

“双减”政策及其落实措施、效果研究

胡群

湖北省利川市都亭普庵小学

摘要：文章旨在对我国“双减”政策的实施情况、实施的措施与成效进行系统的探讨。对该政策的内涵进行了阐释，并对其产生的原因进行了分析，并对其理论依据进行了讨论。然后，本文从政府、学校、父母和社会四个方面对政策的实施主体和责任进行了分析，并对课后服务提供和校外培训机构的管理等重要的措施进行了详细的说明。在此基础上，提出了实施“双减”政策所面临的困难和挑战，如教育资源的均衡性、父母的期望。在此基础上，本文从宏观与微观两个层次，综合分析了“双减”政策在我国的落实情况，并提出了相应的对策建议。

关键词：“双减”政策；落实；措施；效果研究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2024.08.122

引言

近年来，随着我国经济社会的迅速发展，中小学生的课业负担越来越重，已成为影响学生身心健康和提高教学质量的重要因素。针对这一现状，“双减”政策的提出，是为了缓解中小学生的课业负担，缓解校外补习班的压力，促进教育的平等，促进学生的全面发展。本文的目的是对“双减”政策出台的背景、落实措施及成效进行全面的剖析，希望能为我国的相关政策制定和教育改革提供一些借鉴。

一、“双减”政策概述

（一）政策内容解读

中国教育部针对目前教育中出现的一些突出问题，提出了“双减”政策，旨在解决义务教育阶段家庭作业、课外辅导等问题。这一政策的主要目的，就是要通过减轻家庭作业，并对校外培训机构进行管理，来推动学生们的健康发展，从而达到教育的平等和提高质量^[1]。具体来说，该政策的内容如下：严格控制学校作业量，规定学校不能给学生留太多的作业，也不能让父母对他们的作业进行督促或者是给他们打分，这样才能保证他们有充足的休息和自主学习的时间。加强对校外培训机构的管理，严禁利用周末、法定节假日和寒暑假开展学科类培训。政策也强调了课外活动的重要意义，并鼓励学校开展各种形式的课外活动，以适应学生的个性化发展需要。“双减”政策的提出，充分显示了我国对教育工作的高度重视，在教育领域进行了一系列的改革。改革是实现“减负”的重要途径，是实现“减负”，实现“育人本真”“公平育人”的目标。

（二）政策出台的动因

“双减”政策的提出和执行，是中国教育改革过程中具有划时代意义的一次重大事件，其产生的原因是多方面的。随着中国经济的飞速发展，家长对孩子的教育期望越来越高，再加上“应试”的压力，学生的课业负

担越来越重，这不但对他们的身体和心理都产生了不良的影响，而且还限制了他们探究以及全面发展的空间。校外培训机构的发展，尤其是过于市场化的经营，导致教育不公，加重家庭经济负担，引发教育焦虑。这种现象的出现，既有悖于教育的公益性，又有悖于社会主义核心价值观体系。为此，“双减”政策在全国范围内得以实施，目的在于以政策导向、制度规制等方式，推动教育生态健康发展。

二、“双减”政策的理论基础

（一）教育公平理论

“双减”政策实施过程中，教育公平是以教育资源配置平衡、机会均等为中心的一项重要内容。这一理论主张，不论出生、地理位置和经济地位，所有儿童都有权获得高质量的教育。“双减”政策的实施，充分反映了教育公平的理念。通过减轻家庭作业和课外培训的负担，这一政策的目的是让每个学生都有更多的时间来进行全方位的发展，其中包括体育锻炼、艺术修养等，以此来推动学生的身心健康。在政策上，要推动优质教育资源向乡村、偏远地区倾斜，采取集团化办学、学区化管理等方式，逐步缩小区域间、校际间的差异。在政策上，对贫困学生、随迁子女等弱势群体给予了特殊的重视，并采取了相应的扶持政策和关怀措施，确保其享有同等受教育的权利。政策提倡以学生的发展为中心的评估制度，将过去的以分数和升学率作为主要标准的评估方法进行改革，引导学校、老师和父母树立正确的教育观和成才观。

（二）学生发展理论

政策要求学校及老师重视学生的个别差异，实行有差别的教学，并为他们提供个别的教学支援，让他们能适应不同的学生的发展需要。政策提倡构建一个以学生发展为中心的评估制度，将过去单纯的评分标准进行改革，更加注重学生的综合素质、创新能力和社会实践能力，

从而对学生的发展进行综合评估。这一政策也十分重视家庭教育，让父母们建立起正确的教育理念，对孩子的人格发展给予充分的重视，并和学校教育一起，让他们能够更好地发展^[2]。政策也重视学生的心理健康和情绪需要，倡导学校与家庭共同营造一个温暖、包容、支持的成长氛围，让他们树立正确的自我印象，并培养学生健全的心理素质。

三、“双减”政策的落实措施分析

（一）政策落实的主体与职责

1. 政府层面

政府应制订具体的政策实施计划，明确政策目标、实施步骤及实施步骤，为政策实施提供指引与基础。其中包括规范校外培训机构管理，学校教育教学改革，家庭教育指导等。政府应加大对“双减”政策的宣传与解释力度，使全社会都能更好地了解和理解这一政策。要利用大众传媒、学校、社区等媒介，对“双减”工作的重要性及主要内容进行广泛的宣传，在全社会形成一个良好的舆论环境。政府必须更多的管制以保证政策的有效实施。其中，要加强对校外培训机构的管理，要加强对学校的教育与教学工作的监督与评价，还要加强对家庭教育的引导与支持。加强对政策执行情况的监测与评价，及时发现并解决政策执行中出现的问题。通过定期的检查、评估、反馈，对政策和措施进行持续的改进，以保证政策目标的达成。

2. 学校层面

学校应根据实际情况，及时调整课程结构，提高课堂教学质量，降低对课外辅导班的依赖性。这就需要老师们在课堂上提高教学效率，把重点放在培养学生的能力上，而不是简单地向他们灌输知识。学校要强化家庭作业的管理，对家庭作业的内容与形式进行合理地安排，防止机械地重复与超量，使学生能够通过作业来巩固知识，培养自己的能力^[3]。学校要开展各种形式的课外活动，让学生们积极参与到体育、艺术和科技创新等活动中来，从而提高他们的综合能力。同时，学校也要加强与家长的交流，让他们有一个正确的教育理念，让他们明白“双减”的重要性，不能一味地追求成绩，不能让孩子们有太大的心理压力。学校也要重视学生的心理健康，为其提供必要的心理咨询与支援，使其树立正确的人生态度与价值观，并使其能够应对各种挑战与压力。

3. 家长与社会层面

家长的教育理念、行为方式深刻地影响着幼儿的成长。父母要有一个正确的教育理念，认识到“双减”的真实目标，也就是要让孩子们得到更多的发展，而不是只追求分数。家长要重视孩子的爱好，让他们多参加一些体育、美术、社会实践等活动，让他们发现自己，培

养他们的特长。家长也应该和学校进行紧密的联系，及时掌握学生的学业状况，并积极参加学校举办的家长会、公开课等活动，从而达到家校合作的良好氛围。另外，父母多给子女一些关怀与支援，使他们树立正确的人生观、价值观。

社会方面也要对“双减”政策给予足够的理解与支援，包括企业、社区在内的所有人，包括企业、社区等，都要积极地投入到“双减”的宣传工作中。大众传媒要加强“双减”政策的普及与普及，增强民众的认知与了解。企业应通过提供实习、实训等形式，为大学生提供社会实践与工作经验。社区可以举办各种形式的文化体育活动，让同学们有一个展示自己和发展自己的兴趣的舞台。

（二）政策落实的关键措施

1. 课后服务的提供

开展课外服务，要有计划有计划，有组织，要保证有多样化、有质量。教师可针对学生的兴趣与特长，为其量身定做个性化的课外服务方案，以充分调动学生的积极性与创造性。学校也要加强对学生的自我管理，让他们能够更好地参与到课外服务的计划与执行之中，从而提高他们的组织、协调以及团队协作的能力^[4]。为提升课后辅导的效果，可透过邀请专业人员及社区义工，提供专业辅导及支援。学校也要与父母多做交流，让他们知道课外活动的重要性，并取得他们的理解与支援。课外服务的发展离不开政府的支持与指导，国家可通过购买服务、提供经费支持等多种形式来支持和支持学校开展课外服务。政府也要强化对课外活动的监督与评价，保证其服务品质，防止其成为一种变相的补习。

2. 校外培训机构的规范

建立合格的培训机构资格审查制度，对其师资队伍、教学内容、安全标准等进行审查与认证。要加强对培训机构的广告宣传的监督，不能有任何夸大、不实的内容，以免给父母和学生造成误导。政府要对培训机构进行定期的监管，并对违反规定的行为给予相应的惩罚，如超前教育、超纲教学、高收费等。要加强培训机构的收费透明度，杜绝弄虚作假、乱收费等行为。政府要鼓励和扶持校外培训机构开展素质教育、兴趣培养、科技创新等多元化、个性化的教育服务，以适应不同的学生需要。政府也要加大对家长的指导力度，让他们建立起正确的教育理念，合理地挑选校外培训机构，防止他们对校外补习有一种盲目的依赖性。

（三）政策落实的难点与挑战

1. 教育资源的均衡问题

为了更好地解决优质教育资源过于集中的问题，国家要通过政策导向和财政扶持，推动优质教育资源流向

乡村和偏远地区，提升这些区域的教育总体水平。教师资源的平衡配置也是一项重要的课题，要通过改善教师的待遇，优化教师的培训和职业发展途径，来吸引并保留优秀教师到乡村和偏远地区去工作。也不能忽视教育投资的不平衡，国家应该增加对教育的投资，尤其是对乡村和偏远地区的投资，以减少各区域在教育上的差异^[5]。教育评估制度的改革，也是达到教育资源平衡的一种重要手段，通过构建多元化、综合性的教育评估制度，能够促使学校和老师们将更多的注意力放在学生的整体发展上，而不是一味地追求分数、升学率。

2. 家长期望与社会压力

长久以来，以分数与升学比率作为学生学习表现的首要指标，造成父母对子女的学习表现抱有很高的期待，同时也造成了社会对名牌大学和高学位的过分追求。在这样的期待和压力下，学生们常常被迫参加课外辅导班，这违背了“双减”的本意。父母要更新自己的教育理念，认识到孩子的全面发展是非常重要的，而不是仅仅为了分数。这就需要父母更加重视子女的兴趣特长和心理健康，鼓励他们参加各种体育、艺术和社会实践。社会对教育成绩的评估标准也要有所改变，比起单纯的受教育背景，社会应该更多地关注个人的能力和整体素养。要实现这一目标，需要大众传媒、教育机构、企业等多方合作，以促进人们对这一问题的认识和理解。学校要做好与学生家长的沟通工作，使他们充分认识到“双减”的重要意义及学校的办学宗旨，并取得家长的理解与支持。通过家长会、公开课、家校互动，加强家长对学校教学的信赖。

四、“双减”政策实施效果分析

（一）政策效果的宏观分析

“双减”政策的出台，给我国的教育产业带来了巨大的冲击，特别是教育培训市场受到了很大的冲击。在严厉的政策调控之下，好未来，高途，新东方三大教育巨头的股票都有了不同程度的下跌，这也说明了资本市场对政策的变化非常敏感。

其中，学科教育培训受到的冲击最为严重，特别是规模较大、以学科训练为主要内容的学校，更是面临着转型的迫切需要。在我国提倡学生全面发展、实行素质教育的情况下，将校外培训机构转变为开展素质教育的课程，是一种切实可行的战略。这其中就包括在非科目范围内，增加美术、书法、舞蹈、体育、编程等素质教育的课程，以满足新的教育方针和市场的需要。K12领域的局限性也为“双减”政策带来了更大的发展空间，而作为国家重点支持的职业教育也迎来了新的发展契机。这样既可以减轻劳动力市场的压力，又可以使教育和社会需要更好地结合起来。

双减政策的出台，使得教育界对自身的服务模式与发展方向进行了反思，从而促进了教育资源的合理分配与多样化。培训机构的转型，既要与政策取向相适应，也要在服务内容上进行创新，提高服务品质，才能更好地满足师生的新要求。

（二）政策效果的微观考察

政策的出台使教育培训市场得到规范化，并能有效地遏制家长因焦虑而产生的不合理的训练需要，从而降低对课外辅导班的过分依赖。这既可以减轻学生的学习负担，又可以推动教育平等，实现教育机会的均衡。要想更好地支撑“双减”，就必须在供给方面加大对社会公共服务的供给力度。其中包括为各类家庭及学生提供更优质、更合理的教育，并在保证不给学生带来额外的学习压力的情况下，为他们提供更多的优质、合理的教育服务。在减负的过程中，教师的工作压力也应该得到重视。在“双减”政策实施过程中，如何合理地分配师资，并为其提供更多的资金支持，是保证广大教师积极投身于这项工作的重要保证。另外，构建一种“教师减负”的长效机制，可以促使教师由消极的“执行者”向积极的“参与者”转化，这是政策取得长远成功的关键。

结语

本文就“双减”政策的实施情况，以及实施的措施和效果作了较深的论述。在对政策内容进行解释和动机分析的基础上，可以更好地了解政策的初衷和预期。从教育公正和学生发展的角度来看，这一政策所蕴含的深层价值。从执行措施层面看，政府、学校、父母和社会是参与公共政策执行的多个参与方，这些重要举措虽然取得了一些效果，但也面临着教育资源的均衡性、家长的期待等问题。从宏、微观两个层面来看，政策对减轻学生负担和促进教育公平是有积极作用的。

参考文献

- [1] 舒文娟, 王颖. 落实“双减”政策促进学生多元发展——济南德润中学采取四项措施带来新变化 [J]. 山东教育, 2021, (41): 2+65.
- [2] 叶稚瑜, 曹明. “双减”政策实施的现实困境与治理建议 [J]. 盐城工学院学报(社会科学版), 2023, 36(06): 100-103.
- [3] 陈秀锦, 汤诗华. 系统论视域下“双减”政策有效实施路径分析 [J]. 创新人才教育, 2023, (05): 36-41.
- [4] 程欢欢. “双减”政策背景下南京市小学课后体育服务开展效果及优化研究 [D]. 南京体育学院, 2023.
- [5] 李莉, 蔡成林. “双减”政策执行效果及政策建议——以舟山市普陀区为例 [J]. 科教文汇, 2023, (02): 167-169.