散的创新点和突破点，进一步发挥作业的育人效能。

最后，协同构建作业设计智能教研体系。“双减”政策明确要求“将作业设计纳入教研体系”。政策导向的深层意图是推动教学研究回归“以学生为中心”的本质和初心。智能时代作业设计的教研体系建设，应超越“开会、听课、检查”的传统范式，形成人机协同、数据驱动、精准反馈的智能教研闭环。首先，运用AI打造作业设计的“智慧大脑”。将AI打造成为教研团队的“认知外挂”和“智能同事”，从根本上提升作业设计的科学性与效率。教师输入教学目标等相关指令，使AI从海量题库中智能推荐或自动生成契合度高的习题，动态生成分层与个性化作业并提供精准的学情分析报告，同时根据诊断结果，定向推送针对特定薄弱环节的变式题，实现“哪里不会练哪里”的精准巩固。其次，实现从“集团化”到“多维度智慧网络”的深度协同。协同的关键不在于将人组织在一起，而在于构建能激发智慧碰撞、促进知识流动的网络结构。通过利用协同平台（如腾讯文档、Notion、专业教研平台等），开展“异步教研”，打破时空限制，建立“跨校/跨区项目共同

体”。最后，打造“研—设—施—评—改”的数据闭环。教研体系的终极目标是实现自我进化，这需要一个基于数据的闭环系统。系统能自动预警并建议淘汰低效作业，同时将经过实践检验的“优质作业”智能推送给教师。

### （三）完善差异化作业评价制度，强化作业反馈与互动

作业作为课堂学习的有效延伸和补充，固然具有巩固知识、查缺补漏和拓展提升的功效，但审视作业设计的伦理性，作业内容与形式设计最终需要落实在教师的批改与评价上才能实现影响学生德性与智识发展的价值初衷。学生完成作业，并不是意味着学习过程的结束，后续涉及跟踪评价、修正指导、巩固提升等系统过程。

首先，要差异化审视作业批改和反馈的能动价值。作业作为连接学生与教师之间的一种学习媒介，不单单只是为了巩固与加强课后知识，更多承载着学生获得肯定与认可的一种寄托。学生渴望通过分数的评定得到教师的正向评价和鼓励，尤其是对学习后进生而言，如果长时间没有得到教师作业上的正向反馈，依靠自身能力又无法独立完成作业任务，久而久之就会采取不做、抄作业等消极手段应付作业，甚至产生抵触、厌学情绪。为此，教师批改和评价作业要有针对性区分。对于成绩较好的学生，要层次递进地提出新要求和新目标，激发其探索新知、创新突破；对于成绩相对靠后、理解能力偏弱的学生，要做到及时批改、有效反馈，多以激励性的评语引导学生建立学习自信，及时诊断和化解学习中存在的困难与阻碍。

其次，要凸显学生在作业互动实践中的特殊价值。作业评价和实施并不是教师的单方面权力，而是一种师生之间思想碰撞、交流的过程。创新、丰富学生作业评价形式，不仅能减轻教师评价的负担，而且能够关注到不同利益主体对于作业内容的突出价值。如，学生之间互批、“小先生”批改、师生共批等形式都应该积极提倡。这有助于培养学生学会换位思考，剖析同伴在作业过程中出现的错误从而杜绝自己重复这种错误。从某种意义上说，学生参与作业互评、互改为学生拓展和深化学习创造了新的路径。

最后，要增强作业评价的能动性。学习是一个持续性、动态化改进和完善的过程。师生要及时对作业中发现的问题进行收集、整理、归纳与反思，尤其要关注学生作业出现的主要问题并进行及时归因。在强化核心素养导向下，教研规划与设计应植根于真实而鲜活的学情证据，确保每一次教研都能直击痛点、有效施策。此外，教师要注重分析作业实施的过程性归因，将学生出现的同质、共性问题 and 知识

盲区、误区和禁区纳入作业日常评价的教研资源库之中,及时、动态更新和调整作业设计内容。

## 五、结语

中小学作业“减负”引发了对基础教育教学生态改善的一种深思和推进学校教育高质量发展的一次教学性变革。优化作业设计作为中小学“提质增效”的主要举措,一方面要考量当下中小学“应试”教育生态环境和学生核心素养发展的实际,防止功利性的“越减越负”,确保以学校教育为主阵地的课后服务保障学生“学好学足”;另一方面要考虑一线教师在实际作业布置中,如何更好发挥专业特长,“化知为智”,激发学生“我能做、我想做、我愿意去做”的自我效能。

### 参考文献:

- [1] 戴圣. 礼记[M]. 张博, 编译. 沈阳: 万卷出版有限责任公司, 2019: 236.
- [2] 夏征农, 陈至立. 大辞海(教育卷)[M]. 上海: 上海辞书出版社, 2014: 137.
- [3] 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(04): 21—24.
- [4] 杨清. “双减”背景下中小学作业改进研究[J]. 中国教育学刊, 2021(12): 6—10.
- [5] 王月芬. 课程视域下的作业设计研究[D]. 上海: 华东师范大学, 2015: 13.
- [6] 李臣之, 张潇云. 论“双减”背景下高质量作业设计[J]. 教育科学研究, 2023(03): 55—61.
- [7] [美] 拉尔夫·泰勒. 教育与教学的基本原理[M]. 施良方, 译. 北京: 人民教育出版社, 1994: 85.
- [8] [美] 杜威. 学校与社会·明日之学校[M]. 赵祥麟, 等译. 北京: 人民教育出版社, 2005: 91.
- [9] 刘辉, 李德显. 中小学作业的异化及回归[J]. 天津师范大学学报(基础教育版), 2021(04): 1—8.
- [10] [德] 约翰·弗里德里希·赫尔巴特. 教育学讲授纲要[M]. 盛群力, 赵卫平, 译. 北京: 中国轻工业出版社, 2017: 58.
- [11] Van Voorhis F. L. Reflecting on the Homework Ritual: Assignments and Designs[J]. Theory into Practice, 2004(03): 205—212.
- [12] 刘辉, 李德显. 中小学作业设计变革: 目标确认、理念建构及实践路径[J]. 当代教育论坛, 2022(01): 97—108.
- [13] 周序, 张钰苑. “双减”政策背景下的作业研究: 教育生态学的启示[J]. 现代教育管理, 2022(11): 120—128.