

双减背景下小学五育教育融合新方法的探索与实践

田艳鹏

河北省保定市徐水区户木乡徐庄小学

摘要：2021年我国实施的“双减”政策在减轻义务教育阶段学生课业和校外培训压力、纠正过度应试化弊端，推动学生全面发展方面发挥了重要作用。然而，该政策也突显了小学阶段五育教育存在的问题，即智育主导下其他四育发展不均衡，以及时间资源利用与五育深度融合的挑战。单一评价体系难以全面反映学生综合素养，阻碍了五育融合进程。因此，创新教学方法与实践模式显得尤为迫切，包括打破学科界限整合课程资源，构建以学生为中心的跨学科主题或项目式课程体系，并结合情境化、活动化、体验化的教学手段及现代信息技术进行混合式教学，提升五育教育的趣味性和实效性。同时，建立家校社三位一体联动机制，鼓励家长参与教育教学，通过与社区及企事业单位合作共建实践基地，拓宽五育教育途径。实践中，部分学校如某市实验小学已成功探索生活化课程体系、主题活动周等五育融合新模式，强化体育锻炼，优化家庭教育与学校教育的一致性。总结来说，在“双减”背景下，小学五育教育融合新方法强调课程综合性、教学实践性和评价多元性，旨在创造一个利于学生全面健康成长的学习环境，坚定落实立德树人的目标，培养适应未来社会需求的全面发展人才。

关键词：双减政策；五育教育；课程融合；全面发展

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2022.08.084

一、引言

在当前我国基础教育改革的浪潮中，2021年7月出台的“双减”政策无疑是具有里程碑意义的重要举措。

“双减”政策全称为减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担，其核心目标在于解决长期以来困扰我国基础教育领域的过度应试化、功利化问题，回归教育本真，促进学生的全面发展。“双减”政策明确要求学校严格控制作业总量，提高作业设计质量，避免机械重复训练，从而切实减轻学生的课业负担。同时，严禁超前超纲教学，规范校外培训机构办学行为，为孩子释放出更多自由探索、个性发展的时间与空间。然而，这同时也对我国小学阶段的五育教育提出了新的挑战和更高的要求。“五育并举”是我国基础教育长期坚持的基本方针，包括德育、智育、体育、美育、劳动教育五个方面，旨在培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。在“双减”背景下，如何确保学生在减轻学业压力的同时，实现五育的均衡发展深度融合，成为教育工作者亟待破解的新课题。

五育教育并非孤立存在，而是相互渗透、相辅相成的统一体。在新的教育环境下，我们需要探索创新的教学方法和实践模式，使德智体美劳五育在课程设置、教学实施、评价方式等多个层面实现有效融合，以真正回应“双减”政策的初衷，让每一位小学生能够在更轻松、更自主、更全面的学习环境中健康成长，成就他们丰富而多彩的人生。本文将深度剖析当前我国小学阶段在“双减”背景下五育教育所面临的现实挑战与问题，

并结合新时代的教育诉求，探讨具有前瞻性和可操作性的五育融合新方法，旨在推动基础教育从注重量的积累转向质的飞跃，确保每一位小学生能够在更为宽松和谐、自主选择且兼顾全面发展的学习环境中茁壮成长，最终为其未来走向社会、贡献社会铺垫丰富多彩的人生基石。

二、双减背景下五育教育的问题与反思

在“双减”政策实施之前，我国小学阶段的五育教育虽已取得了显著的进步与成果，但依然存在一些亟待解决的问题和严峻挑战，尤其是在适应新的教育改革环境时，这些问题尤为凸显。

首先，长期以来，受应试教育模式的影响，智育在我国小学教育体系中占据了主导地位，过度追求学术成绩和升学率，导致德、体、美、劳四育的发展相对滞后。在高强度的学习压力下，学生的身心健康受到了潜在威胁，过多的课业负担使得体育活动时间被严重挤压，学生体质健康状况堪忧。与此同时，艺术与美学教育缺乏系统性和连贯性，无法充分挖掘和培养学生的创新精神、审美能力和人文素养；而劳动教育则更多停留在表面形式上，未能让学生深入体验到劳动的价值、乐趣以及对个人成长的重要意义。

其次，随着“双减”政策的落地实施，学生的课后作业量及校外培训压力得到了一定程度的减轻，然而，如何科学合理地利用这些释放出来的自由时间，设计出既能满足新政策要求又能保证教学质量，实现五育并举、全面发展的课程内容与教学方式，成为各学校面临

的新课题。部分学校可能在转型过程中陷入困境，尚未寻找到有效的策略和途径来平衡学业负担减轻与全面发展之间的关系。

再次，现行的单一评价体系也在很大程度上阻碍了五育的融合发展。传统的以分数为唯一衡量标准的评价方式，无法全面客观地反映学生的综合素质和全人发展情况，尤其对于德育、体育、美育和劳动教育等方面的成就，往往欠缺行之有效的量化和定性评价机制，这不仅淡化了社会、学校和家长对五育并举理念的认识，也影响了他们在实践中推动五育均衡发展的决心和行动力。

因此，在“双减”政策背景下的小学五育教育改革，我们迫切需要深入剖析现状，直面存在的问题，积极探索符合新时代教育需求的教学模式和方法。我们要在切实减轻小学生过重学业负担的同时，确保五育教育能够深度融合，实现均衡发展，让每个孩子都能在轻松愉快的学习环境中，全方位提升其道德品质、知识技能、身体素质、艺术修养和劳动实践能力，为他们的终身发展奠定坚实基础。

三、双减背景下五育教育融合新方法探析

面对“双减”政策带来的机遇与挑战，小学阶段的五育教育需要寻求创新融合的新路径。以下将从课程整合、教学方式转变以及家校社联动三个方面探讨可能的方法和策略。

1. 整合课程资源，实现五育渗透融合

在全面贯彻“双减”政策、优化教育环境的背景下，对小学阶段课程设计进行革新性重构显得尤为关键。我们应积极打破传统的学科壁垒，构建以学生为主体，围绕主题或项目驱动的跨学科课程体系，实现德智体美劳五育的深度融合。例如，在综合实践活动的设计中，可以引导学生通过实地考察、实验探究等多种方式，深入研究自然现象、社会问题等实际情境。这一过程中，不仅锻炼了学生的逻辑思维能力、分析解决问题的能力（体现了智育的核心价值），同时也让他们在团队协作中学会沟通交流、共享成果，以及培养诚实守信、公平公正的道德品质（寓德育于实践之中）。结合活动主题，融入艺术元素，鼓励学生进行富有创意的艺术创作和表现，如绘画、手工制作、戏剧表演等，这有助于提升学生的审美鉴赏能力和创新思维（体现美育的培养目标）。同时，将体育活动巧妙地嵌入到课程实施环节，确保学生在参与活动时有足够的运动量，以增强体质、提高运动技能，养成良好的生活习惯（践行体育

教育的理念）。此外，充分重视劳动教育的作用，将劳动实践纳入日常学习生活的重要组成部分。比如，组织学生参与校园绿化、班级卫生打扫、种植体验等活动，让学生亲身体验劳动的乐趣，理解并尊重劳动的价值，从而培养他们热爱劳动、勤于动手的生活习惯和基本生活技能，塑造独立自主、自立自强的人格特质（彰显劳育的重要性）。通过精心策划和有效整合各类教育资源，力求让五育在课程设置中相互交融，形成一个互为支撑、相得益彰的教育生态系统，为小学生提供一个既符合时代要求又充满活力的学习空间，促使他们在全面发展的同时，也能够享受学习的乐趣，积淀丰富的人生经验。

2. 转变教学方式，注重实践体验

在教学实践中，教师应当更加深刻地理解和运用情境化、活动化和体验化的教学模式，以期让学生在亲历实践与互动的过程中深度学习和全面发展。这一理念旨在打破传统的单向传授知识的方式，转而构建一种沉浸式的学习环境，激发学生内在的学习动机，促使他们在参与中探索，在体验中领悟。例如，在语文课堂的教学中，可以巧妙地将德育教育融入丰富的故事情境之中，通过角色扮演、情感代入等手段，引导学生从不同角色的视角去分析问题、理解人生价值观和社会规范，从而培养学生的道德判断能力和同理心。数学课程的教学则可紧密联系生活实际，创设各种现实场景的问题解决任务，如通过规划预算、测量空间、数据分析等活动，使学生能够在解决实际问题的过程中锻炼逻辑推理能力、应用数学知识的能力，并通过动手操作实现智育与劳动教育的有效结合，让学生体会劳动创造价值的乐趣与意义。体育教育方面，不仅关注身体素质和技术技能的提升，还应充分发掘其蕴含的德育、美育及团队合作教育的价值。比如，在体育课上组织团队竞技项目，不仅能强化集体主义精神、团队协作意识，还可以引入健美操、韵律体操等艺术与运动相结合的形式，让学生在感受力与美的和谐统一中，实现体育与美学教育的交融。此外，随着信息技术的发展，现代教学手段日新月异，借助互联网技术及数字化工具，五育融合的教育实践得以拓展至线上线下混合式教学的新阶段。教师可以利用虚拟实验室模拟实验过程，组织在线讨论论坛以促进思辨与交流，安排远程参观各类教育资源库，开展地域的文化交流与实践活动。这种跨越时空界限的教学方式极大地丰富了教学内容，提高了教学效率，增强了学习的趣味性和实效性，有力推动了新时代下全面素质

教育的实施与发展。

3. 家校社联动，形成五育共育机制

在推动五育融合发展的过程中，构建起家校社三位一体的立体化育人体系至关重要。学校、家庭和社会三者应形成教育合力，共同承担起培养全面发展的新时代小学生的重任。首先，学校应当积极引导和鼓励家长深度参与到学校的教育教学活动中来，通过举办家长课堂、亲子活动、家庭教育讲座等形式，让家庭教育的理念与学校教育保持高度一致，形成良好的协同效应。家长的理解和支持对于学生品德修养的塑造、身心健康的发展、兴趣特长的挖掘以及良好劳动习惯的养成具有不可替代的作用。同时，学校应主动打破围墙，拓宽教育资源边界，积极与社区、企事业单位等社会各界建立长期稳定的合作关系。例如，可以共建校外实践基地，将课堂延伸至社会生活的广阔天地，让学生在参与社区服务、企业参观、农耕体验等多种形式的社会实践中，获得真实情境下的学习经历和生活体验，从而实现智育、德育、体育、美育与劳动教育的有机结合。通过这些实践活动，学生们不仅能够将在校所学知识应用到实际问题中去，提升解决问题的能力，而且能在参与社会公益、志愿服务的过程中锤炼道德品质，增强社会责任感；在各类艺术和文化活动中培养审美情趣，激发创新思维；在参与种植、制作、修理等各种劳动锻炼中，体验劳动艰辛，珍惜劳动成果，培养热爱劳动的精神和基本的生活技能。只有充分发挥家庭、学校及社会资源的优势互补作用，搭建全方位、多层次的教育平台，才能真正实现五育并举、融合发展的教育目标，为每一位小学生创造一个既能快乐学习、又能全面发展的生活环境，为其未来的健康成长和终身发展奠定坚实基础。

综上所述，“双减”背景下，小学五育教育融合的新方法强调课程的综合性、教学的实践性和评价的多元性，旨在创造一个有利于学生全面发展、健康成长的学习生态环境，真正落实立德树人的根本任务，培养能够适应未来社会发展需求的全面人才。

四、案例分析与实践经验分享

以实验小学为例，该校在双减背景下积极探索五育教育融合的新方法。学校通过构建“生活化课程体系”，将学科知识与日常生活相结合，如在自然科学课中融入环保理念和劳动实践，让学生亲手种植蔬果，既培养了学生的动手能力和科学素养，又实现了智育与劳动的有机融合。

此外，该校定期举办主题鲜明的德育活动周，如

“红色文化传承周”、“诚信友善周”，并结合美术、音乐等艺术形式进行表现，实现德育与美育的相互渗透。同时，学校还强化体育锻炼，开展丰富多样的户外运动课程，并将体育精神融入校园文化，使学生在强健体魄的同时，也养成了积极向上的品质。

家校社共育方面，该校与社区合作设立“家庭作业辅导站”，鼓励家长参与孩子学习过程，共同推进五育并举；并与企事业单位共建社会实践基地，为学生提供参观、实习等机会，拓展五育教育的空间。

五、结论与展望

总结以上分析，双减政策的实施为小学五育教育融合发展提供了新的契机。通过整合课程资源、转变教学方式以及构建家校社联动机制等一系列创新举措，我们能够在减轻学生课业负担的同时，有效推动德智体美劳五育的深度融合，促进学生的全面发展。这是一项长期而艰巨的任务，需要全体教育工作者不断探索、实践和完善。未来，在深化基础教育改革的过程中，应进一步优化五育融合的教学模式，提高教师队伍的专业素养，建立健全多元化的评价体系，确保五育并举的理念真正落地生根。展望未来，我国小学阶段的五育教育应在双减政策的引导下，逐步形成以学生为主体，注重实践体验、强调综合素质提升的全新教育生态。只有这样，才能更好地适应社会发展的需求，培养出具有高尚道德情操、扎实学识基础、健康身心素质、高雅审美情趣和良好劳动习惯的新时代少年儿童。

参考文献

- [1]王鑫鹏,朱玮华.“双减”政策下中小学课后延时体育服务的机遇挑战及实现路径[J].体育画报,2022(7):207-208.
- [2]周翠凤.双减背景下初中体育教学五育并举达成的路径及评价研究[J].体育风尚,2023,(12):86-88.
- [3]牛奕翔,侯姗姗,侯亚丽等.“双减”背景下以五育并举为目的的课后服务内容拓展思考[J].新西部,2023,(07):148-149.
- [4]白茹瓊.“双减”背景下家校社协同育人的实践路径[J].教学管理与教育研究,2023,8(02):119-121.

作者简介:田艳鹏,1990年9月,女,河北保定,汉族,大学本科,职称:中小学二级教师,研究方向:基础教育教学与管理。