

# Research on the promotion of education digitalization “double reduction” policy and its implementation measures and effects

Wei Wu

Kui Dong Middle School Huyanghe City 7th Division Xinjiang Production and Construction Corps, Kuitun, Xinjiang, 833200, China

## Abstract

This study examines the synergistic integration of educational digitalization and China's “Double Reduction” policy through a case analysis of Kuidong Middle School in the Seventh Division of Xinjiang Production and Construction Corps. The policy aims to reduce homework burdens and off-campus tutoring for compulsory education students, while educational digitalization leverages advantages like resource balancing and time-space flexibility. Key implementations include integrating 44,000 resources from the National Smart Education Platform for Primary and Secondary Schools, adopting VR/AR innovations in teaching, and advancing the “MOOCs Western Tour Initiative”.

## Keywords

education digitalization; education power; double reduction policy

# 推进教育数字化“双减”政策及其落实措施、效果研究

吴伟

新疆兵团第七师胡杨河市奎东中学, 中国·新疆 奎屯 833200

## 摘要

本文以新疆兵团第七师奎东中学教学实践为基础, 探究教育数字化与“双减”政策的协同路径。“双减”聚焦减轻义务教育阶段学生作业与校外培训负担, 教育数字化则凭资源均衡、打破时空限制等优势提供支撑, 如整合国家中小学智慧教育平台4.4万条资源、借VR/AR创新教学、推进“慕课西部行计划”。

## 关键词

教育数字化; 教育强国; 双减政策

## 1 引言

奎东中学通过作业公开管理、丰富课后服务(如体育活动)、加强家校合作(如家长讲座)落实政策, 成效显著: 学生学业负担减轻, 课余时间用于兴趣培养; 教学多样化推动学生全面与个性化发展; “双师课堂”等改善农村及偏远地区资源短缺, 提升教育公平与质量。

未来需应对教师数字化能力不足、数据安全等挑战, 进一步探索教育大模型应用、优化线上线下教学、推进城乡教育均衡, 深化二者协同以回归教育本质, 助力教育强国建设。

教育数字化的主要优势, 促进教育公平与资源均衡; 打破时空限制: 数字化教育使优质教育资源能够跨越地理障

碍, 让偏远地区学生也能获得名校课程; 国家智慧平台建设: 如国家中小学智慧教育平台整合全国优质课程资源, 显著缩小城乡教育差距。

“双减”政策是指教育部2021年颁布的《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》, 研究表明, 数字化教育通过提供多样且高质量的资源和创新的教学模式, 可以有效支持“双减”政策的实施。为了减轻学生的学习压力, 学校采取了多项举措, 包括公开作业安排和改进课后服务等措施。从效果上看, “双减”政策有效减轻了学生的学业负担, 促进了他们的全面发展和个性化成长, 同时也推动了教育公平和质量的提升。然而, 在实际执行中依然存在若干挑战, 需要更广泛地利用教育数字化手段来克服。这将有助于更有效地建设一个教育强国, 并提供令人民满意的教育质量。

在党的二十大期间, 报告首次提及“教育数字化”, 强调需“推动教育数字化进程, 打造终身学习型社会和学习

【作者简介】吴伟(1972-), 男, 中国四川芦山人, 本科, 高级教师, 从事义务教育基础教育教学研究。

强国”，为未来的教育发展明确了方向。同时，“双减”政策在减轻学生课业负担和校外培训压力方面发挥着重要作用，对于营造健康的教育环境和推动学生的全面发展至关重要。”随着教育数字化的迅猛发展，探索如何利用数字技术更有效地推行“双减”政策，已成为建设教育强国和实现人民满意教育的关键议题。

人工智能技术深度融入教学、学习、管理、评价等场景；通过数字化缩小城乡教育差距，打破教育资源壁垒；“双减”政策的落实措施，各地在实践中形成了多样化的落实措施。通过特色校本课程丰富学生学习生活，为“双减”提供载体，实践落实的三步法促进提质增效；建立校内公示制度，加强质量监督；强调家庭教育作用，引导合理使用课余时间。

教育科技行业转型，从替代课堂教学转向课堂辅助与学习体验提升；学生发展多元化：增加自主学习和兴趣培养时间，提升综合素质；教学质量提升，教师更加注重课堂教学质量而非课外辅导数量。

“双减”政策的实施，标志着我国教育领域的转折时刻，同时也开启了教育行业的一个全新时代。教育的重点改革方向是恢复本质，让课堂重新成为教育的核心阵地，并推动教育的高质量和均衡发展。这些教育改革的背后，体现了国家在改善教育领域的坚定意志，并为教育信息化的进步创造了新的机遇。

## 2 教育数字化为“双减”政策落实提供保障

### 2.1 教育资源的丰富，满足了学校学生多元学习需求

数字化教学促进了高质量教育资源的整合与分配。截至2023年10月，国家中小学智慧教育平台已汇集了共计4.4万条资源，涵盖德育、学科教学、体育等十个方面的内容。这些资源提供了丰富多样的学习选项，帮助学生根据个人需求自主学习，从而减少对额外辅导的依赖，助力实现“双减”政策中减轻校外培训压力的目标。

### 2.2 教育数字化创新了教学模式，提高课堂效率

借助云端资源以及虚拟现实和增强现实技术，数字化教室打造了一种打破时间和空间限制的开放式教学环境。教师的职能已经从单纯的知识传授者转变为引导学习的角色，学生则变成了主动的探究者。比如，学校在生物物理化学课堂上，学生通过平台参与实践项目，从而发展他们的跨学科思考能力。有效的课堂教育能够帮助学生在校内更加充分地理解知识，进而减少课后作业的压力。

### 2.3 推进教育数字化促进了教育公平，缩小城乡教育差距

通过数字化手段提升教育资源分配是一种有效应对教育发展不平衡问题的方法。”慕课西部行计划”几乎涵盖了西部的所有大学。到2022年，该计划共为这些高校提供了4.5万门在线开放课程与定制课程服务，并支持进行176.9万次混合教学课程，累积学习人次达2.5亿。这让乡村和偏远区

域的学生能够获得优质的教育资源，降低了因为资源不均而产生的课外补习需求，有助于“双减”政策在各地的均衡推进。

## 3 推进教育数字化，“双减”政策落实措施

### 3.1 推进作业公开管理制度

注重课程内容的精简和优化，以提高课堂效率，从而减少课后作业量。在减轻作业负担方面，学校尝试实施“作业公示制度”。这个制度要求各班级公开每天的作业科目、具体内容以及预计完成时间。透明化作业制度，让一年级和二年级的学生无需进行书面家庭作业。对于三至六年级的学生，其书面作业的设计原则是平均用时不超过60分钟即可完成。这种方法有效管理了作业数量，防止学生面临过多、不必要的作业。这是所有学校和教师可以借鉴的方法。

### 3.2 改进了课后服务

教育数字化，落实“双减”后，学校改进课后活动的内容，并推出独特的课程。学校根据实际情况和条件提供选修特色课程，学生的参与积极性很高。我是一名体育老师，在教学中我注重体育活动的多样性，确保学生每天至少有1小时的综合体育锻炼时间。另外学校也通过开设各种体育爱好团队，如篮球、足球、羽毛球、排球、乒乓球等，鼓励学生在课后参与感兴趣的项目，丰富他们的课余时间，同时缓解学业压力。

### 3.3 学校和家庭之间的合作得到了进一步加强

每学期，学校会组织一到两次家长学校讲座，以建立培养人才的“双减”共同体。加强心理健康教育重视学生心理健康，设立心理辅导机构，安排了心理辅导老师，帮助学生在压力大的情况下保持良好的心理状态。学校定期召开师生、家长会议，收集和分析各方意见，及时调整教学策略，以更好地适应“双减”政策的实施要求。这些措施旨在建立一个更为健康和可持续发展的教育环境，促进学生的全面发展。

通过家校沟通，帮助家长深入理解“双减”政策的核心目的和具体要求，促使他们转变教育观念，从而减少对子女进行课外培训的过度依赖，营造一个支持“双减”政策实施的良好家庭氛围。

## 4 “双减”政策落实及其效果

“双减”政策的主要目的是提高学校的教育质量，同时降低学生的学业负担，使教育回到其核心理念。智能技术正成为推动教育现代化的关键力量，通过智能技术的应用来增强和简化这一过程，是一条值得探索的方向。在“双减”政策的实施下，课堂内的教学质量提高、课后的服务以及作业的布置得到优化。

### 4.1 减轻了学生学业负担

从实际效果来看，教育数字化“双减”政策的落实显著降低了学生的作业负担和课外辅导时间。以我们学校为

例,以前沉重的学生书包变得轻盈了,作业基本上可以在校内完成,学生回到家后有更多时间进行自主探索。学生有了更多的空闲时间来休息和参加自己感兴趣的活动,进而提升睡眠质量和身心健康。这与“双减”政策减轻学生过度学业压力的目标相符合。

#### 4.2 多样化的教学促进了学生全面发展与个性成长

自从学校采用多样化的教学策略以及丰富多彩的课外活动后,促进了学生全面成长。学生通过参与多样的特色课程和体育项目,发展个人兴趣,提升综合能力。参加书法、绘画、手工艺,以及篮球、足球、羽毛球等活动的学生,通过实践增强了他们的跨学科学习能力和创新思维。此外,定制化的学习材料和教学方式也迎合了各类学生的需求,促进了他们的个性化发展。

#### 4.3 教育数字化教育公平与教育质量同步提升

数字教育的普及推动了“双减”政策的贯彻,增强了教育的公正性。在“双减”政策实施后,学校提供的教学方式和内容将更加多元化,学生在校活动留下的数据会更加全面和多层次。学校不仅为教师和学生提供便利和提升课堂教学,还着重于实时、动态收集学生在德、智、体、美、劳五方面的发展数据。学校通过整合数据,为学校实施全方位科学教育提供可靠的数据基础。教育数字化和“双减”落实在促进教育评价改革方面扮演着重要的参考角色。

“双减”政策旨在减少学生的学业压力,限制资本过多参与教育,从而使教育回归其本质。只有透彻理解“双减”的深层次意义,才能让教育信息化切实为教育提供支持。在教育范畴,尤其是学校教育中,通过充分利用信息技术的高效、开放和互联等特点,将有助于“减负增效”政策的实施。这既是教育数字化面临的挑战,也是其发展的机会。

### 5 落实“双减”政策的意义

保障了学生们正常的锻炼、休息、娱乐时间,这是学生在成长过程中身心健康的重要举措。因此“双减”政策的落地,对于学生们养成良好的学习习惯、保障充足的课余时间以及合理地拓展课外兴趣都有着重要的意义,从教育的角度来说,对于孩子们未来的发展有着长远的好处。

学校在学生教育上更加用心。“双减”政策的落地,对于学校而言最重要的是如何做好课后服务工作以及统筹作业的布置工作。一方面老师们如何布置作业能够更加科

学、更加贴合教育发展的理念;另一方面,家长和学校协调性更强,学生们有了更好的教育环境;第三,课后服务更加满足家长、学生的需求,引导、激发了学生们的天赋,学生的安全更有保障性。

回归校内教育是回归教育本心,“双减”政策不仅明确了老师在教育工作中应该做的事情,也对在校老师校外有偿授课行为进行了明文禁止。未来,在校老师的重心只能够放在校内教育之上,而静下心来投入校内教育工作的老师们,也将对于提升教学质量起到至关重要的作用。

“野蛮发展”的时代已经过去了,教育成本的降低是显著的,这是对于家长们最直观的感受,节约下来的教育成本,对于家庭整体的财务健康、对于保障孩子们的成长环境来说,都会起到很好的效果。

### 6 结语

“双减”政策旨在减少学生的学业压力,限制资本过多参与教育,从而使教育回归其本质。“双减”政策的落实落细,有效减轻了义务教育阶段学生作业负担、校外培训负担和家长经济负担,人民群众的教育获得感、幸福感不断增强。

树立以人为本的教育理念,打破传统教育观念的束缚,倡导终身教育、全民教育等现代教育观念,注重培养学生的创新精神和实践能力,使教育成为每个人持续成长和发展的的重要途径。这种转变体现了对教育本质的回归和对人才培养目标的重新定位,树立了全新的现代化教育观念。教育数字化与“双减”政策的协同推进,正在重构中国教育生态,其核心是通过技术创新促进教育公平与质量提升,最终实现立德树人的根本目标。

#### 参考文献

- [1] 吴丹,丁雅诵.以数字变革推进教育强国建设——我国教育数字化工作取得积极成效综述[J].环球网,2025.
- [2] 推动教育数字化战略向纵深发展[J].中国青年网,2025.
- [3] 以规范管理推动基础教育高质量发展——基础教育“规范管理年”行动开展一年来工作综述[J].半月谈新媒体,2025.
- [4] 发挥教育数字化的杠杆作用[J].光明网,2025.
- [5] Final “Happy Exams”: From “Score-Oriented” to “Student Development” [J].China Youth Network, Year 2025.
- [6] 武汉这个区,让书包变轻、体育变“重”[J].人民日报,2025.
- [7] 构建“自一教育”品牌 打造文明校园标杆[J].人民日报