

精神文明报

JingShen
精神文明报

全国精神文明建设战线 全媒中心 独家报纸

向上向善 创建创新

2025年12月30日 星期二 今日8版 第245期 【总第6377期】 值班副总编辑 刘川

减少考试频次、提升考试质量、杜绝偏题怪题…… 为考试“减负”，如何从“考得少”转向“考得好”？

人们常说，“考考考，老师的法宝；分分分，学生的命根！”

一直以来，考试都是检验学生学习成果的主要方式之一。然而部分地方和学校存在日常考试管理松散、次数偏多、命题质量不高、审查不严、教考脱节等问题。近日，教育部印发《关于进一步加强中小学日常考试管理的通知》（以下简称《通知》），要求减少日常考试测试频次，提升日常考试质量，强化考试安全风险防范，减轻学生过重学业负担，促进学生全面健康发展。

“推进考试改革，可以真正撬动教育回归育人的本质。”北京师范大学国家高端智库教育国情调查中心科研助理王小五表示。

——明令减负—— 重塑考试频次与形式

在社交平台上，有一些家长认为，考试可以在一定程度上提高孩子的应试能力：“平时不考试，老师和家长怎么掌握孩子的薄弱点呢？考试多了，孩子的心态和速度才能练起来。”然而，也有一些不同的声音出现：“我还是支持教育循序渐进，以玩游戏的方式递进。做题、考试要慢慢来，这样小朋友不会太累。”

对于考试，学生们的感受也各不相同。“考试就是看看我们这学期学得怎样，我觉得一学期一次，有期未考试就行。”江苏三年级学生小倩说。同省的五年级学生小钱则认为，考试就是对自己能力的测试：“虽然在家里也可以完成测试，但是我更喜欢在学校，大家一起考试有氛围，在家里就会比较放松。爸爸妈妈也不会因为我考得不好而责怪我，如果是我粗心，他们会说我几句，如果是我真的不会，他们就

会鼓励我，带着我整理错题。”

《通知》明确，小学一二年级不进行纸笔考试，义务教育其他年级由学校每学期组织一次期末考试，初中年级从不同学科的实际出发，可适当安排一次期中考试。普通高中学校要严格控制考试次数。此外，《通知》还提到，义务教育学校日常考试实行等级评价，考试结果不排名、不公布，以适当方式告知学生和家长，坚决克服唯分数的倾向。

早在《通知》印发前，一些地区已先行探索。在江苏南京和扬州，许多小学早已在一、二年级取消了传统的纸笔考试，转而采用游戏闯关、主题乐评等寓教于乐的测评方式。

“这几年，我们都在尝试期末无纸笔测试，一二年级会进行有主题的‘乐评园’活动，老师会把艺术、体育、劳动等内容与语文、数学等进行整合，形成有意思的活动，在活动中让孩子们知道需要在哪方面进行提升。”南京市长江路小学校务委员赵昌竹介绍说，学校一二年级通过趣味闯关等方式，让孩子们在学中玩，玩中学。

把词语认读、古诗背诵、口算、应用题解答等学科知识融入游园闯关，以游戏化考查知识掌握，根据学科知识点，设计五六個游戏点位。每个学生分别通过拼音、词语、接龙等“关卡”，完成后会有小红花奖励。把游戏融入学生日常生活，这是广东省东莞市樟木头镇中心小学为低年级学生减负探索出的“游考”形式。“学校开展主题式‘游考’，把语文、数学、科学、劳动等学科知识融入游园闯关。同时注重过程性评价，将课堂表现、作业情况纳入考量。”樟木头镇中心小学校长吴辉雄在介绍本校工作时表示，备课组设计了多元特色评价方式，减少纸笔评价的束缚。

“小学低年级通过游戏化考评替代纸笔考

试，初中高中减少模拟考试次数，让学生从重复练习中解脱。这种转变使学习回归本质——从‘为考而学’到‘用而学’，增强学习主动性和快乐感。”王小五认为，减轻因考试或者考试分数带来的压力，进一步激发学生对学习价值的认识，学生的学习兴趣、学习目的等都会发生积极变化。

严格提质

科学命题与多元评价并行

“考试频次的减少意味着更需要老师在课堂上‘提质增效’。对老师来说，也要让我们去研究如何让学生在课堂四十分钟以内学好知识，学足学好。再比如像每节课结束以后，我们老师如何布置作业，如何平衡各个学科作业的总量，还有难度等。”江苏省淮安市枚皋路小学校副校长曹培培认为。

《通知》对“减负提质”提出了要求，对命题进行管理：严格按照国家课程标准和教学实际命题，强化核心素养立意，创新试题形式，杜绝偏题怪题，科学优化试卷内容结构、题型结构和难度结构，逐步增加应用性、探究性、开放性和综合性试题比重。

《通知》还明确，树立正确的教育评价观，准确把握考试评价的诊断、改进功能，加强对学生增值表现、潜在能力、短板弱项等方面的数据分析，推进教、学、评的有机统一，实现以评促教、以评促学，助力学生全面而有个性地发展。

“教师角色需要从‘知识传授者’转变为‘能力引导者’。”王小五表示，“课堂设计需融入项目式学习，鼓励学生合作探究。例如，通过减少机械刷题，教师可更多关注学生综合分

析、实践运用能力的培养。这种变化促使教学从‘育分’转向‘育人’，为课堂转型提供专业支撑。进一步推动教师教学理念发生变化，聚焦能力培养而非知识灌输，更要注重学生的综合分析能力、思考能力、运用能力的培养。”

东莞市漳澎小学校长郑宝成则表示：“考试次数压减，我们的教师也需要探索多元评价，精准把控教学进度，提升命题质量。”该校在提升日常考试质量，减轻学生过重学业负担方面进行了探索，例如，组织专题培训，邀请专家讲解新评价方式与命题技巧；开展教研活动，教师们群策群力，分享创新教学经验。同时设立激励机制，对表现突出的教师给予表彰奖励等。

全面护航

协同构建健康教育生态

《通知》不仅关注考试本身，还着眼于构建支持学生全面发展的健康生态。

《通知》明确了考试管理的各级责任：省级教育行政部门对本区域内日常考试管理负统筹领导责任，市、县级教育行政部门是中小学日常考试工作的直接监管主体，各级教研（考试）机构负责日常考试管理的专业指导与服务支撑，学校是日常考试管理的执行主体。

考试审核把关也进一步强化。《通知》提出，严格执行试题命制人员与审核人员分离制度，原则上审核把关人员不少于3人。

与此同时，多地将考试管理与学生心理健康工作相结合。如教育部在10月发布的“心理健康十条措施”中，已明确将“减少日常测试频次，合理设置考试难度，不得以考试成绩对学生进行排名”，作为缓解学生考试焦虑的关键举措。

（下转2版）



未成年人

思想道德建设专刊

精神文明报社出版 国内统一连续出版物号 CN 51-0055 邮发代号 61-19



全国中小学人工智能教育联盟成立

近日，“AI向未来·AI育创新——2025青少年学生AI+科技教育展示暨中小学人工智能教育联盟成立活动”在广东省深圳市福田区举办。这是国务院今年8月印发《关于深入实施“人工智能+”行动的意见》后，教育领域迎来的首个国家级协同平台，标志着“人工智能+教育”正式从分散探索进入系统推进新阶段。

当前，“人工智能+”正成为推动产业升级和社会变革的新引擎。国务院部署的“人工智能+”行动明确提出，要推动人工智能与各行各业深度融合，教育是其中的重点领域之一。全国中小学人工智能教育联盟的成立，旨在落实国家战略，构建协同发展新生态，为“人工智能+教育”进入组织化、网络化协同发展新阶段提供实施路径和制度保障。

目前设立华东、华南、华中、华北、东北、西北、西南七大区域协作中心，联盟理事会秘书处常设深圳福田，形成覆盖全国、互联互通的“一盘棋”协同网络。此外，联盟成立了包括学术、技术和实践3个组别的专家委员会，聘请学术、产业、应用3个领域的权威专家，汇聚三方智慧，确保联盟的科学性。

活动期间，来自科学界、教育界、产业界的3位专家带来主旨报告，为AI+科技教育的未来发展提供理论指引与趋势研判。深圳明德实验学校（集团）、浙江省温州实验中学、中国农业大学附属中学、重庆巴蜀中学校交流分享了AI+科技教育的探索成果与实践经验。

未来，联盟将按照“人工智能+”行动的总体部署，在政策研究、标准研制、资源建设、师资培训等方面系统推进，探索出一条符合伦理、安全规范、充满活力的人工智能教育新路，为全国提供可复制、可推广的方案。

（《中国教育报》林焕新）



多彩课间 活力校园

近年来，江苏省海安市李堡镇中小学持续打造丰富多彩的阳光体育大课间，让学生在运动中享受乐趣、增强体质、健康成长。图为近日，学生在大课间练习排球。
周强 摄

学校食堂有了“吐槽板”

“没想到，我的建议被食堂采纳了！”近日，在河北邢台市北新高级中学，一名学生看到学校食堂新推出了大盘鸡，开心地说道。让他惊喜的，正是学校食堂门口的那块“吐槽板”。

今年10月以来，宁晋县教育局在全县设置食堂的学校设立“吐槽板”。宁晋县教育局相关负责人介绍：“过去，菜品单一、口味重复是不少学校食堂的共性问题。设立‘吐槽板’，就是要打破传统反馈渠道的局限，搭建起学生、家长与食堂即时沟通的桥梁。”

这个学校食堂的做法，是该县推行食堂“吐槽板”的缩影。宁晋县各校食堂安排专人，收集整理“吐槽板”上的意见与建议，针对集中反映的问题，结合学生年龄特点和营养需求，对菜品进行调整。（据《人民日报》）

小小“吐槽板”，暖心大文章

◎ 周荣光

“吐槽板”的设立，首先是一种管理姿态的主动转变。它打破了传统反馈渠道的局限，将话语权交还给学生。这块在学校挂起来的板子，不只是一个收集意见的物理装置，更是彰显尊重、赋予参与感的暖心符号。当学生看到自己希望吃上大盘鸡的建议被食堂采纳，收获的不仅是一道合口的菜肴，更是“被听见、被重视”的价值认同。这种源于尊重的互动，对于培养青少年的责任意识与公共精神，有着润物无声的滋养。

这块“吐槽板”也悄然构建起一个多元共治的治理雏形。它通过搭建即时、透明的沟通平台，使学生、家长、食堂、管理者等多方

主体得以同台对话。从意见提出到回应落实的闭环过程，生动体现了协商、反馈、调试的治理精髓。食堂的运作因此变得可视、可感、可议，有助于打破可能存在的回应惰性与路径依赖。当一条条建议迅速落地，所产生的示范效应将激励更多建设性参与，形成“越提越改、越改越信”的良性循环。这份因顺畅沟通而生的信任感，正是校园共同体最可宝贵的暖意。

“吐槽板”更深层的启示，在于它精准呼应了时代对人本治理的深切呼唤。无论是教育管理，还是更广泛的社会治理，其终极目的都应落脚于人的感受与发展。“吐槽板”虽常始于口腹之欲，其关照的却是学生的身心健康、情感需求乃至对饮食安全与营养的更高期待。它标志着服务思维的深

今日看点

试点小班化教学， 怎样推进？成效如何？

2版 综合新闻▶

“带娃神器”走红，口碑两极分化
AI玩具能让家长省心放心吗？

4版 焦点▶

